

النضج الانفعالي وعلاقته بالاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي لدى طلاب كلية التربية البدنية  
وعلوم الرياضة

أ.م.د. هويدة اسماعيل ابراهيم

العراق. جامعة بغداد. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Dr.Hoowayda Ismael\_85@yahoo.com

---

### الملخص

هدف البحث الى التعرف على النضج الانفعالي والاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي لدى  
طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وكذلك التعرف على العلاقة بين الاستقرار النفسي  
والتوافق الاجتماعي لدى الطلاب , استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسحي  
والعلاقات الارتباطية , تكونت العينة البحث من (80) طالب من طلبة المرحلة الثانية , وقد تم  
اختيار العينة بالطريقة العشوائية. ومن اهم الاستنتاجات التي توصلت اليها الباحثة هو تمتع  
طلاب الكلية بنصح انفعالي واستقرار نفسي وتوافق اجتماعي فوق المتوسط, وكذلك وجود علاقة  
ارتباط قوية بين النضج الانفعالي وكل من الاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي لدى الطلاب.

الكلمات المفتاحية : النضج الانفعالي ، الاستقرار النفسي ، التوافق الاجتماعي

Emotional maturity and its relationship to psychological stability and social compatibility among students of the Faculty of Physical Education and Sports Science

Prof.Dr.Hoowayda Ismael Ibrahim

Iraq. Baghdad University. Faculty of Physical Education and Sport Sciences

Dr.Hoowayda Ismael\_85@yahoo.com

---

Abstract

The research objective is to identify the emotional maturity, psychological stability and social compatibility of the students of the Faculty of Physical Education and Sport Sciences as well as to identifying the relationship between psychological stability and social compatibility among students .The researcher used the descriptive approach of survey method and correlative relations. The research sample consisted of (80) students second, and it was chosen by random method. One of the most important conclusions reached by the researcher is that the students enjoy emotional vigilance and psychological stability as well as social compatibility above the average. Also there is a strong correlation between emotional maturity and both psychological stability and social compatibility among students

Keywords: emotional maturity, psychological stability, social compatibility

1- المقدمة:

يعد النضج الانفعالي من المفاهيم التي نالت اهتمام الباحثين والذي معناه توازن وثبات النشاط النفسي ومن المعروف ان النشاط النفسي ذو كفتين واحدة عقلية والاخرى انفعالية , وحاله النضج النفسي معناه السيطرة على الانفعالات وتختلف الانفعالات باختلاف شخصيه الفرد وسلوكه فمن الافراد من يتميز بنضج انفعالي يجعله قادراً على التوافق مع المجتمع الذي يعيش فيه . وان مساعدة الطلبة للتمتع بصحة نفسيه سليمة للحفاظ من التوترات والازمات والظروف الصعبة التي تواجههم لتجعلهم يشعرون بالاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي حيث يستثمروا امكانياتهم وطاقتهم على اكمل وجه ليصبحوا اكثر قدره على العطاء والنجاح في المستقبل.

ومن خلال عمل الباحثة تدريسيه في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ان هناك تباين واضح ما بين الطلاب في العلاقات الاجتماعية فيما بينهم وقد يعود ذلك الى اسباب او تغيرات نفسيه فيما بينهم ومن هنا نتبادر السؤال التالي:

- هل هنالك علاقة ارتباط بين كل من النضج الانفعالي والاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي.

ويهدف البحث الى :

1- التعرف على النضج الانفعالي والاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2- التعرف على العلاقة بين النضج الاجتماعي من جهة والاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي من جهة اخرى.

2- اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث : استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي للعلاقات الارتباطية لملائمته طبيعة البحث

2-2 مجتمع وعينة البحث :

حددت الباحثة مجتمع البحث وهم طلبة المرحلة الثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى والبالغ عددهم (210) طالب وتم اختيار عينه البحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (80) طالب وهم يمثلون (38,09) من مجتمع البحث.

2-3 الوسائل والادوات المستخدمة في البحث

- الاستبيان

- المصادر والمراجع

- مقياس النضج الانفعالي

- مقياس الاستقرار النفسي

- مقياس التوافق الاجتماعي

- جهاز حاسوب نوع Dell صيني المنشأ

- اقلام

2-4-1 مقياس النضج الانفعالي : (فراس التميمي , 121)

اعتمدت الباحثة مقياس النضج الانفعالي (فراس طالب التميمي "2013") حيث تكون المقياس من (49) فقرة وتكون الاجابة عليها وفق خمسة بدائل هي (لا تنطبق علي على الاطلاق, تنطبق علي بشكل قليل , تنطبق علي نصف انطباق تقريباً , تنطبق علي في اغلب الاحيان , تنطبق علي دائماً). وبدرجات (5/4/3/2/1) على التوالي , الدرجة العليا للمقياس (245) والدرجة الدنيا (49) والمتوسط الفرضي للمقياس (155) , وكلما اقتربت درجة المفحوص من الحد الأعلى دلت على وجود نضج انفعالي

2-4-2 مقياس الاستقرار النفسي : (فاضل كردي, 190)

اعتمدت الباحثة على مقياس الاستقرار النفسي لـ كريم حسن محمد (2010) , يتكون المقياس من (39) فقرة وتكون الاجابة عليها وفق خمسة بدائل هي (تنطبق علي دائماً , تنطبق علي كثيراً , تنطبق علي بدرجة متوسطة , تنطبق علي قليلاً, لا تنطبق علي) , وبدرجات (5/4/3/2/1) على التوالي , الدرجة العليا للمقياس (195) والدرجة الدنيا (39) , والمتوسط الفرضي للمقياس (117) درجة , وكلما اقتربت درجة المفحوص من الحد الأعلى دلت على وجود استقرار نفسي لدية.

3-4-2 مقياس التوافق الاجتماعي: (حسن صالح, 190)

اعتمدت الباحثة على مقياس التوافق النفسي الاجتماعي لحسن صالح مهدي (2010) بعد اجراء بعض التعديلات الطفيفة عليه , يتكون المقياس من (68) فقرة وتكون الاجابة عليها وفق خمسة بدائل هي (قليلاً جداً , قليلاً , متوسط , كثيراً , كثيراً جداً) , وبدرجات (5/4/3/2/1) على التوالي , الدرجة العليا للمقياس (340) والدرجة الدنيا (68) , والمتوسط الفرضي للمقياس (204) درجة , وكلما اقتربت درجة المفحوص من الحد الاعلى دلت على وجود توافق اجتماعي لدية.

5-2 التجربة الاستطلاعية :

تم تطبيق المقاييس الثلاث على عينه استطلاعيه مؤلفة من (10) طلاب من خارج عينه البحث الرئيسية اختبروا عشوائياً بتاريخ 2018/10/15 من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقاييس ووضوح تعليمات المقاييس ووضوح فقراتها للطلبة , والتعرف على ظروف تطبيقها وما يوافق ذلك من صعوبات او معوقات , وقد اتضح من هذه التجربة ان تعليمات المقاييس الثلاثة - وفقراتها واضحة وان المقاييس صالحة للتطبيق على العينة الرئيسية.

2-6 الاسس العلمية للمقاييس.

اولاً: الصدق

تم استخدام الصدق الظاهري للتأكد من صدق المقاييس الثلاثة في قياس ما صممت لأجله , وتم ذلك من خلال عرض المقاييس على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي , وقد تبين إن المقاييس صالحة للتطبيق على العينة بنسبة 100%.

ثانياً: الثبات

تم استخدام في حساب الثبات طريقة الاختبار وإعادة الاختبار حيث طبقت المقاييس الثلاثة على العينة الاستطلاعية المتكونة من (10) طلاب وبعد مرور اسبوعين أعيد تطبيقها على نفس العينة وب نفس الظروف وقد استخدم معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة الارتباطية بين نتائج التطبيق وللمقاييس الثلاثة. وقد بلغ معامل الثبات للنضج الانفعالي (0.84) ولمقياس الاستقرار النفسي (0.80) ولقياس التوافق الاجتماعي (0.83) وهي قيم عالية للثابت.

2-7 التجربة الرئيسية :

تم تطبيق المقاييس على عينة البحث البالغة (80) طالب من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى في يوم 2018/10/18 بوجود فريق عمل مساعد في قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وتم تدوين الدرجات التي حصل عليها الطلبة وتهيئتها لمعالجتها إحصائياً.

2-8 الوسائل الإحصائية :

استخدمت الباحثة الوسائل الإحصائية التالية في معالجة النتائج من خلال الحقيبة الإحصائية (spss) الوسط الحسابي , الانحراف المعياري معامل الارتباط (بيرسون) , الاختيار الثاني لعينة واحدة.

3-1 عرض ومناقشة النتائج :

بعد تطبيق المقاييس على عينة البحث وبعد معالجة البيانات إحصائياً , اظهرت النتائج متوسطات درجات العينة , وانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث الثلاثة وكذلك متوسطاتها الفرضية وكما مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والفرضية والانحرافات المعيارية ودلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

لدى افراد العينة في متغيرات البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	الوسط الفرضي	قيمة T المحسوبة	مستوى الدلالة عند 0.05	الدلالة
النضج الانفعالي	160.97	11.811	0.77	100	7.01	0.0000	معنوي
الاستقرار النفسي	125.29	5.08	0.69	117	5.98	0.017	معنوي
التوافق الاجتماعي	241.73	4.51	0.92	204	5.32	0.0000	معنوي

وباستخدام اختبار (t) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين الوسطين (الوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي للمقياس). ظهر وجود فروق دالة إحصائية بين الوسط الفرضي وبين متوسط افراد العينة ولصالح متوسط العينة لمتغيرات البحث الثلاثة, اذ ان قيم (t) المحسوبة كانت دالة عند مستوى دلالة اقل من (0.05) مما يعني ان عينة البحث لديها نضج انفعالي واستقرار نفسي وتوافق اجتماعي فوق المتوسط.

وللتعرف على العلاقة بين النضج الانفعالي والاستقرار النفسي تم استخدام معامل ارتباط بيرسون حيث تبين من خلال النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بينهما إذ كانت قيمة معامل الارتباط المحسوبة عند مستوى دلالة اقل من (0.05) والجدول (2) يبين النتائج

الجدول (2)

يبين دلالة الارتباط بين النضج الانفعالي والاستقرار النفسي

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
النضج الانفعالي	80	0.51	0.000	دالة
الاستقرار النفسي				

وللتعرف على العلاقة بين الرضا عن صورة الجسم والتوافق الاجتماعي تم ايضاً استخدام معامل ارتباط بيرسون حيث تبين من خلال النتائج وجود علاقة ارتباط دالة احصائية بينهما إذ كانت قيمة معامل الارتباط المحسوبة عند مستوى دلالة اقل من (0.05). والجدول (3) يبين النتائج.

الجدول (3)

يبين دلالة الارتباط بين النضج الانفعالي والتوافق الاجتماعي

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
النضج الانفعالي	80	0.65	0.000	دالة
التوافق الاجتماعي				



من خلال ما تم عرضه في الجداول السابقة لاحظت الباحثة وجود علاقات ارتباطية قوية بين كل من النضج الانفعالي والتوافق النفسي وهذا يرجح الى ان ما اشارت اليه

(امل المخزومي 2003) اثناء المجهود البدني تصدر اشارات عصبية متتالية ومستمرة الى المسارات العصبية الموجودة في المخ والتي تساعد على ارسال اشارات من خلية عصبية الى اخرى والى انسجة العضلات وذلك من خلال المحور العصبي وهذه الاشارات توجد في مركز الاتصال في العقل وان اي زيادة في التوتر بهذه الاعصاب يسبب خلل في ارسالها مما تظهر استجابات غير هادفة وخاصة في المواقف المهمة او الحرفية التي تؤدي الى زيادة في شدة التوتر (علي مطاوع ، 1977 ، ص107)

وكذلك تبين الجداول ان طلبه جامعه ديالى يتمتعون باستقرار نفسي من خلال الدعم الذي تقدمه الجامعة للطلبة مما يساعدهم على اشباع حاجاتهم وتحقيق طموحاتهم وكذلك الى احساسهم الى وجود توافر فرص عمل بعد التخرج وهذا اتفق مع دراسة (الجميل 2004) , ودراسة (الخرجي 2006) وكذلك تبين ان هناك علاقة بين التوافق الاجتماعي والنضج الانفعالي وهذا ما اكده (الديب 2001) ان الاشخاص يتمتعون بتوافق نفسي واجتماعي وهذا يعود الى الاتزان الانفعالي والتحكم الشخصي والمجتمعي وهذا يشعران الشخص بحاجة الى الناس اليه واهتمامهم به وشعور بانه يقوم بإنجازات في حياته على صعيد عمله وخدمه مجتمعه.

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات : في ضوء ما تم التوصل اليه من نتائج يمكن استنتاج ما يأتي:

1- ان طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتمتعون بنضج انفعالي واستقرار نفسي وتوافق أجمالي فوق المتوسط.

2- وجود علاقة ارتباط قوية بين النضج الانفعالي وكل من الاستقرار النفسي والتوافق الاجتماعي لدى الطلاب

4-2 التوصيات : توصي الباحثة بما يلي:

1- ضرورة تسليط الضوء على النضج الانفعالي وربطه بمتغيرات اخرى مهمة لتطوير شخصية الفرد.

2- خلق تفاعل ايجابي بين النضج الانفعالي والثقة بالنفس ومحاولة اتباع سلوك ايجابي معتدل يضيف للطلاب قوه شخصية.

- احمد عزت راجح : اصول علم النفس , ط4 (الاسكندرية , المكتب العصري الحديث للطباعة والنشر , 1993).
- حسن صالح مهدي : التنبؤ بالإنجاز الفرقي على وفق التوافق النفسي الاجتماعي والتماسك الحركي لفرق الدوري الممتاز بكرة السلة في العراق, أطروحة دكتوراه , كلية التربية الرياضية , جامعة بابل , 2010).
- فاضل كردي شلاكه : اثر برنامج ارشادي في الاستقرار النفسي واداء اهم المهارات بكرة اليد وعمل ادائها لدى اللاعبين الشباب , اطروحة دكتوراه , كلية التربية الرياضية , جامعة بابل , 2010).
- فراس طالب التميمي : النضج الانفعالي و دافعيه الانجاز وعلاقتها بمستوى فاعليه اداء بعض المهارات الفنية في الكرة الطائرة لدى لاعبين النخبة , رسالة ماجستير , كلية التربية الرياضية , جامعة بغداد 2013).
- علي الديب : التوافق الشخصي والاجتماعي للراشدين , مجلة التربية الجديدة , مجلد 3 , العدد 11.
- سناء صاحب الخزرجي : القيم الدينية وعلاقتها بالاستقرار النفسي ومعرفة الذات لدى طلبة الجامعة , جامعة المستنصرية كلية التربية , اطروحة دكتوراه , غير منشور , 2004).
- كريم حسين الجميلي : الاستقرار النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات , كلية الآداب , الجامعة المستنصرية , رسالة ماجستير , غير منشوره 2004).
- عبد الفتاح غزال : ابحاث حديثة في علم نفس الطفل , القاهرة , دار ما هي للنشر والتوزيع .ط1, 2008).

فريق العمل المساعد

ت	الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
1	محمد حسين علي	مدرس	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
2	موفق احمد محمد	مدرس	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
3	اسماعيل عبد علي	مدرس	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى
4	حسنين احمد عباس	مدرس	كلية التربية الرياضية/جامعة ديالى

(ملحق 2)

اسماء الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي

ت	الاسم	اللقب العلمي	مكان العمل
1	علي يوسف	استاذ	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	علي صبحي	استاذ	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	بان عدنان	استاذ	جامعة بغداد/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة