

الحواجز النفسية وقلق المستقبل كدالة للتنبؤ بالتوافق الدراسي لدى طلبة كلية التربية البدنية
وعلوم الرياضة

أ.د. حيدر عبد الرضا الخفاجي

العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
phy.hayder.abd@uobabylon.edu.iq

الملخص

هدف البحث الى التعرف على التوافق الدراسي والحواجز النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل ، وكذلك التعرف على الفروق في التوافق الدراسي والحواجز النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة حسب متغير الجنس، فضلا عن معرفة العلاقة بين التوافق الدراسي والحواجز النفسية وقلق المستقبل لديهم ، وهل بالإمكان وضع معادلة تنبؤية للتوافق الدراسي بدلالة الحواجز النفسية وقلق المستقبل. استعمل الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والمقارنة نظرا لملائمته وطبيعة الدراسة الحالية. تكونت عينة البحث من طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل للعام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢ البالغ عددهم (١٤٠) طالبا وطالبة ، بواقع (١٠٢) طالبا و(٣٨) طالبة ، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث البالغ عدده (١٩٠) طالبا وطالبة. في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها استنتج الباحث ان طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل لديهم توافق دراسي ولكن بدرجة متوسطة ، ولديهم حواجز نفسية وقلق من المستقبل. كذلك توجد علاقة ارتباط قوية بين الحواجز النفسية وقلق المستقبل من جهة والتوافق الدراسي من جهة أخرى، وان الطالبات لديهن توافق دراسي افضل من الطلاب ، ولما توجد فروق واضحة في الحواجز النفسية وقلق المستقبل بين الطلاب والطالبات ، كما تمكن الباحث من وضع معادلة انحدارية تنبؤية كفوءة في توقع درجة التوافق الدراسي للطلبة بدلالة الحواجز النفسية وقلق المستقبل لديهم.

الكلمات المفتاحية: التوافق الدراسي ، الحواجز النفسية ، قلق المستقبل ، الطلبة.

Abstract

Psychological barriers and future anxiety as a sign to predict of scholastic harmony among students of the College of Physical Education and Sports Sciences.

Researcher: Prof .Dr. Hayder Abdul Ridha Al-Khafaji

Iraq - Babylon University - College of Physical Education and Sports Science

The aim of the research is to identify scholastic harmony , psychological barriers, and future anxiety among third-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon, as well as identifying the differences in scholastic harmony, psychological barriers, and future anxiety among students according to the gender variable, as well as knowing the relationship between scholastic harmony and barriers. Is it possible to develop a predictive equation for scholastic harmony in terms of psychological barriers and future anxiety?

The researcher used the descriptive approach by the survey method and the correlational study and comparative study due to its suitability and the nature of the current study. Research sample consisted of (١٤٠) students of the third stage in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon for year ٢٠٢١-٢٠٢٢, with a ratio of (١٠٢) male and (٣٨) female students, and the sample was chosen in a simple random way from the research community which their number was (١٩٠) students. According to the results that have been reached, the researcher concluded that the third stage students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon have scholastic harmony, but with moderate degree, and they have psychological barriers and anxiety about the future. There is also a strong correlation between psychological barriers and future anxiety on the one hand, and scholastic harmony on the other hand, and that female students have better scholastic harmony than male students, and there are no clear differences in psychological barriers and future anxiety between male and female students, and the researcher was able to develop an efficient predictive equation in predicting the degree of scholastic harmony for students in terms of psychological barriers and their future anxiety.

Keywords: scholastic harmony, psychological barriers, future anxiety, students.

١- المقدمة:

يُعدّ التوافق الدراسي من الأمور الأساسية التي تسعى العملية التربوية التعليمية إلى تحقيقها لدى الطلبة ، والتي تعبر عن علاقة تفاعلية دينامية بين الطالب والبيئة الدراسية لتحقيق التناغم بينه وبين مكوناتها ، واستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها من خلال إقامة علاقات اجتماعية بناءة مع زملائه ومدرسيه وبيئته الدراسية ومساهمته الفعالة في النشاط الاجتماعي والثقافي والرياضي .

إنّ حياة الطالب بوجه عام مليئة بالصعوبات التي تؤثر على توافقه الدراسي وخصوصاً في ظل جائحة كورونا ، وتعيقه عن تحقيق أهدافه وإشباع دوافعه. ان عملية التوافق الدراسي عملية معقدة ومتشعبة لا نستطيع إرجاعها الى عامل واحد ، وإنما هناك مجموعة عوامل اجتماعية ونفسية مرتبطة بها وتؤثر فيها. ولعل الحواجز النفسية وقلق المستقبل تعدان من المتغيرات والعوامل التي تسهم أو تؤثر في درجة التوافق الدراسي لدى الطلبة. اذ تعد الحواجز النفسية كالخوف ، والشعور بالنقص، وضعف الثقة بالنفس، وانخفاض احترام الذات، الانطواء ، الخجل ، القلق ، العجز ، خيبة الامل ، عائق أساسي يمنع الطالب من العمل والابداع والتفوق في الدراسة والتواصل مع الزملاء والمجتمع، فضلا عن انها تبعد الطالب من تحقيق أهدافه ، ولا يتحقق له التوافق والاستقرار الدراسي الذي يطمح إليه .

ومن المتغيرات النفسية الأخرى التي من الممكن أن تؤثر في التوافق الدراسي للطلبة هو متغير قلق المستقبل. اذ يتفق علماء النفس على الرغم من اختلافهم في تفسير القلق ونشأته على ان القلق حالة شعورية انفعالية غير سارة ، تؤثر على مستوى اداء الفرد وتصاحب هذه الحالة تغيرات فسلجية داخلية يحس بها الفرد واخرى خارجية تظهر على ملامحه. ان أكثر النظريات التي تناولت مفهوم القلق تشير الى ان احد مصادر القلق هو توقع تهديد معين سواء كان محددًا او غامضًا ، خطيرا ام بسيطًا ، وحاول العديد من الباحثين التعرف على الملامح المشتركة وواجه الالتقاء بين القلق والتوقع . لذلك فان التوقع يرتبط بالمستقبل من حيث تصوره والتنبؤ بالأحداث التي قد تقع فيه ، ولناشك ان توقع الأحداث المستقبلية قد تحدث له وما تنطوي عليه من تهديد وتهيبؤ لها من شأنها ان تتيسر في نفسه ما يسمى بقلق المستقبل .

ان القلق بشأن المستقبل من العوامل التي تشكل دوافع قوية للتوتر والتعب العصبي الذي يسبب الطالب اضطرابات نفسية وحالة من فقدان الأمن النفسي التي يكون قلق المستقبل احد أسبابها وتتولد عنه نتائج وآثار خطيرة منها ضعف القدرة على ضبط الأحداث والتنبؤ بها مما يدفعه الى العجز والاستسلام وينظر الى العالم من حوله على انه مصدر تهديد. وعليه ومن خلال ملاحظة الباحث لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لاحظ وجود تباين في التوافق

الدراسي من خلال استجاباتهم في الامتحانات ، وضعف الاستجابة للتغيرات التي تحدث في البيئة الدراسية في ظل جائحة كورونا والدراسة الالكترونية وضعف قدرتهم على التواصل السليم مع المدرسين وزملائهم . ويعزو الباحث سبب هذا الضعف في التوافق إلى الحواجز النفسية التي تواجههم والقلق من المستقبل المجهول.

لذا هدف البحث الى التعرف على التوافق الدراسي والحواجز النفسية وقلق المستقبل لدى طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل ، وكذلك التعرف على الفروق في التوافق الدراسي والحواجز النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة حسب متغير الجنس فضلا عن معرفة العلاقة بين التوافق الدراسي والحواجز النفسية وقلق المستقبل لدى الطلبة.

٢- إجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والمقارنة والتنبؤية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢ عينة البحث:

تكونت عينة البحث من طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل للعام الدراسي ٢٠٢١-٢٠٢٢ البالغ عددهم (١٤٠) طالبا وطالبة ، بواقع (١٠٢) طالبا و(٣٨) طالبة، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث البالغ عدده (١٩٠) طالبا وطالبة.

٢-٣ ادوات البحث:

اولا: مقياس التوافق الدراسي: (امجد كاظم ، ٢٠٢١ ، ص١٦٦)

استعمل الباحث مقياس التوافق الدراسي الذي اعده (امجد كاظم ، ٢٠٢١) ، (ملحق ١) يتكون المقياس من (٢٩) فقرة جميعها سلبية باستثناء الفقرات (١ ، ٦ ، ١١ ، ٢٩) فإنها ايجابية ، يتم الاجابة عليها من خلال خمسة بدائل للاجابة هي (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) وتعطى الدرجات من (٥-١) على التوالي للفقرات الايجابية والعكس للسلبية ، اعلى درجة يحصل عليها المفحوص (١٤٥) واقل درجة (٢٩) ، المتوسط الفرضي للمقياس (٨٧) ، وكلما حصل المفحوص على درجة عالية في المقياس دل ذلك على انه لديه توافق دراسي عال.

ثانياً: مقياس الحواجز النفسية: (حسام محمود ، ٢٠١٨ ، ص١٧٣)
استعمل الباحث مقياس الحواجز النفسية ل حسام محمود (٢٠٠٠) (ملحق ٢) بعد اجراء بعض التعديلات على فقراته ليتناسب مع عينة وأغراض البحث الحالي ، يتكون المقياس من (٥٢) فقرة ، يتم الإجابة عليها عن طريق خمسة بدائل للإجابة فهي (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا ، تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي بدرجة قليلة ، لا تنطبق علي ابدأ) أعطيت لها الدرجات على التوالي (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) للفقرات الإيجابية والعكس للفقرات السلبية. أعلى درجة كلية يحتمل ان يحصل عليها المستجيب على المقياس هي (٢٦٠) درجة ، وأدنى درجة كلية محتملة هي (٥٢) درجة ، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (١٥٦) درجة ، وكلما ارتفعت درجة المستجيب على المقياس كان ذلك مؤشرا على ارتفاع الحواجز النفسية لديه .

ثالثاً: مقياس قلق المستقبل: (عبد الرضا واخرون ، ٢٠١١ ، ص١٧٨)
استعمل الباحث مقياس قلق المستقبل للعكايشي (٢٠٠٠) (ملحق ٣) لأنه يناسب عينة وأغراض البحث الحالي ، يتكون المقياس من (٢٦) فقرة موزعة على مجالات المقياس الخمسة وهي (المجال النفسي ، المجال الاقتصادي ، المجال الاجتماعي ، المجال الصحي ، المجال الأسري). أما بدائل الإجابة فهي (أتوقعها بدرجة كبيرة جدا ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة ، بدرجة قليلة ، نادرا ما أتوقعها) أعطيت لها الدرجات على التوالي (٥ ، ٤ ، ٣ ، ٢ ، ١) . أعلى درجة كلية يحتمل ان يحصل عليها المستجيب على المقياس هي (١٣٠) درجة ، وأدنى درجة كلية محتملة هي (٢٦) درجة ، والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٧٨) درجة ، وكلما ارتفعت درجة المستجيب على المقياس كان ذلك مؤشرا على ارتفاع قلق المستقبل وكلما انخفضت درجته عن المتوسط الفرضي كان ذلك دليلا على انخفاض قلق المستقبل .

٢-٤ الأسس العلمية للمقاييس:

٢-٤-١ صدق المقاييس:

يعد الصدق من المؤشرات والمفاهيم الأساسية المهمة في تقويم أدوات القياس ، وقد تحقق الباحث من صدق المقاييس باستخدام الصدق الظاهري من خلال عرض المقاييس المعدلة بفقراتها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي اذ حصلت على موافقة جميع الخبراء وبنسبة ١٠٠% بعد اجراء التعديلات على بعض فقراتها.

٢-٤-٢ ثبات المقاييس:

للتحقق من ثبات المقاييس الثلاثة تم استخدم طريقة الفا كرونباخ في حساب الثبات ، وذلك باعتماد نتائج عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (١٠) طلاب باستعمال الحقيبة الإحصائية (spss) ، وكانت قيم معامل الثبات لمقياس التوافق الدراسي (٠,٨٣) ، ولمقياس الحواجز النفسية (٠,٨٢) ، ولمقياس قلق المستقبل (٠,٨٦) ، وهي معاملات ثبات عالية.

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياسين ووضوح فقراتهما للطلبة، والتعرف على الوقت المستغرق لإجاباتهم ، وكذلك التعرف على ظروف تطبيق المقاييس ، قام الباحثان بتطبيق المقاييس الثلاثة على عينة استطلاعية مؤلفة من (١٠) طالبا وطالبة اختيروا عشوائيا، وقد اتضح من هذه التجربة ان تعليمات المقياس وفقراته واضحة ، وعدم وجود معوقات او صعوبات في التطبيق.

٢-٦ التجربة الرئيسية:

طبقت المقاييس على عينة البحث من طلبة الصف الثالث في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في يوم السبت الموافق ١١/١٢/٢٠٢١. وعن طريق الصف الإلكتروني (كلاس روم) والاستبانة الإلكترونية (Google Drive). إذ تم ارسال المقاييس الثلاثة على الكلاس روم لكل شعبة على حدة وحسب وقت محاضرتها في الجدول . ويجيب على المقاييس الطلبة الحاضرون فقط والذين بلغ عددهم (١٠٠) طالب وطالبة.

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠/٣/٢٠٢٢/بابل

٧-٢ الوسائل الإحصائية: استعملت الوسائل الإحصائية الآتية في استخراج نتائج البحث من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS):

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل التواء
- الاختبار التائي لعينة واحدة
- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين
- معامل ارتباط بيرسون
- معادلة الفا كرونيخ
- معادلة الانحدار الخطي

٣- عرض ومناقشة النتائج:

بعد تطبيق المقاييس على عينة البحث وبعد معالجة البيانات إحصائياً، أظهرت النتائج متوسطات درجات العينة وانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث الثلاثة وكذلك متوسطاتها الفرضية ، وكما مبين في الجدول (١).

الجدول (١) يبين الأوساط الحسابية والفرضية والانحرافات المعيارية ودلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدى أفراد العينة في متغيرات البحث

المتغيرات	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل التواء	الوسط الفرضي	قيمة t المحسوبة	Sig	الدلالة
التوافق الدراسي	طلاب	٨٣,٨٦	١٢,١٥	٠,٨٣	٨٧	٦,٦٤	٠,٠٠٠	دالة
	طالبات	٩٦,٤٧	١٤,٢٢	٠,٨٩	٨٧	٨,٣٤	٠,٠٠٠	دالة
	كلي	٨٨,٢٠	١١,٦٣	٠,٦٨	٨٧	١,٧٨	٠,١٤٣	غير دالة
الحواجز النفسية	طلاب	١٨٩,٢٤	١٢,٧٤	٠,٦٦	١٥٦	٢٦,٦٧	٠,٠٠٠	دالة
	طالبات	١٧٦,٧٢	١٤,٢٨	٠,٨٥	١٥٦	٢١,٢٧	٠,٠٠٠	دالة
	كلي	١٨٣,٩٤	١٠,٩٤	٠,٦١	١٥٦	٢٣,٩٨	٠,٠٠٠	دالة
قلق المستقبل	طلاب	٨١,٣١	١٥,٥٢	٠,٧٣	٧٨	٥,٦١	٠,٠٠٠	دالة
	طالبات	٨٤,٠١	١٦,٣٣	٠,٨٢	٧٨	٧,٣٨	٠,٠٠٠	دالة
	كلي	٨٢,٢٥	١٢,٦٢	٠,٦٧	٧٨	٥,٢٨	٠,٠٠٠	دالة

وباستخدام اختبار (t) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين الوسطين (الوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي للمقاييس) ظهر وجود فروق دالة إحصائية بين الوسط الفرضي ومتوسط أفراد العينة ولصالح المتوسط الفرضي لمتغير التوافق الدراسي طلاب ، ولصالح متوسط العينة طالبات ، ووجود فروق دالة إحصائية بين الوسط الفرضي ومتوسط أفراد العينة ولصالح متوسط العينة لمتغيري الحواجز النفسية وقلق المستقبل للطلاب والطالبات.

ولغرض بناء معادلة الانحدار الخطي التنبؤية للتوافق الدراسي للطلبة بدلالة الحواجز النفسية وقلق المستقبل لديهم لابد من استخراج تقديرات العلاقة البينية بين المتغيرات ، إذ أن النتائج التي يستحصل عليها من بيانات هذه العلاقات ستكون واحدة من الأسس التي يعول عليها في قياس كفاءة هذه المعادلة ، لاسيما إذا علمنا بان قيمة معامل الارتباط لها مقدار درجة تبين قوة هذه العلاقة واتجاهها ، وأن بناء معادلة الانحدار التنبؤية يعتمد على كلا المؤشرين . إذ أن قوة العلاقة تبين مدى تأثير ومساهمة الحواجز النفسية وقلق المستقبل في التوافق الدراسي للطلبة ، وكذلك أي من هذين المتغيرين سيكون المساهم الأكبر والفعال في التنبؤ بالتوافق الدراسي . ولأجل إيجاد العلاقة الارتباطية ما بين المتغيرات الثلاثة المبحوثة استعمل الباحث معامل الارتباط البسيط (بيرسون) والجدول (٢) يبين النتائج .

جدول (٢) يبين العلاقات الارتباطية بين متغيرات البحث

المتغيرات	التوافق الدراسي	الحواجز النفسية	قلق المستقبل
التوافق الدراسي	١		
الحواجز النفسية	-٠,٧٧ *	١	
قلق المستقبل	-٠,٥٦ *	٠,٤٢ *	١

*معامل الارتباط معنوي عند مستوى دلالة اقل من (٠,٠٥)

من خلال ملاحظة مصفوفة الارتباط في الجدول (٢) يتبين لنا أن جميع قيم معاملات الارتباط المحسوبة بين المتغيرات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة أقل من (٠,٠٥) ، وهذه العلاقات القوية بين المتغيرات تمكن الباحث من وضع معادلة تنبؤية .

ومن أجل وضع معادلة انحداريه تنبويه قادرة على توقع درجة التوافق الدراسي للطلبة من خلال تقديرات درجات الحواجز النفسية وقلق المستقبل بتفاعلها معاً المساهمة في هذا المتغير، لجأ الباحث الى حساب معامل الارتباط المتعدد بين المتنبئات وهي الحواجز النفسية وقلق المستقبل المساهمة في النتيجة وهي التوافق الدراسي . وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات جاءت النتائج كما في جدول (٣) والشكلين (١ ، ٢).

جدول (٣) يبين معامل الارتباط ونسبة مساهمة الحواجز النفسية وقلق المستقبل معاً في التوافق

الدراسي للطلبة

Sig	قيمة (F) المحسوبة	الخطأ المعياري	درجتي الحرية	نسبة المساهمة (R ²)	قيمة معامل الارتباط	طبيعة معامل الارتباط	المتغيرات	
							المستقل	التابع
٠,٠٠٠	٦٨,٦٣	٨,١٢	٩٧-٢	٠,٥٩	٠,٧٧	متعدد	الحواجز النفسية وقلق المستقبل	التوافق الدراسي

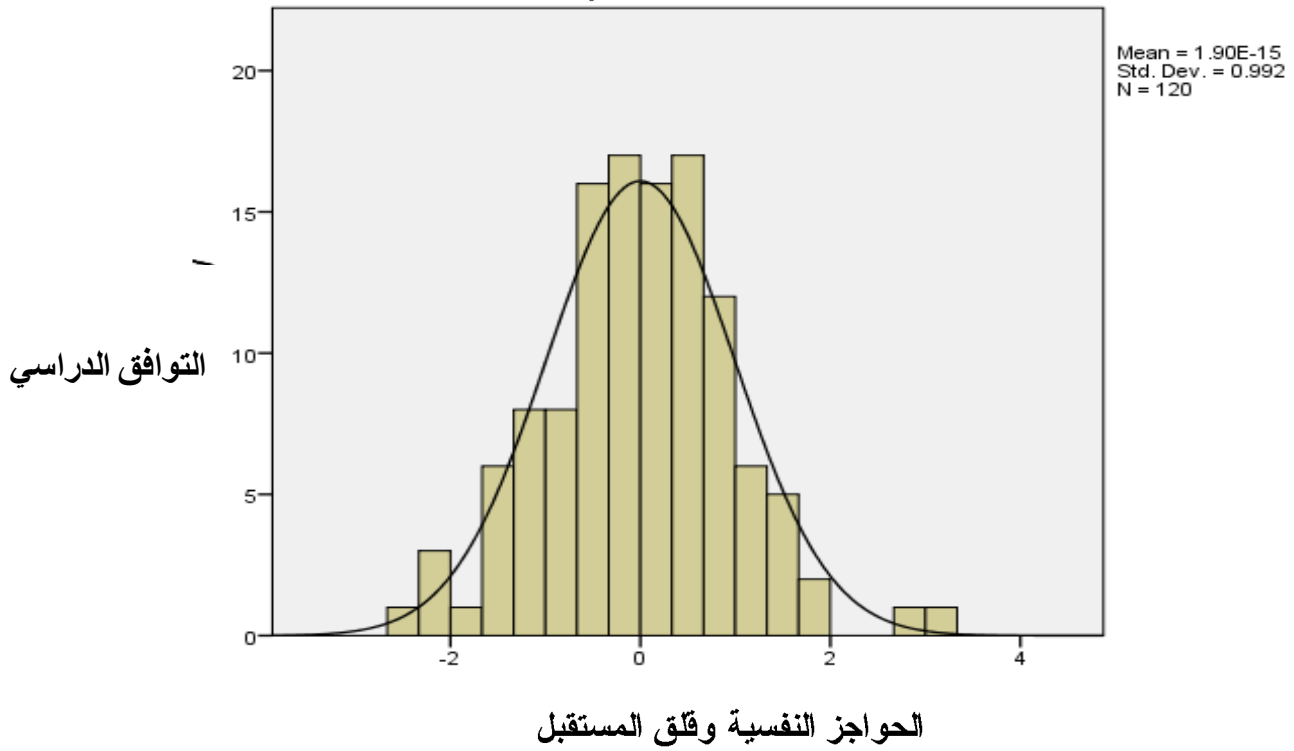
يتبين لنا من الجدول (٣) أن القيمة التقديرية لمعامل التحديد (R²) بلغت (٠,٥٩) وهي تعبر عن النسبة المئوية لتفسير التغيرات الحاصلة في المتغير التابع (التوافق الدراسي) والتي تعود لتأثير المتغيرين المستقلين (الحواجز النفسية وقلق المستقبل) أما الجزء الآخر من تباين النتيجة فيمكن أن يعود الى عوامل أخرى أو أخطاء القياس.

ان نسبة تفسير تباين النتيجة البالغة (٠,٥٩) تعد عاملاً مرتفعاً ، وأن العلاقة بين المتغيرات المبحوثة علاقة قوية فضلاً عن إن معامل الارتباط المستحصل والبالغ (٠,٧٧) معاملاً قوياً طبقاً للمعيار المطلق ل (R²) المحصور ما بين قيمتي المدى (٠,٥٠ - ٠,٧٥)

(عبد الجبار توفيق البياتي وزكريا زكي ، ص ١٩٤)

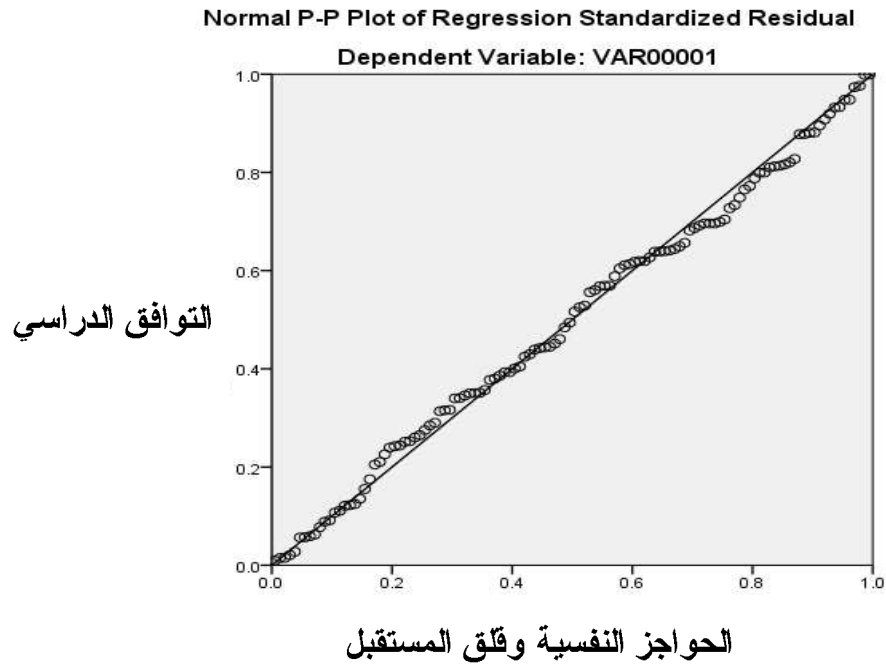
نخلص من هذا الى أن القوة التفسيرية لمعامل تحديد الانحدار الخطي عالية ، مما يؤكد دقة معادلة الانحدار الخطي التنبؤية وامكانية تقويمها .

أما فيما يتعلق بقيمة اختبار (F) والتي تعنى بتحديد ما اذا كانت هناك علاقة معنوية بين النتيجة والمتنبئات . فقد بلغت قيمتها (٦٨,٦٣) عند مستوى دلالة (٠,٠٠٠) وهذا معناه أنه هناك تأثير معنوي للمتغيرين المستقلين (الحواجز النفسية وقلق المستقبل) الداخليين في المعادلة وهذا مؤشر بكفاءة المعادلة مما يتيح امكانية استعمالها وتعميمها.



الشكل (١)

يوضح التوزيع الطبيعي لبيانات التوافق الدراسي من طريق الحواجز النفسية وقلق المستقبل



الشكل (٢)

يمثل طبيعة الانحدار للتنبؤ بالتوافق الدراسي من الحواجز النفسية وقلق المستقبل

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠/٣/٢٠٢٢/بابل

جدول (٤) يبين المعادلة الانحدارية التنبؤية للتوافق الدراسي بدلالة الحواجز النفسية وقلق المستقبل للطلبة

الدلالة الاحصائية	Sig	قيمة (t) المحسوبة	المعاملات		المتغيرات
			قيمة المعامل	طبيعة المعامل	
دالة	٠,٠٠٠	٢٤,٩٥	٢٣٧,٢٦١	أ	الحواجز النفسية وقلق المستقبل
دالة	٠,٠٠٠	١٣,٢٩	٠,٧٦٣-	ب١	
دالة	٠,٠٣	٢,٣٧	٠,١٠٦-	ب٢	
التوافق الدراسي = قيمة المعامل الثابت (أ) + (ب١ × درجة الحواجز النفسية) + (ب٢ × درجة قلق المستقبل) .					المعادلة الانحدارية التنبؤية

يتبين لنا من الجدول (٤) أنّ المقدار الثابت للمتغيرين الحواجز النفسية وقلق المستقبل دالين في علاقتهما بالتوافق الدراسي ، فالمتغير الاول يشير إلى علاقة عكسية مع التوافق الدراسي ، فزيادة درجته في المعامل (ب١) يقابله انخفاض في درجة التوافق الدراسي للطلبة والعكس صحيح . بمعنى ان زيادة درجة الحواجز النفسية (-٠,٧٦٣) درجة يصاحبها نقصان في درجة التوافق الدراسي بمقدار (١) درجة.

كذلك بالنسبة للمعامل (ب٢) والذي يمثل متغير قلق المستقبل فان علاقته مع التوافق الدراسي علاقة عكسية ايضاً ، فزيادة درجته في المعامل (ب٢) يقابله انخفاض في درجة التوافق الدراسي للطلبة . بمعنى ان زيادة درجة قلق المستقبل (٠,١٠٦) درجة يصاحبها انخفاض في درجة التوافق الدراسي بمقدار (١) درجة . أمّا المعامل (أ) في هذه المعادلة والذي يمثل مقدراً ثابتاً ، اذ هو يعبر عن درجة التوافق الدراسي بمقدار (٢٣٧,٢٦١) عندما تكون درجة (المتنبئات) الحواجز النفسية وقلق المستقبل المرتبطة بهذا المتغير وهو التوافق الدراسي بمقدار (صفر) .

وتبين أيضاً من الجدول (٤) دلالة معاملات ميل الانحدار من خلال اختبارها لقيمة (t) والتي تظهر انها دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٠٠) و (٠,٠٣) ، وهذا مما يساعد في امكانية وضع المعادلة الانحدارية التنبؤية المستنبطة من عملية تحليل الانحدار المتعدد بغية توقع درجة التوافق الدراسي من خلال معرفة درجة الحواجز النفسية وقلق المستقبل الداخلة في التحليل. وهذا بحد ذاته مؤشر علمي يدل على كفاءة المعادلة الانحدارية التنبؤية . وللتأكد من كفاءة المعادلة الانحدارية التنبؤية نسوق المثال الآتي:

إذا فرضنا إن درجة أحد الطلبة في مقياس الحواجز النفسية كانت (١٨٤) ومقياس قلق المستقبل كانت (٨٢) فإن درجته المتوقعة في التوافق الدراسي حسب المعادلة تكون كالتالي:

$$\text{التوافق الدراسي} = ٢٣٧,٢٦١ + (-٠,٧٦٣ \times ١٨٤) + (-٠,١٠٦ \times ٨٢) = ٨٨,١٧٧$$

وهي درجة تساوي تقريبا درجة الوسط الحسابي للعينة على مقياس التوافق الدراسي البالغ (٨٨,٢٠)

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

- ١- ان طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل لديهم توافق دراسي ولكن بدرجة متوسطة ، ولديهم حواجز نفسية وقلق من المستقبل.
- ٢- توجد علاقة ارتباط قوية بين الحواجز النفسية وقلق المستقبل من جهة والتوافق الدراسي من جهة أخرى
- ٣- ان الطالبات لديهن توافق دراسي افضل من الطلاب
- ٤- لا توجد فروق واضحة في الحواجز النفسية وقلق المستقبل بين الطلاب والطالبات
- ٥- تمكن الباحث من وضع معادلة انحدارية تنبؤية كفوءة في توقع درجة التوافق الدراسي للطلبة بدلالة الحواجز النفسية وقلق المستقبل لديهم.

المصادر

- امجد كاظم: التوافق الدراسي بدلالة الاضطرابات المزاجية والقلق الالاقفي في ظل جائحة كورونا لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، رسالة ماجستير، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، جامعة بابل ، ٢٠٢١.
- حسام محمود صبار: الحواجز النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبين بكرة القدم ، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية ، مجلد (٢٥) ، العدد (٩) ، ٢٠١٨.
- حيدر عبد الرضا وآخرون: أنماط المعاملة الوالدية وقلق المستقبل وعلاقتها بالعنف الجامعي لدى طلبة جامعة بابل، مجلة جامعة كربلاء العلمية ، العدد (٥) ، ٢٠١١.

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠/٣/٢٠٢٢/بابل

ملحق (١) مقياس التوافق الدراسي

ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	إنّ دراستي الجامعية تتفق مع ميولي واهتمامي حتى مع جائحة كورونا					
٢	أعتقد بان معظم المواد الدراسية يصعب فهمها في ظل اعتماد الدراسة الالكترونية					
٣	يتجاهلني زملائي في بعض المواقف اثناء المحاضرة					
٤	أحس بالإرهاق بسرعة اذا قابلتني مشاكل كثيرة					
٥	أشعر بالضيق مع بداية اليوم الدراسي الكترونياً					
٦	أعتقد ان التدريسيين يشعرون نحوّي بالموذة					
٧	أفضل التغيب عن المحاضرات العملية كلما استطعت ذلك					
٨	أشعر عادة بالأحراج من الاتصال بالمدرسين					
٩	أفضل ان أعيش في عالم الاحلام بدلا من التفكير في الواقع					
١٠	أشعر بان المستقبل مظلم بالنسبة لي في ظل جائحة كورونا					
١١	أجد تشجيعاً من والدي على الدراسة والانتظام فيها على الرغم من وجود جائحة كورونا					
١٢	يعتقد والدي ان معظم افعالي خاطئة					
١٣	أشعر بالملل والضيق اثناء تعلم المهارات الرياضية					
١٤	أفضل قضاء معظم أوقات الدراسة في اللعب					
١٥	يتشتت ذهني كثيراً اثناء المحاضرة الالكترونية					
١٦	أشعر بالصداع دون سبب اثناء المحاضرة					
١٧	أشعر برغبة في النوم اثناء المحاضرة الالكترونية					
١٨	أتردد كثيراً في ان أسأل المدرس عما لا أفهمه					
١٩	أخشى الاجابة على سؤال المدرس بالرغم من اني اعرف الاجابة الصحيحة					
٢٠	أشعر بالتعب من كثرة المحاضرات الالكترونية					
٢١	تراودني الرغبة كثيراً في الخروج من المحاضرة العملية خوفاً من الاصابة بالوباء					
٢٢	أعتمد على الآخرين في حل واجباتي					
٢٣	أضطرب اضطراباً شديداً عند دخول الامتحانات لدرجة تمنعي من المذاكرة					
٢٤	أتضايق من الالتزام بالنظام الدراسي عندما ارى انتشار الوباء					
٢٥	أشعر بأني تعيس					
٢٦	أحاول الغش في الامتحان الالكتروني لعدم وجود رقيب					
٢٧	أعتبر نفسي شخصاً مشاغباً في المحاضرة الالكترونية					
٢٨	أعتقد ان الكذب هو افضل الطرق التي يلجأ اليها الفرد للتخلص من مشكلاته					
٢٩	تضعف عزيمتي عندما افشل لأول مرة في عمل معين					

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠/٣/٢٠٢٢/بابل

ملحق (٢) مقياس الحواجز النفسية

ت	الفقرة	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
١	اثق بقدراتي العلمية في الامتحان					
٢	اتعرض للوم من المدرس اذا لم انجز المهام الدراسية المكلف بها					
٣	تراجع ثقتي بقابلياتي كلما ازداد استهزاء زملائي بي					
٤	استطيع حل مشاكلي بمفردي					
٥	اتردد في أداء حركة رياضية اذا شعرت انها تسبب لي الإصابة					
٦	اتردد عندما اشعر بضعف اتقاني للمهارة في الدرس					
٧	تنخفض ثقتي بنفسي في الأوقات الحرجة					
٨	لدي القدرة في الاستمرار في المنافسة حتى عند اخفاقي في أداء الامتحان					
٩	اشعر بزيادة مخاوفي في الفشل كلما اقترب موعد الامتحانات					
١٠	اقترح على مدرسي بعض الآراء التي اجدها ترفع من مستوى ادائي في الدرس					
١١	اشعر بالتعب الشديد قبل بدء الامتحان					
١٢	يضايقتني انتقاد الأستاذ لمستوى ادائي في الامتحان					
١٣	اتعرض لضغوط نفسية زائدة عن قدراتي في الكلية					
١٤	اشعر بالمزيد من التوتر قبل اشتراكي بالامتحانات					
١٥	يزداد قلقي عند التفكير بأهمية التفوق بالامتحانات					
١٦	الوم نفسي اذا لم احقق درجة عالية في الامتحان					
١٧	تعرضي للاجهاد النفسي يجعلني ابتعد عن مراجعة دروسي اليومية					
١٨	استطيع تحمل أعباء الواجبات اليومية التي اكلف بها					
١٩	اشعر بالارتباك والخوف عند مواجهة مناقس قوي					
٢٠	يلازمني الحظ السيء في الامتحانات					
٢١	تلاحقتني الأفكار السلبية عند الشعور بالفشل					
٢٢	أتوقع الرسوب في أي امتحان اشترك فيه					
٢٣	اشعر انني غير قادر على اتخاذ قرارات مناسبة إزاء مواقف المنافسة المختلفة					
٢٤	أتوقع فشلي في استغلال الفرص للنجاح في دراستي					

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠/٣/٢٠٢٢/بابل

					٢٥	اشعر انني غير قادر على تحقيق طموحاتي الرياضية
					٢٦	اشعر باليأس عندما تكرر النتائج غير السارة لي في الامتحانات
					٢٧	اشعر بالضيق عندما تتحاز إدارة الكلية لبعض الطلبة
					٢٨	اجد صعوبة في أداء واجباتي الدراسية بسبب ضعف المتطلبات الأساسية للتدريس
					٢٩	اجد صعوبة بالتكيف مع البيئة الجامعية لاختلاف ظروفها
					٣٠	ارفض التعامل مع زملائي الطلبة في الدرس
					٣١	اختلف مع استاذي في العديد من الموضوعات
					٣٢	اشعر انني غير مقبول من بعض الطلبة
					٣٣	اشعر بان لي مكانة حسنة بين الطلبة
					٣٤	اندمج بسهولة مع زملائي الطلبة خلال الدرس
					٣٥	التدريس في ظروف جوية سيئة يؤثر سلباً على ادائي في الدرس العملي
					٣٦	أحاول ان أكون صداقات مع بقية الطلبة
					٣٧	قله معرفتي بقوانين الدراسة يعيق ادائي في الدروس
					٣٨	اعتمد كثيراً على مخزون المعلومات لدي لأطبقتها اثناء الامتحان
					٣٩	اشعر ان مستوى ادائي الحالي لم يتطور عن العام الماضي
					٤٠	عدم توافر وسائل التدريس الحديثة تقلل من معرفتي العلمية
					٤١	افتقد للمعرفة والخبرة الكافية حول تفاصيل الامتحانات واهميتها بالنسبة لتطور مستواي
					٤٢	كثرة غياباتي عن الدروس العملية يؤثر في مستوى ادائي بشكل سلبي
					٤٣	اشعر بالغضب اذا لم تجر الامتحانات بشكل صحيح
					٤٤	احافظ على هدوء اعصابي عند وقوع أخطاء قبل الامتحانات
					٤٥	استمر بالدراسة بنفس الحيوية والنشاط رغم صعوبة الظروف
					٤٦	احترم الانظمة والقوانين لأنها ترشدني وتحميني
					٤٧	لدي القدرة على تنظيم افكاري بسرعة في الامتحانات
					٤٨	اعتقد انني منقلب المزاج في الدروس
					٤٩	لدي القدرة على التحكم في انفعالاتي خلال الدرس
					٥٠	تمتلكني انفعالات سلبية طوال مدة الامتحانات
					٥١	افكر بإيجابية عند التعرض للفشل كي لا تتكرر الأخطاء
					٥٢	افقد القدرة على التركيز عندما ارتكب أخطاء كثيرة

المؤتمر العلمي الدولي الثامن لتكنولوجيا علوم الرياضة ٩-١٠/٣/٢٠٢٢/بابل

ملحق (٣) مقياس قلق المستقبل

ت	الفقرة	اتوقعها بدرجة كبيرة جدا	اتوقعها بدرجة كبيرة	اتوقعها بدرجة متوسطة	اتوقعها بدرجة قليلة	نادرا ما أتوقعها
١	أتوقع ان أسعار المواد سوف تزداد زيادة عالية في الأيام المقبلة					
٢	لا أمل لي في الحصول على سكن في المستقبل .					
٣	أرى ان الهجرة الى الخارج ستكون الحل الأخير لما أعانيه من مشكلات .					
٤	أخشى ان لا أجد في المستقبل عملا يتناسب مع مؤهلاتي العلمية					
٥	أرى ان دراستي نوعا من العبث وغير مجدية للمستقبل					
٦	أخشى ان لا أتمكن من تحقيق أهدافي في الحياة					
٧	أتوقع ان تزيد منغصات حياتي في المستقبل .					
٨	لا أمل لي في الحصول على فرصة لإكمال دراستي العليا مستقبلا .					
٩	أشعر ان فرصة السعادة ستتضاءل في المستقبل .					
١٠	أشعر أنني سيء الحظ لأن وسيكون حظي أكثر سوءا في المستقبل .					
١١	أحس بفقدان الأمن النفسي .					
١٢	أعتقد ان ضغوط الحياة ستزداد مستقبلا					
١٣	أشعر بالعجز عن اتخاذ أي قرار بشأن مستقبلي					
١٤	أرى ان التخطيط لعمل ما مضيعة للوقت .					
١٥	أرى ان القيم الأخلاقية تتدهور يوما بعد يوم .					
١٦	أرى ان العلاقات الاجتماعية غير صادقة كلما تقدم بي العمر .					
١٧	أحس ان الأمور ستتعد إمامي أكثر في المستقبل .					
١٨	أشعر ان حياتنا مقبلة على كوارث مختلفة					
١٩	أتوقع ان لا أجد أحدا يكثرث لما سيحدث لي مستقبلا .					
٢٠	ينتابني الأرق كثيرا كلما تأملت في المستقبل .					
٢١	أخشى الإصابة بأمراض معدية .					
٢٢	أخشى الإصابة بعاهاات بدنية .					
٢٣	أخاف الانتكال على الآخرين في تدبير أموري الشخصية عند الكبر .					
٢٤	أحس ان إمكانياتي الحالية لا تؤهلني لتكوين أسرة .					
٢٥	أخشى ان أفقد احد أفراد أسرتي .					
٢٦	أخشى ان يكون دوري ضعيفا في إدارة أسرتي مستقبلا					