

التفاعل الاجتماعي وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب كلية التربية الرياضية

أ.م.د. فاضل كردي شلاكة

م.م. روى عبد الله صخي

م. عمار موسى ابراهيم

العراق. جامعة الكوفة. كلية التربية الرياضية

Fadel Kurdy60_sport@yahoo.com

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين التفاعل الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب كلية التربية الرياضية . اذ استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية وتم تحديد مجتمع البحث وهم طلاب كلية التربية الرياضية / جامعة الكوفة ويبلغ عددهم (325) للعام الدراسي 2014 - 2015 وقد اختار الباحثون عينة البحث بصورة عشوائية وهم طلبة المراحل كافة وبلغ عددهم (155) طالب , وتم إجراء التجربة الرئيسية وذلك بتوزيع المقاييس (التفاعل الاجتماعي واحداث الحياة الضاغطة) على عينة البحث المذكورة . حيث تم التعامل مع البيانات بأسلوب الاحصائي الملائم باستخدام الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط بيرسون , واستنتج الباحثون ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين التفاعل الاجتماعي واحداث الحياة الضاغطة لدى عينة البحث اذ ان الصحة النفسية تلعب دورا كبيرا واساسيا في سلوك الانسان اتجاه الآخرين من خلال التحكم في القدرة على ضبط النفس والتفاعل مع البيئة

الكلمات المفتاحية : التفاعل الاجتماعي , الحياة الضاغطة , طلاب

Social interaction and its relationship to the Stressful Life activities among the
students of the Faculty of Physical Education

A.P. Fadel Kurdy Shulakah

M.M. Ro'aa Abdullah Sakhi

M. Ammar Mousa Ibrahim

Iraq. Al-Kufa University, Faculty of Physical Education

Fadel Kurdy60_sport@yahoo.com

Abstract

The research aims to identify the relationship between social interaction and Stressful Life activities among students of the Faculty of Physical Education. The researcher used the descriptive approach with correlation method. The research population was identified, who were the students of the Faculty of Physical Education / Al-Kufa University, totaling of (325), for the academic year 2014-2015.

The researcher had chosen the research sample randomly, who were the students of all levels and were 155 students. The main experiment was conducted by distributing the standards(Social interaction and Stressful Life Activities) on the mentioned research sample. The data was processed by using an appropriate statistical method: the mean, standard deviation, and Pearson correlation coefficient.

The researchers concluded that there was a significant correlation between social interaction and stressful life activities among the research sample as the mental health play a major and essential role in human behavior towards others by controlling the ability to self-control and interacting with the environment.

Key words: social interaction, stressful life, students

1- المقدمة :

ان دراسة علم النفس الاجتماعي كجزء مهم من علم النفس العام وتمتد جذوره الى عصور قديمة وقد تبلور كعلم بحد ذاته وهو يتناول علاقات الفرد الاجتماعية والتفاعل مع البيئة التي يعيش فيها , ومرحلة الدراسة الاكاديمية في الجامعة لها دورا كبيرا في تنمية شخصية الطالب من خلال العلاقات الاجتماعية الجديدة التي تتكون بفعل التفاعل الاجتماعي له مع الاخرين والاندماج في المجتمع الجديد وبفعل الخبرة السابقة تتكون علاقات جديدة تمتاز بصلابتها وقوتها وتمتد الى خارج نطاق الكلية او الجامعة .

ان التفاعل الاجتماعي وهو تفاعل ديناميكي بين افراد الجماعة يبدئ بمراحل متعددة وتكون معتمدة على فترات الاولى وهي التعارف وبدء تلك العلاقات من خلال عبارات الاطراء الى ان تنتهي بمرحلة الاعلان عن تلك العلاقات وتعزيزها وتثبيت بالتوافق فيما بينهم , ولكن قد تبرز هناك امور ثانية لا تمنح الفرصة لتلك العلاقات بالتطور والتميز والتعزيز ومنها ضغوطات الحياة وما ينتج وهي قد تكون ضمنية وهو الدخول الى هذه المرحلة المهمة من حياة الطالب وما سوف ينتج عنها كالتعب والتهيج العاطفي وعدم الاستقرار النفسي والجهد البدني والحركي مما يتطلب من الطالب ان يحاول التغلب على تلك الضغوط والتكيف معها وقد ينتج عنه عدم الاندماج مع الاخرين وتكوين تلك العلاقات التفاعلية خصوصا وان انشطة التربية الرياضية تحتاج الى امكانات عالية لأنها قد تكون العامل الذي يكون الضغط النفسي بفعل التعب والارهاق والاصابات التي تحدث جراء التمرينات والدروس , والتربية الرياضية لا تعنى بالجانب البدني فقط بل يتعدى الى تهذيب الشخصية وتنمية بعض السمات الشخصية كالثقة بالنفس وروح التعاون وهذه تتضح من خلال تفاعله مع نفسه ومع البيئة التي يعيش فيها لذا لا يمكن للجماعة

اجتماعية اداء مهامها وتحمل مسؤولياتها وتخطيط انشطتها وتنمية ذاتياتها دون وجود علاقات اجتماعية ويعد التفاعل الاجتماعي الى تكوين العلاقات المتبادلة بين الفرد والبيئة الاجتماعية المحيط به كي يتغلب على الضغوط التي تعيق الوصول الى تكوين العلاقات الجيدة .

وهنا تكمن اهمية البحث بدراسة التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالحياة الضاغطة لدى طلاب كلية التربية الرياضية .

وان التفاعل الاجتماعي امر هام في التعامل مع المواقف الضاغطة التي يمر بها الطالب وتعزيز علاقته بالآخرين من خلال التكيف مع تلك الضغوطات والتي قد تمنعه من الاندماج معهم وتؤثر على طبيعة التفاعل الاجتماعي معهم خاصة طلاب كلية التربية الرياضية الذين يتعرضون لتلك الضغوط اكثر من غيرهم اذا ما عرفنا طبيعة الانشطة الرياضية التي تساعد على الاندماج والتعاون والتخلص من الضغوط .

ومن خلال ملاحظة الباحثون للعديد من المواقف التي يمر بها الطلبة فهناك حالة من ضعف التفاعل الاجتماعي مع الآخرين اذا ما تعرضوا لضغوطات الحياة ومواقفها ومن خلال ذلك ارتى الباحثون دراسة التفاعل الاجتماعي وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب كلية التربية الرياضية . ويهدف البحث الى .

- التعرف على العلاقة بين التفاعل الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب كلية التربية الرياضية .

2- إجراءات البحث :

2-1 منهج البحث : استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته طبيعة المشكلة المدروسة هي التي تحدد المنهج الملائم .

2-2 مجتمع وعينة البحث : تم تحديد مجتمع البحث وهم طلاب كلية التربية الرياضية / جامعة الكوفة ويبلغ عددهم (325) للعام الدراسي 2014 - 2015 وقد اختار الباحثون عينة البحث بصورة عشوائية وبلغ عددهم (155) وهم يمثلون جميع مراحل الكلية وبواقع شعبة لكل مرحلة , وتم استبعاد (20) طالبا وذلك بسبب اجراء التجربة الاستطلاعية عليهم .

2-3 أدوات البحث :

- المصادر والمراجع العربية

- مقياس التفاعل الاجتماعي (ملحق 1) : أعدته نادرة جميل حمد ويتكون من (56) فقرة وهو خماسي الأبعاد (دائما , غالبا , احيانا , نادرا , ابدا) وتعطي درجات (5 - 1) على التوالي وبالعكس بالنسبة لل فقرات السلبية.

- مقياس احداث الحياة الضاغطة (ملحق 2) : أعدته ابتسام محمد , ويتكون من (50) فقرة وهو ثنائي الأبعاد (مررت بها , لم امر بها) , من (2 - 1) لل فقرات الايجابية ومن

(2 - 1) لل فقرات السلبية وان اعلى درجة للمقياس هي (100) واقل درجة هي (50) .

وقد تحقق الصدق الظاهري للمقياسين من خلال عرضهما على مجموعة من الخبراء .

وزيادة في الدقة وللتأكد من أن المقياسين يتمتعان بالثبات ، قام الباحثان بإعادة تطبيقهما بطريقة إعادة الاختبار على عينة بلغت (10) طلاب ، إذ بلغ معامل الثبات (0,80) لمقياس التفاعل الاجتماعي ، في حين بلغ معامل الثبات لمقياس احداث الحياة الضاغطة (0,84)

2-4 التجربة الاستطلاعية :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين المصادف 5 /1/ 2015 على عينة من (10) طلاب والغرض منها التعرف على المعوقات التي قد تواجه الباحثون والوقت المستغرق للإجابة وقد كان الوقت مناسب للإجابة .

2-5 التجربة الرئيسية :

قام الباحثون بإجراء التجربة الرئيسية بتاريخ يوم الخميس المصادف (25 /1/ 2015) وذلك بتوزيع المقاييس على عينة البحث المذكورة .

2-6 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثون الوسائل الإحصائية التي تلائم البحث وطبيعة أهدافه وتمثلت الوسائل الإحصائية بما يأتي :

مج س

الوسط الحسابي

ن

$$ع = مج(س - م) / 2$$

الانحراف المعياري

مج ص مج س

مج س ص -

ن

- ر =

$$\sqrt{\frac{(مج س)^2 - (مج ص)^2}{ن}}$$

$$(مج س^2 - \frac{مج س^2}{ن}) - (مج ص^2 - \frac{مج ص^2}{ن})$$

ن

3- عرض نتائج العلاقة بين التفاعل الاجتماعي واحداث الحياة الضاغطة :

جدول (1)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس التفاعل الاجتماعي واحداث الحياة الضاغطة

المعالم الاحصائية المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة(ر) المحسوبة	قيمة(ر) الجدولية	الدلالة
التفاعل الاجتماعي	58,45	25,9	0,79	0,21	معنوي
احداث الحياة الضاغطة	135,05	36,09			

من خلال الجدول (1) ان قيمة (ر) المحسوبة والبالغة (0,79) اكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (0,21) تحت مستوى دلالة (0,05) مما يدل ان هناك علاقة ارتباط بين الصحة النفسية والتكيف الدراسي لدى عينة البحث .

3-2 مناقشة النتائج

من خلال ما تم عرضه في الجدول (1) والذي دل على ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين التفاعل الاجتماعي واحداث الحياة الضاغطة لدى عينة البحث لان الصحة النفسية تلعب دورا كبيرا واساسيا في سلوك الانسان اتجاه الآخرين من خلال التحكم في القدرة على ضبط النفس والتفاعل مع البيئة على اساس تكامل الوظائف النفسية الكاملة والتي تؤدي الى مواجهة الازمات التي تواجه الفرد كون ان الاندماج في البيئة الجديدة يعد تكيفا اجتماعيا جديدا للطالب وان الصحة النفسية الجيدة للفرد تساعد كذلك في التغلب على الضغوط الناتجة من القلق الاجتماعي والدراسي والتي قد تنتج من عدم اقتناع البعض من الطلبة في التخصص الجديد والذي قد يكونوا غير راغبين فيه وقد تسبب هذه الضغوط ايضا في الانقطاع عن الدراسة من جراء عدم تفهمهم

او توافقتهم اجتماعيا ودراسيا مع هذا الواقع وعذا ما اكده هرمز ويوسف " فان بعض الطلبة لا يكونون معدين اعدادا طيبا للانخراط في الجامعة وبذلك فقد يتعرضون لمشكلات وصعوبات اكااديمية او دراسية وقد ينسلخون عن الدراسة او ينقطعون عنها , بسبب عدم توافقتهم وتكيفهم معها , كل ما سبق يفرض على الطالب الجامعي مطالب جديدة ولكي يواجهها ويجتازها بنجاح عليه ان يؤدي العديد من الاستجابات التكيفية المناسبة للأجواء الجامعية الجديدة "

(صباح حنا هرمز ويوسف حنا ابراهيم، 1988، ص 786)

والصحة النفسية من المؤثرات الاساسية التي تعكس التكيف الدراسي الجيد للطالب في السنة الاولى من الحياة الجامعية وهي ايضا تتعكس على تحصيله الدراسي ومواده الدراسية الجديدة والتي قد تكون صعبة بحكم التخصص لان التجربة الجامعية متعددة الوجة بتنوع متطلباتها , اذ ان الصحة النفسية الجيدة تكمن في وجود توافقات تجعل الطالب قادرا على مواجهة المشكلات التي تواجهه في هذه المرحلة .

المصادر

- صباح حنا هرمز ويوسف حنا ابراهيم : علم النفس التكويني (الطفولة والمراهقة) ، جامعة الموصل، دار الكتب.1988, عدد (31)، الأردن (1999) .

ملحق (1)

مقياس التفاعل الاجتماعي

ت	الفقرات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	أبدا
1	اجد صعوبة في المناقشة او التعبير عن افكاري امام الآخرين.					
2	اشعر بالسرور لمخالطة الناس وتبادل الحديث معهم.					
3	استمتع بتبادل المزاح والدعابة مع الآخرين.					
4	افصح للآخرين عن رغباتي الشخصية وامنياتي الخاصة.					
5	افضل الانفراد بنفسني عندما امر بأزمة.					
6	اتضايق عندما يراقبني اخرون اثناء قيامي بعمل.					
7	اتضايق من كوني بلا اصدقاء.					
8	اكون علاقات ايجابية مع الآخرين بسهولة.					
9	افضل كتم مشاعري نحو الآخرين.					
10	امتدح الآخرين عند قيامهم بعمل مميز .					
11	لا اهتم بالاستماع للآخرين عندما يحدثوني عن مشكلاتهم الخاصة.					
12	اتقبل نقد الآخرين لي برحابة صدر.					
13	استضيف اصدقائي ومعارفي في بيتي او في اماكن الاستضافة.					
14	ابادر الآخرين بالتحية او الحديث.					
15	اقدم تنازلات للآخرين للحفاظ على علاقتي بهم.					
16	اتضايق من وجودي في الحفلات او النشاطات الترفيهية.					
17	ابادر بإعادة علاقتي المقطوعة بالآخرين .					
18	احدث الآخرين عن خلافاتي مع افراد اسرتي.					

19	اتجنب الحديث في الامور الشخصية خوفا من سخرية الآخرين.				
20	اطيل النظر الى محدثي اثناء تبادل الحديث.				
21	اشعر بالحاجة الى الاندماج بالناس عندما امر بأزمة.				
22	اتضايق من تفوق الآخرين عليّ .				
23	اصفح عن الآخرين عندما يسيئون اليّ .				
24	اتبادل الزيارات مع جبراني ومعارفي.				
25	احدث الآخرين عن ذكرياتي المؤلمة.				
26	احظر المناسبات الاجتماعية من اجل تقديم التهنية او المواساة للآخرين.				
27	اتكيف بسهولة مع المواقف الاجتماعية الجديدة.				
28	ابوح بمشاعري نحو الآخرين مهما كان نوعها.				
29	اجد صعوبة في الاختلاط بالآخرين وتكوين علاقات معهم.				
30	اطلع الآخرين على المخاوف التي تتتابني والافكار التي تقلقني.				
31	اتردد في مقابلة الاغراب والشخصيات المهمة او التحدث اليهم.				
32	لا استطيع نسيان اساءة الآخرين لي.				
33	اتردد في الاجابة عن استفسارات الآخرين او ارشادهم الى هدفهم .				
34	اصغي باهتمام للآخرين عندما يحدثونني عن مشكلاتهم الخاصة.				
35	انتسب الى الاندية او المنظمات الاجتماعية.				
36	اتبادل الحديث مع الآخرين اثناء السفر.				
37	اتضايق من قضاء وقت الفراغ بمفردي.				
38	احرص على جلوسي منفردا في الاماكن العامة او اماكن الانتظار .				

39	افضل العمل مع الاخرين على العمل بمفردي.				
40	ارفض الكشف عن الامراض او المشكلات الصحية التي اعاني منها.				
41	اتضايق من نقد الاخرين لي.				
42	اطلب رأي الاخرين ومشورتهم عندما تواجهني مشكلة .				
43	اكشف عن معتقداتي وأرائي الدينية.				
44	احدث الاخرين عن المشكلات او الصعوبات الاقتصادية التي تواجهني.				
45	لا اعيد علاقتي المقطوعة بالآخرين مالم يبادروا هم بإعادتها.				
46	اخجل من الاندماج بالآخرين اذا كانت معرفتي بهم حديثة .				
47	اتمسك برأيي اذا كان مخالف لرأي الاغلبية.				
48	ابادر بتقديم التبرعات والهدايا.				
49	امتنع عن ذكر المواقف المحرجة التي تصادفني في حياتي اليومية .				
50	استمتع بحضور الحفلات والنشاطات الترفيهية.				
51	اشتااق لرؤية اصدقائي ومعارفي عندما افارقهم لفترة من الزمن.				
52	اقدم المشورة او النصيحة للآخرين عندما يواجهون مشكلة في اتخاذ القرار .				
53	ابادر بتلطيف اجواء المحادثة وازالة التوتر بألقاء الفكاهة والطرائف.				
54	اشارك في السفرات الجماعية.				
55	لا امانع من بذل الجهد لمساعدة الاخرين في انجاز اعمالهم.				
56	استغرق في افكاري الخاصة عند جلوسي مع الاخرين.				

ملحق (2)

مقياس الحياة الضاغطة

ت	الفقرات	مررت بها	لم أمر بها
1	موت احد الأصدقاء اثر انفجار في منطقة ما .		
2	توبيخ الوالدين لأبنائهم أمام الآخرين .		
3	عدم الحصول على المال الكافي .		
4	اعتقال احد أفراد الأسرة من قبل قوات الاحتلال .		
5	التردد في التعبير عن المشاعر تجاه الجنس الآخر .		
6	العثور على جثث بعض الأقارب في الطب العدلي .		
7	النقد اللاذع من الأخوة والأخوات .		
8	عدم القدرة على تناول الطعام في الجامعة أو خارجها لشحة النقود .		
9	تعرض البيت للتفتيش من قبل قوات الاحتلال .		
10	تأخر الزواج عن الإخوة والأخوات الآخرين .		
11	سجن احد أفراد الأسرة .		
12	الإهمال من الأقارب .		
13	عدم القدرة على ركوب سيارة الأجرة عند الحاجة لذلك .		
14	تعرض احد الوالدين للتسليب .		
15	كبت الأمور العاطفية .		
16	وفاة الأب .		
17	النعى بألقاب تنثير السخرية .		

18	عدم امتلاك غرفة خاصة للدراسة في البيت .		
19	تهديد احد أفراد الأسرة بالقتل من جهات مجهولة .		
20	اليأس من عدم وجود العنصر الطيب من أبناء الجنس الآخر .		
21	وفاة الأم .		
22	الاهانة من الزملاء .		
23	ضعف الدخل الشهري للأسرة .		
24	تعرض المنزل لعملية سطو مسلح .		
25	الخجل من طرح الأمور العاطفية أمام الآخرين .		
26	قتل احد أفراد الأسرة .		
27	عدم القبول من الزملاء .		
28	قلة الحصول على الغذاء الجيد .		
29	تدمير المنزل اثر القصف الشديد أو انفجار العبوات الناسفة أو المفخخات .		
30	شروط الزواج تضعف فرص الحصول على الزوج المناسب .		
31	قتل احد الجيران .		
32	تشويه السمعة اثر وشاية تمس الأخلاق .		
33	السكن في بيت غير صحي .		
34	التعرض لمحاولة اختطاف .		
35	تدخل الأسرة في اختيار شريكة الحياة .		
36	سرقة سيارة الأسرة .		
37	الإهمال من الوالدين .		

38	عدم الحصول على الملابس المناسبة للدوام في الجامعة .		
39	الإنذار بترك البيت والمنطقة على الفور .		
40	صعوبة فهم شخصية الجنس الآخر .		
41	اختطاف احد أفراد الأسرة .		
42	رفض الطلبات والرغبات حتى اليسير منها .		
43	ضعف القدرة على شراء مستلزمات الدراسة .		
44	ترك المدينة والانتقال إلى الاقضية والنواحي .		
45	ضعف الثقة بإفراد الجنس الآخر .		
46	سفر احد أفراد الأسرة .		
47	النبذ من المحيطين بك .		
48	عدم القدرة على تغيير الملابس طيلة الفصل .		
49	الانتقال من محافظة إلى أخرى .		
50	ابتعاد الجنس الآخر بسبب ضعف الشخصية .		