

دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا

* د / إسلام منصور عبد المنعم

استهدف البحث التعرف علي دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي (الاسلوب المسحي) نظراً لملاءمته لطبيعة وأهداف البحث ، كما قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من متحدي الإعاقة بجامعة المنيا والبالغ عددهم (٩٠) طالب وطالبة كعينة أساسية وينسبة مئوية قدرها (٧٣,٧٧%) ، كما تم اختيار عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية والبالغ عددها (٢٥) طالب وطالبة وينسبة مئوية قدرها (٢٠,٤٩%) ، وقد تم استبعاد (٧) طالب وطالبة بنسبة مئوية قدرها (٥,٧٤%) وذلك لعدم استكمالهم لبيانات البحث ، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث ما يلي :

- ١- بناء مقياس الصمود النفسي وتمتعه بمعاملات علمية من صدق وثبات مقبولة علمياً .
- ٢- هناك العديد من الأنشطة الترويحية الرياضية التي يفضل طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة ممارستها والتي من أهمها (المشي ، الجري ، التمرينات البسيطة ، تنس الطاولة ، الكاراتيه ، دفع الجلة ، قذف القرص ، الألعاب الصغيرة) .
- ٣- لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة .
- ٤- توجد فروق غير دالة إحصائياً في محاور مقياس الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير الجنس (الذكور والاناث) .
- ٥- توجد فروق غير دالة إحصائياً في محاور مقياس الصمود النفسي لدى طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير نوع الاعاقة (حركية ، سمعية ، بصرية).

Abstract

The role of practicing sports recreational activity in improving the level of psychological resilience I have a disability challenger at Minia University

The research aimed to identify the role of the practice of recreational and sports activity in improving the level of psychological resilience for people with disabilities at Minia University, where the researcher used the descriptive approach (survey method) due to its suitability to the nature and objectives of the research. Their number is (90) male and female students as a basic sample, with a percentage of (73.77%), and an exploratory sample was selected from the same research community and outside the basic research sample, which is (25) male and female students, with a percentage of (20.49%), and (7) were excluded Male and female students with a percentage of (5.74%) because they did not complete the research data, and the researcher used the actual reality questionnaire for the recreational and sports activity preferred to be practiced by university students with disabilities, and it was one of the most important results that the researcher reached the following:

1. Constructing a measure of psychological resilience and enjoying scientific coefficients of validity and stability that are scientifically acceptable.
2. There are many recreational sports activities that university students with disabilities prefer to practice, the most important of which are (walking, running, simple exercises, table tennis, karate, shot put, discus throwing, and small games).
3. The exercise of recreational and sports activity has an important and vital role in improving the level of psychological resilience among university students with disabilities.
4. There are non-statistically significant differences in the axes of the psychological resilience scale of university students with disabilities who practice recreational and sports activity due to the gender variable (males and females).
5. There are non-statistically significant differences in the axes of the psychological resilience scale of university students with disabilities who practice recreational and sports activities, due to the variable type of disability (kinesthetic, auditory, visual).

دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي

لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا

* د / إسلام منصور عبد المنعم

مقدمة ومشكلة البحث :

يعد الاهتمام بمتحدي الإعاقة هي أولى التحديات الحقيقية لكافة المجتمعات والأمم ، حيث يتوقف مدي تقدم وتطور الأمم علي مدي عنايتها ورعايتها لكافة أفرادها وعلي رأسهم متحدي الإعاقة ، وذلك من أجل التأكيد علي حقهم في الحياة والعمل علي اتاحة كافة الفرص لهم في الاندماج والمشاركة الطبيعية مع الاخرين في مختلف المجالات سواء التعليمية أو التدريبية أو العلاجية أو الترويحية.

ويذكر " طارق عبد الرؤوف ، ربيع عبد الرؤوف " (٢٠٠٨ : ص ٦) أن الاهتمام بمتحدي الإعاقة يعد أحد أهم القضايا بالنسبة لكافة دول العالم ، وذلك لما لهم من حق رئيسي في الرعاية الصحية والنفسية والتربوية والارشادية والترويحية تحقيقاً لذاتهم ، لكي يساهموا بقدر من الإيجابية المثمرة في تحقيق وجودهم وإنسانيتهم وبالتالي يشعرون بهويتهم وفقاً لإمكانياتهم .

ويري " محمد جبران " (٢٠١٥ : ص ٢) أن فئة متحدي الإعاقة من الفئات التي تمثل واقعاً اجتماعياً لا يمكن تجاهله ، فهم كأفراد لهم حقوق كاملة مثل أي فرد في المجتمع ، وهم ذوى احتياجات خاصة حيث يحتاجون لرعاية من نوع خاص تمكنهم من ممارسة شئون حياتهم وتنميتهم والعمل على تفهمهم مع المجتمع وفقاً لخصائصهم ومستويات احتياجاتهم وأنواع إعاقتهم . ويوضح " عثمان لبيب " (٢٠١٢ : ص ٢١) أن مفهوم متحدي الإعاقة يطلق علي كل من يعاني من عجز أو صعوبة في أداء نوع أو أكثر من الأنشطة الجسمية أو الفكرية عن غيره من الأفراد العاديين الذين يتساوى معهم في العمر أو الجنس أو الدور الاجتماعي ، حيث تعتبر تلك الأنشطة والأعمال هي أعمال أساسية من متطلبات الحياة مثل الحركة والنشاط الرياضي وأداء الأنشطة الاقتصادية والأعمال الفكرية وغيرها من الأنشطة .

* مدرس بقسم الترويج الرياضي – كلية التربية الرياضية – جامعة المنيا .

ويشير " عمار سليم وآخرون " (٢٠٢٠ : ص ٦٣) إلي أن الإعاقة قد تؤثر على الفرد وتجعل حالته المعنوية سيئة نتيجة لإحساسه بإعاقته دون غيره في المجتمع الذي يعيش فيه ، بالإضافة الي التحديات والأزمات التي يتعرض لها ، والتي قد تدفعه الي الانسحاب والعزلة الاجتماعية بصورة مستمرة ،

كما قد يتعرض إلي أنواع متعددة من صور الاحباط واليأس والاكتئاب والقلق نتيجة الفشل الذي يتعرض له سواء في عمليات العلاج أو التأهيل أو السلوك الاجتماعي السليم مع الآخرين ، كل ذلك يستلزم مواجهة وصمود نفسي ، فالصمود النفسي يدفع الفرد إلى التفكير الإيجابي والتفاؤل والبعد عن اليأس والعجز .

ويذكر " محمد عبد الله " (٢٠١٩ : ص ٦٢٨) أنه في ضوء ما تقدم وفي ظل الظروف الحياتية الصعبة التي يمر بها طلاب الجامعة وخاصة الطلاب من ذوي الاحتياجات الخاصة تتجلي الحاجة الي الصمود النفسي وما ينطوي عليه من قدرات تساعد على مواجهة كافة التغيرات والتكيف والتوافق مع الظروف الراهنة حتى لا يقعوا تحت وطئة الضغوط ومنغصات الحياة .

ويعد مفهوم الصمود النفسي من المفاهيم الحديثة نسبياً والتي نالت اهتمام العديد من العلماء والباحثين في مجال علم النفسي الايجابي ، وذلك لما له من أهمية كبيرة في مساعدة الفرد علي مواجهة كافة التغيرات والتحديات والضغوط التي يمر بها ، بل وتجعله قادراً علي التكيف الايجابي مع الاحداث والمحن الصادمة والازمات التي يتعرض لها ، وبذلك فهو يعد أحد متغيرات الوقاية والمقاومة النفسية لمختلف الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط والازمات .

ويذكر " Cheng et all " (٢٠١٤ : ص ١٥٨٨) أن الصمود النفسي من الأسس الهامة والرئيسية لسلامة الصحة النفسية ، ومؤشراً هاماً علي السمات الإيجابية للشخصية ، ومن ثم فهو يلعب دوراً هاماً في نمو الفرد النفسي والاجتماعي ، ويعبر عن نظام تفكيره وسلوكه في مواجهة مختلف مواقف الحياة ومتطلباتها ، ويكشف عن الاتزان الانفعالي للفرد ، ويدل علي مدي توافق الفرد مع ذاته وبيئته ، كما أنه يدعم شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن العالم حوله .

ويشير " Truffino " (٢٠١٠ : ص ١٤٩) الي أن الصمود النفسي يساعد الفرد في التغلب علي الآثار السلبية الناتجة عن الضغوط النفسية وتمكنه من التكيف الإيجابي ، كما يعد من أهم الخصائص التي تميز الافراد القادرين علي تجاوز المحن والأزمات ، بل والتكيف من

أجل استعادة التوازن النفسي والانفعالي في حياتهم ، مما يمكنهم من تجنب كافة الآثار الناتجة عن الضغوط النفسية ، ولذا فهو يساعد الأفراد علي التطور في أي ظروف صعبة حتي يمكن مواجهتها .

وتري " إيمان مصطفى " (٢٠١٥ : ص ٧) أن الصمود النفسي يتمثل في القدرة علي التعامل مع كافة ضغوط الحياة وأزماتها ومصائبها من خلال الاعتماد علي المصادر الداخلية والخارجية للفرد بحيث يحافظ علي مستوي جيد من التوافق والتكيف والصحة النفسية .

كما توضح " أميرة سعيد وآخرون " (٢٠١٥ : ص ٧٣٣) أن الصمود النفسي يتضمن مجموعة من السمات الايجابية في شخصية الفرد ، والتي تساعد في ايجاد بنية نفسية قوية لديه من شأنها تساعده في التعامل مع المواقف الحياتية الصعبة .

ويري الباحث أن هناك علاقة وثيقة بين الصمود النفسي وممارسة النشاط الترويحي الرياضي ، حيث أن النشاط الترويحي الرياضي يسهم في تحسين الحالة البدنية والصحية والنفسية للفرد والتي من شأنها تسهم في مقدرة متحدي الإعاقة علي التعامل مع مختلف المواقف الحياتية ومواجهة كافة التحديات والضغوط والأزمات التي تواجههم علي أتم وجه ممكن ، الأمر الذي يساعدهم في اكتشاف الجوانب الإيجابية والقدرات والإمكانيات التي بداخلهم والتي من شأنها تجعلهم أكثر تفاؤلاً وتوجهاً نحو المستقبل .

ويذكر "حاتم جاسم ، حيدر طارق " (٢٠٠٩ ، ٢٧٢-٢٧٣) أن الجامعة تعتبر أحد أهم المؤسسات التربوية التي تهدف إلى استثمار وقت الفراغ لدى الطلاب بشكل يحقق طموحاتهم وآمالهم ، وذلك من خلال توفير كافة الأنشطة الترويحية لممارستها وعلي رأسهم النشاط الترويحي الرياضي ، والذي من شأنه يسهم في بناء إنسان قادر على مواجهة متطلبات الحياة وضغوطاتها ، وتجعله قادراً علي مواجهة كافة التحديات والازمات التي يتعرض لها ، بل وتشبع حاجاته وتستغل قدراته وتهئ له الفرص للتعبير عن آرائه ، ومن ثم فإن أهمية استثمار وقت الفراغ في ممارسة النشاط الترويحي الرياضي أصبح من المستلزمات الضرورية لعملية التنمية .

ويؤكد ذلك " محمود إسماعيل طلبه " (٢٠١٠ : ص ٤٤) علي أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي يسهم في تحقيق التوازن البدني والنفسي والاجتماعي ، كما أنها وقاية للفرد من الملل والقلق والإرهاق وما يسببه كل ذلك من ضغوط نفسية وعصبية نتيجة للظروف التي يمر بها المجتمع حالياً، كما أنه يساعد في تحقيق الصمود النفسي للفرد وكذلك التعبير عن

مشاعره وأحاسيسه وتنمي عقله ، وتزداد معارفه ومعلوماته ، ويتفهم وينتج ويتحرر فتنتقل طاقاته ويبتكر ، وتنمو ميوله وتتعدل اتجاهاته علي نحو تكتسب فيه الحياة رونقها وتصبح أكثر إشراقاً وبهجة .

كما يوضح " محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز " (٢٠١٥ : ص ٣٧) أن لممارسة أوجه النشاط الترويحي الرياضي العديد من التأثيرات النفسية المختلفة علي الفرد ، والتي من أهمها إشباع الميول والدوافع المرتبطة بالهوايات ، إشباع الحاجات المرتبطة بالاستقرار والأمان وتحقيق السعادة والسرور للفرد ، تنمية الصمود النفسي ، والنجاح في التعبير عن الذات ، وتنمية مفهوم الذات الإيجابية والوقاية من التعب الذهني ، تنمية الثقة بالنفس والتحرر من الخوف ، إشباع دافع المنافسة ، زيادة القدرة علي الإنجاز ، تنمية الشخصية الإبداعية المبتكرة .

ويشير " محمد عبد الله " (٢٠١٩ : ص ٦٣٠) إلي أنه مما لا شك فيه أن تناول مفهوم الصمود النفسي والذي يعد أحد اللبئات الأساسية في علم النفس الايجابي في علاقته بممارسة النشاط الترويحي الرياضي ربما يلقي الكثير من الضوء علي أهمية ممارسة متحدي الاعاقة بالجامعة لمختلف الأنشطة الترويحية الرياضية بشتي صورها والذي ينعكس بدوره علي الصحة النفسية لديهم .

ويؤكد هذا نتائج العديد من الدراسات السابقة كدراسة كلاً من " أحمد محمد شوقي " (٢٠٢٠) ، " محمد عبد الله أحمد " (٢٠١٩) ، " أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون " (٢٠١٥) ، " Arora " (2015) ، " محمد كمال السمودي وآخرون " (٢٠١٣) علي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوي العديد من المتغيرات النفسية بصفة عامة والصمود النفسي بصفة خاصة لدي الأفراد بل وتجعلهم يتمتعون بصحة نفسية جيدة ويكونوا قادرين علي مواجهة كافة التحديات والازمات التي يواجهونها علي أتم وجه ممكن .

وانطلاقاً مما سبق تكمن مشكلة البحث في أن فئة متحدي الاعاقة بالمرحلة الجامعية تعد من اكثر الفئات التي تحتاج الي رعاية وعناية خاصة ، وذلك نتيجة لما يمرون به من ظروف وتغيرات قد تؤثر عليهم سلباً والتي من أهمها عدم تقبلهم لإعاقتهم ، الأمر الذي نشأ عنه تعرضهم للعديد من الضغوط والأزمات النفسية التي تؤثر عليهم وتجعلهم غير متوافقين نفسياً واجتماعياً بل وغير قادرين علي تحقيق أهدافهم وطموحاتهم ، فمنهم من لا يستطيع تقبل ذلك الأمر وبالتالي فإنهم أكثر عرضة للضغوط وعدم السلامة النفسية ، ومنهم من يتقبل ذلك ويكون لديهم صمود

نفسى يجعلهم قادرين على مواجهة كافة الصعوبات والتحديات التي تواجههم بل وتجعلهم أكثر تفاؤلاً بالمستقبل .

ومن ثم وجب على كافة المسؤولين بالجامعة ضرورة تقديم العناية والرعاية التامة لمتحدي الإعاقة وذلك من خلال توفير كافة الخدمات التربوية والتعليمية بصفة عامة والأنشطة الترويحية الرياضية بصفة خاصة وذلك لما لها من دور هام وحيوي في تحسين الحالة البدنية والصحية والعقلية والنفسية لهم ، بل وتجعلهم قادرين على التفكير الإيجابي تجاه مختلف الموضوعات وحل كافة المشكلات التي يتعرضون لها مع مواجهة كافة الضغوط والأزمات والتحديات التي تواجههم ، ومن ثم يكونوا أعضاء نافعين قادرين على تحقيق التقدم والتطور في مختلف مجالات الحياة .

ومما سبق تأتي هذه الدراسة في اطار الاهتمام بفئة متحدي الإعاقة من طلاب الجامعة من خلال دراسة مستوى الصمود النفسى لديهم ومعرفة تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية التي توفرها الجامعة على الصمود النفسى لديهم ، لذا وجب علينا الاهتمام بهذه الفئة من خلال توفير كافة الأنشطة الترويحية الرياضية لهم والتي من شأنها تتيح لهم القدرة على التخلص من الضغوط النفسية وتجعلهم أكثر قدرة على التفاؤل والأمل والتفكير تجاه المستقبل . وهذا ما دفع الباحث لإجراء هذا البحث بهدف التعرف على دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسى لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا .

هدف البحث :

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسى لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا .

تساؤلات البحث :

1. ما الواقع الفعلى للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا ؟
2. هل لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور في تحسين مستوى الصمود النفسى لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا ؟

٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير الجنس (ذكور – إناث) ؟

٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير نوع الإعاقة (حركية – سمعية – بصرية)؟

مصطلحات البحث :

- النشاط الترويحي الرياضي :

يعرفه الباحث علي أنه " أحد أنواع الترويح الذي تتضمن برامجه ممارسة الفرد لمختلف الألعاب والأنشطة الرياضية في وقت الفراغ وبحرية تامة ، والتي من شأنها تسهم في التأثير الإيجابي علي مختلف الجوانب سواء البدنية أو الصحية أو النفسية أو الاجتماعية " .
- الصمود النفسي :

تعرفه كلاً من " زينب محمد ، بدرية كمال " (٢٠١٩ : ص٨٤٦) الصمود النفسي علي أنه " قدرة الفرد علي مواجهة كافة الضغوط والمتاعب والمشكلات التي تواجهه في حياته اليومية بإيجابية وشجاعة ، وميله الي بذل المزيد من الجهد وتحمل مسئولية ما يكلف به من مهام " .
- متحدي الإعاقة :

يعرفهم " محمد السمنودي وآخرون " (٢٠١٣ : ص٢٠٧) بـ " إرادة التحدي لدي المعاق الذي يعاني من قصور أو عجز في قدراته الحسية أو الجسدية أو النفسية او الاجتماعية ، في تحدي اعاقته للظروف المجتمعية والمشكلات الاجتماعية والنفسية والاقتصادية والتعليمية والصحية التي يواجهها " .

الدراسات المرجعية :

قام الباحث بحصر للعديد من الدراسات المرجعية فقد قسمها الباحث إلي دراسات عربية وآخري أجنبية ، وقام بعرضها مصنفة ومرتبنة من الأحدث للأقدم .
أولاً : الدراسات العربية :

١- قام " أحمد محمد شوقي " (٢٠٢٠) بإجراء دراسة استهدفت تنمية الصمود النفسي لدي عينة من ممرضي العناية المركز من خلال برنامج ألعاب ترويحية ، حيث استخدم الباحث

المنهج التجريبي باتباع القياس القبلي والبعدي لمجموعة واحدة ، وتكونت عينة البحث من (٢٠) ممرض ، واستخدم الباحث برنامج الألعاب الترويحية ومقياس الصمود النفسي كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل اليها الباحث أن لبرنامج الألعاب الترويحية المقترح تأثير إيجابي علي مستوى الصمود النفسي لدي العينة قيد البحث .

٢- قام " محمد عبد الله أحمد " (٢٠١٩) بإجراء دراسة استهدفت دراسة الصمود النفسي لدي طلاب الجامعات المصرية الممارسين للنشاط الرياضي، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ، كما قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب الجامعات المصرية المشاركين بأسبوع شباب الجامعات المصرية بكفر الشيخ والبالغ عددهم (٧٦٠) طالب وطالبة ، واستخدم الباحث مقياس الصمود النفسي كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل اليها الباحث أن لممارسة الأنشطة الرياضية تأثير إيجابي علي مستوى الصمود النفسي لدي طلاب الجامعات المصرية قيد البحث ، وجود فروق بين الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في ابعاد الصمود النفسي وفق متغير النوع ولصالح الذكور ، لا توجد فروق دالة احصائياً بين الطلاب الممارسين للأنشطة الرياضية في أبعاد الصمود النفسي وفق متغير نوع الكلية .

٣- قام " أحمد كمال عبد الوهاب وآخرون " (٢٠١٨) بإجراء دراسة استهدفت قياس مستوى الصمود النفسي لدي عينة من المراهقين المعاقين بصرياً وكذلك دراسة الفروق بين عينة البحث في الصمود النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية ، حيث استخدم الباحثون المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ، وتكونت عينة البحث من المراهقين المعاقين بصرياً والبالغ عددهم (٧٢) طالب وطالبة ، واستخدم الباحثون مقياس الصمود النفسي كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل اليها الباحثون أن هناك فروق دالة احصائياً بين الذكور والاناث المعاقين بصرياً في الصمود النفسي ولصالح الاناث ، عدم وجود فروق دالة احصائياً بين المعاقين بصرياً في الصمود النفسي تعزي لمتغير نوع الإعاقة (جزئية - كلية) .

٤- قامت " أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون " (٢٠١٥) بإجراء دراسة استهدفت التعرف علي العلاقة بين الأمن النفسي والصمود النفسي لدي عينة من طلاب الجامعة الممارسين

وغير الممارسين للأنشطة الطلابية ، حيث استخدم الباحثون المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ، وتكونت عينة البحث من طلاب جامعة حلوان وعين شمس والبالغ عددهم (١٢٠) طالب ، واستخدم الباحثون مقياس الأمن النفسي والصمود النفسي كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون أن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين الأمن النفسي والصمود النفسي ، عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الامن النفسي والصمود النفسي ، توجد فروق دالة احصائياً بين الطلاب الممارسين وغير ممارسين للأنشطة الطلابية في الأمن النفسي والصمود النفسي ولصالح الطلاب الممارسين ، كما أن لممارسة الأنشطة الطلابية دور هام وحيوي في تحسين مستوي الأمن النفسي والصمود النفسي لدي الطلاب قيد البحث .

ثانياً : الدراسات الأجنبية :

٥- قام كلاً من " Rudwan & Alhashimia " (2018) بإجراء دراسة استهدفت دراسة الصمود النفسي لدي عينة من طلاب الجامعة ، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ، كما قام الباحثان باختيار عينة البحث من طلاب الجامعة والبالغ عددهم (١٠٠٠) طالب وطالبة ، واستخدم الباحثان مقياس الصمود النفسي كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحثان أن وجود فروق في ابعاد الصمود النفسي وفق متغير النوع ولصالح الإناث ، كما أنه لا توجد فروق دالة احصائياً بين الطلاب والطالبات في أبعاد الصمود النفسي وفق متغير العمر .

٦- قام " Arora " (2015) بإجراء دراسة استهدفت التعرف علي العلاقة بين الصمود النفسي والدافع للإنجاز لدي عينة من الرياضيين وغير رياضيين من طلاب الجامعة ، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) ، كما قام الباحث باختيار عينة البحث من طلاب الجامعة والبالغ عددهم (٢١٦) طالب ، واستخدم الباحث مقياس الصمود النفسي ومقياس الدافع للإنجاز كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الصمود النفسي والدافع للإنجاز ، كما توجد فروق بين الطلاب الرياضيين وغير رياضيين في ابعاد الصمود النفسي والدافع للإنجاز ولصالح الرياضيين .

إجراءات البحث :

- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي (الأسلوب المسحي) وذلك نظراً لملائمته لطبيعة البحث والأهداف التي يسعى لتحقيقها .

- مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث علي طلاب وطالبات جامعة المنيا من متحدي الإعاقة للعام الجامعي (٢٠٢٠/٢٠٢١) والبالغ عددهم (١٢٢) طالب وطالبة .

- عينة البحث :

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من متحدي الإعاقة بجامعة المنيا والبالغ عددهم (٩٠) طالب وطالبة كعينة أساسية وبنسبة مئوية قدرها (٧٣,٧٧%) ، كما تم اختيار عينة استطلاعية من نفس مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية والبالغ عددها (٢٥) طالب وطالبة وبنسبة مئوية قدرها (٢٠,٤٩%) ، وقد تم استبعاد (٧) طالب وطالبة بنسبة مئوية قدرها (٥,٧٤%) وذلك لعدم استكمالهم لبيانات البحث ، والجدول (١) يوضح توصيف مجتمع وعينة البحث الأساسية والاستطلاعية .

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث الأساسية والاستطلاعية (ن = ١٢٢)

المتغير	الفئة	العينة الأساسية	العينة الاستطلاعية	ما تم استبعاده	المجموع	النسبة المئوية
الجنس	طلبة	٦٠	١٥	٥	٨٠	٦٥,٥٧%
	طالبات	٣٠	١٠	٢	٤٢	٣٤,٤٣%
	الجموع	٩٠	٢٥	٧	١٢٢	١٠٠%
نوع الإعاقة	حركية	٣٦	١٠	٤	٥٠	٤٠,٩٨%
	سمعية	١٥	٣	-	١٨	١٤,٧٥%
	بصرية	٣٩	١٢	٣	٥٤	٤٤,٢٧%
	الجموع	٩٠	٢٥	٧	١٢٢	١٠٠%
البيئة الجغرافية	ريف	٣٥	١١	٢	٤٨	٣٩,٣٤%
	حضر	٥٥	١٤	٥	٧٤	٦٠,٦٦%
	الجموع	٩٠	٢٥	٧	١٢٢	١٠٠%

أدوات جمع البيانات :

أولاً : استمارة الاستبيان : (إعداد الباحث) (ملحق ٢)

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث الاستبيان كأداة رئيسية ، وقد قام بإعداد وتصميم الاستبيان وفق عدد من الخطوات وهي كالتالي :

- (١) تحديد الهدف من الاستبيان والمتمثل في التعرف على الواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا .
- (٢) قام الباحث بالاطلاع المرجعي للعديد من المراجع والدراسات السابقة سواء العربية أو الأجنبية التي تناولت دراسة واقع أنشطة الترويح الرياضي لدي طلاب الجامعة بصفة عامة ومتحدي الإعاقة بصفة خاصة كدراسة كلاً من " أحمد محمد شوقي " (٢٠٢٠) ، " محمد عبد الله أحمد " (٢٠١٩) ، " أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون " (٢٠١٥) ، " Arora " (2015) ، " محمد جبران القحطاني " (٢٠١٥) ، " محمد كمال السمودي وآخرون " (٢٠١٣) وذلك للاستفادة منها في تحديد الأنشطة التي سيتضمنها الاستبيان قيد البحث .
- (٣) في ضوء الاطلاع المرجعي للباحث ومن خلال تحليل الاستبيانات التي صممت للتعرف علي أنشطة الترويح الرياضي المفضلة لدي متحدي الإعاقة توصل الباحث الي عدد من الأنشطة الترويحية الرياضية.
- (٤) قام الباحث بإعداد استمارة لاستطلاع رأي مجموعة من الخبراء بلغ قوامهم (١٠) عشرة خبراء ملحق (١) وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة الأنشطة التي تم وضعها ملحق (٢) وذلك بوضع علامة (√) تحت كلمة موافق في حالة الموافقة ، ووضع علامة (√) تحت كلمة غير موافق في حالة عدم الموافقة ، كذلك حذف أو إضافة أي نشاط من الأنشطة يرونها مناسبة ، وبالتالي قد بلغ عدد عبارات الاستبيان في صورته الأولية (٢٢) عبارة .
- (٥) لم يتم حذف أي نشاط من الأنشطة وذلك في ضوء آراء الخبراء ، وبالتالي تصبح الصورة النهائية للاستبيان مكونة من (٢٢) عبارة . ملحق (٣)
- (٦) استخدم الباحث في تصحيح الاستبيان الخيارات " أمارس- لا أمارس " مع توزيع الدرجات (٢ - ١) .

المعاملات العلمية للاستبيان :

قام الباحث بحساب المعاملات العلمية للاستبيان وذلك على النحو التالي :

أ . الصدق :

حساب صدق الاستبيان استخدم الباحث التالي :

١ - صدق المحتوى :

قام الباحث بعرض استبيان الواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة في صورته الأولية (ملحق ٢) والذي يتضمن (٢٢) عبارة على مجموعة من الخبراء ملحق (١) وذلك لإبداء الرأي في مدى ملائمة الاستبيان فيما وضع من أجله من حيث الأنشطة ومدى مناسبتها ، وذلك بوضع علامة (√) أمام النشاط وتحت كلمة موافق إذا كان النشاط مناسب وتحت كلمة غير موافق إذا كان النشاط غير مناسب وتحت كلمة تعديل إذا كان النشاط في حاجة إلى تعديل من حيث الصياغة وقد تم اختيار الأنشطة التي حصلت على نسبة ٧٠% فأكثر من مجموع آراء الخبراء ، وفي ضوء ذلك لم يتم تعديل أو حذف أو إضافة أي نشاط ، وبذلك بلغ عدد أنشطة الاستبيان في صورته النهائية (٢٢) نشاط (ملحق ٣) .

٢ - صدق التكوين الفرضي " الاتساق الداخلي " :

للتحقق من صدق الاستبيان قام الباحث بحساب صدق التكوين الفرضي باستخدام الاتساق الداخلي وذلك عن طريق تطبيقه على عينة قوامها (٢٥) طالب وطالبة من متحدي الإعاقة من مجتمع البحث ومن غير عينة البحث الأساسية ، وقام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين مجموع درجات المحور الذي تنتمي إليه ، والجدول (٢) يوضح ذلك .

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان

والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ٢٥)

النشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الاعاقة							
الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة	الارتباط	العبارة
**٠,٩١	١٩	**٠,٦٦	١٣	**٠,٧٣	٧	**٠,٨٠	١
**٠,٦٦	٢٠	**٠,٧٠	١٤	**٠,٨٥	٨	**٠,٧١	٢
**٠,٧٢	٢١	**٠,٨٢	١٥	**٠,٦٥	٩	**٠,٥٥	٣
**٠,٦٥	٢٢	**٠,٩٢	١٦	**٠,٨٠	١٠	**٠,٨٧	٤
		**٠,٧٦	١٧	**٠,٨٢	١١	**٠,٦٣	٥
		**٠,٥٠	١٨	**٠,٧٨	١٢	**٠,٥٦	٦

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ ، ** دالة عند مستوى ٠,٠١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٣٩٦ ، (٠,٠١) = ٠,٥٠٥

يتضح من جدول (٢) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي اليه ما بين (٠,٥٠ : ٠,٩٢) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للاستبيان قيد البحث .

ثانياً : مقياس الصمود النفسي :

اعتمد الباحث في إعداد وتصميم مقياس الصمود النفسي كأداة رئيسية لجمع بيانات علي مجموعة من الخطوات وهي كالتالي :

١- تحديد الهدف من المقياس : والذي تمثل في التعرف علي مستوى الصمود النفسي لدي عينة من متحدي الإعاقة بجامعة المنيا .

٢- القراءة والإطلاع : قام الباحث بإجراء مسح مرجعي للعديد من المراجع والدراسات العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع البحث والتي تناولت الصمود النفسي كدراسة كلاً من " أحمد محمد شوقي " (٢٠٢٠) ، " محمد عبد الله أحمد " (٢٠١٩) ، " أحمد كمال عبد الوهاب وآخرون " (٢٠١٨) ، " أسماء مسعود محمد " (٢٠١٧) ، " أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون " (٢٠١٥) ، " إيمان مصطفى سرميني " (٢٠١٥) وذلك للاستفادة منها في تحديد محاور المقياس قيد البحث .

٣- تحديد محاور المقياس : في ضوء ما تم الاطلاع عليه من دراسات وبحوث سابقة تم تحديد محاور المقياس وكان عددها (٦) محاور وهي (الكفاءة الشخصية والاجتماعية ، الاتزان النفسي والانفعالي ، القدرة علي حل المشكلات ، الصلابة النفسية ، التحدي والمثابرة ، التفكير الايجابي تجاه المستقبل) ، ثم بعد ذلك قام الباحث بإعداد بوضع تعريف لكل محور من محاور مقياس الصمود النفسي وهي كالتالي :

- الكفاءة الشخصية والاجتماعية : وهي امتلاك الفرد للعديد من الخصائص والسمات الشخصية والاجتماعية التي تمكنه من مواجهة كافة المشكلات والمواقف والازمات والتغلب عليها بما يحقق أهدافه الشخصية .

- الاتزان النفسي والانفعالي : قدرة الفرد علي ضبط نفسه والتحكم في انفعالاته والتعامل بهدوء مع كافة المشكلات والمواقف الضاغطة التي تواجهه .
 - القدرة علي حل المشكلات : امتلاك الفرد للعديد من المقومات والمهارات التي تساعده في مواجهة كافة المشكلات التي تعترضه والعمل علي حلها وفق أسس علمية سليمة .
 - الصلابة النفسية : هي امتلاك الفرد للعديد من الخصائص النفسية التي تجعله قادراً علي مواجهة كافة المشكلات والضغطات الحياتية والأزمات التي تعترضه بكفاءة وفعالية .
 - التحدي والمثابرة : امتلاك الفرد العزيمة والقدرة علي مواجهة كافة الأزمات والضغطات وعدم الاستسلام من أجل تحسين مهاراته وتحقيق أهدافه .
 - التفكير الايجابي تجاه المستقبل : قدرة الفرد علي التخطيط والتفكير بإيجابية تجاه المواقف والحياة المستقبلية التي سيواجهها الفرد .
- ٤- قام الباحث بعرض محاور المقياس علي مجموعة من الخبراء بلغ قوامها (١٠) عشر خبيراً من أساتذة علم النفس والترويح الرياضي بكليات التربية الرياضية علي مستوي جمهورية مصر العربية (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في المحاور التي تم وضعها (ملحق ٤) والجدول (٣) يوضح رأي الخبراء علي مناسبة المحاور للغرض الذي وضعت من أجله .

جدول (٣)

النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدي مناسبة محاور مقياس الصمود النفسي (ن = ١٠)

النسبة المئوية	رأي الخبير		المحاور	م
	غير موافق	موافق		
٩٠%	١	٩	الكفاءة الشخصية والاجتماعية	١.
١٠٠%	-	١٠	الاتزان النفسي والانفعالي	٢.
٩٠%	١	٩	القدرة علي حل المشكلات	٣.
١٠٠%	-	١٠	الصلابة النفسية	٤.
١٠٠%	-	١٠	التحدي والمثابرة	٥.
١٠٠%	-	١٠	التفكير الايجابي تجاه المستقبل	٦.

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مدي مناسبة محاور المقياس قد تراوحت ما بين (٩٠% : ١٠٠%) ، وفي ضوء ذلك لم يتم حذف أي محور من محاور المقياس وذلك لتجاوز نسبة الموافقة عليهم (٧٠%) وبذلك بلغت المحاور التي تم موافقة الخبراء عليها (٦) محاور .

٥- صياغة عبارات المقياس : قام الباحث بوضع مجموعة من العبارات لكل محور من محاور مقياس الصمود النفسي في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل محور بالإضافة الى الاستعانة بالمقاييس السابقة في وضع عبارات المقياس الحالي ، وقد روعي عند صياغة العبارات أن تكون سهلة وواضحة المعنى وغير قابلة للتأويل.

٦ - الصورة المبدئية للمقياس : قام الباحث بعرض تلك المحاور والعبارات على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس والترويح الرياضي وعددهم (١٠) عشر خبيراً بحيث لا تقل مدة خبرتهم في المجال عن (١٠) عشرة سنوات (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة العبارات لمحاور المقياس (ملحق ٣) ، والجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

عدد العبارات التي تم حذفها أو إضافتها أو تعديلها من الصورة الأولية لمقياس

الصمود النفسي طبقاً لآراء الخبراء (ن = ١٠)

عدد العبارات النهائية	عدد العبارات المضافة	أرقام العبارات التي تم تعديلها	أرقام العبارات المحذوفة	عدد العبارات المحذوفة	عدد العبارات في الصورة الأولية	المحاور
١٠	-	٩،٢،١	١٠	١	١١	المحور الأول : الكفاءة الشخصية والاجتماعية .
٧	-	٥	-	-	٧	المحور الثاني : الاتزان النفسي والاندفاعي .
٩	١	٣،١	-	-	٨	المحور الثالث : القدرة علي حل المشكلات .
٩	-	٥،٤،١	-	-	٩	المحور الرابع : الصلابة النفسية .
٨	-	١	-	-	٨	المحور الخامس : التحدي والمتابعة .
٩	-	٧،٤،٢	-	-	٩	المحور السادس : التفكير الايجابي تجاه المستقبل .
٥٢	١	١٣	١		٥٢	المجموع

يتضح من جدول (٤) :

تم حذف العبارات التي حصلت على نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق الخبراء وقد بلغت عدد العبارات المحذوفة (١) عبارة واحدة ، كما تم اضافة (١) عبارة واحدة ، وبالتالي تصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٥٢) عبارة .(ملحق ٦)

٧- الصورة النهائية للمقياس : قام الباحث بصياغة عبارات المقياس في صورته النهائية بعد حذف وتعديل صياغة بعض العبارات وإضافة عبارات آخري وفقاً لما أشار إليه الخبراء ، وذلك

بترتيب العبارات تبعاً للمحور المنتمية إليه بحيث تجمع العبارات الخاصة بكل محور من محاور المقياس مع بعضها (ملحق ٦).

٨ - تصحيح المقياس : لتصحيح المقياس قام الباحث بوضع ميزان تقدير ثلاثي بناءً على استطلاع آراء الخبراء ، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي (نعم ، الي حد ما ، لا) مع توزيع الدرجات (٣ ، ٢ ، ١) بالنسبة للعبارات الايجابية ، أما بالنسبة للعبارات السلبية والبالغ عددها (١١) عبارة وهما عبارات رقم (٩ ، ٢٠ ، ٢٢ ، ٣٠ ، ٣٣ ، ٣٥ ، ٣٦ ، ٤٠ ، ٤٤ ، ٤٧ ، ٥١) فيكون ميزان التقدير لها كالتالي (نعم ، الي حد ما ، لا) (١ ، ٢ ، ٣) .

المعاملات العلمية لمقياس الصمود النفسي :

أ . الصدق :

لحساب صدق المقياس استخدم الباحث التالي :

(١) صدق المحتوى :

قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية (ملحق ٥) والذي يتكون من (٦) محاور و(٥٦) عبارة على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس والترويح الرياضي قوامها (١٠) عشرة خبراء (ملحق ١) وذلك لإبداء الرأي في مدى ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله سواء من حيث المحاور والعبارات الخاصة بكل محور ومدى مناسبة تلك العبارات للمحور الذي تمثله ، وقد تبين أن النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول عبارات المقياس قيد البحث تراوحت ما بين (٥٠% : ١٠٠%) وبذلك تم حذف (١) عبارة واحدة لحصولها علي نسبة أقل من ٧٠% من اتفاق الخبراء ، وتم إضافة (١) عبارة واحدة لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (٥٢) أثنان وخمسون عبارة (ملحق ٦) .

(٢) صدق التكوين الفرضي " الاتساق الداخلي " :

لحساب صدق المقياس استخدم الباحث صدق التكوين الفرضي بطريقة الاتساق الداخلي ، حيث قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (٢٥) طالب وطالبة من متحدي الاعاقة من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية ، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس ، كما تم حساب معاملات الارتباط

بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس والجداول (٥) ، (٦) ، (٧) توضح النتيجة علي التوالي .

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصمود النفسي

والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي اليه (ن = ٢٥)

التفكير الإيجابي تجاه المستقبل		التحدي والمثابرة		الصلابة النفسية		القدرة على حل المشكلات		الاتزان النفسي والانفعالي		الكفاءة الشخصية والاجتماعية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*٠,٦٧ *	٤٤	*٠,٨٨ *	٣٦	*٠,٩١ *	٢٧	*٠,٨٤ *	١٨	*٠,٧٥ *	١١	*٠,٨٠ *	١
*٠,٨٢ *	٤٥	*٠,٧٧ *	٣٧	*٠,٦٨ *	٢٨	*٠,٥٢ *	١٩	*٠,٩٠ *	١٢	*٠,٧٤ *	٢
*٠,٨٥ *	٤٦	*٠,٩٠ *	٣٨	*٠,٧٠ *	٢٩	*٠,٧٦ *	٢٠	*٠,٨٤ *	١٣	*٠,٦٦ *	٣
*٠,٦٩ *	٤٧	*٠,٧٢ *	٣٩	*٠,٨٩ *	٣٠	*٠,٧٧ *	٢١	*٠,٦٠ *	١٤	*٠,٨٢ *	٤
*٠,٨٢ *	٤٧	*٠,٧٧ *	٤٠	*٠,٨٠ *	٣١	*٠,٩٢ *	٢٢	*٠,٨٠ *	١٥	*٠,٩٥ *	٥
*٠,٨٠ *	٤٨	*٠,٩٢ *	٤١	*٠,٦٧ *	٣٢	*٠,٧٤ *	٢٣	*٠,٨٧ *	١٦	*٠,٧٢ *	٦
*٠,٧٠ *	٤٩	*٠,٨٨ *	٤٢	*٠,٨٢ *	٣٣	*٠,٧٠ *	٢٤	*٠,٦٣ *	١٧	*٠,٦٨ *	٧
*٠,٨٣ *	٥٠	*٠,٩٠ *	٤٣	*٠,٧٠ *	٣٤	*٠,٦٧ *	٢٥			*٠,٨٥ *	٨
*٠,٩٠ *	٥١			*٠,٨٢ *	٣٥	*٠,٧٦ *	٢٦			*٠,٦٥ *	٩
*٠,٨٠ *	٥٢									*٠,٨٩ *	١٠

* دالة عند مستوي ٠,٠٥ ، ** دالة عند مستوي ٠,٠١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٣٩٦ ، (٠,٠١) = ٠,٥٠٥

يتضح من جدول (٥) ما يلي :

. تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصمود النفسي والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه ما بين (٠,٥٢ : ٠,٩٥) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصمود النفسي

والدرجة الكلية للمقياس (ن = ٢٥)

التفكير الإيجابي تجاه المستقبل		التحدي والمثابرة		الصلابة النفسية		القدرة على حل المشكلات		الاتزان النفسي والانفعالي		الكفاءة الشخصية والاجتماعية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠,٦٢	٤٤	**٠,٧٦	٣٦	**٠,٨٨	٢٧	**٠,٨٢	١٨	**٠,٧٠	١١	**٠,٧٧	١
**٠,٧٧	٤٥	**٠,٧٠	٣٧	**٠,٦٢	٢٨	**٠,٥٠	١٩	**٠,٨٨	١٢	**٠,٧٠	٢
**٠,٨٢	٤٦	**٠,٨٨	٣٨	**٠,٦٥	٢٩	**٠,٦٦	٢٠	**٠,٨٠	١٣	**٠,٦٥	٣
**٠,٦٣	٤٧	**٠,٦٧	٣٩	**٠,٨٢	٣٠	**٠,٧٥	٢١	**٠,٥٧	١٤	**٠,٨٠	٤
**٠,٨٠	٤٧	**٠,٧٠	٤٠	**٠,٧٣	٣١	**٠,٨٧	٢٢	**٠,٧٧	١٥	**٠,٩١	٥
**٠,٧٢	٤٨	**٠,٩٠	٤١	**٠,٦٤	٣٢	**٠,٧٠	٢٣	**٠,٨٤	١٦	**٠,٦٥	٦
**٠,٦٤	٤٩	**٠,٨٢	٤٢	**٠,٨٠	٣٣	**٠,٦٦	٢٤	**٠,٦٠	١٧	**٠,٦٢	٧
**٠,٨١	٥٠	**٠,٨٠	٤٣	**٠,٦٠	٣٤	**٠,٦٤	٢٥			**٠,٨٢	٨
**٠,٨٢	٥١			**٠,٧٩	٣٥	**٠,٧٤	٢٦			**٠,٦٠	٩
**٠,٧٧	٥٢									**٠,٨٤	١٠

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ ** دالة عند مستوى ٠,٠١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٣٩٦ ، (٠,٠١) = ٠,٥٠٥

يتضح من جدول (٦) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية

له ما بين (٠,٥٠ : ٠,٩١) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس يتمتع

بدرجة مقبولة من الصدق.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين المجموع الكلي لكل محور من محاور مقياس

الصمود النفسي والمجموع الكلي له (ن = ٢٥)

م	المحاور	معامل الارتباط
١	الكفاءة الشخصية والاجتماعية	**٠,٨٢
٢	الاتزان النفسي والانفعالي	**٠,٧٧
٣	القدرة على حل المشكلات	**٠,٩١
٤	الصلابة النفسية	**٠,٨٦
٥	التحدي والمثابرة	**٠,٧٣
٦	التفكير الإيجابي تجاه المستقبل	**٠,٨٠

* دالة عند مستوى ٠,٠٥ ** دالة عند مستوى ٠,٠١

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,٣٩٦ ، (٠,٠١) = ٠,٥٠٥

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

- تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل محور من محاور مقياس الصمود النفسي والمجموع الكلي له ما بين (٠,٧٣ : ٠,٩١) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

ب . الثبات :

لحساب ثبات مقياس الصمود النفسي قام الباحث باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (٢٥) طالب وطالبة من متحدي الإعاقة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، والجدول (٨) يوضح ذلك .

جدول (٨)

معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس الصمود النفسي (ن = ٢٥)

م	المحاور	معامل ألفا
١.	الكفاءة الشخصية والاجتماعية	٠,٨٧
٢.	الاتزان النفسي والانفعالي	٠,٧٠
٣.	القدرة على حل المشكلات	٠,٨٤
٤.	الصلابة النفسية	٠,٨٠
٥.	التحدي والمثابرة	٠,٩٠
٦.	التفكير الايجابي تجاه المستقبل	٠,٧٣
	الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩٢

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

- تراوحت قيم معاملات ألفا لكرونباخ لمحاور مقياس الصمود النفسي والدرجة الكلية له ما بين (٠,٩٢ : ٧٠) وهى معاملات دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات .

خطوات البحث :

أ- الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ١ / ١١ / ٢٠٢١م إلي ٣ / ١١ / ٢٠٢١م وذلك للتأكد من مدي مناسبة المقياس المستخدم للتطبيق على العينة قيد البحث ، وقد تم تطبيق الاستبيان والمقياس على عينة قوامها (٢٥) طالب وطالبة من متحدي الإعاقة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، وقد أوضحت نتائج تلك الدراسة أن المقياس

يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات وكذلك فهم العينة للمقياس المستخدم وكذلك تعليمات التطبيق .

ب- تطبيق البحث :

قام الباحث بتطبيق المقياس علي طلاب وطالبات العينة الأساسية قيد البحث في الفترة من ٧ / ١١ / ٢٠٢١ م إلى ٣٠ / ١١ / ٢٠٢١ م .

ج- الأسلوب الإحصائي المستخدم :

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً ، ولحساب نتائج البحث استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية :

- معامل الارتباط لبيرسون .
- معامل ألفا لكرونباخ .
- المتوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- النسبة المئوية .
- ٢٤ .

وقد ارتضى الباحث مستوى دلالة عند مستوى (٠,٠٥) ، كما قام باستخدام برنامج Spss الإحصائي (إصدار ٢٨) لحساب بعض المعاملات الإحصائية .

عرض ومناقشة النتائج :

سوف يستعرض الباحث نتائج البحث وفقاً للترتيب التالي :

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول : والذي ينص علي :

١. ما الواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا؟

جدول (٩)

الدرجة المقدره والنسب المئوية ومربع كا للواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (ن = ٩٠)

م	الواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا	الاستجابة		الدرجة المقدره	النسبة المئوية	كا
		أمارس	لا أمارس			
١	المشي	٧٥	١٥	١٦٥	%٩١,٦٧	**٤٠,٠٠
٢	الجرى	٦٥	٢٥	١٥٥	%٨٦,١١	**١٧,٧٨
٣	التمرينات البسيطة	٨٠	١٠	١٧٠	%٩٤,٤٤	**٥٤,٤٤
٤	تنس الطاولة	٦٠	٣٠	١٥٠	%٨٣,٣٣	**١٠,٠٠
٥	كرة الجرس	٣١	٥٩	١٢١	%٦٧,٢٢	**٨,٧١
٦	كرة اليد	٢٧	٦٣	١١٧	%٦٥,٠٠	**١٤,٤٠
٧	كرة القدم	٣٠	٦٠	١٢٠	%٦٦,٦٧	**١٠,٠٠
٨	كرة السلة	٣٣	٥٧	١٢٣	%٦٨,٣٣	**٦,٤٠
٩	الكرة الطائرة	٢٥	٦٥	١١٥	%٦٣,٨٩	**١٧,٧٨
١٠	الكراتيه	٥٨	٣٢	١٤٨	%٨٢,٢٢	**٧,٥١
١١	الجودو	٢٢	٦٨	١١٢	%٦٢,٢٢	**٣٢,٥١
١٢	المصارعة	٢٠	٧٠	١١٠	%٦١,١١	**٢٧,٧٨
١٣	السباحة	٣٢	٥٨	١٢٢	%٦٧,٧٨	**٧,٥١
١٤	المبارزة	٢٨	٦٢	١١٨	%٦٥,٥٦	**١٢,٨٤
١٥	دفع الجلة	٥٨	٣٢	١٤٨	%٨٢,٢٢	**٧,٥١
١٦	قذف القرص	٦٠	٣٠	١٥٠	%٨٣,٣٣	**١٠,٠٠
١٧	رمى الرمح	٣٣	٥٧	١٢٣	%٦٨,٣٣	**٦,٤٠
١٨	الاسكواش	٢٤	٦٦	١١٤	%٦٣,٣٣	**١٩,٦٠
١٩	الوثب الطويل	٣٣	٥٧	١٢٣	%٦٨,٣٣	**٦,٤٠
٢٠	الوثب الثلاثي	٢٥	٦٥	١١٥	%٦٣,٨٩	**١٧,٧٨
٢١	الوثب العالي	٢٠	٧٠	١١٠	%٦١,١١	**٢٧,٧٨
٢٢	الألعاب الصغيرة	٦١	٢٩	١٥١	%٨٣,٨٩	**١١,٣٨
الدرجة الكلية للواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا				٢٨٨٠	%٧٢,٧٣	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (١) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٣,٨٤

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لآراء عينة البحث في عبارات استبيان الواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا ما بين (٦١,١١% : ٩٤,٤٤%) .

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ١٠ ، ١٥ ، ١٦ ، ٢٢) وفي اتجاه الموافقة .
- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في عبارات (٥ ، ٦ ، ٧ ، ٨ ، ٩ ، ١١ ، ١٢ ، ١٣ ، ١٤ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٠ ، ٢١) وفي اتجاه عدم الموافقة .
- ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث علي أن من أهم أنشطة الترويج الرياضي المفضل ممارستها هي (المشي ، الجري ، التمرينات البسيطة ، تنس الطاولة ، الكاراتيه ، دفع الجلة ، قذف القرص ، الألعاب الصغيرة) إلي أن مثل هذه الأنشطة والألعاب إنما تتسم بالعديد من الخصائص والسمات التي تميزها عن غيرها من الألعاب الآخري والتي من أهمها أنها تتسم بالسهولة والبساطة من حيث درجة تنفيذها وممارستها والتي من شأنها قد تتناسب مع طبيعة ودرجة الإعاقة الخاصة بالطلاب قيد البحث ، بالإضافة الي أنها لا ترتبط بقواعد وقوانين معينة لممارستها وان كانت هناك بعد القوانين والقواعد لبعض الألعاب السابق ذكرها فإنها أيضاً تتسم بالسهولة وعدم التعقيد مما يسهم في زيادة أعداد الطلاب المشاركين في ممارستها ، بالإضافة الي أنها من الألعاب التي قد لا ترتبط بمكان معين لممارستها حيث أن غالبية تلك الألعاب يمكن ممارستها في أي مكان وأي زمان ، كما أنها لا تحتاج الي أدوات أو إمكانيات مكلفة لممارستها ، كل تلك السمات والخصائص قد ساهمت في جعل مثل هذه الأنشطة من الأنشطة الترويحية الرياضية المفضل ممارستها لدي متحدي الإعاقة بالجامعة دون غيرها من باقي الأنشطة والتي من شأنها قد تسهم في تحسن مستوي اللياقة البدنية والجسمية لديهم ، بالإضافة الي أنها تسهم في توطيد العلاقات الاجتماعية بين الطلاب بعضهم البعض ، كما أنها تجعلهم أكثر قدرة علي التخلص من كافة الضغوط النفسية والحياتية التي يتعرضون لها بل وقادرين علي حل كافة المشكلات والمعوقات التي قد تواجههم .
- ويتفق هذا مع ما أشار اليه كلاً من " محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز " (٢٠٠٩ : ص ٣٤) إلي أن النشاط الترويحي الرياضي يعد من الأنشطة البناءة التي تعود علي الطالب الجامعي بالهادفية ، فهو يسهم في تنمية وتطوير شخصية الطالب الجامعي بدنياً ونفسياً واجتماعياً بل وإكسابه العديد من السمات الإيجابية من خلال الاشتراك في ممارسة مثل هذه الأنشطة الرياضية المختلفة والتي من شأنها تسهم في الإعداد الجيد لحياته المستقبلية .

كما يعزو الباحث أيضاً نتيجة عدم مشاركة غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث في ممارسة أنشطة الترويح الرياضي والمتمثلة في (كرة الجرس ، كرة اليد ، كرة القدم ، كرة السلة ، الكرة الطائرة ، الجودو ، المصارعة ، السباحة ، المبارزة ، رمي الرمح ، الاسكواش ، الوثب الطويل ، الوثب الثلاثي ، الوثب العالي) إلي أن غالبية هذه الألعاب والأنشطة إنما تحتاج الي مهارات معينة لممارستها والتي من شأنها قد لا تتناسب مع طبيعة ودرجة الإعاقة لدي طلاب الجامعة قيد البحث ، بالإضافة الي أن مثل هذه الألعاب انما تحتاج الي الاعتماد الكلي في ممارستها علي الرجلين أو اليدين الأمر الذي قد يتعارض مع غالبية طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة والذي يجعلهم أكثر احجاماً عن ممارسة مثل هذه الأنشطة ، بالإضافة الي أن مثل هذه الألعاب انما تحتاج الي أدوات وامكانيات لممارستها ، بالإضافة الي أنها تحتاج الي ضرورة المام الطلبة والطالبات من متحدي الإعاقة بالجامعة بكافة القواعد والقوانين التي تحكم طريقة تنفيذ مثل هذه الألعاب ، الأمر الذي ادي الي عدم اقبال غالبية متحدي الإعاقة من طلبة وطالبات الجامعة علي ممارسة مثل هذه الأنشطة .

وبذلك نجد أن الباحث قد أجاب علي التساؤل الأول والذي ينص علي " ما الواقع الفعلي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل ممارسته لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا؟

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني : والذي ينص علي :

٢- هل لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا ؟

جدول (١٠)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا لدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الكفاءة الشخصية والاجتماعية) (ن = ٩٠)

م	دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الكفاءة الشخصية والاجتماعية)	الاستجابة			النسبة المئوية	الدرجة المقدره	كا	
		نعم	إلى حد ما	لا				
١	لدي القدرة علي التعبير عن رأيي تجاه مختلف الموضوعات التي يتم مناقشتها مع الآخرين .	٥٤	٢٠	١٦	٨٠,٧٤%	٢١٨	**٢٩,٠٧	
٢	ممارستي للنشاط الترويحي الرياضي ساعدتني في الوصول إلي هدفي بكل سهولة .	٧٠	١٠	١٠	٨٨,٨٩%	٢٤٠	**٨٠,٠٠	
٣	أمتلك ارادة تساعدني في تحقيق طموحاتي .	٦٧	١٥	٨	٨٨,٥٢%	٢٣٩	**٦٩,٢٧	
٤	أتمتع بعلاقات اجتماعية وثيقة مع الأفراد من حولي .	٥٩	٢٠	١١	٨٤,٤٤%	٢٢٨	**٤٣,٤٠	
٥	إيماني بقدراتي يساعدني في تحمل الصعاب .	٥٥	٢٠	١٥	٨١,٤٨%	٢٢٠	**٣١,٦٧	
٦	ممارستي للنشاط الترويحي الرياضي ساعدتني في القدرة علي التفاعل الاجتماعي مع الآخرين .	٧١	١٥	٤	٩١,٤٨%	٢٤٧	**٨٦,٠٧	
٧	أستطيع أن أحقق النجاح تحت أي ظرف من الظروف .	٦١	٢٢	٧	٨٦,٦٧%	٢٣٤	**٥١,٨٠	
٨	أنافس الآخرين وبقوة أثناء تنفيذ أي نشاط ترويحي رياضي.	٥٨	١٧	١٥	٨٢,٥٩%	٢٢٣	**٣٩,٢٧	
٩	أتردد أثناء اختياري لنوع النشاط الترويحي الرياضي الذي أريد أن أمارسه في وقت فراغي .	١٠	٣٠	٥٠	٥١,٨٥%	١٤٠	**٢٦,٦٧	
١٠	أشارك أصدقائي مناسبتهم الاجتماعية دائماً .	٦٤	٢٠	٦	٨٨,١٥%	٢٣٨	**٦١,٠٧	
		الدرجة الكلية لبعد (الكفاءة الشخصية والاجتماعية)				٢٢٢٧	٨٢,٤٨%	

قيمة كا الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٥,٩٩

ينضح من جدول (١٠) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات المحور الأول : دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الكفاءة الشخصية والاجتماعية) ما بين (٥١,٨٥% : ٩١,٤٨%) .

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع عبارات المحور وفي اتجاه الموافقة ، فيما عدا العبارة رقم (٩) وفي اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث علي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوى الصمود النفسي

لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا بالنسبة لمحور (الكفاءة الشخصية والاجتماعية) إلى أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في وقت فراغ الطالب الجامعي من متحدي الإعاقة من شأنه يسهم في تنمية العديد من الصفات الشخصية والاجتماعية لديهم ، فعلي المستوي الشخصي فإنها تسهم في تنمية ارادتهم الشخصية وتجعلهم أكثر قدرة علي التعبير الخلاق عن آرائهم تجاه مختلف الموضوعات التي يتم مناقشتها مع الآخرين ، بالإضافة الي أنها تجعلهم أكثر تحملاً لكافة الظروف والصعاب والضغوط الحياتية التي يواجهونها ، بل وتجعلهم أكثر قدرة علي تحقيق أهدافهم بسهولة ويسر وذلك في ضوء الإمكانيات المتاحة لديهم ومن ثم تحقيق النجاح في مختلف مجالات الحياة .

أما علي المستوي الاجتماعي فإن اشتراك العديد من طلاب وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة في ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية من شأنها تسهم في تحقيق التعاون والتواصل الاجتماعي مع الآخرين سواء من أقرانهم أو مع أعضاء هيئة التدريس بالجامعة ، كما أنها تسهم في توطيد العلاقات والواصر الاجتماعية مع مختلف الافراد من حولهم ، بل وتجعلهم أكثر قدرة علي مشاركة الاخرين في الاحتفال بمناسبتهم الاجتماعية المختلفة .

ويتفق هذا مع ما أشار اليه كلاً من " محمد الحماحمي ، عايدة عبد العزيز " (٢٠١٥ : ٣٧ - ٣٩) إلي أن لممارسة الأنشطة الترويحية بصفة عامة والرياضية بصفة خاصة لها العديد من التأثيرات النفسية والاجتماعية علي الفرد ، فمن الناحية النفسية فإنها تسهم في إشباع الميول والدوافع المرتبطة بالهوايات ، إشباع الحاجات المرتبطة بالاستقرار والأمان وتحقيق السعادة والسرور والصمود النفسي للفرد، والنجاح في التعبير عن الذات ، وتنمية الثقة بالنفس مع التحرر من الخوف وزيادة القدرة علي الإنجاز ، أما من الناحية الاجتماعية فهي تساعد في تنمية القيم والعلاقات الاجتماعية ، بالإضافة الي تكوين الشعور بالانتماء والولاء للجماعة ، والقدرة علي التفاهم مع الآخرين وتقدير العمل الجماعي .

جدول (١١)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا لدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الاتزان النفسي والانفعالي) (ن = ٩٠)

م	دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الاتزان النفسي والانفعالي)	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	كا
		نعم	إلى حد ما	لا			
١١	ممارستي للنشاط الترويحي الرياضي جعلني قادراً على التحكم في اعصابي وضبط انفعالاتي.	٦٠	١٦	١٤	٢٢٦	٨٣,٧٠%	٥٠,٧
١٢	استطيع مواجهة كافة الضغوط النفسية الناتجة عن التغيرات والأحداث المحيطة .	٥٥	٢٠	١٥	٢٢٠	٨١,٤٨%	٣١,٦٧
١٣	يتنابني الشعور بالسعادة والرضا عند ممارستي للنشاط الترويحي الرياضي المفضل لدي .	٧٣	١٠	٧	٢٤٦	٩١,١١%	٩٢,٦٠
١٤	أشعر بأنني متزن نفسياً وانفعالياً عند ممارستي للنشاط الترويحي الرياضي .	٧٠	١٥	٥	٢٤٥	٩٠,٧٤%	٨١,٦٧
١٥	لدي القدرة علي التخلص من المشاعر السلبية التي تنتابني.	٦١	١٩	١٠	٢٣١	٨٥,٥٦%	٤٩,٤٠
١٦	أندفع تجاه أفعال الآخرين في مختلف المواقف .	٢٥	٢٣	٤٢	١٦٣	٦٠,٣٧%	٧,٢٧
١٧	لدي القدرة على الاسترخاء والهدوء النفسي والبدني .	٦٨	١٧	٥	٢٤٣	٩٠,٠٠%	٧٤,٦
الدرجة الكلية لمحور (الاتزان النفسي والانفعالي)					١٥٧٤	٨٣,٢٨%	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من جدول (١١) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات المحور الثاني : دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الاتزان النفسي والانفعالي) ما بين (٦٠,٣٧% : ٩١,١١%) .

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع عبارات المحور وفي اتجاه الموافقة ، فيما عدا العبارة رقم (١٦) وفي اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث علي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا بالنسبة لمحور (الاتزان النفسي والانفعالي) إلي أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في وقت فراغ الطالب الجامعي من متحدي الإعاقة من شأنه يساهم في اكسابهم القدرة علي مواجهة العديد من الضغوط والتحديات النفسية التي تواجههم والتي قد تكون ناتجة عن العديد من التغيرات الحياتية التي قد تحدث من حولهم ، بالإضافة الي أنها

جعلتهم أكثر قدرة علي التحكم في اعصابهم تجاه مختلف المواقف والمشكلات التي تواجههم ، كما أن اشتراك الطلاب من متحدي الاعاقة في تنفيذ مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية جعلتهم يشعرون بالسعادة والرضا والثقة بالنفس ، كما أنها ساعدتهم في التخلص من المشاعر السلبية التي قد تنتابهم تجاه مختلف الموضوعات بل وجعلتهم أكثر هدوءاً واتزاناً نتيجة لممارستهم للنشاط الترويحي الرياضي .

ويتفق هذا مع ما أشار اليه كلاً من " طه عبد الرحيم " (٢٠٠٦ : ص ١٧) ، " محمود طلبة " (٢٠١٠ : ص ٤٤) حيث أن النشاط الترويحي الرياضي من شأنه يسهم في تحسين نوعية الحياة والشعور بالسعادة والراحة النفسية لدي الممارسين ، بل وتسهم في تحقيق الإنجاز وتكوين الصداقات والتعاون مع الاخرين ، بالإضافة الي الشعور بالاطمئنان والثقة بالنفس والقدرة علي حل المشكلات ، كما أنه يعد وقاية للفرد من الخوف والقلق والاكتئاب والتوتر العصبي والتخلص من الضغوط النفسية .

جدول (١٢)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا لدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (القدرة علي حل المشكلات) (ن =

٩٠)

م	دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور القدرة علي حل المشكلات)	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	٢ك
		لا	إلي حد ما	نعم			
١٨	امتلك القدرة علي حل المشكلات التي تواجهني .	١٠	٢٢	٥٨	٢٢٨	%٨٤,٤٤	**٤١,٦٠
١٩	لدي القدرة علي توقع حدوث المشكلات مسبقاً .	٢٠	٢٠	٥٠	٢١٠	%٧٧,٧٨	**٢٠,٠٠
٢٠	ينتابني الشعور بالقلق عند مواجهة المشكلات .	٥٥	١٨	١٧	١٤٢	%٥٢,٥٩	**٣١,٢٧
٢١	أقدم يد العون للأخرين واساعدهم في حل مشاكلهم .	٩	٣٠	٥١	٢٢٢	%٨٢,٢٢	**٢٩,٤٠
٢٢	لا امتلك المسئولية الكاملة لحل المشكلات .	٤٥	٢٦	١٩	١٥٤	%٥٧,٠٤	**١٢,٠٧
٢٣	واجه المشكلات التي تعترضني بكل سهولة ويسر .	١٩	١٥	٥٦	٢١٧	%٨٠,٣٧	**٣٤,٠٧
٢٤	أرتب أولويات حلولي للمشكلة التي تواجهني .	١٢	١٧	٦١	٢٢٩	%٨٤,٨١	**٤٨,٤٧
٢٥	أتجاوز الصعوبات والمشكلات بأقل جهد ممكن .	٨	٣٠	٥٢	٢٢٤	%٨٢,٩٦	**٣٢,٢٧
٢٦	لدي القدرة علي المثابرة وعدم الخوف من مواجهة المشكلات .	١٠	٢٠	٦٠	٢٣٠	%٨٥,١٩	**٤٦,٦٧
الدرجة الكلية لمحور (القدرة علي حل المشكلات)					١٨٥٦	%٧٦,٣٨	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من جدول (١٢) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لأراء عينة البحث فى عبارات المحور الثالث : دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي فى تحسين مستوى الصمود النفسى لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور القدرة على حل المشكلات) ما بين (٥٢,٥٩% : ٨٥,١٩%).

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث فى جميع عبارات المحور وفى اتجاه الموافقة ، فيما عدا العبارة رقم (٢٠ ، ٢٢) وفى اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث على أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي فى تحسين مستوى الصمود النفسى لدى متحدي الإعاقة بجامعة المنيا بالنسبة لمحور (القدرة على حل المشكلات) إلى أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي فى وقت فراغ الطالب الجامعي من متحدي الإعاقة من شأنه جعلهم أكثر قدرة على توقع مختلف المشكلات التي قد تحدث أليهم ، بل وجعلهم أكثر قدرة على مواجهة تلك المشكلات والتي قد تتعلق بحياتهم التعليمية أو الاجتماعية ، بالإضافة الي ممارستهم للنشاط الترويحي الرياضي من شأنه قد ساعدتهم فى تجاوز مختلف المحن والمشكلات والصعوبات بكل سهولة ويسر دون أي خوف ، بل وجعلهم أكثر قدرة على تحمل المسؤولية وقادرين على تقديم يد العون للآخرين ومساعدتهم على تخطي كافة المشكلات التي يتعرضون لها دون بذل أي جهد كل ذلك نتيجة لما يتمتعون بالعديد من الصفات الإيجابية كالإصرار والعزيمة والتحدى والتي جعلتهم أكثر قدرة على مواجهة كافة المشكلات التي يتعرضون لها .

جدول (١٣)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا لدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (الصلابة النفسية) (ن = ٩٠)

م	دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الصلابة النفسية)	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	٢ك
		نعم	إلى حد ما	لا			
٢٧	اتعامل بإيجابية مع الأحداث الضاغطة .	٤٨	٢٠	٢٢	٢٠٦	٧٦,٣٠%	**١٦,٢٧
٢٨	قادر علي تحمل المسؤولية التامة تجاه المواقف والضغوطات والازمات التي تعترضني.	٥٧	١٤	١٩	٢١٨	٨٠,٧٤%	**٣٦,٨٧
٢٩	لدي القدرة علي التعامل مع الأخبار والامور الغير سارة ببراعة .	٦٠	٢٠	١٠	٢٣٠	٨٥,١٩%	**٤٦,٦٧
٣٠	ينتابني الشعور بالخوف والتوتر عند مواجهتي لبعض الأمور والاحداث الضاغطة.	١٥	٢٥	٥٠	١٤٥	٥٣,٧٠%	**٢١,٦٧
٣١	ممارستي للنشاط الترويحي الرياضي جعلني أشعر بالاستقرار والاتزان النفسي.	٦٢	١٠	١٨	٢٢٤	٨٢,٩٦%	**٥٢,٢٧
٣٢	لدي القدرة علي التعامل مع كافة المشاعر والأخبار السلبية المؤلمة .	٥٢	١٨	٢٠	٢١٢	٧٨,٥٢%	**٢٤,٢٧
٣٣	ينتابني الشعور بالإحباط النفسي والخذلان عندما أفشل في تنفيذ النشاط الترويحي الرياضي بطريقة صحيحة .	١٨	١٧	٥٥	١٤٣	٥٢,٩٦%	**٣١,٢٧
٣٤	امتلك القدرة علي التكيف مع كافة التغيرات المحيطة بي .	٦٤	٢٣	١٣	٢٥١	٩٢,٩٦%	**٤٩,٨٩
٣٥	أعجز عن مواجهة كافة الظروف الصعبة .	٢٠	٢٥	٤٥	١٥٥	٥٧,٤١%	**١١,٦٧
الدرجة الكلية لمحور (الصلابة النفسية)					١٧٨١	٧٣,٢٩%	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من جدول (١٣) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لأراء عينة البحث فى عبارات المحور الرابع : دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور الصلابة النفسية) ما بين (٥٢,٩٦% : ٩٢,٩٦%) .

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث فى جميع عبارات المحور وفى اتجاه الموافقة ، فيما عدا العبارة رقم (٣٠ ، ٣٣ ، ٣٥) وفى اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث علي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوى الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا بالنسبة لمحور (الصلابة النفسية) إلي أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في وقت فراغ الطالب الجامعي من متحدي الإعاقة قد ساهم في احداث العديد

من التغيرات لديهم والتي من أهمها أنهم أصبحوا أكثر قدرة علي مواجهة كافة الضغوط والمشكلات التي تواجههم بل وأكثر قدرة علي تحمل المسؤولية التامة تجاه مختلف الموضوعات والأزمات ، هذا وبالإضافة الي أن التزام الطلاب من متحدي الإعاقة بالمداومة علي ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية قد جعلتهم أكثر ثقة بأنفسهم وأكثر استقراراً وأماناً ، بل وجعلهم أكثر قدرة علي التعامل مع كافة الاخبار الغير سارة والمشاعر السلبية بكفاءة وفعالية ، الأمر الذي جعلهم قادرين علي التكيف مع كافة التغيرات والاحداث التي تحيط بهم بل وقادرين علي مواجهة كافة الظروف الصعبة مما جعلهم أكثر صموداً وصلابة من الناحية النفسية .

جدول (١٤)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا لدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (التحدي والمثابرة) (ن = ٩٠)

م	دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور التحدي والمثابرة)	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	٢كا
		لا	إلى حد ما	نعم			
٣٦	أشعر بالخوف عند خوض التحديات مع الآخرين .	٦٠	١٩	١١	١٣١	%٤٨,٥٢	**٤٦,٠٧
٣٧	أسعي نحو التحديات الجديدة .	٢٠	٢٠	٥٠	٢١٠	%٧٧,٧٨	**٢٠,٠٠
٣٨	لدي القدرة علي تحدي الآخرين في ممارسة مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية .	٣	٢٣	٦٤	٢٤١	%٨٩,٢٦	**٦٤,٤٧
٣٩	أصمم علي تحقيق أهدافي وطموحاتي .	٥	١٧	٦٨	٢٤٣	%٩٠,٠٠	**٧٤,٦٠
٤٠	أعجز عن مواجهة كافة التغيرات والظروف التي تواجهني .	٦٠	١٥	١٥	١٣٥	%٥٠,٠٠	**٤٥,٠٠
٤١	أنا بطبعي أميل الي المثابرة .	٢١	١٤	٥٥	٢١٤	%٧٩,٢٦	**٣٢,٠٧
٤٢	اتحدي نفسي لكي أكون ناجحاً .	١٥	٢٥	٥٠	٢١٥	%٧٩,٦٣	**٢١,٦٧
٤٣	أشعر بالمتعة عند مثابرتي علي تحديات وظروف الحياة التي أعيشها .	٤	٢٠	٦٦	٢٤٢	%٨٩,٦٣	**٦٩,٠٧
		الدرجة الكلية لمحور (التحدي والمثابرة)			١٦٣١	%٧٥,٥١	

قيمة كا^٢ الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من جدول (١٤) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات المحور الخامس : دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور التحدي والمثابرة) ما بين (%٤٨,٥٢ : %٩٠,٠٠) .

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع عبارات المحور وفي اتجاه الموافقة ، فيما عدا العبارة رقم (٣٦ ، ٤٠) وفي اتجاه عدم الموافقة .
 ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث علي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا بالنسبة لمحور (التحدي والمثابرة) إلي أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في وقت فراغ الطالب الجامعي من شأنه قد ساعد الطلاب علي الرغبة في خوض العديد من التحديات المختلفة مع الاخرين وخاصة أثناء تنفيذ مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية ، إيماناً منهم بأهمية الإصرار والعزيمة تجاه تحقيق مختلف الأهداف ، هذا وبالإضافة الي ادراكهم ووعيهم بأهمية ممارسة النشاط الترويحي الرياضي ودوره في إزالة الخوف تجاه مختلف الأمور والتحديات التي تتعلق بمختلف الموضوعات حتي وفي ظل الظروف الصعبة الحالية ، والتي من شأنها قد جعلتهم أكثر مثابرة وقدرة علي الصمود النفسي تجاه الاحداث والضغوط الحياتية المختلفة ، حيث أن كل ذلك قد انعكس علي حالتهم النفسية وجعلهم أكثر مثابرة وقدرة علي مواجهة مختلف التحديات الحياتية الصعبة .

جدول (١٥)

الدرجة المقدره والنسبة المئوية ومربع كا لدور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (التفكير الإيجابي تجاه المستقبل)

(ن = ٩٠)

م	دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور التفكير الإيجابي تجاه المستقبل)	الاستجابة			الدرجة المقدره	النسبة المئوية	كا
		نعم	إلى حد ما	لا			
٤٤	أري أن مستقبلي غير مطمئن .	١٧	٢٣	٥٠	١٤٧	٥٤,٤٤%	**٢٠,٦٠
٤٥	ابدل قصار جهدي من أجل تحقيق اهدافي المستقبلية .	٥٧	١٨	١٥	٢٢٢	٨٢,٢٢%	**٣٦,٦٠
٤٦	أفكر بإيجابية تجاه مستقبلي .	٦٠	٢٠	١٠	٢٣٠	٨٥,١٩%	**٤٦,٦٧
٤٧	أهدافي وطموحاتي غير واضحة في الحياة وليس لدي خطة مستقبلية .	١٠	٢٥	٥٥	١٣٥	٥٠,٠٠%	**٣٥,٠٠
٤٨	أري أن الحياة المستقبلية مليئة بالأمل والتفاؤل .	٦٤	١٦	١٠	٢٣٤	٨٦,٦٧%	**٥٨,٤٠
٤٩	أمارس النشاط الترويحي الرياضي رغبة مني في تحسين حياتي المستقبلية .	٦٨	٩	١٣	٢٣٥	٨٧,٠٤%	**٧٢,٤٧
٥٠	تراودني فكرة أنني سأصبح شخصاً ذو قيمة في المجتمع مستقبلاً .	٥٦	٢٠	١٤	٢٢٢	٨٢,٢٢%	**٣٤,٤٠
٥١	أشعر بأن حظي في الحياة سيئ .	٢٠	٢٤	٥٦	١٦٤	٦٠,٧٤%	**٢٧,٠٧

٥٢	لدي القدرة علي التخطيط الجيد لحياتي المستقبلية	٦١	١٩	١٠	٢٣١	٨٥,٥٦%	٤٩,٤٠**%
الدرجة الكلية لمحور (التفكير الإيجابي تجاه المستقبل)							
١٨٢٠							
٧٤,٩٠%							

قيمة χ^2 الجدولية عند درجة حرية (٢) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من جدول (١٥) ما يلي :

- تراوحت النسبة المئوية لأراء عينة البحث في عبارات المحور السادس : دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا (محور التفكير الإيجابي تجاه المستقبل) ما بين (٥٠,٠٠% : ٨٧,٠٤%).

- كما توجد فروق دالة إحصائياً بين آراء عينة البحث في جميع عبارات المحور وفي اتجاه الموافقة ، فيما عدا العبارة رقم (٤٤ ، ٤٧ ، ٥١) وفي اتجاه عدم الموافقة .

ويعزو الباحث نتيجة اتفاق غالبية طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة قيد البحث علي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا بالنسبة لمحور (التفكير الإيجابي تجاه المستقبل) إلي أن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في وقت فراغ الطالب الجامعي من شأنه قد ساعد الطلاب في التفكير بإيجابية تجاه المستقبل وما يحمل في طياته العديد من التغيرات المختلفة ، بل وجعلهم أكثر إيجابية نحو تحقيق أهدافهم المستقبلية المتعلقة بمختلف مجالات الحياة ، ومن ثم فإن ممارسة النشاط الترويحي الرياضي قد جعلهم أكثر أملاً وتفاؤلاً تجاه المستقبل بل ولديهم الرغبة التامة نحو التخطيط لحياتهم المستقبلية مع الاستعداد التام لهذا المستقبل دون أي خوف أو احباط ، وهذا من شأنه سينعكس ايجابياً علي الحالة النفسية لديهم ويجعلهم أكثر تقبلاً لإعاقتهم وأكثر صموداً تجاه مختلف الضغوطات والتغيرات الحياتية من حولهم .

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كلاً من " أحمد محمد شوقي " (٢٠٢٠) ، " محمد عبد الله أحمد " (٢٠١٩) ، " أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون " (٢٠١٥) ، محمد كمال السمودي وآخرون " (٢٠١٣) ، والتي أشارت أهم نتائجها إلي أن لممارسة النشاط الترويحي الرياضي تأثير ايجابي علي العديد من المتغيرات النفسية كالصمود النفسي والثقة بالنفس والقدرة علي حل المشكلات .

وبذلك نجد أن الباحث قد أجاب علي التساؤل الثاني والذي ينص علي " هل لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا " ؟

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثالث : والذي ينص علي :

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير الجنس (ذكور - إناث) ؟

جدول (١٦)

دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي استجابات طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي في محاور مقياس الصمود النفسي تبعاً (لمتغير الجنس) (ن = ٩٠)

م	المحاور	متحدي الإعاقة (ن = ٦٠)		متحدي الإعاقة الإناث (ن = ٣٠)		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
		ع	م	ع	م		
١.	الكفاءة الشخصية والاجتماعية	٢,٥٦	٢٠,٣٧	٢,٥٥	٢,٢٥	١,٢٥	غير دال
٢.	الانتران النفسي والانفعالي	٢,٠٥	١٦,٨٧	١,٩٤	١,٤٤	١,٤٤	غير دال
٣.	القدرة علي حل المشكلات	٢,٣٦	٢٢,٠٧	٢,١٣	٠,٤٢	٠,٤٢	غير دال
٤.	الصلابة النفسية	١,٤٣	١٨,٧٣	١,٦٠	٠,٥٥	٠,٥٥	غير دال
٥.	التحدي والمثابرة	١,٣٣	١٧,٠٧	٠,٢٥	٠,٦١	٠,٦١	غير دال
٦.	التفكير الايجابي تجاه المستقبل	١,٥٧	٢٠,٨٥	١,٧٤	١,٤٦	١,٤٦	غير دال

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٩٨) ومستوي دلالة (٠,٠٥) = ١,٦٤٥

يتضح من جدول (١٦) ما يلي :

- توجد فروق غير دالة إحصائياً بين متوسطي استجابات طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة (الذكور والاناث) الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي في جميع محاور مقياس الصمود النفسي حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أقل من قيمة (ت) الجدولية عند مستوي دلالة (٠,٠٥). ويعزو الباحث نتيجة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين استجابات الذكور والاناث من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي علي كافة محاور مقياس الصمود النفسي إلي العديد من الأسباب والتي من أهمها أن الطلاب قيد البحث هم جميعاً من فئة متحدي الإعاقة علي اختلاف طبيعة ودرجة اعاقتهم ، بالإضافة الي أنهم جميعاً يعوا بأهمية ممارسة النشاط الترويحي الرياضي ودوره في تحسين الحالة النفسية بصفة عامة والصمود النفسي لديهم بصفة

خاصة ، الأمر الذي جعلهم أكثر ميلاً إلى المشاركة بفعالية في تنفيذ مختلف الأنشطة الترويحية الرياضية دون أي فرق بين ذكر وأنثي ، رغبة منهم في إشباع دوافعهم وميولهم الداخلية ، وإيماناً منهم بالدور الهام والحيوي الذي يلعبه الترويح الرياضي فهو يساهم في تحسين لياقتهم البدنية والصحية والعقلية ، كما أنه يساعدهم في التخلص من كافة الضغوط والاعباء النفسية بل ويساهم في اكسابهم الثقة بالنفس مع القدرة علي التفكير الايجابي وحل مختلف المشكلات ، بالإضافة الي انه يساهم في توطيد الاواصر وتحسين العلاقات الاجتماعية بين الطلاب بعضهم البعض ، الأمر الذي أدى الي عدم وجود فروق بين طلاب وطالبات الجامعة من متحدي الاعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي في كافة أبعاد مقياس الصمود النفسي .

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة " أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون " (٢٠١٥) والتي أشارت أهم نتائجها إلي عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في أبعاد مقياس الصمود النفسي .

بينما تختلف هذه النتيجة مع ما توصلت اليه نتائج دراسة كلاً من " أحمد محمد شوقي " (٢٠٢٠) ، " محمد عبد الله أحمد " (٢٠١٩) ، " Rudwan & Alhashimia " (2018) ، والتي أشارت أهم نتائجها الي أن هناك فروق بين الذكور والاناث في أبعاد مقياس الصمود النفسي .

وبذلك نجد أن الباحث قد أجاب علي التساؤل الثالث والذي ينص علي " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير الجنس (ذكور – إناث) ؟

عرض ومناقشة نتائج التساؤل الرابع : والذي ينص علي :

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير نوع الاعاقة (حركية – سمعية – بصرية)؟

جدول (١٧)

تحليل التباين أحادي الاتجاه بين متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي

في محاور الصمود النفسي (تبعاً لمتغير نوع الاعاقة) (ن=٩٠)

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة	الدلالة إحصائية
الكفاءة الشخصية والاجتماعية	بين المجموعات	١٠,٣٥	٢	٥,١٨	٠,٧٨	غير دال
	داخل المجموعات	٥٧٤,٥٤	٨٧	٦,٦٠		
الاتزان النفسي والانفعالي	بين المجموعات	١١,٣٨	٢	٥,٦٩	٢,٢٢	غير دال
	داخل المجموعات	٢٢٢,٥٨	٨٧	٢,٥٦		
القدرة علي حل المشكلات	بين المجموعات	٣,١٩	٢	١,٦٠	٠,٥١	غير دال
	داخل المجموعات	٢٧٠,٦٣	٨٧	٣,١١		
الصلابة النفسية	بين المجموعات	٢,٥٨	٢	١,٢٩	٠,٥٤	غير دال
	داخل المجموعات	٢٠٧,٩١	٨٧	٢,٣٩		
التحدي والمثابرة	بين المجموعات	٠,٤٣	٢	٠,٢٢	٠,٤١	غير دال
	داخل المجموعات	٤٥,٧٩	٨٧	٠,٥٣		
التفكير الايجابي تجاه المستقبل	بين المجموعات	٢,٩٤	٢	١,٤٧	٠,٤٨	غير دال
	داخل المجموعات	٢٦٤,٨٥	٨٧	٣,٠٤		

قيمة (ف) الجدولية عند درجتَي حرية (٢ ، ٨٧) ومستوى دلالة ٠,٠٥ = ٣,١١

يتضح من جدول (١٧) ما يلي :

- توجد فروق غير دالة إحصائياً بين طلبة وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي في جميع أبعاد مقياس الصمود النفسي ، حيث أن قيمة (ف) المحسوبة أقل من قيمة (ف) الجدولية .

وعزو الباحث نتيجة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين استجابات طلاب وطالبات متحدي الاعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي علي اختلاف نوع اعاقتهم في كافة محاور مقياس الصمود النفسي إلي أن الطلاب قيد البحث هم جميعاً من فئة متحدي الاعاقة ، فجميعهم يعانون من نفس القصور أو العجز علي اختلاف نوعه أو درجته والذي من شأنه قد أثر عليهم جميعاً في مختلف النواحي وخاصة النواحي النفسية ، ومن هنا نجد عدم وجود اختلاف في التغيرات النفسية لدي طلاب الجامعة من متحدي الاعاقة ، فجميعهم يفكرون بإيجابية ولديهم

أهداف واضحة يسعون لتحقيقها بل وخطط مستقبلية يعملون علي تنفيذها من أجل الارتقاء بأنفسهم حتي يكونوا أعضاء نافعين لأنفسهم ولمجتمعهم ، ومن هنا فإن ممارسة كافة طلاب وطالبات الجامعة من متحدي الإعاقة للنشاط الترويحي الرياضي قد جعلهم أكثر قدرة علي مواجهة كافة الضغوط والصعوبات والتحديات اليومية ، وكذلك قادرين علي مواجهة وحل كافة المشكلات التي تواجههم بسهولة ويسر ، كما يمتلكون قدراً كافياً من الثقة بالنفس والتوازن النفسي والعصبي في مختلف المواقف ، بل ولديهم القدرة علي التعامل بإيجابية مع كافة المواقف الحياتية ، كما يمتلكون القدرة علي التفكير بإيجابية تجاه مختلف الموضوعات ، الأمر الذي أدي الي عدم وجود فروق بين طلبة وطالبات الجامعة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تبعاً لنوع الإعاقة .

ويتفق هذا مع ما أشارت اليه " أميرة سعيد وآخرون " (٢٠١٥) حيث أن ممارسة الأنشطة الترويحية بصفة عامة والرياضية بصفة خاصة من شأنها تؤثر تأثيراً إيجابياً علي مستوي الصمود النفسي وتنميته كجانب أساسي في بناء شخصية الطالب الجامعي الممارس للنشاط الترويحي الرياضي .

وبذلك نجد أن الباحث قد أجاب علي التساؤل الرابع والذي ينص علي " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محاور مقياس الصمود النفسي لدي متحدي الإعاقة بجامعة المنيا الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير نوع الإعاقة (حركية - سمعية - بصرية) " ؟

الاستخلاصات والتوصيات :

أولاً : الاستخلاصات :

في ضوء هدف وتساؤلات البحث واستناداً إلى ما أظهرته نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستخلاصات التالية :

- ١- بناء مقياس الصمود النفسي وتمنعه بمعاملات علمية من صدق وثبات مقبولة علمياً .
- ٢- هناك العديد من الأنشطة الترويحية الرياضية التي يفضل طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة ممارستها والتي من أهمها (المشي ، الجري ، التمرينات البسيطة ، تنس الطاولة ، الكاراتيه ، دفع الجلة ، قذف القرص ، الألعاب الصغيرة) .
- ٣- لممارسة النشاط الترويحي الرياضي دور هام وحيوي في تحسين مستوي الصمود النفسي لدي طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة .

- ٤- توجد فروق غير دالة إحصائياً في محاور مقياس الصمود النفسي لدي طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير الجنس (الذكور والإناث)
- ٥- توجد فروق غير دالة إحصائياً في محاور مقياس الصمود النفسي لدي طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة الممارسين للنشاط الترويحي الرياضي تعزي لمتغير نوع الإعاقة (حركية ، سمعية ، بصرية).

ثانياً : التوصيات :

- في ضوء ما أسفرت عنه نتائج واستخلاصات البحث يوصي الباحث بما يلي :
- ١- ضرورة الاستعانة بالأخصائيين النفسيين لتقديم الدعم النفسي لطلاب الجامعة بصفة عامة ومتحدي الإعاقة بصفة خاصة .
 - ٢- تنظيم العديد من الدورات وورش العمل لصقل مهارات الأخصائيين النفسيين وحثهم علي كيفية التعامل وإجراء الأعداد النفسي السليم لطلاب الجامعة بصفة عامة ومتحدي الإعاقة بصفة خاصة.
 - ٣- عقد العديد من اللقاءات الخاصة مع طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة لحثهم علي كيفية التعامل مع الضغوط والمشاعر النفسية السلبية التي قد تنتابهم من حين لآخر .
 - ٤- ضرورة الحث والتوعية علي أهمية ممارسة الأنشطة الترويحية وخاصة الرياضية وذلك لما لها من تأثير إيجابي علي مستوي الصمود النفسي لدي طلاب الجامعة من متحدي الإعاقة .
 - ٥- التأكيد علي ضرورة ممارسة مختلفة الأنشطة الترويحية الرياضية لكافة فئات المجتمع .
 - ٦- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث التي تتناول دور ممارسة النشاط الترويحي الرياضي في تحسين الصمود النفسي لدي مختلف الفئات والمراحل العمرية .

قائمة المراجع :

أولاً : المراجع العربية :

- ١- أحمد كمال عبد الوهاب وآخرون (٢٠١٨) : الصمود النفسي في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدي المراهقين المعاقين بصرياً ، بحث منشور ، مجلة دراسات في مجال الارشاد النفسي والتربوي ، العدد الثاني ، كلية التربية ، جامعة أسيوط .
- ٢- أحمد محمد شوقي (٢٠٢٠) : برنامج ألعاب ترويحوية لتنمية الصمود النفسي لدي عينة من ممرضي العناية المركزة ، بحث منشور ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، المجلد (٣٩) ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة حلوان .
- ٣- أسامة رياض (٢٠٠٥) : رياضة المعاقين - الأسس العلمية والرياضية ، ط٣ ، دار الفكر العربي ، الاردن .
- ٤- أسماء مسعود محمد (٢٠١٧) : التنبؤ بالصمود النفسي من خلال المساندة الاجتماعية والصمود النفسي لدي المعاقين حركياً ، بحث منشور ، مجلة التربية ، العدد (١٧٥) ، الجزء (٢) ، كلية التربية ، جامعة الأزهر .
- ٥- أميرة سعيد عبد الحميد وآخرون (٢٠١٥) : الأمن النفسي وعلاقته بالصمود النفسي لدي عينة من طلاب الجامعة الممارسين وغير الممارسين للأنشطة الطلابية ، بحث منشور ، مجلة دراسات تربوية واجتماعية ، المجلد (٢١) ، العدد (٤) ، كلية التربية ، جامعة حلوان .
- ٦- ايمان الصادق عثمان (٢٠٢١) : الصلابة النفسية لدي الطلاب المعاقين حركياً بجامعة النيلين ، بحث منشور ، مجلة ريحان للنشر العلمي ، العدد (١٠) ، كلية الآداب ، جامعة النيلين .
- ٧- إيمان مصطفى سرميني (٢٠١٥) : مقياس الصمود النفسي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- ٨- حاتم جاسم عزيز ، حيدر طارق كاظم (٢٠٠٩) : استثمار أوقات الفراغ لدى طلبة الجامعة ، بحث منشور ، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية ، المجلد (٨) ، العدد (٢) ، كلية التربية ، جامعة القادسية ، العراق .

- ٩- زينب محمد الرفاعي ، بدرية كمال أحمد (٢٠١٩) : الصمود النفسي وعلاقته بالدافع للإنجاز لدي عينة من طلاب الدراسات العليا الوافدين ، بحث منشور ، مجلة دراسات عربية – رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية ، المجلد (١٨) ، العدد (٤) ، كلية الآداب ، جامعة المنصورة .
- ١٠- طارق عبد الرؤوف عامر ، ربيع عبد الرؤوف محمد (٢٠٠٨) : الإعاقة الحركية ، مؤسسة طبية للنشر والتوزيع ، القاهرة .
- ١١- طه عبد الرحيم (٢٠٠٦) : مدخل الي الترويح ، دار الوفاء ، الإسكندرية .
- ١٢- عثمان لبيب فراج (٢٠١٢) : الاعاقات الذهنية في مرحلة الطفولة ، مكتبة المتبني للطباعة والنشر ، القاهرة .
- ١٣- عمار سليم عبد وآخرون (٢٠٢٠) : أهم المشكلات التي تواجه ذوي الاحتياجات الخاصة والرؤية المستقبلية – دراسة نظرية تحليلية ، بحث منشور ، مجلة جامعة بابل للعلوم الانسانية ، المجلد (٢٨) ، العدد الأول ، كلية الآداب ، جامعة بابل .
- ١٤- محمد جبران القحطاني (٢٠١٥) : تقييم برامج الأنشطة الرياضية بأندية ذوي الاحتياجات الخاصة في المنطقتين الجنوبية والغربية ، رسالة ماجستير، كلية التربية (قسم التربية البدنية) ، جامعة أم القرى ، السعودية.
- ١٥- محمد عبد الله أحمد (٢٠١٩) : ممارسة الأنشطة الرياضية كمؤشر لتحقيق الصمود النفسي لطلاب الجامعات المصرية ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ، العدد (٥١) ، الجزء (٤) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .
- ١٦- محمد كمال السمودي وآخرون (٢٠١٣) : دور الأنشطة الترويحية في تحقيق التمكين الاجتماعي لدي متحدي الإعاقة بالجامعة ، بحث منشور ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد (٢٣) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- ١٧- محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز (٢٠٠٩) : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٦ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٨- محمد محمد الحماحي ، عايدة عبد العزيز (٢٠١٥) : الترويح بين النظرية والتطبيق ، ط ٨ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .



١٩- محمود إسماعيل طلبة (٢٠١٠) : سيكولوجية الترويح وأوقات الفراغ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

ثانياً : المراجع الأجنبية :

- 20- Arora,S.(2015) : Achievement motivation and resilience among student athlets . PhD., Delhi University.
- 21- Cheng , c et all (2014) : coping flexibility and psychological adjustment to stressful life changes : Ameta analytic review , psychological bulletin 140 (6) , p 1582 – 1607 .
- 22- Rudwan, S. & Alhashimia, S. (2018). The relation between Resilience and Mental Health among a Sample of University of Nizwa Students-Sultanate of Oman. European Scientific Journal, 14(2), 288-303.
- 23- Truffino , c (2010) : Resilience – an approach to the concept , revista de psiquiatria ,salud ,mental English edition , (3) (4) , 154 – 151 .