جمهورية العراق

جامعة بغداد

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

للبنات

(الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات)

بحث مقدم الى مجلس جامعة بغداد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

كجزء من متطلبات الحصول على شهادة البكالوريوس في التربية البدنية وعلوم الرياضة

اعداد الطالبة

نورس كاظم عبد الصاحب

اشراف

أ.م. د. سحر حر مجيد

١٤٤٢ ٢٠٢١

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿اللَّهُ نُورُ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ مَثَلُ نُورِهِ كَمِشْكَاةٍ فِيهَا
مِصْبَاحٌ الْمِصْبَاحُ فِي زُجَاجَةٍ الزُّجَاجَةُ كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ
دُرِّيٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مُبَارَكَةٍ زَيْتُونَةٍ لَا شَرْقِيَّةٍ وَلَا
غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِيءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ عَلَى
نُورٍ يَهْدِي اللَّهُ لِنُورِهِ مَنْ يَشَاءُ وَيَضْرِبُ اللَّهُ الْأَمْثَالَ
لِلنَّاسِ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ﴾

صدق الله العلي العظيم

سورة النور

الآية ٣٥

الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

(قل إعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنون)
صدق الله العلي العظيم
إلى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة .. ونصح الأمة .. إلى نبي الرحمة ونور العالمين

(نبينا محمد صلى الله عليه وآله وسلم)

إلى من كلله الله بالهيبة والوقار، إلى من علمني العطاء بدون انتظار، إلى ... من أحمل أسمه بكل افتخار
(والدي العزيز)

إلى معنى الحب وإلى معنى الحنان والتفاني ... إلى بسمة الحياة وسر الوجود

إلى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي
(أمي الحبيبة)

إلى الاخوة لم تلدهم أمي .. إلى من تحلو بالإخاء وتميزوا بالوفاء والعطاء إلى ينابيع الصدق الصافي إلى من معهم سعدت ، وبرفقتهم في دروب الحياة سرت
إلى من كانوا معي على طريق النجاح والخير
إلى من عرفت كيف أجدهم وعلموني أن لا أضيعهم

(أصدقائي)

الشكر والتقدير

لابد لنا ونحن نخطو خطواتنا الأخيرة في الحياة الجامعية من وقفة نعود إلى أعوام قضيناها في رحاب الجامعة مع أساتذتنا الكرام الذين قدموا لنا الكثير باذلين بذلك جهودا كبيرة في بناء جيل الغد لتبعث الأمة من جديد ...

وقبل أن نمضي تقدم أسمى آيات الشكر والامتنان والتقدير والمحبة إلى ... الذين حملوا أقدس رسالة في الحياة

... إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة

.....إلى جميع أساتذتنا الأفاضل

" كن عالما .. فإن لم تستطع فكن متعلما ، فإن لم تستطع فأحب العلماء ، فإن لم تستطع فلا تبغضهم"

وأخص بالتقدير والشكر:

أ. م. د."سحر حر مجيد"

الذي نقول لها بشراك قول رسول الله صلى الله عليه وآله وسلم:

" إن الحوت في البحر ، والطير في السماء ، ليصلون على معلم الناس الخير"

المحتويات		
ت	العناوين	الصفحة
١	مقدم البحث واهميته	١
٢	مشكلة البحث	٢
٣	هدف البحث	٢
٤	فرضية البحث	٢
٥	مجالات البحث	٣
	الفصل الثاني	
٦	الدراسة النظرية	٤
٧	مفهوم الثقافة	٤
٨	أهمية الثقافة الرياضية	٥
٩	التوافق	٤
١٠	الدراسات السابقة	١١
	الفصل الثالث	
١١	منهج البحث	١٤
١٢	مجتمع البحث وعينته	١٤
١٣	اجراءات البحث الميدانية	١٥
١٤	التجربة الرئيسية	١٦
١٥	الوسائل الإحصائية	١٦
١٦	المصادر	٢٠

الفصل الأول

١-١ مقدمة البحث واهميته:

تعد الثقافة مرآة المجتمع والتي تعبر عن تطوره وتميزه عن غيره من المجتمعات فهي تعكس تراث المجتمع، وقيمة عقائده وتاريخه والمستوى الفكري والثقافي للأفراد فيه، والثقافة الرياضية هي جزأ لا يتجزأ من الثقافة العامة ولا تقل أهمية عن غيرها من الثقافات الأخرى في المجتمع كالثقافة الصحية والتربوية والاجتماعية. بل ان لمشاهدة وممارسة الأنشطة الرياضية الدور الفعال الإيجابي في شخصية تلك الثقافات.

فالثقافة الرياضية هي مجموعة القيم الاجتماعية والتربوية والصحيحة المرتبطة بالمفاهيم الرياضية والتي تساهم في خلق السلوك الأمثل والأفكار والأعراف الثقافية للفرد في مجاله الرياضي وفي المجالات المجتمعية الأخرى [١].

كما وتعد الثقافة الرياضية مجموعة من العلوم والمعارف والمعلومات والفنون المكتسبة من الأنشطة الرياضية المختلفة حيث يكتسبها الفرد من البيئة ويتزود بها من خلال خبرته الخاصة سواء بالمشاهدة او الممارسة او القراءة لتلك الأنشطة الرياضية [٢]

ان ممارسة الأنشطة الرياضية في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة محقق العديد من الفوائد الإيجابية التي تنمي ثقافة الطلبة في الجوانب الفسيولوجية والتربوية والنفسية والاجتماعية، او ان المشاركة المباشرة في تلك الأنشطة او المشاهدة ينمي لدى الطلبة اطاعة القواعد الاجتماعية والتنافسية وترك السلوك الغير مرغوب به، وتنمية القيم الاجتماعية والاندماج في المجتمع والشخصية الايجابية وتحسين الدافعية.

---

[١] محمد حسن علاوي، علم النفس التربوي، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٨، ص ٩٣

[٢] صابر راجحي، تأثير الاعلام الرياضي المرئي على تنمية الثقافة الرياضية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية (١٥- ١٦) سنة، رسالة ماجستير، جامعة سكره، الجزائر، ٢٠١٢، ص ٢٨

يساهم التوافق بخلق توازن بين الوظائف المختلفة للشخصية، مما يترتب عليه ان تقوم الأجهزة النفسية بوظائفها دون صراعات شديدة ويرتبط مع التوافق النفسي والتوافق الاجتماعي الذي يعنى ان ينشئ الفرد علاقة منسجمة مع البيئة التي يعيش فيها. [١]

ومن هنا تكمن أهمية البحث في دراسة الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد.

١-٢- مشكلة البحث

تعد الثقافة الرياضية ذات أهمية كبيرة في تنمية الجوانب الاجتماعية والتربوية والصحية والمعرفية للأفراد الممارسين والمشاهدين للأنشطة الرياضية وان التوافق النفسي والاجتماعي يعد من الأمور الهامة في التعامل مع المواقف التي يمر بها الفرد في حياته اليومية وتعزز ثقته بنفسه وتحمله للصعوبات شجاعة والاعتماد على النفس والالتزام بالواجبات المطلوب القيام بها.

من خلال المقابلات للعديد من الطالبات وخبرة السيدة المشرفة ارتأت الباحثة دراسة علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي والاجتماعي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات / جامعة بغداد ٢٠٢٠ – ٢٠٢١

١-٣- هدف البحث

التعرف على الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي الاجتماعي لطالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد ٢٠٢٠ – ٢٠٢١

١-٤- فرضية البحث

هنالك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد

---

[١] محمد عسلية، معوقات التوافق النفسي لدى معلمين بمحافظة شمال غزة، مجلة كلية التربية، جامعة عين الشمس، العدد ٢٩، ٢٠٠٥، ص ١٣٥

١-٥- مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري: طالبات المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات والبالغ عددهم (١٠٠) طالبة للعام الدراسي ٢٠٢٠ – ٢٠٢١

١-٥-٢ المجال الزماني: للفترة من ..... ولغاية .....

١-٥-٣ المجال المكاني: القاعات الدراسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد.

الفصل الثاني

٢-١: الدراسات النظرية:

٢-١-١: مفهوم الثقافة:

لقد كان مفهوم الثقافة التقليدي يتحدد بالمجالات الكلاسيكية للفكر الانساني كالأدب والفلسفة والفن والموسيقى وعلاقتها بالأفراد والأحداث التي تشكل بمجملها البيئة المحلية أو العالمية والرياضة في حقيقة الامر نشاط مميز يكاد لا يختلف في الرقي الانساني عن الفن والأدب كالأداء البدني الراقي عندما تنظر اليه نجد انه ثقافة لا بل هو تعبير ابداعي معاصر واكب حركة العصر وتطوره لذلك افردت له السنوات الأخيرة قنوات فضائية مستقلة ومهرجانات وبطولات محلية واقليمية ودولية [١].

والثقافة الرياضية تكمن مكوناتها في المجال المعرفي المرتبط بمعلومات الفرد حول قوانين وقواعد وخطط الالعاب الرياضية، والمجال الاجتماعي الذي يتعلق في تنشئة الفرد رياضياً وتعليمه السلوك المرغوب به اجتماعياً ورياضية وما ينعكس عنه من نتائج حضارية نحو الرياضية، والمجال التربوي الذي يلقي الضوء على إعداد الفرد وتقويم سلوكه جسدية ونفسيا واخلاقياً واجتماعياً وفنياً واكتسابه الخصائص والسمات البيولوجية والأخلاقية والاجتماعية والفنية والعلمية والاقتصادية عن طريق الرياضة، والمجال الصحي والذي يهتم في قدرة الفرد على الاهتمام بسلامة جسمه والعناية به واشباع حاجاته العضوية وتحقيق حالة من الاتزان بين الوظائف الجسمية المختلفة تشعره بالصحة والسلامة الجسمية[٢].

---

[١] تهاني عبد السلام؛ "الترويح والتربية الترويحية"، ط ١، دار الفكر العربية، القاهرة، مصر، ٢٠٠١، فصل ٩٥

[٢] Shahada, O. M. "The impact of watching sports, channels in spreading the sports culture among, the students of the University of Diyala". (Unpublished master thesis), faculty of physical education, University of Diyala, Iraq, ٢٠٠٩,.p٢٥.

٢-١-٢: أهمية الثقافة الرياضية:[١]

تظهر من خلال الاهداف التي تسعى إلى تحقيقها في نشر الوعي الرياضي بين المجتمعات ومساعدة الفرد في اكتساب الخبرات الحياتية العملية وتربية الفرد بدنياً وسلوكياً وفكرياً واجتماعياً وان للثقافة الأثر التربوي الايجابي على جميع الأفراد الممارسين في جميع الفئات العمرية ولكلا الجنسين.

وتعد البيئة الجامعية مصدرا لتنمية النواحي المعرفية والاجتماعية والنفسية والتربوية للطلبة وذلك من خلال اكتسابهم للخبرات المتنوعة أثناء مسيرتهم الدراسية حيث ينعكس ذلك في خلق الشخصية المستقلة للطالب وبناء الهوية الثابتة له وتنمية قدرته على تنظيم علاقاته وفقاً لأهدافه المستقبلية واسلوبه في الحياة ويرى علماء النفس أن الثقافة تعد بمثابة العملية التي من خلالها يحدد جوانب الشخصية وهي حلقة الوصل بين الأفراد والمجتمع اما علماء النفس الرياضي يطلقون عليها مصطلح الثقافة الرياضية. والثقافة الرياضية مجموعة من القيم المعرفية والاجتماعية والتربوية والصحية المرتبطة بالمفاهيم الرياضية [٢]

٢-١- ٣: التوافق:

هو "السلوك الصادر عن الشخص والذي يهدف من ورائه الى خلق التواؤم والرضا الاجتماعي عن الذات والسلوك والتخلص من الصراعات والأزمات التي تنتج من جراء عدم رضا المجتمع عن الشخص [٣]

---

[١] Sadeq, G. M. Fundamentals of education and physical education. Bagdad: Dar Al-Hikma for publication, ١٩٩٠.p٢١.

[٢] Allawi, M. H. Psychology of Sports (١st ed.), Cairo: Dar Al-Arab Tought. Egypte, ١٩٩٨. P١٢.

[٣] فضل أبو هين " تقدير الذات وعلاقة بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني المشارك في انتفاضة الأقصى"، مجلة محكمة الأقصي، المجلد الخامس، العدد الثاني، الجزء الأول، ٢٠٠١، ص ١٣٠.

- **التوافق النفسي:** هو قدرة الفرد التي تؤثر على المشاعر والسلوك والأفكار والذاكرة والقدرة على التعلم والتصور والتفاهم [١]
- التوافق الاجتماعية: هو قدرة الفرد على أنشاء صلات اجتماعية مرضية تتسم بالتعاون والتسامح والدفـء مع الأخرين [٢].
- التوافق النفسي والاجتماعي: هو مجموعة من ردود الأفعال التي يعدل فيها الفرد من بنائه النفسي او سلوكه لحل صراعاته الداخلية ويكون سلوكه ملائماً وإقامة علاقات اجتماعية ايجابية مع افرد جماعته واحتلاله مكانة جيدة من خلال ما يؤديه [٣].

٢-١ -٣ - أ: التوافق النفسي :

مفهوم التوافق النفسي ان التوافق النفسي هو أحد مجالات علم النفس ويعرف الفرد على انه" قدرة الفرد على ان يتكيف تكيفاً سليماً وان يتلاءم مع بيئته الاجتماعية او المادية او المهنية او مع نفسه [٤].

ويعرف أيضا بأنه" عملية ديناميكية مستمرة تتناول السلوك والبيئة الطبيعية والاجتماعية بالتغير والتعديل حتى يحدث توازن بين الشخص وبيئته". اما بالنسبة لعلماء الاجتماع فيرون أن التوافق هو العملية التي تلجأ اليها الشخصية لتتمكن من الدخول في علاقة التوافق مع البيئة، مع ضرورة توافر الشروط لتحقيق هذه

العلاقة، والحالة المعاكسة لذلك هي عدم التوافق والتي تشير إلى فقدان تلك العملية أو الاخفاق في توفير هذه الشروط فالشخص المتوافق هو الذي يحسن التعامل مع بيئته الخارجية يفضيه

---

[١] Betancourt, T., Borisova..., Smith, J., Gingerich, T., Williams,T." Psychosoial Adjustment and Social reintegration of children associated with Armed forces and Arned Group" Harvard School of Public, Health, USA, ٢٠٠٨.p١٤.

[٢] حمد عيد مطيع الشخائية "التكيف مع الضغوط النفسية، دراسة ميدانية، علم النفس الجامعة الأردنية، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان - الأردن، ٢٠١٠، ص ٤١.

[٣] عبد الرؤوف احمد الطلاع به مصدر سابق، ٢٠١٠، ص ٦٢٨

[٤] عطا الله فؤاد، ودلال عز الحين: " الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف النفسي"، دار الصفاء، عمان، ٢٠٠٩، ص ٧٩.

عليه من شروط أو هو الشعور النسبي بالرضا والاشباع الناتج عن الحلول الناجحة لصراعات الشخص في محاولته التوفيق بين رغباته وظروفه المحيطة [١].

إن عملية التوافق ليست جامدة ثابتة تحدث في موقف معين، أو فترة معينة وتنتهي، فعلى الفرد أن يواجه سلسلة لا تنتهي من المشاكل والمواقف التي تحتاج الى سلوك مناسب يؤدي إلى خفض التوتر واعادة الاتزان والاحتفاظ بالعلاقة مع البيئة وهذا يعني أن الشخص مطالب بإعادة الاتزان والاحتفاظ بالعلاقة المنسجمة مع البيئة فكلما أطاح بهذا الاتزان او هدد هذه العلاقة اي مثير داخلي او خارجي، عليه اعادة الاتزان من جديد وهو ما نعنيه أن عملية التوافق عملية ديناميكية وظيفية.

فالتوافق هو عملية الملائمة بين حاجات الشخص ومطالب البيئة اي للتوافق عنصرين أساسين وهما الشخص بحاجاته ودوافعه وآماله ورغباته والبيئة ومكوناتها المادية والاجتماعية والقيمية [٢].

٢-١-٣- ب: اتجاهات مفهوم التوافق:

توجد ثلاث اتجاهات رئيسية لمفهوم التوافق النفسي وهي:

أولا: الاتجاه الفردي: يعد هذا الاتجاه من عملية ذاتية تهتم بالشخص واشباع حاجاته التي يمكن استشاره الدوافع سواء كانت نفسية أو بيولوجية أو اجتماعية، وغالبا ما تضع البيئة عوائق تمنع من اشباع لهذه الاحتياجات فالشخص الذي يكون متوافق نفسية هو الذي يخلو من الصراعات الداخلية الشعورية واللاشعورية ويستجيب للمؤثرات الجديدة باستجابات ملائمة.

وقادرة على اشباع الحاجات الأولية والثانوية المكتسبة فيتحلى بقدر من المرونة وهو متوافق مطالب النمو عبر المراحل العمرية المختلفة فينعكس على بيئته التي يعيش فيها [٣].

---

[١] صباح السقاء "العدوان واللعب دراسة تجريبية عن أثر اللعب في خفض حدة السلوك العدواني عند الأطفال مرحلة ما قبل المدرسة"، رماية ماجستير، قسم الصحة النفسية، كلية التربية جامعة دمشق. ١٩٩٩، ص٧٩.

[٢] مدحت عبد الحميد؛ "الصحة و التوافق الدراسي"، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، ١٩٩٠، ص ٢٠.

[٣] كمال الدسوقي: "تكنولوجيا العلوم الاجتماعية"، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع، ١٩٩٤، ص ٩٤

ثانيا: الاتجاه الاجتماعي: هو عملية اجتماعية يقوم بالانصياع للمجتمع بغض النضر عن رضا الشخص لهذا الانصياع، وقد يتضمن الذكاء الاجتماعي والسعادة مع الأخرين والعلاقات الناجحة وتقبل نقدهم وسهولة الاختلاط معهم والالتزام بأخلاقيات المجتمع والاتزان الاجتماعي ومسايرة المعايير الاجتماعية وقواعد الضبط الاجتماعي والمشاركة في النشاط الاجتماعي والتغيير والتفاعل الاجتماعي السليم[١].

ثالثا: الاتجاه التكاملي (النفسي الاجتماعي): هذا الاتجاه النفسي والاجتماعي لا يتحقق بالتكامل مع حاجات الشخص ودوافعه وتطلعاته والبيئة المحيطة به، وانما يوفق ما بين الاتجاهين السابقين لأنه عبارة عن عملية مركبة ومختلطة بين الشخص والمجتمع اي يسلك السلوك المناسب لمستوى عمره، فيما يعد سلوكاً عادياً وسوياً فعلى الشخص أن يواجه طوال حياته سلسلة لا تنتهي من المشاكل والحاجات والمواقف التي تحتاج إلى سلوك مناسب يعمل على خفض التوتر واعادة التوازن والاحتفاظ بالعلاقة[٢].

٢-١-٣- ج: نظريات التوافق النفسي :

أولا: النظرية البيولوجية الطبية: ويقرر مؤيدوها أن جميع اشكال الفشل في التوافق تنتج عن أمراض تصيب أنسجة الجسم خاصة المخ، ومثل هذه الأمراض يمكن توارثها أو اكتسابها خلال الحياة عن طريق الإصابات والجروح او الخلل الهرموني الناتج عن الضغط الواقع على الشخص، وترجع اللبنات الأولى لوضع هذه النظرية لجهود كل من داروين، متدل، كألمان وغيرهم.

ثانيا: نظريات التحليل النفسي لفرويد: لقد قام فرويد بوضع اسس نظرية التحليل النفسي وهي نظرية يغلب عليها الطابع البيولوجي، حيث يرى أن الشخصية فرضياً تتكون من ثلاثة منظومات هي الهو والانا الأعلى ويمثل الهو اللذة والذي يظهر مع ولادة الشخص وعمله

---

[١] مؤمن بكوش الجموعي: "القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطالب الجامعي"، رسالة ماجستير، جامعة الوادي، الجزائر، ٢٠١٣، ص٣٤

[٢] مدحت عبد الحميد؛ مصدر سابق، ص ٢٠

واشباع الغرائز ويمثل الأنا الأعلى مبدأ المثل والقيم ويكتسبها الفرد من خلال التنشئة وعملها واشباع الجانب القيمي والأخلاقي لدى الفرد بأعلى درجة ويمثل الأنا مبدأ الواقع وعمله حماية الفرد وهو يوازن بين اللهو والانا الأعلى ويحاول اشباعهما بشكل متوازن يعتبر فرويد ان التوافق نادرة لدى الشخص كما أن بداية سوء التوافق غالبا ما ترجع الى مرحلة الطفولة وخاصة في السنوات الخمسة الأولى حينما تنمو الانا نموا غير سليم فالنمو السليم يؤدي الى نشوء الأنا القوية[١] .

أن الشخصية المتوافقة هي التي يكون لديها تنظيم موجه في الحياة وان تكون مستقلة للأخرين ومنفتحة عليهم، ولديها قدرة على التحمل لديها القدرة على التعبير عن الحب للأخرين بدون قلق [٢]

ثالثا: النظرية السلوكية: طبقاً للسلوكية فإن انماط التوافق وسوء التوافق تعد متعلمة أو مكتسبة وذلك من خلال الخبرات التي يتعرض لها الشخص والسلوك التوافقي يشتمل على خبرات تشير إلى كيفية الاستجابة لتحديات الحياة التي سوف تقابل بالتعزيز والتدعيم.

ولقد اعتقد واسطون وسكينر أن عملية التوافق الشخصي لا يمكن لها أن تنمو عن طريق الجهد الشعوري ولكنها تتشكل بطريقة الية عن طريق تلميحات البيئة [٣].

رابعا: نظريات علم النفس الشخص: أن الأشخاص الذين يعانون من سوء التوافق يعبرون عن بعض الجوانب التي تقلقهم بما يتعلق من سلوكياتهم غير المنسقة مع مفهومهم عن ذاتهم.

آن سوء التوافق النفسي يمكن أن يستمر أذا ما حاول الاشخاص الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيدة عن مجال الادراك أو الوعي وينتج عن ذلك استحالة تنظيم مثل هذه الخبرات أو توحيدها كجزء من الذات التي تتفكك، وتتبعثر نظرا لافتقاد الفرد قبوله لذاته وهذا شأنه أن يولد مزيدا من التوتر والأسى وسوء التوافق.

---

[١] صباح السقا: مصدر سابق، ص ٧٦.
[٢] محمد حسن "الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية"، ط١، مكتبة الأنجلو، القاهرة، ٢٠٠٩، ص ٤٦.
[٣] حسين سلامة، وعبد العظيم طه: "استراتيجية الضغوط التربوية والنفسية"، ط١، عمان، دار الفكر، ٢٠٠١ ص١٣٣.

فالشخص المتوافق لابد أن يتسم بالارتياح النفسي والراحة اذ لا يمكن أن يتحقق للفرد التوافق وهو يعاني من اكتتاب أو انقباض أو قلق مزمن إضافة الى الكفاية في العمل أي أن الشخص سيء التوافق هو الشخص يتسم بقلة انتاجية ونقص في كفاءته وفشل في استغلال قدراته فتتكون اعراض جسمية من سوء التوافق إلى الإصابات أو الأمراض [١].

خامسا: النظرية الاجتماعية: ويتفق مؤيدوها أن هناك علاقة بين الثقافة وانماط التوافق، فقد ظهر اختلاف في الأعراض الإكلينيكية للأمراض العقلية بين الأمريكيين الإيطاليين وبين الأمريكيين الأيرلنديين، ويوضح مؤيدو هذه النظرية أن الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق، ومن أشهر مؤيدي هذه النظرية: فيرز، دنهام، هولنجزهيد، ردليك [٢].

٢-١-٣- د: مميزات وخصائص الشخص المتوافق نفسية: [٣]

- يعتمد على نفسه لا على الاخرين ويتحمل المسؤولية.
- يشعر بالرضا وبقيمة ذاته واهميتها.
- يشعر بالحرية والطمأنينة والأمان وراحة البال.
- يشعر بالانتماء والولاء للأسرة والوطن.
- يكون الفرد خالي من الأمراض النفسية.

٢-١-٣- هـ: مؤثرات التوافق النفسي

الراحة النفسية: أن حياة الشخص بصورة عامة تواجهها صعوبات وعقبات أو حواجز تقف عائق في طريق تحقيق أهداف الحياة المراد الوصول اليها، انما الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية وقادر على مواجهة هذه العقبات وحل المشكلات بطريقة ترضاها نفسه ويقبلها المجتمع هو الذي يستطيع أن يكون قادر على الوصول الى الراحة النفسية [٤].

---

[١] سيجموند فرويد: "الموجز في التحليل النفسي" ترجمة، سامي محمد علي وعبد السلام القفاش، هيئة الكتاب، مصر، ٢٠٠٠ ، ص ٩٢.

[٢] سوسن شاكر مجيد: "التوافق النفسي وابعاده وخطرات تحقيقه"، مؤسسة الحوار المتمدن، ٢٠١٢، ص ٥١

[٣] محمود كاظم محمود ٤" الصحة النفسية مفاهيم نظرية واسس تطبيقية، ط ١، عمان دار صفاء، ٢٠١٣، ص ٢٩

[٤] المجلس الوطني لشؤون الأسرة " دليل الدراسات والبحوث ذات العلاقة بالأعيرة الأردنية"، م١، سلسلة مطبوعات الأسرة، المملكة الأردنية الهاشمية، ٢٠٠٧، ص ٢ه.

٣-٢-١: تأثير الثقافة والتوافق النفسي الاجتماعي على الرياضي

هناك مؤسسات معينة في كل مجتمع قد تقوم بتنشئة الأفراد وتثقيفهم رياضياً وتعليمهم على التوافق النفسي والاجتماعي أضافة الى تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بيئتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضية ومن هذه المؤسسات المنزل والمدرسة والمؤسسات الرياضية كالأندية ومراكز الشباب والساحات الشعبية وغيرها، ومن خصائص الثقافة الرياضية قدرته على الوصول إلى قطاع ينتمي من الجمهور وهذا يمثل وجه من الوجوه الإيجابية للثقافة الرياضية، وهذا يتيح الفرصة للاعبين التنافس الشريف واظهار قدراتهم وابداعاتهم الرياضية بشكل جيد [١].

٢-٢ : الدراسات السابقة :

٢-٢-١: دراسة ظافر ناموس، وآخرون ٢٠٠٧: [٢]

" دراسة مقارنة التوافق النفسي ومستوى الأداء لدى لاعبي المبارزة أثناء المنافسات"

هدفت الدراسة إلى:

١- التعرف على الفروق بين مبارزي سيف المبارزة وسلاح الشيش في اختبار التوافق النفسي

٢- التعرف على الفروق بين مبارزي سيف المبارزة وسلاح الشيش في مستوى الأداء اثناء المنافسة

وتوصلوا إلى الاستنتاجات التالية:

١. توجد فروق ذات دلالة إحصائيا بين لاعبي المبارزة بسلاح سيف المبارزة وسلاح الشيش في محاور اختبار التوافق النفسي ولصالح لاعبي سيف المبارزة ما عدا

---

[١] داود عزيز حلا (وآخرون) " علم نفس الشخصية الموصل"، مطبعة دار الكتب للطباعة والنشر،١٩٩٠، ص ٢٧٨ – ص ٢٧٩.

[٢] ظافر ناموس، (واخرون) " دراسة مقارنة التوافق النفسي ومستوى الأداء لدى لاعبي المبارزة اثناء المنافسات"، بحث منشور بمجلة الفتح، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالي، ٢٠٠٨

المحورين (واقعية التفكير والمسؤولية الاجتماعية) حيث لم يظهر البحث وجود فروق بينهما.

٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المبارزة بسلاح سيف المبارزة وسلاح الشيش في مجموع الدرجة الكلية لاختبار التوافق النفسي ولصالح لاعبي سيف المبارزة

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي المبارزة بسلاح سيف المبارزة وسلاح الشيش في مستوى الأداء والصالح لاعبي سيف المبارزة

٢ - ٢ - ٢: دراسة عثمان محمود شحاذ ٢٠٠٩: [١]

" أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى"

هدفت الدراسة إلى:

١- بناء مقياس الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الرياضية الفضائية.

٢- تعرف أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى.

٣- معرفة الفرق بين الذكور والإناث المشاهدين للقنوات الرياضية في مستوى الثقافة

وتوصل إلى الاستنتاجات التالية:

١- إن مقياس ثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الفضائية الرياضية الذي تم بناؤه يلائم العينة المختارة والتي كانت لفئة طلبة كليات جامعة ديالى إذ حقق هذا المقياس الهدف الذي اعد من أجله وهو تعرف مستوى الثقافة الرياضية لمشاهدي القنوات الفضائية الرياضية.

٢- إن للقنوات الفضائية الرياضية أثر ايجابيا في تزويد المشاهد بالثقافة الرياضية.

٣- إن للقنوات الفضائية الرياضية تأثيرا على النواحي المعرفية والاجتماعية أكثر من النواحي التربوية والصحية. الرياضية.

٢-٢-٣ : دراسة ميساء نديم احمد، محمد إسماعيل مهدي ٢٠١٢ : [٢]

---

[١] دراسة محمود شحاذ: مصدر سابق، ص ٨٥.

[٢] ميساء نديم أحمد، ومحمد إسماعيل مهدي "الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة بمعهد إعداد المعلمين - ديالى"، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث، مره، ٢٠١٢.

الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة بمعهد إعداد المعلمين ديالى، مجلة علوم التربية الرياضية العدد الثالث، المجلد الخامس، ٢٠١".

هدفت الدراسة إلى:

١- اعداد مقياسي التوافق النفسي والاجتماعي ومقياس الثقافة الرياضية.
٢- التعرف على مستوى التوافق النفسي والاجتماعي والثقافة الرياضية لدى عينة البحث.
٣- إيجاد علاقة الثقافة الرياضية بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة البحث.

وتوصلا الى الاستنتاجات التالية:

١- توجد علاقة ارتباط معنوية بين الثقافة الرياضية والتوافق النفسي والاجتماعي لصالح طلاب قسم التربية الرياضية بمعهد إعداد المعلمين - ديالى.
٢- لا توجد فروق معنوية بين طلاب اقسام معهد إعداد المعلمين ديالى في الثقافة الرياضية.
٣- توجد فروق معنوية بالتوافق الاجتماعي بين طلاب اقسام معهد إعداد المعلمين – ديالى

الفصل الثالث

٣-١ :منهج البحث:

أن البحوث العلمية جميعها تلجأ في حل مشـــكلاتها الى اختيار منهج يتلاءم مع طبيعة المشـكلة وعليه اختارت الباحثة المنهج الوصـفي نظراً لملائمة طبيعة الدراســة أن الهدف اسلوب المنهج الوصفي الى تحديد الظروف والقيم والعلاقات الانسانية المقدرة فهو الطريق أو الطريقة الى توصـــل الانســـان من نقطة إلى أخرى أو هو الســـمة العالية على مجموعة الظواهر الفكرية والسلوكية.

٣ - ٢: مجتمع البحث وعينته:

تكون مجتمع البحث من (١٤٨) طالبة يمثلون طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات واختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية المنتظمة (القرعة) وبلغت (٢٠) طالبة من طالبات المرحلة الرابعة التي مثلت نسبة (١٣٪) من مجتمع البحث كما تم أخذ عينة استطلاعية من طالبات المرحلة الرابعة والتي بلغت (٣) طالبات.

٣-٣ :وسائل جمع المعلومات المستخدمة في

استخدمت الباحثة الوسائل الاتية:

١- المصادر العربية والأجنبية

٢- المقابلات الشخصية [١].

٣- استمارة استبيان لمقياس التوافق النفسي والاجتماعي [*].

٤- استمارة استبيان لمقياس الثقافة الرياضية [**]

---

[١] أ. م. د نعيمة زيدان، و ا د سهاد حسيب، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد.

*) انظر ملحق ١.

**) انظر ملحق ٢.

٥- ٣-٧: اجراءات البحث الميدانية:

٦- ٣-٧-١: أداتا البحث:

٧- استخدمت الباحثة مقياس التوافق النفسي والاجتماعي الذي اعده (ميساء قديم أحمد، محمد إسماعيل مهدي)[١]، الطلاب المرحلة الخامسة بمعهد إعداد المعلمين - ديالى وهو مقياس ثلاثي يتكون من (٤٥) فقرة وبثلاث بدائل كثيرة، أحيانا، نادرا).

٨-ومقياس الثقافة الرياضية الذي أعده (عثمان محمود شحاذ) [٢]، ويتكون من (٢٠) فقرة وبثلاث بدائل (موافق جدا، موافق إلى حد ما، لا أوافق) وهو معد على طلبة الكليات في جامعة ديالى، بعد تعديل بعض فقراته بما يتلاءم مع عينة البحث تم عرضه على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين ("")، لاستطلاع آراءهم وملاحظاتهم لإضافة او تعديل او حذف فقرات المقياسين، وبعد جمع الاستمارات، تم الأخذ بملاحظات الخبراء حول تعديل بعض الفقرات لتصبح ملائمة لقدرات عينة البحث.

---

[١] Ahmed, M. N. & Mahdi, M. ١" Sports culture and its relationship with psychological and social compatibility of students at the fifth stage at the institute of teacher education". Diyala. Journal of physical education Sciences, ٥(٣) ٢٠١٢ ١٤٠- ١٦٦.

[٢] عثمان محمود: " أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى"، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى، ٢٠٠٩، ص ٥٨

٣ - ٤ :-التجربة الاستطلاعية الأولى:

قامت الباحثة بتوزيع استمارة الاستبيان الخاصة بالتوافق النفسي والاجتماعي والثقافة الرياضية يوم الاثنين ٧ /٥ / ٢٠٢١ على عينة بلغت ٣ طالبات في المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات جامعة بغداد، وذلك لمعرفة ملائمة المقياسين لعينة البحث والوقت الذي يستغرقه وأهم الصعوبات التي تواجه الباحث.

٣-٥: التجربة الرئيسية:

قامت الباحثة بالتجربة الرئيسية اذ وزعت الاستمارة الخاصة بالاستبيان على عينة البحث الرئيسية والبالغة ٢٠ طالبة من طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات جامعة بغداد، ٢/ ٦/ ٢٠٢١، ومن ثم قامت الباحثة بجمع الأوراق الخاصة بالمقياسين لغرض اجراء التحليل الاحصائي.

٣-٦: الوسائل الإحصائية:

تم استخدام اضافة الحقيبة الإحصائية spss لايجاد الوسائل الإحصائية، تقوم الباحثة بالبحث الموسوم بـ (الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد).

ملحق رقم (١)

استبانة

راجين اختيار الإجابة التي ترونها مناسبة وتعبر عن رأيكم بكل أمانة وموضوعية بوضع علامة (٢) علماً أنه لا توجد إجابة خاطئة، وإن هذه المعلومات التي تقدمها تستخدم الأغراض البحث فقط. مقياس التوافق النفسي والاجتماعي

نادرا	أحيانا	كثيرا	العبارات	ت
			لدي القدرة على ضبط النفس	١
			استمتع بعماية التدريس	٢
			اشعر بضيق عندما يكون ادائي ضعيف	٣
			اشعر بحساسية نحو مدرسي	٤
			لدي ثقة كبيرة في القدرة على قيادة الاخرين	٥
			أكون سعيدا عندما ادرس بمفردي	٦
			استطيع ان اصف نفسي بانني شخص متكلم	٧
			اتقبل تحمل المسؤولية	٨
			اشعر بالاستمتاع كلما زاد أهمية الدروس	٩
			اتقبل الدروس بسهولة	١٠
			ينتابني القلق ويصعب العودة الى الحالة الطبيعية عند حدوث أشياء غير متوقعة في الدروس	١١
			في استطاعتي أداء التدريس بشدة عالية	١٢
			اتعامل مع المنافسين من الطلاب بروح رياضية	١٣
			يقلقني ما يعتقده الاخرين نحوي	١٤
			القي اللوم على الاخرين عند فشلي	١٥
			انتظر الدروس بشوق كبير	١٦
			يسهل اثارتي في موقف الأداء الصعبة	١٧
			انتقد طريقة التدريس التي يتبعها المدرسين	١٨
			اميل الى عدم بدء الحديث مع الاخرين	١٩
			يصعب علي مجاراة خشونة زملائي في القسم	٢٠
			اجد صعوبة في مناقشة زملائي في القسم	٢١
			انا غير متأكد من نفسي	٢٢
			اعتذر عن الاشتراك في الأشياء التي لا تسير وفق ما ارغب	٢٣
			اتمتع بدرجة عالية من مستوى الأداء في الدروس	٢٤
			ارفض الدراسة مع زملائي بالقسم	٢٥
			رغم انني نشط في الدروس لكن لا تعرف ماذا سأفعل	٢٦
			استرد حالتي الطبيعية سريعا بعد انتقاد المدرس	٢٧
			استمتع بقدر كبير من الثقة بالنفس	٢٨
			مستوى ادائي لا يتناسب مع قدراتي الحقيقة	٢٩
			اتجنب توجيه اللوم لاحد زملائي القسم	٣٠
			اشعر بالثقة اثناء ممارسة النشاط الرياضي التنافسي	٣١
			استطيع ان ابعث المرح بسهولة اثناء الدروس	٣٢
			اعتبر من الرياضين الذين يساعدون المدرس اثناء درس التربية الرياضية	٣٣
			اعتبر مستقرا انفعاليا	٣٤
			انا شخص عنيد	٣٥
			استشير مدرس قبل اتخاذ القرارات المهمة	٣٦
			اعتقد ان في قدرتي النجاح بتفوق في الدروس	٣٧
			مستعد لتحمل مسؤولياتي	٣٨
			اشعر بالملل وعدم الرغبة في الاشتراك في الدروس العملية	٣٩
			يصعب علي التصرف السريع في المواقف الصعبة في الدروس	٤٠
			لدي قدرة على التصرف السريع في المواقف الصعبة في الدروس	٤١
			افقد اعصابي بسرعة اذا استفزني المدرس من اول الدرس	٤٢
			اجد صعوبة في كسب الاخرين لصفي	٤٣
			استطيع التحكم في انفعالاتي عند المواقف الصعبة في الدروس	٤٤
			استطيع ان احتفظ بهدوئي رغم مضايقة الاخرين لي	٤٥

ملحق رقم (٢)

استبانة

عزيزي الطالب:

تقوم الباحثة بالبحث الموسوم بـ (الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طالبات المرحلة الرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد) راجين اختيار الإجابة التي ترونها مناسبة وتعبر عن رأيكم بكل أمانة وموضوعية بوضع علامة (☐)، علما إنه لا توجد إجابة خاطئة، وإن هذه المعلومات التي تقدمها تستخدم لأغراض البحث فقط.

شاكرين تعاونكم. مقياس الثقافة الرياضية

ملاحظة: راجين عدم كتابة الاسم في الاستمارة

ت	الفقرات	الإجابة		
		موافق	موافق أحيانا	غير موافق
١	يجب الاحماء قبل أداء النشاط الرياضية للمحافظة على سلامة العضلات والمفاصل			
٢	تسهم الثقافة الرياضية في التعرف على المهارات الرياضية المختلفة			
٣	تساعد الثقافة الرياضية في معرفة المصطلحات والمفاهيم الرياضية			
٤	تسهم الثقافة الرياضية في معرفة تاريخ الألعاب الرياضية			
٥	تسهم المعلومات الرياضية في معرفة الشخصيات الرياضية البارزة في كل دول العالم			
٦	تبين المعلومات الرياضية المعالم الرياضية في العالم وتعريف بها			
٧	النشاط الرياضي الترويجي ينمي العلاقات بين الفرد وزملائه ومجتمعه			
٨	تزيد الثقافة الرياضية من التشويق في عرض النواحي الفنية للألعاب الرياضية			
٩	اللياقة البدنية تكتسب عن طريق مزاولة الأنشطة الرياضية			
١٠	تنمي مفهوم التعاون وقيمته الاجتماعية			
١١	تعمل على تطبيع العلاقات الثقافية الاجتماعية المقبولة			
١٢	تعمل على تنمية القيم الاجتماعية المقبولة			
١٣	لا تبين أهمية الأنشطة الرياضية في اشباع حاجات الفرد وميوله			
١٤	تنمي مفهوم الانتماء للجماعة والوطن			
١٥	تعمل على توطيد العلاقات بين افراد المجتمع			
١٦	تشجع الافراد على الانتماء الى المؤسسات والأندية الرياضية والشبابية			
١٧	لا تدعو الى تجنب العنف والشغب في البطولات والمنافسات الرياضية			
١٨	تساعد في توجيه حياة الفرد نحو اهداف نافعة ومفيدة			
١٩	تسهم في ايقاظ الحس الجمالي في البشر ودوره الحضاري والاخلاقي			
٢٠	تؤدي دورا مهما في الكشف عن بعض الانحرافات في الوسط الرياضي			
٢١	تسهم في تجنب العادات الخاطئة اثناء ممارسة النشاط الرياضي			
٢٢	الثقافة الرياضية تدعم الصلة بين الرياضة والعلوم الأخرى			
٢٣	ممارسة الرياضة علمتني احترام الاخرين			
٢٤	تعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية جزء هام في تعمق العلاقة بين الرياضة والجمهور			
٢٥	اتمتع باللعب عندما اعرف قوانين اللعبة التي امارسها			

ملحق رقم (٣)

أسماء الخبراء ومكان عملهم

ت	اسم الخبير	مكان العمل
١	أ.م. لقاء عبد الله	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد
٢	أ.م. نعيمة زيدان خلف	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد
٣	أ.م. فاطمة عبد مالح	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد
٤	د. زينب قحطان	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد
٥	م.د. لقاء علي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد

المصادر

القرآن الكريم

(سورة النور، الآيات ٣٥)

أولا: الكتب:

١- أحمد عيد مطيع الشخانبة؛ "التكيف مع الضغوط النفسية"، دراسة ميدانية، علم النفس الجامعة الأردنية، دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان - الأردن، ٢٠١٠.

٢- تهاني عبد السلام:" الترويح والتربية الترويحية"، ط١، دار الفكر العربية، القاهرة، مصر، ٢٠٠١.

٣- حسين سلامة، وعبد العظيم طه؛ "استراتيجية الضغوط التربوية والنفسية". ط١، عمان، دار الفكر،٢٠٠٦.

٤- د. زينب قحطان، أ. م. د. لقاء عبد الله، أ. م. د. نعيمة زيدان، أ. د. فاطمة عبد مالح، م. د. لقاء علي، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.

٥- داود عزيز حنا (وآخرون)؛ " علم نفس الشخصية"، الموصل، مطبعة دار الكتب للطباعة وللنشر،١٩٩٠.

٦- سوسن شاكر مجيد؛ "التوافق النفسي وأبعاده وخطوات تحقيقه"، مؤسسة الحوار المتمدن، ٢٠١٢.

٧- سيجموند فرويد؛ "الموجز في التحليل النفسي"، ترجمة، سامي محمد علي وعبد السلام القفاش، هيئة الكتاب.، مصر، ٢٠٠٠.

٨- صباح السقا: مصدر سابق، ١٩٩٩.

٩- صباح السقا؛ "العدوان واللعب دراسة تجريبية عن أثر اللعب في خفض خلة السلوك العدواني عند الأطفال مرحلة ما قبل المدرسة"، رماية ماجستير، قسم الصحة النفسية، كلية التربية جامعة دمشق، ١٩٩٩.

١٠- ظافر ناموس، (واخرون)؛ " دراسة مقارنة التوافق النفسي ومستوى الأداء لدى لاعبي المبارزة اثناء المنافسات"، بحث منشور بمجلة الفتح، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى، ٢٠٠٨.

١١- عبد الرؤوف أحمد الطلاع؛ "التوافق النفسي وعلاقته بالانتماء الوطني لدي الأسيرات الفلسطينيات المحررات من السجون الإسرائيلية"، مجلة جامعة الأزهر، المجلد الثاني عشر العدد الثاني، ٢٠١٠.

١٢- عثمان محمود "أثر مشاهدة القنوات الفضائية الرياضية في نشر الثقافة الرياضية بين طلبة جامعة ديالى"، رسالة ماجستير غير منشورة)، كلية التربية الرياضية - جامعة ديالى، ٩:٢٠.

١٣- عطا الله فؤاد، ودلال النفسية عزالدين "الصحة النفسية وعلاقتها بالتكيف النفسي"، دار الصفاء، عمان، ٢٠٠٩.
١٤- فاطمة عبد صالح (واخرون)؛ "تأثير تدريبات سلم أجلتي على بعض مكونات اللياقة الحركية".
١٥- فضل أبو هين؛" تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني المشارك في انتفاضة الأقصى"، مجلة محكمة الأقصى، المجلد الخامس، العدد الثاني، الجزء الأول، ٢٠٠١.
١٦- كمال الدسوقي؛ "تكنولوجيا العلوم الاجتماعية"، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع،١٩٧٤.
١٧-م. د نعيمة زيدان، أ. د سهاد حسيب، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد.
١٨- المجلس الوطني لشؤون الأسرة؛"دليل الدراسات والبحوث ذات العلاقة بالأسرة الأردنية"، م١، سلسلة مطبوعات الأسرة، المملكة الأردنية الهاشمية، ٢٠٠٧.
١٩- محمد حسن "الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية"، ط١، مكتبة الأنجلو، القاهرة، ٢٠٠٩.
٢٠- محمد عسلية، "معوقات التوافق النفسي لدى المعلمين بمحافظة شمال غزة"، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، العدد ٢٩، الجزء ١, ٢٠٠٥.
٢١- محمود كاظم محمود "الصحة النفسية مفاهيم نظرية وأسس تطبيقية"، ط١، عمان دار صفاء،٢٠١٣.
٢٢- مدحت عبد الحميد؛ "الصحة والتوافق الدراسي"، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، ١٩٩٠، ص ٣
٢٣- مؤمن بكوش الجموعي؛ "القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطالب الجامعي"، رسالة ماجستير، جامعة الوادي، الجزائر، ٢٠١٣.
٢٤- ميساء نديم أحمد، ومحمد إسماعيل مهدي؛ "الثقافة الرياضية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة الخامسة بمعهد أعداد المعلمين – ديالى"، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثالث، مد، ٢٠١٢.

ثانيا: المقابلات الشخصية والدراسة الميدانية:

- نتائج الدراسة الميدانية التي قام بها الباحث، ٢٠٢٠.

ثالثا: الكتب الاجنبية:

١- Ahmed, M. N. & Mahdi, M. I. "Sports culture and its relationship with psychological and social compatibility of students at the fifth stage

at the institute of teacher education" - Diyala. Journal of physical education Sciences, ٥(٣), ٢٠١٢

٢- Allawi, M. H. Psychology of Sports. (١st ed.), Cairo: Dar Al-Arab Tought. Egypte, ١٩٩٨.

٣- Betancourt,T., Borisova,l., Smith,J., Gingerich, T., Williams, T." Psychosoial Adjustment and Social reintegration of children associated with Armed forces and Arned Group". Harvard School of Public Health, USA, ٢٠٠٨.