

*وزارة التعليم العالي والبحث العلمي*

*جامعة بغداد*

*كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / للبنات*

***" الوحدة النفسية وعلاقتها بأداء بعض مهارات الجمناستك الفني*** ***لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات "***

بحث تخرج مقدم من قبل الطالبة

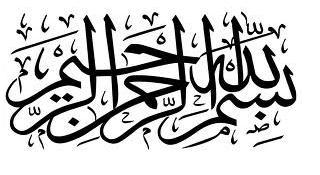
***منار عراك حسين***

الى *اللجنة العلمية لمشروع البحث وهو جزء من متطلبات الحصول على درجة البكالوريوس في التربية الرياضية*

*بإشراف*

***م.م هدى عيدان محمد***

*1440 هـ 2019 م*

**نرفع درجات من نشاء وفوق كل ذي علم عليم**

**صدق الله العلي العظيم**

**((سورة يوسف الاية 76))**

***الاهــداء***

*إلى منارة العلم والإمام المصطفى إلى الأمي الذي علم المعلمين إلى سيد الخلق إلى رسولنا الكريم سيدنا محمد صلى الله عليه وآله وسلم ............*

*إلى من سعى وشقى لأنعم بالراحة والهناء الذي لم يبخل بشي من أجل دفعي في طريق النجاح الذي علمني أن أرتقي سلم الحياة بحكمه وصبره .... والدي العزيز*

*إلى من تتسابق الكلمات لتخرج معبرة عن مكنون ذاتها من علمتني الصعاب لأصل إلى ما أنا فيه وعندما تكسوني الهموم أسبح في بحر حنانها ليخفف من الآمي ..أمي*

*إلى من كانوا يضيئون إلي الطريق ويساندوني ويتنازلون عن حقوقهم لإرضائي والعيش في هناء .... أخواني وعمو وخالتي الغالية .*

*أحبكم حبا ً لو مر على أرض قاحلة لتفجرت منها ينابيع المحبة إلى من حبهم يجري في عروقي ويلهج بذكراهم فؤادي..... زوجي وأطفالي .*

*إلى من سرنا سويا ً ونحن نشق الطريق معا ً نحو النجاح والإبداع إلى من تكاتفنا يدا َ بيد ونحن نقطف زهرة وتعلمنا... صديقاتي وزميلاتي .*

*إلى من علمونا حروفا ً من ذهب وكلمات من درر إلى من صاغوا إلينا علمهم حروفا ً ومن فكرهم منارة تنير لنا سيرة العلم والنجاح إلى أساتذتنا الكرام وأهدي بحثي إلى مشرفتي الغالية... (هدى عيدان)*

**منــار**

***شكر وامتنان***

بسم الله الرحمن الرحيم

*أول ما يستحق الشكر هو الله عز وجل ورسوله الكريم أتقدم بالشكر والاحترام والامتنان إلى مدرستي ومشرفتي (هدى عيدان) المشرفة على هذا البحث وأشكرها جزيل الشكر على ما بذلته من جهد وتحمل الصعاب .. جزاها الله خير الجزاء لما قدمته لي من عون ومساعدة في إنجاز بحثي هذا .*

*آخر دعواتي أن الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم الأنبياء والمرسلين .*

***الباحثة***

ملخص البحث

"الوحدة النفسية وعلاقتها بأداء بعض مهارات الجمناستك الفني لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات"

اشتمل البحث على خمسة ابواب:-

***الباب الأول :***تضمن هذا الباب المقدمة وأهمية البحث في بغية محاولة الكشف عن الوحدة النفسية لدى الطالبات لغرض السيطرة على الضغوطات التي تواجههم ولإعطاء صورة عن حالة الطالبات النفسية للتمكين من إيجاد حلول إيجابية تساعدهم على تحسين مستوى أدائهن.

وتكمن **مشكلة البحث** فيدراسة الوحدة النفسية لإيجاد الحلول المناسبة لها إضافة إلى الكشف عن سبب تدني مستوى أداء طالبات العينة كونهم من طالبات الأقسام الداخلية في بعض مهارات الجمناستك لغرض التعرف على الأسباب وإيجاد الحلول المناسبة لها.

***هدفت الدراسة الى:***

1. التعرف على درجة الوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .
2. التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية وأداء بعض مهارات الجمناستك الفني لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

وللتحقق من أهداف البحث ***افترضت*** الباحثة ما يأتي :

* لا توجد علاقة ارتباط بين الوحدة النفسية وأداء بعض مهارات الجمناستك الفني لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات.

**الباب الثاني:** احتوى هذا الباب على الدراسات النظرية والمشابهة المتعلقة بموضوع البحث.

**الباب الثالث:** استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية وذلك لملائمته لطبيعة مشكلة البحث ولاختيارمجمع البحث قامت الباحثة باختيار مجتمع البحث بدقة وبأسلوب عمدي وفقا ً للظروف الملائمة بتنفيذ مفردات البحث إذ يتكون مجتمع البحث من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد للعام الدراسي (2018 – 2019) والبالغ عددهم (481) أما عينة البحث فقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طالبات الأقسام الداخلية في الكلية والبالغ عددهم (20) طالبة تم اختيار (5) طالبات للتجربة الاستطلاعية و (15) طالبة للتجربة الرئيسة كذلك تطرقت الباحثة إلى الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة وخطوات إجراء البحث المتمثلة باختيار وتحديد مقياس الوحدة النفسية وتحديد مهارات البحث , والتجربة الاستطلاعية، والتجربة الرئيسية فضلا عن الوسائل الإحصائية.

***الباب الرابع :*** تضمن هذا الباب عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها والتي من خلالها تم التوصل إلى تحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه .

***الباب الخامس :*** تم التوصل إلى مجموعة من ***الاستنتاجات*** منها :

1-الوحدة النفسية لها دور سلبي على أداء مهارات الجمناستك الفني .

2-الوحدة النفسية لدى عينة البحث كان وسطها الحسابي أعلى من قيمة الوسط الفرضي للمقياس .

3-أن هناك علاقة طردية سلبية بين الوحدة النفسية وأداء المهارات المبحوثة لدى عينة البحث .

**اوصت الباحثة:-**

1-العمل على إعداد منهاج تعليمي تربوي يعالج فيها ظاهرة الوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية وذلك للحد من هذه الظاهرة وأثرها السلبي على أدائهن .

2-الأقسام بمشكلة الوحدة النفسية لدى طالبات والعمل على إيجاد حلول مناسبة للتخلص منها .

3-إجراء دراسات مشابهة تتناول عدة متغيرات لم تتطرق لها الدراسة الحالية .

قائمة المحتويات

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ت | الموضوع | الصفحة |
| 1 | العنوان | 1 |
| 2 | الاية القرآنية | 2 |
| 3 | الاهداء | 3 |
| 4 | الشكر والامتنان | 4 |
| 5 | ملخص البحث باللغة العربية | 5 |
| 6 | المحتويات | 8 |
| 7 | الجداول | 8 |
| 8 | الملاحق | 9 |
|  | الباب الاول | 11 |
| 1- | التعريف بلبحث | 12 |
| 1-1 | مقدمة البحث واهميته | 13 |
| 1-2 | مشكلة البحث | 13 |
| 1-3 | اهداف البحث | 13 |
| 1-4 | فروض البحث | 13 |
| 1-5 | مجالات البحث | 13 |
| 1-5-1 | المجال البشري | 13 |
| 1-5-2 | المجال الزماني | 14 |
| 1-5-3 | المجال المكاني | 14 |
| 1-6 | تحديد المصطلحات | 14 |
| 1-6-1 | الوحدة النفسية | 14 |
|  | الباب الثاني | 15 |
| 2- | الدراسات النظرية والدراسات السابقة | 16 |
| 1-2 | الوحدة النفسية | 16 |
| 1-1-2 | الوحدة النفسية في المعاجم الاجنية | 18 |
| 2-1-2 | انواع الوحدة النفسية | 20 |
| 3-1-2 | ابعاد ( مكونات او عناصر) الوحدة النفسية | 22 |
| 4-1-2 | اسباب الشعور بالوحدة النفسية | 24 |
| 2-2 | الجمناستك الفني | 24 |
| 3-2 | الدراسات النظرية والمشابهة | 30 |
|  | الباب الثالث | 33 |
| 3- | منهجية واجراءاته الميدانية | 34 |
| 3-1 | منهج البحث | 34 |
| 3-2 | مجتمع البحث وعينته | 34 |
| 3-3 | وسائل جمع المعلومات والاجهزة والادوات | 35 |
| 3-3-1 | وسائل جمع المعلومات | 35 |
| 3-3-2 | ادوات البحث المستخدمة | 35 |
| 3-4 | اجراءات البحث الميدانية | 36 |
| 3-4-1 | تحديد مقياس الوحدة النفسية | 36 |
| 3-4-2 | تحديد المهارات الاساسية بالجمناستك الفني | 36 |
| 3-4-3 | تقيم الاداء المهاري في الجمناستك الفني | 36 |
| 3-5 | التجربة الاستطلاعية | 37 |
| 3-6 | الاسس العلمية لمقياس الوحدة العلمية | 37 |
| 3-7 | التجربة الرئيسية | 38 |
| 3-8 | الوسائل الاحصائية | 38 |
|  | الباب الرابع | 39 |
| 4- | عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها | 40 |
|  | الباب الخامس | 43 |
| 5 | الاستنتاجات والتوصيات | 44 |
| 5-1 | الاستنتاجات | 44 |
| 5- 2 | التوصيات | 44 |

قائمة الجداول

|  |  |
| --- | --- |
| ***ت*** | ***موضوع الجدول*** |
| 1 | يبين التجانس بين افراد العينة في متغير العمد والوزن والطول |
| 2 | قيم الاوساط الحسابية والانحراف المعيارية وقيمة معامل الالتواء للمتغيرات المبحوثة لدى عينة البحث |
| 3 | قيم الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية وقيمة المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس الوحدة النفسية لدى عينة البحث |

قائمة الملاحق

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ت | موضوع الملحق | الصفحة |
| 1 | مقياس الشعور بالوحدة النفسية | 49 |
| 2 | استمارة استطلاع اراء الخبراء | 50 |
| 3 | استمارة تقييم الاداء الفني | 52 |
| 4 | استمارة الخبراء والمختصين الذين تم عرض مقياس الوحدة النفسية | 53 |

الباب الأول

1. *التعريف بالبحث .*
   1. *مقدمة البحث وأهميته .*
   2. *مشكلة البحث .*
   3. *أهداف البحث .*
   4. *فروض البحث .*
   5. *مجالات البحث .*

*1-5-1 المجال البشري .*

*1-5-2 المجال الزماني .*

*1-5-3 المجال المكاني .*

* 1. *تحديد المصطلحات .*

*1-6-1 الوحدة النفسية .*

1. ***التعريف بالبحث .***
   1. ***مقدمة البحث وأهميته : -***

شهد المجتمع في الآونة الأخيرة كثير من التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية وان لتلك التغيرات تأثيرها وانعكاسها الواضح على الفرد كالتوتر والضغوط وهذا ما قد يدفع الانسان إلى العزلة والشعور بالوحدة النفسية وان الوحدة النفسية حالة ينفرد بها الانسان عن غيره من الكائنات الحية بسبب امتلاكه نظاما ً اجتماعيا ً يتأثر به ويؤثر فيه وإن أي خلل قد يحدث في الأواصر التي تربط الانسان بغيره من أبناء جنسه أو أي تغيير يحدث في النظام الاجتماعي ينعكس على الفرد وينتج عنه اضطراب في الطابع الاجتماعي المكتسب لدى الأفراد مما يولد لديهم الشعور بالاغتراب والعزلة أو معاناة الوحدة النفسية كما وتترك آثارا ً على الفرد حيث من شأنها أن تؤثر على مجمل نشاطاته .

وتعرف الوحدة النفسية : بأنها : "إحساس الفرد بعدم التقبل من المحيطين به , وافتقاد الحب والود والمساندة من جانبهم , الأمر الذي يترتب عليه الشعور بالتوتر والرغبة في العزلة و الانطواء وقطع العلاقات الاجتماعية معهم" ([[1]](#footnote-1)) .

وتعد مادة الجمناستك الفني من المواد الأساسية في مناهج كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة التي تتطلب أدائها درجة عالية من الثبات والاتزان ولكي يتمكن اللاعب ُ من تحقيق هذا الثبات لابد أن يكون بحالة نفسية جيدة تساعده على الأداء بشكل أفضل .

وتكمن أهمية البحث هي بغية محاولة الكشف عن الوحدة النفسية لدى الطالبات لغرض السيطرة على الضغوطات التي تواجههم ولإعطاء صورة عن حالة الطالبات النفسية للتمكين من إيجاد حلول إيجابية تساعدهم على تحسين مستوى أدائهن .

* 1. ***مشكلة البحث :***

يعتبر الشعور بالوحدة النفسية من الصعوبات الخطيرة على المجتمع لما لها من دور سلبي في التأثير على الإنسان وأصبح من الضروري دراسة الوحدة النفسية لإيجاد الحلول المناسبة لها إضافة إلى الكشف عن سبب تدني مستوى أداء طالبات العينة كونهم من طالبات الأقسام الداخلية في بعض مهارات الجمناستك لغرض التعرف على الأسباب وإيجاد الحلول المناسبة لها فضلا ً عن أغلب الدراسات النفسية تركزت على الطالبات بشكل عام ولم تركز على طالبات الأقسام الداخلية ومما قد يعانوه من مشاكل نفسية نتيجة البعد عن أهلهم وتغير المحيط لذا ارتأت الباحثة لدراسة هذه ِ الحالة لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

* 1. ***أهداف البحث :***

1. التعرف على درجة الوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .
2. التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية وأداء بعض مهارات الجمناستك الفني لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .
   1. ***فروض البحث :***

* لا توجد علاقة ارتباط بين الوحدة النفسية وأداء بعض مهارات الجمناستك الفني لدى طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .
  1. ***مجالات البحث***

***1-5-1 المجال البشري***

عينة من طالبات الاقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات والبالغ عددهم ( 20 طالبة ) .

***1-5-2 المجال الزماني***

المدة الزمنية من ( 2 / 12 / 2018 ) ولغاية (24/ 5/2019 )

1***-5-3 المجال المكاني***

القاعات النظرية وقاعة الجمناستك الفني في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات .

* 1. ***تحديد المصطلحات***

***1-6-1 الوحدة النفسية :***

الوحدة النفسية "بأنها تمثل حالة يخبرها الفرد تنشأ أساسا ً عن قصور في العلاقات الاجتماعية للفرد مع الآخرين , مما يجعله يشعر بالآم والمعاناة بسبب إحساسه بعدم تقبل وإهمال الآخرين له" ([[2]](#footnote-2))

الباب الثاني

*2-الدراسات النظرية والدراسات السابقة*

*2-1الوحدة النفسية .*

*2-1-1الوحدة النفسية في المعاجم الأجنبية .*

*2-1-2نشأة الشعور بالوحدة النفسية :*

*2-1-2 أنواع الوحدة النفسية .*

*2-1-3 (صور أو أشكال ) الوحدة النفسية.*

*2-1-4انواع الوحدة النفسية.*

*2-1-5أبعاد ( مكونات أو عناصر ) الوحدة النفسية.*

*2-1-6أسباب الشعور بالوحدة النفسية.*

*2-2 الجمناستك الفني .*

*2-2-1مهارات الغطس.*

*2-2-2القفز فتحا على جهاز حصان القفز ( منصة القفز ).*

*2-2-3الطلوع – الوقوف المتكرر الموازي على جهاز عارضة التوازن.*

*3-2 الدراسات السابقة والمشابهة .*

*3-2-1دراسة الشهري.*

*3-2-2 دراسة حنان عدنان عبعوب.*

***2-الدراسات النظرية .***

***2-1الوحدة النفسية :***

نحن نعيش في عصر يتميز بتغير سياسية , واقتصادية ,و ثقافية متباينة أدت إلى تعقيد أساليب التوافق , وأصبح هذا التغير من العلامات الجوهرية التي تميز سمات هذا العصر , والذي بدوره يعرض الفرد إلى أنماط من مواقف الحياة والتي تتضمن عناصر الضغط والتوتر والانفصال , ونتيجة لذلك أصبح الفرد فريسة لضروب شتى من الاضطرابات الانفعالية والنفسية التي تصيب صحته النفسية والعقلية فتدفعه إلى الانزواء , والعزلة والشعور بالوحدة النفسية ([[3]](#footnote-3))

وتبعا ً لذلك فقد شاع في مجال علم النفس استخدام عديد من المصطلحات التي تقف وتصور حقيقة أو تصور حقيقة ما يعايشه هذا الانسان من مشاكل واضطرابات نفسية وأصبح كل من الاغتراب والانعزال , والاكتئاب والعزلة وفتور الشعور أو اللامبالاة , يمثل ظاهرة نفسية تتطلب مزيداً من جهد الباحثين وتفكيرهم بهدف سير نموها يتسنى الكشف عن طبيعة كل منها ومسبباته ومصاحباته وسبل التخفيف قدر الإمكان مما يمكن أن يترتب عليه من نواتج وآثار ([[4]](#footnote-4))

وأن الشعور بالوحدة النفسية هو حالة يخبرها الفرد تنشأ أساسا ً عن قصور في العلاقات الاجتماعية للفرد مع الآخرين , مما يجعل الفرد يشعر بالألم والمعاناة بسبب إحساسه بعدم تقبل وإهمال الآخرين له , كما يتضح أن معنى الوحدة النفسية لا يتفق مع العزلة الموضوعية التي يجبر الانسان عليها مثل حالات السجن الانفرادي وغيرها من الحالات التي يفقد الانسان فيها حديثه ويعزل عن الآخرين رغم إرادته ([[5]](#footnote-5)) .

كما يعرف الشعور بالوحدة النسية بأنه "شعور مؤلم ناتج عن افتقاد التقبل والحب والفهم من قبل الآخرين , وعدم الإحساس بالثقة الذي يمنع مشاركة الآخرين أسراره, والشعور بالإهمال من قبل الآخرين وعجم الثقة في كفاءته الاجتماعية" ([[6]](#footnote-6)) .

من خلال التعريفات السابقة نلاحظ انها تنفق على إن الشعور بالوحدة النفسية هو خبرة غير سارة تتضمن إحساس نفسي مؤلم لدى الفرد يتمثل بالشعور بالضيق والضجر والملل , والإحساس بفقدان المحبة والمودة مع الاخرين .

وتعرف الشعور بالوحدة النفسية "بأنها الرغبة في الابتعاد عن الاخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلا ً مع صعوبة التودد وصعوبة التمسك بهم , بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس" ([[7]](#footnote-7))

كما تعرف بأنها يمثل إحدى المشكلات المعبرة عن الأسس الناتج عن عدم الرضا بالعلاقات الاجتماعية غير المشبعة , وقلة العلاقات الاجتماعية ([[8]](#footnote-8)) .

كما يعرف الوحدة النفسية بأنها "شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين الوسط المحيط به , وذلك لحدوث خلل في علاقاته الاجتماعية بصورة كمية أو كيفية , وعدم قدرته على الدخول في علاقات مشبعة ومرضية مع الآخرين , إضافة إلى شعوره بالإهمال ,و عدم التقبل وما يؤدي به إلى الشعور بالوحدة والانزواء" ([[9]](#footnote-9)) .

وتعرف الشعور بالوحدة النفسية بأنه "إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة للانخراط في علاقات مشبعة مع الاخرين , وهو ما يمثل البعد الاجتماعي للشعور بالوحدة النفسية , كما يعكس إحساس الفرد بالاغتراب والشعور بإهمال الآخرين له , بالإضافة إلى افتقاد الصحبة والألفة مع الآخرين" ([[10]](#footnote-10))

***2-1-1مفهوم الوحدة النفسية في المعاجم الأجنبية :***

المعاجم الأجنبية كانت أكثر تحديدا ً لمفهوم الوحدة النفسية من المعاجم العربية حيث اتفق كل من " نيلسون " وزملائه " ولا روس " Laros إلى مصطلح وحدة نفسية Loneliness يشتق من الصفة Cone وهي صفة يقصد بها منفرد متوحد , وحيد , من غير رفيق ليس عضوا ً متفاعلا ً في شِلة أو جماعة , وهي مفاهيم تشير في جملتها إلى إحساس الفرد بكونه منفصلا ً او منعزلا ً عن أبناء جنسه , وهي حالة يشعر فيها الفرد بالوحدة أي الانفصال أو العزلة عن الآخرين , وهي حالة يصاحبها معاناة الفرح لكثير من ضروب الوحشة Lonesome , والاغتراب ,Alienation والاغتمام Dejection والاكتئاب Depression , من جراء الإحساس بكونه وحيدا ً إلا إن " لاروس " ربط في معجمه بين مفهوم الوحدة النفسية وبين إحساس الفرد بالتعاسة Miserable من جراء اضطرار الفرد إلى اعتزال الناس بسبب شعوره بافتقاد الرفيق أو الصديق . ([[11]](#footnote-11))

***2-1-2نشأة الشعور بالوحدة النفسية :***

قد تنشأ الوحدة النفسية عن الشعور بالرفض , أو سوء الفهم أو الانفصال أو المرض أو المواقف المأساوية , إلا أن هناك سمات شخصية بعينها تعمل على زيادة مستوى الشعور بالوحدة النفسية وتتضمن , هذه السمات المهارات الاجتماعية الضعيفة والمواقف السلبية وضعف الثقة بالنفس وعدم الشعور بالأمان وأيضا ً انعدام الثقة بالآخرين .

كما يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي قد تظهر في جميع مراحل عمر الانسان من الطفولة إلى الكهولة , في مشكلة عام قد تصيب الفرد في مراحل العمر نتيجة فقد الفرد للاتصال او الاحتكاك الانفعالي , إلا أن الشباب على وجه الخصوص أكثر عرضة للشعور بالعزلة , والوحدة وذلك لأن مهام التطور الرئيسية تتطلب انسلاخ الشباب من التعلق بالآباء , و تكوين علاقات جديدة مع أفراد من نفس جنسهم أو الجنس الآخر أو جماعة الوفاق ونتائج هذه العملية تولد الشعور بالعزلة والوحدة .

وهذا ما أبدته دراسة كل من ( وبنشين وشافر ) في مسح أجرياه في مدينتين مختلفتين في الولايات المتحدة الأمريكية حيث أن الأبناء الذين أدركوا لآبائهم مصدر للأمن والثقة لم يخبروا الوحدة النفسية لدى الأبناء وإن الذين تعرضوا إلى الانفصال عن أحد الأبوين حصلوا على أعلى مستويات الشعور بالوحدة النفسية .([[12]](#footnote-12))

***2-1-3( صور أو أشكال ) الوحدة النفسية : ([[13]](#footnote-13))***

اختلف الباحثون في تصنيفهم الأشكال وأنواع الوحدة النفسية حيث بين ثلاثة أنواع للشعور بالوحدة النفسية على أساس المدة الزمنية وهي كما يلي:-

***اولا: الوحدة النفسية العابرة : -***

والتي تتضمن فترات من الوحدة على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق .

***ثانيا: الوحدة النفسية التحويلة :***

وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا ً نتيجة لبعض الظروف المستجدة (كالطلاق , أو وفاة شخص مقرب إليه) .

***ثالثا: الوحدة النفسية المزمنة :***

وهي التي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى حد السنين ولا يشعر الفرد بأي نوع من انواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية .

***2-1-4انواع الوحدة النفسية :***

قسم فتقوش الوحدة النفسية إلى ثلاثة أنواع رئيسية وهي

1. الوحدة النفسية الأولية :

وهي اضطراب في إحدى سمات الشخصية المرتبطة بالانسحاب الانفعالي , ويؤثر في عدد كبير من صور وأشكال السلوك الاجتماعي ,و هذا النوع يقسم إلى قسمين .

1. *الوحدة النفسية الناتجة عن تخلف نمائي في الشخصية :*

ويقصد به تباطؤ او تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية .

*ب-الوحدة النفسية الناتجة عن قصور في السلوك "*

وهذا النوع يرتبط بعجز أو قصور في الوظائف النفسية التي تحكم عملية التفاعلات الشخصية المتبادلة .

1. الوحدة النفسية الثانوية :

وهي تمثل استجابة انفعالية في جانب الفرد لتغيير ما يحدث في بيئته , ويترتب عليه حرمان الفرد من الانخراط في علاقات هامة كانت متاحة لديه قبل حدوث هذا التغيير , ومع افتقاد الفرد لهذه العلاقة يصبح غير قادر على أن يفي بمتطلبات بعض الأدوار والممارسات الهامة في حياته , وهذا يرتبط بثلاثة محكمات هي :

1. نتيجة تمزق مفاجئ في البيئة الاجتماعية للفرد .
2. تحدث فجأة كاستجابة لحرمان مفاجئ .
3. تسكن عندما يتغير الموقف المؤلم الذي طرأ على حياة الفرد .

***2-1-5أبعاد ( مكونات أو عناصر ) الوحدة النفسية ([[14]](#footnote-14))***

أن هناك نموذجا ً يتكون من أربع عناصر أساسية للشعور بالوحدة النفسية وهي : -

1. اغتراب الذات :

وهو شعور الفرد بالفراغ الداخلي والانفصال عن الاخرين واغتراب الفرد عن نفسه وهويته والحط من قدر الذات .

1. العزلة في العلاقات الشخصية المتبادلة :

ويتمثل ذلك في مشاعر كون الفرد وحيدا ً انفعاليا ً وجغرافيا ً واجتماعيا ً وشعور الفرد بعدم الانتماء في العلاقات ذات المعنى لديه حيث يتكون العنصر الأخير من غياب المودة وإدراك الفرد للغياب الاجتماعي والشعور بالخذلان والهجر .

1. ألم / صراع خفيف :

وتتمثل في الهياج الداخلي والتوازن الانفعالي للفرد وسرعة الحساسة والغضب وفقدان القدرة على الدفاع والارتباك والاضطراب واللامبالاة الذي يستهدف أهم الأفراد الشاعرون بالوحدة النفسية .

1. ردود الأفعال الموجهة الضاغطة :

ويتكون ذلك نتاج مزيد من الألم والمعاناة من الخبرة المعاشة للشعورة بالوحدة النفسية والمتضمنة للاضطراب والألم الذي يعايشه الأفراد الشاعرين بالوحدة النفسية .

كما وضع وايس ([[15]](#footnote-15)) ثلاثة أبعاد أساسية لخبرة الشعور بالوحدة النفسية لدى الفرد وهي:

البعد الأول ( العاطفة ) :

حيث يحتاج الأفراد دائما ً إلى الصداقة العاطفية الحميمة من أشخاص مقربين وإلى التأييد الاجتماعي ويتولد الشعور النفسية نتيجة لفقد الأفراد والشعور بالعاطفة من قبل الآخرين .

البعد الثاني ( التأمل ) :

وهو شعور الفرد بالقلق المرتفع والضغط النفسي عند التوقع الاحتياجات لا تتحقق مما يولد الشعور بالوحدة النفسية .

البعد الثالث ( المظاهر الاجتماعية ) :

وهي إن شعور الفرد بالوحدة النفسية يقف حائلا ً امام تكوين الصداقات مع الآخرين مما يولد الشعور بالاكتئاب ويجعل الفرد مستهدفا ً للإدمان وانحراف المراهقين وسلوكهم سلوكاً يتسم بالعنف والعدوان .

أما عن أبعاد الوحدة النفسية فقد توصل (قشقوش) ([[16]](#footnote-16)) إلى أن إحساس الفرد بالوحدة النفسية يتضمن أربعة مكونات أساسية وهي :

1. إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل والتوازن والحب من جانب الآخرين .
2. إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص الوسط المحيط بصاحبها أو يترتب عليه افتقاد الفرد لإنسان يستطيع أن يثق فيه .
3. معاناة الفرد لعدد من الأعراض العقابية كالإحساس بالملل والإجهاد وانعدام القدرة على تركيز الانتباه والاستغراق في أحلام اليقظة .
4. إحساس الفرد بافتقاد المهارات الاجتماعية اللازمة لانخراطه في علاقات مشبعة او مثمرة مع الاخرين .

***2-1-6أسباب الشعور بالوحدة النفسية :***

أشار " ويس " (Weiss) ([[17]](#footnote-17)) إلى مجموعتين من الأسباب المؤدية للشعور بالوحدة النفسية وهي : -

* المواقف الاجتماعية المؤلمة .
* الفرق الفردية بين الجنسين في مراحل العمر المختلفة .

***2-2 الجمناستك الفني : ([[18]](#footnote-18))***

يعد الجمناستك أحد الفعاليات الحركية الرياضية التي تسهم مباشرة في إعداد الطلبة المتعلمة بدنيا ً وفكريا ً واجتماعيا ً ونفسيا ً , فضلا ً عن أنه أحد الفعاليات الرياضية التي لها دور كبير في تحسين القدرات الحركية والبدنية مثل الرشاقة والمرونة والتوازن والتوافق الحركي والقدرة الانفجارية , وتحمل الأداء .... الخ .

وتختلف طبيعة الأداء المهاري على أجهزة الجمناستك من جهاز لآخر حسب متطلبات كل جهاز لآخر حسب متطلبات كل جهاز وخصوصيته , إلا إنها جميعها تحتاج إلى مستوى عال من القدرات البدنية والحركية فضلا ً أنها تساعد في إعداد المتعلمين أو اللاعبين وتطوير مستوياتهم عن طريق التمرينات التي تؤدي عليها , وأطلق على الجمناستك الفني جمناستك الأجهزة , إذ إنه يتكون من ستة أجهزة للبنين وهي : -

1. بساط الحركات الأرضية .
2. حصان المقابض .
3. الحلق .
4. منصة القفز .
5. المتوازي .
6. العقلة .

وأربعة أجهزة للبنات وهي : -

1. منصة القفز .
2. المتوازي مختلف الارتفاعات .
3. عارضة التوازن .
4. بساط الحركات الأرضية .

وتجري مسابقات هذا على وفق القانون الدولي الخاص بالتحكيم من الاتحاد الدولي للجمناستك ويحتوي على تمرينات متنوعة ومختلفة الصعوبات على شكل سلاسل من التمرينات على الأجهزة جميعها باستثناء حصان القفز , والجمناستك الفني يعد من اكثر الأنواع مشاركة بالنسبة للدول العربية والمنافسات القارية والدولية .

***2-2-1مهارات الغطس : ([[19]](#footnote-19))***

تعد مهارة حركة الغطس من مجموعة حركات الدحرجات ولا سيما المتكورة الأمامية ولكن تتميز عنها بمدة طيران قصيرة في الهواء قبل عمل الدحرجة , وتؤدي على وفق النواحي الفنية الخاصة بها , إذ تقوم الطالبة بالنهوض بالقدمين من ركضة تقربية مناسبة , واستعمال الدفع اللامركزي للقدمين والذراعين للأمام وخلال القفز يتم ثني الركبتين نصفا ً , ومرجحة الرجلين إلى الخلف الأعلى بعد النهوض ورفعها إلى مستوى الجذع والاحتفاظ بطيران الجسم لمدة قصيرة في الهواء عند وصول الجسم إلى نقطة سكونه في طيرانه يتم خفض الذراعين إلى الأسفل لتكون اليدان أول ما يلامس البساط , في لحظة لمس البساط يبدأ عمل دحرجة أمامية مكورة بثني الذراعين ببطيء لامتصاص سرعة نزول الجسم والسيطرة على اتمام الدحرجة مع ثني مفصل الورك ويتم خلال ثني الذراعين ثني الرأس نحو الصدر وتكور الجسم , ثم الوقوف على القدمين بنهاية الحركة كما في الشكل

***2-2-2القفز فتحا ً على جهاز حصان القفز ( منصة القفز ) :***

تعتمد معظم تمارين وحركات القفز على الطريقة الكلية في التعلم وتتكون مراحل تعلم هذه المهارة على

1. الركضة التقربية ( الاقتراب )

الركضة التقربية لها أثر كبير في تحقيق القفزة وإنجازها وجودتها فالوصف الشكلي للركضة التقربية يكون مشابها ً لراكض المسافات القصيرة في ألعاب القوى , فالركض يكون على أمشاط القدمين ومن دون تصلب مع توافق حركة الذراعين مع سرعة حركة الرجلين بخطوات متزنة .

أما ميكانيكية الركضة التقربية فتزداد السرعة تدريجيا ً إلى أن تصل إلى السرعة القصوى التي تتناسب مع صعوبة القفزة وبمعدل سرعة ( 7 – 7,5) م / ثا للنساء لتنفيذ القفزة وتعتمد القفزة على مسافة الاقتراب التي تتراوح (10 م – 25 م) على وفق نوعية القفزة المطلوبة .

1. النهوض ( الارتقاء ) :

يعد الخطوة الأخيرة من الاقتراب ومن مسافة 1 م – 2 م يتم النهوض برجل واحدة والهبوط على السطح المائل للقفاز بالقدمين معا ً لغرض إجراء الارتقاء فشكل الجسم يكون لحظة هبوطه على القفاز وجود انثناء قليل في مفصلي الركبتين مع ميل الجذع إلى الأمام قليلا ً والذراعان إلى الخلف وتكون زاوية الارتفاع بحدود (60-65) درجة .

1. الطيران الأول :

يبدأ الطيران الأول من لحظة ترك القدمين القفاز إلى لحظة اسناد اليدين على السطح العادي لحصان القفز وإن اتجاه الطيران وارتفاعه تحددها مميزات القفزة المطلوبة ونوعيتها فالشكل المطلوب في هذا الطيران أن يكون الجسم مستقيما ً أي الجذع والرجلان على استقامة واحدة والذراعان ممدودتان أماما ً والرأس مرفوع إلى الأعلى مع النظر إلى الأمام .

أما في لحظة إسناد اليدين على سطح حصان القفز تفتح الرجلين وتمرجح إلى الأمام وإيقاف مرجحتها مباشرة قبل أن تصل إلى مستوى نهاية طاولة القفز لتضاف قوة إضافية لقوة دفع اليدين .

1. الطيران الثاني :

يبدأ الطيران الثاني من لحظة ترك اليدين سطح حصان القفز إلى لحظة الوصول إلى نقطة السكون .

وشكل الجسم يكون فيه مستقيما ً وتضم الرجلان وترفع الذراعان أماما ً عاليا ً بانحراف والنظر إلى الأمام .

1. الهبوط :

الهبوط الجيد والمتزن يعتمد على ارتقاء الطيران الثاني , فالارتفاع العالي يسمح بالوقت الكافي لترتيب أجزاء الجسم والاستعداد للهبوط الصحيح المتزن وشكل الجسم في أثناء الهبوط يكون على أمشاط القدمين وبرجلين مضمومتين ومثنيتين من مفصل الركبتين لامتصاص قوة الهبوط مع ميل الجذع للأمام قليلا ً ورفع الذراعين جانبا ً كما موضح في الشكل ([[20]](#footnote-20)) .

***2-2-3الطلوع – الوقوف المتكرر الموازي على جهاز عارضة التوازن :***

قبل أن تتقن الطالبة مجمل مهارات عارضة التوازن من المهم أن تتقن حركات الصعود والهبوط على العارضة فحركات الصعود كثيرة ومتنوعة منها السهلة ومنها الصعبة والمعقدة وكذلك بالنسبة لحركات الهبوط ومن أنواع الصعود الطلوع الوقوف المتكرر الموازي على العارضة .

تتكون مراحل تعلم هذه المهارة من :

أولا ً : القسم التحضيري , واجب الأداء الفني .

1. النهوض بالقدمين .
2. الاستناد على اليدين .
3. الفروع بيمين الورك ورفعه إلى الأعلى .

ثانيا ً : القسم الرئيسي :

* رفع الورك وثني الركبتين وسحبهما إلى الصدر ووضعهما بين الذراعين على سطح العارضة .
* ميل الجذع إلى الأمام .

ثالثا ً : - القسم النهائي :

* وضع أمشاط القدمين على سطح العارضة .
* خفض الورك إلى الأسفل ووضعه في الوضع الطبيعي .
* الاستناد يكون على أمشاط القدمين واليدين .
* الخطوات التعليمية ( التدرج بالحركة ) .
* أداء المهارات على بعض أجزاء الصندوق الخشبي أو أداؤها على حصان القفز أداء المهارة على ارتفاع متوسط للعارضة ثم رفعها تدريجيا ً ([[21]](#footnote-21))

3-2***الدراسات المشابهة :***

***3-2-1دراسة الشهري(2011):***

بعنوان " ضعف التدين والقلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية كمنبئات للميول الانتحارية " ([[22]](#footnote-22))

هدفت الدراسة الحالية إلى ضعف التدين والقلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية للميول الانتحارية وتكونت عينة الدراسة من العينة العامة وشملت عدد(307) طالبا ً وطالبة من مرحلتي التعليم الثانوية والجامعية والفئة الأخرى هي فئة عينة دراسة حالة وشملت (28) فردا ً ممن أقدموا على محاولات الانتحار والذي تم التوصل إليهم عن طريق مسشتقات الصحة النفسية والمودعين بالسجون وآخرون تم التوصل إليهم عن طريق المعارف وتم تطبيق أدوات الدراسة المستخدمة على العينات المستهدفة بحيث تم تطبيق مقياس مستوى التدين ومقياس الاضطرابات النفسية لكل من (القلق ,الاكتئاب, والشعور بالوحدة النفسية) ومقياس الميول الانتحارية على عينة الدراسة الحالة ولقد أظهرت نتائج الدراسة ان ضعف التدين و الاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية مؤشرات يمكن التنبؤ بها لإقدام الفرد أو ميله إلى الانتحار وقد تم التحقق من فروض الدراسة الحالية حيث أثبتت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة دالة إحصائيا ً بين ضعف التدين والميول والانتحارية طبقا ً للاختلاف في المتغيرات الديموغرافية (الجنس , المستوى الاقتصادي , والمستوى التعليمي ) لدى أفراد عينة الدراسة وتوجد علاقة دالة إحصائيا ً بين الاضطرابات النفسية (القلق , الاكتئاب , الشعور بالوحدة النفسية) والميول الانتحارية طبقاً للاختلاف في المتغيرات الديموغرافية ( الجنس , المستوى , الاقتصادي , والمستوى التعليمي ) لدى أفراد عينة الدراسة كما أظهرت نتائج الدراسة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ضعف التدين بين الأفراد الذي سبق لهم ممارسة الميول الانتحارية والأفراد الذين لم يسبق لهم ممارسة الميول الانتحارية لصالح الأفراد الذين سبق لهم ممارسة الميول الانتحارية .

***3-2-2 دراسة حنان عدنان عبعوب(2011) : ([[23]](#footnote-23))***

عنوان الدراسة " تحديد اهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية للانتقاء والتنبؤ بمستوى الأداء لبعض المهارات على بساط الحركات الأرضية للبنات بعمر (5-6) سنوات .

أهداف الدراسة :

1. تحديد أهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية المؤثرة في مستوى الأداء المهاري لبعض المهارات على بساط الحركات الأرضية للبنات بعمر (5-6) سنوات .
2. التعرف على العلاقة بين أهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية والأداء المهاري لبعض المهارات على بساط الحركات الأرضية للبنات بعمر (5-6)سنوات .
3. إيجاد معاملات تنبئية للأداء المهاري بدلالة أهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية منفردة ومجتمعة ونسبة مساهمتها في الأداء المهاري .
4. وضع برنامج لتعليم بعض المهارات الأساس على بساط الحركات الأرضية للبنات بعمر (5-6) سنوات .

المنهج والعينة :

استعملت الباحثة المنهج الوصفي بالدراسات المسحية , وحددت العينة بأطفال الرياض بعمر (5-6) سنوات في تربية بغداد – الرصافة الولى وبلغت النسبة المئوية للعينة من مجتمع البحث (5,03 %) , تم اختيار ثلاث روضات من أصل (8) روضة , وحصر عمر رياض الأطفال (5-6) سنوات وتم اختيارهم عشوائيا ً لجأت الباحثة إلى اختيار ثلاث شعب من كل روضة عشوائيا ً وعددهم (7) طفلة للعينة التجريبية الرئيسة , ثم استعمال (70) طفلة للعينة التجريبية الرئيسة , ثم استعمال الحقيبة الإحصائية (spss) لغرض معالجة البيانات إحصائيا ً .

2-ترتبط القدرات البدنية والحركية بعلاقات معنوية في أداء بعض المهارات الحركية على بساط الحركات الأرضية .

3-استخلاص المعادلات التنبؤية لتقدير الأداء المهاري لبعض المهارات على بساط الحركات الأرضية بدلالة القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية بصورة منفردة ومجتمعة .

الباب الثالث

3*-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية*

*3-1 منهج البحث .*

*3-2 مجتمع البحث وعينته : -*

*3-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات .*

*3-3-1 وسائل جمع المعلومات .*

*3-3-2 أدوات البحث المستخدمة*

*3-4 إجراءات البحث الميدانية .*

*3-4-1 تحديد مقياس الوحدة النفسية .*

*3-4-2 تحديد المهارات الأساسية بالجمناستك الفني .*

*3-4-3 تقييم الأداء المهاري في الجمناستك الفني .*

*3-5 التجربة الاستطلاعية .*

*3-6 الأسس العلمية لمقياس الوحدة العلمية .*

*3-7 التجربة الرئيسية .*

*3-8 الوسائل الإحصائية .*

***3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية : -***

***3-1 منهج البحث***

إن منهج البحث هو " الخطوات الفكرية التي يسلكها الباحث لحل مشكلة معينة ([[24]](#footnote-24)) ولقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية وذلك لملائمته لطبيعة مشكلة البحث .

**3-2 مجتمع البحث وعينته :**

قامت الباحثة باختيار مجتمع البحث بدقة وبأسلوب عمدي وفقا ً للظروف الملائمة بتنفيذ مفردات البحث إذ يتكون مجتمع البحث من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد للعام الدراسي (2018 – 2019) والبالغ عددهم (481) أما عينة البحث فقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية من طالبات الأقسام الداخلية في الكلية والبالغ عددهم (20) طالبة تم اختيار (5) طالبات للتجربة الاستطلاعية و (15) طالبة للتجربة الرئيسة , وقد راعت الباحثة تجانس العينة من حيث العمر والوزن والطول والجدول (1) يبين ذلك

جدول (1)

يبين التجانس بين أفراد العينة في متغير العمر والوزن والطول

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرات | وحدة القياس | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء | الدلالة الاحصائية |
| الوزن | كغم | 58,133 | 56 | 6,917 | 0,925 | غير معنوي |
| الطول | سم | 158,7 | 158 | 2,188 | 0,959 | غير معنوي |
| العمر | سنة | 22,2 | 22 | 0,77 | 0,779 | غير معنوي |

***3-3 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث***

تعد الأجهزة والأدوات من الوسائل التي يستطيع الباحث من خلالها جمع البيانات وحل المشاكل لتحقيق أهداف البحث مهما كانت تلك الأدوات من بيانات وعينات وأجهزة ([[25]](#footnote-25)) وقد استخدمت الباحثة الأجهزة والأدوات ووسائل جمع المعلومات الآتية :

***3-3-1 وسائل جمع المعلومات***

* مقياس الوحدة النفسية ( ملحق 1)
* المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
* شبكة المعلومات العالمية (الانترنيت) .
* المقابلات الشخصية .
* استمارة استطلاع آراء الخبراء (ملحق 2) .
* استمارة تقييم الأداء الفني (ملحق 3) .
* استمارة تفريغ البيانات .
* أسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض مقياس الوحدة النفسية عليهم (ملحق 4) .

***3-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة***

* جهاز لابتوب (Dell) كوري الصنع عدد (1) .
* كاميرا نوع sony يابانية الصنع عدد (1) .
* حاسبة الكترونية يدوية .
* أقلام رصاص وحبر .

***3-4 إجراءات البحث الميدانية :***

***3-4-1 تحديد مقياس الوحدة النفسية :***

بعد الإطلاع على المراجع والمصادر العلمية المتعلقة بموضوع البحث قامت الباحثة باعتماد مقياس الوحدة النفسية (ملحق 1) , وهو من اعداد عبد الرقيب أحمد البحيري ([[26]](#footnote-26)) إذ يتكون المقياس من (22) فقرة وكانت ترتيب البدائل (أوافق بشدة , أوافق بدرجة متوسطة , لا أوافق , لا أوافق مطلقا ً ) أما الأوزان المقابلة لهذه البدائل كانت (5 , 4 , 3 , 2 , 1) وإن أعلى درجة للمقياس (110) وأقل درجة للمقياس (22) وبوسط فرضي (66) .

***3-4-2 تحديد المهارات الأساسية بالجمناستك الفني :***

تم اختيار مهارات الجمناستك الفني التي هي ( مهارة الغطس , مهارة القفز فتحا ً , مهارة الطلوع ) اعتمادا ً على المقررات الدراسية للعام الدراسي 2018 – 2019 .

***3-4-3 تقييم الأداء المهاري في الجمناستك الفني :***

قامت الباحثة باعتماد درجات ثلاثة محكمات لتقييم أداء مهارات الجمناستك الفني وذلك بأخذ المتوسط الحسابي لتلك الدرجات ([[27]](#footnote-27))

***3-5 التجربة الاستطلاعية***

قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (5) طالبات من طالبات المرحلة الأولى والثانية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات في يوم الأربعاء المصادف 26/12/2018 لغرض التأكد من الأسس العلمية للمقياس ومدى ملائمته لأفراد عينة البحث ومعرفة الوقت المستغرق الذي يحتاجه للاجابة على المقياس اذ تم في البدء توزيع المقياس على عينة التجربة الاستطلاعية وتم توضيح كيفية الاجابة على المقياس وبعد الانتهاء من الاجابة تم جمع الاستمارات من أفراد العينة وتم التوصل إلى ملائمة فقرات المقياس إلى عينة البحث وأن المدة المستغرقة للاجابة على فقرات المقياس تتراوح بين (5-10) دقائق .

***3-6 الأسس العلمية لمقياس الوحدة العلمية :***

أولاً – الصدق

يعد الصدق خاصية أساسية ومهمة في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية , لأنه يشير إلى دقة قياس الاختبار كما وضع من أجله وهو أحد الشروط التي يجب أن يتمتع بها الاختبار لكي يكون ملائم للمجتمع والصفة التي يقيسها وقد تحققت الباحثة من الخبراء والمختصين (ملحق ) إذ أظهرت النتائج اتفاق الخبراء بنسبة 100 % على جميع فقرات المقياس .

ثانيا ً / الثبات

لحساب معامل الثبات قامت الباحثة باعتماد طريقة التجزئة النصفية للتحقق من ثبات المقياس ولكون هذه الطريقة تعد ثبات لنصف المقياس اذ بلغ معامل الثبات (0,874) وبعد تصحيح معامل الثبات بمعامل سبيرمان براون بلغ معامل الثبات (0,932) .

***3-7 التجربة الرئيسة :***

قامت الباحثة بإجراء التجربة الرئيسة في يوم الأحد المصادف 30 /12 /2018 على العينة البالغة (15) طالبة اذ تم تطبيق المقياس عليهن في تمام الساعة العاشرة صباحا ً في القاعات الدراسية لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد وتم تطبيق مهارات الجمناستك الفني في تمام الساعة العاشرة من اليوم التالي وبتاريخ 31/ 12 / 2018 في قاعة الجمناستك الفني في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد اذ تم اعتماد الوسط الحسابي لثلاث محكمات .

**3-8 الوسائل الإحصائية :**

قامت الباحثة باستخدام الحقيبة الإحصائية (spss) .

الباب الرابع

**4-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها**

***4-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:-***

جدول (2)

يبين الأوساط الحسابة والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الالتواء للمتغيرات المبحوثة لدى عينة البحث

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرات | الوسط الحسابي | الوسيط | الانحراف المعياري | معامل الالتواء |
| الوحدة النفسية | 74,06 | 74 | 8,013 | 0,022 |
| الغطس | 4,23 | 4 | 2,111 | 0,326 |
| القفز فتحاً | 4,96 | 5 | 2,538 | 0,047 |
| الطلوع | 5,7 | 6,5 | 2,506 | 0,957 |

جدول (3)

يبين الوسط الحسابي والانحرافات المعيارية وقيمة ت المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس الوحدة النفسية لدى عينة البحث

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرات | الوسط الفرضي | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة ت المحسوبة | الدلالة الإحصائية |
| الوحدة النفسية | 66 | 74,06 | 8,013 | 3,895 | معنوي |

\*بلغت قيمة ت الجدولية (1,761) تحت مستوى دلالة (0,05 )ودرجة حرة (14)

يتبين من الجدول (3) قيمة الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقية ت المحسوبة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس الوحدة النفسية لدى عينة البحث إذ بلغ الوسط الحسابي للمقياس (74,06) وبانحراف معياري (8,013) أما الوسط الفرضي فبلغ (66) أما قيمة ت المحسوبة فبلغت (3,895) وقيمة جدولية (1,761) تحت مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (14) , وحيث أن النتائج أظهرت وجود فروق معنوية بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي ولصالح الوسط الحسابي يعني ذلك أن أفراد عينة البحث تعاني من الوحدة النفسية وتعزو الباحثة ذلك إلى عدم الاستقرار والتوازن النفسي والاجتماعي والذي يؤثر سلبا ً على الحالة النفسية للطالبات وبالتالي يؤثر على ذات الشخصية ليست في الشعور بالوحدة النفسية أي التخطيط المواقف المختلفة وعدم الاستقرار الذاتي مع بقية الطالبات فالوحدة النفسية هي إحساس الفرد بوجود فجوة نفسية مع بقية الطالبات وبين أشخاص وموضوعات مجالة النفسي إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والتودد والحب من جانب الآخرين بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع اي من أشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارسن دورة من خلاله ([[28]](#footnote-28)) ويرى الدسوقي ان الشعور بالوحدة النفسية يحدث نتيجة حدوث خلل في شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد سواء ذلك في صورة عينة لا يوجد عدد كاف من الأصدقاء أو في صورة كيفية افتقاد المحبة والألفة والتودد من الآخرين .([[29]](#footnote-29))

جدول (4)

يبين قيم معامل الارتباط البسيط بين الوحدة النفسية وأداء المهارات المبحوثة لدى عينة البحث

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| المهارات | قيمة ر المحسوبة مع الوحدة النفسية | قيمة ر الجدولية | الدلالة الإحصائية |
| الغطس | 0,542 | 0,441 | معنوي عكسي |
| القفز فتحا ً | 0,611 | 0,441 | معنوي عكسي |
| الطلوع | 0,571 | 0,441 | معنوي عكسي |

تحت مستوى دلالة 0,05 ودرجة حرية 13

يتبين من الجدول (4) قيم معامل الارتباط البسيط الوحدة النفسية وبين المهارات اذ بلغت لمهارة الغطس (0,542) ومهارة القفز فتحا ً (0,611) ومهارة الطلوع (0,571) و (0,441) هذه العلاقة هي علاقة طردية سلبية أي كلما رادت الوحدة النفسية ينخفض مستوى الأداء وتعزو الباحثة ذلك إلى عدم انتاج الطالبة مع اجواء المحاضرات وعدم رغبتها في تكرار الأداء وذلك سبب شعورها بالوحدة والابتعاد عن الزملاء فالوحدة النفسية " هي حالة نفسية تنشأ من احساس الفرد بأنه ليس عن قرب نفسي من الآخرين وهذه الوحدة ناتجة عن افتقار الفرد لأن يكون طرفا ً في علاقة محددة او مجموعة من العلاقات ويترتب عليها كثير من صنوف الضيف والضجر كما وتعرفها عنهم مع صعوبة التودد وصعوبة التمسك بهم بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس .([[30]](#footnote-30))

الباب الخامس

***5-الاستنتاجات والتوصيات***

***5-1 الاستنتاجات***

***5-2 التوصيات***

1. ***الاستنتاجات والتوصيات:-***

***5-1 الاستنتاجات :-***

1. الوحدة النفسية لها دور سلبي على أداء مهارات الجمناستك الفني .
2. الوحدة النفسية لدى عينة البحث كان وسطها الحسابي أعلى من قيمة الوسط الفرضي للمقياس .
3. أن هناك علاقة طردية سلبية بين الوحدة النفسية وأداء المهارات المبحوثة لدى عينة البحث .

***5-2 التوصيات:-***

1. العمل على إعداد منهاج تعليمي تربوي يعالج فيها ظاهرة الوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية وذلك للحد من هذه الظاهرة وأثرها السلبي على أدائهن .
2. الأقسام بمشكلة الوحدة النفسية لدى طالبات والعمل على إيجاد حلول مناسبة للتخلص منها .
3. إجراء دراسات مشابهة تتناول عدة متغيرات لم تتطرق لها الدراسة الحالية .

*المصادر*

***المصادر:-***

- تفاحة جمال السيد ( 2005 ) الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية عن الآباء والأقران والأطفال العميان , جملة كلية التربية بالمنصور , العدد 58 , الجزء 2 ( ص 130 ).

- جودة , آمال (2006) ؛ الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى , جملة كلية التربية بجامعة عين الشمس , ( ص 104) .

- جود آمال , الوحدة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأطفال في ( محافظة غزة , المؤتمر التربوي الثاني , لطفل الفلسطيني بين تحديات الواقع لطموح المستقبل , بكلية التربية بالجامعة الاسلامية , غزة , 2003 – ص 775 – 805 .

- الدردير , عبد المنعم وعبد الله , جابر الشعور بالوحدة النفسية لدى الأطفال المعوقين وعلاقتها ببعض العوامل النفسية الجزء 3 العدد 23 ( مجلة كلية التربية بعين الشمس , مكتبة زهراء الشرق , 1999 , ( ص 9 – 58 ) .

- مبروك , عزة تقييم الذات وعلاقته بكل من الشعور بالحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين , دراسات عربية في علم النفس , المجلد الأول , العدد الثاني , 2002 ) , ص 185 – 209 .

-حمادة محمد احمد : دراسة لبعض العوامل المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية لدى المتقاعدين من معلمي القطاع الحكومي ووكالة القوة ( رسالة ماجستير , الجامعة الاسلامية بغزة , 2003) .

- الحسيني , نادية السيد , ذاكرة الأحداث اليومية لدى المسن وعلاقتها بالتقاعد ومستوى الطموح والوحدة النفسية , المؤتمر الاقليمي الأول لرعاية المسنين , الجزء الأول ( جامعة حلوان ) , 2000 , ص 477 – 505 ص .

-فسفوش إبراهيم زكي , خبرة الأساس بالوحدة النفسية كلية التربية , العدد الثاني (1983م) , ص 189 – 190 .

-

- العربي , عبير . الوحدة النفسية لدى عينة من الطالبات المستجدات و الخريجات ( بجامعة الملك عبد العزيز بجدة , رسالة ماجستير غير منشورة ( 1996) .

- النيال ما مابيه , بناء مقياس الوحدة النفسية لدى مجموعات عمرية متباينة من اطفال المدارس (بدولة قطر , مجلة علم النفس العدد 25 , الهيئة المصرية العامة للكتاب , 1993 ) .

1-Rokach m Amil (1988) : The Experience of Loneloness : Atri – level model , the journal of psychology . vol , 122 No 6 (p531- p544) .

العربي ، الوحدة النفسية لدى عينة من الطالبات المستجدات و الخريجات لجامعة ( الملك عبد العزيز بجدة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، 1996

الينان مايست ، بناء مقياس الوحدة النفسية لدى مجموعات عمريه متباينه من اطفال المدارس بدولة قطر ، محلة علم النفس )العدد 25 . الهيئة المصرية العامة للكتاب ، 1993

قشقوش ، ابراهيم . مقياس الاساس للوحدة النفسية مكتبة الانجلو المصرية القاهرة ) 1988 ص122ـ 198

- انتصار كاظم عبد الكريم ( وآخرون ) ؛ الجمناستك الفني للسيدات , ط1 : (العراق , بغداد , مكتبة الجزيرة للطباعة والنشر , 2015) , ص 11 .

- عايدة علي حسين ( وآخرون ؛ 2013 , ص 92 – 94 ) .

عايده علي حسين و اخرون ، 2013 ص 93

- عايدة علي حسين , هدى شهاب جاري – وآخرون : الأسس الفنية والميكانيكية للجمناستك الفني للسيدات ( ط1 , مكتبة المجتمع والتوزيع , عمان الأردن , 2013 ) , ص 77 .

- الشهري , محمد ضعف التدين والقلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية منبئات للميول الانتحارية ( الرياضي , رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة الإمام محمد بن سعود الاسلامية , 2011) .

- حنان عبعوب ؛ تحديد أهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية للانتقاء والتنبؤ بمستوى الأداء لبعض المهارات على بساط الحركات الأرضية للبنات بعمر (5-6) سنوات : ( رسالة ماجستير , جامعة بغداد , كلية التربية الرياضية , 2011) , ص (10-11) .

- نوري إبراهيم الشوك والكبيسي , رافع صالح : دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية , ( بغداد , جامعة بغداد , 2004) , ص 21 .

- وجيه محجوب : أصول البحث العلمي ومناهجه , ( دار المناهج للنشر والتوزيع , عمان , 2002 ) , ص 161 .

- عبد الرقيب أحمد البحيري , مقياس الشعور بالوحدة النفسية , (القاهرة , مكتبة النهضة المصرية , 1985) .

- المحكمات .

- أ.د هدى شهاب جاري / تدريسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد .

- أ.د بشرى كاظم / تدريسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد .

- أ.د زينة عبد السلام / تدريسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد .

- مجدي محمد الدسوقي : مقياس الشعور بالوحدة النفسية, القاهرة , مكتبة الانجلو المصرية , 1998) , ص 7 .

- مجدي محمد الدسوقي , مقياس الشعور بالوحدة النفسية , القاهرة , مكتبة الأنجلو المصرية , 1998 ) , ص 7 .

زينب محمد شقير : الشخصية السوية والمضطربة , ( مكتبة النهضة العربية , القاهرة , 2000 ) , ص 162 .

*الملاحق*

ملحق (1)

مقياس الشعور بالوحدة النفسية

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | أوافق بشدة | أوافق | أوافق بدرجة | لا أوافق | لا أوافق مطلقا ً |
| 1 | أعجز عن عقد علاقات صداقة مع الآخرين |  |  |  |  |  |
| 2 | أفضل المكوث وحيدا ً بعيدا ً عن الآخرين |  |  |  |  |  |
| 3 | لا يوجد من يساندني في المواقف الصعبة |  |  |  |  |  |
| 4 | أحيانا ً ما تعوقني ظروفي عن رؤية أحبتي |  |  |  |  |  |
| 5 | ليس هناك من يهتم بي أو يرعاني |  |  |  |  |  |
| 6 | أشعر بأني فرد غير فعال في المجتمع |  |  |  |  |  |
| 7 | أشعر دائما ً بالخجل في المواقف الاجتماعية |  |  |  |  |  |
| 8 | أشعر بالحب والدفء من والدي |  |  |  |  |  |
| 9 | افتقر إلى تواصل الآخرين بي |  |  |  |  |  |
| 10 | أشعر انني غير مرغوب في وجودي ممن حولي |  |  |  |  |  |
| 11 | أرى أنني كيان مبتور عن المجتمع |  |  |  |  |  |
| 12 | لا يعيرني الآخرون اهتماماتهم |  |  |  |  |  |
| 13 | أواجه أحيانا ً مواقفي بالحدو و الصراخ |  |  |  |  |  |
| 14 | يداهمني الشعور بالصداع بعد أي موقف إحباطي |  |  |  |  |  |
| 15 | أستطيع الاستمرار الاستمرار في علاقات المودة مع الآخرين |  |  |  |  |  |
| 16 | يزداد بعدي عن نفسي وتزداد الهوا بداخلي مع قربي من الآخرين و تعاملي معهم |  |  |  |  |  |
| 17 | أغلب الناس يتمتعون بالصداقات و الصحبة |  |  |  |  |  |
| 18 | أشعر بالوحدة لكثرة الأصدقاء |  |  |  |  |  |
| 19 | لا أستطيع أن اتخلص من شعوري بالوحدة |  |  |  |  |  |
| 20 | أشعر أني لا أساوي شيئا ً |  |  |  |  |  |
| 21 | لا أستطيع في معظم الأحيان إيجاد الإجابة المناسبة |  |  |  |  |  |
| 22 | **يرافقني الشعور بالاحباط نتيجة معاملة والدي القاسية لي** |  |  |  |  |  |

ملحق (2)

بسم الله الرحمن الرحيم

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات

استمارة استبانة

حضرة الأستاذ ................. المحترم

تحية طيبة ....

تروم الباحثة بإجراء بحث تخرج بعنوان

( الوحدة النفسية وعلاقتها بأداء بعض مهارات الجمناستك الفني ) على عينة من طالبات الأقسام الداخلية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد وبما أنكم من ذوي الخبرة في المجال حرصت الباحثة على أخذ رأيكم واطلاعكم على المقياس المتوفر لقياس الوحدة النفسية إذ يتكون هذا المقياس من 22 فقرة ايجابية وسلبية علما ً إن البدائل المقياس هي (أوافق بشدة , اوافق , أوافق بدرجة متوسطة , لا اوافق مطلقا ً ) حيث تضع بين أيديكم فقرات هذا المقياس راجية إبداء رأيكم وملاحظاتكم بشأن صلاحية فقراته وإجراء التعديلات التي تجدونها ضرورية .

ولكم جزيل الشكر والتقدير

الاسم : مكان العمل :

اللقب العلمي : التوقيع :

الاختصاص : التاريخ :

المشرفة م . م هدى عيدان محمد الباحثة منار عراك حسين

يصلح ( ) لا يصلح ( ) يحتاج إلى تعديلات ( )

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | صالح | غير صالح | الملاحظات |
| 1 | أعجز عن عقد علاقات صداقة مع الآخرين |  |  |  |
| 2 | أفضل المكوث وحيدا ً بعيدا ً عن الآخرين |  |  |  |
| 3 | لا يوجد من يساندني في المواقف الصعبة |  |  |  |
| 4 | أحيانا ما تعوقني ظروفي عن رؤية أحبتي |  |  |  |
| 5 | ليس هناك من يهتم بي أو يرعاني |  |  |  |
| 6 | أشعر بأني فرد غير فعال في المجتمع |  |  |  |
| 7 | أشعر دائما ً بالخجل في المواقف الاجتماعية |  |  |  |
| 8 | أشعر بالحب والدفء من والدي |  |  |  |
| 9 | افتقر إلى تواصل الآخرين بي |  |  |  |
| 10 | أشعر انني غير مرغوب في وجودي ممن حولي |  |  |  |
| 11 | أرى أنني كيان مبتور عن المجتمع |  |  |  |
| 12 | لا يعيرني الآخرون اهتماماتهم |  |  |  |
| 13 | أواجه أحيانا ً مواقفي بالحدو و الصراخ |  |  |  |
| 14 | يداهمني الشعور بالصداع بعد أي موقف إحباطي |  |  |  |
| 15 | أستطيع الاستمرار الاستمرار في علاقات المودة مع الآخرين |  |  |  |
| 16 | يزداد بعدي عن نفسي وتزداد الهوا بداخلي مع قربي من الآخرين و تعاملي معهم |  |  |  |
| 17 | أغلب الناس يتمتعون بالصداقات و الصحبة |  |  |  |
| 18 | أشعر بالوحدة لكثرة الأصدقاء |  |  |  |
| 19 | لا أستطيع أن اتخلص من شعوري بالوحدة |  |  |  |
| 20 | أشعر أني لا أساوي شيئا ً |  |  |  |
| 21 | لا أستطيع في معظم الأحيان إيجاد الإجابة المناسبة |  |  |  |
| 22 | يرافقني الشعور بالاحباط نتيجة معاملة والدي القاسية لي |  |  |  |

ملحق (3)

استمارة تقييم الاداء الفني

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ت | اسم الطالبة | الدرجة من 10 |
| 1 |  |  |
| 2 |  |  |
| 3 |  |  |
| 4 |  |  |
| 5 |  |  |
| 6 |  |  |
| 7 |  |  |
| 8 |  |  |
| 9 |  |  |
| 10 |  |  |
| 11 |  |  |
| 12 |  |  |
| 13 |  |  |
| 14 |  |  |
| 15 |  |  |

ملحق(4)

اسماء الخبراء والمختصين الذين تم عرض مقياس الوحدة النفسية عليهم

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **اللقب العلمي** | **الاسم** | **الاختصاص** |
| 1- | أ.د | بشرى كاظم عبد الرضا | بايو ميكانيك / جمناستك فني |
| 2- | أ.د | هدى شهاب جاري | بايو ميكانيك / جمناستك فني |
| 3- | أ.د | انتصار كاظم | بايو ميكانيك / جمناستك فني |
| 4- | أ.د | سعاد سبتي الشاوي | علم نفس / ارشاد تربوي |
| 5- | أ..م.د | زينه عبدالسلام | بايو ميكانيك / جمناستك فني |
| 6- | م.د | شهباء احمد العزاوي | علم نفس / كرة طائرة |
| 7- | م.م | بيداء طارق | اختبار وقياس / جمناستك فني |
| 8- | م.م | رغداء فؤاد | علم نفس / ساحه وميدان |

1. - تفاحة جمال السيد ( 2005 ) الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية عن الآباء والأقران والأطفال العميان , جملة كلية التربية بالمنصور , العدد 58 , الجزء 2 ( ص 130 ). [↑](#footnote-ref-1)
2. - جودة , آمال (2006) ؛ الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى , جملة كلية التربية بجامعة عين الشمس , ( ص 104) . [↑](#footnote-ref-2)
3. - جود آمال , الوحدة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأطفال في ( محافظة غزة , المؤتمر التربوي الثاني , لطفل الفلسطيني بين تحديات الواقع لطموح المستقبل , بكلية التربية بالجامعة الاسلامية , غزة , 2003 – ص 775 – 805 . [↑](#footnote-ref-3)
4. - الدردير , عبد المنعم وعبد الله , جابر الشعور بالوحدة النفسية لدى الأطفال المعوقين وعلاقتها ببعض العوامل النفسية الجزء 3 العدد 23 ( مجلة كلية التربية بعين الشمس , مكتبة زهراء الشرق , 1999 , ( ص 9 – 58 ) . [↑](#footnote-ref-4)
5. - مبروك , عزة تقييم الذات وعلاقته بكل من الشعور بالحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين , دراسات عربية في علم النفس , المجلد الأول , العدد الثاني , 2002 ) , ص 185 – 209 . [↑](#footnote-ref-5)
6. -حمادة محمد احمد : دراسة لبعض العوامل المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية لدى المتقاعدين من معلمي القطاع الحكومي ووكالة القوة ( رسالة ماجستير , الجامعة الاسلامية بغزة , 2003) . [↑](#footnote-ref-6)
7. - الحسيني , نادية السيد , ذاكرة الأحداث اليومية لدى المسن وعلاقتها بالتقاعد ومستوى الطموح والوحدة النفسية , المؤتمر الاقليمي الأول لرعاية المسنين , الجزء الأول ( جامعة حلوان ) , 2000 , ص 477 – 505 ص . [↑](#footnote-ref-7)
8. -فسفوش إبراهيم زكي , خبرة الأساس بالوحدة النفسية كلية التربية , العدد الثاني (1983م) , ص 189 – 190 . [↑](#footnote-ref-8)
9. - [↑](#footnote-ref-9)
10. [↑](#footnote-ref-10)
11. - العربي , عبير . الوحدة النفسية لدى عينة من الطالبات المستجدات و الخريجات ( بجامعة الملك عبد العزيز بجدة , رسالة ماجستير غير منشورة ( 1996) . [↑](#footnote-ref-11)
12. - النيال ما مابيه , بناء مقياس الوحدة النفسية لدى مجموعات عمرية متباينة من اطفال المدارس (بدولة قطر , مجلة علم النفس العدد 25 , الهيئة المصرية العامة للكتاب , 1993 ) . [↑](#footnote-ref-12)
13. [↑](#footnote-ref-13)
14. 1-Rokach m Amil (1988) : The Experience of Loneloness : Atri – level model , the journal of psychology . vol , 122 No 6 (p531- p544) . [↑](#footnote-ref-14)
15. العربي ، الوحدة النفسية لدى عينة من الطالبات المستجدات و الخريجات لجامعة ( الملك عبد العزيز بجدة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، 1996 [↑](#footnote-ref-15)
16. الينان مايست ، بناء مقياس الوحدة النفسية لدى مجموعات عمريه متباينه من اطفال المدارس بدولة قطر ، محلة علم النفس )العدد 25 . الهيئة المصرية العامة للكتاب ، 1993 [↑](#footnote-ref-16)
17. قشقوش ، ابراهيم . مقياس الاساس للوحدة النفسية مكتبة الانجلو المصرية القاهرة ) 1988 ص122ـ 198 [↑](#footnote-ref-17)
18. - انتصار كاظم عبد الكريم ( وآخرون ) ؛ الجمناستك الفني للسيدات , ط1 : (العراق , بغداد , مكتبة الجزيرة للطباعة والنشر , 2015) , ص 11 . [↑](#footnote-ref-18)
19. - عايدة علي حسين ( وآخرون ؛ 2013 , ص 92 – 94 ) . [↑](#footnote-ref-19)
20. عايده علي حسين و اخرون ، 2013 ص 93 [↑](#footnote-ref-20)
21. - عايدة علي حسين , هدى شهاب جاري – وآخرون : الأسس الفنية والميكانيكية للجمناستك الفني للسيدات ( ط1 , مكتبة المجتمع والتوزيع , عمان الأردن , 2013 ) , ص 77 . [↑](#footnote-ref-21)
22. - الشهري , محمد ضعف التدين والقلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية منبئات للميول الانتحارية ( الرياضي , رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة الإمام محمد بن سعود الاسلامية , 2011) . [↑](#footnote-ref-22)
23. - حنان عبعوب ؛ تحديد أهم القياسات الجسمية والقدرات البدنية والحركية للانتقاء والتنبؤ بمستوى الأداء لبعض المهارات على بساط الحركات الأرضية للبنات بعمر (5-6) سنوات : ( رسالة ماجستير , جامعة بغداد , كلية التربية الرياضية , 2011) , ص (10-11) . [↑](#footnote-ref-23)
24. - نوري إبراهيم الشوك والكبيسي , رافع صالح : دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية , ( بغداد , جامعة بغداد , 2004) , ص 21 . [↑](#footnote-ref-24)
25. - وجيه محجوب : أصول البحث العلمي ومناهجه , ( دار المناهج للنشر والتوزيع , عمان , 2002 ) , ص 161 . [↑](#footnote-ref-25)
26. - عبد الرقيب أحمد البحيري , مقياس الشعور بالوحدة النفسية , (القاهرة , مكتبة النهضة المصرية , 1985) . [↑](#footnote-ref-26)
27. - المحكمات .

    - أ.د هدى شهاب جاري / تدريسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد .

    - أ.د بشرى كاظم / تدريسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد .

    - أ.د زينة عبد السلام / تدريسية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد . [↑](#footnote-ref-27)
28. - مجدي محمد الدسوقي : مقياس الشعور بالوحدة النفسية, القاهرة , مكتبة الانجلو المصرية , 1998) , ص 7 . [↑](#footnote-ref-28)
29. - مجدي محمد الدسوقي , مقياس الشعور بالوحدة النفسية , القاهرة , مكتبة الأنجلو المصرية , 1998 ) , ص 7 . [↑](#footnote-ref-29)
30. زينب محمد شقير : الشخصية السوية والمضطربة , ( مكتبة النهضة العربية , القاهرة , 2000 ) , ص 162 . [↑](#footnote-ref-30)