

" تأثير برنامج رياضي - تروحي على الشع ور بالسعادة النفسية والتكيف

النفسي الاجتماعي لأطفال دور رعاية الايتام بمحافظة الشرقية "

أ.م.د/ أسماء يحي عزت

أستاذ مساعد بكلية التربية الرياضية بنات
 جامعه الزقازيق

المقدمة ومشكلة البحث:

اعتني الإسلام بالأيتام بعناية كبيرة وأولاهم رعاية خاصة حيث قال الله تعالى: ﴿والمجدوا الله ولا تهرلكوا به هيئنا وبالوالدين إحسانا وبذي القربى واليتامى والمساكين والجار ذي القربى...﴾ النساء آية (٣٦) ، فهذه الآية قد ربطت بين الإيمان بالله تعالى لا شريك له وبين الإحسان إلى الوالدين والقربة واليتامى والمساكين والجيران ، حتى إنه قد ساهم الإسلام مساهمة فعالة في حل مشكلاتهم ،وقد سار هذا الموضوع في خطين :الأول خط التوجيهات القرآنية ،والثاني خط التوجيهات النبوية ،وذلك لأن منهج الإسلام قائم على احترام الإنسان والتعاون على البر والإحسان ، وجعل الأمرين من مبادئ الإيمان .

ولذا فان رقي اي مجتمع يرجع الي اهتمامه بكل فئاته بشكل انساني ،بل اصبح من معايير رقي الدولة وتقدمها هو الاهتمام بالانسان من حيث الحقوق والمساواه وتقديم الرعاية الكريمة له اذ ان الجانب الانساني لا يقل اهميه عن الجوانب المادية التي تسعى الدولة لنقلها والاستثمار فيها ويشمل الاهتمام كاهه فئات المجتمع خاصة الفئات المهمشه والاقبل حظا ومن بين هذه الفئات التي تحتاج لرعايه اجتماعيه متخصصه هي فئه (الايتام) وذلك لتلبية احتياجاتها ومتطلباتها الاساسيه لتاهيلها لتتوافق نفسيا واجتماعيا .

وتعد فئه الاطفال الايتام فئه من فئات المجتمع التي لها متطلبات واحتياجات مثلها مثل اي فئه عاديه من الاطفال الذين تربين في جو اسري ينعم بالاستقرار النفسي والاجتماعي ،حيث أن الحد من التفاعلات الاجتماعيه مع المجتمع يعد مشكله تؤثر نفسيا واجتماعيا علي تلك الفئه من الاطفال الايتام

ويتفق كل من (Johnson R.، ٢٠٠٦ م، ٢٦) (Skinner, E) ،٢٠١٣ م، ٨٠٣) الي ان حرمان الاطفال الايتام من التفاعل الاجتماعي والعاطفي يؤثر سلبا علي النمو الجسدي والعقلي

والانفعالي وتكيفهم النفسي الاجتماعي وذلك بسبب عدم توافر خبرات الحنان والحب والامان والاستجابة السريعة لاشباع الاحتياجات الاساسيه لهم .

ويشير (Casares, M .، ٢٠٠٤، م٧٦) ان المؤسسات المعنية برعايه الايتام هي مؤسسات رسميه اكثر من كونها بيئه تلقائيه طبيعيه حيث يفتقد فيها اليتيم الي العلاقات القرابيه كما يفتقد الي الاهتمام الشخصي بشؤنه الشخصي ومن هنا تزداد فرص نشوء شخصيات من الايتام تفتقد الي معني العطف والارتباط كالذي يجده اي طفل يعيش في اسره مستقره .

ولذا يؤكد (حامد زهران، ١٩٧٧، م١٥ ،) علي ان تربيته الاطفال في هذه المؤسسات تجعلهم اكثر ميلا الي البلاده واكثر عزوفا عن التكيف والتفاعل النفسي الاجتماعي واكثر اشكاليه واكثر حاجه الي انتباه الاخرين ومودتهم

ويضيف (حامد زهران، ٢٠٠٣، م٦٢) ان التكيف النفسي الاجتماعي من المواضيع النفسية المرتبطه ارتباط مباشر بسلوك الطفل اليتيم والتي لها علاقة بتكوين شخصيته ومكانته الاجتماعيه وهذا يأتي من خلال تفاعله المستمر بين عناصر بيئته وبين حاجاته ومتطلبات البيئه المحيطه به.

ويؤكد (مصطفى فهمي، ٢٠٠١، م٥٧) الي ان التكيف احيانا يتم بقبول الطفل اليتيم الظروف التي لا يقدر علي تغييرها، ويتحقق احيانا بتعبئه الطفل اليتيم لطاقاته ليعدل الظروف التي تعترض تحقيق اهدافه وبذلك يكون التكيف احيانا حلا وسطا بينهما .

ويشير (عبد الفتاح دويدار، ٢٠٠٩، م٢٢٢) الي اهميه السلوك التكيفي للطفل اليتيم والتي تبرز في ثلاث عمليات اساسه وهي النضج والتعلم والتكيف النفسي والاجتماعي ، وهذه العمليات تحدث في حياه الطفل اليتيم خلال مراحل العمر المختلفه، والتكيف النفسي الاجتماعي يتمثل في مجموعه الاستجابات التي تشير الي شعور الطفل اليتيم بالامن الشخصي والاحساس بالرضا والثقه بالنفس وحل مشكلاته بنفسه والتمتع بالاستقرار الانفعالي وتحمل المسئوليه والشعور بالسعاده النفسيه.

ويذكر (أمطانيوس ميخائيل، ٢٠١٠، م١٠٠) أن الإحساس بالسعاده النفسيه يعتبر أحد المؤشرات التي تبين مدى تمتع الطفل اليتيم بصحة نفسية جيدة ، كما أن السعاده النفسيه ترتبط إيجابياً بتقدير الطفل لذاته ، وأن تقدير الطفل لذاته يعد أحد أهم العوامل المسئولة عن إحساس

الطفل اليتيم بالرضا عن الحياة والتكيف النفسي الاجتماعي ، كما أن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية اليتيم وتكيفه، وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه.

وتؤكد (سناء سليمان ، ٢٠١٠م ، ١٥٣) أن السعادة النفسية لها أهميتها بوصفها الهدف الإنساني الأسمى ، كما أن أسبابها تبدو واحدة في مختلف أنحاء العالم ، وعلى اختلاف الثقافات المختلفة فإن العناصر المحددة والأساسية التي تسهم في خلق السعادة تبدو عامة.

ويضيف (محمد يوسف ، ٢٠٠٢م ، ٢٠) انه يمكن فهم السعادة النفسية بوصفها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة او بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار حدوث الانفعالات السارة وشده هذه الانفعالات ، لذا فان درجة شعور الطفل اليتيم بالسعادة النفسية مرتبط بجالته النفسية وتكيفه الاجتماعي ومدى اشباعه لدوافعه الاولية والثانوية .

ويتفق كل من تهانى عبد السلام (٢٠٠١م)، كمال درويش ومحمد الحماحمى (١٩٩٧م)، محمد الحماحمى (٢٠٠٦م) على أن ممارسة الأنشطة الترويحية تعتبر ضمن نسيج النظم الاجتماعية التي يتألف منها المجتمع، وبدأ الإهتمام بها كأحد مظاهر السلوك الحضارى للفرد لما لها من دور هام فى تحقيق التوازن بين العمل والراحة ، وكذلك لإسهاماتها فى تحقيق السعادة النفسية للإنسان ، كما تعد ممارسة الأنشطة الترويحية مدخلاً ملائماً لحل كثير من المشكلات التي قد تواجه الفرد فى الحياة المعاصرة ، وعاملاً مساهماً فى عمليات النمو المتكامل والمتوازن للشخصية ، وإستقرار المجتمع ، وإثراء الحياة المتوافقة مع متغيرات العصر الحديث.

ومن خلال قيام الباحثة بالعديد من الزيارات الميدانية لبعض دور الرعاية الاجتماعية للاطفال الايتام بمحافظة الشرقية ، وحوارها معهم لاحظت أن عدداً غير قليل منهم تبدو عليه فقدان التكيف النفسي الاجتماعي، وعدم الثقة بالذات، وعدم الشعور بالسعادة النفسية ، والشعور بالوحدة والعزلة الاجتماعية ، وترجع الباحثة السبب فى ذلك إلى أن فقدان الاطفال لوالديهم له تأثير على متغيري التكيف والشعور بالسعادة لدى الاطفال الايتام ، حيث يشعر الطفل اليتيم بالحزن واليأس، وضعف توافقه الشخصي والاجتماعي ، وذلك نظرا لشعوره بعدم اهتمام المجتمع به مما يعوق توافقه النفسي والاجتماعي ، وعدم القدرة على مواجهة المشاكل مما يؤثر ذلك على مستوى السعادة والصحة النفسية لديه ، وتكيفه الاجتماعي، وبالتالي فإن الشعور بالسعادة النفسية يؤدي إلى شعور الفرد بالتفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة مهما كانت المتاعب والضغوط التي يمر بها.

لذا رأت الباحثة أنه يجب توجيه بعض من عنايه والاهتمام المجتمعي لفئة الاطفال الايتام بدور الرعايه الاجتماعيه وخاصه بان الرسول "عليه افضل الصلاه والسلام" اوصي بهذه الفئه وهي تعد من أقل الفئات المجتمعيه حظاً في المجتمع حيث انها لم تحظى بالاهتمام اللازم ، وإن حظيت ببعض الاهتمام فإنه يعد هامشياً ، وغير كاف مقارنة بما تحظى به الفئات المجتمعيه الأخرى .

وبالرغم من تناول العديد من الدراسات المرجعية للبرامج الترويحية لمختلف الفئات العمرية مثل دراسة كل من : هيثم فتحى عبد السلام (٢٠١٧م) ، مياده محمد فهمى (٢٠١٧) ، عبير عبد الباسط متولى (٢٠١٦) ، رقيه محمد مهدى (٢٠١٦) أشرف محمود مرسى (٢٠١٢) ، محمد مصطفى صالح (٢٠١٢) ، عطية صالح عبد الرسول (٢٠١٠) ، برينر Brener (٢٠٠٧) وليد أمين عباس و إيمان رفعت السعيد (٢٠٠٦) إلا أنها لم تتطرق إلى دراسة تأثير ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية على الشعور بالسعاده النفسيه والتكيف الاجتماعى للاطفال الايتام بدور الرعايه الاجتماعيه ، بالإضافة إلى ندرة البحوث التجريبية التي تناولت الشعور بالسعاده النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى للاطفال الايتام، ومن هذا المنطلق العلمى رأت الباحثة بناء برنامج ترويحى رياضى مقترح والتعرف على تأثيره على الشعور بالسعاده النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى للاطفال الايتام بدور الرعايه الاجتماعيه بمحافظة الشرقية.

هدف البحث :

يهدف البحث إلى وضع برنامج ترويحى رياضى مقترح للاطفال الايتام يتضمن مجموعه من الأنشطة الترويحية الرياضية ومعرفة تأثير ذلك على الشعور بالسعاده النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى للاطفال الايتام

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعاده النفسيه لصالح القياس البعدى.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث الأساسية في التكيف النفسى الاجتماعى لصالح القياس البعدى.
- ٣- توجد نسب تحسن للقياس البعدى عن القبلى لأفراد عينة البحث الأساسية فى الشعور بالسعاده النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى .

مصطلحات البحث :

الترويح Recreation:

" النشاط البناء الممارس في وقت الفراغ بالاختيار الحر دون توقع أي عائد مادي بغرض الكسب، بهدف اكتساب الخبرات العقلية والاجتماعية والبدنية والصحية ولإحداث التوازن والتكامل لدي الأفراد حتى يتم إعدادهم لحياتهم العامة". (محمد السنودي، ٢٠٠٣م، ٦٤)

السعادة: * Happiness :

" حاله وجدانيه ايجابيه وأحد مكونات جوده الحياه التي تعكس شعور الفرد بالرضا وسعيه المستمر الي تحقيق اهدافه الشخصيه في اطار الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعيه الايجابيه مع الاخرين."

الايتم *orphans :

"هوكل شخص فقد احد والديه او كليهما وتم ايداعهم باحدي دور الرعايه الاجتماعيه للايتم."

التكيف النفسي الاجتماعي: social adaptation

"هو قدره الطفل علي التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه ويسلك سلوكا يدل علي الاتزان في مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف"

(سيد عبد الحميد مرسي، ١٩٩٨م، ٤١)

الدراسات المرجعيه:

١- دراسه " امنه قاسم" (٢٠١٨م) والتي استهدفت التعرف علي طبيعه علاقه بين السعاده النفسيه وكل من المرونه المعرفيه والثقه بالنفس واستخدمت الباحثه المنهج التجريبي علي عينه قوامها ٢٩٧ طالبا وطالبه وتوصلت اهم النتائج الي وجود علاقه ارتباطيه داله بين درجات افراد العينه علي مقياس السعاده النفسيه ودرجاتهم علي مقياسي المرونه المعرفيه والثقه بالنفس كما اظهرت النتائج تباين اسهام متغيري الثقه بالنفس والمرونه المعرفيه بنسب مختلفه في التنبؤ بالسعاده النفسيه لدي افراد العينه

٢- دراسه " منال الفزازي" (٢٠١٧م) والتي استهدفت التعرف علي علاقه السعاده النفسيه ببعض المتغيرات واستخدمت الباحثه المنهج الوصفي علي عينه قوامها ٤٩٠ طالبا وطالبه من مختلف الكليات وتوصلت اهم النتائج الي ان متغير النوع ومكان السكن كان لهما تأثير علي مستوي السعاده اما العمر والكلية والمنطقه التي يعيش فيها الطلبة لم يكن لها اي دلالة في التأثير علي السعاده النفسيه .

٣- دراسه " رقيه محمد مهدى" (٢٠١٦م) والتي أستهدفت التعرف على تأثير برنامج ترويحي على تنمية المهارات الإجتماعية للصم والبكم بمحافظة المنوفية، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وأشتملت عينة البحث على عدد (٣٠) تلميذة بمعهد الأمل للصم وضعاف السمع تحت (١٤) سنة ، وقد توصلت أهم النتائج الي ان تحسنت المهارات الإجتماعية للصم والبكم نتيجة لممارسة البرنامج الترويحي.

٤- دراسه " عبير عبد الباسط متولى" (٢٠١٦م) والتي أستهدفت التعرف على فاعلية برنامج ترويحي باستخدام الألعاب الصغيرة والتمهيدية على تنمية بعض المهارات الأساسية والتفاعل الإجتماعى للناشئين فى كرة السلة ، وأستخدمت الباحثة المنهج التجريبي ، وتكونت عينة البحث من عدد (٣٠) ناشئء تحت ١٤ سنة ، وقد توصلت أهم النتائج الي فاعلية البرنامج الترويحي فى تحسين التفاعل الإجتماعى لناشئي كرة السلة.

٥- دراسه " شانج وهولنج ولين" (٢٠١٥م) والتي استهدفت التعرف علي العلاقة بين اليقظه والسعاده النفسيه في تايوان واستخدم الباحثون المنهج التجريبي علي عينه قومها ١٩٧ طالبا وقد توصلت اهم النتائج الي وجود علاقته ارتباطيه سالبه بين اليقظه والوجدان السالب كما اشارت النتائج الي ان اشباع الحاجات الاساسيه النفسيه منبئ دال بالانفعال الموجب والسعاده الذاتيه .

٦- دراسه " محمد مصطفى صالح" (٢٠١٢م) والتي أستهدفت التعرف على تأثير برنامج ترويحي رياضى على مستوى مهارات التفاعل الإجتماعى لدى الأطفال التوحيدين ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي على عينة قومها (٥) أطفال ذكور توحيدين ، وقد توصلت أهم النتائج الي ان البرنامج الترويحي الرياضى يؤثر تأثيراً إيجابياً على مستوى مهارات التفاعل الإجتماعى لدى الأطفال التوحيدين.

٧- دراسه " ضرغام جاسم محمد واخرون" (٢٠١٢م) والتي استهدفت التعرف علي "مقارنه التكيف الاجتماعى بين الطالبات الممارسات والغير ممارسات للنشاط الرياضى في كليه التربيه بنات " بهدف التعرف علي درجه التكيف الاجتماعى لدي الطالبات الممارسات للنشاط الرياضى وغير الممارسات للنشاط الرياضى ،واستخدم الباحثون المنهج الوصفى بطريقه المسح لملائمته لطبيعته البحث علي عينه قومها (٢٠٠) طالبه ومن ادوات البحث مقياس التكيف الاجتماعى ووقد توصلت اهم النتائج الي ان مزاوله الرياضه لها تاثير ايجابى في التكيف الاجتماعى من خلال الفروق المعنويه بين الرياضات والتي ظهرت لصالح الرياضات في التكيف الاجتماعى الجامعي ،هناك اتساق بيم محاور مقياس التكيف

- الاجتماعي ودرجه المقياس ككل من خلال علاقات الارتباط المعنويه بين درجات المحاور والدرجه الكليه للمقياس
- ٨- دراسه مينيك **mienke** (٢٠١٢م) والتي استهدفت معرفه دور الرعايه النفسيه والماليه لمجموعه من الايتام ،واستخدم الباحث المنهج التتبعي في البحث علي عينه قوامها (١٤) طفل بسن ٩-١٢ سنه ممن تعرضوا لاشكال مختلفه من الاساءه وقد توصلت اهم النتائج الي ان ٩ أطفال قد اظهروا تحسنا ملحوظا في مهارات التكيف والسعاده النفسيه .
- ٩- دراسه " عطية صالح عبدالرسول" (٢٠١١م) والتي أستهدفت التعرف على تأثير برنامج ترويحي رياضي مقترح على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والخصائص الإجتماعية للتلاميذ المعاقين سمعياً بمنطقة بنغازي ، وأستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وأشتملت عينة البحث على عدد (٤٠) تلميذاً بالمرحلة الإعدادية بمركز الصم وضعاف السمع وقد توصلت أهم النتائج الي ان البرنامج الترويحي الرياضي يؤثر تأثيراً إيجابياً على الخصائص الإجتماعية للتلاميذ المعاقين سمعياً.
- ١٠-دراسه " وليد خالد وسعد باسم" (٢٠٠٨ م) والتي استهدفت " بناء مقياس التكيف الاجتماعى الاكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة بكلية التربية الرياضيه جامعة الموصل "، بهدف التعرف علي التكيف الاجتماعى الاكاديمي لطلاب المرحلة الرابعه بكلية التربيه الرياضيه جامعة الموصل من خلال بناء مقياس معد لهذا الغرض،واستخدم الباحثان المنهج الوصفي و اشتملت العينه على (٩٠١) طالب استخدم فيه الباحثان استبيان اشتمل على (٢٥) فقرة من ثلاث بدائل (نعم - لا أدري - لا) وقد صيغ المقياس بشكله النهائي من (٢٢) فقرة موزعة على أربعة محاور وهى (علاقة الطالب بزملائه - علاقة الطالب بالمدرسين - علاقة الطالب بالعميد - موقف الطالب من النشاطات الاجتماعيه والترفيهيه)، وقد توصلت اهم النتائج الي بناء مقياس للتكيف الاجتماعى الاكاديمي لطلاب المرحلة الرابعة بكلية التربيه
- ١١-دراسه "كورسو روبرت" (٢٠٠٧م) والتي استهدفت التعرف علي اهم طرق التكيف الاجتماعى والعاطفى للاطفال الموهوبين واستخدم الباحث المنهج التجريبي واشتملت عينه البحث علي (٥٠) طالبا موهوبا وقد توصلت النتائج الي ضروره توافر بيئه مساهمه في تطوير الطفل الموهوب وايجاد استراتيجيات تعليميه لجعل الطفل الموهوب اكثر تكيفا مع البيئه المحيطة وتقديم نصائح فعليه وعمليه تقلل من المشكلات التي تواجه الطفل الموهوب.

١٢-دراسه " وليد أمين عباس و إيمان رفعت السعيد" (٢٠٠٦) والتي أستهدفت التعرف على تأثير برنامج ترويجي رياضي مقترح على الحالة النفسية والاجتماعية لكبار السن فوق سن (٦٥) سنة ، وأستخدم الباحثان المنهج التجريبي على عينة عمدية قوامها (٢٠) رجل مُسن من المترددين على أحد الأندية المعنية بكبار السن بمحافظة الجيزة ، وقد توصلت أهم النتائج الي فاعلية البرنامج الترويجي الرياضي فى تحسين الحالة النفسية والاجتماعية لكبار السن.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

أستخدمت الباحثة المنهج التجريبي نظراً لملائمته لطبيعة البحث، وتم الإستعانة بالتصميم التجريبي ذو المجموعة الواحدة بإستخدام القياس القبلي البعدى.

مجتمع وعينة البحث:

يتضمن مجتمع البحث الاطفال الايتام بدار ايتام" البنين والبنات " التابعه للشئون الإجتماعية بمحافظة الشرقية الملحقين بمدرسه مجمع الشهداء بالشرقيه ، حيث بلغ إجمالي مجتمع البحث (٢٣) يتيم وبيتمه، وقامت الباحثة بإختيار عينة عمدية منهم قوامها (١٢) طفل يتيم تتراوح أعمارهم ما بين (٩-١١) سنة ، بالإضافة إلى عدد (١٠) اطفال ايتام كعينة إستطلاعية لتقنين الإختبارات قيد البحث ، وقد تم إستبعاد عدد (١) طفل لظروفه المرضية ، وجدول (١) يوضح تصنيف عينة البحث :

جدول (١)

تصنيف عينة البحث

النسبة المئوية	مجموع العينة الأساسية	المستبعدون		مجتمع البحث
		المستبعدين	عينة البحث الإستطلاعية	
٦٠%	١٢	١	١٠	٢٣

شروط إختيار عينة البحث:

- ١- أن تتراوح أعمارهم ما بين (٩ - ١١) سنة.
- ٢- الرغبة فى المشاركة فى البرنامج بعد توضيح فوائده وإجراءاته.
- ٣- إستبعاد الاطفال الايتام الذى لا تسمح حالته الصحية بممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث:

قامت الباحثة بحساب إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث من حيث متغيرات النمو (السن - الطول - الوزن) وفى الشعور بالسعادة النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى قيد البحث ، والجدولين (٢)،(٣) يوضحان ذلك :

جدول (٢)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى السن
والطول والوزن قيد البحث

$$n = 22$$

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
السن	السنة	١٠	٢.٥١	١٠.٢	٠.٢٣-
الطول	سم	١٣٠.٢	٤.١٢	١٢٨.١٢	١.٣٨
الوزن	كجم	٣٥.٥٦	٢.٣٣	٣٣.٥٠	٢.٦

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الإلتواء لمعدلات النمو (السن ، الطول ، الوزن) ، تنحصر ما بين (٣±) مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

جدول (٣)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى الشعور بالسعادة النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى قيد البحث

ن = ٢٢

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابى	الإنحراف المعيارى	الوسيط	معامل الإلتواء
الشعور بالسعادة النفسيه	درجة	٥٧,٤٠	٢,٤١	٥٨,٢١	١.٠٠٠-
التكيف النفسى الاجتماعى	درجة	٤٠,٣٣	٢,٢٥	٤١	٠.٨٩-

يتضح من جدول (٣) أن جميع قيم معاملات الإلتواء للشعور بالسعادة النفسيه والتكيف النفسى الاجتماعى قيد البحث تنحصر ما بين (± 3) ، مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث فى هذه المتغيرات.

أدوات جمع البيانات :

قامت الباحثة بالإطلاع على العديد من المراجع العلمية المتخصصة والدراسات المرجعية لتحديد الإختبارات النفسية الإجتماعية المناسبة لأفراد عينة البحث، وقد أسفر ذلك عن الإختبارات التالية :

أولاً : مقياس الشعور بالسعادة النفسيه: إعداد الباحثة

١ - تحديد الابعاد الأساسية للمقياس :

وتم ذلك بالإطلاع على المراجع العلمية والأطر النظرية والدراسات والبحوث السابقة الخاصه بالشعور بالسعادة النفسيه فى مجال علم النفس وعلم الاجتماع الرياضى، كما قامت الباحثة بمقابلة بعض من الاساتذه والمشرفين العاملين بهذا المجال وذلك للاستفادة من خبراتهم فى وضع تصور مبدئى لبعض ابعاد المقياس ، ومن خلال ذلك تمكنت الباحثة من وضع الابعاد فى صورتها المبدئية فى استمارة و تم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين ملحق (١) والجدول رقم (٤) يوضح آراء السادة الخبراء حول ابعاد المقياس

جدول (٤)

آراء السادة الخبراء حول ابعاد مقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام

ن = ١٠

م	الابعاد	التكرارات	النسب المئوية
١	التوجه نحو الحياه	١٠	%١٠٠
٢	العلاقات الايجابيه مع الاخرين	١٠	%١٠٠
٣	الاستقلاليه	٦	%٦٠
٤	تقبل الذات	٩	%٩٠
٥	المناخ البيئي	١٠	%١٠٠

ويتضح من الجدول رقم (٤) موافقة السادة الخبراء على بعض ابعاد المقياس المقترح من قبل الباحثه تراوحت من ١٠٠% الي ٦٠% وارتضت الباحثه نسبه لا تقل عن ٨٠% وبذلك تم استبعاد البعد الثالث (الاستقلاليه) لحصوله علي ٦٠% بعد عرض ابعاد المقياس على السادة الخبراء واتفاق الخبراء على مناسبة ابعاد المقياس للهدف الذي أعدت من أجله قامت الباحثه بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد من ابعاد المقياس وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل بعد

وقد راعت الباحثه فى صياغة العبارات ما يلى :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة والابتعاد عن الألفاظ الصعبة
- وألا توحى العبارات بنوع الاستجابة
- وعدم الازدواجية للعبارة
- وأن تقيس العبارات جانب من جوانب البعد الذى تنتمى إليه

وكان مجموع العبارات (٣٢) عبارة موزعة على (٤) ابعاد ملحق(٢) وقد تم عرض الابعاد بعباراتها على الخبراء المتخصصين للتحقق من الصدق المنطقى وللتحقق من مدى انتماء العبارات للبعد التى تنتمى اليه والجدول رقم (٥) يوضح ابعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

جدول (٥)

ابعاد مقياس مقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام

م	الابعاد	عدد العبارات
١	التوجه نحو الحياه	١٠
٢	العلاقات الايجابيه مع الاخرين	٧
٣	تقبل الذات	٧
٤	المناخ البيئي	٨
	المجموع	٣٢

يتضح من جدول (٥) الابعاد وعدد عبارات كل بعد والعدد الكلي لعبارات المقياس قبل اجراء المعالجات الاحصائية .

- المعالجات الإحصائية لأراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل بعد:

قامت الباحثة بتفريغ أراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الآتية:

١- التقدير الكمي والكيفي وذلك بتعديل صياغة بعض العبارات أو حذف بعض العبارات أو إضافة بعض العبارات لعبارات أبعاد المقياس (ملحق ٤) ويوضح جدول (٦) نتائج تعديل المحكمين على المقياس .

جدول (٦)
تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس

العبارة النهائية بعد التعديل	عدد العبارات التي تم إضافتها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد عبارات الأبعاد	الأبعاد
٩	-	(٢) أرقام (٣, ٤)	١	١٠	التوجه نحو الحياه
٦	-	(٢) ارقام (٤, ٦)	(١) رقم (٥)	٧	العلاقات الايجابيه مع الاخرين
٧	(١) رقم (٧)	-	(١) رقم (٦)	٧	تقبل الذات
٨	(٢) ارقام (٧, ٨)	(١) رقم (٥)	(٢) ارقام (٤, ٨)	٨	المناخ البيئي
٣٠					المجموع

يوضح جدول (٦) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم تعديل صياغتها والعبارات التي تم إضافتها من قبل الخبراء وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس بعد تعديلات السادة الخبراء (٣٠) عبارته.

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الاستطلاعية :

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية (ملحق ٥) قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائيا لكي يتم عرضه على أفراد العينة الاستطلاعية (ملحق ٦) والجدول رقم (٧) يوضح التوزيع العشوائي لعبارات كل بعد من أبعاد المقياس

جدول (٧)
التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	البعد	أرقام العبارات موزعة عشوائيا	المجموع
١	التوجه نحو الحياه	٣٠-٢٨-٢٥-٢١-١٧-١٣-٩-٥-١	٩
٢	العلاقات الايجابيه مع الاخرين	٢٢-١٨-١٤-١٠-٦-٢	٦
٣	تقبل الذات	٢٦-٢٣-١٩-١٥-١١-٧-٣	٧
٤	المناخ البيئي	٢٩-٢٧-٢٤-٢٠-١٦-١٢-٨-٤	٨

بعد أن تم توزيع عبارات المقياس عشوائيا قامت الباحثة بتطبيقه على العينة الاستطلاعية.

المعاملات العلمية لمقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام

أ - معامل الصدق Validity:

١- صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم النفس والاجتماع الرياضي وعددهم (١٠) خبراء (ملحق ١) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه

٢- صدق الاتساق الداخلي :

أستخدمت الباحثة صدق الإتساق الداخلي حيث تم تطبيق مقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام على عينة قوامها (٧) اطفال من خارج العينة الأساسية للبحث وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (٨) يوضح ذلك ، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله وجدول (٩) يوضح ذلك ، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الشعور بالسعادة النفسيه والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس
الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام والدرجة الكلية له

ن=١٠

رقم العبارة	قيمة "ر"						
١	٠.٩٨٢	٩	٠.٧٩٦	١٧	٠.٩٠١	٢٥	٠.٧٨٩
٢	٠.٨٦٤	١٠	٠.٨٩١	١٨	٠.٩٩٢	٢٦	٠.٩٢٧
٣	٠.٨٠٢	١١	٠.٩٧٣	١٩	٠.٩٨٨	٢٧	٠.٧٨٦
٤	٠.٩٨٩	١٢	٠.٩٩٦	٢٠	٠.٧٩٥	٢٨	٠.٧٩٩
٥	٠.٨٩٥	١٣	٠.٨٩٢	٢١	٠.٨٠٢	٢٩	٠.٩٨٦
٦	٠.٩٧١	١٤	٠.٧٩٠	٢٢	٠.٨١٧	٣٠	٠.٨٨٣
٧	٠.٨١٤	١٥	٠.٨٠٩	٢٣	٠.٩٠٥		
٨	٠.٨٨٢	١٦	٠.٧٩٥	٢٤	٠.٨٦٢		

قيمة "ر" الجدولية عند ٨ ومستوي معنويه ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (٨) وجود إرتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام والدرجة الكلية للمقياس ، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله

ن = ١٠

المناخ البيئي	تقبل الذات	العلاقات الايجابية مع الاخرين	التوجه نحو الحياه	الابعاد
				الاعداد
٠,٩٨٥	٠,٨١٧	٠,٩٥٤	٠,٨٠٤	١
٠,٨٧٦	٠,٩٥٠	٠,٨٠٧	٠,٧٨٠	٢
٠,٨٠٩	٠,٨٠٤	٠,٧٩٦	٠,٨٣١	٣
٠,٩٣١	٠,٨١٩	٠,٩٩٧	٠,٩٧٨	٤
٠,٩٧٦	٠,٨٨١	٠,٨٤٥	٠,٨٥٥	٥
٠,٨٠٢	٠,٨٣٨	٠,٩٧٧	٠,٨٥٣	٦
٠,٩٨٣	٠,٧٩٠		٠,٨٢٣	٧
٠,٩٨٠			٠,٩٦١	٨
			٠,٨٤٤	٩

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (٩) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠٥، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (١٠)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس الشعور بالسعادة النفسيه للاطفال الايتام (الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس)

ن = ١٠

م	الأبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدالة
١	التوجه نحو الحياه	٩	*٠,٩٩٨	دال
٢	العلاقات الايجابية مع الاخرين	٦	*٠,٨٠٩	دال
٣	تقبل الذات	٧	*٠,٨٣٤	دال
٤	المناخ البيئي	٨	*٠,٩٨٥	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (١٠) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (٠,٨٠٩، ٠,٩٩٨) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله

معامل ثبات المقياس Reliability:

لإيجاد معامل ثبات أبعاد المقياس وعددهم (٤) أبعاد بعباراتهم وعددهم (٣٠) عبارة قامت الباحثة باستخدام:

- طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، وجدول (١١) يوضح ذلك.

جدول (١١)

الثبات " بالتجزئة النصفية " و" معامل ألفا كرونباخ " لأبعاد مقياس الشعور بالسعادة النفسية للاطفال الايتام

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية		معامل ألفا كرونباخ
			سبيرمان - براون	جتمان	
١	التوجه نحو الحياه	٩	٠,٨١٥	٠,٩٩٠	٩٦٥,٠
٢	العلاقات الايجابيه مع الاخرين	٦	٠,٩٥٧	٠,٨٤٠	٨٥٦,٠
٣	تقبل الذات	٧	٠,٧٨٠	٠,٨٣٥	٠,٨٩٧
٤	المناخ البيئي	٨	٠,٩٨٨	٠,٨١٤	٠,٩٥٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٧٨٠، ٠,٩٨٨) بمعادلة "سبيرمان وبراون" وقد تراوحت ما بين (٠,٨١٤، ٠,٩٩٠) بمعادلة "جتمان" وقد تراوحت ما بين (٠,٧٩٧، ٠,٩٦٥) بمعادلة "ألفا كرونباخ" مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test-Re-Test على العينة الاستطلاعية وقوامها (٧) اطفال من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بفاصل زمني (١٥) يوم بين التطبيقين تحت نفس شروط التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين , والجدول رقم (١٢) يوضح ذلك.

جدول (١٢)

معامل الثبات لمقياس الشعور بالسعادة النفسية للاطفال الايتام ن = ١٠

المتغيرات	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة "ر"
	م	ع	م	ع	
الشعور بالسعادة النفسية للاطفال الايتام	٥٩,٢٩	٣,٤٨	٦٢,١١	٢,٨٥	*٠,٩٩٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (١٢) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين التطبيقين الأول والثاني عند مستوى ٠,٠٥، مما يدل على ارتفاع معامل ثبات المقياس.

وبعد أن قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق – الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث اشتملت عباراته على عدد (٣٠) عبارة موزعة على اربعة أبعاد. (ملحق ٥)

طريقة تصحيح المقياس

تحتسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير رباعي (أوافق جداً ، أوافق ، أوافق إلى حد ما ، لا أوافق) درجاتهم (١،٢،٣،٤) على التوالي، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (١٢٠) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (٣٠) درجة وتعبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من الشعور بالسعادة النفسيه والعكس.

ثانيا : مقياس التكيف الاجتماعي للاطفال الايتام: إعداد الباحثة

١ - تحديد الابعاد الأساسية للمقياس :

وتم ذلك بالاطلاع على المراجع العلمية والأطر النظرية والدراسات والبحوث السابقة الخاصة بالتكيف الاجتماعي في مجال علم الاجتماع وعلم النفس الرياضي، كما قامت الباحثة بمقابلة بعض من الاساتذ والمشرفين العاملين بهذا المجال وذلك للاستفادة من خبراتهم في وضع تصور مبدئي لبعض ابعاد المقياس ، ومن خلال ذلك تمكنت الباحثة من وضع الابعاد في صورتها المبدئية في استمارة و تم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين ملحق (١) والجدول رقم (١٣) يوضح آراء السادة الخبراء حول ابعاد المقياس

جدول (١٣)

آراء السادة الخبراء حول ابعاد مقياس التكيف النفسي الاجتماعي للاطفال الايتام

ن = ١٠

م	الابعاد	التكرارات	النسب المئوية
١	تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	١٠	٪١٠٠
٢	تكيف الطفل اليتيم مع زملائه في المدرسه والدار	٥	٪٥٠
٣	تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجي	١٠	٪١٠٠
٤	تكيف الطفل اليتيم مع اداره الدار	٩	٪٩٠

ويتضح من الجدول رقم (١٣) موافقة السادة الخبراء على بعض ابعاد المقياس المقترح من قبل الباحثة تراوحت من ١٠٠٪ الي ٥٠٪ وارتضت الباحثة نسبه لا تقل عن ٨٠٪ وبذلك تم دمج البعد الثاني (تكيف الطفل اليتيم مع زملائه في المدرسه والدار) مع الثالث (تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجي) لحصوله علي ٥٠٪

بعد عرض ابعاد المقياس على السادة الخبراء واتفاق الخبراء على مناسبة ابعاد المقياس للهدف الذى أعدت من أجله قامت الباحثه بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل بعد من ابعاد المقياس وذلك فى ضوء الفهم والتحليل النظرى الخاص بكل بعد

وقد راعت الباحثه فى صياغة العبارات ما يلى :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة والابتعاد عن الألفاظ الصعبة
- وألا توحى العبارات بنوع الاستجابة
- وعدم الازدواجية للعبارة
- وأن تقيس العبارات جانب من جوانب البعد الذى تنتمى إليه

وكان مجموع العبارات (٢٨) عبارة موزعة على (٣) ابعاد ملحق (٧) وقد تم عرض الابعاد بعبارتها على الخبراء المتخصصين للتحقق من الصدق المنطقى وللتحقق من مدى انتماء العبارات للبعد التى تنتمى اليه والجدول رقم (١٤) يوضح ابعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

جدول (١٤)

ابعاد مقياس مقياس التكيف النفسى الاجتماعى للاطفال الايتام

م	الابعاد	عدد العبارات
١	تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	٨
٢	تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجى	١٢
٣	تكيف الطفل اليتيم مع ادارة الدار	٨
	المجموع	٢٨

يتضح من جدول (١٤) الابعاد وعدد عبارات كل بعد والعدد الكلى لعبارات المقياس قبل اجراء المعالجات الاحصائية

- المعالجات الإحصائية لأراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل بعد:

قامت الباحثه بتفريغ أراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الآتية:

١- التقدير الكمي والكيفي وذلك بتعديل صياغة بعض العبارات أو حذف بعض العبارات أو إضافة بعض العبارات لعبارات أبعاد المقياس (ملحق ٩) ويوضح جدول (١٥) نتائج تعديل المحكمين على المقياس

جدول (١٥)
تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس

الأبعاد	عدد عبارات الأبعاد	عدد العبارات التي تم استبعادها	عدد العبارات التي تم تعديل صياغتها	عدد العبارات التي تم إضافتها	العبارات النهائية بعد التعديل
تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	٨	٢ ارقام (٢، ٤)	١ رقم (٣)	—	٦
تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجي	١٢	٣ ارقام (٤، ٥، ٨)	٢ رقم (٦، ١٢)	٢ رقم (١٠، ١١)	١١
تكيف الطفل اليتيم مع ادارته الدار	٨	١ رقم (٧)	١ رقم (٤)	١ رقم (٨)	٨
المجموع	٢٥				٢٥

يوضح جدول (١٥) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم تعديل صياغتها والعبارات التي تم إضافتها من قبل الخبراء.

جدول (١٦)
التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	البعد	أرقام العبارات موزعة عشوائياً	المجموع
١	تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	١٦-١٣-١٠-٧-٤-١	٦
٢	تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجي	٢٥-٢٤-٢٣-٢١-١٩-١٧-١٤-١١-٨-٥-٢	١١
٣	تكيف الطفل اليتيم مع ادارته	٢٢-٢٠-١٨-١٥-١٢-٩-٦-٣	٨

بعد أن تم توزيع عبارات المقياس عشوائياً قامت الباحثة بتطبيقه على العينة الاستطلاعية.

المعاملات العلمية لمقياس التكيف النفسي الاجتماعي للايتام :

أ - معامل الصدق Validity:

١ - صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم النفس والاجتماع الرياضي وعددهم (١٠) خبراء (ملحق ١) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه

٢ - صدق الاتساق الداخلي :

أستخدمت الباحثة صدق الإتساق الداخلي حيث تم تطبيق مقياس التكيف النفسي الاجتماعي للأطفال الايتام على عينة قوامها (٧) اطفال من خارج العينة الأساسية للبحث من وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (١٧)

يوضح ذلك ، كما تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله وجدول (١٨) يوضح ذلك ، وأيضاً تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس التكيف الاجتماعي للأطفال الايتام والدرجة الكلية للمقياس ، وجدول (١٩) يوضح ذلك.

جدول (١٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس
التكيف النفسي الاجتماعي للأطفال الايتام والدرجة الكلية له

ن=١٠

رقم العبارة	قيمة "ر"						
١	٠.٨٧٢	٨	٠.٨٢٦	١٥	٠.٨٨٥	٢٢	٠.٨٨٩
٢	٠.٨٦١	٩	٠.٩٢٥	١٦	٠.٨١٤	٢٣	٠.٨٨٥
٣	٠.٩٩٢	١٠	٠.٩٩٥	١٧	٠.٩٩٥	٢٤	٠.٨١٥
٤	٠.٩٨١	١١	٠.٨٥٢	١٨	٠.٨٧٥	٢٥	٠.٩٥٨
٥	٠.٩٨١	١٢	٠.٩٥٤	١٩	٠.٨١٨		
٦	٠.٨٧٥	١٣	٠.٨٩٨	٢٠	٠.٨٦٩		
٧	٠.٩١٠	١٤	٠.٩٩٦	٢١	٠.٩٨٢٦		

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٦٣٢

يتضح من جدول (١٧) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التكيف النفسي الاجتماعي للأطفال الايتام والدرجة الكلية للمقياس ، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (١٨)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التكيف النفسي الاجتماعي للأطفال الايتام
والدرجة الكلية للبعد الذي تمثله

ن = ١٠

الابعاد	تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجي	تكيف الطفل اليتيم مع ادارته الدار
١	٠,٨٥٢	٠,٩٥٤	٠,٩٤٧
٢	٠,٩٨٠	٠,٨٥٦	٠,٨٩٦
٣	٠,٨٨٦	٠,٨٩٦	٠,٩١٩
٤	٠,٨٩٦	٠,٨٩٥	٠,٨٨٥
٥	٠,٨٥٤	٠,٨٦٢٥	٠,٧٩٦
٦	٠,٧٨٣	٠,٨٤٥	٠,٩٧٥

الابعاد	تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	تكيف الطفل اليتيم مع	تكيف الطفل اليتيم مع ادارته الدار
٧		٩٨٥.٠	٠,٧٩٤
٨		٠,٨٥٢	٠,٨٨٠
٩		٠,٨٩٩	
١٠		٠,٨٥١	
١١		٠,٩٩٠	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (١٨) أن معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (١٩)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية لمقياس التكيف النفسي الاجتماعي للاطفال الايتام (الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس)

ن = ١٠

الأبعاد	عدد العبارات	قيمة "ر"	الدلالة
١	٦	*٠,٨٣٦	دال
٢	١١	*٠,٩٧٤	دال
٣	٨	*٠,٨٦٥	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (١٩) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (٠,٨٣٦، ٠,٩٧٤) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

ب - معامل ثبات المقياس Reliability:

لإيجاد معامل ثبات أبعاد المقياس وعددهم (٣) أبعاد بعباراتهم وعددهم (٢٥) عبارة قامت الباحثة باستخدام:

- طريقة التجزئة النصفية "سبيرمان وبراون Spearman & Prown"، "جتمان Guttman" طريقة "ألفا كرونباخ Alpha"، و جدول (٢٠) يوضح ذلك.

جدول (٢٠)
الثبات " بالتجزئة النصفية " و " معامل ألفاكرونباخ " لأبعاد مقياس التكيف النفسي الاجتماعي للاطفال الايتام

ن = ١٠

م	البعد	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			جتمان	سبيرمان - براون
١	تكيف الطفل اليتيم مع نفسه	٦	٠,٩٩٦	٠,٨٤٧
٢	تكيف الطفل اليتيم مع المجتمع الخارجي	١١	٠,٨٧٥	٠,٨٧٥
٣	تكيف الطفل اليتيم مع ادارة الدار	٨	٠,٨٦٥	٠,٩٩٣

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (٢٠) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٩٩٣ ، ٠,٨٤٧) بمعادلة " سبيرمان وبراون " وقد تراوحت ما بين (٠,٩٩٦ ، ٠,٨٦٥) بمعادلة " جتمان " وقد تراوحت ما بين (٠,٩٧٠ ، ٠,٨٧٣) بمعادلة " ألفا كرونباخ " مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- قامت الباحثة بإيجاد معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه Test-Re-Test على العينة الاستطلاعية وقوامها (٧) اطفال من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بفاصل زمني (١٥) يوم بين التطبيقين تحت نفس شروط التطبيق الأول وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين , والجدول رقم (٢١) يوضح ذلك.

جدول (٢١)
معامل الثبات لمقياس التكيف النفسي الاجتماعي للاطفال الايتام

ن = ١٠

قيمة "ر"	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المتغيرات
	ع	م	ع	م	
*٠,٧٩٩	٢,٨٥	٤٥,٦٥	٣,١٧	٤٣,٢٨	التكيف النفسي الاجتماعي للاطفال الايتام

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٦٣٢.

يتضح من جدول (٢١) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني عند مستوى ٠,٠٥ ، مما يدل على ارتفاع معامل ثبات المقياس.

وبعد أن قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية حيث اشتملت عباراته على عدد (٢٥) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد. (ملحق ١)

طريقة تصحيح المقياس

تحتسب درجات استجابات المقياس على ميزان تقدير رباعي (أوافق جداً ، أوافق ، أوافق إلى حد ما، لا أوافق) درجاتهم (١،٢،٣،٤) على التوالي ،وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (١٠٠) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (٢٥) درجة وتعبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من الشعور بتكيف نفسي اجتماعي والعكس

ثالثاً : الأجهزة والأدوات المستخدمة فى البحث

جهاز الرستامير لقياس الطول الكلى للجسم.

- ميزان طبي معايير لقياس الوزن.
- ساعة إيقاف.
- كرات قدم - طائرة - سلة - كرات يد.
- كرات جلد ملونة مقاسات مختلفة.
- أقماع تدريب ملونة

رابعاً : البرنامج الترويحي الرياضى المقترح :

الهدف من البرنامج:

- ١- تحسين الشعور بالسعادة النفسيه والتكيف النفسي الاجتماعي لدى الاطفال الايتام بدور الرعاية الاجتماعيه من خلال ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية المتنوعة بالبرنامج الترويحي الرياضى المقترح وعمل جلسات حوار ومناقشه لهم .
 - ٢- إتاحة الفرصة للاطفال الايتام لممارسة نشاط ترويحي رياضى يتمشى مع قدراتهم البدنية والصحية وابعاث روح المرح والسعادة بينهم.
- ولتحقيق تلك الأهداف للبرنامج كان لابد وأن تتوفر فى البرنامج الترويحي الرياضى المقترح عدة شروط هى :

- أن يكون البرنامج شيق وجذاب للاطفال
- ان تكون الأنشطة الترويحية الرياضية مبسطه ومنتوعه.
- إستخدام ألعاب ترويحية تربوية متنوعه تعمل على توطيد العلاقات الإنسانية والاجتماعية بين الاطفال.
- مراعاة عامل الأمن والسلامة للمكان المخصص لتطبيق البرنامج والأدوات المستخدمة

وللتوصل إلى محتوى البرنامج الترويحي الرياضى المقترح قامت الباحثة بالإطلاع على المراجع العلمية المتخصصة فى مجال الترويح والبرامج الترويحية وكذلك الإطلاع على العديد من الدراسات المرجعية بموضوع البحث المماثل ، بالإضافة إلى إستطلاع رأى عينة البحث الأساسية فى تحديد وإختيار مجموعة الأنشطة الرياضية الترويحية التى يفضلونها (ملحق ١٢)، وبعد التوصل

لمحتوى البرنامج تم عرضه على مجموعة من الخبراء فى مجال الترويح وعلم النفسو الاجتماع الرياضى (ملحق ١٤) ، وقد تم تعديل بعض التمرينات وتبسيطها بشكل يتناسب وطبيعة العينة ، كما تم حذف بعض الأنشطة والتمرينات لصعوبتها.

هذا وقد رأى الخبراء أن الفترة الزمنية المناسبة للبرنامج من الناحية الزمنية للوحدة الواحدة مدتها (٥٠) دقيقة ، وذلك لمدة (٨) أسابيع متصلة بواقع ٣ وحدات اسبوعيا ملحق (١٣).

الوحدة الترويحية اليومية :

تم تقسيم الوحدة الترويحية اليومية إلى ثلاث أجزاء هى :

أولاً : الجزء التمهيدي (الإحماء): (١٠) دقائق

ويحتوى هذا الجزء على مجموعة من التمرينات البسيطة والمتنوعة مثل (المشى والجري والوثب) وتمارين الإطالة والمرونة والألعاب الصغيرة ، ويهدف هذا الجزء إلى تهيئه أجهزة الجسم لممارسة الجزء الرئيسى.

ثانياً : الجزء الرئيسى: (٣٥) دقيقة.

ويتضمن هذا الجزء على مجموعة من التمرينات البدنية البسيطة ، وكذلك الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية ، وبعض الألعاب التمهيدي والصغيرة ، كما تم استخدام مجموعة من الأدوات ذات الشكل الجذاب (ألوان متعددة) والمناسبة لعينة البحث ، وأستغرق تنفيذ هذا الجزء (٢٥) دقيقة ، وفترة (١٠) دقائق لسماع آراء ومناقشة أفراد عينة البحث لزيادة التواصل الإجتماعي بين أفراد العينة وبعضهم البعض والباحثة.

ثالثاً : الجزء الختامي : (٥) دقائق

ويحتوى هذا الجزء على بعض تمرينات التهدئة .

الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الإستطلاعية على أفراد العينة الإستطلاعية وعددها (١٠) اطفال من مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية، فى الفترة من ٢٠٢٠/١٠/١٠ وحتى ٢٠٢٠/١٠/١٤ ، وذلك بهدف التعرف على ما يلى:

- مدى مناسبة الأدوات المستخدمة وسهولة استخدامها أثناء تطبيق البرنامج.

- مدى ملائمة محتوى البرنامج المقترح لأفراد عينة البحث.

- الصعوبات التي يمكن أن تلاقى الباحثة أثناء التطبيق.

وقد أظهرت نتائج الدراسة الإستطلاعية أن محتوى البرنامج الترويحي الرياضي صالح للتطبيق ، وبذلك أصبح البرنامج الترويحي الرياضي المقترح في شكله النهائي (ملحق ١٥).

القياسات القبليّة:

قامت الباحثة بإجراء القياسات القبليّة لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعادة النفسيه والتكيف النفسي الاجتماعي ، وذلك في يوم السبت الموافق ٢٠٢٠/١٠/١٧.

تطبيق البرنامج الترويحي الرياضي قيد البحث:

تم تطبيق محتوى البرنامج الترويحي الرياضي المقترح على أفراد عينة البحث الأساسية لمدة (٨) أسابيع بواقع (٣) وحدات أسبوعياً بدار الايتام علماً بأن زمن الوحدة اليومية (٥٠) دقيقة في الفترة من الاحد الموافق ٢٠٢٠/١٠/١٨ وحتى الخميس الموافق ٢٠٢٠/١٢/١٠.

القياسات البعديّة:

تم إجراء القياسات البعديّة لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعادة النفسيه والتكيف النفسي الاجتماعي ، وذلك في يوم السبت الموافق ٢٠٢٠/١٢/١٢، بنفس الشروط والإجراءات التي تم تطبيقها في القياسات القبليّة.

الأساليب الإحصائية قيد البحث:

أستخدمت الباحثة البرنامج الاحصائي (SPSS) لمعالجة البيانات إحصائياً ، وأستعانت

بالأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- الإنحراف المعياري.
- الوسيط.
- معامل الإنتواء.
- معامل الارتباط البسيط.
- إختبار "ت".
- نسب التحسن %.

عرض ومناقشة النتائج:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (٢٢)

دلالة الفروق بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث الأساسية
في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي للأطفال الايتام

ن = ١٢

قيمة ت	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
*٣.٩٠	٣.٢٦	١٠٠.٨٥	٤.٩٣	٨٦.٨٠	درجة	الشعور بالسعادة النفسية
*٣.٥٧	٣.٧١	٧٨.٤١	٢.٢٠	٦٥.٠٠	درجة	والتكيف النفسي الاجتماعي

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٠٧٤

يتضح من جدول (٢٢) وجود فروق داله احصائيا بين القياسات البعديه والقياسات القبليه
لصالح القياس البعدي لمجموعه البحث في جميع المتغيرات قيد البحث

جدول (٢٣)

نسب تحسن القياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف
النفسى الاجتماعى للأطفال الايتام

ن = ١٢

نسبه التحسن	القياس البعدي		القياس القبلي		وحدة القياس	المتغيرات
	ع	م	ع	م		
%١٦.١٨	٣.٢٦	١٠٠.٨٥	٤.٩٣	٨٦.٨٠	درجة	الشعور بالسعادة النفسية
%٢٠.٦٣	٣.٧١	٧٨.٤١	٢.٢٠	٦٥.٠٠	درجة	والتكيف النفسي الاجتماعي

يتضح من جدول (٢٣) وجود نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث
الأساسية في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي للأطفال الايتام قيد البحث.

مناقشة النتائج

يتضح من جدول (٢٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعادة النفسية لصالح القياس البعدي فقد كان متوسط درجات العينة في القياس القبلي (٨٦.٨٠) وانحراف معياري (٤.٩٣) بينما القياس البعدي (١٠٠.٨٥) وانحراف معياري (٣.٢٦) أي بنسبه فرق (١٤.٠٥) وقيمته ت (٣.٩٠*) أي ن العينة قد تم زياده درجه الشعور بالسعاده النفسيه عندها بمقدار (١٤.٠٥)

وتعزي الباحثة التحسن في الشعور بالسعادة النفسية لدى أفراد عينة البحث الأساسية إلى فاعلية استخدام البرنامج الترويحي الرياضي ، والذي أشتمل علي مجموعة من الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية ومجموعه من التمرينات البدنية البسيطة ، وكذلك بعض الألعاب التمهيدية والصغيرة ، كما تم استخدام مجموعة من الأدوات ذات الشكل الجذاب (ألوان متعددة) ، بالإضافة إلى جلسات الحوار والإستماع والمناقشات بين أفراد العينة والباحثة كل هذا أضفى جواً من البهجة والمرح والسرور على البرنامج ، حيث توفر الأنشطة الترويحية الرياضية ، وجلسات الحوار والمناقشات مجالاً خصباً للتفيس عن الطاقات المكبوتة والضغوط النفسية والإجتماعية للأطفال فالنشاط الترويحي الرياضي يوفر الفرص للتخلص من الضغوط النفسية والإجتماعية التي تقع على كاهل الاطفال ،ومن ثم تزداد حالة الشعور بالسعادة النفسيه للأطفال الايتام .

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشارت إليه (تهانى عبد السلام ،٢٠٠١م، ١٠٤) أن الأنشطة الترويحية الرياضية تساعد أفراد المجتمع على إكتساب التكيف الإجتماعي المقبول ، وتوجههم إلى كيفية حل المشكلات بطريقة تتناسب مع قدراتهم ،

كما تتفق مع ما اشارت اليه (امنه القاسم ،٢٠١٨م) ان الشعور بالسعاده النفسيه يؤدي الي تحسن وجوده الحياه والاقبال عليها والتخلص من الطاقة الزائدة لديهم مما يكسبهم كثير من القيم المقبولة لدى مجتمعهم الذي يعيشون فيه ، كما أنها تؤدي إكساب الفرد السلوك الاجتماعي المطلوب .

كما اكدت (رقية محمد مهدى ،٢٠١٦م) ان للبرامج الترويحيه اثر علي تنميه بعض المهارات الاجتماعيه والتفكير بطريقة واقعية ، فكلما شعر الأفراد بأنهم أصحاء وأفضل حالاً، كلما أستمتعوا بحياة أفضل وكونوا مفهوم ايجابي نحو الحياة وبالتالي يشعرون بسعاده نفسيه وتكيف اجتماعي مع المجتمع المحيط بهم.

وتضيف (منال الفزاري، ٢٠١٨) أن ممارسة بعض الأنشطة وخاصة الاجتماعية تنمي لدى الفرد الشعور بالسعادة النفسية والرضا عن الحياة وتقبلها .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الأول للبحث والي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي لصالح القياس البعدي"

يتضح من جدول (٢٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث الأساسية فى التكيف النفسي الاجتماعي لصالح القياس البعدي فقد كان متوسط درجات العينة في القياس القبلي (٦٥.٠٠) وانحراف معياري (٢.٢٠) بينما القياس البعدي (٧٨.٤١) وانحراف معياري (٣.٧١) اي بنسبه فرق (١٣.٤١) وقيمته ت (٣.٥٧ *)

اي ان العينه قد تم زياده درجه الشعور بالسعاده النفسيه عندها بمقدار (١٣.٤١) وتعزي الباحثة التحسن فى التكيف النفسي الاجتماعي لدى الاطفال الايتام أفراد عينة البحث الأساسية إلى ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية التي تعطى الفرصة لكل طفل يتيم أن يعبر عن مشاعره ، وأحاسيسه وتنمي قدراته وثقته بنفسه ، وتشعره أيضاً بالتكيف النفسي الإجماعى من خلال الممارسة والمناقشات ، ومن ثم تزداد لديه حالة الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي .

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من: وليد أمين عباس و إيمان رفعت السعيد (٢٠٠٦م) ، برينر Brener (٢٠٠٧م) ، عطية صالح عبد الرسول (٢٠١١م) ، أشرف محمود مرسى (٢٠١٢م) ، محمد مصطفى صالح (٢٠١٢م) ، ميادة محمد فهمى (٢٠١٧م) ، هيثم فتحى عبد السلام (٢٠١٧م) على أهمية البرامج الترويحية الرياضية فى تنمية العديد من القيم والمهارات الإجماعية والتواصل والتكيف النفسي الإجماعى بين ممارسى الأنشطة الترويحية الرياضية.

وتضيف (سناء سليمان ، ٢٠١٠م ، ١٢٣) أن ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية ، والأنشطة الإجماعية تنمي لدى الاطفال الصحة البدنية والنفسية والإجماعية ، والقدرة على الشعور بالتكيف النفسي الاجتماعي للظروف المحيطة بالفرد.

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثاني للبحث والي ينص علي " توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطى القياسين القبلى والبعدى لأفراد عينة البحث الأساسية في التكيف النفسي الاجتماعي لصالح القياس البعدي"

ويتضح من جدول (٢٣) وجود معدلات تغير لصالح القياس البعدي في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي لعينه البحث وهذا يؤكد وجود تحسن وتطور في معدلات الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي لاطفال عينه

وترجع الباحثة هذا التحسن في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي للاطفال الايتام أفراد عينة البحث الأساسية إلى فاعلية البرنامج الترويحي الرياضي والذي تضمن الأنشطة الرياضية والترويحية والاجتماعية للاطفال الايتام الذي بدوره جعلهم يشعرون بالدعم النفسي والاجتماعي من المجتمع الخارجي والآخرين فخلق جو اجتماعي مرح للاطفال يستطيعون من خلاله تفريغ كل مشاكلهم النفسية والاجتماعية والضغوطات التي يواجهونها اثناء التفاعل الاجتماعي مع المجتمع الخارجي فكانت النتيجة الشعور بالتكيف الاجتماعي والشعور بالسعادة النفسية و جو من الألفة والتعاون.

تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه كل من (برينر **Brener**، ١٩٩٩م، ٤٦٦)، (جايلي **كسينج Gayle Kssing**، ٢٠٠٦م، ٩٣) أن الأنشطة الترويحية الرياضية تنمي لدى الطفل القدرة على التكيف النفسي الاجتماعي ، ومهارات الإتصال الجيد مع المجتمع الخارجي المحيط بهم ، كما أنها تخلق جو من المرح و السعادة والسرور .

ويتفق كل من (نيتفج وآخرون **Natvig, et al**، ٢٠٠٣م) ، (بيتون ألينا **Betton Alena**، ٢٠٠٤م) أن من خلال ممارسه الانشطه الترويحيه والاجتماعيه تبني علاقة وطيدة بين الشعور بالتكيف الاجتماعي ، والشعور بالسعادة النفسية ، وبالتالي تقدير الطفل لذاته .

وبذلك يتحقق صحة الفرض الثالث للبحث الذي ينص علي " توجد نسب تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية في الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسي الاجتماعي".

الإستخلاصات:

في حدود أهداف وفروض البحث والنتائج التي توصلت إليها الباحثة تم إستخلاص ما يلي:

- ١- يؤثر البرنامج الترويحي الرياضى المقترح تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على الشعور بالسعادة النفسية بدور الرعاية الاجتماعيه بمحافظة الشرقية.
- ٢- يؤثر البرنامج الترويحي الرياضى المقترح تأثيراً إيجابياً دال إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) على التكيف النفسى الاجتماعى بدور الرعاية الاجتماعيه بمحافظة الشرقية.
- ٣- توجد نسبة تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية فى الشعور بالسعادة النفسية بلغ قدرها (١٦.١٨%)
- ٤- توجد نسبة تحسن للقياس البعدي عن القبلي لأفراد عينة البحث الأساسية فى التكيف النفسى الاجتماعى بلغ قدرها (٢٠.٦٣%)

التوصيات:

فى ضوء نتائج البحث توصى الباحثة بما يلى :

- ١- إستخدام البرنامج الترويحي الرياضى المقترح لما له من تأثير فعال فى تحسين الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسى الاجتماعى للاطفال الايتام بدور الرعاية الإجتماعية بمحافظة الشرقية.
- ٢- إستخدام المقاييس قيد البحث للوقوف على حاله الشعور بالسعادة النفسية والتكيف النفسى الاجتماعى للاطفال الايتام بدور الرعاية الإجتماعية.
- ٣- تفعيل دور البرامج الترويحية الرياضية فى تحسين قيم ومهارات التواصل الإجتماعى والحد من حالة عدم القدره علي التكيف الاجتماعى والشعور بالقلق والخوف للاطفال الايتام بدور الرعاية الإجتماعية بمحافظة الشرقية.
- ٤- عقد دورات تدريبية للأخصائيين الاجتماعيين للتدريب على كيفية وضع وتنفيذ البرامج الترويحية الرياضية للاطفال الايتام بدور الرعاية الإجتماعية.
- ٥- اهتمام دور الرعاية الاجتماعيه بتشجيع الاطفال الايتام علي تكوين علاقات اجتماعيه تساعدهم علي الشعور بالسعادة النفسية والتكيف الاجتماعى.
- ٦- ضرورة اهتمام وسائل الاعلام المختلفه خاصه التلفزيون بدور الرعاية الاجتماعيه فى المحافظات وتقديم الدعم النفسى والمعنوي والمادى الذي يساعد علي اندماجهم داخل المجتمع الخارجى .

المراجع العربي

١. أشرف محمود مرسى (٢٠١٢): "تأثير برنامج ترويحى رياضى مائى على بعض المتغيرات النفسية لدى كبار السن"، مجلة بحوث التربية الرياضية ، المجلد (٤٦) ، العدد (٨٨) ، كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة الزقازيق.
٢. امه محمد قاسم(٢٠١٨) :السعادة النفسية في علاقتها بالمرونه المعرفيه والثقه بالنفس لدي عينه من طلاب الدراسات العليا بجامعة سوهاج ، مجله كليه التربيه
٣. أمطانيوس ميخائيل (٢٠١٠): " مؤشرات الثبات والصدق لمقياس الرضا عن الحياة المتعدد الأبعاد للطلبة على عينات سورية"، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، المجلد الحادي عشر، العدد الأول ، دمشق.
٤. تهانى عبد السلام محمد (٢٠٠١): الترويح والتربية الترويحية ، دار الفكر العربى ، القاهرة.
٥. حامد عبد السلام زهران (١٩٧٧): الصحة النفسية والعلاج النفسي ، عالم الكتب، ط٢ القاهرة.
٦. حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٣): علم النفس الاجتماعي ،دار عالم الكتب ، القاهرة . (٦٢)
٧. رقية محمد مهدى (٢٠١٦): "تأثير برنامج ترويحى على تنمية المهارات الإجتماعية للصم والبكم بمحافظة المنوفية" ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة مدينة السادات.
٨. سليمان عبد الواحد إبراهيم (٢٠١٤) :علم النفس الاجتماعي ومتطلبات الحياة المعاصره، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
٩. سناء سليمان (٢٠١٠): السعادة والرضا أمنية غالية وصناعة راقية ، عالم الكتب للنشر ، القاهرة.
١٠. سيد عبد الحميد مرسي (١٩٩٨): تعليمات مقياس الاستمرار الاجتماعي ،٢، مكتبه النهضه العربيه

القاهرة،

١١. **ضرغام جاسم محمد، هديل داهي عبد الله، شذى حازم كوركيس (٢٠١٢):** مقارنة التكيف الاجتماعي بين الطالبات الممارسات والغير ممارسات للنشاط الرياضي في كلية التربية للبنات، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، عدد ٨، يناير جامعة بابل، العراق.
١٢. **عبد الفتاح محمد دويدار : (٢٠٠٩) :** الطب وعلم النفس المرضي الاكلينيكي ، ط٢، دار النهضة العربية ،بيروت (٥٢٢)
١٣. **عبير عبد الباسط متولى (٢٠١٦):** "فاعلية برنامج تروحي باستخدام الألعاب الصغيرة والتمهيدية على تنمية بعض المهارات الأساسية والتفاعل الاجتماعي للناشئين في كرة السلة"، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية بنات ، جامعة الزقازيق
١٤. **عطية صالح عبد الرسول (٢٠١١) :** "تأثير برنامج تروحي رياضي مقترح على تنمية بعض عناصر اللياقة البدنية والخصائص الاجتماعية للتلاميذ المعاقين سمعياً بشعبية بنغازي"، رسالة ماجستير ، كلية علوم التربية البدنية والرياضة ، جامعة الفاتح ، ليبيا.
١٥. **فهمي علي (٢٠١٠):** "التوجه الإيجابي نحو الحياة وعلاقته ببعض سمات الشخصية السوية لدى عينة من طلاب الجامعة من الجنسين" ، المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية ، القاهرة.
١٦. **كمال درويش ، محمد الحماحمي (١٩٩٧):** رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
١٧. **مايسة النيال ، ماجدة علي (١٩٩٥):** "السعادة وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والشخصية لدى عينة من المسنين والمسنات، مجلة علم النفس، العدد(٣٦) ، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.
١٨. **محمد السمودي (٢٠٠٣):** الترويح الرياضي وأوقات الفراغ ، مكتبة شجرة الدر، المنصورة.
١٩. **محمد السيد الهابط (٢٠٠٥)** التكيف والصحة النفسية ط٣، الكتاب الجامعي الحديث ، القاهرة

٢٠. محمد محمد الحماحي (١٩٩٦): أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة ، ط٢ ، المركز العربي للنشر والتوزيع ، القاهرة.
٢١. محمد مصطفى صالح (٢٠١٢): "تأثير برنامج تروحي رياضي على مستوى مهارات التفاعل الإجتماعي لدى الأطفال التوحديين"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بورسعيد.
٢٢. محمد يوسف خليل (٢٠٠٢) : اولادنا والصحة النفسية ،فهاد للنشر والتوزيع ،عمان
٢٣. مصطفى فهمي (٢٠٠١): التوافق الشخصي ،ط٣،مكتبة الانجلو المصريه ، القاهرة(٥٧)
٢٤. منال حسن الفزازي (٢٠١٧): السعاده النفسيه لدي طلبه جامعه السلطان قابوس في سلطنه عمان ، مجله الدراسات التربويه والنفسيه جامعه السلطان قابوس
٢٥. مياده محمد فهمي (٢٠١٧): "فاعلية برنامج تروحي رياضي على جودة الحياة للسيدات كبار السن"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.
٢٦. هيثم فتحى عبدالسلام (٢٠١٧): "برنامج تروحي مائى لخفض السلوك النمطى وتنمية التفاعل الإجتماعي لدى أطفال التوحد"، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها.
٢٧. وليد أمين عباس ، إيمان رفعت السعيد (٢٠٠٦): "تأثير برنامج تروحي رياضي مقترح على الحالة النفسية والاجتماعية لكبار السن فوق سن ٦٥ سنة"، مجلة العلوم البدنية والرياضية ، العدد (٩) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية.
٢٨. وليد خالد رجب ،سعد باسم جميل ،محمود مطر علي(٢٠٠٨): بناء مقياس التكيف الاجتماعي الاكاديمي لطلاب المرحلة الرباعه كليه التربيه الرياضيه جامعه الموصل ،مجله اباحث كليه التربيه الاساسيه ،كلية التربيه الاساسيه ، مجلد ٧ ، عدد ٤ ، يوليه جامعه الموصل ،العراق
٢٩. يوسف حنا إبراهيم، محمد سعد جنان (١٩٩٣): بناء مقياس التكيف الأكاديمي لطلبه الصفوف الاولي، العدد ٥١ ، مجلة التربيه والعلم، كلية التربيه، جامعه الموصل

المراجع الاجنبية:

- 30- **Betton Alena (2004):** Psychological Well-being and spirituality among African American and European American college students, A dissertation presented in partial fulfillment of the requirements for the degree doctoral of philosophy in the graduate school of the Ohio state university.
- 31- **Brener, M., (1999):** A qualitative examination of the effects of family violence on children's educational experience, Journal of Applied Psychology, Vol.,116, No.,3,
- 32- **Brener, M., (2007):** effect of sporting activities on the vital organs and mental elderly, Journal of Medical Science, Vol., 5, No., (1).
- 33- **Casares, M ., Thombs, B. and Rousseau, C. (2004).** The Association of Single and Double Orphan Hood with Symptoms of Depression Among Children and Adolescent in Nabmia. European Child & Adolescent Psychiatry CATAN, LISA. Becoming Adult: Changing Youth Transitions in the 21st Century, Brighton: Trust for the Study of Adolescence
- 34- **Chang J., Huang, CLin, Y (2015).** Mindfulness, basic psychological need fulfillment and wellbeing. Journal of Happiness studies, 16,1149–116

- 35- **Corso Robert M. 2007.** Practices for enhancing children's social emotional development and preventing challenging behavior, Journal Articles Reports Descriptive, 71, 42-75
- 36- **Gayle Kssing (2006):** Into duction to reclamation and ieiuiize, con guer, Cataloging Publication data, Human Kineticice.
- 37- **Johnson R., Browne K.D. and Hamilton, C.E. (2006).** Young children in institutional care at risk of harm. Trauma, Violence and Abuse, 7(1): 1–26.
- 38- **Joseph, et., al, (2004) :** " Rabid assessment of wellbeing: the short depression- happiness scale " psychology & psychotherapy: theory, Research & practice, Vol., 77, No.,4 , pp. 463 – 478.
- 39- **Mienke, V. (2012)** Strategies to bring about change: a longitudinal study on challenges and coping strategies of orphans and vulnerable children and adolescents in Namibia. African Journal of AIDS Research, 11(3): 273–282.
- 40- **Natvig, G., Albrektsen, G., & Qvarnstrom, U., (2003):** "Association between psychosocial factors and happiness among school adolescents", International Journal of Nursing Practice. Vol., 9, No., (3), pp., 166-175.
- 41- **Skinner, E., Pitzer, J. and Steele (2013).** Coping as Part of Motivational Resilience in School: A Multidimensional Measure of Families, Allocations, and Profiles of Academic Coping. Educational & Psychological Measurement. 73(5), 803–835.