

التوافق النفسي وعلاقته بقوة الأنا وبعض المتغيرات لمدربي السباحة

الدكتور / هيثم محمد احمد حسنين

الدكتور / حسن يوسف أبوزيد

الدكتور / محمد محمد ابوجميل

الباحث / إبراهيم إبراهيم عبدالرازق

ملخص البحث

يهدف البحث إلى بناء مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر والكشف عن علاقته بمقياس قوة الأنا لمدربي السباحة مرضى السكر . ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، قام الباحث باختيار عينة البحث من (٦٠) مدرب سباحة من النادي الأهلي والقاهرة والشمس ، والذين لديهم اصابة بمرض السكر من النوع الثاني وقد أظهرت نتائج البحث

- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الأكاديمي لديهم والعكس صحيح .
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الشخصي لديهم والعكس صحيح .
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الأسري لديهم والعكس صحيح
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الإجتماعي لديهم والعكس صحيح .
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة مقياس التوافق النفسي ككل لديهم والعكس صحيح

*أستاذ دكتور بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية-كلية التربية الرياضية-جامعة بنها.

*أستاذ مساعد بقسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية-كلية التربية الرياضية-جامعة بنها.

*أستاذ مساعد بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات المائية-كلية التربية الرياضية-جامعة بنها.

*باحث بكلية التربية الرياضية - جامعة بنها.

Abstract:

The research aims to Building a measure of psychological adjustment for diabetic swimming coaches and revealing its relationship to a measure of ego strength for diabetic swimming coaches, The researcher selected the research sample from (60) swimming coaches from Al-Ahly, Cairo and Al-Shams clubs, who had type 2 diabetes.

Conclusions:

- The greater the degree of ego strength among diabetics, the higher their degree of academic compatibility, and vice versa.
- The greater the degree of ego strength among diabetics, the higher their degree of personal compatibility, and vice versa.
- The greater the degree of ego strength among diabetics, the higher their degree of family harmony, and vice versa
- The greater the degree of ego strength among diabetics, the higher their degree of social compatibility and vice versa.

*Professor, Department of Aquatic Sports Theory and Applications, Faculty of Physical Education, Benha University.

*Assistant Professor, Department of Psychological, Educational, and Social Sciences, Faculty of Physical Education, Benha University.

*Assistant Professor, Department of Aquatic Sports Theory and Applications, Faculty of Physical Education, Benha University.

*Researcher at the Faculty of Physical Education, Benha University.

مقدمة ومشكلة البحث:

إن الرياضة نظام اجتماعي كبير وهي واقع ملموس في حياتنا، يحدث فيه كل أنماط السلوك التي تحدث في الحياة العادية، والتنشئة الاجتماعية في الرياضة تهدف بالإضافة إلى إكساب الفرد اللياقة البدنية أو المهارية والحركية والمعلومات الرياضية المختلفة تهدف أيضاً إلى تنمية علاقاته الاجتماعية مع الآخرين من خلال عمليات التفاعل الاجتماعي . (١ : ٢٣)

ان الصحة الجسدية والنفسية غاية كل إنسان لينعم بحياة سعيدة خالية من الأمراض، ولما كان الجسد والنفس في الإنسان وحدة متكاملة غير منفصلة، تؤثر بعضها ببعض الآخر تأثيراً واضحاً، فإن الأمراض الجسدية يكون لها ردود وآثار نفسية متعددة والعكس.

فعند اكتشاف الإنسان أن لديه مرض جسدي يستجيب بردود فعل نفسية وسلوكية إزاء هذا المرض مثل الشعور بالإرهاق والضغط النفسي والعصبية والعديد من المشاكل النفسية، وكما أن المشكلات النفسية الناجمة عن ضغوط الحياة، يصاحبها أعراض جسدية مثل الصداع الشديد، آلام المفاصل، آلام المعدة وظهور الأمراض المزمنة مثل السكر، ارتفاع ضغط الدم وأمراض القلب (٨ : ٢)

إن الصحة النفسية أحد أهم مكونات اللياقة الصحية لأنه يكون الشخص فيها متوافقاً نفسياً ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه و الآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن (٢ : ٧٧)

وإن المقصود بالتوافق هو قدرة الفرد على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة ، تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء إلى جانب القدرة على العمل المنتج الفعال الذي يجعل من الفرد شخصاً نافعاً في محيطه الاجتماعي ، كما أن التوافق هو تغيير في سلوك الفرد يناسب ما يحدث في البيئة من تغيرات ، عن طريق الامتثال للبيئة والتحكم فيها أو إيجاد حل وسط بينه وبينها . (٦ : ٤٠,٤١)

حيث إن هوية الفرد تتشكل من خلال علاقاته مع البيئة المحيطة به، وذلك بداية من السنوات الأولى لحياته، حيث تعمل على تشكيل كيانه النفسي، وتساعده على التفاعل مع السياق الاجتماعي، الذي يعيش فيه، وتؤثر في تكيفه وسعادته في مراحل حياته اللاحقة . فالأطفال يولدون ولديهم حاجة للحب والأمن وإقامة علاقات حميمة وآمنة مع أفراد يمدونهم بالمساندة والتقبل ، وأن مثل هذه العلاقة إذا اضطربت فإنها قد تؤدي إلى عجز الطفل عن تكوين علاقات وجدانية واجتماعية مع الآخرين في المستقبل .

ولقد أهتم الباحثين بقوة الأنا ، لما لها من صلة وثيقة بشخصية الإنسان وسماتها، وتفاعلاته الاجتماعية، وتوافقه النفسي، حيث وجدت مستويات مرتفعة من الثقة والالتزام والرضا والاعتمادية المتبادلة في علاقات الأفراد ذوي التعلق الآمن، بينما ظهر التردد والشك والاعتمادية لذوي التعلق غير الآمن(١٨ : ٢٥)

وتعتبر قوة الأنا من العوامل الأساسية التي يمكن أن تسهم في تحقيق الصحة النفسية نظراً لما تتضمنه من مشاعر ايجابية كالفعالية العامة للذات، والشعور بالرضا، وارتفاع مستوى الصلابة النفسية، حيث تعتبر قوة الأنا مؤشر لقوة الشخصية الداخلية التي تمكن الفرد من الاستخدام الأمثل لقدارته المعرفية والسلوكية والانفعالية التي تسهل ممارسة الأدوار الاجتماعية المتعددة، والتعامل مع ما يواجهه من إحباطات وأحداث يومية ضاغطة دون الرجوع إلي وسائل غير سوية كالحيل الدفاعية وتعتبر ضعف الأنا من منبئات سوء التوافق النفسي والاجتماعي (١٠ : ١٧٦)

وقد أوضح بولبي (Bowlby) أن العلاقات التعلقية تمتاز عن غيرها من العلاقات بعدد من الخصائص، وهي الرغبة في الاقتراب والبقاء بقرب الشخص موضوع التعلق، كما يشعر الفرد بالضيق والحزن عند الابتعاد عن الأشخاص موضوع تعلقهم، ويمثل الشخص موضوع التعلق قاعدة آمنة ينطلق منها الفرد لاكتشاف البيئة، كما يمثل الشخص موضوع التعلق ملاذاً آمناً يلجأ إليه الفرد عند الضيق ليشعر بالأمان . (١٢ : ٢٢)

وتعتبر الأمراض المزمنة من أكثر العوامل المهددة لحياة الفرد لما لها من آثار مباشرة على حياته الجسمية والنفسية والاجتماعية (١٣ : ٨)

وعند الإصابة بمرض مزمن كالسكري فإن المصاب به قد تسوء حالته النفسية إلا أن الأفراد يختلفون في ردود أفعالهم فمنهم من يتكيف مع المرض ونمط الحياة الجديدة ومنهم من ينكر المرض ولا يتعامل معه بجدية، الأمر الذي قد ينتج عنه بعض الاضطرابات النفسية إلى جانب مرض السكري. (٤ : ٣٣)

حيث أن العامل النفسي له دور فعال في التعجيل بالإصابة بمرض السكري لدى الأفراد الذين لديهم استعداد وراثي للإصابة بالمرض وتحديد قدرة المصاب علي الاستجابة للعلاج، وعلاقة داء السكري بالحالة النفسية علاقة ثنائية حيث أن الحالة النفسية السيئة تؤدي إلي اختلال معدل السكري في الدم عن الحد الطبيعي، ويصاحب مرض السكري الكثير من الضغوطات التي تؤثر سلباً علي نفسية المريض، مما يجعله إما يقاوم المرض ويتحدى جميع مشاكله، وإما يستسلم للمرض وبالتالي يتهاون في إتباع إرشادات الطبيب والالتزام بالعلاج(٤ : ٣)

هذا الارتباط والتأثير المتبادل بين الجسد والنفس ربما أدى إلى اضطراب وصعوبات في عملية التوافق ولكن العلاقة ليست حتمية، وتتحدد بعوامل عديدة منها: نوع المرض المصاب به ومدة هذا المرض، والدعم الأسري والاجتماعي، والوضع الإقتصادي، وقوة الشخصية (الأنا) لديه، هذه العوامل قد تكون مساعدة للوصول إلى مستوى جيد من التوافق أو قد تكون عوامل معيقة لعملية التوافق. (٩ : ٣)

وكان فرويد أول من تناول مفهوم الأنا ضمن مكونات الجهاز النفسي للشخصية، حيث إعتبر أن الأنا مركز الشعور والإدراك الحسي الداخلي والخارجي والعمليات العقلية والمشرف على الحركة والإدارة، والمتكفل بالدفاع عن الشخصية، وتوافقها وحل الصراع بين مطالب الهو والأنا الأعلى وبين الواقع ولذلك فهو منفذ الشخصية، ويعمل في ضوء مبدأ الواقع من أجل حفظ الذات والتوافق الاجتماعي. (٧ : ٤٧)

وعليه إن إستطاعت الأنا القيام بوظائفها والعمل على التكيف مع البيئة الخارجية، والرغبات الداخلية للفرد فهي سوية وقوية وتنمو نموًا سليمًا، ولقد إتخذ الباحثون هذه المتطلبات أساسا فسروا من خلاله ما أطلقوا عليه مصطلح قوة الأنا. (١١ : ٥١)

ومن خلال اطلاع الباحث على الدراسات والأبحاث العربية والأجنبية وشبكة المعلومات والمراجع وجد إن فئة مدربي السباحة (مرضى السكر النوع الثاني) جديرة بالاهتمام إيماناً منه بتكاتف جهود الدولة لتحقيق الفرص المتكافئة لجميع الافراد وذلك بوضع البرامج والأنشطة المتطورة والمتكاملة التي تتفق مع ميولهم واحتياجاتهم وخصائصهم لتحقيق النمو.

هدف البحث :

هدف البحث إلى بناء مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر والكشف عن علاقته بمقياس قوة الأنا لمدربي السباحة مرضى السكر.

تساؤلات البحث:

التساؤل الأول:

هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيًا بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا لمدربي السباحة مرضى السكر ؟

التساؤل الثاني :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى التوافق النفسي وقوة الأنا لمدربي السباحة مرضى السكر (طبقاً لنوع مرض السكري)؟

التساؤل الثالث :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي وقوة الأنا لمدربي السباحة مرضى السكر (طبقاً لسنوات الإصابة بمرض السكري)؟

التساؤل الرابع :

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التوافق النفسي والعمر من جهة , وقوة الأنا والعمر من جهة أخرى لمدربي السباحة مرضى السكر ؟

الدراسات المرجعية:

دراسة نهى سليم, ايمان صاحبي (٢٠١٩): دور النشاط البدني الرياضي في تعديل نسبة السكر في الدم عند المرأة المصابة بداء السكر من نوع ٢, هدفت الدراسة إلى معرفة دور الأنشطة الرياضية في تعديل من نسبة السكر في الدم عند المصابين بداء السكر من نوع ٢, ومؤشر الكتلة الجسمية, تمثلت عينة الدراسة في مجموعة من السيدات المصابات بداء السكر من نوع ٢ والممارسات للنشاط البدني الرياض ي بالقاعات الرياضية لبلدية عين البيضاء والبالغ عددها ٣ قاعات رياضية, توصلت الباحثان الى وجود علاقة بين مستوى النشاط البدني ومؤشر الكتلة الجسمية وجود علاقة بين مستوى النشاط البدني وزيادة الوزن, ووجود العلاقة بين مستوى النشاط البدني وتغيرات نسبة السكر بالدم لدى السيدات. (١٤)

دراسة جميلة وريشة (٢٠١٧): هدفت الدراسة إلى تشخيص التوافق النفسي الاجتماعي لدي عينة من مراهقين المصابين بالسكري (نوع أول), وذلك على عينة تكونت من 3 حالات مراهقين مصابين بالسكري, وقد تم استخدام مقياس التوافق النفسي وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوي التوافق النفسي الاجتماعي متوسط لدي حالات المراهقين المصابين بالسكري. (٥)

دراسة جوان لو وآخرون (Juan luo, et al,2017): هدفت الدراسة إلى الكشف عن تأثير ضبط النفس على نضوب الأنا لدي مرضي السكري من النوع الثاني علي أساس نظرية استنفاد الأنا, وذلك على عينة تكونت من ٣٠ مريضاً بالسكري ٣٠ من الأصحاء, وقد تم استخدام نماذج المهام المزدوجة للتلاعب باستن ا زف ضبط النفس, وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مرضي السكري هم في حالة استنفاد مزمن والتحكم في النفس من المحتمل أن يؤدي إلى تفاقم استنفاد الأنا, مما يؤدي إلى انخفاض القدرة على ضبط النفس وصعوبات في الإدارة الذاتية. (١٦)

دراسة برفيز صادقي وآخر ون (Parviz Sadeghi, 2019) هدفت الدراسة إلى تحديد مستوى التوافق النفسي وعلاقته بالخصائص الاجتماعية الديموغرافية والسريرية لمرض السكري، وذلك على عينة تكونت من ٨٠٠ مريضاً وقد تم استخدام أداة جمع البيانات من مقياس تقييم تعديل السكري (DAAS)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين التوافق النفسي وبعض الخصائص الديموغرافية والسريرية، لذلك كانت ضرورة تدخلات تعزيز الصحة القائمة على نظريات التوافق أمراً لا مفر منه. ١٧

دراسة جيل ويسبرغ وآخر ون (Jill Weisberg, et al, 2019): هدفت الدراسة إلى معرفة الارتباطات بين المشاركة في المخيم وضيق مرض السكري، والاستقلالية المتصورة في الرعاية الذاتية ونقاط القوة في مرض السكري، وذلك على عينة تكونت من 2488 مريضاً بالسكري، وقد تم استخدام مقياس (Cohen's d)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود انخفاض ذات دلالة إحصائية في الاضطرابات وزيادة الاستقلال في الرعاية الذاتية، لم تتغير قوة مرض السكري، وجود فوائد نفسية واجتماعية واسعة النطاق للمشاركة في المخيمات. (١٥)

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لإجراءات البحث.

مجتمع وعينة البحث:

مجتمع البحث:

تمثل مجتمع البحث في مجموعة من مدربي السباحة بمحافظة القاهرة والذين لديهم إصابة بمرض السكر من النوع الثاني، والقائمين على العمل بحمامات السباحة .

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث من (٦٠) مدرب سباحة من النادي الأهلي والقاهرة والشمس، والذين لديهم إصابة بمرض السكر من النوع الثاني، وتم تقسيمهم إلى ما يلي :

عينة البحث الاستطلاعية:

قام الباحث باختيار عينة البحث الاستطلاعية بالطريقة العشوائية وقوامها (٣٠) مدرب سباحة من النادي الأهلي والقاهرة والشمس، والذين لديهم إصابة بمرض السكر من النوع الثاني

عينة البحث الأساسية:

قام الباحث باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية وقوامها (٢٠) مدرب سباحة من النادي الأهلي والذين لديهم اصابة بمرض السكر من النوع الثاني

اعتدالية عينة البحث :

للتأكد من أن عينة البحث الاساسية والاستطلاعية متجانسة تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغيرات السن والطول والوزن والعمر التدريبي ومعدلات السكر لهم .

جدول (١)

تجانس عينة الدراسة في متغيرات السن والعمر التعليمي والطول والوزن

ن=٥٠

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
السن	سنة	35.27	35	1.77	0.457627
الطول	سم	174.5	174	1.29	1.162791
الوزن	كجم	١٠١.38	١٠١	1.34	0.850746
السكر الصائم		1٨0.5	1٨0	5.4	0.277778
السكر المفطر		273	270	3.9	2.307692

يتضح من جدول (٣) أن قيمة معامل الالتواء قد تراوحت بين (٠.٢٧٧ , ٢.٣٠٧) أى أنها انحصرت بين (-٣،٣) مما يدل على أن قياسات متغيرات السن والعمر التدريبي قد وقعت تحت المنحنى الإعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث.

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث في جمع البيانات المقياس التالي:

- مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر اعداد الباحث
 - مقياس قوة الانا لمدربي السباحة مرضى السكر اعداد / مرفت عبدربه عايش مقبل ٢٠١٠
- مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر
- اقتراح العبارات اللازمة لكل بعد من أبعاد مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل بُعد:

قام الباحث بصياغة العبارات لكل مقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل بُعد، وقد استعان الباحث بالعبارات التي حصل عليها من الاستبيان المفتوح، ومسترشداً

بالمقاييس السابقة حيث تم الحصول على بعض هذه العبارات منها وتم تعديل صياغة بعضها بما يتناسب مع طبيعة العينة وتأليف العديد منها، وقد تم إعداد المقياس في ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات لكل بعد كلاً حسب طبيعته ، وتكونت الصورة الأولية لمقياس التوافق النفسى لمدربي السباحة مرضى السكر من (١١٤) عبارة .

وقد راعى الباحث فى صياغة العبارات ما يلي :

- أن تكون العبارات واضحة ودقيقة ومرتبطة بالتوافق النفسى لمدربي السباحة مرضى السكر.
- أن تكون العبارة ايجابية وفي اتجاه مقياس التوافق النفسى لمدربي السباحة مرضى السكر.
- ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة أول تدل عليها.
- ألا تحتل العبارة أكثر من معنى ولا تقبل التأويل.

عرض العبارات الخاصة بكل بعد على السادة الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي وأن

العبارات المقترحة ملائمة لكل بعد:

قام الباحث بعرض المقياس فى صورته الأولية على نفس عينة الخبراء التي سبق ذكرها وعلى المختصين التي تم تطبيق البحث بها الذين قاموا بمساعدة الباحث، وذلك بهدف التعرف على :

- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.
- مدى مناسبة العبارات بكل بعد " انتماء العبارة للبعد "
- تعديل أو حذف أو إضافة عبارات أخرى.
- مدى سلامة صياغة العبارات.
- وقد توصل الباحث من خلال استطلاع رأى السادة الخبراء إلى ما يلي :
- حذف بعض العبارات من المقياس.
- تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات.

توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على الأبعاد ثم إعداد شروط وتعليمات تطبيق مقياس التوافق النفسى لمدربي السباحة مرضى السكر ، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات:

قام الباحث بوضع المقياس في صورته قبل النهائية والتي تكونت من (١١٤) عبارة مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر ، كما تم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على الأبعاد.

قام الباحث بإعداد الصفحة الخاصة بشروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتم وضع ثلاثة عبارات استرشادية وتم وضع أمام كل عبارة ثلاث استجابات لتحديد درجة الاستجابة وهي (غالباً، أحياناً، نادراً)، وتم تصميم المقياس في صورته النهائية من (٥) أبعاد وهي (التوافق الإنفعالي - التوافق المدرسي - التوافق الأسرى - التوافق الصحى - التوافق الإجتماعي) والتي تكونت من (٥٨) عبارة لمقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر

طريقة تصحيح مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر:

يتم منح الدرجات بالنسبة للعبارات داخل كل بعد كما يلي :

غالباً	=	ثلاث درجات.
أحياناً	=	درجتان.
نادراً	=	درجة واحدة.

حساب المعاملات العلمية لمقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر:

صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض أبعاد المقياس على عشرة من الأساتذة والخبراء المتخصصين فى مجال علم النفس الرياضي، ومجال الاختبارات والقياسات وتدريب وتدرّيس رياضة السباحة ، وبلغ عدد أبعاد مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر (٥) أبعاد ، وبلغ عدد عبارات المقياس بعد الحذف والتعديل (٥٨) عبارة، واعتبر الباحث نسبة اتفاق المحكمين على عبارات المقياس معياراً لصدقه.

صدق الاتساق الداخلي :

ويقصد به (الاتساق الداخلي) أن تكون كل عبارة من عبارات المقياس متسقة مع البعد الذي تنتمي إليه العبارة ، وأيضاً أن يكون كل بعد من الأبعاد متسق مع المقياس ككل وقد قام الباحث باستخدام حساب معاملات الارتباط بين كل بعد من الأبعاد في المقياس.

حساب الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر:

تم حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل بعد على حده بكل بعد على عينة قوامها

جدول (٢)

مصفوفة الارتباط الداخلي لأبعاد مقياس التوافق النفسى لمدرربي السباحة مرضى السكر
ن = ٣٠

م	الأبعاد	٢	٣	٤	٥
١	التوافق الإنفعالى	٠,٣٨٨	٠,٤٤٥	٠,٦٨٣	٠,٥٧٠
٢	التوافق الأكاديمى		٠,٦٠٧	٠,٣٦٣	٠,٨٠٥
٣	التوافق الأسرى			٠,٦٢٨	٠,٧٨٠
٤	التوافق الصحى				٠,٨٠٥
٥	التوافق الإجتماعى				

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (٠.٣٤٩٤)

يتضح من جدول (٥) وجود ارتباط قوي بين كل بعد من أبعاد مقياس التوافق النفسى لمدرربي السباحة مرضى السكر وبين الأبعاد الأخرى للمقياس وكانت قيمة ر المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على صدق أبعاد المقياس.

حساب الاتساق الداخلي بين أبعاد مقياس التوافق النفسى لمدرربي السباحة مرضى السكر والمقياس ككل:

تم حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل بعد على حده بكل بعد على عينة قوامها (٣٠) وهى فئة عينة التقنين (العينة الاستطلاعية)

جدول (٣)

صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التوافق النفسى لمدرربي السباحة مرضى السكر
ن = ٣٠

م	الأبعاد	المتوسط	الانحراف	قيمة ر
١	التوافق الإنفعالى	٢٠,١١	١,٢٤	٠,٥٠٨
٢	التوافق الأكاديمى	٢٠,٢	١,٤٥	٠,٤٩٠

٠,٤٩٨	٢,٠٠	٢١,١	التوافق الأسري	٣.
٠,٦٠٨	٠,٥٥٤	١٩,٣٨	التوافق الصحي	٤.
٠,٦٥٠	٠,١١١	٢٢,٠٨	التوافق الإجتماعي	٥.

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (٠.٣٤٩٤)

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط قوي بين أبعاد مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر وبين المجموع الكلي للمقياس وكانت قيمة ر المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على صدق أبعاد المقياس.

حساب الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر والمقياس ككل:

جدول (٤)

مُعاملات الارتباط كل عبارة من عبارات مقياس التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر مع الدرجة الكلية للمقياس

م	العبارة	معامل الارتباط
١	من الصعب أن يملكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني	*٠,٨٠٥
٢	حياتي الإنفعالية هادئة ومستقرة .	*٠,٦٠٥
٣	تمر على فترات أكره فيها نفسي وحياتي .	*٠,٥٦٤
٤	أشعر غالباً بالإكتئاب .	*٠,٤٦٦
٥	أشكو من القلق معظم الوقت .	*٠,٧٦٧
٦	تقلب حالي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب.	*٠,٤٤٦
٧	عندما أغضب أضرب الكراسي والأدراج بعضها بعضاً.	*٠,٤٤٤
٨	من السهل أن يملكني الغضب .	*٠,٤٨٤
٩	أعبر عن شعوري بطريقة قد يرفضها الآخريين.	*٠,٥٤٧
١٠	أشعر بأنني شخص محبوب بين زملائي في حمام السباحة.	*٠,٦٤٨
١١	أنا طالب محبوب بين المدربين في حمام السباحة.	*٠,٧٤٠
١٢	تقدير المدربين لأدائي يشعرنني بالراحة.	*٠,٦٠٤
١٣	ينتابني شعور بالقلق كلما اقترب موعد التمرين	*٠,٥٤٤
١٤	إشفاق المدربين علي يشعرنني بالنقص.	*٠,٤٠٢
١٥	أثق في قدرتي على تحسين سلوكي في حمام السباحة.	*٠,٨٠٥
١٦	إدارة حمام السباحة تتعاون معي بشكل فردي.	*٠,٧٦٤
١٧	أشعر بالسعادة عندما أقوم بتأدية واجباتي على أكمل وجه.	*٠,٨٤٤
١٨	أشعر بالأمان وأنا وسط زملائي في حمام السباحة.	*٠,٧٦٤
١٩	زملائي في حمام السباحة ينتقدون سلوكي.	*٠,٦٣٤
٢٠	غيابي عن حمام السباحة يشعرنني بالقلق.	*٠,٦٨٤
٢١	أصحو من النوم مبكراً وأكون في حمام السباحة قبل زملائي	*٠,٥٠٥
٢٢	أعيش في جو أسري هادئ بعيداً عن العصبية.	*٠,٦٥٥
٢٣	اخوتي يتجنبون مشاركتي في أي عمل يقومون به.	*٠,٥٣٤
٢٤	أعبر عن رأبي بحرية في المسائل التي تهم الأسرة.	*٠,٤٤٧
٢٥	أشعر بالأمان أكثر وأنا وسط أسرتي.	*٠,٨٠٥
٢٦	أمي أكثر الناس تقديراً لمشاعري.	*٠,٦٠٥

*٠,٤٤٧	خوف والدي الشديد علي يشعرني بالنقص.	٢٧
*٠,٨٠٥	أشعر بالسعادة عندما تطلب مني أسرتي المشاركة في زيارة أحد أقاربي.	٢٨
*٠,٧٩٤	يسخر أفراد أسرتي من آرائي.	٢٩
*٠,٨٠٤	يبادلني أفراد أسرتي الاحترام.	٣٠
*٠,٧٨٥	المشاكل الأسرية تزيد من شعوري بالألم.	٣١
*٠,٥٠١	شعوري بأن شيء ما يتحرك أمام عيني يفقدي اتزاني	٣٢
*٠,٤٦٧	تزعجني الأصوات العالية وتفقدي القدرة على التركيز	٣٣
*٠,٨٠٥	أشعر بالراحة عندما تكون عيناي مغلقتان.	٣٤
*٠,٧٦٤	سرعان ما يشوش تركيزي عند وجودي في أجواء صاخبة.	٣٥
*٠,٨٤٤	سرعان ما يتسبب عرقي عند تعرضي لموقف ضاغط.	٣٦
*٠,٧٦٤	أعتمد على حواسي السليمة بشكل جيد لقضاء حاجاتي اليومية.	٣٧
*٠,٦٣٤	غالباً ما ينتابني شعور بالدوار عندما أتعرض لمواقف ضاغطة.	٣٨
*٠,٦٨٤	تنتقل لي الأمراض المعدية بسرعة.	٣٩
*٠,٨٠٥	غالباً ما أضطر للذهاب إلى المستشفى للعلاج.	٤٠
*٠,٧٩٤	سرعان ما أشعر بالإرهاق عند بذل أي جهد.	٤١
*٠,٨٠٤	شهيتي ضعيفة للطعام.	٤٢
*٠,٧٨٥	نومي متقطع في الليل.	٤٣
*٠,٥٠١	أحتاج لفترة طويلة قبل الاستغراق في النوم.	٤٤
*٠,٧٨٥	غالباً ما تراودني أحلام مزعجة أثناء نومي.	٤٥
*٠,٨٠٥	أتمتع بعلاقات إجتماعية جيدة مع الآخرين.	٤٦
*٠,٧٦٤	يعاملني الآخرين باحترام ويقدرن شعوري.	٤٧
*٠,٨٤٤	أشعر بالخجل أو الإحراج عندما يتحدث الآخرون معي .	٤٨
*٠,٧٦٤	أسخر من الآخرين عندما يحدث لهم مواقف محرجة .	٤٩
*٠,٦٣٤	أشعر بأن أصدقائي يبتعدون عني .	٥٠
*٠,٦٨٤	أشارك أصدقائي أحزانهم وأحزانهم .	٥١
*٠,٥٠٥	أحاول مساعدة أصدقائي بصورة مستمرة .	٥٢
*٠,٦٥٥	أشعر بأن نجاح أصدقائي هو بمثابة نجاح لي .	٥٣
*٠,٥٣٤	أعترف بأنني سريع الغضب من الآخرين .	٥٤
*٠,٤٤٧	أستطيع تكوين علاقات صداقة مع الآخرين .	٥٥
*٠,٤٤٧	أمتلك القدرة على إيصال الرسائل المختلفة للآخرين .	٥٦
*٠,٨٠٥	أمتلك القدرة على توضيح أهدافي للآخرين .	٥٧
*٠,٧٩٤	أشعر بالمتعة عندما أتحدث مع أشخاص لا أعرفهم .	٥٨

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٣٤٩٤)

يوضح الجدول رقم () أن قيم معاملات الارتباط للعبارات دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥)

ثبات مقياس التوافق النفسي لمدرربي السباحة مرضى السكر باستخدام التجزئة النصفية:

جدول (٦)

ثبات التجزئة النصفية لعبارات مقياس التوافق النفسي لمدرربي السباحة مرضى السكر

ن=٣٠

معامل الارتباط	العبارات الزوجية		العبارات الفردية		المقياس
	ع	س	ع	س	

٠,٧٣١	٩,٥٧	١٣٠,٠١	٨,٨٤	١٣١,٢	المقياس
-------	------	--------	------	-------	---------

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٣٤٩٤)

يتضح من الجدول (٦) أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية مما يدل على ثبات المقياس.

مقياس قوة الانا لدى مرضى السكر

اعداد / مرفت عبدربه عايش مقبل ٢٠١٠

ولاحظ الباحث عدم مناسبة بعض العبارات للبيئة المصرية ولذا عمل على إجراء بعض التغييرات الطفيفة دون أي تعديل جوهري على عبارات المقياس، وقام الباحث بإعادة تقنيه للتأكد من صدقه وثباته بتطبيقه على عينة عشوائية من مدربي السباحة مرضى السكر

صدق الاتساق الداخلي :

ويقصد به (الاتساق الداخلي) أن تكون كل عبارة من عبارات المقياس متنسقة مع المقياس ككل وقد قام الباحث باستخدام حساب معاملات الارتباط

حساب الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس قوة الانا مدربي السباحة مرضى السكر والمقياس ككل:

جدول (٩)

مُعاملات الارتباط كل عبارة من عبارات قوة الانا مدربي السباحة مرضى السكر مع الدرجة الكلية للمقياس

م	العبارة	معامل الارتباط
١	شهيتي للطعام جيدة.	*٠,٥٢٤
٢	أصاب بالإسهال مرة في الشهر أو أكثر.	*٠,٨٢٢
٣	تنتابني أحيانا نوبات من الضحك والبكاء لا أستطيع مقاومتها.	*٠,٥٢٧
٤	أجد صعوبة في أن أركز ذهني في عمل أو مهنة نتيجة عدم انتظام نسبة السكر.	*٠,٦٢٢
٥	مررت بخبرات في منتهى العجب والغرابة.	*٠,٧٢٤
٦	تنتابني الحكمة في معظم الوقت.	*٠,٤٨٢
٧	قليلاً ما ينتابني القلق على صحتي.	*٠,٧٢٥
٨	نومي مضطرب وقلق.	*٠,٥٢٢
٩	كثيراً ما أشعر في بعض أجزاء جسمي بما يشبه الاحتراق أو القشعريرة أو التتميل أو التخدير نتيجة ارتفاع نسبة السكر.	*٠,٣٢٢
١٠	من السهل أن أهزم في المناقشة.	*٠,٦٢٢
١١	أعمل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد.	*٠,٦٠٢
١٢	أتردد على أماكن العبادة كل أسبوع تقريباً.	*٠,٥٨٢
١٤	قابلت مشكلات لم أستطع أن أقرر شيئاً بشأنها لكثرة ما كان لها من حلول.	*٠,٤٤٤

*٠,٣٥٧	بعض الناس يصل جبههم للسيطرة إلى درجة أشعر معها برغبة في مخالفتهم حتى ولو كانوا على حق.	١٥
*٠,٣٩٩	كانت صحتي في خلال السنوات القليلة الماضية جيدة على وجه العموم.	١٦
*٠,٤٤٣	لم يحدث لي قط أن أغمي علي .	١٧
*٠,٤٤٧	أشعر برغبة في القيام بعمل مثير حين يتتابني السأم أو الملل.	١٨
*٠,٨٠٥	أشعر في معظم الأوقات بضعف عام بسبب السكري .	١٩
*٠,٣٩٤	أحب أن أغازل الجنس الآخر.	٢٠
*٠,٨٣٥	أعتقد أن ذنوبي لا يمكن أن تغفر.	٢١
*٠,٧٣٣	غالبا ما أجد نفسي قلقا على أمر من الأمور.	٢٢
*٠,٥١٣	أحب التحدث في الأمور الجنسية.	٢٣
*٠,٣٨٢	أغضب بسهولة ولكن سرعان ما أعود إلى حالتي الطبيعية.	٢٤
*٠,٦١١	أحلم عادة بأشياء أفضل أن أحتفظ بها لنفسى.	٢٥
*٠,٦٨٢	يسىء الآخرون عادة فهم طريقتي في التصرف.	٢٦
*٠,٤٥١	تصيبني نوبات يتوقف فيها نشاطي ولا أشعر فيها بما يدور حولي بسبب ارتفاع نسبة السكر.	٢٧
*٠,٤١٣	يصبح سمعي أحيانا مرهفا لدرجة تضايقتني.	٢٨
*٠,٥٣٠	غالبا ما أعبّر الطريق لأتحاشى مقابلة شخص ما.	٢٩
*٠,٦٣٩	عندي أفكار غريبة غير عادية.	٣٠
*٠,٤٣٥	أجد متعة أحيانا في إيذاء الأشخاص الذين أحبهم.	٣١
*٠,٤٣٥	لا أحب رؤية النساء وهن يدخن.	٣٢
*٠,٣٥٥	أشعر بأنني لا أستطيع أن أخبر أي شخص عن كل ما في نفسي.	٣٣
*٠,٥٨٤	غالبا ما بدت لي خططي مملوءة بالصعاب لدرجة أنني اضطررت إلى التخلي عنها.	٣٤
*٠,٤٤٣	إنه لما يسرنى حقا أن أتغلب على نصاب في نفس الشيء الذي تخصص فيه	٣٥
*٠,٧٣٧	مرت بي حالات دينية غريبة .	٣٦
*٠,٤٣٠	واحد أو أكثر من أفراد أسرتي عصبي جدا.	٣٧
*٠,٧٢٤	يجذبني أفراد الجنس الآخر.	٣٨
*٠,٥٨٢	كان ولي أمري (أي أبي أو زوج أمي ... إلخ) شديدا في معاملته لي أثناء طفولتي.	٣٩
*٠,٥٥٤	أعتقد بقيام الأنبياء والرسل بالمعجزات.	٤٠
*٠,٥٥٢	أصلي كثيرا.	٤١
*٠,٣٢٥	أشعر بالعطف نحو أولئك الذين يغلب عليهم الاستغراق في أحزانهم ومتاعبهم.	٤٢
*٠,٦٥٢	أخاف أن أجد نفسي في مكان صغير مغلق خوفا من غيبوبة السكر.	٤٣
*٠,٦٥٢	القدارة تخوفني أو تثير اشمئزازي خوفا من إصابتي بأمراض أخرى.	٤٤
*٠,٥٨٢	تضطرب أعصابي عند رؤية حيوانات معينة.	٤٥
*٠,٤٥٤	يبدو جلدي حساس جدا للمس.	٤٦
*٠,٥٨٨	أشعر أحيانا بأنني على وشك الانهيار عندما لا أستطيع السيطرة على نسبة السكر الطبيعية.	٤٧
*٠,٤٨٤	غالبا ما انزعجت في منتصف الليل.	٤٨

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٣٤٩٤)

يوضح الجدول رقم (٩) أن قيم معاملات الارتباط للعبارات دالة عند مستوى معنوية (٠.٠٥)

ثبات مقياس قوة الانا مدربي السباحة مرضى السكر باستخدام التجزئة النصفية:

جدول (١٠)

ثبات التجزئة النصفية لعبارات مقياس قوة الانا مدربي السباحة مرضى السكر

ن=٣٠

معامل الارتباط	العبارات الزوجية		العبارات الفردية		المقياس
	ع	س	ع	س	
٠,٦٠١	٩,٠١	٥٧,٦	٦,٣٧	٥٥,٧٦	المقياس

*قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) = (٠.٣٤٩٤)

يتضح من الجدول (١٠) أن هناك ارتباط دال إحصائياً بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية مما يدل على ثبات المقياس.

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى علي مدربي السباحة مرضى السكر وقوامها (٣٠) من خارج عينة البحث الأساسية وموزعين. وكانت الدراسة تهدف إلي:

- التأكد من وضوح وفهم العينة لعبارات المقاييس.

- توضيح طريقة الإجابة على عبارات المقاييس.

الدراسة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية المسحية بعد حساب المعاملات العلمية للمقاييس, على عينة عمدية وقوامها (٢٠) ناشيء وذلك بهدف التعرف على العلاقات التي بينهم .

أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات :

تم تحديد نوع الإحصاء المناسب للبحث بناءً علي قيمة معامل الالتواء فإذا كان معامل الالتواء ينحصر بين ($3 \pm$) فإنه يخضع لمنحني التوزيع الطبيعي وبالتالي استخدام الإحصاء البارامتري يكون هو المناسب لذلك، ولذلك تم تحليل البيانات المستخلصة من هذا البحث وفقاً للأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط The medium

- الوسيط The mediator

- معامل الالتواء Sprains Coefficient

- الانحراف المعياري. Standard deviation

- معامل ارتباط بيرسون. Pearson correlation coefficient

عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الاول:

ينص هذا التساؤل على هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا لدى مرضى السكري ؟

جدول (١١)

معامل ارتباط بيرسون بين درجات التوافق النفسي وأبعاده وقوة الأنا لدى مرضى السكري

ن = ٢٠

م	الأبعاد	قيمة ر لقوة الأنا	مستوى الدلالة
٦.	التوافق الإنفعالي	٠,٥٥٤	٠,٠٥
٧.	التوافق الأكاديمي	٠,٧٥٨	٠,٠٥
٨.	التوافق الأسري	٠,٥٧٧	٠,٠٥
٩.	التوافق الصحي	٠,٥٦٩	٠,٠٥
١٠.	التوافق الإجتماعي	٠,٧٥٨	٠,٠٥
١١.	مقياس التوافق النفسي ككل	٠,٧٢١	٠,٠٥

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (٠.٤٤٤)

يتضح من جدول () وجود ارتباط قوي بين أبعاد مقياس التوافق النفسي لمدرسي السباحة مرضى السكر المجموع الكلي للمقياس مع قوة الأنا وكانت قيمة ر المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

فقوة الأنا هي الجانب المعقول من شخصية الفرد والمسئول عن التوفيق بين دوافع الإنسان الفطرية من جهة وبين الواقع الخارجي من جهة أخرى، أي ربط وضبط السلوك على أساس إشباع الحاجات الفردية في حدود معينة مقبولة والقدرة على تحمل الضغوط الداخلية.

وتشير زينب محمود شقير (٢٠٠٤) أن التوافق النفسي هو عملية دينامية وظيفية تهدف إلى تحقيق التوازن والتلاؤم بين جوانب السلوك الداخلية والخارجية للفرد بما يساعد على حل الصراعات وخفض التوتر، بل يتخطى ذلك إلى الجوانب الإيجابية لتحقيق الذات والرضا عنها وتحقيق الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي مع الإيجابية والمرونة في التعامل مع المجتمع من حوله ، إن التوافق هو تعديل وتغيير سلوك الفرد وفق متطلبات البيئة المحيطة به الطبيعية والاجتماعية، حيث يكون الفرد قادراً على تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي وبالتالي شعوره بالرضا والتلاؤم مع وسطه الداخلي والخارجي نتيجة شعوره بتطبيق الإشباع لحاجاته الداخلية وتخلصه من الضغط دون إلحاق ضرر بالوسط الخارجي .

ويرى الباحث أن التوافق النفسي هو قدرة المدرب على تغيير وتعديل سلوكه من خلال خفض صراعاته ورضاه عن نفسه وإشباع حاجاته وذلك لمحاولة تجاوز تحديات الحياة ومشاكلها .

وتؤكد دراسة Telishevka et,al ٢٠٠١ على أهمية الرعاية المقدمة من المراكز الصحية لمرضى السكري، حيث تبين من الدراسة ارتفاع معدل الوفيات لدى مرضى السكري بسبب مضاعفات المرض وقلة وعي المريض وعدم إتباعهم نظام علاجي وقلة الرعاية الصحية الكافية لهؤلاء المرضى، وهذا ما رأته الباحثة أن اهتمام المراكز الصحية في قطاع غزة بمرضى السكري أدت إلى التوافق الصحي لديهم.

وقد تشابهت هذه النتيجة مع نتائج دراسة محمود عصمت أحمد ٢٠١٣ م ، دراسة أحمد فتحي عبد العزيز ٢٠١٢ م، دراسة بسمة إبراهيم فرج ٢٠١٢ م ، دراسة بولا واخرون (2001) Paula et,al ، دراسة (٢٠٠١) Willoughby et,al

عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني:

ينص هذا التساؤل على هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر (طبقاً لنوع مرض السكري)؟

جدول (١٢)

اختبار "ت" في التوافق النفسي طبقاً لنوع مرض السكري

ن=٢٠

قيمة ت	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العلاج	التوافق النفسي
0.98	12.01	118.2	٦	المعتمد على الانسولين	
	23.8	119.4	١٤	المعتمد على الحبوب فقط	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (١.٩٦٥)

يتضح من جدول () أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين نوعي مرض السكري في التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر

جدول (١٣)

اختبار "ت" في قوة الأنا طبقاً لنوع مرض السكري

ن=٢٠

قيمة ت	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العلاج	قوة الأنا
0.84	11.7	72.4	٦	المعتمد على الانسولين	
	12.8	71.5	١٤	المعتمد على الحبوب فقط	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (١.٩٦٥)

يتضح من جدول () أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين نوعي مرض السكري في قوة الأنا لمدرربي السباحة مرضى السكر

يرجع الباحث ذلك إلى: عدم وجود مؤسسات صحية ونفسية داعمة لمرضى السكري سواء في تقديم العلاج الدوائي أو المشورة النفسية إلا القليل جداً، وإن وجدت لا تفرق في تقديم الخدمة حسب نوع مرض السكري

تتفق دراسة مع نتيجة الفرض **Willoughby2000** والتي أظهرت العلاقة بين مهارات المواجهة و مهارات التوافق الشخصي والاجتماعي وانه كلما كانت مهارات المواجهة أفضل كلما زاد التوافق الشخصي والاجتماعي وذلك ينعكس على التوافق الصحي والعكس. اختلفت دراسة يونس ٢٠٠٤ مع هذه النتيجة حيث وضحت دراسته تأثير المشكلات النفسية والاجتماعية على جودة الحياة لدى مرضى السكري بمختلف أنواعه وأظهرت وجود فروق بين منخفضي ومرتفعي المشكلات النفسية في مستوى جودة الحياة لصالح منخفضي المشكلات النفسية.

عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثالث:

ينص هذا التساؤل على هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في التوافق النفسي وقوة الأنا لمدرربي السباحة مرضى السكر (طبقاً لسنوات الإصابة بمرض السكري)؟

جدول (١٤)

اختبار "ت" في التوافق النفسي طبقا لسنوات الاصابة بمرض السكري لمدربي السباحة مرضى السكري

ن=٢٠

قيمة ت	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العلاج	التوافق النفسي
1.12	9.01	99.8	٩	١ - ٣ سنوات	
	14.8	101.02	١١	٤ سنوات فأكثر	

*قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (١.٩٦٥)

يتضح من جدول () أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين سنوات الاصابة بمرض السكري في التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر.

جدول (١٥)

اختبار "ت" في قوة الانا طبقا لسنوات الاصابة بمرض السكري لمدربي السباحة مرضى السكر

ن=٢٠

قيمة ت	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	نوع العلاج	قوة الانا
1.03	9.77	80.2	٩	١ - ٣ سنوات	
	11.3	79.1	١١	٤ سنوات فأكثر	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = (١.٩٦٥)

يتضح من جدول () أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين سنوات الاصابة بمرض السكري في قوة الانا لمدربي السباحة مرضى السكر

يرجع الباحث ذلك إلي: أن قوة الأنا سمة من سمات الشخصية والتي تنمو مع نمو الفرد وتتشكل من خلال عدة عوامل منها التنشئة الاجتماعية، فالفرد الذي يمتلك قوة أنا جيدة أو ضعيفة تكن معه منذ الصغر وليست نتيجة اصابته بمرض مزمن على الرغم أنه كلما زاد عدد

سنوات الإصابة بمرض السكري مع زيادة عمر المريض تقل قدرات المريض الجسمية والعقلية وتقل قدرته على مواجهة المشاكل والضغط النفسية.

وأنة مع زيادة عدد سنوات الإصابة بالمرض يشعر المريض بالإحباط والملل من مصاحبة المرض وأخذ العلاج والخوف من المرض ومضاعفاته عند بعض المرضى.

قوة الأنا من المتغيرات النفسية التي تتأثر بالمواقف الصعبة التي يتعرض لها الفرد في حياته فمن الممكن أن تزيد أو تقل حسب شخصية الفرد وقدراته على المواجهة.

اهتمام القطاع الصحي بفئة مرضى السكري وتقديم العلاج لهم باختلاف الفئات العمرية مما يخفف من الأعباء المادية وذلك يساعد في التوافق الشخصي

وتتفق تلك النتائج مع دراسة برفيز صادقي وآخر ون (Parviz Sadeghi, 2019),

دراسة جيل ويسبرغ وآخر ون

(Jill Weisberg, et al,2019)

الاستخلاصات

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته توصل الباحث إلي الاستخلاصات التالية :

- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الأكاديمي لديهم والعكس صحيح .
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الشخصي لديهم والعكس صحيح .
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الأسري لديهم والعكس صحيح
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة التوافق الإجتماعي لديهم والعكس صحيح .
- كلما زادت درجة قوة الأنا لدى مرضى السكري كلما ارتفعت درجة مقياس التوافق النفسي ككل لديهم والعكس صحيح
- عدم وجود فروق بين نوعى مرض السكري (المعتمد على الانسولين, والمعتمد على الحبوب فقط) فى التوافق النفسي لمدرربي السباحة مرضى السكر .
- عدم وجود فروق بين نوعى مرض السكري (المعتمد على الانسولين, والمعتمد على الحبوب فقط) فى قوة الأنا لمدرربي السباحة مرضى السكر .

- عدم وجود فروق بين سنوات الإصابة بمرض السكري (١-٣ سنوات, ٤ سنوات فأكثر) في التوافق النفسي لمدربي السباحة مرضى السكر.
- عدم وجود فروق بين سنوات الإصابة بمرض السكري (١-٣ سنوات, ٤ سنوات فأكثر) في قوة الأنا لمدربي السباحة مرضى السكر.
- وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين التوافق النفسي والعمر لمدربي السباحة مرضى السكر بقيمة -٠.٥٤٩.
- وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين قوة الأنا والعمر لمدربي السباحة مرضى السكر بقيمة -٠.٦٢٨.

التوصيات

١. عمل برامج توعية في جميع وسائل الاعلام لشرح طبيعة مرض السكري وأهم مخاطره وكيفية الوقاية منها.
٢. إعداد برامج تدريبية لتعليم توكيد الذات لتقوية شخصية وإرادة مرضى السكري.
٣. العمل على تفعيل دور الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين في علاج المشاكل النفسية لمرضى السكري.
٤. القيام بدراسات مستقبلية تهدف إلى فهم طبيعة شخصية مرضى السكري.
٥. عمل دراسات تجريبية تهدف إلى معرفة أهم العوامل النفسية المؤثرة على مرضى السكري.
٦. دراسات عن قوة الأنا والعوامل المؤثرة فيها لدى مرضى السكري.
٧. دراسات عن التوافق النفسي لدى مرضى السكري في ضوء متغيرات تختلف عن متغيرات الدراسة الحالية.

المراجع

- ١- إخلاص عبد الحفيظ، محمد، مصطفى حسين باهي : الاجتماع الرياضي، ط٣، مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، ٢٠٠٤ م .
- ٢- أسامة كامل راتب: النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتجنب نوعية الحياة دار الفكر، القاهرة ، ٢٠٠٤ م .
- ٣- الجمعية الامريكية لمرض السكري (٢٠٠٤): السكري، مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية
- ٤- جميلة بوريشة (٢٠١٤): أثر استراتيجيات المقابلة التحفيزية والتنظيم الذاتي في رفع تقدير الذات لدي مرضي السكري (النوع الأول)، رسالة ماجستير، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الجزائر .
- ٥- جميلة وريشة (٢٠١٧): تشخيص التوافق الشخصي الاجتماعي دراسة إكلينيكية لدي ثلاث حالات من المراهقين المصابين بالسكري (النوع الأول)، رسالة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية جامعة وهران، الجزائر .
- ٦- حسين أحمد حشمت ، مصطفى حسين باهي : التوافق النفسي والتوازن الوظيفي ، الدار العالمية للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ٢٠٠٦ م .
- ٧- سيد مرسي (٢٠٠٧): الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي والمهني، ط ٩، مكتبة وهبة، القاهرة .
- ٨- صالح الحويج (٢٠٠٨): الإنسان: نفس وجسم، طرابلس، ليبيا
- ٩- عبد الكريم رضوان(٢٠٠٢): القلق لدى مرضى السكري بمحافظة غزة وعلاقته ببعض المتغيرات، دراسة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة .
- ١٠- عبد المنعم حسيب عبد الله (٢٠٠٩) : مقدمة في الصحة النفسية، الاسكندرية: دار الوفاء للنشر .
- ١١- فاطمة عودة (٢٠٠٢): المناخ النفسي الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية وقوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية.

- ١٢- **لمى سميح خورى:** العلاقة بين أنماط تعلق الراشدين بأزواجهم والتكيف الزوجي، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن ٢٠٠٤م
- ١٣- **نجاه بعوني (٢٠١٧):** دور المساندة الاجتماعية ومركز الضبط في تحقيق التوافق النفسي الاجتماعي لدى مرضي السكري، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة الجزائر 2 أبو القاسم سعدالله، الجزائر
- ١٤- **نهى سليم, ايمان صاحبي (٢٠١٩):** دور النشاط البدني الرياضي في تعديل نسبة السكر في الدم عند المرأة المصابة بداء السكر من نوع ٢، علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، ١٣ع، جامعة العربي بن مهيدي، الجزائر
- 15- **Jill Weisberg Benchell, Anthony T.vesco, Karen Rychlik.(2019).** Diabetes Camp still matters: Relationships with diabetes-specific distress, strengths, and self-care skills. pediatric diabetes (20):35-36.
- 16- **Juan luo, Ligang Wang, Jingyi Zhang, Wenbin GAO. (2017).** Effect of self-control on the ego depletion in patients with type2 diabetes mellitus. Chinese journal of Behavioral Medicine and Brain Science: 26(4): 344:348.
- 17- **Parviz Sadeghi, Hossein Namdar Areshtanab, Rarrin, Hossein Ebrahimi, Eeza Sabanloei.(2019).** Adjustment and Its Association with Demographic and clinical factors among Iranian population with type2 Diabetes Mellitus: The first Native Diabetes Adjustment Assessment scale – Acta facultatis medicae Naissensis 36(2): 110:119.
- 18- **Simpson, J. A. & Rholes, W. S.** Attachment theory and close relationships. New York: Guilford Press, .١٩٩٨