

السلوك الإيجابي وعلاقته بالوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة

اد/ رضا مصطفى هلال

اد/ هيثم محمد أحمد حسنين

ا/ أحمد شحاتة مرسى جلال

ملخص البحث

يهدف البحث إلى يهدف البحث إلى الكشف عن العلاقة بين السلوك الإيجابي والوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي باستخدام الأسلوب المسحي، على عينة من (١٢٠) معلمي السباحة من الاتحاد المصري للغوص والانتقاذ، ، وعدد (٣٠) معلم لإجراء الدراسة الإستطلاعية ، وقد أظهرت نتائج البحث أن:

- الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات أبعاد الوجود النفسي الممتلئ قد تراوحت بين (٥٧.١٤% : ٩٠.٤٧%) .
- الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات أبعاد السلوك الإيجابي قد تراوحت بين (٧٣.٩١% : ٩٠.٠٠%) .

• توجد فروق دالة إحصائية بين جميع أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة وجميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة والمقياس ككل ، حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ، مما يدل على وجود ارتباط طردى.

الكلمات المفتاحية :

(الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة، السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة)

Positive behavior and its relationship to the psychological presence of swimming teachers

Research Summary

dr Reda Mostafa Helal.

Dr Haytham Mohammed Ahmed

Ahmed Shehata Morsy Galal

The research aims at revealing the relationship between positive behavior and the full psychological existence of swimming teachers, and the researcher used the descriptive approach using the survey method, on a sample of (١٢٠) swimming teachers from the Egyptian Federation of Diving and Rescue, and (٣٠) teachers to conduct the exploratory study, The results of the research showed that:

- The relative importance of the respondents of the research sample to expressions of the dimensions of a full psychological existence ranged between (٥٧.١٤%: ٩٠.٤٧%).
- The relative importance of the respondents of the research sample to the statements of the dimensions of positive behavior ranged between (٧٣.٩١%: ٩٠.٠٠%).
- There are statistically significant differences between all dimensions of the scale of the full psychological existence of swimming teachers and all dimensions of the Positive Behavior Scale for Swimming Teachers and the scale as a whole, where the calculated value of r was greater than its tabular value at a significant level of ٠.٠٥, indicating the existence of an exponential correlation.

key words :

(The full psychological presence of swimming teachers, the positive behavior of swimming teachers)

السلوك الإيجابي وعلاقته بالوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة

د/ رضا مصطفى هلال

د/ هيثم محمد أحمد حسنين

د/ أحمد شحاتة مرسى جلال

مقدمة البحث

يتميز العصر الحالي بالتطور العلمي السريع، الذي يحتم على الأفراد امتلاك مقومات الحياة العلمية والعملية، وعلى الرغم من التطورات والاختراعات في جميع جوانب الحياة، وما نتج عن ذلك من سهولة الاتصالات والمواصلات بين الشعوب واختلاط الثقافات، وتغير كثير من القيم والمبادئ العالمية إلا أن الأخلاق كانت وستبقى رمزاً للإنسانية التي فضلها الله سبحانه وتعالى جميع الكائنات الأخرى هذا من جهة، ومن جهة أخرى تؤثر الأخلاق على المستويات النفسية والاجتماعية والثقافية للفرد ويتفق الباحثون الاجتماعيون والنفسيون على أهمية منظومة القيم الأخلاقية ودورها في تقدم الأمم والمجتمعات ونشوء الحضارات بالإضافة إلى دور الأخلاق في بناء شخصية الإنسان وتحديد معالم السلوك الإنساني.

أكدت رايف (٢٠١٦) على أن الوجود النفسي الممتلئ يفيد في مجال تنمية الطاقات النفسية والعقلية ذاتياً، وحل المشكلات وتمكن الفرد من مواجهة الضغوط مما يؤدي إلى الشعور بالسعادة والرغبة في الفيض على الآخرين بهذا الشعور الإيجابي. (١٥: ٣٨)

وأستعمل الوجود النفسي الممتلئ في أغلب البرامج الإرشادية التي تهدف إلى تحسين جودة الحياة، وتوجيه الانتباه نحو التجارب الإيجابية، وتحقيق هوية واضحة للفرد، وزيادة فاعليته الذاتية.

(١٣: ٧٨٠)

إذ أظهرت البرامج أن الأفراد الذين كان لديهم وجود نفسي ممتلئ بمستوى مرتفع كانوا أكثر فاعلية في إمكانية التأثير في نفسه والبيئة المحيطة، والشعور بمواجهة متطلبات الحياة أكثر سهولة، وكانوا أكثر رغبة في المنافسة والمبادأة وتحمل المسؤولية وأكثر واقعية (١٥: ٦)

مشكلة البحث

لقد ازداد الاهتمام بإعداد المعلمين وتدريبهم، وتبرز أهمية المهارات بأنواعها من نفسية وتدريبية بنحو عام، والمهارات التعليمية بنحو خاص من أنها تزيد من مستوى إتقان الأداء، فالأداء الماهر

يمتاز بالكفاية والجودة، ويستطيع المعلم أن يحسن تطور أدائه، وما يطرأ عليه من تغيير نحو الأفضل من طريق التدريب والممارسة. (٣ : ١٢٩)

وانبثقت مشكلة البحث من قلة عدد الباحثين الذين درسوا السلوك الإيجابي وعلاقته بالوجود النفسي الممتلئ ، وتولد لدى الباحث الإحساس بمشكلة البحث الحالي، حيث سعى إلى الوقوف على المتغيرات التي من شأنها تفسير الوجود النفسي الممتلئ والسلوك الإيجابي لمعلمي السباحة، ومحاولة التوصل إلى توفير إستراتيجيات مبنية على دراسات علمية، أصبح حاجة ضرورية لا ينبغي الاستغناء عنها.

هدف البحث :

هدفت البحث الحالي إلى الكشف عن العلاقة بين السلوك الإيجابي والوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة

تساؤلات البحث :

- ١- ما هي مستويات أبعاد السلوك الإيجابي ؟
- ٢- ما هي مستويات أبعاد الوجود النفسي الممتلئ ؟
- ٣- هل توجد علاقة إرتباطية بين السلوك الإيجابي و الوجود النفسي الممتلئ ؟

السلوك الايجابي

السلوك الايجابي لغة : السلوك لغة جمع سلك وهي سيرة الانسان ومذاهبه واتجاهه يقال معنى- فلان حسن السلوك او سيء السلوك (معجم، الوسيط) اما معنى كلمة الايجابي لغة هو (اسم) منسوب الى ايجاب عكسه سلبى (مسشر، تصرف، حياد، ايجابي) ومعناه ايضا عملي رجل ايجابي في مشاريعه ويتخذ خطوات ايجابية لحفظ السلام ومن هنا فالسلوك الايجابي بمعناه اللغوي سيرة الانسان ومذاهبه واتجاهاته الحسنة الايجابية، المعجم، اللغة العربية المعاصر). (٢ : ٢٨)

السلوك الايجابي اصطلاحاً:

هو السلوك الذي يلقي التقدير في المجتمع ويتمثل في مساعدة الاخرين التدخل لإنقاذ حياة شخص , التعاون مع الاخرين , وهذه السلوكيات تودى اختيارياً ودون فرض خارجي

وهو السلوك الانساني الخير الموجه لتحقيق سعادة الفرد والمجتمع من خلال الاسهام والمشاركة الايجابية في الاعمال الاصلاحية التنموية ومحاربة كل اشكال السلبية

التعريف النظري للسلوك الايجابي

رقم المجلد (٢٦) شهر (ديسمبر) لعام (٢٠٢٠ م) (الجزء الثامن) (٤)

السلوك السوي والمنضبط الذي يتطابق مع القيم والمعايير الدينية والاخلاقية والاجتماعية السائدة

في المجتمع ويثمل هذا السلوك بالمساعدة والايثار والتعاون والالتزام بالقوانين واطاعة التعليمات وحسن التصرف والمشاركة في النشاطات الاجتماعية. (١ : ٣٠٠)

مفهوم السلوك الايجابي:

نشأة مفهوم السلوك الايجابي عندما بدأت حركة تطور تهتم بدراسة السلوك الايجابية على يد مارتن سليجمان (Martin Seligman) رئيس جمعية علماء النفس الامريكيين حيث نادى بضرورة تحويل انتباه الدارسين في المجالات السيكولوجية الى دراسة الجوانب الايجابية فظهر علم النفس الايجابي الذي يعتبر هو مؤسسة ويبحث هذا العلم في الكيفية الكفيلة بتنمية النواحي الايجابية في الشخصية، فبدأ هو ورفاقه (ميهالي وبيترسون وادينير) بتحديد اهداف ومجالات واهتمامات هذا العلم، واصبح علم النفس لا يهتم بدراسة الجوانب السلبية كالمرض والضعف والتلف، وانما يهتم بدراسة الجوانب الايجابية ومكائن القوة والفضائل الانسانية كالسعادة والطمأنينة والامل والاستقرار النفسي والتقدير الاجتماعي والقناعة والتغلب على الضغو التي يعاني منها الفرد.

ومفهوم السلوك الايجابي هو احد فصائل علم النفس الايجابي وهذا المفهوم يتبدى في صور واشكال متعددة تحمل في طياتها ومضامينها مجموعة من السلوكيات المقبولة اجتماعياً مثل (التعاون ، المساعدة، الايثار تحمل المسؤولية، الاخرين، التسامح، التعاطف، الرعاية)

وقد تعددت المفاهيم والمصطلحات التي تطلق على السلوك الايجابي، منهم ما يطلق عليه بالسلوك الاجتماعي الايجابي (Positive Social Behaviors) ومنهم ما يطلق عليه سلوك المعاضدة للمجتمع ومنهم ما يطلق عليه بالسلوك الخيري ومنهم ما يطلق عليه بالسلوك الغيري ومنهم من اطلق عليه بسلوك المساعدة ومع اختلاف هذه المسميات وتعدد المصطلحات الا انها جميعها تشير الى السلوك الايجابي الذي يقوم به الفرد عن رغبة ودافعية بهدف تحقيق افادة لآخرين دون عائد وهذا السلوك يلقي التقدير في المجتمع ويتمثل في مساعدة الاخرين والتعاون معهم وغيرها من السلوكيات الايجابية وهذه السلوكيات تسدي اختيارياً ودون فرض خارجي. (٥ : ٨)

ويؤكد الضعيف (٢٠٠٥) بأن الأفراد الذين يتسم سلوكهم بالإيجابية لديهم حب المخاطرة المحسوبة وإدارة قوة للمجازفة، ويتفادون المشاكل قبل وقوعها، ويبحثون عن الفرص المناسبة للتغيير ولديهم إنجازات بارعة وهم يحققون النتائج على المستوى الشخصي والاجتماعي .

ويرى بأن الإيجابية في السلوك هي المرونة، والمبادأة، والثقة بالنفس والشعور بالمسؤولية والحرص والتروي والقيادة والديمقراطية والأصالة . (٢ : ٣٧)

ويشعر الفرد صاحب السلوك الإيجابي بنظرة تفاؤلية للحياة بالمرونة والتسامح والتسامي والثقة بالنفس والأمل والثبات الانفعالي، ويتمتع بروح التعاون، ويقدر احتياجاته الشخصية، والمهنية، والاجتماعية، والشعور بالكفاءة الشخصية، والاجتماعية والرضا من الآخرين ويصبو للوصول الى غدا افضل. (٩: ٣٤)

وأشارت رجاء عواد (٢٠٠٥) الى مجموعة من المحكات للحكم على السلوك الإيجابي للفرد ان يكون هذا السلوك تطوعياً دون انتظار مكافأه خارجية ويستلزم التضحيات سواء أكانت مادية او معنوية. (٤: ٢٦)

ويشير محمد عيد (٢٠٠١) أن قوة الأنا تعتبر محوراً أساسياً في الحياة النفسية، وممكن قوتها التي تقاس بالقدرة على تحمل الإحباط وتجاوزه والتسامي فوق مشاعر الألم. (١٠: ٩)

كما تعتبر التوكيدية محصلة لعدد من السلوكيات الإيجابية النابعة من التزام الفرد بولائه لذاته واحترامه لها ويتسم سلوكه بالجرأة والشجاعة الأدبية على نحو يمكنه من مواجهة الحياة دون خوف، ويتجسد هذا السلوك التوكيدي في صور متعددة لدى الفرد كإتخاذ القرارات المناسبة بطريقة إيجابية وحل مشكلات الحياة بقوة وحكمه وثقة وصبر حيث يتم ذلك في إطار الإلتزام بالواجبات والحقوق تجاه الذات والغير معا. (١١: ٣٦)

ويحتل السلوك الإيجابي مكانة مهمة في علم النفس فهو جزء من التربية الأخلاقية الشاملة وله أثر عميق في تكيف الفرد اجتماعياً وبناء الشخصية، وهذا يتطلب من المربين تنمية السلوك الإيجابي، وتعديل السلوك السلبي، وتقويمه، ومتابعته، ومساعدة الفرد في التغلب على المشكلات السلوكية التي تواجهه

كما يهدف السلوك الإيجابي الى غرس روح الأمل، والتفاؤل، وجعل الرغبة في تحقيق الحياة السعيدة أمراً ممكناً من خلال تغيير الفرد حياته نحو الأفضل، والإحساس بوجود هدف، واتجاه ايجابي، وامتلاكه منظومة من القيم الفاضلة، وإحساس ايجابي بقيمة الذات التي تقف سداً منيعاً ضد اليأس والقنوط والتشاؤم. (٦: ٢٤)

الوجود النفسي الممتلئ

مفهوم الوجود النفسي الممتلئ

اقترحت رايف بناءً نظرياً للوجود النفسي الممتلئ يشتمل على ستة أبعاد (تقبل الذات، العلاقات الايجابية مع الاخرين، الاستقلالية، التمكن البيئي "السيطرة على البيئة"، الغرض من الحياة"الحياة

الهادفة"، النمو الشخصي)، وتم بناء هذا التصور النظري على أساس النظريات والآراء المختلفة في مجال الشخصية

لم تكن راييف مقتنعة بالدراسات المبكرة للوجود النفسي الممتلئ لكونها محدودة التأثير ولافتقارها لاجراءات التقييم الموثوقة، وتنوع المعايير المفترضة للنفس الممتلئة وتشبعها بالقيمة، فضلاً عن افتقارها للدعامات النظرية (١٥ : ٣٣)

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 معلمى السباحة، والمسجلين بالاتحاد المصري للغوص ولانقاذ او السباحة.

عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث من (١٢٠) معلمى السباحة ، وتم تقسيمهم إلى ما يلي :

عينة البحث الاستطلاعية:

قام الباحث باختيار عينة البحث الاستطلاعية بالطريقة العشوائية وقوامها (٣٠) معلم سباحة من أندية مدينة بنها.

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث في جمع البيانات المقاييس التالية:

- مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمى السباحة
- مقياس السلوك الإيجابي لمعلمى السباحة

- المعاملات العلمية لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة
- صدق الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس الوجود النفسي الممتلئ والمقياس ككل:

جدول (١)

مُعاملات الارتباط كل عبارة من عبارات الوجود النفسي الممتلئ مع الدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
*٠.٧٢٢	٣١	*٠.٦٤٣	١٦	*٠.٤٢٢	١
*٠.٦٢٢	٣٢	*٠.٧٣٤	١٧	*٠.٥٢٢	٢
*٠.٥٢٤	٣٣	*٠.٦٣٣	١٨	*٠.٤٥٣	٣
*٠.٧١٤	٣٤	*٠.٧٣٧	١٩	*٠.٦٤٢	٤
*٠.٦١٧	٣٥	*٠.٦٧٣	٢٠	*٠.٩٤٠	٥
*٠.٧٩١	٣٦	*٠.٧٣٤	٢١	*٠.٧٤٣	٦
*٠.٧١١	٣٧	*٠.٧٣٤	٢٢	*٠.٧٧٠	٧
*٠.٧١٣	٣٨	*٠.٧٩٣	٢٣	*٠.٨٧٩	٨
*٠.٧١٧	٣٩	*٠.٨٣٩	٢٤	*٠.٩٤٤	٩
*٠.٦١١	٤٠	*٠.٧٢٤	٢٥	*٠.٤٥٥	١٠
*٠.٧١١	٤١	*٠.٧٢٤	٢٦	*٠.٧٣٣	١١
*٠.٧٠٤	٤٢	*٠.٥٢٣	٢٧	*٠.٤٩٧	١٢
-	-	*٠.٣٨٢	٢٨	*٠.٧٠٢	١٣
-	-	*٠.٦٢٣	٢٩	*٠.٤٩٣	١٤
-	-	*٠.٥٠٢	٣٠	*٠.٣٣٩	١٥

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

يوضح الجدول رقم (١) أن قيم معاملات الارتباط للعبارات دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥) ثبات مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة عن طريق إعادة تطبيق الاختبار: قام الباحث بتطبيق مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٣٠) معلم من خارج عينة البحث الأساسية، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة بفارق زمني قدره أسبوعين عن التطبيق الأول وفي نفس ظروف التطبيق الأول على قدر الإمكان، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني

جدول (٢)

ثبات تطبيق وإعادة التطبيق لأبعاد مقياس
الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة

ن = ٣٠

م	المقياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		ع	م	ع	م	
١	تقبل الذات	١٦.٥٥	١.٩٩	١٧.٣٤	١.٦٣	٠.٨٧٥
٢	العلاقات الايجابية مع الاخرين	١٥.٠٨	١.٩٥	١٦.٨٥	١.٦٧	٠.٥٧٠
٣	التمكن البيئي	١٧.٥٥	١.٢٨	١٨.٠١	٢.٢٨	٠.٨٣٩
٤	الاستقلالية	١٥.٩٩	١.٩١٦	١٧.٠٨	١.٢٠	٠.٦٧٩
٥	النمو الشخصي	١٨.٩٩	٣.٠١	١٧.٩٩	٢.٣٩	٠.٥٦٨-
٦	الغرض من الحياة	١٥.٩٣	١.٩٤	١٣.٥٧	١.٩٤	٠.٦٥٦-
	المجموع الكلي للمقياس	١٠٠.٠٩	١١.٠٢	١٠٠.٨٤	١٠.٦٤	٠.٩٠٧

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

يتضح من جدول (٢) وجود ارتباط قوي بين التطبيقين الأول والثاني لأبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة ، وكانت قيمة ر المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على ثبات أبعاد المقياس.

- ❖ المعاملات العلمية لمقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة
- ❖ صدق الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس السلوك الإيجابي والمقياس ككل

جدول (٣)

معاملات الارتباط كل عبارة من عبارات السلوك الإيجابي مع الدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط	م								
٠.٧٠٠	٦١	٠.٧٢٢	٤٦	٠.٥٩٧	٣١	٠.٥٤٣	١٦	٠.٥٢٢	١
٠.٦٣٦	٦٢	٠.٧٥٢	٤٧	٠.٦٥٦	٣٢	٠.٧٥٤	١٧	٠.٥٢٢	٢
٠.٥٣٤	٦٣	٠.٩٥٣	٤٨	٠.٥٠٢	٣٣	٠.٦٥٥	١٨	٠.٥٥٣	٣
٠.٧٣٤	٦٤	٠.٣٦٢	٤٩	٠.٥٥٤	٣٤	٠.٧٥٥	١٩	٠.٦٨٢	٤
٠.٦٥٣	٦٥	٠.٤٢٠	٥٠	٠.٣٥٧	٣٥	٠.٦٠٦	٢٠	٠.٥٠٥	٥
٠.٧٣٩	٦٦	٠.٤٩٣	٥١	٠.٤٤٩	٣٦	٠.٤٦٤	٢١	٠.٧٥٥	٦
-	-	٠.٥٣٠	٥٢	٠.٤٤١	٣٧	٠.٣٦٤	٢٢	٠.٤٣٠	٧
-	-	٠.٤٤٩	٥٣	٠.٣٩٣	٣٨	٠.٣٩٧	٢٣	٠.٣٤٩	٨
-	-	٠.٦٤٥	٥٤	٠.٣٩٧	٣٩	٠.٤٣٩	٢٤	٠.٣٤٥	٩
-	-	٠.٦٦٥	٥٥	٠.٦٧٦	٤٠	٠.٥٦٤	٢٥	٠.٣٥٥	١٠
-	-	٠.٨٣٣	٥٦	٠.٧٦٤	٤١	٠.٥٥٤	٢٦	٠.٤٣٣	١١
-	-	٠.٥٩٧	٥٧	٠.٣٣٤	٤٢	٠.٥٢٣	٢٧	٠.٣٩٧	١٢
-	-	٠.٨٣٢	٥٨	٠.٣٠٦	٤٣	٠.٣٨٣	٢٨	٠.٨٢٢	١٣
-	-	٠.٧٩٣	٥٩	٠.٣٧٤	٤٤	٠.٢٢٣	٢٩	٠.٦٩٣	١٤
-	-	٠.٧٨٩	٦٠	٠.٥٦٤	٤٥	٠.٢٥٢	٣٠	٠.٦٣٩	١٥

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

يوضح الجدول رقم (٣) أن قيم معاملات الارتباط للعبارات دالة عند مستوي معنوية (٠.٠٥)

ثبات مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة عن طريق إعادة تطبيق الاختبار:

قام الباحث بتطبيق مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٣٠) معلم من خارج عينة البحث الأساسية، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة بفارق زمني قدره أسبوعين عن التطبيق الأول وفي نفس ظروف التطبيق الأول على قدر الإمكان، وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني

جدول (٤)

ثبات تطبيق وإعادة التطبيق لأبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة

ن = ٣٠

م	المقياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		ع	م	ع	م	
١	مجال الاسرة	٦١.٥٥	٢.٢٢	٦٢.٢٧	٢.١١	٠.٩٠٨
٢	مجال النادي	٥١.٧٤	١.٠٥	٥٣.٩٥	١.٧٥	٠.٨٧٠
٣	مجال المجتمع	٦٢.٢٣	١.١١	٦٣.١٩	١.٦٩	٠.٧٣٩
	المجموع الكلي للمقياس	١٧٥.٥٢	١١.٠٢	١٧٩.٤١	٩.٥٣٣	٠.٨٦٧

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

يتضح من جدول (٤) وجود ارتباط قوي بين التطبيقين الأول والثاني لأبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة حيث انحصرت قيمة معامل الارتباط بين (٠.٧٣٩ : ٠.٩٠٨) وكانت قيمة ر المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية (٠.٠٥) مما يدل على ثبات أبعاد المقياس.

- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الاول:

ينص هذا التساؤل على ما هي مستويات أبعاد الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي

السباحة ؟

جدول (٥)

ترتيب محاور مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة

ن = ١٢٠

الترتيب	آراء القيادات		الأبعاد	م
	الاهمية النسبية	الدرجة المقدره		
٢	٨٠.٩٥	٢٠٤٠	تقبل الذات	١
٣	٧٦.١٩	١٩٢٠	العلاقات الايجابية مع الاخرين	٢
٤	٧١.٤٢	١٨٠٠	التمكن البيئي	٣
١	٩٠.٤٧	٢٢٨٠	الاستقلالية	٤
٦	٥٧.١٤	١٤٤٠	النمو الشخصي	٥
٥	٦٦.٦٧	١٦٨٠	الغرض من الحياة	٦

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات أبعاد الوجود النفسي الممتلئ قد تراوحت بين (٥٧.١٤% : ٩٠.٤٧%) .

حيث جاءت أعلى أهمية نسبية في ترتيب أبعاد الوجود النفسي الممتلئ حسب إستجابات عينة البحث بعد الاستقلالية بأهمية نسبية (٩٠.٤٧%) يليه بعد تقبل الذات بأهمية نسبية (٨٠.٩٥%) ، يليه بعد العلاقات الايجابية مع الاخرين بأهمية نسبية (٧٦.١٩%)، يليه التمكن البيئي بأهمية نسبية (٧١.٤٢%)، يليه بعد الغرض من الحياة بأهمية نسبية (٦٦.٦٧%)، يليه بعد النمو الشخصي بأهمية نسبية (٥٧.١٤%) .

ويعزو الباحث ذلك الترتيب إلى أن الاستقلالية لمعلمي السباحة يرتفع مستواه بأكبر صورة حينما يسعى لاثبات وجوده النفسي الممتلئ ، ايماناً منه بأهمية استقلال الفرد بنفسه .

يؤكد **Ryff, C& Singer, B (٢٠٠٨)** هذا البعد على إستقلال الفرد وقدرته على إتخاذ قراراته بنفسه من دون الاعتماد على الآخرين، والقدرة على التفكير والتصرف بطريقة معينة وتقييم نفسه وفقاً للمعايير الاجتماعية، ولديه ثقة في ارائه الخاصة، وقدرته على مقاومة الضغوط الاجتماعية وضبط وتنظيم السلوك الشخصي الداخلي أثناء التفاعل مع الآخرين.

(١٦ : ١٣-١٥)

- عرض ومناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني:

ينص هذا التساؤل على ما هي مستويات أبعاد السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة ؟

جدول (٦)

ترتيب محاور مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة

ن = ١٢٠

الترتيب	أراء القيادات		الأبعاد	م
	الاهمية النسبية	الدرجة المقدره		
٣	٧٣.٩١	٦١٢٠	مجال الاسرة	١
١	٩٠.٠٠	٦٤٨٠	مجال النادي	٢
٢	٧٩.٧١	٦٦٠٠	مجال المجتمع	٣

يتضح من الجدول السابق ما يلي:

الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات أبعاد السلوك الإيجابي قد تراوحت بين (٧٣.٩١% : ٩٠.٠٠%).

حيث جاءت أعلى أهمية نسبية في ترتيب أبعاد السلوك الإيجابي حسب إستجابات عينة البحث بعد مجال النادي بأهمية نسبية (٩٠.٠٠%) يليه بعد مجال المجتمع بأهمية نسبية (٧٩.٧١%) يليه بعد مجال الاسرة بأهمية نسبية (٧٣.٩١%).

ويشير هذا الترتيب إلي درجة الأهمية لكل بعد وقوة تأثيره لمعلمي السباحة أثناء التدريب ، كما يشير إلي أن بعد مجال النادي جاء في الترتيب الأول من حيث الشدة والأهمية في حين جاء بعد مجال الاسرة في الترتيب الثالث، وهذا لا يشير إلي ضعف تأثير هذا البعد وإنما يشير إلي ترتيب تأثيره وذلك من خلال العمليات الإحصائية المستخدمة.

ويعزو الباحث ذلك الترتيب إلى أن مجال النادي لمعلمي السباحة يرتفع مستواه بأكبر صورة حينما تظهر سماته على الشخص الإيجابي كالثقة بالنفس والتفائل والحرص على الاستقلالية والتعاطف الاجتماعي والقدرة على التحمل والتكيف وفهم الطبيعة الإنسانية بشكل واقعي.

يؤكد عبدالرازق مختار (٢٠١٢) أنه من خلال التعزيز الإيجابي (بالنادي) يمكن ان تتطور سلوكيات ايجابية مرغوبة ومن ضمنها السلوك الايجابي من خلال التكرار في المواقف المشابهة ، أما التعزيز السلبي فيعمل على اضعاف السلوك غير مرغوب فيه واخفائه ، فيغير الافراد في قيمهم واخلاقهم كي يتجنبوا القلق. (٨ : ٣٠)

- عرض النتائج المرتبطة بالتساؤل الثالث :

ينص هذا التساؤل على هل توجد علاقة إرتباطية بين الوجود النفسي الممتلئ والسلوك الإيجابي لمعلمي السباحة؟

جدول (٧)

دلالة الارتباط بين مقياس الوجود النفسي الممتلئ و السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة وأبعادهم

ن = ١٢٠

المقياس ككل	أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة			الأبعاد	أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة
	مجال الاسرة	مجال الاسرة	مجال الاسرة		
٠.٥٦٦	٠.٤٥٩	٠.٤٨٥	٠.٤٢١	تقبل الذات	أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة
٠.٦٠١	٠.٢٢٣	٠.٢٥٦	٠.٦١١	العلاقات الايجابية مع الاخرين	
٠.٥١٢	٠.٢٤٠	٠.٤٥٢	٠.٣٢٢	التمكن البيئي	
٠.٢٥٣	٠.٢٤٢	٠.٦٢٥	٠.٥٥١	الاستقلالية	
٠.٢٤٠	٠.٥٤٢	٠.٤٢٢	٠.٤٢٩	النمو الشخصي	
٠.٣٣٢	٠.٢٧٦	٠.٥٢٩	٠.٢١٣	الغرض من الحياة	
٠.٥٠٢	٠.٧٤١	٠.٢٥٥	٠.٢٢٢	المقياس ككل	

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,١٩٤

يتضح من جدول (٧) أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين البعد الأول لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة (تقبل الذات) وجميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة والمقياس ككل ، حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ ، مما يدل على وجود ارتباط طردى.

كما توجد فروق دالة إحصائياً بين البعد الثانى لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة (العلاقات الايجابية مع الاخرين) وجميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة والمقياس ككل ، حيث كانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠,٠٥ ، مما يدل على وجود ارتباط طردى.

كما توجد فروق دالة إحصائياً بين البعد الرابع لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة (الاستقلالية) وجميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة والمقياس ككل ، حيث كانت قيمة r المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ، مما يدل على وجود ارتباط طردى.

كما توجد فروق دالة إحصائياً بين البعد الخامس لمقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة (النمو الشخصي) وجميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة والمقياس ككل ، حيث كانت قيمة r المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ، مما يدل على وجود ارتباط طردى.

ويشير الأدب النظري في مجال الوجود النفسي الممتلئ، أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الوجود النفسي الممتلئ، يميلون إلى التركيز على نمو الشخصية في قصص حياتهم، ويميلون أيضاً إلى تأطير تجارب الحياة الصعبة، وهم أكثر فاعلية في اكتساب رؤى جديدة حول الذات. (١٢ : ٨٨)

وقد تعددت الدراسات التي تشير إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الوجود النفسي الممتلئ، يميلون إلى تشكيل هوية ناجحة، ويحاولون اكتساب رؤى جديدة حول الذات، ويميلون إلى الاستفادة من تجاربهم السابقة. (١٣ : ٧٧٤)

وتتفق تلك النتائج مع دراسة كلا من طاهر سعد حسن عمار (٢٠١٦)، مازيكيلي وآخرين Mqazzucchelli et al. (٢٠١٠)،
الاستنتاجات :

- في ضوء أهداف البحث وفروضه توصل الباحث إلى الاستنتاجات التالية :
- الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات أبعاد الوجود النفسي الممتلئ قد تراوحت بين (٥٧.١٤% : ٩٠.٤٧%) .
 - الأهمية النسبية لاستجابات أفراد عينة البحث على عبارات أبعاد السلوك الإيجابي قد تراوحت بين (٧٣.٩١% : ٩٠.٠٠%) .
 - توجد فروق دالة إحصائياً بين جميع أبعاد مقياس الوجود النفسي الممتلئ لمعلمي السباحة وجميع أبعاد مقياس السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة والمقياس ككل ، حيث كانت قيمة r المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي معنوية ٠.٠٥ ، مما يدل على وجود ارتباط طردى.

التوصيات :

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لمعلمي السباحة وخاصة درجة السلوك الإيجابي المرتبطة بالخبرة الرياضية لما له من تأثير كبير علي سلوك المعلم من حيث الالتزام أو الانقطاع عن المشاركة .
- يقترح الباحث استخدام مقياسي الوجود النفسي الممتلئ و السلوك الإيجابي لمعلمي السباحة في بيئات رياضية أخرى مثل الفرق القومية.
- ضرورة فهم كيفية استخدام المدربين لمصادر الوجود النفسي الممتلئ والسلوك الإيجابي لرفع أجواء تعلم السباحة .
- دراسة العلاقة بين السلوك الإيجابي ومتغيرات نفسية أخرى.

المراجع

- ١- اسماعيل الفرا (٢٠٠٦): دراسة لمستوي الإيجابية لدي الطلبة الجامعيين في الجامعات الفلسطينية بقطاع غزة مجلة الازهر بغزة .
- ٢- خالد الضعيف (٢٠٠٢): الإيجابية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدي طلبة الجامعة رسالة ماجستير مودعة في كلية البنات جامعة عين شمس .
- ٣- راتب قاسم عاشور (٢٠٠٤): المنهج بين النظرية والتطبيق، دار المسيرة للنشر، الاردن
- ٤- رجاء عواد (٢٠٠٥): برنامج مقترح لتنمية بعض اشكال السلوك الاجتماعي الإيجابي للطفل الصم ، رسالة دكتورا مودعة بالمكتبة المركزية جامعة عين شمس .
- ٥- زياد بركات (٢٠١٢): مستوي الالتزام بمظاهر المواظبة السلوكية لدي طلبة مرحلتي التعليم الاساسي والثانوي من وجهة نظر المعلمين ، مجلة العلوم التربوية والنفسية جامعة البحرين .
- ٦- سهير يونس (٢٠١٣): إدراك مفاهيم حقوق الانسان وعلاقته بالسلوك الإيجابي لدي طلبة الصف التاسع بمدارس وكالة الغوث بمحافظة غزة والشمال ، رسالة ماجستير مودعة في كلية التربية جامعة الازهر بغزة .
- ٧- ظاهر سعد حسن عمار (٢٠١٦): أثر بعض تدخلات علم النفس الايجابي في تنمية الإحساس الذاتي بالوجود الممتلئ لدى عينة من طلاب المدارس ، مجلة الصحة النفسية، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- ٨- عبدالرازق مختار محمود (٢٠١٢): برنامج قائم علي معايير التدريس الحقيقي لتنمية مهارات معلمي اللغة العربية الابداعية وعادات العقل المنتج لدي تلاميذهم م (٢٨) ع ، رسالة دكتوراه في كلية التربية ، جامعة أسيوط .



- ٩- **عبدالعزيز سامي (٢٠١٣):** بعض الافكار الإيجابية والسلبية المنبئة بالانفعالات والسلوك الإيجابي والسلبي لدي المراهقين منالجنسين رسالة مودعة في كلية الاداب غير منشورة ، قسم علم النفس بني سويف .
- ١٠- **محمد إبراهيم عيد (٢٠٠١):** دراسة للخصائص الإيجابية للشخصية في علاقتها بمتغيري النوع والتخصص الدراسي لدي طلاب الجامعة ، مجلة كلية التربية .
- ١١- **نادية حسنين أحمد (١٩٩٢):** مدي فاعلية برنامج للتدريب التوكيدي في تنمية بعض جوانب الصحة النفسية الإيجابية لدي الطلاب الجامعيين ، رسالة دكتوراة مودعة بكلية التربية جامعة عين شمس .
- ١٢- **Jack J. B ;Dan, M;Jennifer, L. (٢٠٠٨):** Narrative Identity and Eudemonic Well-Being. Journal of Happiness Studies, ٩(١), ٨١-١٠٤.
- ١٣- **Kimiecik, J.(٢٠١١):** Exploring the Promise of Eudemonic Well-Being within the Practice of Health Promotion: The 'How' is as Important as the'What'.Journal of Happiness Studies ,١٢ (٥), ٧٦٩-٧٩٢
- ١٤- **Mazzucchelli, T. G., Kane, R. T & ,. Rees, C. S. (٢٠١٠):** Behavioral activation treatments for depression in adults: A meta-analysis and review. Clinical Psychology: Science and Practice, ١٦, ٣٨٣-٤١١.
- ١٥- **Ryff, C (٢٠١٦):** Eudaimonic well-being and education: probing the connections. In: Harward D (ed) Well-being and higher education, a strategy for change and the realization of education's greater purposes. Bringing Theory to Practice, Washington, DC, pp ٣٧-٤٨.
- ١٦- **Ryff, C& Singer, B (٢٠٠٨):** Know thyself and become what you are:A eudaimoic approach to psychological wellbeing, Journal of happiness studies, ٩, ١٣-٣٩.