

بناء مقياس معني الحياه لمعلمي التربيه الرياضيه

الباحثة/ أسماء حسين على مصطفى

باحثة بمرحلة الدكتوراة

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

أ.م.د/ أحمد البيومي على البيومي

أستاذ مساعد ورئيس قسم علم النفس الرياضي

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

أ.د/ كريم محمد الحكيم

أستاذ ورئيس قسم الإدارة الرياضية

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

أ.د/ أبو النجا أحمد عز الدين

أستاذ طرق التدريس المتفرغ

كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة.

ملخص البحث :

يهدف البحث إلى:

وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها ٥٠ معلم ومعلمه تربية رياضية.

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وذلك لملاءمته لطبيعة هذا البحث، قامت الباحثة بإعداد مقياس معني

الحياة لمعلمي التربية الرياضية، ويتكون من خمس عوامل، ٨٧ عبارة.

وبعد التأكد من توافر كافة الشروط الإدارية والعلمية تم تطبيق البرنامج على عينة البحث.

أهم النتائج:

- يوجد خمسة عوامل لقياس معني الحياة لمعلمي التربية الرياضية

توصيات البحث:

في ضوء عينة البحث والأسلوب الإحصائي ونتائج البحث يُوصى بما يلي:

- استخدام مقياس معني الحياه لمعلمي التربية الرياضية .
- تطبيق المقياس على عينات مختلفة من معلمي التربية الرياضية للتعرف على مستوى معني الحياه لديهم.
- تكثيف برامج التوعية لمعلمي التربية الرياضية داخل المدارس او من خلال بعض الدورات الارشادية او برامج الارشاد النفسي تحت اشراف متخصصين في علم النفس الرياضي وتحت اشراف التوجيه الفني للتربية الرياضية.

١/١ مقدمة البحث:

إن علم النفس الشخصية له أثر كبير في علم النفس العام، حيث يختص بالتحليل النفسي، وللتعرف على السمات الرئيسية ومنها القدرة على اتخاذ القرارات والتي تعتبر من الإبعاد المؤثرة بالشخصية، ونلاحظ أن هذه السمات والانماط تتميز بالاختلاف والتفاوت، وهذا يرجع الى الظروف المختلفة أولاً، التي يمر بها الأفراد تتكون نتيجة التفاعلات والدوافع الجسمية والنفسية والعقلية والانفعالية والاجتماعية، وكل هذه العوامل تسهم في تشكيل الشخصية وتكوين نقاط ضعفها وقوتها والقدرة على التوافق مع الآخرين (١٤ : ٨٠٣).

يعد الإيمان بمعنى الحياة الانسان بالقدرة على العطاء والتسامي بالذات فيمتد ذلك التأثير ليعم على الإنسانية كلها، فالانسان يستطيع ان يتحمل تأجيل الإشباع أو الحرمان النفسي او الاجتماعي لكنه لا يستطيع أن يتحمل خلو الحياة من الهدف والمعنى وعندما يكتشف الانسان معنى حياته يصبح مستعداً لتحمل المعاناة وتقديم التضحيات من اجل الحفاظ على هذا المعنى (10: ١٠٣٥).

لذا يعتبر المسعى الرئيسي للإنسان هو تحقيق معنى لحياته فهو لا يسعى فقط ليشبع غرائزه أو لتهينة افضل الظروف الاجتماعية ليعيشها، إنما يتركز اهتمامه في ان يكون لحياته مغزي وهدف وقيمة يتوجه إليها وفي ضوء هذا المعنى وتلك القيمة يجد الحياة بكل ما تحمله من معاناة تستحق ان تعاش حيث ان قيمة الحياة بمقدار ما تحتويه هذه الحياة من اهداف نسعي لتحقيقها (٢ : ١٠).

ويتفق كلاً من (di muzio, g 2006)، سميره أبو غزاله (٢٠٠٧م)، على أهمية وجود معنى لحياة الفرد، وأن الإحساس بالامتلاء بالمعنى يكون ضروريا كي يتمتع الفرد بصحة نفسية جيدة، وأن عملية اكتشاف

وإحراز المعنى تكون أكثر أهمية من تحديد محتوى المعنى ذاته (٢٣ : ٢٦٥)، (٧ : ١).

يشير (depoala,2010): إلى أن التفكير في معنى الحياة والهدف منها يزداد في مرحلة الرشد الأوسط وتعد كل من العلاقة مع الشريك والصحة والسعادة أهم مصادر معنى الحياة في هذه المرحلة (٢٣ : ١٩٠).

٢/١ مشكلة البحث:

إن معنى الحياة يأتي من فهم الانسان تمام لسبب وجوده واختلافه عن الآخرين ومن سيطرته الكامله على كل بروفيل حياته الشخصية، ولكي يدرك الانسان المعنى من وجوده عليه ان يضع سؤالاً لماذا وجد في هذه الحياة؟ و أن يكون لديه هدف واضح ومحدد يسعى إلي تحقيقه والاجابه على ما يدور حول هذه الهدف من تساؤلات حيث ان الانسان لا يصل إلى المعنى الا اذا كان على علاقة جيدة مع الله (٢١ : ١٤).

كذلك أيدت دراسة ماكدونالد وآخرين أهمية الدين في اكتشاف معنى الحياة حيث ان ايمان البعض بالحياة والهدف منها يجعلهم يتمسكون بالحياة ويؤمنون باهميته العيش فيها (٢٧ : ٣٥٩).

يُعد مفهوم معنى الحياة مفهوماً شائعاً ومتعدد الاستجابات؛ حيث يصف خبرات حياة لها قيمة وهدف، ويتفق العلماء على أهمية وجود معنى لحياة الفرد؛ وفيها يشعر بقيمته، ويقبل على الحياة يتفاعل معها ويتجاوب معها، ويحقق التميز والتفرد والسعي نحو تحقيق أهدافه.

وبافتقاد المعنى صار الفرد مضطرباً مفعماً بكثير من المشكلات والاضطرابات النفسية، بل ربما تراوده أفكار الانتحار والتخلص من الحياة، ويختلف العلماء في طريقة تحقيق الفرد للمعنى في حياته

باختلاف انتماءاتهم الفكرية، ومذاهبهم الفلسفية (١٤ : ٧٩٩).

لكل فرد هدف خاص يسعى لانجازه وبذلك يجعل لحياته معنى تستحق أن تعاش، فالفرد لا يختلف فقط في مضمون رسالته في الحياة وإنما يختلف أيضاً في طريقة إنجازه لهذه الرسالة (٧ : ٢٨).

وتشير سميرة أبوغزالة بأنه: " تفسير أحداث الحياة التي تتعلق بشيء ما، أو حدث ما، أو خبرة ما أولاً - أي إنه يشير إلى كل ذي دلالة وأهمية، ثانياً تفسير حياة الفرد ودوافعه وأهدافه (٧ : ١٦١).

فهو الطريقة التي يدرك بها الفرد خبراته في الحياة ويعمل على تنظيمها وتكاملها مع احتفاظه الدائم بوجود غرض من الحياة وهدف يسعى إليه (٥ : ١٤).

ويعد فيكتور فرانكل من أوائل المنظرين لمصطلح معنى الحياة، فقد رأى أن معنى الحياة وليد الظروف والعوامل المحيطة بالفرد، فهو لا يوجد بالتساؤل عن الهدف أو الغرض من الحياة، ولكنه يظهر من خلال استجابات الفرد للمواقف والمطالب التي تواجهه في الحياة (٢٠ : ١٤).

لذا يمكن تفسير البحث عن معنى الحياة بأنه ظاهرة وجودية مصاحبة للإنسان طوال مراحل حياته، بغض النظر عن العمر والجنس، والمستوى الاجتماعي والاقتصادي، وهذا المعنى وحيد ومتفرد ونوعي يختلف من إنسان لآخر، ويختلف داخل الشخص الواحد من وقت إلى آخر ويحتاج أن يكون لديه قدرة على اتخاذ قرار فيما يخص حياته مما يساعد الفرد على فهمه لمعنى الحياة وإلى تحقيق وجوده، أما عجزه عن تحقيق معنى لحياته فيؤدي إلى شعوره بحالة تعرف باسم الفراغ الوجودي (١ : ٣٢٩).

وهناك علاقة موجبة بين معنى الحياة والصحة النفسية، حيث تبين أن الأفراد الذين ارتفعت لديهم الصحة النفسية كانوا أكثر تقبلاً لذواتهم وأكثر ثقة

بنفسهم وأكثر قدرة على تحديد أهدافهم من الحياة وبالتالي، أكثر قدرة على فهم حياتهم، مما يدل على معنى إيجابي لحياتهم (١٩ : ٧٦).

وتشير سميره شند (٢٠٠٢م)، أن معنى الحياة إدراك الفرد أن لحياته قيمة ومغزي، وأن له أهدافا يسعى إلى تحقيقها مهما تحمل من مشقة وجهد، وأن معنى الحياة موجود في قيم الإنسان وخبراته والمهام التي يؤديها وتجاهاته المتكونة لديه (٨ : ١٤٠).

ومما سبق يتضح أهمية شعور ووعي الفرد بمعنى لحياته كي يتسطيع ان يحقق وجوده وكما لاحظت الباحثة ندرة مقياس معنى الحياة خاصة بمعلمى التربية الرياضية مما استدعى الباحثة إلى البحث في هذا الموضوع ووضع مقياس للتوقف على مستوى معنى الحياة لمعلمى التربية الرياضية وينبع ذلك من أهمية أن يدرك الفرد معنى حياته ويدرك قيمتها والمغزى منها.

٣/١ أهمية البحث:

تتبع أهمية هذا البحث من أنه يُقدم مقياس للتعرف على مستوى معنى الحياة لدى معلمى التربية الرياضية.

٤/١ الدراسات المرجعية:

دراسة عامر حسين (٢٠٠٣م)، والتي هدفت إلى كشف العلاقة بين التوافق النفسي ومعنى الحياة لدى المراهقين من الجنسين، اشتملت العينة على ٣٩٥ طالب وطالبة، المنهج وصفي، الأدوات المستخدمة، مقياس التوافق النفسي للمراهقين، مقياس معنى الحياة للمراهقين، وكان من أهم نتائجها، وجود علاقة ارتباطيه موجبه وداله احصائيا بين الدرجه الكلية لأبعاد التوافق ومعنى الحياه للجنسين، ومرتفعي التوافق النفسي اكثر احساسا لمعنى الحياة (١٠).

دراسة هاريس (harries, s.k 2004)، والتي هدفت إلى بحث العلاقة بين معنى الحياة، والرضا عن

دراسة محمد حامد (٢٠٠٧م)، والتي تهدف إلى معرفة العلاقة بين الاكتئاب وتقدير الذات ومعنى الحياة لدى الشباب، ودرجة التباين بين الذكور والإناث على متغيرات الدراسة، المنهج وصفي، عينة الدراسة ٣٥ طالب وطالبة أعمارهم بين ٢٠ إلى ٣٠، الأدوات المستخدمة مقياس معنى الحياة. وكان من أهم نتائجها وجود علاقة ارتباط سالب بين الاكتئاب وكلام من معنى الحياة وتقدير الذات، كذلك لا توجد فروق بين متوسط درجات العينة في معنى الحياة تبعاً لمتغيري النوع والمرحلة الدراسية (١٥).

دراسة (جين ٢٠٠٨، Jia, Y)، والتي هدفت إلى التنبؤ بأثر العوامل المؤثرة الناتجة عن اختلاف الثقافات على الرضا بالحياة، ومعنى الحياة بين الطلاب، ومساعدتهم على تحقيق معنى وهدف في حياتهم، بلغت عينة البحث ٦٠٦ طالب، حيث تم الاستعانة بمقياس الضغوط النفسية لاختلاف الثقافات، ومقياس معنى الحياة، والرضا عن الحياة. وتوصلت الدراسة إلى أن المستوى الأدنى من الضغوط الناتجة عن اختلاف الثقافات يقابلها مستوى أعلى من الإحساس بمعنى الحياة، ومن ثم مستوى أعلى من الرضا عن الحياة (٢٦).

دراسة أشرف عبد الحليم (٢٠١٠م)، والتي تهدف دراسته إلى اكتشاف العلاقة بين قلق المستقبل ومعنى الحياة من جهة وقلق المستقبل والضغوط النفسية من جهة أخرى ومعنى الحياة والضغوط النفسية من جانب ثالث التعرف على طبيعة الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة، المنهج وصفي، العينة ٥٠ طالب وطالبة، الأدوات المستخدمة مقياس قلق المستقبل، مقياس معنى الحياة، مقياس الضغوط النفسية وكان من أهم نتائج الدراسة/عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والضغوط النفسية، عدم وجود علاقة بين معنى الحياة وقلق المستقبل، عدم وجود فرق بين الذكور والإناث في قلق المستقبل (١).

العلاقة، الرضا عن الحياة، العينة مفتوحة المنهج المستخدم المنهج الوصفي، أدوات الدراسة: النسخة المترجمة من الالمانيه للمقياس الوجودي لانجل ((langel,2000 Existential scale)، وذلك لقياس معنى الحياة ومقياس التوجه نحو العلاقات المتبادله ومقياس الحب لستينبرج ومقياس كانساس للرضا عن العلاقات، وكان من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطيه داله احصائياً بين الرضا عن العلاقات ومعنى الحياة وبين الحب ومعنى الحياة، والحب والرضا عن العلاقات (٢٧).

دراسة سهير سالم (٢٠٠٥م)، والتي هدفت إلى بحث العلاقة بين معنى الحياة وبعض ابعاد شخصيه، كما هدفت إلى دراسة معنى الحياة عبر المراحل العلمية المختلفه، المنهج المستخدم وصفي، العينة ٣٣٩ فرد، الأدوات المستخدمة مقياس معنى الحياة؛ مقياس الوحده النفسيه، مقياس الانا، قياس جهة الضبط. وكان من أهم نتائج الدراسة، الجنس له تأثير دال علي معنى الحياة، معنى الحياة يرتبط ارتباطاً دالاً بالانبساطيه والطيبه وأكدت الدراسة على فعالية العلاج بالمعنى في تعديل المعنى السلبي للحياه (٩).

دراسة سميرة علي أبو غزالة (٢٠٠٧م)، والتي تهدف إلى اعداد برنامج ارشادي للعلاج بالمعنى والتعرف على اثره في تخفيف ازمة الهوية وتحقيق المعنى الإيجابي للطلبة، منهج شبه تجريبي، العينة: ٣٠ طالب من طلاب جامعة القاهرة، الأدوات مقياس موضوعي لرتب الهوية، مقياس معنى الحياة لمرحلتى المراهقه والرشد المبكر، مقياس المستوي الاجتماعي والاقتصادي للاسرة المصريه، اختبار المصفوفات المتتابعه العادي، برنامج الارشاد بالمعنى. وكان من أهم النتائج: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات المجموعه التجريبية والمجموعه الضابطه على مقياس رتب الهوية / لا توجد فروق ذات دلالة بين القياسين البعدي والمتابعه بعد ٥ شهور من البرنامج (٧).

دراسة ناز بدرخان، شيماء عبد العزيز (٢٠١٣م)، والتي تهدف إلى التعرف على مستوى الاحساس بالمعنى الوجودي للحياة لدى طالبات جامعة بغداد، وبناء برنامج ارشادي نفسي لأسلوب توكيد الذات لتنمية الاحساس بالمعنى الوجودي للحياة لدى طالبات جامعة بغداد. ومعرفة اثر أسلوب توكيد الذات في تنمية الاحساس بالمعنى الوجودي للحياة لدى طالبات جامعة بغداد، المنهج تجريبي العينه ٢٠٠ طالبه، الأدوات مقياس المعنى الوجودي للحياة وبناء البرنامج الارشادي النفسي بأسلوب توكيد الذات. والتي كان من اهم نتائجها، كان لأتباع فنيات الارشاد الجمعي بأسلوب توكيد الذات الاثر الايجابي في تعميق الشعور بالمعنى الوجودي للحياة. (١٦)

دراسة بيان صافي (٢٠١٤م)، والتي هدفت الى الكشف عن علاقه بين معني الحياه والصلابة النفسيه، ومعرفة الفروق في أداء العينة التي تعزى الى متغير الجنس والتخصص، المنهج وصفي، العينة اشتملت على ١٢٠ طالب وطالبه، الأدوات المستخدمة مقياس معني الحياه) لمحمد حسن الأبيض (٢٠١٠م)، ومقياس الصلابة النفسيه مخيمر (٢٠٠٢م). والتي كان من اهم نتائجها، وجود ارتباط ذو دلالة احصائية بين معني الحياه والصلابه، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في معني الحياه تبعاً لمتغير الجنس. (٣)

دراسة أماني اسكندراني (٢٠١٦م)، والتي تهدف إلى التعرف على علاقه بين معني الحياه والايثار، (متغيري الجنس والبيئه) مجتمع البحث جميع الافراد الذى يتراوح أعمارهم من ٤٠-٧٥ عام العينه ٤٧١ فرداً، المنهج وصفي، الأدوات مقياس معني الحياه، مقياس الايثار والتي كان من أهم نتائجها انه توجد علاقه بين الايثار ومعني الحياه، أنه لا توجد فروق بين الجنسين في معني الحياه ولا توجد فروق بين الجنسين في الايثار. (٢).

دراسة سعاد البشر وحسن عبدالله (٢٠١٩م)، والتي هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقه بين معني الحياه وبعض أبعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياه كمغير وسيط، عينة البحث ١١٥ طالب وطالبه.

أدوات البحث: مقياس معني الحياه اعداد للبحثن، ومقاييس التفتح المعرفي والتوقعات الايجابيه والرضا عن الحياه، والتي كان من اهم نتائجها وجود ارتباط موجب ودال احصائيا بين درجات معني الحياه والتوقعات الايجابيه والتقبل والرضا عن الحياه (٦).

دراسة عبد الرزاق سعود (٢٠١٩م): والتي هدفت إلى الكشف عن مستوي معني الحياه لدى طلبة الجامعة العراقيه وفقا لمتغيري الجنس والمرحلة الدراسية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، داوات البحث: مقياس معني الحياه واظهرت النتائج: ان معني الحياه لدى جميع الطلب كان إيجابيا، كما أظهرت وجود فروق دالة احصائيا في معني الحياه بين الطلبة وفقا لمتغير الجنس ولمصلحة الذكور (١١).

٥/١ هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى:

- بناء مقياس معني الحياه لمعلمي التربية الرياضية.

- التعرف على الخواص السيكومترية للمقياس من خلال صدقه وثباته.

٦/١ تساؤل البحث:

- ما الأبعاد التي يمكن من خلالها التعرف على مستوي معني الحياه لمعلمي التربية الرياضية؟

٧/١ مصطلحات البحث:

- معني الحياه: يعرفه محمد الأبيض (٢٠١٠م): بأنه مجموع استجابات الفرد التي تعكس اتجاهاته الإيجابية أو السلبية نحو الحياه بأبعادها المختلفة،

٩/١ أدوات جمع البيانات:

أُعدت في جمع البيانات المتعلقة بهذا البحث على مجموعة من الأدوات، وهي:

- الاستعانة بما ورد في قائمة المراجع (كتب ورسائل مجلات ومؤتمرات علمية).

- آراء السادة الخبراء.

- مقياس معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية - إعداد/ الباحثة (مرفق ٥).

١/٩/١ مقياس معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية:

- في ضوء أهداف البحث تم إعداد مقياس معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية وذلك باتباع الخطوات التالية:

١/١/٩/١ الأطر النظرية والدراسات المرتبطة بمعنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية:

تم الاطلاع على الكثير من كتب والدراسات المرجعية التي تناولت موضوع معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية في علم النفس الرياضي: مثل خلود رحيم (٢٠١٠م)، داليا عبد الخالق (٢٠٠٨م)، سميره أبو غزاله (٢٠٠٧م)، محمد الأبيض (٢٠١٠م)، سعاد عبدالله، حسن الحميدة (٢٠١٩م) { ٤، ٥، ٦، ٧، ١٤ }.

٢/١/٩/١ مراجعة اختبارات ومقاييس معنى الحياة:

تم الاطلاع على بعض من المقاييس التي تناولت موضوع معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية، مثل:

- قائمة معنى الحياة، هارون الرشيدى (١٩٩٦م) (١٨)

- مقياس معنى الحياة، عبد الرحمن سليمان وإيمان فوزي (١٩٩٩م). (١١)

والأهداف والالتزامات التي يلتزم بها الفرد في حياته من دراسة، أو عمل ومدى إحساسه بأهميتها وقيمتها ودافعيته للتحرك بإيجابية نحو تحقيقها، وقدرته على تحمل المسؤولية، والتسامي بذاته نحو الآخرين، وتقبله لذاته ورضاه عن حياته بشكل عام (١٤: ٨٠٣).

- معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية*: هو مجموع الدرجات التي يحصل عليها المعلم من خلال استجاباته على المقياس والتي تبين مستوي إدراكه لمعنى حياته ومدى إحساسه بها من خلال العوامل المستخرجه.

٨/١ منهج البحث وإجراءاته:

١/٨/١ منهج البحث:

أستخدم المنهج الوصفي؛ حيث يعتمد على دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ويعبر عنها كميًا بوصفها وتوضيح خصائصها، وكميًا بإعطائها وصفاً رقميًا من خلال أرقام.

٢/٨/١ مجتمع البحث:

معلمي التربية الرياضية في مصر والكويت.

٣/٨/١ عينة البحث:

تم اختيار عينه عشوائيه قوامها ٥٠ معلم ومعلمه من معلمي ومعلمات التربية الرياضية العاملين بدولة الكويت.

١/٣/٨/١ أسباب اختيار عينة البحث:

- سهولة الاتصال بعينة البحث، وذلك لتواجدهم في نفس الموقع الجغرافي؛ حيث عمل الباحثة.
- توفير التسهيلات المناسبة للبحث.

* تعريف إجرائي

- مقياس معني الحياه، نجوي إبراهيم (٢٠٠٧م). (١٧)
- مقياس معني الحياه، داليا عبد الخالق (٢٠٠٨م). (٥)
- مقياس معني الحياه للشباب ، محمد حسن الأبيض(٢٠١٠م). (١٤)
- مقياس معني الحياه لمرحلتى المراهقه والرشد المبكر، سميرة أبو غزاله (٢٠١٠م). (٧)
- مقياس معني الحياه للشباب، بيان صافي (٢٠١٤م). (٣)
- مقياس معني الحياه، سعاد عبدالله، حسن الحميدى (٢٠١٩م). (٦)

٣/١/٩/١ أبعاد مقياس معني الحياه لدى معلمى التربية الرياضية:

من خلال المسح الشامل للمراجع العلمية والدراسات المرجعية مرفق(١)، تم التوصل الى ٢٢ بُعد يقىس معني الحياه وبعد عرض الابعاد الأكثر تكراراً علي المحكمين مع وضع تعريف لكل بعد من الأبعاد، مرفق (٢) الأبعاد نهائية لقياس معني الحياه لمعلمى التربية الرياضية مرفق (٣).

جدول (١)

النسبة المئوية لآراء الخبراء نحو الصورة الأولية لحاور المقياس ن = (١٠)

م	البعد	موافق	غير موافق	النسبة المئوية
١	الهدف من الحياه	٨	٢	٨٠%
٢	الرضا الوجودي	٩	١	٩٠%
٣	نقبل الذات	١٠	٠	١٠٠%
٤	تحمل المسئولية	١٠	٠	١٠٠%
٥	الدافعية نحو ذالعمل	١٠	٠	١٠٠%

تم إخراج عبارات المقياس فى صورته النهائية وتحديدها في خمس أبعاد معني الحياه لدى معلمى التربية الرياضية، وقد رُوعى عند صياغة العبارات ما يلي:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- ألا توحى العبارات بنوع الاستجابة المطلوبة.
- البعد عن استخدام عبارات مركبة.
- ألا تبدأ العبارة بـ (لا).
- تم وضع العبارات الخاصة لكل بعد من الابعاد، وتم عرضها على الخبراء لاستطلاع رأيهم في مدى مناسبة العبارات وملاءمتها لكل بعد من الابعاد وتحديد الأهمية النسبية بينهما مرفق (٣) كما هو موضح بجدول (٢).

تم عرض الأبعاد المقترحة على (١٠) من الخبراء مرفق لإبداء الرأي عن مدى مناسبتها ومدى كفايتها لتصميم استمارة الاستبيان، وقد ارتضت الباحثة البقاء على الأبعاد التي تحوز على نسبة ٧٥٪ فأكثر جدول (١).

٤/١/٩/١ بناء عبارات مقياس معني الحياه لدى معلمى التربية الرياضية:

من خلال القراءات النظرية والدراسات المرجعية، تم إعداد مقياس معني الحياه لدى معلمى التربية الرياضية، بهدف التعرف على مستوى معني الحياه لدى معلمى التربية الرياضية، وتم تحديد عدد عبارات المقياس فى صورته المبدئية مرفق (٣)، وذلك عن طريق بعض الخطوات:

- وضع عبارات تشمل كل جوانب التعريف فى صورته المبدئية.

جدول (٢) النسبة المئوية لآراء الخبراء نحو الصورة الأولية لعبارات الاستبيان (ن = ١٠)

م	العبارات	مناسب	غير مناسب	النسبة المئوية
البعد الأول: الهدف من الحياة.				
١	يشغلني التفكير في معني حياتي	١٠	٠	١٠٠%
٢	ابحث عن النشاطات والاهتمامات الجديدة في مجال التربية الرياضية	١٠	٠	١٠٠%
٣	أسعى الى تغير الهدف من حياتي	٩	١	٩٠%
٤	يوجد لدى شعور انه يجب على أن أقوم بعمل شيء جديد في حصة التربية الرياضية	٨	٢	٨٠%
٥	لدى القدرة على إيجاد معني ورسالة لمهنتي كمعلم	١٠	٠	١٠٠%
٦	حققت إنجازات جيدة فيما يتعلق بمجال عملي	٩	١	٩٠%
٧	اسير في الحياه العملية وفقاً لمنظومة من القيم	٨	٢	٨٠%
٨	نجاحي في العمل طريق لتحقيق ذاتي	١٠	٠	١٠٠%
٩	لدى اهداف اريد تحقيقها في العمل	٩	١	٩٠%
١٠	أحاول تعلم مهارات جديدة تساعدني في العمل	١٠	٠	١٠٠%
١١	اشعر بما أقوم به من اعمال و يمثل تحدياً شخصياً لي	٩	١	٩٠%
١٢	اخطط لأكون انساناً متميزاً في المستقبل	٩	١	٩٠%
١٣	اجد الكثير من الأهداف التي تستحق الاهتمام	٨	٢	٨٠%
١٤	الحياه لها اهدافاً واضحة	٨	٢	٨٠%
١٥	الإنجازات التي احققها تخلق لحياتي معني	٨	٢	٨٠%
البعد الثاني: الرضا الوجودي				
١	عندى امل ان المستقبل سوف يأتيني بأشياء سارة	٨	٢	٨٠%
٢	تمنحني الرياضة والممارسة البدنية الثقة بالنفس.	٨	٢	٨٠%
٣	ما أقوم به بحصة التربية الرياضية يجعلني اشعر بالراحه	٨	٢	٨٠%
٤	الحياة مليئة بالبهجه وتستحق المثابرة	٩	١	٩٠%
٥	افكارى و افعالى تنسجم مع طبيعة عملي	١٠	٠	١٠٠%
٦	اشعر بالتفاؤل كلما أنجزت عملاً.	٩	١	٩٠%
٧	اشعر بالرضا عن حصتي.	٨	٢	٨٠%
٨	أراني اكثر اشباعا وانجازاً في مجالي.	٩	١	٩٠%
٩	اشعر بقيمة كبيرة لما أقوم به كمدرس تربية رياضية	١٠	٠	١٠٠%
١٠	اعرف كيف اتأقلم مع ظروف العمل الى جانب ظروف الحياه	١٠	٠	١٠٠%
١١	العقبات والأزمات تجعل حياتي فاقدة المعني	١٠	٠	١٠٠%
١٢	أشعر ان امنياتي لا تتحقق	١٠	٠	١٠٠%
١٣	اشعر بعدم الجدوي من عملي	٩	١	٩٠%
١٤	الحياة تسير على وتيرة واحده	٩	١	٩٠%
١٥	استمتاعي اثناء الحصة الآن أقل من ذي قبل	١٠	٠	١٠٠%
١٦	اندم من ابسط الأمور	٥	٥	٥٠%
١٧	حصة التربية الرياضية غير فارقه.	١٠	٠	١٠٠%

م	العبارات	مناسب	غير مناسب	النسبة المئوية
١٨	أرى العالم خالي من العدالة	١٠	٠	١٠٠%
١٩	مهنتي بلا قيمة	٩	١	٩٠%
٢٠	تمضي الحصة على نحو قاتم وكئيب	٩	١	٩٠%
٢١	اشعر انى وجدت ما افتقده في عملى	٩	١	٩٠%

البعد الثالث: تقبل الذات

١	اناضل لأجعل من مهنتي كمعلم مكانا افضل	٨	٢	٨٠%
٢	اكرس حياتي لهدف ما	٨	٢	٨٠%
٣	أحاول ان اترك أثراً جيداً في حصتي	٨	٢	٨٠%
٤	أشعر بواجبات نحو مهنتي لا بد من تحقيقها	٨	٢	٨٠%
٥	اطور وانمي ذاتي لارتقى بعملى	٨	٢	٨٠%
٦	اعتقد انى شخص روتيني لا احب التجديد	٩	١	٩٠%
٧	قدرتى على التعبير ليست جيدة	٨	٢	٨٠%
٨	اشعر بحالة سلام مع نفسي(اشعر بصراع داخلى)	٩	١	٩٠%
٩	اتقبل أوجه القصور في نفسي	٩	١	٩٠%
١٠	اتقبل كل ما لايمكنني تغييره	٩	١	٩٠%
١١	تعلمت التعايش مع المعاناة واحصل على الجيد منها	٨	٢	٨٠%
١٢	اري نفسي محبوب من الآخرين	٨	٢	٨٠%
١٣	استطيع الاعتماد على نفسي	٨	٢	٨٠%
١٤	افضل ان احتفظ بأرائي لنفسي	٨	٢	٨٠%
١٥	ابتعد عن كل ما لايمكنني تغييره	١٠	٠	١٠٠%
١٦	اجد في نفسي بعض القصور	٨	٢	٨٠%
١٧	انتظر مكافأة على أعمالى	٩	١	٩٠%
١٨	أرى اننى لا استحق التقدير	٨	٢	٨٠%
١٩	افتقد القدرة على التعايش مع معاناتى	٩	١	٩٠%
٢٠	اقضب اوقاتى في أشياء مفيدة	٧	٣	٧٠%
٢١	أشارك في الاعمال التطوعية	٥	٥	٥٠%
٢٢	من الصعب ان اتخيل نفسي مكان شخص اخر	٥	٥	٥٠%

البعد الرابع: تحمل المسؤولية

١	اشعر بالالتزام نحو عملى	١٠	٠	١٠٠%
٢	ادرك أهمية الطابور الصباحي للتلاميذ	٩	١	٩٠%
٣	أعطي الأشياء الهامة في حياتى موقفاً	١٠	٠	١٠٠%
٤	أشعر ان ما أقوم به في عملى يمثل تحدياً شخصياً لي	١٠	٠	١٠٠%
٥	افكر بالعواقب قبل ان أقوم بعمل ما	١٠	٠	١٠٠%
٦	اشعر بالتشتت عند تعليم التلاميذ مهارة جديدة	١٠	٠	١٠٠%
٧	اتجنب المواقف التي تتطلب مساعدة الاخرين	١٠	٠	١٠٠%
٨	اساعد زملائي في العمل في حل مشكلاتهم	٩	١	٩٠%

م	العبارات	مناسب	غير مناسب	النسبة المئوية
٩	أحاول ابتكار الجديد واجعل العالم أفضل من خلال عملي	٩	١	%٩٠
١٠	أؤدي ما على من التزامات من تلقاء نفسي	٩	١	%٩٠
١١	اشعر بالعجز أمام المشكلات الجديدة	٩	١	%٩٠
١٢	اتجنب المواقف التي تتطلب مساعده من الاخرين	٨	٢	%٨٠
١٣	اعجز عن اتخاذ قرارات مصيريه	٨	٢	%٨٠
١٤	هناك دائما من يساعدنني في الاختيار	٨	٢	%٨٠
١٥	اعتقد انه لا يوجد على التزامات	٨	٢	%٨٠
١٦	أصبحت متكاسلا في أداء عملي عندما يكثر	٦	٤	%٦٠
١٧	اشعر بالتردد عند اتخاذ أي قرار	٨	٢	%٨٠
١٨	تحمل المسؤولية يمثل عبئا	٨	٢	%٨٠
البعد الخامس: الدافعية نحو العمل				
١	استطيع القيام بالكثير من الاعمال الإبداعية	٨	٢	%٨٠
٢	أؤمن بنجاحي في تحقيق آمالي وطموحاتي	٨	٢	%٨٠
٣	اسعي دائما الى تحقيق اهداف ذات قيمة	٨	٢	%٨٠
٤	ابذل مجهوداً كبيراً من أجل تحقيق اهدافي في الحياة	٨	٢	%٨٠
٥	أؤمن بقيمة كل ما اسعي الي تحقيقه في حياتي	٨	٢	%٨٠
٦	ابحث عن تحقيق لقدراتي ومواهبى	٩	١	%٩٠
٧	احب بالمبادرة بالخطوة الأولى	٨	٢	%٨٠
٨	اشعر اني قادر على استغلال مواهبى على القدر الأمثل	٩	١	%٩٠
٩	اسعي لتحقيق الأفضل في حصة التربية الرياضية	٩	١	%٩٠
١٠	ابذل مجهوداً كبيراً من أجل تنمية ذاتي	٩	١	%٩٠
١١	اشعر بالتحدي عند مواجهه الصعوبات والعقبات	٨	٢	%٨٠
١٢	احترم كل الاعمال التي اكلف بانجازها	٨	٢	%٨٠
١٣	اشعر بالحماس اثناء حصة التربية الرياضية	٨	٢	%٨٠
١٤	اري تحقيق الرغبات لدى المعلم لايد ان يتبع نظام الأولويات	٦	٤	%٦٠
١٥	أتطلع الي وضع نفسي في مكانه جديده وشخصيه جديده	١٠	٠	%١٠٠
١٦	افكر في تحقيق شيئا جديد في حصة التربية الرياضية مختلفا عن ما هو مألوف	٨	٢	%٨٠
١٧	دائم السعي لتحقيق الأفضل باستمرار	٩	١	%٩٠

مرفق (٤)، وتم تعديل صياغة بعض العبارات طبقاً لأراء الخبراء وبذلك فقد بلغ عدد العبارات الخاصة بالاستبيان (٧٨) عبارة موزعة على كل بعد من الأبعاد الخمسة جدول (٣).

بناء على آراء الخبراء تم قبول العبارات الحاصلة على نسبة موافقة (٧٥%) فأكثر وتم حذف مجموعة من العبارات جدول (٢) التي استقر الرأي على عدم ملاءمتها للأبعاد الصورة النهائية للاستبيان

جدول (٣)

م	الأبعاد	العدد المبدئي للعبارة	عدد العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المستبعدة	عدد العبارات المعدلة	أرقام العبارات المعدلة	العدد النهائي للعبارة
١	الهدف من الحياة	١٥	٠	٠	-	-	١٥
٢	الرضا الوجودي	٢١	١	١٦	٢	١٥-٣	٢٠
٣	تقبل الذات	٢٢	٣	٢٠-٢١-٢٢	١	٨	١٩
٤	تحمل المسؤولية	١٨	١	١٦	-	-	١٧
٥	الدافعية نحو العمل	١٧	١	١٤	١	١٦	١٦
	الإجمالي	٩٣	٦	٦	٤	٤	٨٧

٥/١/٩/١ مفتاح تصحيح المقياس:

للمقياس درجة استجابة وفق ميزان تقدير ثلاثي (نعم - أحياناً - لا)، ويحتوي المقياس على ٨٧ عبارة منهم ٦٠ عبارة إيجابية، و ٢٦ عبارة سلبية؛ حيث يعبر عن ذلك بالدرجات: ٣ - ٢ - ١ للعبارة الإيجابية؛ حيث تعبر (لا) الدرجة ١ عن انخفاض مستوى الإحساس بمعنى الحياة، وتعبر (أحياناً) الدرجة ٢ عن وجود مستوى متوسط من معنى الحياة، وتعبر (نعم) ٣ عن وجود مستوى عالٍ من الإحساس

بمعنى الحياة ، وللعبارات السلبية يعبر عنها بالدرجات ١_٢_٣ ؛ حيث تعبر (نعم) الدرجة ١ عن انخفاض مستوى الإحساس بمعنى الحياة ، وتعبر (أحياناً) الدرجة ٢ عن وجود مستوى متوسط من معنى الحياة ، وتعبر (لا) الدرجة ٣ عن وجود مستوى عالٍ من الإحساس بمعنى الحياة.

وتتراوح الدرجة الكلية للبطاقة ما بين ٢٦١ درجة كحد أقصى، و ٨٧ درجة كحد أدنى للبطاقة.

جدول (٤) مفتاح تصحيح مقياس معنى الحياة

العبارة	أرقامها	مجموعها	الاستجابة		
			نعم	أحياناً	لا
السالبة	٢٩-٣٤-٤٢-٤٧-٥٢-٥٣-٥٤-٥٨-٦٣-٦٤-٦٧-٦٨-٦٩ ٧٢-٧٣-٧٤-٧٦-٧٧-٧٨-٨٠-٨١-٨٢-٨٣-٨٤-٨٥-٨٦	٢٦	١	٢	٣
الموجبة	٢١-٣-٤-٥-٦-٧-٨-٩-١٠-١١-١٢-١٣-١٤-١٥-١٦ ١٧-١٨-١٩-٢٠-٢١-٢٢-٢٣-٢٤-٢٥-٢٦-٢٧-٢٨-٣٠ ٣١-٣٢-٣٣-٣٥-٣٦-٣٧-٣٨-٣٩-٤٠-٤١-٤٣-٤٤-٤٥ ٤٦-٤٨-٤٩-٥٠-٥١-٥٥-٥٦-٥٧-٥٩-٦٠-٦١-٦٢ ٦٥-٦٦-٧٠-٧١-٧٥-٧٩-٧٨	٦١	٣	٢	١
	المجموع	٨٧			

١/٦/١/٩/١: الدراسة الاستطلاعية:

تم إجراء الدراسة الاستطلاعية على عينة عشوائية قدرها (٥٠) معلم ومعلمة للتربية الرياضية في الكويت، في الفتره من ٢٠٢٠/٢/٢م: ٢٠٢٠/٢/١١م بهدف التأكد من:

٦/١/٩/١ المعاملات السيكومترية لمقياس معنى الحياة لدى معلمى التربية الرياضية (الصدق - الثبات):

- وقد أسفرت نتائج الدراسة الاتسلاعية عما يلي:
- فهم عينة الدراسة للعبارات التي يتضمنها المقياس.
- وضوح تعليمات المقياس.
- التعرف على زمن تطبيق المقياس.
- التعرف على الصعوبات المحتمل ظهورها اثناء التطبيق للعمل على تلافيها.
- تم تحديد زمن الإجابة على المقياس من خلال الزمن التجريبي كما يوضحه الجدول (٥).

جدول (٥) حساب زمن الإجابة على المقياس

الزمن المناسب	المجموع	الزمن التجريبي		زمن المقياس
		إجابة أول مفعوص	إجابة آخر مفعوص	
١٢ دقيقة	٢٤ دقيقة	٩ دقائق	١٥ دقيقة	

٢/٦/١/٩/١: المعاملات الإحصائية للمقياس:

٣/٢/٦/١/٩/١ صدق المحكمين:

قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس المقترحة مرفق (٢)، وكذلك عبارات كل بعد مرفق (٣)، على (١٠) خبراء لإبداء الرأي حول مناسبة وكفاية الأبعاد والعبارات ومناسبة صياغتها لعينة البحث.

٣/٢/٦/١/٩/١ صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق المقياس فقد تم تطبيق مقياس معنى الحياة على عينة شملت (٥٠) معلم ومعلمه تربية رياضية تم اختيارهم عشوائياً من مدرسى التربية الرياضية في الكويت، خلال الفترة ما بين ٢٠٢٠/٢/٢م، حتى ٢٠٢٠/٢/١١م، قامت الباحثة بحساب صدق التكوين الفرضي باستخدام طريقة الاتساق الداخلي والتحقق من مدى تمثيل عبارات المقياس ومدى ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد التابع لها ومدى ارتباط درجات ومحاور الاختبار فيما بينها والدرجة الكلية للاختبار.

تم إجراء المعاملات الإحصائية المناسبة للتحقق من صدق وثبات مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية.

١/٢/٦/١/٩/١: صدق مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية:

استعانت الباحثة بالطرق الآتية لحساب معامل صدق الاستبيان وهي:

- صدق المحتوى.

- صدق المحكمين.

- صدق الاتساق الداخلي.

٢/٢/٦/١/٩/١ صدق المحتوى:

توصلت الباحثة من خلال الإطلاع على المراجع والكتب المتخصصة إلى تحديد محاور الاستبيان واقتراح عبارات لكل محور وفقاً لتكرار ورودها في المراجع المتخصصة في علم النفس والصحة النفسية.

جدول (٦): صدق الاتساق الداخلي بين العبارة والدرجة الكلية للبعد

(ن=٥٠)

الهدف من الحياه		الرضا الوجودي		تقبل الذات		تحمل المسؤولية		الدافعية نحو العمل	
العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
١	*.٢٩٦-	٣	*.٣٤٩-	٢	**٠.٣٨٧	٤	*.٣٠٦	٥	*.٣٤٨
٦	*.٣١٦-	٧	**٠.٤٠٨	٨	**٠.٤٥٤	٩	**٠.٥٠١	١٠	**٠.٥٦٨
١١	*.٣٠٧	١٣	*.٣٤٤	١٢	**٠.٤٠٧	١٤	**٠.٤٧٨	١٥	**٠.٣٩٥
١٦	**٠.٦٦٠	١٨	**٠.٤٤٠	١٧	**٠.٦٠١	١٩	**٠.٥٧٦	٢٠	**٠.٤٩٥
٢١	*.٣٤٦	٢٣	*.٣٠٢	٢٢	**٠.٤٨٧	٢٤	**٠.٤٤٠	٢٥	**٠.٤٠٩
٢٦	**٠.٥٥١	٢٨	**٠.٦١٧	٢٧	**٠.٤٢٩	٢٩	**٠.٧٠٠	٣٠	**٠.٤٤٧
٣١	*.٣١١	٣٣	**٠.٥٤٣	٣٢	**٠.٤٨٢	٣٤	**٠.٧٨٠	٣٥	**٠.٥٢٧
٣٦	**٠.٤١٧	٣٨	**٠.٣٨٥	٣٧	**٠.٣٨٧	٣٩	**٠.٥٥٨	٤٠	**٠.٤٠٦
٤١	**٠.٦٢٢	٤٣	**٠.٣٩١	٤٢	*.٣٤٦	٤٤	**٠.٦٦٠	٤٥	**٠.٥٢٩
٤٦	**٠.٦٦٨	٤٨	**٠.٤٨٠	٤٧	**٠.٥٠٣	٤٩	**٠.٥١٢-	٥٠	**٠.٥١٦
٥١	**٠.٧٥٠	٥٣	**٠.٦٣١	٥٢	**٠.٦٨٥	٥٤	**٠.٦٤٧	٥٥	**٠.٤٧٠
٥٦	**٠.٤٧٣	٥٨	**٠.٦٣٠	٥٧	**٠.٤٢٨	٥٩	**٠.٧١١	٦٠	**٠.٦٩٨
٦١	**٠.٤٤٩	٦٣	**٠.٦٥٣	٦٢	**٠.٥٩٠	٦٤	**٠.٧٨٤	٦٥	**٠.٤٧٤
٦٦	**٠.٥٤٧	٦٨	**٠.٤٧١	٦٧	**٠.٤٢٦	٦٩	**٠.٥٩١	٧٠	**٠.٥٧٠
٧١	**٠.٧٠١	٧٣	**٠.٧٣٥	٧٢	**٠.٥٣٦	٧٤	**٠.٨٧٣	٧٥	**٠.٥٨٩
		٧٧	**٠.٦٧٠	٧٦	**٠.٦٤٢	٧٨	*.٣٢٤	٧٩	**٠.٤٠٦
		٨١	**٠.٧٢٦	٨٠	*.٢٩٤	٨٢	**٠.٥١٠		
		٨٤	**٠.٦٦٤	٨٣	**٠.٧٦٠				
		٨٦	**٠.٦٦٢	٨٥	**٠.٥٤٧				
		٨٧	*.٢٩٣						

- * قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = (٠.٢٧٦) ** عند (٠.٠١) = (٠.٣٦١)

يتضح من جدول (٦) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين العبارة والدرجة الكلية لمحاوَر مقياس معنى الحياه لمعلمي التربية الرياضية؛ وتراوحت ما بين (٠.٢٩٦) إلى (٠.٨٧٣)، وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)، (٠.٠١)، مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي بين العبارات ومجموع البعد.

جدول (٧): صدق الاتساق الداخلي بين الأبعاد وبعضها البعض (ن = ٥٠)

م	الأبعاد	الهدف من الحياه	الرضا الوجودي	تقبل الذات	تحمل المسؤولية	الدافعية نحو العمل
١	الهدف من الحياه		**٠.٦٨٩	**٠.٥٣١	**٠.٥٦٤	**٠.٨٤٣
٢	الرضا الوجودي			**٠.٨٣١	**٠.٦٠٤	**٠.٦٣٦
٣	تقبل الذات				**٠.٦٧٧	**٠.٤٣٨
٤	تحمل المسؤولية					**٠.٣٨٠
٥	الدافعية نحو العمل					

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = (٠.٢٧٦) ** عند (٠.٠١) = (٠.٣٦١)

إحصائية (0.05)، (0.01)، مما يدل على وجود اتساق داخلي بين محاور الاختبار.

يتضح من جدول (٧) وجود ارتباطات بينية بين محاور الاختبار وبعضها البعض، تراوحت ما بين (0.380) إلى (0.843)؛ وذلك عند مستوى دلالة

جدول (٨): صدق الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس

(ن = 50)

الاختبار	البعد	م
**0.760	الهدف من الحياة	١
**0.936	الرضا الوجودي	٢
**0.883	تقبل الذات	٣
**0.752	تحمل المسؤولية	٤
**0.745	الدافعية نحو ذالعمل	٥

**عند (0.01) = (0.361)

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = (0.276)

٣/٦/١/٩/١ ثبات الاختبار:

تم حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وتعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار إلى نصفين متساويين لاستخراج قيمة معامل ثباته، وذلك عن طريق استخدام المفردات الفردية في مقابل المفردات الزوجية، وكذلك تم حساب معامل الثبات بمعادلة ألفا كرونباخ، وذلك بالتطبيق على مجموعة البحث الاستطلاعية والبالغ عددهم 50 معلما، وتم حساب معامل الثبات للمقياس كما هو موضح بجدول (٤).

يتضح من جدول (٨) وجود ارتباطات دلالة إحصائية بين الدرجة الكلية للبعد وبين الدرجة الكلية لاختبار معنى الحياة، وتراوحت ما بين (0.745) إلى (0.936)، وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (0.05)، (0.01)؛ مما يدل على وجود اتساق داخلي بين محاور المقياس.

جدول (٩): ثبات مقياس معنى الحياة (ن=٥٠)

م	الابعاد	العبارات الفردية		العبارات الزوجية		معامل الارتباط	سيبرمان	جتمان	الفا كرونباخ
		ع±	س	ع±	س				
١	الهدف من الحياه	١.٦٤	١٥.٨٨	٢.٠٧	١٦.٦٢	**٠.٣٨٥	٠.٥٥٦	٠.٥٤٦	٠.٧١٢
٢	الرضا الوجودي	١.٣٧	١٢.٩٨	٤.٣٢	١١.٧٨	*٠.٣١٢	٠.٤٠٢	٠.٤٢٢	٠.٦٢٤
٣	تقبل الذات	١.٣٧	١٣.٤٦	١.٦٤	١٣.٨٤	**٠.٤٤٢	٠.٥٤٨	٠.٥٤٥	٠.٦٧٥
٤	تحمل المسؤولية	١.٧١	١٣.٦٨	١.١٨	١٣.٣٤	**٠.٦٢٤	٠.٧٦٨	٠.٧٣٧	٠.٥٦٨
٥	الدافعية نحو ذالعمل	١.٢٥	٧.٩٤	٠.٨٦٢	٨.٤٦	**٠.٤١٥	٠.٤٥٤	٠.٤٣٥	٠.٥٤٣
	المقياس ككل	٦.٧٩	٦٥.٤٢	٤.١٨	٦٢.٥٦	**٠.٥٥٨	٠.٧١٧	٠.٦٦٥	٠.٦٩٨

* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = (٠.٢٧٦)

** عند (٠.٠١) = (٠.٣٦١)

يتضح من جدول (٩) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية وذلك عند مستوى دلالة إحصائية (٠.٠٥)، (٠.٠١)؛ مما يشير إلى ثبات المقياس ومحاورة؛ حيث بلغ معامل الثبات بطريقة بيرسون ٠.٥٥٨ وبطريقة سيبرمان براون ٠.٧١٧، بينما بلغ بطريقة ألفا كرونباخ ٠.٦٨٨؛ مما يشير لارتفاع معامل ثبات المقياس.

- معامل الارتباط
- سيبرمان
- جتمان
- الفا كرونباخ

وقد تم تقريب النتائج إلى كسرين عشريين، واستند في النتائج إلى مستوى دلالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥

٤/٦/١/٩/١ الدراسة الأساسية:

بعد الاطمئنان لمعاملات الصدق والثبات قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من طلبة جامعة القصيم في الرياضيات التطبيقية والنتائج البحث الأساسية، والبالغ قوامها ١٧٨ م

٧/١/٩/١ أساليب المعالجة الإحصائية:

تمثلت أساليب المعالجات الإحصائية في:

- المتوسطات الحسابية.
- الانحراف المعياري.
- النسب المئوية %.
- صدق المحكمين.
- صدق المحتوي.
- صدق الاتساق الداخلي
- الثبات التجزئه النصفيه.

١/١٠/١ الإجابة على تساؤل البحث:

- ما الأبعاد التي يمكن من خلالها التعرف على مستوي معني الحياه لمعلمي التربية الرياضية؟

جدول (١٠): التوزيع النهائي لأبعاد مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية

م	الأبعاد	عدد العبارات		
		إيجابية	سلبية	المجموع
الأول	الهدف من الحياة	١٥	-	١٥
الثاني	الرضا الوجودي	١١	٩	٢٠
الثالث	تقبل الذات	١٠	٩	١٩
الرابع	تحمل المسؤولية	٩	٨	١٧
الخامس	الدافعية نحو العمل	١٦	-	١٦
مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية		٦١	٢٦	٨٧

على مشكلاته، ووفقاً لهذا اتعد مقدرة الفرد على تحديد هدف حياته والسعي لتحقيقه أحد أسباب الشعور بمعنى الحياة واحد المتطلبات الأساسية لتحقيق الصحة النفسية (24: ٤٧٨)

البعد الثاني لقياس معنى الحياة: الرضا الوجودي والذي يصف بأن معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة، وهو مفهوم واسع يتأثر بطريقة مركبة بالصحة الجسدية للفرد وحالته النفسية وعلاقته بكل مكونات البيئة التي يعيش فيها

وذلك يتفق مع رأي معمره (٢٠١٢م): أن الانسان لا يمكن ان يصبح سوياً الا حينما يعدل نظرتة للحياة بصورة إيجابية فالمعنى يوفر قيماً ومعايير يمكن من خلالها الحكم على السلوك كما يعطي الشعور بالقدرة على التحكم في حياته، إضافة الى ما يمنحه من الشعور بالقيمة الذاتية (13: ٤٩)

البعد الثالث: تقبل الذات والذي يعني مدى تقبل ورضا الفرد عن وجوده في الحياة، وتقبله لذاته واقتناعه بقدراته، وتفاؤله تجاه المستقبل، ومع أسرته ومجتمعه.

تم بناء مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية موزعة على (٥) عوامل كما هو موضح بالجدول رقم (١٠)، وهي: العامل الأول: الهدف من الحياة، العامل الثاني: الرضا الوجودي، العامل الثالث: تقبل الذات، العامل الرابع: تحمل المسؤولية، العامل الخامس: الدافعية نحو العمل.

ويتضح من الجدول السابق أنه يمكن قياس معنى الحياة لدى معلمي التربية الرياضية من خلال بعض الأبعاد الخاصة.

البعد الأول: الهدف من الحياة والذي يقصد به مدى إدراك الفرد للهدف والمعنى في الحياة ورسالته في الحياة التي يعيش ويضحى في سبيل تحقيقها، الامر الذي يجعل حياته ذات قيمة ومعني.

وذلك يتفق مع رأي (Greenstein&Breitbart,2000)، أن الإحساس بالهدف والمعنى في الحياة يمكن أن يساعد الفرد في تخفيف الضغوط والقلق الناشئ بسبب ما يتعرض له من صعوبات ومعاناة في الحياة، هذا الإحساس يمدّه بقوة دفع لازمة لمواصلة كفاحه والتغلب

بمعنى حياته وبالتالي التمتع بحياته سوية وصحة نفسية جيدة.

٢/١٠/١ استنتاجات وتوصيات البحث:

١/٢/١٠/١ استنتاجات البحث:

في ضوء اهداف البحث وتساولة وفي حدود العينة والمنهج المستخدم في إجراءات البحث وأدوات جمع البيانات نستنتج ما يلي:

- تم بناء مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية.
- تم الاستدلال على خمس أبعاد لمقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية.
- عبارات المقياس ٨٧ عبارة منهم ٦١ عبارة إيجابية و ٢٦ عبارة سلبية.
- تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين ٢٦١ درجة كحد اقصى، و ٨٧ درجة كحد أدنى.

٢/٢/١٠/١ توصيات البحث:

في ضوء عينة البحث والأسلوب الإحصائي ونتائج البحث يُوصى بما يلي:

- استخدام مقياس معنى الحياة لمعلمي التربية الرياضية .
- تطبيق المقياس على عينات مختلفة من معلمي التربية الرياضية للتعرف على مستوى معنى الحياة لديهم.
- تكثيف برامج التوعية لمعلمي التربية الرياضية داخل المدارس او من خلال بعض الدورات الارشادية او برامج الارشاد النفسي تحت اشراف متخصصين في علم النفس الرياضي وتحت اشراف التوجيه الفني للتربية الرياضية للتعرف

كما يذكر أيضاً (Bekenkamp:2014): أن الافراد اكثر تقبلا لذواتهم واكثر ثقة بنفسهم واكثر قدرة على تحديد أهدافهم من الحياة وبالتالي، اكثر قدرة على فهم حياتهم، مما يدل على معنى إيجابي لحياتهم(19).

أما البعد الرابع: تحمل المسؤولية ويقصد به إحساس الفرد بالمسؤولية تجاه ما يختاره ويقرره في هذه الحياة، كما تتضمن عدم تخلي الأفراد عن الالتزامات والواجبات التي عليهم.

وذلك يتفق اتفاقاً كاملاً مع ما ذكرته(داليا يوسف ٢٠٠٨م)، تعقياً على نظرية لانجل للمعنى أنه توجد أربعة مراحل لتحقيق معنى الحياة واهمها تحمل المسؤولية يشير إلى التزام الفرد بكل المهام التي ترتبط بالطريق الذي اتخذه لتحقيق القيمة الهامة في حياته، فيدرك الفرد مسنوليته في تغير في سلوه بما يوصله بهذه الغاية ، ومصدر المعنى ليس في العمل بحد ذاته انما بأسلوب الفرد في انجاز العمل المتمثلة في تحمل مسؤولية الاعمال وانجازها بالطريقة الصحيحة فعندما يكون العمل بلاقيمة تصبح الحياة بلا معنى(5).

البعد الخامس وهو الدافعية نحو العمل الذي يعبر عن الحالة النفسية الفسيولوجية الداخلية تحرك الفرد من اجل تحقيق حاجياته فإنه كما ذكرت داليا يوسف(٢٠٠٨م)، انه توجد علاقة بين الدافعية كبعد من أبعاد مقياس معنى الحياة وجميع أبعاد مقياس دافعية الإنجاز(5)

وترى الباحثة مما سبق أنه من الضروري ان يكون لدى الفرد الدافعية نحو أداء اعماله واحساسه بالمسؤولية تجاهها ويأتي ذلك من مدى شعوره بالرضا عن حياته ووضوح الهدف منها أمام عينه الى جانب تقبله لذاته واقناعه بها مما يجعله يشعر بانه شخص سوى ويمكن ان يحقق مستوى عالٍ من الإحساس

الدولي الخامس "التعليم الجامعي في مجتمع المعرفة: الفرص والتحديات، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس

على مسوي معنى الحياة لديهم وتنميتها إذا دعت الحاجة إلى ذلك.

١١ / ١ قائمة المراجع:

٨. سميره محمد شند (٢٠٠٢م)، دراسة لقلق

المستقبل وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظور متغير الجنس والتخصص، مجلة كلية التربية، مجلد ٨، العدد ٣، ١١٣ - ١٨١.

٩. سهير محمد سالم (٢٠٠٥م)، معنى الحياة وبعض المتغيرات النفسية، رسالة دكتوراه، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

١٠. عامر محمد حسن (٢٠٠٣م)، التوافق النفسي

وعلاقته بمعنى الحياة لدى المراهقين من الجنسين، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.

١١. عبد الرازق محسن سعود (٢٠١٩م)، معنى الحياة

لدى طلبة الجامعة العراقية (دراسة مقارنة بين المتفوقين والمتأخرين دراسياً)، رسالة ماجستير، كلية التربية، الجامعة العراقية.

١٢. عبدالرحمن سليمان، وإيمان فوزي (١٩٩١م):

معنى الحياة وعلاقته بالاكنتاب النفسي لدى عينة من المسنين العاملين وغير العاملين. المؤتمر الدولي السادس " جودة الحياة توجه قومي للقرن الحادي والعشرين"، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ١٠٣٥.

١٣. معميرة بشير (٢٠١٢م): معنى الحياة مفهوم

أساسي في علم النفس الإيجابي، جماعة الحاج لخضر، باتنه، المجلة العربية للعلوم النفسية، ع ٣٤، الجزائر.

١/١١/١ المراجع العربية:

١. اشرف محمد عبد الحلیم (٢٠١٠م)، قلق المستقبل

وعلاقته بمعنى الحياة والضغط النفسية لدى الشباب، المؤتمر السنوي الخامس عشر، جامعة عين شمس، مركز الإرشاد النفسي

٢. أماني أحمد اسكندراني (٢٠١٦م): معنى الحياة

وعلاقته بالايثار، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة دمشق.

٣. بيان صافي، نادية ربيب (٢٠١٤م)، معنى الحياة

وعلاقته بالصلابة النفسية، ماجستير، مجلة جامعة البعث، كلية التربية، جامعة دمشق.

٤. خلود رحيم (٢٠١٠م) معنى الحياة كما تدركه

المرأة العراقية، كلية التربية للبنات، جامعه بغداد، المؤتمر الإقليمي الثاني لعلم النفس، رابطة الاخصائين النفسيين المصريين، ٧٥٥-٧٧٢.

٥. داليا عبدالخالق عثمان (٢٠٠٨م): معنى الحياة

وعلاقته بدافعية الإنجاز الأكاديمي والرضا عن الدراسة لدى طلاب الجامعة، ماجستير، جامعه الزقازيق.

٦. سعاد عبدالله، حسن الحميدي (٢٠١٩م): معنى

الحياة وعلاقته ببعض ابعاد التفكير الإيجابي في ضوء الرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، رسالة ماجستير، كلية التربية الأساسية، الهيئة لعامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

٧. سميرة علي أبوغزالة (٢٠٠٧م)، أزمة الهوية

ومعنى الحياة كمؤشرات للحاجة إلى الإرشاد النفسي "دراسة على طلاب الجامعة". المؤتمر

- The Diplomat Educator, Adminstrator Credential, Viktor Frankl Institute of Logotherapy, 1 – 40.
٢١. Cayce, E (2013): Stop dreaming and become an author yourself today, Deal or not Deal: The true meaning of life, Free- e book. Net, America.
22. Depaola, S & Ebersole, P (2010): Meaning in Life Categories of Couples, The Journal of Psychology, Vol.121, Issue.2, P: 185-191.
23. Di Muzio, G. (2006). Theism and the Meaning of Life. Journal of Disputandi, 6, 1-12.
24. Greenstein, M & Breitbart, W (2000): Cancer and Experience of meaning: A group psychotherapy program for people with cancer, Journal of psychotherapy, America, 54 (4), P: 486-500.
25. Harries, SH.K(2004): Relationships Among life meaning Relationship Satisfaction, and satisfaction with life, M.A. Thesis Trinity Western university, Canada.
26. Jia, y.(2008). The protective function of life on life satisfaction among meaning of Australia and Hong Kong, journal of American college health 57,2, 223-234.
١٤. محمد حسن الأبيض (٢٠١٠م): مقياس معنى الحياة لدى الشباب. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، ٣، ٣٤، ٧٩٩-٨٢٠
١٥. محمد سعد حامد (٢٠٠٧م)، الاكتئاب وعلاقته بتقدير الذات ومعنى الحياة لدى الشباب، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
١٦. ناز بدرخان السندي، شيماء عبد العزيز عبد الحميد، إيمان حسن جعدان (٢٠١٣م)، اثر أسلوب توكيد الذات في تنمية الاحساس بالمعنى الوجودي للحياة لدى طالبات الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية ابن رشد، جامعة بغداد.
١٧. نجوي إبراهيم (٢٠٠٨م): معنى الحياة وعلاقته بتحقيق الذات لدى عينه من الشباب الجامعي، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس
١٨. هارون توفيق الرشيد (١٩٩٦م)، مقياس معنى الحياة، بحوث المؤتمر الدولي الثالث لمركز الارشاد النفسي " الارشاد النفسي في عالم متغير" مج ٢، مركز الارشاد النفسي جامعة القاهرة.
- ٢/١١/١ المراجع الأجنبية:
- 19- Bekenkamp, J . Bloemers, W . Tomic, W & Groothof, H (2014): The Relationship between Physical Health and Meaning Life among Parents of Special Needs Children, Europe's Journal of Psychology, Vol.10, Issue.1, P: 67-78.
20. Carlos, L.(2003). The "Ultimate Meaning" of Viktor Frankl. A Demonstration Project in Partial Fulfillment of The Requirements for

Meaning, Journal of Economic Psychology, 26, P: 357-382.

28. Peterson, C (2010): The Good life: Ends and Means, Ph.D, Journal of Psychology Today, America, P:5-7.

27. Macdonald, M . Wong, P.P.T & Gingras, D (2010): Meaning in life measures and development of a brief version of the personal meaning profile, The Human Quest for

Abstract

“construction scale on The meaning of life for physical education teachers”.

Asmaa Hussein Ali

DR\Ahmed Albayomy Ali

DR\Karem Mohammed Elhakim

DR\Abo Elnaga Ahmed Ezzeldeen

The research aims to:

The study was conducted on a sample of 50 physical education teachers.

The researcher used the Descriptive method as it suits the nature of this research

the researcher prepare a Counseling Program on The meaning of life for physical education teachers, and consists of five factors .87 phrase.

After confirming the availability of all administrative and scientific terms the program has been applied to the sample

The most important results

There are five factors to measure the The meaning of life for physical education teachers”.

Research Recommendations: Based on what has been reached from the search results, you can make the following recommendations;

- Using the meaning of life scale for teachers of physical education.*
- measure the scale to different samples of physical education teachers to identify the level of meaning of life.*
- Intensifying awareness programs for sports education teachers, inside the school or through some instructional courses, or psychological counseling programs under the supervision of specialists in sports psychology and under the supervision of technical guidance for sports education*