ملخص البحث

ملخص البحث

--

تقديم ومشكلة البحث :

لقد أصبحت الحياة المدنية بإختراعاتها الحديثة من آلات كهربائية وميكنة وآلية وغيرها تلعب دوراً كبيراً فى حياة المرأة سواء كان ذلك فى حركتها خارج المنزل من استخدام سيارات أو استعمال المصعد أو فى الأعمال المنزلية كالتنظيف والطهى مما يترتب عليه تواجد بعض الوقت الحر مما يجعلها قليلة الحركة فليس غير متابعة التليفزيون ، كل هذا يقلل من حركة السيدات ، وقد يترتب عليه زيادة وزنهن وإفتقادهن رشاقة القوام مما جعل المسئولين يدعون المرأة لتخصيص جزء من يومها لممارسة نشاط رياضى للإحتفاظ برشاقتها ونضارة جمالها والبعد عن تكدسات الدهون على القلب مما يعرضهن لكثير من الأمراض مثل تصلب الشرايين وخشونة المفاصل ، حيث تعتبر التمرينات الرياضية أحد مفاتيح السر إلى الجسم الجميل والرشاقة والنضارة ، فقد إهتم قدماء اليونان بالجسم الجميل ، وكانوا يقومون بتدريباتهم وألعابهم الرياضية وهم عرايا لكى يظهروا خطوط أجسامهم الجميلة ، فليس هناك أجمل من الجسم البشرى الكامل المتناسق .

كما لوحظ أيضاً ، أن نتيجة التطور والتقدم العلمى والتكنولوجى فى هذا العصر قد أظهرت تغيرات كثيرة فى أساليب الحياة ، مما نتج عنه العديد من المشاكل النفسية والإجتماعية والصحية وغيرها من المشاكل التى تأثرت بها القطاعات المختلفة من المواطنين ولذلك ظهرت الحاجة إلى ترشيد ممارسة الأنشطة الرياضية كوسيلة فعالة للتغلب على هذه المشاكل التى تعانى منها هذه القطاعات ، حيث من خلال ممارسة المناشط الرياضية يمكن تنمية الصفات المختلفة المحببة للنفس ايضاً تكسب الفرد توازناً بين القيم الأصلية والقيم العصرية والتى تتمثل فى الأبعاد الإجتماعية ، كذلك فإن ممارسة المناشط الرياضية المختلفة تساعد على كسر الجمود والرقابة الذى نتج فى هذا العصر والذى سمى بعصر الآلة .

والمرأة العصرية تلعب دوراً هاماً فى المجتمع وداخل أسرتها ، فالأم هى أول من يضع البصمات الأولى فى حياة أبنائها كما أنها حجر الزاوية داخل منزلها فى تحديد الإتجاهات للأبناء ، حيث تأثيرها عليهم سريعاً يعاود واضحاً فى حياة الأبناء ، وقد لوحظ إنتشار ممارسة الأنشطة الرياضية لمختلف الأعمار الزمنية وخاصة الرجال فى حين أن المرأة تفتقد مثل هذه الفرصة ، لهذا فهذا البحث يعتبر خطوة على الطريق يساعد المرأة على

ممارسة الأنشطة الرياضية كنشاط ترويحى رياضى والذى يمكن بدورها غرس هذه الإتجاهات فى نفوس صغارها ، حيث يساعدها ممارسة الترويح الرياضى على كسر الجمود والرتابة التى تحياها السيدة العصرية ، كما يساعدها أيضاً على تجديد طاقتها الجسمانية ، والموضوع الذى نحن بصدده وهو إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى يحمل معنى انفعالياً تجاه المواقف والأشخاص مما يعطى الفرد قوة دافعية للسلوك ويشار إليه فى ذلك الوقت بالإتجاه العملى ، كما أصبحت ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية مظهراً حضارياً لإستثمار وقت الفراغ بطريقة إيجابية كما أن ممارسة تلك الأنشطة الترويحية الرياضية تعد عاملاً وقائياً بدنياً وصحياً ونفسياً وإجتماعياً للمرأة حيث تشعرها بمساوتها مع الرجل فى كافة ممارستها للأنشطة وأحقيتها فى ذلك ، كما أنها تساعد على حل كثير من المشاكل البدنية والصحية التى تتعرض لها المرأة فى أعمال مختلفة لها . حيث ممارستها لتلك الأنشطة الترويحية الرياضية يساعدها على زيادة كفاءة الأجهزة الحيوية وحمايته من أمراض كثيرة نفسية وإجتماعية كما أنها تقيها زيادة الوزن وتساعدها على الإحتفاظ بجمالها ورشاقتها والتى تسعى إليها المرأة على المستوى العام .

وبالرغم من التقدم العلمى الواضح والملموس فى مجال الترويح الرياضى وفى مجال الإختبارات والمقاييس لمختلف العلوم إلا أن القياس فى مجال الترويح الرياضى للمرأة لم يحظ بالقدر المناسب من الإهتمام سواء فى البحوث أو الدراسات (على حد علم الباحثة) إذ أن من خلال الإطلاعات على البحوث والدراسات النظرية فى المجال الترويحى الرياضى لم يستدل العدد المناسب عن دراسات تستهدف بناء مقياس لإتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى ، ومن هذا المنطلق رأت الباحثة ضرورة بناء مقياس لإتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى ، حيث دراسة تلك الإتجاهات يؤدى إلى معرفة المقترحات والتوصيات والتى من شأنها دفع المجتمع نحو الإهتمام بالترويح الرياضى للمراة وتدعيمه ، كما أن تجربة هذا المقياس ليصبح صالحاً للإستخدام فى المجالات المختلفة التى ترتبط به يعتبر خطوة إيجابية للمرأة على طريق الرياضة .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

- بناء مقياس لإتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى .
- دراسة إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى .

- التوصل إلى بعض المقترحات والتوصيات التى من شأنها دفع المجتمع نحو الاهتمام بالترويح الرياضى للمرأة وتدعيمه .

منهج البحث :

إستخدمت الباحثة المنهج الوصفى - الدراسات المسحية وذلك لملاءمته لطبيعة البحث وتحقيق الهدف منه .

مجتمع البحث :

يشتمل مجتمع البحث على المرأة المقيمة فى محافظة أسيوط وبلغ إجمالى عددهن (٨٦٠) إمرأة ممن تتراوح أعمارهن من (٣٠-٦٠) سنة ، وقد تم تصنيفهن وفقاً لمتغيرات السن - التعليم - الحالة الإجتماعية - العمل .

وفيما يلى تصنيف عينة البحث بالنسبة لمتغير السن :

- من سن ٣٠ - ٤٠ سنة ، عددهن (٣٧٠) إمرأة .
- من سن ٤٠ - ٥٠ سنة ، عددهن (٢٩٠) إمرأة .
- من سنة ٥٠ - ٦٠ سنة ، عددهن (٢٠٠) إمرأة .

بالنسبة لمتغير التعليم :

- تعليم متوسط بواقع (٥٢٠) إمرأة .
- تعليم عالى بواقع (٣٤٠) إمرأة .

بالنسبة لمتغير العمل :

- من تعمل بواقع (٤٥٠) إمرأة .
- من لا تعمل بواقع (٤١٠) إمرأة .

بالنسبة لمتغير الحالة الإجتماعية :

- متزوجة بواقع (٦١٠) إمرأة .
- غير متزوجة بواقع (٢٥٠) إمرأة .

عينة البحث :

١ - تم أختيار عينة البحث بطريقة الحصر الشامل . وقد تم استبعاد (٦٠) إمرأة وذلك للأسباب الآتية :

- وجد أن بعض أفراد العينة يزيد عمرهن عن (٦٠) سنة وهو ما يعارض توصيف عينة البحث حيث التوصيف النهائى لعينة البحث أقل من (٦٠) سنة .
- هناك البعض منهن مصابات ببعض الأمراض (العضوية والذهنية) والتى تحول دون تمكنهن من إتمام البحث مما جعلهن يرفضن الإشتراك فى هذه الدراسة .
- أيضاً تم استبعاد من يقل عمرها عن (٣٠) سنة وهو ما يعارض توصيف عينة الدراسة حيث بداية سن العينة (٣٠) سنة .
- عدم مقدرة البعض على الكتابة والقراءة مما يعوق الإجابة على الإستبيان المقدم لهن من قبل الباحثة حيث لابد من توافر عنصر القدرة على القراءة والكتابة فى عينة البحث .
- أصبح بذلك العدد الفعلى لأفراد عينة البحث (٨٠٠) إمرأة من المقيمات فى مدينة اسيوط ومما ينطبق عليهن توصيف عينة البحث فى المتغيرات الأربعة (السن - التعليم - العمل - الحالة الإجتماعية) .

٢ - تم سحب عينة استطلاعية بلغ قوامها (٢٤٠) إمرأة من العينة الكلية للدراسة وتم إختيارهن بالطريقة العشوائية ، ثم صنفت العينة الإستطلاعية إلى عينة إستطلاعية أولى بواقع (٢٠) إمرأة ، وذلك بغرض التأكد من وضوح المفردات وسهولة فهمها لدى أفراد العينة، وعينة بلغ قوامها (٢٢٠) إمرأة وذلك بغرض استخراج المعاملات العلمية للدراسة (إختبار الصدق وثبات المقياس) . وبذلك أصبح قوام العينة الإساسية والتى طبق عليها المقياس قوامها (٥٦٠) إمرأة .

أدوات جمع البيانات :

تحقيقاً لهدف البحث وهو دراسة إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى قامت الباحثة فى اللجوء إلى عدة مصادر وذلك للحصول على المعلومات اللازمة لبناء مقياس يمكن من خلاله قياس إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى وكانت هذه الإجراءات كالآتى :

- المقابلة الشخصية من الباحثة مع بعض أفراد مجتمع البحث فى أماكن مختلفة تبعاً لتواجد مجتمع البحث سواء فى النوادى الرياضية والإجتماعية ، أو أماكن العمل لهن ، أو منازلهن ، تبعاً للأماكن المتاحة لمقابلتهن وذلك من أجل التعرف على درجة الوعى

والإدراك والفهم لمعنى الترويح الرياضى ومساعدتهن على ذلك أيضاً مع توضيح اللازم لهن، أيضاً التعرف على نوعية الأنشطة التى يمكن أن تمارسها المرأة والإمكانات المتاحة والعقبات والحلول ، أيضاً معرفة قدر الوعى والإدراك عند المرأة لأهمية ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية منذ الصغر وداخل الأسرة .

- مقياس إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى (من تصميم الباحثة) نظراً لعدم وجود مقياس خاص لقياس إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى ، لهذا قامت الباحثة بتصميم هذا المقياس ، كما قامت بقراءة الدراسات المرتبطة بموضوع البحث ودراسة بعض المراجع العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع البحث ، هذا بجانب مقابلة مجموعة من الخبراء فى مجال علم النفس والإجتماع والترويح الرياضى والإختبارات والمقاييس من أجل وضع النقاط العريضة لبناء المقياس ، وبهذا تم وضع النقاط العريضة لبناء المقياس كما وجه نظر الباحثة إلى تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس ومن هنا تم وضع سبعة أبعاد للمقياس بعد الإتفاق مع هيئة الإشراف ، مع وضع تعريف خاص لكل بعد لتوضيح معنى وهدف البعد بما يتمشى مع هدف البحث ، ثم تم وضع هذه الأبعاد وتعريفاتها فى إستمارة إستطلاع رأى مرفق (٢) وتم عرضها على مجموعة الخبراء المتخصصين فى مجال الترويح الرياضى وعلم الإجتماع وعلم النفس والإختبارات والمقاييس مرفق (١) ، وتم بعد ذلك تعديل المقياس كما رأى الخبراء من حذف وإضافة ودمج وتعديل فى الصياغة للأبعاد المعروضة عليهم .

- وبعد إجراء المعالجات الاحصائية اللازمة أصبح المقياس فى صورته النهائية مكون من أربعة أبعاد وتحتوى بداخلها على (٦٨) مفردة .

العينة الإستطلاعية :

- بعد أن تم إعداد المقياس للتطبيق وموافقة الخبراء قامت الباحثة بتطبيقه فى الفترة من يوم الأحد (٢٠٠٣/٩/١٤) حتى يوم الأحد الموافق (٢٠٠٣/٩/٢٠) على عينة إستطلاعية أولى قوامها (٢٠) إمرأة وذلك بغرض التأكد من وضوح الهدف للعينة والذى وضع من أجله المقياس ، وسهولة وفهم الأبعاد والمفردات التى بداخلها ، ومناسبة الوقت للإجابة وسهولة الميزان الموضوع وملائمته للمقياس ، ثم تم تطبيقه على عينة استطلاعية ثانية بلغ قوامها (٢٠٠) إمرأة بغرض إختبار الإتساق الداخلى لمفردات كل بعد من الأبعاد الأربعة للمقياس وذلك خلال الفترة من يوم الأحد الموافق (٢٠٠٣/٩/٢٨) وحتى يوم الأحد الموافق (٢٠٠٣/١٠/٥) .

صدق المقياس :

تم إيجاد صدق المقياس عن طريق صدق المحكمين ، الصدق بطريقة الإتساق الداخلى.

١ - صدق المحكمين :

وذلك من خلال عرض المقياس على السادة الخبراء من حيث الأبعاد المقترحة ، وعرضه مرة ثانية من حيث المفردات المنتمية لكل بعد حيث تم الإتفاق على أربعة أبعاد وإنتماء مفرداتها لكل بعد مرفق (٥) .

٢ - الصدق بالإتساق الداخلى :

قامت الباحثة بحساب معامل الإتساق الداخلى للمقياس ككل وذلك بحساب قيم معاملات الإرتباط بين المفردات والبعد التى تنتمى إليه ومعاملات الإلتواء ومعاملات التميز والصعوبة لكل بعد على عينة التقنين والتى يبلغ قوامها (٢٠٠) إمرأة من مختلف المتغيرات المأخوذة فى مجتمع البحث .

ثبات المقياس :

قامت الباحثة بإيجاد معامل ثبات المقياس على عينة التقنين (٢٠٠) إمرأة بطريقة ألفا، وريتشاردسون بتعديل كرونباخ جدول (٢٠) وذلك لإختبار ثبات كل بعد من أبعاد المقياس .

المقياس فى صورته النهائية :

بعد التأكد من صلاحية مقياس إتجاهات المرأة نحو الترويح الرياضى كأداة للمقياس، تم إعداده فى صورته النهائية والتى اشتمل على (٥٧) مفردة موزعة على (٤) أبعاد .

تطبيق المقياس :

بعد أن قامت الباحثة بإعداد المقياس فى صورته النهائية مرفق (٦) تم تطبيقه فى الفترة من يوم الأحد الموافق (٢٠٠٤/٥/٢) وحتى يوم الأحد الموافق (٢٠٠٤/٥/١٦) وذلك على عينة البحث الأساسية والتى قوامها (٥٦٠) إمرأة ممن يقمن فى محافظة أسيوط ، وتم اختيارهن بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث الأصلى البالغ عدده (٨٦٠) إمرأة .