DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

التمكين الرياضي للمرأة السعودية وانعكاسه على جودة الحياة الأسرية

د. عفـاف عبد الله قبــوري
أستاذ مشارك السكن وإدارة المنزل، كلية التصاميم والفنون، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية

الملخص

تعد ممارسة الأنشطة الرياضية أحد المؤشرات العامة التي يحكم من خلالها على مستوى التقدم والتحضر الاجتماعي والثقافي للمجتمعات ، حيث تعتبر الرياضة ظاهرة اجتماعية ثقافية نفسية متداخلة بشكل عضوي في نظام البناء الاجتماعي ، ومشاركة المرأة في برامج النشاط الرياضي يعتبر مظهراً من مظاهر التقدم الحضاري في أي مجتمع ، لما للنشاط الرياضي من آثار إيجابية على الصحة العامة واللياقة البدنية والنفسية للمرأة . وتعد الجودة الأسرية من المتطلبات الأساسية في الوقت الحاضر لتحقيق الصحة النفسية للفرد ، وخاصة في ضوء ما تتعرض له الأسرة من مشكلات قد تعوق تحقيق طموحات أفرادها نتيجة التغيرات التي طرأت على النواحي الاجتماعية والأسرية .

هدف البحث الي :

1- إيجاد الفروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغيرات الدراسة .
2- إيجاد الفروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغيرات الدراسة .
3- إيجاد العلاقة بين التمكين الرياضي وجودة الحياة الأسرية .
4- التوصل الي نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي .
5- التعرف على نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية .

توصل البحث الي :

1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغيرات الدراسة .
2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغيرات الدراسة .
3- وجود علاقة ارتباطية بين استبيان التمكين الرياضي واستبيان جودة الحياة الأسرية .
4- اختلاف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي .
5- اختلاف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية .

أوصي البحث بـــ :

1- عقد دورات تدريبية عن بعد عبر وسائل الاعلام المختلفة من قبل متخصصين في مجال الرياضة النسائية بهدف نشر الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة وتعريفها بالأنشطة الرياضية المتنوعة التي تناسب مختلف والاعمار .
2- تشجيع وزارة الرياضة على افتتاح المزيد من الأندية الرياضية النسائية وانتشارها في كافة الاحياء السكنية بحيث تكون قريبة من مكان السكن مما يساهم في رفع نسبة ممارسة المرأة للرياضة .
3- توفير حضانة للأطفال في الأندية الرياضية النسائية بهدف مساعدة الأمهات اللاتي لا يوجد من يهتم بأطفالهن اثناء ممارستهن للرياضة .
4- توفير حصص وبرامج رياضية داخل الأندية لتشجيع المرأة واطفالها على ممارسة الرياضة من الصغر .

الكلمات المفتاحية: التمكين الرياضي، المرأة السعودية، الحياة الأسرية.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

Sports Empowerment of Saudi Women and its Impact on the Quality of Family Life

Dr. Afaf Abdullah Qabouri
Associate Professor of Housing and Home Management, College of Designs and Arts, Umm Al-Qura University, Kingdom of Saudi Arabia

ABSTRACT

Practicing sporting activities is one of the general indicators through which the level of social and cultural progress and civilization of societies is judged, as sport is considered a social, cultural and psychological phenomenon that is organically intertwined in the social construction system, and women's participation in sporting activity programs is considered a manifestation of civilizational progress in any society. Because sports activity has positive effects on women's general health, physical and psychological fitness.

Family quality is considered one of the basic requirements at the present time to achieve the psychological health of the individual, especially in light of the problems that the family is exposed to that may hinder the realization of the ambitions of its members as a result of the changes that have occurred in the social and family aspects.

The research aims to :

1- Finding differences between the sample members' scores in sports empowerment according to the variables of the study.

2- Finding differences between the sample members' scores in the quality of family life according to the variables of the study.

3- Finding the relationship between sports empowerment and quality of family life.

4- Reaching the participation rate of factors affecting awareness of the importance of sports empowerment.

5- Identify the percentage of participation of factors affecting the quality of family life.

The search found :

1- There are statistically significant differences between the average scores of the sample members in sports empowerment according to the variables of the study.

2- There are statistically significant differences between the average scores of the sample members in the quality of family life according to the variables of the study.

I recommend searching :

1- Holding remote training courses through various media by specialists in the field of women's sports with the aim of spreading awareness of the importance of women practicing sports and introducing them to various sports activities that suit different ages.

2- Encouraging the Ministry of Sports to open more women's sports clubs and spread them in all residential neighborhoods so that they are close to the place of residence, which contributes to raising the percentage of women practicing sports.

Keywords: sports empowerment, Saudi women, family life.

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

المقدمة :

لم تعد ممارسة الرياضة في المجتمعات القديمة بمفهومها المتداول في الوقت الحالي ، إلا أن الإنسان اهتم منذ القدم بالعناية بجسده وتقويته من أجل مواجهة صعوبات الحياة وخوض الحروب والأزمات وممارسة حياته بكل كفاءة من خلال طرق مختلفة في تدريب الجسد على القوة والتحمل .

فبالرغم من التقدم والتطور الحاصل في مختلف جوانب الحياة ، إلا أن الإنسان لا يزال حتى الآن يبحث عن مختلف الطرق والوسائل للحفاظ على صحته وجسده والاهتمام بهما ، حيث تعد الرياضة من أقدم وأفضل الطرق للمحافظة على صحة الجسد وتقويته .

وتعد ممارسة الأنشطة الرياضية أحد المؤشرات العامة التي يحكم من خلالها على مستوى التقدم والتحضر الاجتماعي والثقافي للمجتمعات ، حيث تعتبر الرياضة ظاهرة اجتماعية ثقافية نفسية متداخلة بشكل عضوي في نظام البناء الاجتماعي ، فالرياضة ليست ظاهرة تخدم اللاعبين والمهتمين بها فحسب ، بل أصبحت ظاهرة تخدم مجالات متعددة وتعود بالنفع على الفرد والمجتمع (حسين رشوان ، 2011م ، 15) .

فالرياضة أداة فعالة التكلفة ومرنة لتعزيز أهداف السلام والتنمية ، وأحد العناصر التمكينية المهمة للتنمية المستدامة لمساهمتها في تمكين المرأة والشباب وأفراد المجتمع في بلوغ الأهداف المنشودة في شتى مجالات الصحة والتعليم والاندماج الاجتماعي (آمال محمد الهبدان ، 2017م ، 4) .

فهي تعتبر بمثابة حق عام لجميع أفراد المجتمع ، حيث برز مفهوم "الرياضة للجميع" ، ويقصد بها إتاحة الفرص لكل فرد ليمارس بدافع من ذاته قدراً من النشاط الحركي حسب رغباته وحاجاته وفي حدود قدراته (خالد الحشحوش ، 2013م ، 93) .

كما أن مشاركة المرأة في برامج النشاط الرياضي يعتبر مظهراً من مظاهر التقدم الحضاري في أي مجتمع ، لما للنشاط الرياضي من آثار إيجابية على الصحة العامة واللياقة البدنية والنفسية للمرأة ، فأصبح اشتراك العنصر النسائي في الدورات الرياضية عاملاً حاسماً ومؤثراً ، وانطلاقاً بأهمية دور المرأة في الحياة ونؤمن بأنها نصف المجتمع فعلينا أن نوازن بين حقوق هذا النصف والنصف الآخر في كل الأمور الحياتية والتي من بينها ممارسة الأنشطة الرياضية ، فالتربية البدنية والرياضية في عصرنا الحالي تعد ظاهرة ثقافية وحضارية واجتماعية يمكننا من خلالها تقييم وقياس مدى تقدم وازدهار الأمم وتطور الشعوب (آمال محمد الهبدان ، 2017م ، 5) .

وفي يومنا هذا أصبحت المرأة مركز عصب الرياضات المدرسية والجامعية والوطنية والدولية ، فأصبح هناك معيار خاص للمرأة يتناسب مع الخصائص الفسيولوجية لجسمها ويختلف عن الرجال ، فنتج عن ذلك إشراك المرأة بالرياضة بما يعود عليها وعلى وطنها بالإنجازات المختلفة .

فممارسة المرأة للرياضة يكسبها الصحة ويزيد نشاطها ويحافظ على جسدها ، فدخول المرأة العربية للميدان الرياضي بالبلاد العربية يعد متأخراً مقارنة بما شاهدته الساحة الرياضية بالنسبة للرجال ، وإن هذه الظاهرة شهدت اندماجاً متأخراً للمرأة العربية في الحقل الرياضي ، رغم أن القرارات والإجراءات من الدولة جاءت لفائدة الرياضة والرياضة النسائية (أبو بكر عبد الكريم وآخرون ، 2008م ، 2) .

وتعد الأسرة هي المجتمع الأول الذي يحتضن الفرد ، والمؤسسة الاجتماعية الأولى التي تراعاه وتشبع حاجاته ، فهي اتحاد تلقائي تساعد على تكوين بنيتيه الشخصية والاجتماعية (محمد الصغير ، 2011م ، 3) .

فالأسرة نظام اجتماعي أساسي بل نواة المجتمع ، فهي نظام اجتماعي بيولوجي ، وهي مصدر الأخلاق والقيم والإطار الثقافي لضبط السلوك (هدى الناشف ، 2007م ، 13) .

وتعد الجودة الأسرية من المتطلبات الأساسية في الوقت الحاضر لتحقيق الصحة النفسية للفرد ، وخاصة في ضوء ما تتعرض له الأسرة من مشكلات قد تعوق تحقيق طموحات أفرادها نتيجة التغيرات التي طرأت على النواحي الاجتماعية والأسرية (انتصار صالح الحلبي ، 2022م ،20).

وقد حظي مفهوم جودة الحياة الأسرية باهتمام كبير في مجالات مختلفة ، فجودة الحياة من العوامل المؤثرة في تحقيق التوافق النفسي للفرد ، حيث يمده بمجموعة من الأسس والمبادئ التي تكون الدافع لتحقيق أهدافه وغاياته في ضوء ما لديه من إمكانات وقدرات بغية تحسين حياته وحل مشكلاته للوصول إلى مستوى مرتفع لجودة الحياة (ريما أبو حميد ، 2013م ، 20) .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

وأصبح مفهوم جودة الحياة من أكثر المفاهيم تناولاً في الفترة الأخيرة وذلك من خلال تحقيق التوافق والسعادة والرضا لدى الأفراد وبالتالي الصحة النفسية للفرد ، كما تمثل مفهوماً واسعاً يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية ومدى الاستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الاجتماعية التي يكونها ، فجودة الحياة الأسرية ظاهرة تنمو وتتسع في مجال بحوث الأسرة (أماني عبد المقصود ، وتهاني عثمان ، 2010م ، 16) .

وتنوعت الدراسات التي تناولت التمكين الرياضي مثل دراسة "شيرين محمد عبيدات ، 2005م" التي هدفت الي التعرف على دور الإعلام في نشر رياضة المرأة من وجهة نظر الطالبات في الجامعات ، كذلك دراسة "خالد الزيود ، 2013م" التي هدفت الي التعرف على دور الإعلام الرياضي الأردني في رفع مستوى الثقافة الرياضية للمرأة الأردنية ، وأيضا دراسة "Cheryl Cooky ,2013" التي هدفت الي معرفة مدى تغطية وسائل الإعلام للرياضة النسائية ، بالإضافة الي دراسة "سامية حسن القطان وآخرون ، 2015م" التي هدفت الي التعرف على أهم التحديات التي تواجه المرأة البحرينية عند ممارستها للأنشطة الرياضية ، كذلك دراسة "آمال محمد الهبدان ، 2017م" التي هدفت الي تحديد آثار ممارسة الرياضة على الفتيات السعوديات في منطقة الرياض ، وتحديد إسهامات ممارسة الرياضة في تنمية الذات عند الفتيات ، وتحديد الآثار الصحية لممارسة الرياضة عليهن ، ودراسة "Christelle Hayoz ,2019" التي هدفت الي التعرف على تأثير طريقة حياة الأسرة على نمط الرياضة الذي يمارسها الأفراد .

كما تنوعت الدراسات التي تناولت جودة الحياة الأسرية مثل دراسة "شاهر خالد سليمان ، 2008م" التي هدفت الي معرفة مستوى جودة الحياة لدى طلاب جامعة تبوك ، كذلك دراسة كلا من "Shek .D,2008" ، ودراسة "أماني عبد المقصود عبد الوهاب وآخرون ، 2010م" حيث هدفا الي التعرف على أثر جودة الحياة الأسرية على فاعلية الذات لدى الأبناء ، بالإضافة الي دراسة "حنان اسعد ، 2016م" التي هدفت الي التعرف على العوامل الأسرية المنبئة بجودة الحياة لدى الطلاب بالمملكة العربية السعودية ، وأيضا دراسة "يحيى بشلاغم ، 2018م" التي هدفت الي التعرف على واقع جودة الحياة الأسرية لدى الطلاب .

فالسلوك الإنساني هو الذي يسهم في تحقيق أو عدم تحقيق جودة البيئة المحيطة بالإنسان والخدمات التي تقدم له ، فجودة السلوك الإنساني تسهم بدرجة كبيرة في تحقيق جودة الحياة ، وجودة الحياة مفهوم واسع يشمل إشباع الحاجات لتحقيق التوافق النفسي للفرد ، وعلى الرغم من أن مفهوم الجودة يطلق أساساً على الجانب المادي والتكنولوجي ، لكن يمكن استخدامه للدلالة على بناء الإنسان ووظيفته ووجدانه ، وجودة الإنسان هي حسن توظيف إمكانياته العقلية والإبداعية ، وإثراء وجدانه ليتسامى بعواطفه ومشاعره وقيمه الإنسانية ، وتكون المحصلة جودة الحياة وجودة المجتمع (صالح وآخرون ، 2012م ، 24) .

فجودة الحياة الأسرية هي مجموعة من المؤشرات الذاتية والموضوعية الداخلة على الرفاهية في مجالات الحياة المختلفة التي تعد بارزة في ثقافة الفرد وزمانه وفقاً للمعايير العامة لحقوق الإنسان (عمرو فتحي ، 2007م ، 29).

مشكلة البحث :

تلعب الرياضة دوراً مهماً في حياة الفرد لأن فوائدها الصحية والنفسية والترويحية كثيرة جداً وممارستها ضرورة يجب الالتزام بها لكل الفئات الاجتماعية ، وتزداد أهميتها بالنسبة للمرأة لعدة اعتبارات منها ، أنها تعيش عديد من الضغوط وتؤدي أدواراً كثيرة تحتاج في كل مرة إلى مجهود أكبر ، والنشاط الرياضي هو بمثابة أحد الروافد التي قد تساعدها على أداء أعمالها بشكل أفضل .

ويلاحظ في المجتمعات المتقدمة أن ممارسة الرياضة تعد من الضروريات في حياة الأفراد ، حيث تهتم الأسرة بتشجيع أبنائها على ممارسة الرياضة كجزء من أسلوب الحياة اليومية ، إن مثل هذه الأهمية للرياضة تكاد تكون شبه غائبة في مجتمعنا السعودي ، ويرجع ذلك إلى قلة الوعي الرياضي ، حيث لا تحظى الرياضة بالاهتمام المطلوب ، كما أن معدل مشاركة المرأة في المجال الرياضي منخفض مقارنة بالرجل ، ويرجع ذلك إلى ثقافة المجتمع السعودي المحافظ ، حيث ارتبط خروج المرأة من بيتها للضرورة كالدراسة والعمل ، ويرجع أيضاً إلى عدم وجود دعم وتشجيع من خلال المدارس في إدراج حصص وأنشطة رياضية تشجع الطالبات على تعلم وممارسة الرياضة والنظر على أنها أنشطة خاصة بالرجل فقط ، مما أثرت تلك النظرة في قلة النشاط البدني للمرأة خاصة في الوقت الحالي ، وفي ظل التقدم والاعتماد الكبير على الأجهزة التكنولوجية مما أدى إلى قلة

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

الحركة وانخفاض اللياقة البدنية بها وإصابتها بالسمنة ، بالإضافة إلى التكوين الجسمي للمرأة يختلف عن الرجل كونها تتعرض للحمل والولادة حيث تؤثر على صحتها التي تتطلب مزيد من العناية والاهتمام بالمظهر الخارجي والصحة العامة ، فمن خلال ذلك يتضح لنا أهمية رفع مستوى الوعي الرياضي لدى المرأة السعودية وتشجيعها لممارسة الأنشطة الرياضية لما في ذلك مردود إيجابي كبير على المرأة منها ، الفوائد الصحية والجسدية للحاضر والمستقبل كدوام الصحة والشباب ، والشعور بالرضا والثقة بالنفس والقبول الاجتماعي من قبل الآخرين ، مما سبق تتلخص مشكلة البحث في التساؤلات الآتية :

1- هل تلعب الأسرة دور في تشجيع المرأة السعودية لممارسة الرياضة ؟
2- هل تؤثر وسال التواصل الاجتماعي في تشكيل وعي المرأة السعودية لممارسة الرياضة ؟
3- ما هي الأسباب التي تدفع المرأة السعودية لممارسة الرياضة ؟
4- ما أهم المعوقات التي تواجه المرأة السعودية لممارسة الرياضة ؟

أهداف البحث :

1- إيجاد الفروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغيرات الدراسة .
2- إيجاد الفروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغيرات الدراسة .
3- إيجاد العلاقة بين التمكين الرياضي وجودة الحياة الأسرية .
4- التوصل الي نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي .
5- التعرف على نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية .

أهميـة البحـث :

يمكن إبراز أهمية البحث في المجالين التاليين :

أولاً : الأهمية العلمية :

يعد التمكين الرياضي للمرأة السعودية وانعكاسه على جودة الحياة الأسرية من المواضيع الهامة للأسر عامة وللمرأة في المجتمع السعودي خاصة ، وذلك من خلال فهم ديناميات المرأة في تعزيز أهمية تمكينها في المؤسسات الرياضية لإبراز وتطوير قدرتها الإبداعية في هذا المجال وانعكاسه على جودة حياتها الأسرية .

ثانيا ً: الأهمية العملية :

1- يخدم هذا البحث المجتمع عامة والمرأة خاصة في دعم وتطوير مجال رياضة المرأة وتمكينها بتنفيذ برامج وخطط تخدم الرياضة بشكل عام .
2- استفادة القطاعات المختلفة في المجتمع بصفة عامة من تمكين المرأة في خدمة المراكز والهيئات الحكومية المهتمة بمجال الرياضة بشكل عام ورياضة المرأة بشكل خاص .
3- إثراء المكتبة العربية بإصدار يختص في دعم وتطوير مجال رياضة المرأة ورفع نسبة ممارسي الرياضة في المجتمع ، والباحثين والدارسين في هذا المجال .

مصطلحات البحث :

ـ التمكين :

- عملية معاصرة تؤكد على منح العاملين حق التصرف واتخاذ القرارات الخاصة بإدارة نشاطاتهم داخل المؤسسات عن طريق تفويضهم الصلاحيات وتزويدهم بالمعلومات المطلوبة ومنحهم الحرية لأداء أعمالهم بالطريقة التي يرونها مناسبة (صلاح الدين عبد الباقي ، 2001م ، 11) .

ـ الرياضة :

- هي كل نشاط بدني يتصف بروح اللعب يمارسه الفرد برغبة وصدق ، ويتضمن طرقاً تنافسية مع الغير ، أو مع الذات ، أو مع عناصر الطبيعة (حسين رشوان ، 2011م ، 184) .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

ـ التمكين الرياضي للمرأة :

- نوع من أنواع العلاج والتأهيل خصوصاً للمرأة تبعاً لتكوينها الفسيولوجي ودورها الاجتماعي وحاجتها الماسة لممارسة الرياضة ، بهدف الحفاظ على صحتها ورشاقتها وحالتها النفسية والانفعالية والاجتماعية (عبد الفتاح القرشي ، 1986م ، 56) .

ـ التعريف الإجرائي للتمكين الرياضي للمرأة السعودية :

- هي كافة الأنشطة والتمرينات الرياضية التي تمارسها المرأة السعودية في المنزل وخارجه ، كالأندية الرياضية وتتمثل في "المشي والهرولة والسباحة ولعب الكرة والتمارين البدنية المتنوعة وكافة الأجهزة الرياضية المختلفة .

ـ جودة الحياة الأسرية :

- هي مقابلة حاجات الأسرة وتمتع أعضائها بحياتهم معاً كأسرة ، وامتلاك الفرصة لجودة الحياة الأسرية وتشمل (التفاعل الأسري ، والحالة المادية المتيسرة للوالدين ، والاتزان الانفعالي والبيئة المادية والصحة الاجتماعية والتماسك) (أماني عبد المقصود وآخرون ، 2007م ، 24) .

ـ التعريف الإجرائي لجودة الحياة الأسرية :

- هي الدرجة التي يحتاج فيها أفراد الأسرة إلى الالتقاء والاستمتاع بوقتهم معاً ، ويكونوا قادرين على فعل الأشياء مع بعضهم البعض لتحسين العلاقات بينهم ، وتحقيق صحة الأسرة وسعادتها .

فروض البحث :

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغيرات الدراسة .
2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغيرات الدراسة .
3- توجد علاقة ارتباطية بين استبيان التمكين الرياضي واستبيان جودة الحياة الأسرية .
4- تختلف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي .
5- تختلف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية .

منهج البحث : تستخدم الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي والذي يعتمد على دراسة الواقع ، ويهتم بوصف الظاهرة ، وصفاً دقيقاً وتحليلها وتفسيرها ، واستخلاص التعليمات والاستنباطات منها ، ويُعبر عنها تعبيراً كيفياً وكمياً فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها ، أما التعبير الكمي يعطينا وصفاً رقمياً يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها، ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة .

حدود البحث :

أ- الحدود المكانية : بناء على مشكلة الدراسة وأهدافها ، فقد طبقت الدراسة الميدانية على مجموعة من الأسر السعودية بغرض معرفة أهمية التمكين الرياضي للمرأة السعودية وانعكاسه على جودة الحياة الأسرية .

ب- الحدود الزمنية : هي الفترة التي تم فيها توزيع الاستبيان الإلكتروني على الأسر ، وهي الفترة من 1443/10/15هـ إلى 1443/11/22هـ .

عينة البحث : تم اختيار عينة عشوائية من الأسر السعودية وبلغ عددهم "150" أسرة .

أدوات البحث :

أولا : استمارة البيانات العامة :

اشتملت الاستمارة على المتغيرات الديموغرافية والتي تساعد على اعطاء وصف دقيق لعينة البحث ، وتضمنت "الحالة الاجتماعية ، المستوى التعليمي ، العمر ، الوظيفة ، عدد أفراد الأسرة ، الدخل الشهري" .

واشتملت الاستمارة علي مجموعة من البيانات الوصفية وتضمنت "الاشتراك في نادي رياضي نسائي ، هل التمكين الرياضي للمرأة مهم ، المعوقات التي تمنع التمكين الرياضي للمرأة في المجتمع ، الهدف الرئيسي من ممارسة الرياضة" .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

ثانيا : استبيان التمكين الرياضي :

الهدف منه التعرف على أهمية التمكين الرياضي ، وتكون من "20" عبارة .

ثالثا : استبيان جودة الحياة الأسرية :

الهدف منه التعرف على مدى تحقق جودة الحياة الأسرية ، وتكون من "20" عبارة .

وبناء على طبيعة البحث ومجال تطبيقه ، واستناداً إلى نوعية البيانات المراد الحصول عليها من أجل اختبار فرضيات الدراسة وتحقيق أهدافها ، فقد تم تصميم أداة قياس مناسبة لهذا الغرض وفق تدرج ليكرت بحيث يقوم أفراد العينة بإبداء آرائهم على متصل ثلاث الأبعاد ، وذلك باختيار أحد البدائل (لا - أحياناً - نعم) على أن تعطي استجاباتهم (1-2-3) للعبارات الموجبة ، و(3-2-1) للعبارات السالبة .

الإطار النظري :

التمكين الرياضي للمرأة السعودية :

لا شك أن الرياضة لعبت دوراً هاماً في حياة الشعوب خصوصاً في السنوات الأخيرة ، حيث جذبت اهتمام العديد من فئات المجتمع ، فهي عملية تربوية تعمل على صقل شخصية الفرد عن طريق ممارسة الأنشطة الرياضية ، مما ينعكس ذلك على التنشئة الاجتماعية للفرد

ويعد عام 2017م "عام تمكين المرأة السعودية" ، حيث صدر عدد من القرارات التاريخية في عهد خادم الحرمين الشريفين الملك سلمان بن عبد العزيز آل سعود ، وذلك لتمكين المرأة في مختلف المجالات الاقتصادية والعلمية والرياضية وغيرها .

ويهدف الاتحاد السعودي للرياضة المجتمعية إلى تشجيع العائلات والمواطنين وتحديداً المرأة على ممارسة الرياضة تحت شعار "مجتمع صحي رياضي" (نايف الجبور ، 2012م ، 24) .

أهمية النشاط الرياضي :

- يحسن النشاط الرياضي أداء أجهزة الجسم الحيوية كالجهاز الدوري والتنفسي والعضلي والعصبي .
- تساعد على تفادي الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية .
- تساعد على زيادة كفاءة عملية حرق المواد الغذائية وتحويلها إلى طاقة نافعة .
- تساعد على زيادة مقاومة الجسم للتعب والتوتر العصبي .
- زيادة الثقة بالنفس والاتزان الانفعالي من خلال التخلص من الضغط العصبي .
- وسيلة فعالة ومفيدة للترويح عن النفس وقضاء وقت الفراغ .
- تساعد على التقليل من آثار الشيخوخة وتحسين عمل الوظائف الحيوية عند الكبر .
- رفع مستوى العمليات العقلية .
- تكوين الاتجاهات الإيجابية (صباح عمر ، 2019م ، 66) .

رياضة المرأة في المملكة العربية السعودية :

أسهمت المرأة السعودية بدور فعال في نهضة مجتمعها ، وحققت الكثير من الإنجازات في شتى الميادين لتكون شريك فاعلاً في عملية التنمية بمفهومها الشامل ، حيث أتاح لها المجتمع فرصة للمشاركة في العديد من الميادين في القطاعين الحكومي والأهلي ، ويعود نجاح المرأة إلى إدراك الدولة السعودية لأهمية مشاركتها حيث إنها تمثل نصف المجتمع ولا يمكن تحقيق أي تنمية إذا ما كان نصف المجتمع معطلاً أو مهمشاً (حسين عبد الحميد رشوان ، 2011م ، 129) .

وصدر إعلان الهيئة العامة للرياضة بالسماح للمرأة بدخول الملاعب الرياضية رسمياً وذلك من خلال رئيس مجلس إدارة الهيئة تركي بن عبد المحسن آل الشيخ ، الذي كشف توجيهات القيادة الرشيدة وما توليه من اهتمام بكافة فئات المجتمع (سامية حسن وآخرون ، 2015م ، 19) .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

أسباب عزوف المرأة عن ممارسة الأنشطة الرياضية :

- عدم توافر الجانب المعرفي بين السيدات غير الممارسات عن أهمية وفوائد ممارسة الأنشطة الرياضية وعلاقتها بالتغذية الصحية ودورهما في المحافظة على القوام الجيد واللياقة البدنية والوقاية من الإصابة بالأمراض .
- بعض العادات والثقافات الاجتماعية للمجتمع قد تؤدي إلى عزوف المرأة عن ممارسة الأنشطة الرياضية .
- طبيعة العمل قد تؤدي إلى هبوط مستوى اللياقة البدنية للمرأة ، مثل الأعمال المكتبية التي لا تتطلب حركة وبالتالي فإن حجم الطاقة المستهلكة يكون أقل من الطاقة المكتسبة (محمد عيده وآخرون ، 2014م ، 122) .

جودة الحياة الأسرية :

هي شعور ديناميكي برفاهية الأسرة بشكل جماعي ومعلوم من قبل أعضائها ، فهي العلاقات والممارسات الإيجابية التي يتبعها الوالدين في تنشئة الأبناء ، وما تتسم به من دفء وتقبل ومشاركة واستحسان في المواقف الحياتية المختلفة وإدراك الأبناء ذلك ، وردود أفعالهم اتجاه هذه الممارسات ، والعلاقات المتبادلة بين أفراد الأسرة وما تتسم به هذه العلاقات من أساليب سوية في التعامل لتحقيق الأهداف وإنجاز الأعمال والمهام ودعم أفراد الأسرة في المواقف المختلفة (Costa, I, R. D, 2014, 262) .

أبعاد جودة الحياة الأسرية :

- التفاعل الأسري :

التفاعل الأسري هو ميل الأسرة إلى تنمية أو تعزيز تحمل كل فرد لمسئولياته داخل الأسرة ، ودعم وتشجيع الصراحة والانفتاح بين أفراد الأسرة (شعبان رضوان ، 2017م ، 7) .

وتتضمن التفاعلات الشخصية كلاً من العلاقات الثنائية بين الأب والأم من جهة وبين كل منهما والأبناء الذين ينشئون في رعايتهما من جهة أخرى ، فالأسرة المنيرة هي التي تعرف طريقها السليم في التربية (Wang et al., 2015, 2).

- الحياة الوالدية اليومية :

تلعب الأسرة دوراً كبيراً في تكوين شخصية الفرد وتوجيه سلوكه ، فهي العامل المسئول عن تربية الأبناء وهي المحرك الرئيسي الذي ينمي القيم والمبادئ داخلهم (انتصار صالح الحلبي ، 2022م ، 8) .

ويتأثر الأبناء بالجو النفسي السائد في أسرهم وبطبيعة العلاقات الأسرية القائمة بين أفرادها بحيث يكتسبون اتجاهاتهم من مواقف الكبار ، وهو ما ينعكس بدوره على بناء شخصياتهم المستقبلية (عبد الباقي عجيلان ، 2015م ، 157) .

- الحماية الأسرية :

الأسرة مسئولة عن حماية أبنائها من خلال إيجاد الجو الأسري المناسب الذي تغمره عاطفتا الأبوة والأمومة الضروريتان لنمو العواطف لدى الأبناء ، فالعاطفة تشكل مساحة واسعة من نفسية الفرد ، إذ يتم بناء نفسيته وتكوين معالم شخصيته من خلالها .

وتعد الحماية الأسرية عنصراً أساسياً من عناصر ما يعرف بالمرونة الأسرية ، وتعرف المرونة الأسرية على أنها الموارد التي تمتلكها الأسرة وتساعدها على مقاومة المخاطر واستعادة التوازن (Richardson, 2016, 14).

- جودة الحياة الانفعالية "الوجدانية" :

هي مدى قدرة الفرد على التمتع بعواطف ومشاعر وانفعالات إيجابية تجاه نفسه أولاً وتجاه الآخرين ثانياً ، والمواقف والموضوعات التي يعيشها الفرد والتي تشعره بالسعادة والرضا عن الحياة ثالثاً ، والشعور بالتوافق على المستوى الانفعالي والنفسي ومن ثم رفع مستوى الصحة النفسية لديه (منى الجناعي ، 2012م ، 276) .

- جودة الحياة الاجتماعية :

هي تمتع الإنسان بمستوى جيد من الصحة الجسمية والنفسية وقدرته على إقامة علاقات اجتماعية وأسرية جيدة (نسرين طنطاوي ، 2016م ، 120) .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

النظريات المفسرة لجودة الحياة الأسرية :

- نظرية التواصل والإرشاد الأسري :

هي إحدى نظريات الإرشاد الأسري وواحدة من نظريات النظم ، وهي نظرية تحتوي على مجموعة شاملة من الأفكار والأساليب والأدوات والتمارين الإيجابية التي تدعم التغير الإيجابي لدى الأفراد ، وتهدف هذه النظرية إلى إحداث تغيير دائم لدى الأفراد عن طريق تعزيز الوعي والفهم لأنماط التواصل ، وتوسيع اكتشاف الذات والمسئولية الذاتية ، وتعزيز الانسجام والاستفادة من الموارد الداخلية من أجل التغيير الخارجي (سعاد غيث ، 2015م ، 267) .

- نظرية الإرشاد الأسري البنائي "النظرية البنائية" :

يعد الإرشاد الأسري إحدى اختصاصات الإرشاد النفسي الرئيسية ، فهو يقوم على الأسس الفلسفية ذاتها ، وهو يخدم تمكين الأسرة على مختلف الأصعدة ، كما أن له جوانب وقائية لحماية الأسرة وأفرادها من الأخطار التي تهدد توازنهم وتوافقهم الذاتي وفاعليتهم الحياتية (مصطفى حجازي ، 2011م ، 39) .

صدق وثبات أدوات البحث :

استبيان التمكين الرياضي :

صدق الاستبيان :

يقصد به قدرة الاستبيان على قياس ما وضع لقياسه .

الصدق باستخدام الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان :

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط (معامل ارتباط بيرسون) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان (التمكين الرياضي) ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (1) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان (التمكين الرياضي)

م-	الارتباط	الدلالة	م-	الارتباط	الدلالة
-1	0.794	0.01	-11	0.617	0.05
-2	0.605	0.05	-12	0.704	0.01
-3	0.858	0.01	-13	0.943	0.01
-4	0.736	0.01	-14	0.808	0.01
-5	0.915	0.01	-15	0.741	0.01
-6	0.827	0.01	-16	0.639	0.05
-7	0.769	0.01	-17	0.869	0.01
-8	0.624	0.05	-18	0.775	0.01
-9	0.885	0.01	-19	0.832	0.01
-10	0.643	0.05	-20	0.957	0.01

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (0.01) لاقترابها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس عبارات الاستبيان .

الثبات :

يقصد بالثبات reability دقة الاختبار في القياس والملاحظة ، وعدم تناقضه مع نفسه ، واتساقه واطراده فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المفحوص ، وهو النسبة بين تباين الدرجة على المقياس التي تشير إلى الأداء الفعلي للمفحوص ، وتم حساب الثبات عن طريق :

1- معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach

2- طريقة التجزئة النصفية Split-half

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

جدول (2) قيم معامل الثبات لاستبيان التمكين الرياضي

	معامل الفا	التجزئة النصفية
ثبات استبيان التمكين الرياضي	0.863	0.904 – 0.819

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات : معامل الفا ، التجزئة النصفية ، دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على ثبات الاستبيان .

استبيان جودة الحياة الأسرية :

صدق الاستبيان :

يقصد به قدرة الاستبيان على قياس ما وضع لقياسه .

الصدق باستخدام الاتساق الداخلي بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان :

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي وذلك بحساب معامل الارتباط (معامل ارتباط بيرسون) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان (جودة الحياة الأسرية) ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (3) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاستبيان (جودة الحياة الأسرية)

م-	الارتباط	الدلالة	م-	الارتباط	الدلالة
-1	0.893	0.01	-11	0.728	0.01
-2	0.714	0.01	-12	0.934	0.01
-3	0.921	0.01	-13	0.812	0.01
-4	0.608	0.05	-14	0.757	0.01
-5	0.786	0.01	-15	0.879	0.01
-6	0.845	0.01	-16	0.904	0.01
-7	0.621	0.05	-17	0.765	0.01
-8	0.709	0.01	-18	0.644	0.05
-9	0.912	0.01	-19	0.615	0.05
-10	0.739	0.01	-20	0.853	0.01

يتضح من الجدول أن معاملات الارتباط كلها دالة عند مستوى (0.01) لاقترابها من الواحد الصحيح مما يدل على صدق وتجانس عبارات الاستبيان .

الثبات :

يقصد بالثبات reability دقة الاختبار في القياس والملاحظة ، وعدم تناقضه مع نفسه ، واتساقه واطراده فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المفحوص ، وهو النسبة بين تباين الدرجة على المقياس التي تشير إلى الأداء الفعلي للمفحوص ، وتم حساب الثبات عن طريق :

1- معامل الفا كرونباخ Alpha Cronbach

2- طريقة التجزئة النصفية Split-half

جدول (4) قيم معامل الثبات لاستبيان جودة الحياة الأسرية

	معامل الفا	التجزئة النصفية
ثبات استبيان جودة الحياة الأسرية	0.814	0.859 – 0.761

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الثبات : معامل الفا ، التجزئة النصفية ، دالة عند مستوى 0.01 مما يدل على ثبات الاستبيان .

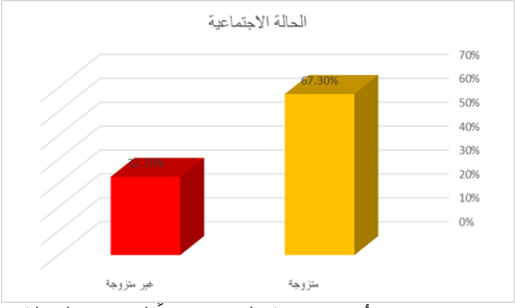
DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

البيانات العامة :

1- الحالة الاجتماعية :

جدول (5) توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	العدد	النسبة%
متزوجة	101	%67.3
غير متزوجة	49	%32.7
المجموع	150	%100



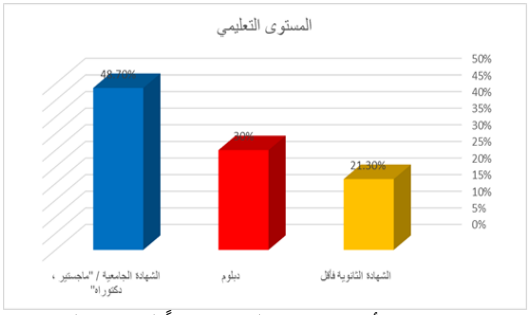
شكل (1) يوضح توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

يتضح من جدول (5) وشكل (1) أن 101 من أفراد عينة البحث متزوجات بنسبة 67.3% ، بينما 49 من أفراد عينة البحث غير متزوجات بنسبة 32.7% .

2- المستوى التعليمي :

جدول (6) توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

المستوى التعليمي	العدد	النسبة%
الشهادة الثانوية فأقل	32	%21.3
دبلوم	45	%30
الشهادة الجامعية / "ماجستير ، دكتوراه"	73	%48.7
المجموع	150	%100



شكل (2) يوضح توزيع أفراد عينة البحث تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

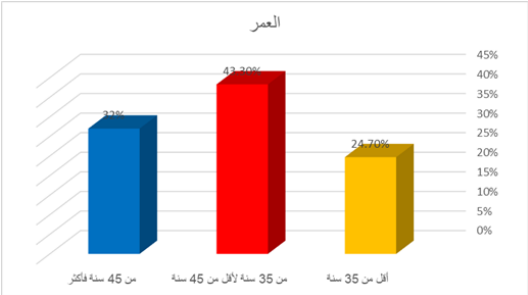
يتضح من جدول (6) وشكل بياني (2) أن 73 من أفراد عينة البحث حاصلين علي الشهادة الجامعية / "ماجستير ، دكتوراه" بنسبة 48.7% ، يليهم 45 من أفراد عينة البحث حاصلين على دبلوم بنسبة 30% ، ثم يأتي في المرتبة الثالثة 32 من أفراد عينة البحث حاصلين على الشهادة الثانوية فأقل بنسبة 21.3% .

3- العمر :

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

جدول (7) توزيع أفراد عينة البحث تبعا لمتغير العمر

العمر	العدد	النسبة%
أقل من 35 سنة	37	%24.7
من 35 سنة لأقل من 45 سنة	65	%43.3
من 45 سنة فأكثر	48	%32
المجموع	150	%100



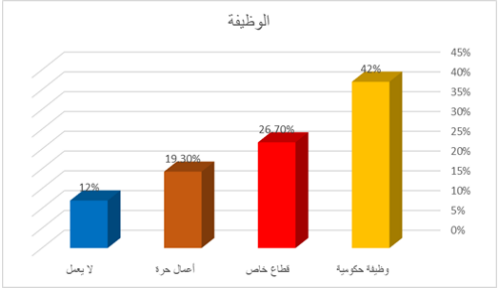
شكل (3) يوضح توزيع أفراد عينة البحث تبعا لمتغير العمر

يتضح من جدول (7) وشكل (3) أن 65 من أفراد عينة البحث تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة بنسبة 43.3% ، يليهم 48 من أفراد عينة البحث كانت أعمارهم من 45 سنة فأكثر بنسبة 32% ، وأخيرا 37 من أفراد عينة البحث كانت أعمارهم أقل من 35 سنة بنسبة 24.7% .

4- الوظيفة :

جدول (8) توزيع أفراد عينة البحث تبعا لمتغير الوظيفة

الوظيفة	العدد	النسبة%
وظيفة حكومية	63	%42
قطاع خاص	40	%26.7
أعمال حرة	29	%19.3
لا يعمل	18	%12
المجموع	150	%100



شكل (4) يوضح توزيع أفراد عينة البحث تبعا لمتغير الوظيفة

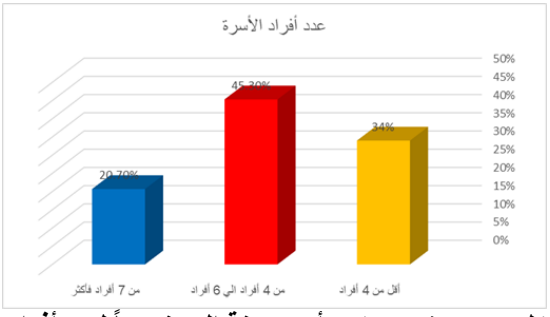
يتضح من جدول (8) وشكل (4) أن 63 من أفراد عينة البحث يعملون بوظائف حكومية بنسبة 42% ، يليهم 40 من أفراد عينة البحث يعملون بالقطاع الخاص بنسبة 26.7% ، يليهم 29 من أفراد عينة البحث يعملون بالأعمال الحرة بنسبة 19.3% ، وأخيرا 18 من أفراد عينة البحث غير عاملين بنسبة 12% .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

5- عدد أفراد الأسرة :

جدول (9) توزيع أسر عينة البحث تبعاً لعدد أفرادها

عدد أفراد الأسرة	العدد	النسبة%
أقل من 4 أفراد	51	%34
من 4 أفراد الي 6 أفراد	68	%45.3
من 7 أفراد فأكثر	31	%20.7
المجموع	150	%100



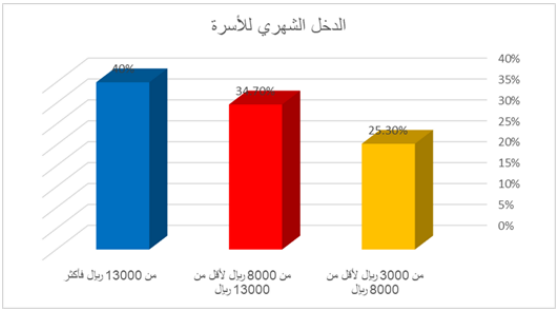
شكل (5) يوضح توزيع أسر عينة البحث تبعاً لعدد أفرادها

يتضح من جدول (9) وشكل (5) أن 68 أسرة بعينة البحث تراوح عدد أفرادها من 4 أفراد الي 6 أفراد بنسبة 45.3% ، يليهم الأسر اللاتي كان عدد أفرادها أقل من 4 أفراد وبلغ عددهم "51" بنسبة 34% ، وأخيرا كان عدد الأسر اللاتي كان عدد أفرادها من 7 أفراد فأكثر "31" بنسبة 20.7% .

6- الدخل الشهري للأسرة :

جدول (10) توزيع أسر عينة البحث وفقا لفئات الدخل المختلفة

الدخل الشهري للأسرة	العدد	النسبة%
من 3000 ريال لأقل من 8000 ريال	38	%25.3
من 8000 ريال لأقل من 13000 ريال	52	%34.7
من 13000 ريال فأكثر	60	%40
المجموع	150	%100



شكل (6) يوضح توزيع أسر عينة البحث وفقا لفئات الدخل المختلفة

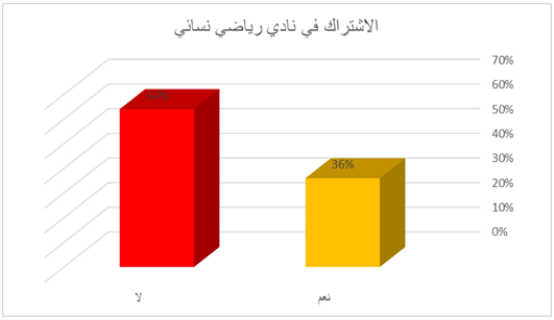
يتضح من جدول (10) والشكل البياني (6) أن أكبر فئات الدخل الشهري لأسر عينة البحث كان في الفئة (من 13000 ريال فأكثر) حيث بلغت نسبتهم 40% ، ويأتي في المرتبة الثانية الأسر ذوي الدخل (من 8000 ريال لأقل من 13000 ريال) حيث بلغت نسبتهم 34.7% ، وأخيرا الأسر ذوي الدخل (من 3000 ريال لأقل من 8000 ريال) حيث بلغت نسبتهم 25.3% .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

7- الاشتراك في نادي رياضي نسائي :

جدول (11) هل أفراد عينة البحث مشتركين في نادي رياضي نسائي

الاشتراك في نادي رياضي نسائي	العدد	النسبة%
نعم	54	%36
لا	96	%64
المجموع	150	%100



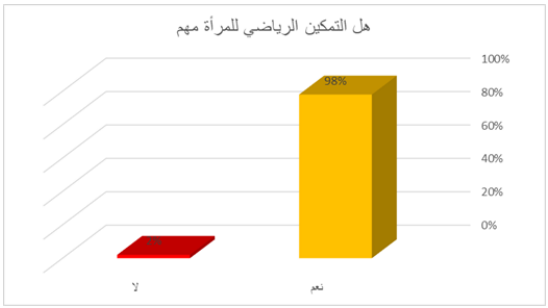
شكل (7) يوضح هل أفراد عينة البحث مشتركين في نادي رياضي نسائي

يتضح من جدول (11) وشكل بياني (7) أن 96 من أفراد عينة البحث غير مشتركين في نادي رياضي نسائي بنسبة 64% ، بينما 54 من أفراد عينة البحث مشتركين في نادي رياضي نسائي بنسبة 36% .

8- هل التمكين الرياضي للمرأة مهم :

جدول (12) هل التمكين الرياضي للمرأة مهم

هل التمكين الرياضي للمرأة مهم	العدد	النسبة%
نعم	147	%98
لا	3	%2
المجموع	150	%100



شكل (8) يوضح هل التمكين الرياضي للمرأة مهم

يتضح من جدول (12) وشكل بياني (8) أن 147 من أفراد عينة البحث يرون أن التمكين الرياضي للمرأة مهم بنسبة 98% ، بينما 3 من أفراد عينة البحث لا يرون أن التمكين الرياضي للمرأة مهم بنسبة 2% .

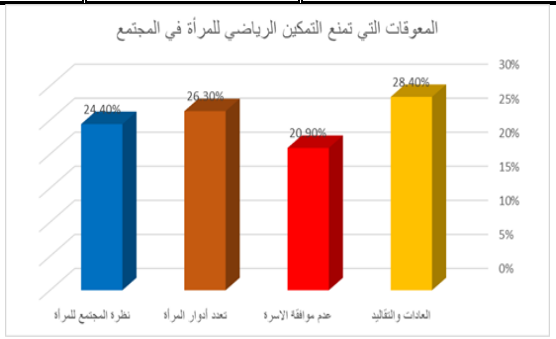
9- المعوقات التي تمنع التمكين الرياضي للمرأة في المجتمع :

جدول (13) الوزن النسبي لأكثر المعوقات التي تمنع التمكين الرياضي للمرأة في المجتمع

المعوقات التي تمنع التمكين الرياضي للمرأة في المجتمع	الوزن النسبي	النسبة المئوية%	الترتيب
العادات والتقاليد	219	%28.4	الأول

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

عدم موافقة الاسرة	162	%20.9	الرابع
تعدد أدوار المرأة	203	%26.3	الثاني
نظرة المجتمع للمرأة	188	%24.4	الثالث
المجموع	772	%100	



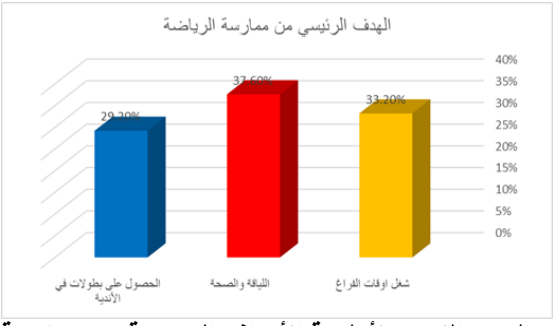
شكل (9) الوزن النسبي لأكثر المعوقات التي تمنع التمكين الرياضي للمرأة في المجتمع

يتضح من الجدول (13) والشكل (9) أن أكثر المعوقات التي تمنع التمكين الرياضي للمرأة في المجتمع كانت العادات والتقاليد بنسبة 28.4% ، يليها في المرتبة الثانية تعدد أدوار المرأة بنسبة 26.3% ، ويأتي في المرتبة الثالثة نظرة المجتمع للمرأة بنسبة 24.4% ، ويأتي في المرتبة الرابعة عدم موافقة الاسرة بنسبة 20.9% .

10- الهدف الرئيسي من ممارسة الرياضة :

جدول (14) الوزن النسبي لأولوية الأهداف الرئيسية من ممارسة الرياضة

الهدف الرئيسي من ممارسة الرياضة	الوزن النسبي	النسبة المئوية%	الترتيب
شغل اوقات الفراغ	211	%33.2	الثاني
اللياقة والصحة	239	%37.6	الأول
الحصول على بطولات في الأندية	186	%29.2	الثالث
المجموع	636	%100	



شكل (10) الوزن النسبي لأولوية الأهداف الرئيسية من ممارسة الرياضة

يتضح من الجدول (14) والشكل (10) أن أولوية الأهداف الرئيسية من ممارسة الرياضة كان اللياقة والصحة بنسبة 37.6% ، يليها في المرتبة الثانية شغل اوقات الفراغ بنسبة 33.2% ، ويأتي في المرتبة الثالثة الحصول على بطولات في الأندية بنسبة 29.2% .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

نتائج البحث :

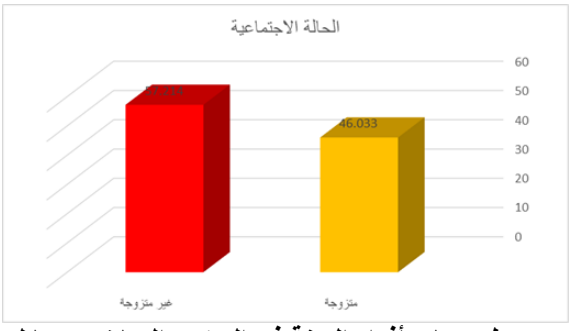
الفرض الأول :

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغيرات الدراسة

وللتحقق من هذا الفرض تم تطبيق اختبار (ت) ، وحساب تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في التمكين الرياضي ، والجداول التالية توضح ذلك :

جدول (15) الفروق في متوسط درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
متزوجة	46.033	3.709	101	148	9.430	دال عند 0.01 لصالح غير المتزوجات
غير متزوجة	57.214	4.885	49			



شكل (11) الفروق في متوسط درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية

يتضح من الجدول (15) وشكل (11) أن قيمة (ت) كانت (9.430) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) لصالح غير المتزوجات ، حيث بلغ متوسط درجة غير المتزوجات (57.214) ، بينما بلغ متوسط درجة المتزوجات (46.033) ، مما يدل على أن غير المتزوجات كانوا أكثر وعي بأهمية التمكين الرياضي من المتزوجات .

جدول (16) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير المستوي التعليمي

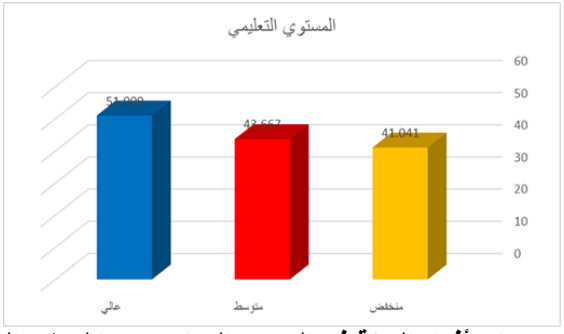
المستوي التعليمي	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9197.144	4598.572	2	37.359	0.01 دال
داخل المجموعات	18094.231	123.090	147		
المجموع	27291.375		149		

يتضح من جدول (16) إن قيمة (ف) كانت (37.359) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير المستوي التعليمي ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (17) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

المستوي التعليمي	منخفض م = 41.041	متوسط م = 43.667	عالي م = 51.009
منخفض	-		
متوسط	*2.626	-	
عالي	**9.968	**7.342	-

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024



شكل (12) فروق درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير المستوي التعليمي

يتضح من جدول (17) وشكل (12) وجود فروق في التمكين الرياضي بين أفراد العينة في المستوى التعليمي العالي وكلا من أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط والمنخفض لصالح أفراد العينة في المستوى التعليمي العالي عند مستوى دلالة (0.01) ، بينما توجد فروق بين أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط وأفراد العينة في المستوى التعليمي المنخفض لصالح أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط عند مستوى دلالة (0.05) ، فيأتي في المرتبة الأولى أفراد العينة في المستوى التعليمي العالي حيث كانوا أكثر وعي بأهمية التمكين الرياضي ، ثم أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط في المرتبة الثانية ، ثم أفراد العينة في المستوى التعليمي المنخفض في المرتبة الأخيرة .

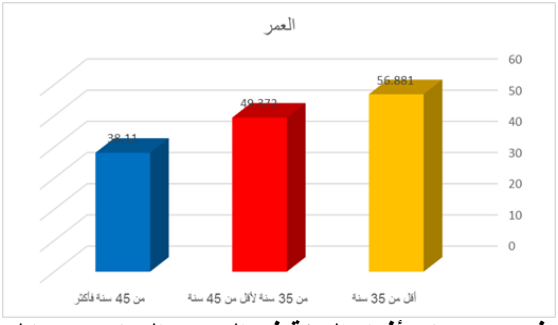
جدول (18) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير العمر

العمر	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9801.438	4900.719	2	69.292	0.01 دال
داخل المجموعات	10396.632	70.725	147		
المجموع	20198.070		149		

يتضح من جدول (18) إن قيمة (ف) كانت (69.292) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير العمر ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (19) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

العمر	أقل من 35 سنة م = 56.881	من 35 سنة لأقل من 45 سنة م = 49.372	من 45 سنة فأكثر م = 38.110
أقل من 35 سنة	-		
من 35 سنة لأقل من 45 سنة	**7.509	-	
من 45 سنة فأكثر	**18.771	**11.262	-



شكل (13) فروق درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير العمر

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

يتضح من جدول (19) وشكل (13) وجود فروق في التمكين الرياضي بين أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم أقل من 35 سنة وكلا من أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم "من 35 سنة لأقل من 45 سنة ، من 45 سنة فأكثر" لصالح أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم أقل من 35 سنة عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد فروق بين أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة وأفراد العينة اللذين كانت أعمارهم من 45 سنة فأكثر لصالح أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة عند مستوى دلالة (0.01) ، فيأتي في المرتبة الأولى أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم أقل من 35 سنة حيث كانوا أكثر وعي بأهمية التمكين الرياضي ، ثم أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة في المرتبة الثانية ، ثم أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم من 45 سنة فأكثر في المرتبة الثالثة .

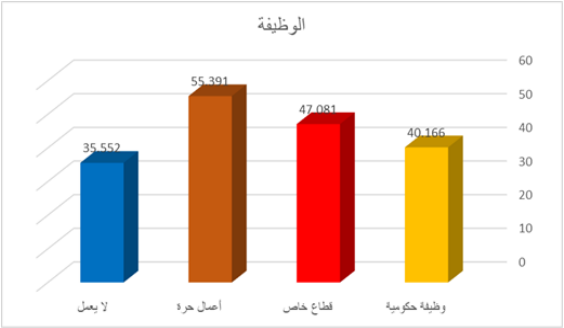
جدول (20) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الوظيفة

الوظيفة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9915.352	3305.117	3	52.379	0.01 دال
داخل المجموعات	9212.522	63.099	146		
المجموع	19127.874		149		

يتضح من جدول (20) إن قيمة (ف) كانت (52.379) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الوظيفة ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (21) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

الوظيفة	وظيفة حكومية م = 40.166	قطاع خاص م = 47.081	أعمال حرة م = 55.391	لا يعمل م = 35.552
وظيفة حكومية	-			
قطاع خاص	**6.915	-		
أعمـــال حـــرة	**15.225	**8.310	-	
لا يعمل	**4.614	**11.529	**19.839	-



شكل (14) فروق درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الوظيفة

يتضح من جدول (21) وشكل (14) وجود فروق في التمكين الرياضي بين أفراد العينة العاملين بالأعمال الحرة وكلا من أفراد العينة العاملين "بالقطاع الخاص ، الوظائف الحكومية ، غير العاملين" لصالح أفراد العينة العاملين بالأعمال الحرة عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد فروق بين أفراد العينة العاملين بالقطاع الخاص وكلا من أفراد العينة العاملين "بالوظائف الحكومية ، غير العاملين" لصالح أفراد العينة العاملين بالقطاع الخاص عند مستوى دلالة (0.01) ، كذلك توجد فروق بين أفراد العينة العاملين بالوظائف الحكومية وأفراد العينة غير العاملين لصالح أفراد العينة العاملين بالوظائف الحكومية عند مستوى دلالة (0.01) ، فيأتي في المرتبة الأولى أفراد العينة العاملين بالأعمال الحرة حيث كانوا أكثر وعي بأهمية التمكين الرياضي ، وفى المرتبة الثانية أفراد

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

العينة العاملين بالقطاع الخاص ، وفى المرتبة الثالثة أفراد العينة العاملين بالوظائف الحكومية ، وفى المرتبة الأخيرة أفراد العينة غير العاملين .

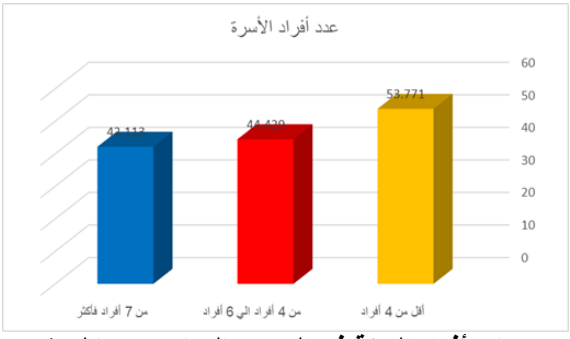
جدول (22) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير عدد أفراد الأسرة

عدد أفراد الأسرة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9025.554	4512.777	2	31.983	0.01 دال
داخل المجموعات	20741.419	141.098	147		
المجموع	29766.973		149		

يتضح من جدول (22) إن قيمة (ف) كانت (31.983) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير عدد أفراد الأسرة ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (23) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

عدد أفراد الأسرة	أقل من 4 أفراد م = 53.771	من 4 أفراد الي 6 أفراد م = 44.429	من 7 أفراد فأكثر م = 42.113
أقل من 4 أفراد	-		
من 4 أفراد الي 6 أفراد	**9.342	-	
من 7 أفراد فأكثر	**11.658	*2.316	-



شكل (15) فروق درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير عدد أفراد الأسرة

يتضح من جدول (23) وشكل (15) وجود فروق في التمكين الرياضي بين الأسر أقل من 4 أفراد وكلا من الأسر "من 4 أفراد الي 6 أفراد ، من 7 أفراد فأكثر" لصالح الأسر أقل من 4 أفراد عند مستوى دلالة (0.01) ، بينما توجد فروق بين الأسر من 4 أفراد الي 6 أفراد والأسر من 7 أفراد فأكثر لصالح الأسر من 4 أفراد الي 6 أفراد عند مستوى دلالة (0.05) ، فيأتي في المرتبة الأولى الأسر أقل من 4 أفراد حيث كانوا أكثر وعي بأهمية التمكين الرياضي ، ثم الأسر من 4 أفراد الي 6 أفراد في المرتبة الثانية ، وأخيرا الأسر من 7 أفراد فأكثر .

جدول (24) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الدخل الشهري للأسرة

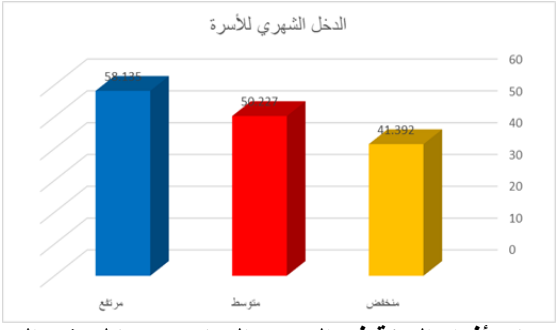
الدخل الشهري للأسرة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9357.771	4678.886	2	43.513	0.01 دال
داخل المجموعات	15806.850	107.530	147		
المجموع	25164.621		149		

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

يتضح من جدول (24) إن قيمة (ف) كانت (43.513) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الدخل الشهري للأسرة ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (25) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

الدخل الشهري للأسرة	منخفض م = 41.392	متوسط م = 50.227	مرتفع م = 58.135
منخفض	-		
متوسط	**8.835	-	
مرتفع	**16.743	**7.908	-



شكل (16) فروق درجات أفراد العينة في التمكين الرياضي تبعا لمتغير الدخل الشهري للأسرة

يتضح من جدول (25) وشكل (16) وجود فروق في التمكين الرياضي بين الأسر ذوي الدخل المرتفع وكلا من الأسر ذوي الدخل المتوسط والمنخفض لصالح الأسر ذوي الدخل المرتفع عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد فروق بين الأسر ذوي الدخل المتوسط والأسر ذوي الدخل المنخفض لصالح الأسر ذوي الدخل المتوسط عند مستوى دلالة (0.01) ، فيأتي في المرتبة الأولى الأسر ذوي الدخل المرتفع حيث كانوا أكثر وعي بأهمية التمكين الرياضي ، ثم الأسر ذوي الدخل المتوسط في المرتبة الثانية ، وأخيرا الأسر ذوي الدخل المنخفض .

الفرض الثاني :

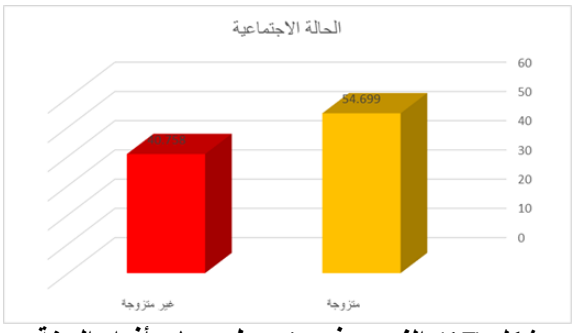
توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغيرات الدراسة

وللتحقق من هذا الفرض تم تطبيق اختبار (ت) ، وحساب تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية ، والجداول التالية توضح ذلك :

جدول (26) الفروق في متوسط درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية

الحالة الاجتماعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العينة	درجات الحرية	قيمة (ت)	الدلالة
متزوجة	54.699	5.005	101	148	16.398	دال عند 0.01 لصالح المتزوجات
غير متزوجة	40.758	4.728	49			

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024



شكل (17) الفروق في متوسط درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الحالة الاجتماعية

يتضح من الجدول (26) وشكل (17) أن قيمة (ت) كانت (16.398) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.01) لصالح المتزوجات ، حيث بلغ متوسط درجة المتزوجات (54.699) ، بينما بلغ متوسط درجة غير المتزوجات (40.758) ، مما يدل على أن المتزوجات كانوا أكثر وعي بأهمية جودة الحياة الأسرية من غير المتزوجات .

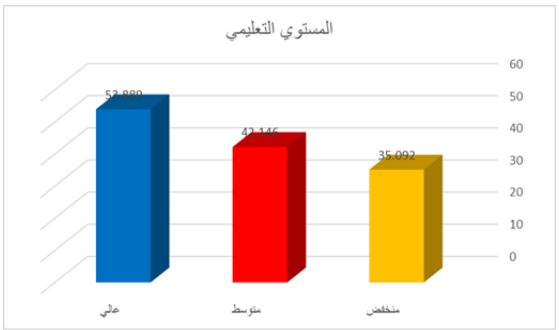
جدول (27) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير المستوي التعليمي

المستوي التعليمي	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9654.232	4827.116	2	58.894	0.01 دال
داخل المجموعات	12048.528	81.963	147		
المجموع	21702.760		149		

يتضح من جدول (27) إن قيمة (ف) كانت (58.894) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير المستوي التعليمي ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (28) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

المستوي التعليمي	منخفض م = 35.092	متوسط م = 42.146	عالي م = 53.889
منخفض	-		
متوسط	**7.054	-	
عالي	**18.797	**11.743	-



شكل (18) فروق درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير المستوي التعليمي

يتضح من جدول (28) وشكل (18) وجود فروق في جودة الحياة الأسرية بين أفراد العينة في المستوى التعليمي العالي وكلا من أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط والمنخفض لصالح أفراد العينة في المستوى

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

التعليمي العالي عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد فروق بين أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط وأفراد العينة في المستوى التعليمي المنخفض لصالح أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط عند مستوى دلالة (0.01) ، فيأتي في المرتبة الأولى أفراد العينة في المستوى التعليمي العالي حيث كانوا أكثر وعي بأهمية جودة الحياة الأسرية ، ثم أفراد العينة في المستوى التعليمي المتوسط في المرتبة الثانية ، ثم أفراد العينة في المستوى التعليمي المنخفض في المرتبة الأخيرة .

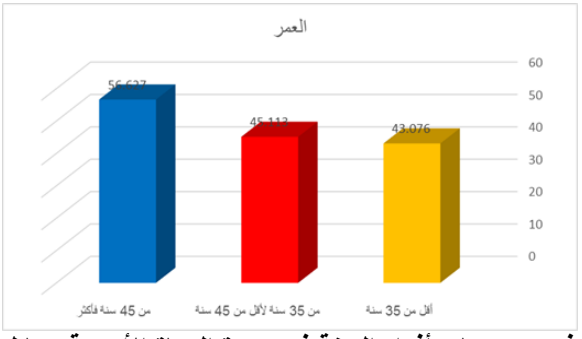
جدول (29) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير العمر

العمر	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9141.202	4570.601	2	35.486	0.01 دال
داخل المجموعات	18933.791	128.801	147		
المجموع	28074.993		149		

يتضح من جدول (29) إن قيمة (ف) كانت (35.486) وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير العمر ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (30) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

العمر	أقل من 35 سنة م = 43.076	من 35 سنة لأقل من 45 سنة م = 45.113	من 45 سنة فأكثر م = 56.627
أقل من 35 سنة	-		
من 35 سنة لأقل من 45 سنة	*2.037	-	
من 45 سنة فأكثر	**13.551	**11.514	-



شكل (19) فروق درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير العمر

يتضح من جدول (30) وشكل (19) وجود فروق في جودة الحياة الأسرية بين أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم من 45 سنة فأكثر وكلا من أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم "من 35 سنة لأقل من 45 سنة ، أقل من 35 سنة" لصالح أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم من 45 سنة فأكثر عند مستوى دلالة (0.01) ، بينما توجد فروق بين أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة وأفراد العينة اللذين كانت أعمارهم أقل من 35 سنة لصالح أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة عند مستوى دلالة (0.05) ، فيأتي في المرتبة الأولى أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم من 45 سنة فأكثر حيث كانوا أكثر وعي بأهمية جودة الحياة الأسرية ، ثم أفراد العينة اللذين تراوحت أعمارهم من 35 سنة لأقل من 45 سنة في المرتبة الثانية ، ثم أفراد العينة اللذين كانت أعمارهم أقل من 35 سنة في المرتبة الثالثة .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

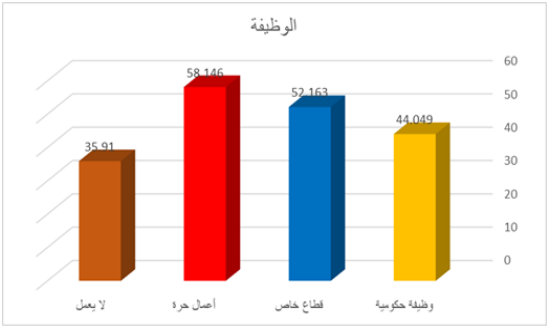
جدول (31) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الوظيفة

الوظيفة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9819.819	3273.273	3	46.852	0.01 دال
داخل المجموعات	10200.238	69.865	146		
المجموع	20020.057		149		

يتضح من جدول (31) إن قيمة (ف) كانت (46.852) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الوظيفة ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (32) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

الوظيفة	وظيفة حكومية م = 44.049	قطاع خاص م = 52.163	أعمال حرة م = 58.146	لا يعمل م = 35.910
وظيفة حكومية	-			
قطاع خاص	**8.114	-		
أعمـــال حـــرة	**14.097	**5.983	-	
لا يعمل	**8.139	**16.253	**22.236	-



شكل (20) فروق درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الوظيفة

يتضح من جدول (32) وشكل (20) وجود فروق في جودة الحياة الأسرية بين أفراد العينة العاملين بالأعمال الحرة وكلا من أفراد العينة العاملين "بالقطاع الخاص ، الوظائف الحكومية ، غير العاملين" لصالح أفراد العينة العاملين بالأعمال الحرة عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد فروق بين أفراد العينة العاملين بالقطاع الخاص وكلا من أفراد العينة العاملين "بالوظائف الحكومية ، غير العاملين" لصالح أفراد العينة العاملين بالقطاع الخاص عند مستوى دلالة (0.01) ، كذلك توجد فروق بين أفراد العينة العاملين بالوظائف الحكومية وأفراد العينة غير العاملين لصالح أفراد العينة العاملين بالوظائف الحكومية عند مستوى دلالة (0.01) ، فيأتي في المرتبة الأولى أفراد العينة العاملين بالأعمال الحرة حيث كانوا أكثر وعي بأهمية جودة الحياة الأسرية ، وفى المرتبة الثانية أفراد العينة العاملين بالقطاع الخاص ، وفى المرتبة الثالثة أفراد العينة العاملين بالوظائف الحكومية ، وفى المرتبة الأخيرة أفراد العينة غير العاملين .

جدول (33) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير عدد أفراد الأسرة

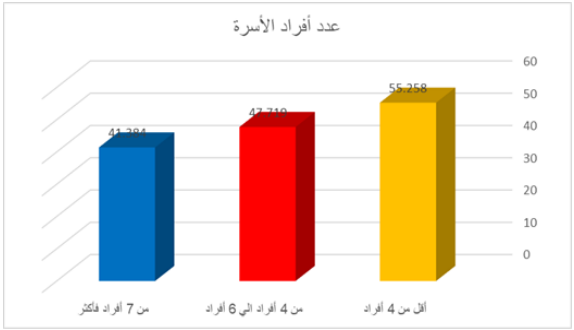
عدد أفراد الأسرة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9691.364	4845.682	2	61.307	0.01 دال
داخل المجموعات	11618.741	79.039	147		
المجموع	21310.105		149		

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

يتضح من جدول (33) إن قيمة (ف) كانت (61.307) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير عدد أفراد الأسرة ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (34) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

عدد أفراد الأسرة	أقل من 4 أفراد م = 55.258	من 4 أفراد الي 6 أفراد م = 47.719	من 7 أفراد فأكثر م = 41.384
أقل من 4 أفراد	-		
من 4 أفراد الي 6 أفراد	**7.539	-	
من 7 أفراد فأكثر	**13.874	**6.335	-



شكل (21) فروق درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير عدد أفراد الأسرة

يتضح من جدول (34) وشكل (21) وجود فروق في جودة الحياة الأسرية بين الأسر أقل من 4 أفراد وكلا من الأسر "من 4 أفراد الي 6 أفراد ، من 7 أفراد فأكثر" لصالح الأسر أقل من 4 أفراد عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد فروق بين الأسر من 4 أفراد الي 6 أفراد والأسر من 7 أفراد فأكثر لصالح الأسر من 4 أفراد الي 6 أفراد عند مستوى دلالة (0.01) ، فيأتي في المرتبة الأولى الأسر أقل من 4 أفراد حيث كانوا أكثر وعي بأهمية جودة الحياة الأسرية ، ثم الأسر من 4 أفراد الي 6 أفراد في المرتبة الثانية ، وأخيرا الأسر من 7 أفراد فأكثر .

جدول (35) تحليل التباين لدرجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الدخل الشهري للأسرة

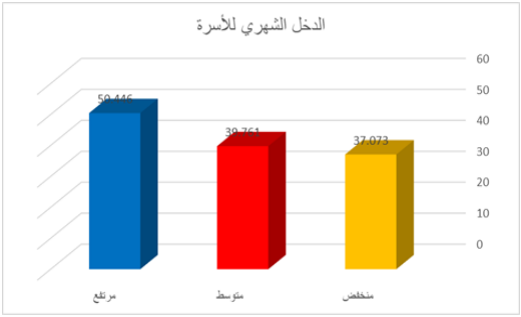
الدخل الشهري للأسرة	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	قيمة (ف)	الدلالة
بين المجموعات	9087.801	4543.901	2	33.810	0.01 دال
داخل المجموعات	19756.307	134.397	147		
المجموع	28844.108		149		

يتضح من جدول (35) إن قيمة (ف) كانت (33.810) وهى قيمة دالة إحصائيا عند مستوى (0.01) ، مما يدل على وجود فروق بين درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الدخل الشهري للأسرة ، ولمعرفة اتجاه الدلالة تم تطبيق اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (36) اختبار شيفيه للمقارنات المتعددة

الدخل الشهري للأسرة	منخفض م = 37.073	متوسط م = 39.761	مرتفع م = 50.446
منخفض	-		
متوسط	*2.688	-	
مرتفع	**13.373	**10.685	-

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024



شكل (22) فروق درجات أفراد العينة في جودة الحياة الأسرية تبعا لمتغير الدخل الشهري للأسرة

يتضح من جدول (36) وشكل (22) وجود فروق في جودة الحياة الأسرية بين الأسر ذوي الدخل المرتفع وكلا من الأسر ذوي الدخل المتوسط والمنخفض لصالح الأسر ذوي الدخل المرتفع عند مستوى دلالة (0.01) ، بينما توجد فروق بين الأسر ذوي الدخل المتوسط والأسر ذوي الدخل المنخفض لصالح الأسر ذوي الدخل المتوسط عند مستوى دلالة (0.05) ، فيأتي في المرتبة الأولى الأسر ذوي الدخل المرتفع حيث كانوا أكثر وعي بأهمية جودة الحياة الأسرية ، ثم الأسر ذوي الدخل المتوسط في المرتبة الثانية ، وأخيرا الأسر ذوي الدخل المنخفض .

الفرض الثالث :

توجد علاقة ارتباطية بين استبيان التمكين الرياضي واستبيان جودة الحياة الأسرية

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم عمل مصفوفة ارتباط بين استبيان التمكين الرياضي واستبيان جودة الحياة الأسرية ، والجدول التالي يوضح قيم معاملات الارتباط :

جدول (37) مصفوفة الارتباط بين استبيان التمكين الرياضي واستبيان جودة الحياة الأسرية

	جودة الحياة الأسرية ككل
التمكين الرياضي ككل	**0.872

يتضح من الجدول (37) وجود علاقة ارتباط طردي بين استبيان التمكين الرياضي واستبيان جودة الحياة الأسرية عند مستوى دلالة 0.01 ، فكلما زاد الوعي بأهمية التمكين الرياضي كلما زادت جودة الحياة الأسرية.

الفرض الرابع :

تختلف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب الأهمية النسبية باستخدام معامل الانحدار (الخطوة المتدرجة إلى الأمام) للعوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (38) الأهمية النسبية باستخدام معامل الانحدار (الخطوة المتدرجة إلى الأمام) للعوامل المؤثرة علي الوعي بأهمية التمكين الرياضي

	المتغير المستقل	معامل الارتباط	نسبة المشاركة	قيمة (ف)	الدلالة	معامل الانحدار	قيمة (ت)	الدلالة
المتغير التابع التمكين الرياضي	العمر	0.931	0.867	182.248	0.01	0.725	13.500	0.01
	المستوى التعليمي	0.904	0.818	125.778	0.01	0.656	11.215	0.01
	الوظيفة	0.881	0.776	96.985	0.01	0.601	9.848	0.01
	الحالة الاجتماعية	0.836	0.699	64.918	0.01	0.507	8.057	0.01

يتضح من الجدول السابق إن العمر كان من أكثر العوامل المؤثرة على الوعي بأهمية التمكين الرياضي بنسبة 86.7% ، يليه المستوى التعليمي بنسبة 81.8% ، ويأتي في المرتبة الثالثة الوظيفة بنسبة 77.6% ، وأخيرا في المرتبة الرابعة الحالة الاجتماعية بنسبة 69.9% .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

الفرض الخامس :

تختلف نسبة مشاركة العوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية

وللتحقق من هذا الفرض تم حساب الأهمية النسبية باستخدام معامل الانحدار (الخطوة المتدرجة إلى الأمام) للعوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول (39) الأهمية النسبية باستخدام معامل الانحدار (الخطوة المتدرجة إلى الأمام) للعوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية

المتغير التابع	المتغير المستقل	معامل الارتباط	نسبة المشاركة	قيمة (ف)	الدلالة	معامل الانحدار	قيمة (ت)	الدلالة
جودة الحياة الأسرية	المستوى التعليمي	0.917	0.840	147.518	0.01	0.687	12.146	0.01
	الوظيفة	0.890	0.791	106.182	0.01	0.621	10.304	0.01
	العمر	0.862	0.743	80.851	0.01	0.560	8.992	0.01
	عدد أفراد الأسرة	0.813	0.661	54.578	0.01	0.463	7.388	0.01

يتضح من الجدول السابق إن المستوى التعليمي كان من أكثر العوامل المؤثرة علي جودة الحياة الأسرية بنسبة 84% ، يليه الوظيفة بنسبة 79.1% ، ويأتي في المرتبة الثالثة العمر بنسبة 74.3% ، وأخيرا في المرتبة الرابعة عدد أفراد الأسرة بنسبة 66.1% .

توصيات البحث :

1- عقد دورات تدريبية عبر وسائل الاعلام المختلفة من قبل متخصصين في مجال الرياضة النسائية بهدف نشر الوعي بأهمية ممارسة المرأة للرياضة وتعريفها بالأنشطة الرياضية المتنوعة التي تناسب مختلف والاعمار .

2- تشجيع وزارة الرياضة على افتتاح المزيد من الأندية الرياضية النسائية وانتشارها في كافة الاحياء السكنية بحيث تكون قريبة من مكان السكن مما يساهم في رفع نسبة ممارسة المرأة للرياضة .

3- توفير حضانة للأطفال في الأندية الرياضية النسائية بهدف مساعدة الأمهات اللاتي لا يوجد من يهتم بأطفالهن اثناء ممارستهن للرياضة .

4- توفير حصص وبرامج رياضية داخل الأندية لتشجيع المرأة واطفالها على ممارسة الرياضة من الصغر .

المراجع

1- أبو بكر عبد الكريم ، خالد سدود (2008م) : ممارسة المرأة التونسية للأنشطة البدنية والرياضية وآثارها في تحسين وضعها الاجتماعي ، مجلة العلوم الإنسانية ، العدد (38) .

2- آمال محمد الهبدان (2017م) : دراسة مجتمعية حول آثار ممارسة الرياضة على الفتيات "دراسة مطبقة في مدينة الرياض" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الخدمة الاجتماعية ، قسم خدمة فرد ، جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن ، الرياض .

3- أماني عبد المقصود عبد الوهاب ، سميرة محمد وشند (2010م) : جودة الحياة الأسرية وعلاقتها بفاعلية الذات لدى عينة من الأبناء المراهقين ، المؤتمر الخامس عشر ، مركز الإرشاد النفسي ، جامعة عين شمس .

4- أماني عبد المقصود ، تهاني عثمان (2007م) : الضغوط الأسرية والنفسية "الأسباب والعلاج" ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .

5- انتصار صالح الحلبي (2022م) : جودة الحياة الأسرية وانعكاسه على إدارة الأزمات ، مجلة القراءة والمعرفة ، العدد (252) ، كلية التربية ، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة ، جامعة عين شمس.

6- حسين عبد الحميد رشوان (2011م) : الرياضة البدنية مدخل اجتماعي نفسي ، الطبعة الأولى ، المكتب الجامعي الحديث للنشر ، الإسكندرية .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

7- حنان أسعد خوج (2016م) : العوامل الأسرية المنبئة بجودة الحياة لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بالمملكة العربية السعودية ، المجلة العربية للدراسات وبحوث العلوم التربوية والإنسانية ، العدد (4) ، كلية الآداب والعلوم الإنسانية ، قسم علم النفس ، جامعة الملك عبد العزيز .
8- خالد الزيود (2013م) : دور الإعلام الرياضي الأردني في رفع مستوى الثقافة الرياضية للمرأة الأردنية ، المؤتمر العلمي الدولي الثاني للبحوث والدراسات الاجتماعية والإنسانية في العالم الإسلامي ، جامعة زايد ، الإمارات العربية المتحدة .
9- خالد محمد الحشحوش (2013م) : علم الاجتماع الرياضي ، الطبعة (1) ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان.
10- ريما سعد أبو حميد (2013م) : فاعلية برنامج لتنمية بعض المهارات الحياتية باستخدام الخرائط الذهنية لتحسين جودة الحياة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الفنون والتصاميم ، جامعة أم القرى .
11- سامية حسن القطان ، أنعام النجار ، حصة آل خليفة ، حسين مهدي (2015م) : رياضة المرأة في مملكة البحرين ، التحديات ، الواقع ، التطلعات ، كلية التربية الرياضية والعلاج الطبيعي ، قسم التربية البدنية ، البحرين.
12- سعاد محمود غيث (2015م) : أثر برنامج إرشاد جمعي مستند إلى نظرية ساتير في تحسين نوعية الحياة الزوجية لدى عينة من الزوجات اللواتي يعانين من انخفاض الرضا الزواجي ، المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية ، العدد (2) ، مجلد (8) ، الجامعة الأردنية ، الأردن .
13- شاهر خالد سليمان (2008م) : قياس جودة الحياة لدى عينة من طلاب جامعة تبوك بالمملكة العربية السعودية وتأثير بعض المتغيرات عليها ، مجلة الخليج العربي ، رسالة الخليج العربي ، مكتب التربية العربي لدول الخليج ، العدد (117) ، مجلد (31) .
14- شرين محمد عبيدات (2005م) : دور الإعلام في نشر رياضة المرأة من وجهة نظر طالبات كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة اليرموك ، الأردن .
15- شعبان جاب الله رضوان (2017م) : العلاقة بين أنماط التفاعل الأسري وتنظيم الذات لدى عينة من المراهقين المعتمدين وغير المعتمدين على الموارد النفسية ، مجلة دراسات عربية ، العدد (16) ، مجلد (1) ، الجزائر .
16- صالح إسماعيل وآخرون (2012م) : الذكاء الوجداني وعلاقته بجودة الحياة والتحصيل الأكاديمي لدى الدارسين بجامعة القدس المفتوحة بمنطقة خان يونس التعليمية ، جامعة القدس المفتوحة ، فلسطين .
17- صباح عمر (2019م) : اللياقة ورياضة المرأة ، الطبعة الأولى ، دار أمجد للنشر والتوزيع عمان ، الأردن .
18- صلاح الدين عبد الباقي (2001م) : قضايا إدارية معاصرة ، الدار الجامعية للنشر ، الإسكندرية ، مصر .
19- عبد الباقي عجيلان (2015م) : البيئة الأسرية والطفل الموهوب ، مجلة دراسات وأبحاث ، العدد (19) ، غزة ، فلسطين .
20- عبد الفتاح القرشي (1986م) اتجاهات الأبناء والأمهات الكويتيين في تنشئة الأبناء وعلاقتها ببعض المتغيرات ، الطبعة الأولى ، جامعة الكويت للنشر ، الكويت.
21- عمرو محمد مصطفى فتحي (2007م) : النموذج السببي للعلاقة بين المتغيرات النفسية والاجتماعية وجودة أسلوب حياة الأسرة المصرية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الاقتصاد المنزلي ، قسم إدارة مؤسسات الأسرة والطفولة ، جامعة حلوان .
22- محمد الصغير علي (2011م) : العلاقة بين عنف الأزواج والمناخ الأسري وسمات شخصية الأبناء المراهقين وسلوكهم ، دراسة سيكومترية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم الإرشاد النفسي ، مركز دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس .
23- محمد سليمان عبده ، حسني السعود (2014م) : الرياضة والصحة ، الطبعة الأولى ، دار أمجد للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
24- مصطفى حجازي (2011م) : واقع الإرشاد الأسري ومتطلباته في دول مجلس التعاون ، الطبعة (1) ، المكتب التنفيذي لمجلس وزراء الشئون الاجتماعية بدول مجلس التعاون لدول الخليج العربي ، البحرين .
25- منى بدر الجناعي (2012م) : فاعلية العلاج بالمعنى لتحسين جودة الحياة الأسرية وأثرها على مهارات التواصل لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية البصرية بالكويت ، مجلة التربية ، العدد (2) ، الكويت .

DOI: https://doi.org/10.33193/JALHSS.101.2024.1034
ISSN online: 2414 - 3383
ISSN print: 2616- 3810
مجلة الفنون والأدب وعلوم الإنسانيات والاجتماع
Journal of Arts, Literature, Humanities and Social Sciences
www.jalhss.com
Volume (101) March 2024
العدد (101) مارس 2024

26- نايف مفضي الجبور (2012م) : فسيولوجيا التدريب الرياضي ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر ، عمان ، الأردن .
27- نسرين عادل طنطاوي (2016م) : علاقة جودة الحياة بكل من المساندة الاجتماعية والمتغيرات الديمغرافية لأمهات الأطفال المصابين بأنيميا البحر المتوسط (التلاسيميا) ، مجلة دراسات عربية في علم التربية والنفس ، العدد (76) .
28- هدى محمود الناشف (2007م) : كتاب الأسرة وتربية الأطفال ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، الطبعة الأولى ، عمان .
29- يحيى بشلاغم (2018م) : جودة الحياة الأسرية لدى الطالب الجامعي في ضوء بعض المتغيرات ، المجلة التربوية المتخصصة ، العدد (11) ، مجلد (7) ، جامعة أبي بكر بلقايد تلمسان .
30- Cooky. C, Messner, M.A. & Hex women play (2013) trum, R.H. sport But Not on Tv: Alongiru – dinal study of Televised News me – (3) I, dia Communication & sport (23 – 203).
31- Costa, I, R. D. (2014) Being Brazilian, Becoming Canadian: Acculturation strategies, Quality of Life, negative Affect, and well – Being in a sample of Brazilian Immigrants Living in the Greter Toronto Area (unpublished Doctoral dissertation) university of Toronto, Canada.
32- Hayoz, C, klostermann, C, schmid (2019), J, Schelesinger, T, & Nagel, S, Intergenerational transfor of a sports – releated lifes tyle whthin the family. International Review for the Sociology of Sport, 54 (2) 182 – 198.
33- Richardson, N. M (2016). A lifetime of ambiguity: un derstanding the Experiences of Families Impacted by Intellectual Disability (unpublished master's thesis). Oklahoma state University. USA.
34- Shek, D, (2008) Economic disadvantage, perceived Family life quality and emotional well being in chinese adolescents: A longitudinal study. Social Indicators Research, Vol 85, Issuez.
35- Wang, M. P. Chu, J. T. Viswanath, K. Wan, A. Lam. T. H & Chan, S.S (2015) using in formation and communication technologies for family communication and its association with Family well – boling in Hong Kong Family project. Journal of medical Internet research. 17 (8).