JJPESS
Special Issue, Mar. 2025
P-ISSN: 3007-018X , E-ISSN 3079-8132
Pages: 115 - 130
Jordan Journal of Physical Education and Sport Science
المجلة الأردنية في التربية البدنية وعلوم الرياضة

التفاعل الاجتماعيّ وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليّات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة

د. محمد جمال "درويش أحمد" [1]* ، د. محمود حسني الأطرش [2] .

[2،1] جامعة النجاح الوطنية – نابلس.

تاريخ الاستلام: 29-8-2024 تاريخ القبول: 12-1-2025

الملخّص :

هدفت هذه الدراسة إلى التعرّف على مستوى كلّ من التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليّات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة، بالإضافة إلى دراسة العلاقة بينهما، وتحديد الفروق في التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة وفقًا لمتغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسية والتفاعل بينهما. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفيّ المسحيّ بصورتيه الارتباطية والتحليلية، حيث تمّ تطبيقها على عيّنة متيسّرة شملت (282) طالبًا وطالبة من كليات التربية الرياضيّة وكان عدد الطلاب (178) طالباً و(104) طالبة. واستخدم الباحثان الاستبيان، الذي تمّ تصميمه خصيصًا لهذه الدراسة، كأداة رئيسية لجمع البيانات. لتحليل البيانات والوصول إلى النتائج، تمّ استخدام البرنامج الإحصائيّ (SPSS). وقد أظهرت النتائج أنّ مستوى كلّ من التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة كان مرتفعًا، حيث بلغ متوسط الاستجابة لكل منهما على التوالي (3.68، 3.65). كما بينت النتائج وجود علاقة طرديّة دالة إحصائيًّا بين التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0.54)، بالإضافة إلى ذلك، كشفت الدراسة عن وجود فروق دالّة إحصائيًّا في مستوى التفاعل الاجتماعيّ لصالح الإناث، بينما لم تظهر فروق دالّة إحصائيًّا في مستوى التفاعل الاجتماعيّ تبعًا لمتغيّر السنة الدراسيّة أو التفاعل بين متغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة. أمّا بالنسبة لمستوى أحداث الحياة الضاغطة، فلم تظهر فروق دالّة إحصائيًّا وفقًا لمتغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة أو التفاعل بينهما. وفي ضوء هذه النتائج، توصي الدراسة بعقد دورات إرشاديّة نفسيّة واجتماعيّة لطلبة السنة الأولى في كليات التربية الرياضيّة قبل بدء الدراسة الجامعية، إلى جانب توعية الطلبة بأهميّة العلاقات الاجتماعيّة في مواجهة التحديات والصعوبات التي قد تواجههم خلال مسيرتهم الأكاديميّة.

© 2025 Jordan Journal of Physical Education and Sport Science. All rights reserved - Special Issue (ISSN: 3007-018X , E-ISSN 3079-8132)

الكلمات المفتاحيّة: التفاعل الاجتماعيّ، احداث الحياة الضاغطة، طلبة التربية الرياضيّة، فلسطين.

Corresponding Author: malatrash@najah.edu

المقدمة و أهميّة البحث :

التفاعل الاجتماعيّ ضرورة أساسيّة في تكوين الجماعات وتماسكها حيث تحقّق الجماعة وأفرادها من خلال هذه العمليّة العديد من الأهداف، وهذه التفاعلات قد تتباين وفقًا للأدوار الاجتماعيّة التي يقوم بها أفراد الجماعات، حيث أنّ قيام كلّ فرد بالدور المنسوب إليه يسهّل من حدوث التفاعل الاجتماعيّ، وينتج عنه أنماطاً عديدة من السلوكيّات التي تدلّ عليه ممّا يؤدّي إلى حدوث قدر كبير من تواصل الأفراد في نفس الوقت (بوصنوبرة، بخوش وحميدي، 2022).

كما عرّف النوي وعلي (2010) التفاعل الاجتماعيّ هو وسيلة اتصال وتفاهم بين الأفراد، فمن غير المعقول أن يتبادل أفراد الجماعة الأفكار دون حدوث تفاعل بينهم، وعمليّات التفاعل الاجتماعيّ ينتج عنها مظاهر ايجابيّة مرغوبة كالتعاون والانسجام ممّا يؤدّي إلى التجاذب والتماسك، وقد ينتج عنها مظاهر سلبيّة كالصراع والتنافس السلبيّ تؤدّي إلى التنافر والتفكك.

وفي دراسته التي هدفت إلى التعرّف على تأثير برنامج ترويحيّ على تعلم بعض مهارات المبارزة وتنمية التفاعل الاجتماعيّ لدى طلاب كلية التربية الرياضيّة في جامعة بنها حيث استنتج الباحث (محمد، 2024) أنّ البرنامج الترويحيّ ساهم بطريقة فعّالة وإيجابيّة في تعلّم بعض مهارات المبارزة كما قام بتنمية التفاعل الاجتماعيّ لدى طلاب كلية التربية الرياضيّة، واستخدم الباحث المنهج التجريبيّ باستخدام مجموعتين: إحداهما ضابطة والأخرى تجريبيّة وذلك تبعاً لطبيعة البحث.

في عالمنا المعاصر، يلعب علم النفس الاجتماعي دورًا حيويًّا في فهم العلاقات الإنسانية، إذ يُعدّ بمثابة الجسر الذي يربط بين الفرد ومجتمعه، بينما يخطو الطلاب خطواتهم الأولى في الحياة الجامعيّة، يجدون أنفسهم في مواجهة عالم جديد مليء بالتحدّيات الاجتماعيّة، حيث تصبح مهارات التفاعل الاجتماعيّ أداة لا غنى عنها للتكيّف مع هذه المرحلة المفصليّة، هنا يكمن سحر التفاعل الاجتماعيّ في قدرته على تحويل التعارف البسيط إلى علاقات قويّة، تُصقل خلالها شخصيات الطلاب وتتعزّز قدرتهم على مواجهة الضغوطات الحياتيّة التي قد تعترض طريقهم.

تتأرجح حياة الإنسان بين لحظات من الفرح والتحدي، حيث تحمل كلّ مرحلة من مراحل الحياة معها تحديات جديدة وقرارات مصيريّة تشكّل مصير الفرد ومستقبله. ومع كل خطوة نحو الأمام، تتزايد الضغوط الحياتيّة التي قد تعصف باستقراره النفسيّ وتضع قدراته على المحك. في هذه اللحظات الفارقة، يصبح التفاعل الاجتماعيّ درعاً يحمي الفرد من تأثيرات هذه الضغوط، ويمنحه القوة اللازمة للتكيّف والاندماج في محيطه الجديد. هنا تكمن أهميّة هذا البحث، الذي يسلّط الضوء على التفاعل الاجتماعيّ ودوره الحيويّ في مساعدة الطلاب على تجاوز الصعوبات النفسيّة والاجتماعيّة التي تواجههم في حياتهم الأكاديميّة (مصطفى، 2013).

كما عرّف إبراهيم (1992) أحداث الحياة الضاغطة بأنّها أيّ تغيّر داخليّ أو خارجيّ يؤدّي إلى استجابة انفعاليّة حادة ومستمرة، تتطلب من الفرد القيام بمجموعة من التحديات والقرارات السلوكات لمواجهتها.

كما عرّفها مظلوم (2008) بأنّها التعرّض لمشكلات وأحداث تواجه الفرد، وتسبب له إرباكاً في توازنه الداخلي نتيجة لشعوره بالتهديد، وتتطلّب منه القيام بمجهود إضافي للعودة لتوازنه الطبيعيّ.

من الضروري فهم أن الضغوط النفسيّة ليست مجرد استجابة بسيطة لمواقف صعبة، بل هي عمليّة معقدة تتداخل فيها عدة عوامل نفسيّة، بيولوجيّة، واجتماعيّة، كما أنّ الضغوط قد تنشأ نتيجة لتغيّرات حياتيّة كبيرة أو متطلبات متزايدة، ممّا يجعل الأفراد يشعرون بالإرهاق والتوتر، ولفهم هذه الظاهرة بعمق، ظهرت عدة نظريات تسعى لتفسير كيفيّة تفاعل الأفراد مع الضغوط وتأثيرها على صحتهم النفسيّة والجسديّة، هذه النظريات تقدّم رؤى متنوّعة حول أسباب الضغوط وآليات التعامل معها، مما يساهم في تطوير استراتيجيّات فعّالة لإدارة الضغوط وتحسين جودة الحياة.

وفي دراسته التي هدفت التعرّف على أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى الشباب، ومعرفة مدى تأثّر أساليب المواجهة بكلّ من الجنس ومكان السكن والحالة الاجتماعيّة للباحث (عبد الله، 2020)، وبلغت عيّنة الدراسة (300) شابًا وشابة. اعتمدت في الدراسة مقياسًا لقياس أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة للشباب، وأشارت النتائج إلى أنّ الشباب الجزائري يستخدمون أساليب متعدّدة في المواجهة وهي بالترتيب حسب الاستخدام كما يأتي: أساليب التفاعل الإيجابيّ، ثم أساليب التصرفات السلوكيّة، ثم أساليب التفاعل السلبيّ. كما توجد فروق في أساليب المواجهة بين الذكور والإناث لصالح الذكور، ووجود فروق دالة في نتائج درجات أداة المقياس تبعًا لمتغير الحالة الاجتماعيّة، والفروق كانت لصالح الشباب المتزوج. ووجود فروق دالة في بعد التفاعل الإيجابيّ لصالح سكان المدينة تبعًا لمتغيّر مكان السكن.

مشكلة البحث :

تشكل الحياة الجامعيّة تحدّياً كبيراً للطلاب، حيث يجدون أنفسهم في بيئة جديدة مليئة بالتوقعات الأكاديميّة والاجتماعيّة، ويعتبر التفاعل الاجتماعيّ جزءًا أساسيًّا من هذه التجربة، إذ يعزّز الروابط بين الطلاب ويخلق بيئة داعمة لتجاوز الصعوبات ومع ذلك، قد يؤدّي الضغط الناتج عن التغيّرات السريعة والمتطلّبات الأكاديميّة إلى ظهور أحداث حياة ضاغطة تؤثّر سلباً على الأداء الأكاديميّ والصحة النفسيّة للطلاب.

من هنا تنبع مشكلة الدراسة الحاليّة، التي تسعى إلى فهم العلاقة بين التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة. هل يلعب التفاعل الاجتماعيّ دوراً في تخفيف هذه الضغوط أم يزيد من حدّتها؟ وما هي أنواع التفاعلات الاجتماعيّة التي تؤثّر بشكل إيجابيّ أو سلبيّ على تجربة الطالب الجامعيّ؟

تسعى هذه الدراسة إلى الإجابة عن هذه التساؤلات من خلال استقصاء العلاقة بين التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة، وتحديد العوامل التي تؤثّر على هذه العلاقة. بذلك، تهدف الدراسة إلى تقديم رؤى جديدة يمكن أن تساعد في تحسين البيئة الجامعيّة وتوفير الدعم المناسب للطلاب في مواجهة تحديات الحياة الجامعيّة.

أهداف البحث :

سعت الدراسة للتعرّف إلى:

1. مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة.
2. مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة.
3. العلاقة بين التفاعل الاجتماعيّ واحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة.
4. الفروق في مستوى التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضية في الضفة الغربيّة تعزى إلى متغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة والتفاعل بينهما.

تساؤلات البحث :

سعت الدارسة للاجابة عن التساؤلات الاتية:

1. ما مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة؟
2. ما مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة؟
3. ما العلاقة بين التفاعل الاجتماعيّ واحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضية في الضفة الغربيّة؟

4. هل توجد فروق دالّة إحصائياً في مستوى التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة تعزى إلى متغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة والتفاعل بينهما؟

مصطلحات البحث :

التفاعل الاجتماعيّ :

عرّفه بن جعفر (2016) طبيبعة التغيّرات التي تطرأ على الجماعات الصغيرة نتيجة حدوث تغيّرات ديناميكية في بعض أجزاء الجماعات الكبيرة التي تتكون فيها الجماعات الصغيرة.

أحداث الحياة الضاغطة :

أيضا عرّفتها فاطمة الزهراء (2013) بأنها الأحداث الخارجيّة والداخليّة التي يتعرّض لها الفرد في حياته، وينتج عنها ضعف قدرته على إحداث استجابة مناسبة للموقف، وما يصاحب ذلك من اضراباط انفعاليّة وفسيولوجيّة تؤثّر في جوانب الشخصيّة الأخرى.

حدود البحث :

الحدّ البشريّ: طلبة كلية التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة– فلسطين.
الحدّ المكانيّ: كليات وأقسام التربية الرياضيّة في جامعات الضفة الغربيّة– فلسطين.
الحدّ الزمانيّ: أجريت الدراسة في الفصل الدراسيّ الصيفي من العام الأكاديميّ (2023– 2024م).

الطريقة والاجراءات :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفيّ المسحيّ بصوره الارتباطيّة والتحليليّة وذلك لملائمته لطبيعة الدراسة وأهدافها.

مجتمع البحث :

تشكّل مجتمع الدراسة من طلاب وطالبات كليات التربية الرياضيّة في جامعات الضفة الغربيّة في فلسطين والبالغ عددهم (1300) طالباً وطالبة وفقًا لسجلات القبول والتسجيل في الجامعات خلال العام الأكاديميّ (2023– 2024 م).

عيّنة البحث :

أجريت الدراسة على عيّنة قوامها (282) طالباً وطالبة من طلبة كليات التربية الرياضيّة في جامعات الضفة الغربيّة في فلسطين، تمّ اختيارهم بالطريقة الميسرة من مجتمع الدراسة، وتمثّل عيّنة الدراسة نسبة (22%) من مجتمع الدراسة، والجدول رقم (1) يبيّن توزيع أفراد عيّنة الدراسة وفق متغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة.

الجدول رقم (1): توزيع أفراد عيّنة البحث وفق متغيري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة (ن=282).

المتغيّرات المستقلة	مستوى المتغير	العدد	النسبة المئوية %
	ذكر	178	63.1
النوع الاجتماعيّ	أنثى	104	36.9
	المجموع	**282**	**%100**

	أولى	76	27
السنة الدراسيّة	ثانية	66	23.4
	ثالثة	56	19.9
	رابعة فأعلى	84	29.7
	المجموع	**282**	**%100**

أداتا البحث :

لمعرفة مستوى التفاعل الاجتماعيّ وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كلية التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة، قام الباحث بمراجعة الأدب التربويّ والدراسات المرتبطة بالموضوع بشكل مباشر وغير مباشر مثل دراسات كلّ من (محمود، 2013) و (ياسين، 2019) و (شلاكة، 2015) و (أبو عابد، 2021) و (بوصنوبرة، بخوش وحميدي، 2022)، وقام الباحث بتصميم استبانة التفاعل الاجتماعيّ واستبانة أحداث الحياة الضاغطة، بحيث كانت استبانة التفاعل الاجتماعيّ مكوّنة من (27) فقرة، أمّا استبانة أحداث الحياة الضاغطة فمكوّنة من (20) فقرة.

وكانت الاستجابة على الفقرات مكوّنة من خمسة استجابات وفق سلم ليكرت الخماسيّ وهي: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً درجتان، ودرجة واحدة أبداً.

الخصائص العلميّة لأداتي البحث :

أولاً: الصدق:

للتأكّد من صدق أداتي الدراسة تمّ استخدام صدق الاتّساق الداخليّ (Internal consistency) من خلال استخراج قيم معامل الارتباط بيرسون بين الفقرات الدرجة الكليّة لكل أداة، وذلك بعد تطبيق الأداة على عيّنة استطلاعيّة من طلبة كليات التربية الرياضيّة في جامعات الضفة الغربيّة قوامها (30) طالباً وطالبة من خارج عيّنة الدراسة الأصليّة ونتائج الجدولين (2، 3) يظهران ذلك.

الجدول رقم (2): صدق الاتّساق الداخليّ لأداة التفاعل الاجتماعيّ (ن=30).

رقم الفقرة	قيمة (ر)	رقم الفقرة	قيمة (ر)	رقم الفقرة	قيمة (ر)	رقم الفقرة	قيمة (ر)
1	**0.70	8	**0.75	15	**0.63	22	**0.70
2	**0.90	9	**0.77	16	**0.67	23	**0.65
3	**0.76	10	**0.81	17	**0.72	24	**0.61
4	**0.80	11	**0.69	18	**0.77	25	**0.74
5	**0.65	12	**0.73	19	**0.72	26	**0.80
6	**0.72	13	**0.70	20	**0.60	27	**0.73
7	**0.71	14	**0.60	21	**0.59		

*علاقة دالة عند ($\alpha \leq 0.01$).

تشير نتائج الجدول رقم (2) أنّ قيم معاملات الارتباط بيرسون بين الفقرات والدرجة الكليّة لأداة التفاعل الاجتماعيّ تراوحت ما بين (0.60– 0.90)، وكانت جميعها دالّة إحصائيًّا عند ($\alpha \leq 0.01$)، ويعني ذلك أنّ الأداة صادقة في قياس ما أعدّت لأجله.

الجدول رقم (3): صدق الاتّساق الداخليّ لأداة أحداث الحياة الضاغطة (ن=30).

رقم الفقرة	قيمة (ر)	رقم الفقرة	قيمة (ر)	رقم الفقرة	قيمة (ر)	رقم الفقرة	قيمة (ر)
1	**0.80	6	**0.71	11	**0.63	16	**0.91
2	**0.75	7	**0.79	12	**0.67	17	**0.85

3	**0.77	8	**0.85	13	**0.72	18	**0.71
4	**0.80	9	**0.79	14	**0.77	19	**0.74
5	**0.65	10	**0.64	15	**0.72	20	**0.67

**علاقة دالة عند ($\alpha \leq 0.01$).

تشير نتائج الجدول رقم (3) أنّ قيم معاملات الارتباط بيرسون بين الفقرات والدرجة الكليّة لأداة أحداث الحياة الضاغطة تراوحت ما بين (0.63– 0.91)، وكانت جميعها دالّة إحصائيًّا عند ($\alpha \geq 0.01$)، ويعني ذلك أنّ الأداة صادقة وصالحة لقياس ما وضعت لأجله.

ثانياً: الثبات لأداتي البحث :

للتأكّد من معامل الثبات لأداتي الدراسة تمّ استخدام معادلة كرونباخ الفا (Cronbach's Alpha)، حيث كانت قيمة معامل الثبات لأداة التفاعل الاجتماعيّ ولأداة أحداث الحياة الضاغطة على التوالي (0.94، 0.95)، ويعني ذلك أنّ الأداتين يتمتعان بدرجة ممتازة من الثبات وتحقّقان الأغراض المرجوة من الدراسة.

متغيّرات البحث :

اشتملت الدراسة على المتغيّرات الآتية:

أ- **المتغيرات المستقلّة:**

- **النوع الاجتماعي** وله مستويان هما: (ذكر، أنثى).
- **السنة الدراسيّة** ولها أربعة مستويات وهي: (أولى، ثانية، ثالثة، رابعة فأعلى).

ب- **المتغيّرات التابعة:**

تمثّلت هذه المتغيّرات بدرجة استجابة أفراد عيّنة الدراسة على فقرات أداتي الدراسة (التفاعل الاجتماعيّ، أحداث الحية الضاغطة).

إجراءات البحث :

لقد تمّ إجراء هذه الدراسة وفقاً للخطوات الآتية:

- الاطلاع على الدراسات السابقة المرتبطة بالتفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة.
- تصميم أداتي الدراسة التي تقيس التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة التربية الرياضيّة.
- تحديد مجتمع وعينة الدراسة المستهدفة.
- التأكّد من الشروط العلمية لأداة الدراسة من خلال اجراء تجربة استطلاعيّة على عيّنة قوامها (30) طالباً للوصول إلى الشكل النهائيّ لأداتي الدراسة.
- تصميم أداتي الدراسة الكترونيّاً وإرسالها إلى أفراد عينة الدراسة، حيث كانت عدد الردود الصالحة للتحليل الاحصائيّ وتمثّل عيّنة الدراسة (282) ردّاً.
- بعد جمع البيانات وترميزها وادخالها إلى الحاسوب تمّ معالجتها إحصائيّاً باستخدام برنامج الرزم الإحصائيّة للعلوم الاجتماعيّة (SPSS).
- الوصول إلى نتائج الدراسة ومناقشتها وتحديد أهمّ الاستنتاجات والتوصيات.

المعالجات الإحصائيّة :

للإجابة عن تساؤلات الدراسة تمّ استخدام المعالجات الآتية:

- المتوسطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة للإجابة عن تساؤلي الدراسة الأول والثاني، ولتفسير النتائج تمّ الاعتماد على تصنيف الدرجات وفق سلم ليكرت الخماسيّ وهي: (1.80) فأقلّ مستوى منخفض جدا، (1.81– 2.60) مستوى منخفض، (2.61– 3.40) مستوى متوسط، (3.41– 4.20) مستوى مرتفع، أعلى من (4.20) مستوى مرتفع جدًا.
- معامل الارتباط بيرسون (Pearson Correlation) لتحديد العلاقة بين التفاعل الاجتماع وأحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة، وللتأكّد من صدق الاتّساق الداخليّ لأداتي الدراسة.
- تحليل التباين الثنائيّ (Tow way ANOVA) بإحدى صوره (2*4) لتحديد الفروق في المستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة تبعاً لمتغيّري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسة والتفاعل بينهما، واختبار (LSD) للمقارنة البعديّة الثنائيّة بين المتوسّطات الحسابيّة عند الحاجة لذلك.
- معادلة كرونباخ الفا (Cronbach's Alpha) لمعرفة الثبات لأداتي الدراسة.

نتائج البحث :

أولاً: نتائج التساؤل الأول والذي نصّه: ما مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة؟

للإجابة عن التساؤل تمّ استخراج المتوسط الحسابيّ والانحراف المعياريّ لكل فقرة وللمستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعيّ لدى الطلبة، ونتائج الجدول رقم (4) تبيّن ذلك.

الجدول رقم (4): المتوسطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة والمستوى للتفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة (ن=282).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة*	الانحراف المعياريّ	المستوى
1	أحرص على التواجد مع زملائي في الأنشطة الرياضيّة.	3.79	0.84	مرتفع
2	أتواصل باستمرار مع زملائي في الفريق الرياضيّ.	3.79	0.98	مرتفع
3	أحاول بناء علاقات قوية بيني وبين زملائي في الكلية الرياضيّة.	3.63	0.93	مرتفع
4	أشعر بالراحة عندما أشارك في الأنشطة الرياضيّة مع زملائي.	3.60	0.95	مرتفع
5	مساعدة زملائي في الفريق الرياضي واجب أخلاقيّ.	3.75	0.82	مرتفع
6	أشعر بالحماس عندما أقوم بأعمال جماعيّة مع زملائي في الفريق.	3.60	0.93	مرتفع
7	أشعر بالراحة عندما ألتقي مع زملائي في التدريب أو المباريات.	3.74	0.97	مرتفع
8	أفكر بزملائي في الفريق باستمرار.	3.63	0.99	مرتفع
9	أحب الأنشطة التي أشارك فيها زملائي في الفريق الرياضيّ.	3.76	0.94	مرتفع
10	أفضل العمل الجماعي في الأنشطة الرياضية على العمل الفرديّ.	3.61	0.98	مرتفع
11	أسعى لمساعدة زملائي في تطوير أدائهم الرياضيّ.	3.66	0.99	مرتفع
12	أشعر بالضيق عندما لا أستطيع التعاون مع زملائي في الفريق.	3.60	0.98	مرتفع
13	أحاول الالتقاء بزملائي في الكليّة بعد الأنشطة الرياضيّة.	3.72	0.93	مرتفع
14	أفكّر بزملائي في الفريق دائماً وأعمل على تقوية العلاقة بينهم.	3.66	0.94	مرتفع
15	أحرص على الالتقاء بزملائي في الأنشطة الرياضيّة بانتظام.	3.60	0.96	مرتفع
16	ألتقي بزملائي في الكلية بشكل مستمر لمناقشة الأمور الرياضيّة.	3.73	0.99	مرتفع

17	أحرص على تنفيذ التوجيهات المشتركة من المدرّبين.	3.82	0.90	مرتفع
18	أتحمّل المسؤوليّة مع زملائي في الفريق عند تحقيق أهدافنا الرياضيّة.	3.69	0.98	مرتفع
19	أشعر بالحزن عندما يتعرض زملائي في الفريق للإصابات أو المشاكل.	3.70	0.96	مرتفع
20	أشارك زملائي حياتهم الرياضيّة وأدعمهم في المنافسات.	3.64	0.95	مرتفع
21	يتطلب مني تخصّصي التفاعل المستمر مع زملائي في الكليّة والمدرّبين.	3.80	0.87	مرتفع
22	أشعر بالضيق عند العمل بمفردي بعيداً عن الفريق.	3.60	0.99	مرتفع
23	أحرص على تشجيع الآخرين وتحفيزهم في أوقاتهم الصعبة.	3.68	0.97	مرتفع
24	أحرص على التعرّف على احتياجات زملائي في الفريق لدعمهم.	3.61	0.98	مرتفع
25	أحرص على مشاركة زملائي في الأفراح والانتصارات الرياضيّة.	3.74	0.92	مرتفع
26	أعمل على تحسين العلاقات الاجتماعيّة داخل الفريق الرياضيّ.	3.71	0.99	مرتفع
27	أساهم في تطوير مهاراتي في بناء علاقات جديدة مع زملائي في الأنشطة الرياضيّة.	3.61	0.99	مرتفع
	المستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعيّ	**3.68**	**0.65**	**مرتفع**

*اقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

تشير نتائج الجدول رقم (4) إلى أنّ المستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعي لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة كان مرتفعًا بمتوسّط حسابيّ قدره (3.68)، وكان المستوى مرتفعًا على جميع الفقرات وتراوحت متوسّطات الاستجابة عليها ما بين (3.60- 3.80).

مناقشة التساؤل الأول :

تشير نتائج الجدول إلى أنّ مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة كان مرتفعًا بشكل عام، بمتوسط حسابيّ قدره (3.68). هذا يعكس وجود بيئة اجتماعيّة نشطة بين الطلبة، حيث يلعب التفاعل الاجتماعيّ دورًا مهمًا في تعزيز العلاقات والتعاون بين الطلبة، وهو عامل رئيس في تحسين تجربتهم الأكاديميّة والشخصيّة.

ارتفاع مستوى التفاعل الاجتماعيّ على جميع الفقرات، بمتوسطات تراوحت ما بين (3.60–3.80)، يشير إلى أنّ الطلاب يتمتعون بمستوى جيد من التفاعل الإيجابيّ سواء داخل الحصص الدراسيّة أو الأنشطة اللامنهجيّة. يمكن أن يعزى ذلك إلى الطبيعة الجماعيّة للأنشطة الرياضيّة التي تتطلّب العمل الجماعيّ والتواصل المستمر بين الطلبة، ممّا يعزّز من تكوين الصداقات وتطوير المهارات الاجتماعيّة.

يرى الباحثان أنّ هذا المسوى المرتفع من التفاعل الاجتماعيّ بأنّ الطلبة في كليات التربية الرياضيّة يعتمدون بشكل كبير على التواصل والدعم المتبادل في ظل الظروف الاجتماعيّة والاقتصاديّة الصعبة التي يواجهونها. توفّر الكليّات بيئة يمكن من خلالها للطلبة تطوير علاقاتهم الاجتماعيّة وتبادل الخبرات، ممّا يسهم في تقوية الروابط الاجتماعيّة ويساعدهم على تجاوز التحديات الحياتيّة والأكاديميّة. بالتالي، تعكس هذه النتائج أنّ التفاعل الاجتماعيّ بين الطلبة لا يُعتبر فقط جزءًا من تجربتهم التعليميّة، بل هو عنصر أساسيّ يساهم في تحسين جودة حياتهم الجامعيّة ويؤثّر بشكل إيجابيّ على أدائهم الأكاديميّ.

ثانياً: نتائج التساؤل الثاني والذي نصّه: ما مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربيّة الرياضيّة في الضفة الغربيّة؟

للإجابة عن التساؤل تمّ استخراج المتوسّط الحسابيّ والانحراف المعياريّ لكل فقرة وللمستوى الكليّ لأحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة، ونتائج الجدول رقم (5) تبيّن ذلك.

الجدول رقم (5): المتوسّطات الحسابيّة والانحرافات المعياريّة والمستوى للتفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة (ن=282).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة*	الانحراف المعياريّ	المستوى
1	أشعر بالضغوط الدراسيّة بسبب الامتحانات والمشاريع.	3.85	0.80	مرتفع
2	أشعر بالضغوط بسبب المنافسة بيني وبين زملائي في الفريق الرياضيّ.	3.62	0.97	مرتفع
3	أجد صعوبة في التوفيق بين الالتزامات الدراسيّة والتدريبات الرياضيّة.	3.57	0.92	مرتفع
4	أتعرض لضغوط نفسيّة عندما أواجه إصابات رياضيّة.	3.58	0.97	مرتفع
5	أشعر بالضغوط عندما لا أحقّق أداءً جيدًا في الأنشطة الرياضيّة.	3.74	0.89	مرتفع
6	أشعر بالضغوط بسبب توقّعات المدرّبين مني.	3.59	0.93	مرتفع
7	أتعرض لضغوط من عائلتي لتحقيق التفوق الأكاديميّ والرياضيّ.	3.61	0.99	مرتفع
8	أشعر بالقلق حول مستقبلي المهنيّ بعد التخرج.	3.67	0.99	مرتفع
9	أشعر بالضغوط عندما يتعيّن عليّ السفر أو التنقل للمشاركة في مباريات خارج الجامعة.	3.72	0.87	مرتفع
10	أتعرض لضغوط نفسيّة بسبب متطلّبات التدريب الشاقة.	3.57	0.98	مرتفع
11	أجد صعوبة في التعامل مع ضغوط الحياة الاجتماعيّة والأنشطة الرياضيّة.	3.61	0.89	مرتفع
12	أشعر بالتوتر عند التعامل مع مواقف رياضيّة صعبة مثل الخسارة في المباريات.	3.61	0.97	مرتفع
13	أتعرض لضغوط مالية تؤثّر على قدرتي على المشاركة في الأنشطة الرياضيّة.	3.68	0.92	مرتفع
14	أشعر بالضغوط بسبب عدم توافر الدعم النفسيّ أو الاجتماعيّ في الجامعة.	3.57	0.94	مرتفع
15	أتعرض لضغوط نفسيّة عندما يتوجّب عليّ اتخاذ قرارات مهمّة بشأن مستقبلي الرياضيّ.	3.70	0.92	مرتفع
16	أشعر بالضغوط عندما يتوقع منّي الآخرون أداءً يفوق إمكانياتي.	3.65	0.98	مرتفع
17	أجد صعوبة في إدارة وقتي بين الدراسة والأنشطة الرياضيّة.	3.76	0.88	مرتفع
18	أشعر بالضغوط عند محاولة التكيّف مع التغيّرات في متطلّبات التدريب أو المنهج الأكاديميّ.	3.62	0.99	مرتفع
19	أشعر بالتوتر بسبب التحديات البدنية المطلوبة في الأنشطة الرياضية.	3.72	0.91	مرتفع
20	أشعر بالضغوط عندما لا أجد الوقت الكافي للراحة والاستجمام.	3.56	0.98	مرتفع
	المستوى الكليّ لأحداث الحياة الضاغطة	**3.65**	**0.65**	**مرتفع**

*اقصى درجة للاستجابة (5) درجات.

تشير نتائج الجدول رقم (5) أنّ المستوى الكليّ لأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة كان مرتفعًا بمتوسّط حسابيّ قدره (3.65)، وكان المستوى مرتفعًا على جميع الفقرات وتراوحت متوسطات الاستجابة عليها ما بين (3.56– 3.85).

مناقشة نتائج التساؤل الثاني :

تشير نتائج الجدول إلى أنّ مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة كان مرتفعًا بشكل عام، بمتوسط حسابيّ قدره (3.65). هذا يشير إلى أنّ الطلبة في هذه الكليات يعانون من ضغوط حياتيّة مرتفعة، وهو أمر يمكن أن يؤثر سلبًا على تجربتهم الأكاديميّة والشخصيّة.

ارتفاع متوسطات الاستجابة على جميع الفقرات، التي تراوحت بين (3.56–3.85)، يعكس أنّ معظم الطلبة يتعرّضون لمجموعة متنوّعة من الضغوط، سواء كانت ضغوطًا أكاديميّة، اجتماعيّة، أو شخصيّة. يمكن أن تكون هذه

الضغوط ناتجة عن التحديات المرتبطة بالبيئة الجامعيّة، مثل متطلّبات الدراسة، أو من الحياة خارج الجامعة، بما في ذلك الأوضاع الاقتصاديّة والاجتماعيّة في الضفة الغربيّة.

كما يرى الباحثان أنّ الطلاب يعانون من ضغوط إضافيّة بسبب الظروف السياسيّة والاقتصاديّة الصعبة، والتي تشمل قيود الحركة، والضغوط الماليّة، وعدم الاستقرار الاجتماعيّ. هذه العوامل قد تزيد من مستوى الضغوط على الطلبة وتؤثّر في أدائهم الأكاديميّ وصحّتهم النفسيّة. وبالتالي، توضّح هذه النتائج أهميّة الانتباه إلى الضغوط التي يواجهها الطلبة، وضرورة تقديم الدعم النفسيّ والاجتماعيّ لهم من خلال برامج إرشاديّة أو أنشطة ترفيهيّة تساعدهم على التعامل مع هذه الضغوط بطريقة صحيّة، مما يسهم في تحسين أدائهم الأكاديميّ ورفاهيّتهم الشخصيّة.

ثالثاً: نتائج التساؤل الثالث والذي نصّه: ما العلاقة بين مستوى التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة؟

للإجابة عن التساؤل تمّ استخدام معامل الارتباط بيرسون (Pearson correlation coefficient) كما يظهر في الجدول رقم (6).

الجدول رقم (6): العلاقة بين مستوى التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة (ن= 282).

التفاعل الاجتماعيّ		أحداث الحياة الضاغطة		قيمة	مستوى
المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	(ر)	الدلالة
3.68	0.65	3.65	0.65	0.54	**0.000

**علاقة دالّة إحصائيّاً عند ($\alpha \leq 0.01$).

تشير نتائج الجدول رقم (6) إلى أنّه توجد علاقة ارتباطية إيجابيّة دالّة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.01$) بين المستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة، حيث كانت قيمة معامل الارتباط بيرسون (0.54).

مناقشة التساؤل الثالث :

تشير نتائج الجدول إلى وجود علاقة ارتباطيّة إيجابيّة دالّة إحصائيًّا بين المستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بيرسون (0.54). هذا يعني أنّ هناك ارتباطًا متوسط القوة بين التفاعل الاجتماعيّ وضغوط الحياة لدى الطلبة، ممّا يشير إلى أنّه كلّما زاد التفاعل الاجتماعيّ، زادت احتماليّة تعرّض الطلبة لمستويات أعلى من الضغوط الحياتيّة.

ويفسّر الباحثان هذه العلاقة بأن التفاعل الاجتماعيّ، رغم أنه يوفّر دعمًا ومساندة بين الطلبة، قد يكون مصدرًا إضافيًّا للضغوط. فعلى سبيل المثال، قد يتعرّض الطلبة لضغوط اجتماعيّة نتيجة للتوقّعات من أقرانهم، أو الضغوط المتعلّقة بالتكيّف مع العلاقات الاجتماعيّة المتشابكة داخل البيئة الجامعيّة. كما أن زيادة التواصل الاجتماعيّ قد تؤدّي إلى تزايد المسؤوليات والالتزامات الاجتماعيّة، مما يزيد من عبء الضغوط الحياتيّة التي يواجهها الطلبة.

ويعزو الباحثان أنّ هذه العلاقة أكثر وضوحًا نظرًا للظروف الاجتماعيّة والسياسيّة المعقّدة في الضفة الغربيّة، حيث يمكن أن تزيد التحدّيات الاجتماعيّة من مستوى الضغوط النفسيّة التي يعاني منها الطلبة. على الرغم من أنّ التفاعل الاجتماعيّ يوفّر فرصة للدعم والتعاون بين الطلبة، إلّا أنّ الظروف الحياتيّة الصعبة قد تجعل هذا التفاعل مشوبًا بالضغوط والمشاكل المرتبطة بالأوضاع المعيشيّة العامّة. وبالتالي، تشير هذه النتائج إلى أهميّة تعزيز التفاعل الاجتماعيّ الإيجابيّ

الذي يقلّل من الضغوط بدلاً من زيادتها، من خلال توفير بيئة جامعيّة داعمة تساعد الطلبة على التكيّف مع ضغوط الحياة بطرق أكثر فعاليّة.

رابعاً: نتائج التساؤل الرابع والذي نصّه: هل توجد فروق دالّة إحصائيّاً في مستوى التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة تعزى إلى متغيرّي النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة والتفاعل بينهما؟

للإجابة عن التساؤل تم استخدام تحليل التباين الثنائيّ (Tow way ANOVA) بإحدى صوره (2*4)، ونتائج الجدولين رقم (7، 8) تظهر ذلك.

الجدول رقم (7) المتوسطات الحسابيّة لمستوى التفاعل الاجتماعيّ وأحداث الحياة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة تبعا لمتغيّري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة (ن=282).

المتغيّرات	السنة الدراسيّة	ذكر		أنثى		العيّنة ككلّ	
		العدد	المتوسط	العدد	المتوسط	العدد	المتوسط
التفاعل الاجتماعيّ	أولى	46	3.48	30	3.79	76	3.60
	ثانية	50	3.53	16	3.75	66	3.58
	ثالثة	42	3.86	14	3.99	56	3.89
	رابعة فأعلى	40	3.67	44	3.73	84	3.70
	الكل	178	3.62	104	3.79	228	3.68
أحداث الحياة الضاغطة	أولى	46	3.59	30	3.73	76	3.65
	ثانية	50	3.49	16	3.54	66	3.50
	ثالثة	42	3.92	14	3.62	56	3.84
	رابعة فأعلى	40	3.61	44	3.67	84	3.64
	الكل	178	3.66	104	3.64	228	3.65

الجدول رقم (8): نتائج تحليل التباين الثنائي (ANCOVA) لدلالة الفروق في مستوى التفاعل الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة التربية الرياضية تبعا لمتغيري النوع الاجتماعي والسنة الدراسية والتفاعل بينهما (ن= 282).

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
التفاعل الاجتماعي	الجنس	1.94	1	1.94	6.46	*0.038
	السنة الدراسية	2.57	3	0.86	2.05	0.107
	الجنس* السنة الدراسيّة	0.66	3	0.22	0.53	0.662
	الخطأ	114.27	274	0.42		
	الكليّ	3947.26	282			
أحداث الحياة الضاغطة	الجنس	0.01	1	0.01	0.02	0.884
	السنة الدراسيّة	1.42	3	0.47	1.15	0.329
	الجنس* السنة الدراسيّة	1.48	3	0.49	1.20	0.312
	الخطأ	112.60	274	0.41		
	الكلي	3874.92	282			

* فروق دالّة إحصائيًّا عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

تشير نتائج الجدول رقم (8) ما يلي :

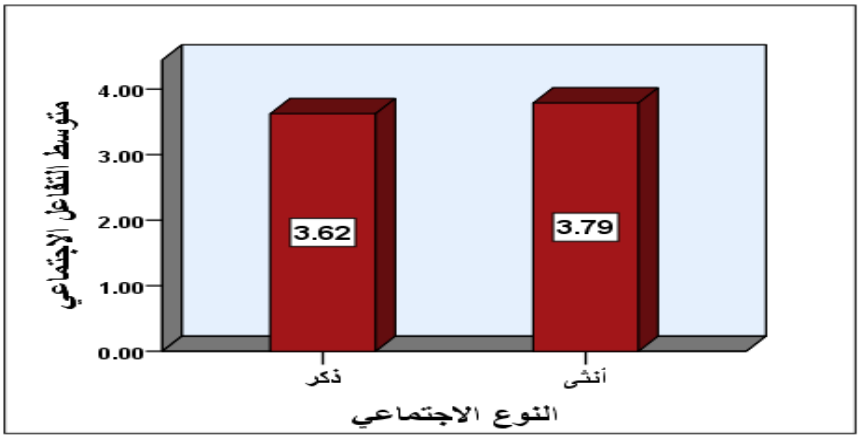
- توجد فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليّات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة تعزى إلى متغيّر النوع الاجتماعيّ ولصالح (الإناث) كما في الشكل رقم (1)، ولا توجد فروق دالّة إحصائيّاً في مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى الطلبة تعزى إلى متغيّر السنة الدراسيّة وإلى التفاعل بين متغيّري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة.
- لا توجد فروق دالّة إحصائيّاً في مستوى أحداث الحياة الضاغطة لدى الطلبة تعزى إلى متغيّري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة والتفاعل بينهما.

مناقشة نتائج التساؤل الرابع :

تشير النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائيّة عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى التفاعل الاجتماعيّ بين طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة بناءً على متغيّر النوع الاجتماعيّ، حيث كانت الفروق لصالح الإناث. هذا يشير إلى أنّ الطالبات يتمتّعن بمستوى أعلى من التفاعل الاجتماعيّ مقارنة بالطلاب. وذلك نتيجة لطبيعة العلاقات الاجتماعيّة لدى الإناث، التي تميل إلى أن تكون أكثر عمقًا وترابطًا، خاصّة في البيئات التعليميّة، حيث قد تلعب الأدوار الاجتماعيّة والجماعيّة دورًا أكبر في حياتهن اليوميّة.

على الجانب الآخر، لم تُظهر النتائج فروقًا ذات دلالة إحصائيّة في مستوى التفاعل الاجتماعيّ بناءً على متغيّر السنة الدراسيّة أو التفاعل بين متغيّري النوع الاجتماعيّ والسنة الدراسيّة. هذا يعني أنّ مستوى التفاعل الاجتماعيّ لدى الطلبة لا يتأثر بالمرحلة الدراسيّة التي يمرّون بها، مما يدلّ على أنّ التفاعل الاجتماعيّ ثابت نسبيّاً بين مختلف سنوات الدراسة.

بالنسبة لأحداث الحياة الضاغطة، لم تظهر النتائج فروقًا دالّة إحصائيّاً بناءً على متغيري النوع الاجتماعيّ أو السنة الدراسيّة، أو التفاعل بينهما. هذا يشير إلى أن كلّ الطلاب والطالبات يواجهون مستويات متشابهة من الضغوط الحياتيّة بغض النظر عن جنسهم أو السنة الدراسيّة التي يدرسون فيها. والسبب في ذلك هو أنّ الضغوط التي يواجهها الطلبة تأتي من مصادر مشتركة، مثل الظروف الاقتصاديّة أو الاجتماعيّة أو الأكاديميّة التي تؤثّر على الجميع بشكل متساوٍ، بغض النظر عن نوعهم أو مستواهم الدراسيّ. هذه النتائج تسلّط الضوء على أهميّة النظر في احتياجات الطلبة بشكل متوازن وتوفير الدعم الاجتماعيّ والنفسيّ للجميع، مع مراعاة أنّ الإناث قد يستفدن من بيئات تشجع على التفاعل الاجتماعيّ المتواصل.



الشكل رقم (1): متوسط الاستجابة للمستوى الكليّ للتفاعل الاجتماعيّ لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة تبعاً لمتغيّر النوع الاجتماعيّ.

الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث يستنتج الباحث ما يلي:

- يمتاز طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة بدرجة عالية من التفاعل الاجتماعيّ بينهم.
- يواجه طلبة كلية التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة مستوى مرتفعاً من أحداث الحياة الضاغطة.
- التفاعل الاجتماعيّ يرتبط بشكل إيجابيّ بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة كليات التربية الرياضيّة في الضفة الغربيّة.
- التفاعل الاجتماعيّ لدى طالبات التربية الرياضيّة أفضل من الطلاب.
- لا يوجد اختلاف في التفاعل الاجتماعيّ أحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة التربية الرياضيّة وفق نوعهم الاجتماعيّ ومستواهم الدراسيّ.

التوصيات :

يوصي الباحث ما يلي:

- عقد دورات إرشادية نفسيّة واجتماعيّة لطلبة السنة الأولى في أقسام وكليات التربية الرياضيّة قبل البدء بالتعليم الجامعيّ.
- توعية الطلبة حول أهمية العلاقات الاجتماعيّة بينهم في مواجهة التحديات والصعوبات.
- إجراء دراسات أخرى مشابهة تتناول متغيّرات اجتماعيّة أخرى وربطها بأحداث الحياة الضاغطة.

المراجع العربية

بوشكيمة، أحلام نبيلة. (2016). السعادة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب الجامعات. *مجلة دراسات نفسية*.

إبراهيم، احمد إبراهيم. (1992). *الضغوط الحياتية في علاقتها ببعض الأعراض السيكوسوماتية*. قطر: مجلة مركز البحوث التربوية.

محمد، أسامة صلاح فؤاد. (2024). *تأثير برنامج ترويحي لتعلم بعض مهارات المبارزة على تنمية التفاعل الاجتماعي لدى طلاب كلية التربية الرياضية في جامعة بنها*. جامعة بنها – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الريسي، أمنه. (2007). كيف نحقق للمراهق حياة متوافقة . سلطنة عمان: *مجلة رسالة التربية*.

ياسين، باسم حبيب. (2019). *بناء وتقنين مقياس التفاعل الاجتماعي للاعبي منتخبات جامعات الفرات الأوسط بكرة القدم للصالات*. جامعة القادسية – كلية التربية الرياضية.

سليم، رحاب. (2019). المراهقة والتفاعل الاجتماعي والبيئة المدرسية.

بن جعفر، رمضان. (2016). دور الأنشطة البدنية الرياضية في تنمية التفاعل الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية. جوان: *مجلة الإبداع الرياضي*.

محمود، عبد العزيز. (2013). *أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بروح المرح ومعنى الحياة لدى عينة من الشباب الجامعي*. رسالة ماجستير – جامعة عين شمس – كلية التربية.

بوصنوبرة، عبد الله وبخوش، لامية وحميدي، مجيد. (2022). *مظاهر التفاعل الاجتماعي في المؤسسات الخدماتية*. الجزائر: كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.

عبد الله، عبد الله. (2020). *أساليب مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى الشباب: دراسة ميدانية على عينة من الشباب الجزائري*. الجزائر: المركز الجامعي المقام الشيخ امود بن مختار إيليزي.

أبو عابد، عبيدة محمد سالم. (2021). *أنماط التفكير وعلاقتها باستراتيجيات مواجهة أحداث الحياة الضاغطة لدى مرضى نقص التروية* القلبية (رسالة ماجستير)، الجامعة الاسلامية، غزة.

مظلوم، علي. (2008). *مستوى الطموح الأكاديمي وعلاقته بحوادث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة* . مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية.

شلاكة، فاضل كردي. (2015). *التفاعل الاجتماعي وعلاقته لأحداث الحياة الضاغطة لدى طلاب كلية التربية الرياضية*. جامعة بابل – كلية التربية الرياضية.

النوي، محمد وعلي، محمد. (2010). *مقياس التفاعل الاجتماعي*. عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

محمد، فاطمة الزهراء. (2013). *سمات الشخصية وضغوط مواقف الحياه وأساليب مواجهتها دراسة ارتباطية مقارنة بين المصابين بالتلعثم وغير المصابين بالتلعثم البالغين*. كلية الاداب – جامعة عين شمس .

مصطفى، منار . (2013). *أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك في الاردن*. الأردن: جامعة اليرموك .

الخيري، نوري. (2002). التيقظ بالذات وعلاقته بالتفاعل الاجتماعي. *مجلة كلية الأدب*، بغداد.

علي، هنود. (2013). *التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى بعض تلاميذ* الثانوية (رسالة ماجستير). جامعة محمد خضير، الجزائر.

المراجع الأجنبيّة

Holmes, T., & Rahe, R. (1967). The Social Readjustment Rating Scale. *Journal of Psychosomatic Research*.

Social interaction and its relationship to stressful life events among students of physical education colleges in the West Bank

ABSTRACT:

This study aimed to identify the levels of both social interaction and stressful life events among students in colleges of physical education in the West Bank, as well as to examine the relationship between them and identify differences in social interaction and stressful life events according to gender, academic year, and the interaction between them. The study relied on a descriptive survey approach in its correlational and analytical forms, applied to a readily available sample of (282) male and female students from colleges of physical education. The number of students was (178) male students and (104) female students. The researchers used a questionnaire, specifically designed for this study, as the primary tool for data collection. To analyze the data and arrive at the results, the statistical program (SPSS) was used. The results showed that the levels of both social interaction and stressful life events among students in colleges of physical education in the West Bank were high, with the average response for each reaching (3.68 and 3.65), respectively. The results also showed a statistically significant direct relationship between social interaction and stressful life events among students, with a correlation coefficient of 0.54. Furthermore, the study revealed statistically significant differences in the level of social interaction in favor of females, while no statistically significant differences were found in the level of social interaction based on the variable of academic year or the interaction between gender and academic year. Regarding the level of stressful life events, no statistically significant differences were found based on the variables of gender, academic year, or the interaction between them. In light of these results, the study recommends holding psychological and social counseling sessions for first-year students in colleges of physical education before they begin their university studies, in addition to raising students' awareness of the importance of social relationships in facing the challenges and difficulties they may encounter during their academic careers.

Keywords: Social interaction, stressful life events, physical education students, Palestine.