



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

# مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية

بحث مقدم الى كلية التربية / جامعة القادسية  
كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس  
في قسم العلوم التربوية والنفسية

اعداد الطالبة

هدى كاظم كريم

اشراف

م.م اسيل جمعة العتابي



{ ولقد كرّمنا بني آدم  
وحملناهم في البر والبحر  
ورزقناهم من الطيبات  
وفضلناهم على كثير ممن  
خلقناهم تفضيلاً }

صدق الله

العظيم

سورة

الاسراء، الآية (70)

## الإهداء

إلى .....

والذي حفظه الله وبارك في عمره الذي علمني الصبر للوصول إلى ما

أصبوا إليه .....

والدتي منبع العطف والحنان أطال الله عمرها ومتعها بالصحة والعافية

أخوتي سندي في الحياة .....

زوجي الذي دعمني في كل خطاي .....

كل الخيرين في العالم.....

طلبة العلم أين ما كانوا.....

اهدي ثمرة جهدي.....

هدى

## شكر وامتنان

قال تعالى :

" رب أوزعني أن اشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه

وادخلني برحمتك في عبادك الصالحين "

سورة النمل، الآية ( 19 )

اشكر أولا وأخيرا لله رب العالمين الذي وفقني في أعداد البحث وأخرجه في صورته النهائية، والشكر والتقدير موصول إلى الأساتذة المشرفة أسيل جمعة العتابي بالدرجة الأولى التي لم تبخل علي بوقتها الثمين فقد كانت لي عوناً وسنداً لاتمام هذا البحث، كما اتقدم بالشكر الى جميع أساتذتي في قسم العلوم التربوية والنفسية وخاصة رئيس القسم أ.م.د. محسن طاهر مسلم والشكر والتقدير موصول إلى كل الذين كانوا شمعة أنارت طريقي في أعداد البحث.

## مستخلص البحث

يتسم العصر الحالي بعدد من الظواهر الصحية السلبية التي يمارسها الفرد والتي قد تنعكس سلبيًا على صحته، لذا اهتم العديد من الباحثين بدراسة مستوى الوعي الصحي لدى الفرد واعدوا المقاييس التي تقيس ذلك، ولذا ارتأت الباحثة اجراء بحثها الحالي الذي يهدف الى:

1. التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية.

2. التعرف على الفرق في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية من حيث متغيرات:

أ. الجنس (ذكور- إناث).

ب. الاختصاص (علمي - إنساني).

ولتحقيق اهداف البحث اختير المنهج الوصفي، وتمثل مجتمع البحث بجميع طلبة كلية التربية / جامعة القادسية – الدراسة الصباحية، واختيرت عينته بالطريقة العشوائية (القرعة) إذ تمثلت بطلبة المرحلتين الثالثة والرابعة للاقسام العلمية والمتمثلة بقسمي (علوم الحياة، الرياضيات) والاقسام الانسانية المتمثلة بقسمي (اللغة العربية، التاريخ) ولكلا الجنسين (ذكور – اناث) إذ بلغ عدد افراد العينة (100) طالب وطالبة، اداة البحث تمثلت بمقياس الوعي الصحي للباحث (محمد، 2007) الذي تبنته الباحثة والذي تكون بصيغته النهائية من (30) فقرة، وبعد التحليلات الاحصائية استخرج صدق المقياس وثباته إذ استخدمت الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS-10) وبرنامج (Microsoft Excel)، واسفرت النتائج على ان:

1. طلبة كلية التربية/ جامعة القادسية يمتلكون مستوى جيد من الوعي الصحي.

2. عدم وجود فروق دالة احصائياً في مستوى الوعي الصحي وفق متغير الجنس (ذكور – اناث).

3. يوجد فرق ذو دلالة احصائية وفق متغير التخصص ( علمي – انساني ) ولصالح التخصصات العلمية.

## ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	الاهداء
ب	شكر وامتنان
ج	مستخلص البحث باللغة العربية
هـ	ثبت المحتويات
و	ثبت الجداول
و	ثبت الملاحق
<b>4 - 1</b>	<b>الفصل الاول: التعريف بالبحث</b>
2	اولاً: مشكلة البحث Problem of the Research
3	ثانياً: اهمية البحث The Importance of the Research
3	ثالثاً: اهداف البحث Aims of the Research
4	رابعاً: حدود البحث Limitation of the Research
4	خامساً: تحديد المصطلحات Definition of the terms
<b>7 - 5</b>	<b>الفصل الثاني: اطار نظري ودراسات سابقة</b>
6	الوعي الصحي Health Awareness
6	دراسات سابقة
<b>11 - 8</b>	<b>الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته</b>
9	أولاً: منهجية البحث :Methodology of Research
9	ثانياً: مجتمع البحث :Population Research
9	ثالثاً: عينة البحث : Sample of the Research

10	رابعاً: اداة البحث
11	خامساً: الوسائل الإحصائية Statistical Means:
-13	الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها
13	عرض نتائج الهدف الاول وتفسيرها
13	عرض نتائج الهدف الثاني وتفسيرها
13	عرض نتائج الهدف الثالث وتفسيرها
17-15	المصادر
16	أولاً: المصادر العربية
17	ثانياً: المصادر الاجنبية
الملاحق	

### ثبت الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الجدول
9	مجتمع البحث موزع بحسب القسم والجنس	1
10	عينة البحث التطبيقية موزعين بحسب القسم والتخصص والمرحلة والنوع	2
11	الصدق الظاهري لمقياس الوعي الصحي	3
13	نتائج الاختبار التائي لكشف دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث لمقياس الوعي الصحي	4
13	نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على مستوى الوعي الصحي وفق متغير الجنس ( ذكور - إناث )	5
14	نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على مستوى الوعي الصحي وفقاً لمتغير التخصص ( علمي , إنساني )	6

ثبت الملحق

الصفحة	عنوان الملحق	الملحق
19	مقياس الوعي الصحي بصيغته الاولى	1
22	مقياس الوعي الصحي بصيغته النهائية	2



# الفصل الأول

## التعريف بالبحث

أولاً : مشكلة البحث

ثانياً : أهمية البحث

ثالثاً : اهداف البحث

رابعاً : حدود البحث

خامساً : تحديد المصطلحات

أولاً ; مشكلة البحث **Problem Of Research**

أن للثقافة والمعرفة دورا هاما في تنمية الشخصية ونحن نعيش في زمن تتسارع فيه المعلومات من حولنا, لذا لابد للإنسان إن يتابع كل ما يدور حوله من معلومات خاصة تلك التي تتعلق بالجسم والصحة والعقل والنفس والتي يفترض أن يلم الإنسان ببعض منها, مهما كان مجال عمله لاسيما طلبة كليات التربية وخاصة المراحل

المتقدمة في الجامعات والمتمثلة بالمرحلتين الرابعة والثالثة كونهم مؤهلين لممارسة أدوارهم للعمل في تربية وبناء الأجيال الجديدة وتوعيتها بمخاطر قلة الوعي الصحي، وبالأخص الظروف الصحية السيئة التي يعاني منها بلدنا الحبيب العراق في هذه المرحلة من انتشار للأمراض والأوبئة كالقوليرا والتيفويد والسرطان وغيرها من الأمراض. (زنكنة،2009: 3)

ويؤكد (Karabati & Cemalicar،2010) على ضرورة الاهتمام بالوعي الصحي السليم الذي يمكن الفرد من أدراك المخاطر الصحية ومستلزمات الحفاظ على حياة ليست خالية من الأمراض فحسب بل مليئة بالحيوية والنشاط تنعكس بدورها على الإنفاق العام من قبل الدول بالنسبة للجوانب الوقائية والعلاجية والقطاع الصحي. (Karabati & Cemalicar،2010: 626)

ان عناصر الوعي الصحي التي يمكن أن تكسب الفرد قدر من المفاهيم والمعلومات والمهارات والاتجاهات والسلوكيات التي تخص صحة الإنسان بحيث يكتسبها بمراس السلوك الصحي بشكل سليم ومن هذه العناصر الصحة الشخصية ومعرفة أجهزة الجسم المختلفة وكيفية الحفاظ عليها، كذلك من العناصر الأخرى التغذية التي تشمل العادات الغذائية الحسنة وأمراض سوء التغذية و الاغذية ومدى مناسبتها العمر بمختلف مراحلها، وتعد الوقاية من الأمراض من عناصر الوعي الصحي وهي تتمثل بمراجعة الطبيب والالتزام بالعلاج، كذلك صحة الفم والأسنان والمحافظة على اللثة والتدخين وأضرار سوء استخدام العقاقير الطبية واللياقة البدنية وممارسة التمرينات الرياضية والتلوث كلها من العناصر الأساسية للوعي الصحي.

(التركي، 2000: 86)

ولتمكين الطلبة من الإسهام في حل المشكلات الصحية لابد من إثارة الوعي الصحي من خلال تزويدهم بالحقائق والمعلومات الصحية وربطها بحاجاتهم ومستوى خبراتهم ونضجهم، لذا فان الإعداد الوظيفي لطلبة كلية التربية يشكل أهم عناصر التربية الصحية للطلبة، فالصحة أسلوب الحياة وليست موضوعا يمكن تدريسه ميكانيكيا، فإذا لم يكن لدى المدرس الميل والرغبة الأكيدة في التوعية الصحية فانه لن يتمكن من نقل هذا الشعور إلى طلبته. (زنكنة ، 2009: 3)

ويرى(ماهر ومحمد،:2007: 138) أن الوعي الصحي يتألف من الجانب المعرفي والجانب التطبيقي، اذ يتمثل الوعي المعرفي في توفير المعلومات العلمية عن موضوع صحي معين، اما التطبيقي فيتمثل في ممارسة العادات الصحية السليمة في مواقف الحياة اليومية، فإذا اكتملت جوانب الوعي المعرفية والتطبيقية لدى الفرد يمكن وصف الفرد بأنه يمتلك وعي صحي متكامل، فهو يعرف كيف يفكر ويتخذ موقفا وينفذه.

ولندرة الدراسات التي أجريت في هذا المجال ارتأت الباحثة دراسة الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية، وقد صيغت مشكلة البحث بالتساؤلات التالية:

- ما مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية - جامعة القادسية ؟
- ما الفرق بين طلبة الاقسام العلمية والإنسانية في مستوى الوعي الصحي؟
- هل يختلف الذكور عن الإناث في مستوى الوعي الصحي ؟

### ثانياً : أهمية البحث **The Importance of the Research** :

إن الوعي الصحي يمثل محصلة ما يتعلمها الفرد من خبرات صحية خلال حياته والتي تؤثر ايجابيا في ممارساته اليومية المرتبطة بصحته وصحة الآخرين من حوله، إذ إن الفرد المثقف صحيا له القدرة على الحفاظ على صحته ورعاية صحة من حوله، فالوعي بالصحة له أهمية كبيرة في الوقاية من العديد من الأمراض وتخفيف أثارها والحد من انتشارها، والامتناع عن ممارسة بعض الظواهر الغير صحية كالتدخين وما يسببه من مضار متعددة كسرطان الرئة وتصلب الشرايين وارتفاع ضغط الدم والتهاب الجهاز التنفسي وغيرها، وظاهرة الرمي العشوائي للنفايات وظاهرة تناول العقاقير الطبية دون وصفة طبية وظاهرة الوشم التي سادت في مجتمعاتنا في الالونة الاخيرة وغيرها من الظواهر السلبية. ان اهمية الوعي الصحي يمكن ايجازها بالنقاط التالية:

1. أهمية امتلاك الكوادر التعليمية المستقبلية للوعي الصحي لتمكينهم من نقله ونشره بين صفوف الطلبة، فللوعي الصحي أهمية كبيرة للحفاظ على صحة الفرد وحياته والوقاية من الأمراض والحد من انتشارها.
2. إثراء المكتبة بدراسات جديدة تتناول الوعي الصحي لدى طلبة الجامعات.
3. تمكين الأفراد من التمتع بنظرة علمية صحيحة تساعدهم في تفسير الظواهر الصحية وتجعلهم قادرين على البحث عن أسباب الأمراض وعللها بما يمكنهم من تجنبها والوقاية منها.

4. يعد الوعي الصحي رصيد معرفي يفيد الإنسان من خلال توظيفه لها وقت الحاجة واتخاذ قرارات صحيحة وصائبة إزاء ما يعترضه ويواجهه من مشكلات صحية.

5. خلق روح الاعتزاز والتقدير والثقة بالعلم كوسيلة من وسائل الخير وبالعلماء المتخصصين بالصحة.

### ثالثاً: أهداف البحث The Aims of Reasrch

يهدف البحث إلى:

1. التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية
2. التعرف على الفرق في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية من حيث متغيرات:
  - الجنس (ذكور - إناث).
  - الاختصاص (علمي - أنساني).

### رابعاً: حدود البحث Limitation of the Research:

- 1 . طلبة المرحلة الرابعة من قسمي (الرياضيات، التاريخ) كلية التربية/ جامعة القادسية- الدراسة الصباحية.
2. طلبة المرحلة الثالثة من قسمي (علوم الحياة، اللغة العربية) كلية التربية/ جامعة القادسية - الدراسة الصباحية.
3. العام الدراسي (2017 - 2018).

### خامساً: تحديد المصطلحات Definition of the terms:

- الوعي الصحي

عرفه كل من :

- (عليوة، 1999) على انه: " ترجمة المعارف والمعلومات والخبرات الصحية إلى أنماط سلوكية لدى الأفراد". (عليوة، 1999 : 49)

- (التركي، 2000) على انه: " التتور الصحي (Health Literacy) إي القدرة على قراءة وفهم المعلومات الصحية وتنفيذها، ومستوى قدرة الأفراد على تحصيل ومعالجة وفهم المعلومات والخدمات الصحية الأساسية اللازمة لاتخاذ قرارات صحية مناسبة". (التركي، 2000: 5)
- (خطابية، 2000) على انه: "جملة من التصورات والمعتقدات والرؤى التي تعين الإنسان في حياته وتحدد سلوكه، ويقصد به هنا إمام الناس بالمعلومات والحقائق الصحية وإحساسهم بالمسؤولية نحو صحتهم وصحة غيرهم، وفي هذا الإطار يعتبر الوعي الصحي هو الممارسة عن قصد نتيجة الفهم والإقناع ". (خطابية، 2000: 43)
- (سلامة، 2001) على انه: " إدراك الإنسان ما حوله في هذا العالم باستخدام الحواس ليفهم الأشياء والإحداث وتمثل حواس الإنسان أدوات إدراك تسبق عملية الاتصال الذي يؤدي بدوره إلى التعليم". (سلامة، 2001: 189)
- (أبو زيدة، 2006 ) على انه: " المعرفة والفهم وتكوين الميول والاتجاهات لبعض القضايا الصحية المناسبة للمرحلة العلمية بما ينعكس إيجاباً على السلوك الصحي". (أبو زيدة، 2006 : 22)
- (زنكنة، 2009) على انه: " عملية تحفيز الطلبة وإقناعهم لتعلم ممارسات صحية صحيحة أو عملية ترجمة الحقائق والمفاهيم الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية سليمة تؤدي إلى رفع المستوى الصحي للطلبة بإتباع الأساليب التربوية المختلفة". (زنكنة، 2009 : 5)

وتعرفه اجرائياً بأنه :

الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب جراء الإجابة على فقرات مقياس الوعي الصحي الذي تبنته الباحثة.

# الفصل الثاني

اطار نظري ودراسات سابقة

عمّدت الباحثة إلى تقسيم هذا الفصل إلى محورين رئيسيين وكالاتي :

**المحور الأول: اطار نظري:** يتضمن هذا المحور الوعي الصحي Health Awareness .

**المحور الثاني: دراسات سابقة:** يتضمن هذا المحور دراسات تناولت الوعي الصحي.

**المحور الاول: الوعي الصحي**

**مفهوم الوعي الصحي**

ورد مفهوم الوعي الصحي في اللغة على انه : " الحفظ والتقدير والفهم وسلامة الإدراك وشعور الفرد بما في نفسه وما يحيط بالآخرين". (مجمع اللغة العربية, المعجم الوجيز 1998 ; 675)

ويعرف الوعي الصحي (Health Awareness) اصطلاحا على انه: السلوك الايجابي الذي يؤثر بشكل ايجابي على صحة الفرد, وهو القدرة على تطبيق المعلومات الصحية المكتسبة في الحياة اليومية بشكل مستمر وتوجه قرارات الفرد في تحديد واجباته المنزلية التي تحافظ على صحته في حدود إمكانياته.

(قنديل، 1990: 170)

هنالك علاقة بين الوعي الصحي والتربية والسلوك الصحي، وأن نشر الوعي الصحي يعد الهدف الأول للتربية الصحية، كما إن السلوك الصحي هو احد مظاهر الوعي الصحي، فالتربية الصحية تعرف على انها : الجهود الموجهة لتشجيع الأفراد على تنمية عادات صحية كالتغذية والتمارين الرياضية وتجنب المواد السامة كالعقاقير والكحول. (Rice,2007:1289)

**المحور الثاني : دراسات سابقة Previous Studies**

أطلعت الباحثة على عدد من الدراسات ذات الصلة بموضوع البحث الحالي، ومنها دراسة:

**1. (القُدومي، 2005):**

اجريت في الاردن، وهدفت الدراسة إلى التعرف على المستوى الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية لكرة الطائرة، استخدمت المنهج الوصفي، بلغت العينة (90) لاعب، وتمثلت

اداة البحث بمقياس الوعي الصحي، وتوصلت الدراسة الى إن مستوى الوعي الصحي كان مرتفعاً اذ بلغت نسبة الاستجابة (81%) فضلا عن وجود فرق ذي دلالة إحصائية في مجالات مقياس الوعي الصحي اذ كان المجال الاجتماعي اعلى المجالات بينما لم تكن متغيرات المؤهل العلمي والخبرة دالة احصائياً.

## 2. (محمد، 2007):

اجريت في العراق، هدفت الدراسة الى معرفة مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية في جامعة القادسية، واستخدمت المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (149) طالب وطالبة، وتمثلت اداة البحث بمقياس الوعي الصحي، وتوصلت الدراسة الى وجود فرق دال احصائياً في مجالي التربية الغذائية والتربية الانجابية لدى اقسام (الفيزياء وعلوم الحياة).

## 3. (زنكنة، 2009)

اجريت في العراق، هدفت الدراسة الى معرفة الوعي الصحي ومصادره لدى طلبة كلية التربية ابن الهيثم، استخدم فيها المنهج الوصفي المسحي، وبلغت عينة الدراسة (50) طالب وطالبة، وتمثلت اداة الدراسة بمقياس الوعي الصحي، وتوصلت الدراسة الى ان امتلاك العينة مستوى عالٍ من الوعي الصحي وتدرج مصادر الحصول على المعلومات الصحية بين الاسرة باعلى مرتبة ومن ثم النشاطات الثقافية بينما حصلت المناهج الدراسية على اقل نسبة كمصدر في الحصول على المعلومات الصحية.

## 4. ( الأمامي ، 2011 )

هدفت الى استقصاء مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسات الصحية لدى طلبة المرحلة الأساسية في مدارس محافظة معان، مجتمع الدراسة تكون من الصف الخامس والسادس والسابع والبالغ عددهم (6602) طالبا وطالبة واختيرت العينة عشوائيا اذ بلغت (629)، وتمثلت اداة الدراسة بمقياس الوعي الصحي ، وتوصلت الدراسة الى إن مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسات الصحية كانت مرتفعة، كما توصلت الى وجود فروق دالة إحصائية لأثر النوع الاجتماعي على مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسة الطلبة.



## 5. (عبد الحسين واخرون، 2012)

اجريت الدراسة في العراق، وهدفت الى معرفة الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية - جامعة المثنى، تالفت العينة من (1902) طالب وطالبة، وتمثلت اداة الدراسة بمقياس الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية كاداة لجمع المعلومات، وتوصلت الدراسة الى إن مستوى الوعي الصحي لدى أفراد عينة الدراسة متدنٍ، كما توصلت الى وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الإناث، كما توصلت الى وجود فروق دالة إحصائياً تبعاً لمتغير التخصص الدراسي ولصالح التخصصات العلمية.

يتضمن الفصل الحالي عرضاً تفصيلياً لمنهجية البحث ومجتمعه وعينته وأداته وإجراءات التطبيق التي اعتمدها الباحثة لتحقيق هدف البحث، فضلاً عن عرض الوسائل الإحصائية، وكالاتي:

### أولاً: منهجية البحث **Methodology of Research**:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة أهداف البحث، إذ يعرف على أنه شكل من أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة ما أو مشكلة وتصويرها بصورة كمية من خلال جمع البيانات والمعلومات المقننة حول الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة.

(ملحم، 2005: 324)

### ثانياً: مجتمع البحث **Population Research**:

هو جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث أي جميع الأفراد والأشخاص والأشياء موضوع مشكلة البحث.

(عبيدات وآخرون، 2005: 99)

يتكون مجتمع هذا البحث من جميع طلبة كلية التربية / جامعة القادسية للعام الدراسي ( 2017 - 2018 ) للدراسة الصباحية، والبالغ عددهم (4360) طالب وطالبة وفقاً لقاعدة بيانات الجامعة الإحصائية، إذ بلغ عدد الطلبة الذكور (1833) وبنسبة مئوية (42%) وبلغ عدد الطالبات الإناث (2527) وبنسبة مئوية (58%). كما في جدول (1) .

جدول (1) مجتمع البحث موزع بحسب القسم والجنس

المجموع	الجنس		القسم	ت
	الإناث	الذكور		
280	220	60	علوم القرآن	1
507	339	168	العلوم التربوية و النفسية	2
560	360	200	التاريخ	3
535	405	130	الانكليزي	4

797	568	229	اللغة العربية	5
436	160	276	الرياضيات	6
418	144	274	الكيمياء	7
383	152	231	علوم الحياة	8
444	179	265	الفيزياء	9
<b>4360</b>	<b>2527</b>	<b>1833</b>	<b>المجموع</b>	

### ثالثاً: عينة البحث : Sample of the Research

هي مجموعة جزئية من الوحدات أو العناصر التي تتخذ بطريقة ما، من مجتمع ما لغرض دراسة خصائصها ليصار إلى تقدير خصائص المجتمع الكلي عن طريقها. (الزغول وعلي، 2005: 21)

اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) إذ بلغ عدد أفرادها (100) طالب وطالبة موزعين على الأقسام العلمية (علوم الحياة، الرياضيات) والإنسانية (اللغة العربية، التاريخ) للمرحلتين الرابعة و الثالثة ولكلا الجنسين. كما في جدول (2).

جدول (2) عينة البحث التطبيقية موزعين بحسب القسم والتخصص والمرحلة والنوع

المجموع	المرحلة الرابعة		المرحلة الثالثة		التخصص	القسم	ت
	الإناث	الذكور	الإناث	الذكور			
25	/	/	12	13	علمي	علوم الحياة	1
25	/	/	12	13	انساني	اللغة العربية	2
25	13	12	/	/	علمي	الرياضيات	3
25	13	12	/	/	انساني	التاريخ	4

100	25	25	25	25	المجموع
-----	----	----	----	----	---------

## رابعاً: أداة البحث

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي في (التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية) تبنت الباحثة مقياس (محمد، 2007) لقياس الوعي الصحي اذ تكون المقياس بصورته النهائية من (30) فقرة وضع أمام كل فقرة بدائل استجابة ثلاثي (( تنطبق علي تماما، تنطبق علي الى حد ما، لا تنطبق علي تماما)) يختار الطالب احداها بما يناسبه ملحق (2)، وبالرغم من أن المقياس يتصف بالصدق والثبات إلا أن الباحثة ارتأت التحقق من صدقه وثباته لاختلاف الحقبة الزمنية والمراحل الدراسية المستخدمة للبحث الحالي والحقبة الزمنية والمراحل الدراسية التي طبق فيها المقياس، و كالاتي:

### 1. الصدق الظاهري face validity:

يتحقق الصدق الظاهري من خلال عرض فقرات المقياس بصيغته الأولية وقبل تطبيقه على مجموعة مختصين ومحكمين ممن لديهم خبرة تمكنهم من الحكم على مدى صلاحية فقراته في قياس الخاصية المراد قياسها وانها لا تقيس شيئاً آخر مضافاً اليه او بديلاً عنه. (الكبيسي، 2010: 265)

وبناءً على ذلك عرضت الباحثة مقياس الوعي الصحي على محكمين ومختصين في مجال علم النفس التربوي وعلوم الحياة لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول الشكل العام للمقياس ومدى صلاحية فقراته وتحقيقها للغرض الذي اعدت من اجله، وسلامة الصياغة العلمية واللغوية للأسئلة وحذف وتعديل وازضافة ما هو مناسب، وفي ضوء آرائهم إجريت التعديلات اللازمة، واتخذت نسبة اتفاق (80%) فأكثر معياراً لصلاحيتها، وبهذا يصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث ملحق (2). واحتسبت الباحثة النسبة المئوية، اذ أظهرت النتائج صلاحية جميع الفقرات. كما في جدول (3).

جدول (3) الصدق الظاهري لمقياس التفاعل الاجتماعي

الدالة	النسبة المئوية	الخبراء			رقم الفقرة
		الرافضون	الموافقون	العدد الكلي	

دالة	%100	0	14	14	2، 3، 4، 5، 6، 7، 9، 10، 11، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 21، 23، 24، 25، 26، 27،
	%93	1	13		1، 8، 12، 20، 22
	%86	2	12		28، 29، 30

## 2. الثبات Reliability :

هو أن يعطي المقياس نفس النتائج، عند إعادة تطبيقه على نفس الافراد بعد مضي مدة زمنية وفي الظروف نفسها. (شحاتة وزينب، 2003: 161)

استخرجت الباحثة ثبات مقياس الوعي الصحي بطريقة التجزئة النصفية اذ انها من الطرق الشائعة في ايجاد معامل ثبات المقاييس التربوية والنفسية لان معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يوضح مدى الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس لقياس الخاصية المراد قياسها، كما أنها تتلافى عيوب بعض طرق الثبات الأخرى، وفي هذه الطريقة تقسم فقرات المقياس الى مجموعتين مجموعة فقرات فردية ومجموعة فقرات زوجية ويحتسب معامل الارتباط بين نصفي المقياس باستعمال معامل الارتباط التتابعي لبيرسون، اذ بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة ( 0,84) ولما كان معامل الارتباط المستخرج بهذه الطريقة لنصف المقياس لـذا استخدمت معادلة (سبيرمان- بروان) التصحيحية للحصول على معامل ارتباط يمثل معامل الثبات بعد التصحيح، اذ بلغ معامل الارتباط بعد التصحيح ( 0,87) وهذا يشير الى ان الثبات جيد. إذ اشار (علام، 2000) الى أن الثبات يكون جيدا اذا بلغت قيمته (0.80) أو اكثر. (علام ، 2000: 543)

## خامساً: الوسائل الإحصائية Statistical Means:

استعانت الباحثة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS-10) وبرنامج (Microsoft Excel)، اذ استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية:

1. النسبة المئوية لاحتساب الصدق الظاهري لفقرات مقياس التفاعل الاجتماعي.
2. معامل ارتباط بيرسون لاحتساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية.
3. معادلة سبيرمان - بروان التصحيحية.
4. المقياس التائي لعينة واحدة (T-test) لاحتساب دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة البحث الحالي والوسط الفرضي لمقياس التفاعل الاجتماعي.

5. المقياس التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لاحتساب الفرق بين متوسط الذكور والإناث والتخصص العلمي والإنساني.

# الفصل الثالث

## منهجية البحث وإجراءاته

أولاً : منهجية البحث

ثانياً : مجتمع البحث

ثالثاً: عينة البحث

رابعاً : اداة البحث

خامساً: الوسائل الإحصائية

يتضمن الفصل الحالي عرضاً تفصيلياً لمنهجية البحث ومجتمعه وعينته وأداته وإجراءات التطبيق التي اعتمدها الباحثة لتحقيق هدف البحث، فضلاً عن عرض الوسائل الإحصائية، وكالاتي:

أولاً: منهجية البحث **Methodology of Research**:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة أهداف البحث، إذ يعرف على أنه شكل من أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة ما أو مشكلة وتصويرها بصورة كمية من خلال جمع البيانات والمعلومات المقننة حول الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة.

(ملحم، 2005: 324)

### ثانياً: مجتمع البحث Population Research:

هو جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث أي جميع الأفراد والأشخاص والأشياء موضوع مشكلة البحث.

(عبيدات وآخرون، 2005: 99)

يتكون مجتمع هذا البحث من جميع طلبة كلية التربية / جامعة القادسية للعام الدراسي ( 2017 - 2018 ) للدراسة الصباحية، والبالغ عددهم (4360) طالب وطالبة وفقاً لقاعدة بيانات الجامعة الإحصائية، اذ بلغ عدد الطلبة الذكور (1833) وبنسبة مئوية (42%) وبلغ عدد الطالبات الاناث (2527) وبنسبة مئوية (58%). كما في جدول (1) .

جدول (1) مجتمع البحث موزع بحسب القسم والجنس

المجموع	الجنس		القسم	ت
	الإناث	الذكور		
280	220	60	علوم القرآن	1
507	339	168	العلوم التربوية و النفسية	2
560	360	200	التاريخ	3
535	405	130	الانكليزي	4
797	568	229	اللغة العربية	5
436	160	276	الرياضيات	6
418	144	274	الكيمياء	7



383	152	231	علوم الحياة	8
444	179	265	الفيزياء	9
<b>4360</b>	<b>2527</b>	<b>1833</b>	<b>المجموع</b>	

### ثالثاً: عينة البحث : Sample of the Research

هي مجموعة جزئية من الوحدات أو العناصر التي تتخذ بطريقة ما، من مجتمع ما لغرض دراسة خصائصها ليصار إلى تقدير خصائص المجتمع الكلي عن طريقها. (الزغول وعلي، 2005: 21)

اختيرت عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) إذ بلغ عدد أفرادها (100) طالب وطالبة موزعين على الأقسام العلمية (علوم الحياة، الرياضيات) والإنسانية (اللغة العربية، التاريخ) للمرحلتين الرابعة و الثالثة ولكلا الجنسين. كما في جدول (2).

جدول (2) عينة البحث التطبيقية موزعين بحسب القسم والتخصص والمرحلة والنوع

المجموع	المرحلة الرابعة		المرحلة الثالثة		التخصص	القسم	ت
	الإناث	الذكور	الإناث	الذكور			
25	/	/	12	13	علمي	علوم الحياة	1
25	/	/	12	13	انساني	اللغة العربية	2
25	13	12	/	/	علمي	الرياضيات	3
25	13	12	/	/	انساني	التاريخ	4
<b>100</b>	25	25	25	25	<b>المجموع</b>		

### رابعاً: أداة البحث

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي في (التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية جامعة القادسية) تبنت الباحثة مقياس (محمد، 2007) لقياس الوعي الصحي إذ تكون المقياس بصورته النهائية من

(30) فقرة وضع أمام كل فقرة بدائل استجابة ثلاثي (( تنطبق علي تماما، تنطبق علي الى حد ما، لا تنطبق علي تماما)) يختار الطالب احداها بما يناسبه ملحق (2)، وبالرغم من أن المقياس يتصف بالصدق والثبات إلا أن الباحثة ارتأت التحقق من صدقه وثباته لاختلاف الحقبة الزمنية والمراحل الدراسية المستخدمة للبحث الحالي والحقبة الزمنية والمراحل الدراسية التي طبق فيها المقياس، و كالاتي:

## 2. الصدق الظاهري face validity:

يتحقق الصدق الظاهري من خلال عرض فقرات المقياس بصيغته الأولية وقبل تطبيقه على مجموعة مختصين ومحكمين ممن لديهم خبرة تمكنهم من الحكم على مدى صلاحية فقراته في قياس الخاصية المراد قياسها وانها لا تقيس شيئاً آخر مضافاً اليه او بديلاً عنه. (الكبيسي، 2010: 265)

وبناءً على ذلك عرضت الباحثة مقياس الوعي الصحي على محكمين ومختصين في مجال علم النفس التربوي وعلوم الحياة لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول الشكل العام للمقياس ومدى صلاحية فقراته وتحقيقها للغرض الذي اعدت من اجله، وسلامة الصياغة العلمية واللغوية للأسئلة وحذف وتعديل وازضافة ما هو مناسب، وفي ضوء آرائهم إجريت التعديلات اللازمة، واتخذت نسبة اتفاق (80%) فأكثر معياراً لصلاحيتها، وبهذا يصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على عينة البحث ملحق (2). واحتسبت الباحثة النسبة المئوية، اذ أظهرت النتائج صلاحية جميع الفقرات. كما في جدول (3).

جدول (3) الصدق الظاهري لمقياس التفاعل الاجتماعي

الدالة	النسبة المئوية	الخبراء			رقم الفقرة
		الرافضون	الموافقون	العدد الكلي	
دالة	100%	0	14	14	2، 3، 4، 5، 6، 7، 9، 10، 11، 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19، 21، 23، 24، 25، 26، 27،
	93%	1	13		1، 8، 12، 20، 22

	%86	2	12		30، 29، 28
--	-----	---	----	--	------------

## 2. الثبات Reliability :

هو أن يعطي المقياس نفس النتائج، عند إعادة تطبيقه على نفس الافراد بعد مضي مدة زمنية وفي الظروف نفسها. (شحاتة وزينب، 2003: 161)

استخرجت الباحثة ثبات مقياس الوعي الصحي بطريقة التجزئة النصفية اذ انها من الطرق الشائعة في ايجاد معامل ثبات المقاييس التربوية والنفسية لان معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة يوضح مدى الاتساق الداخلي بين فقرات المقياس لقياس الخاصية المراد قياسها، كما أنها تتلافى عيوب بعض طرق الثبات الأخرى، وفي هذه الطريقة تقسم فقرات المقياس الى مجموعتين مجموعة فقرات فردية ومجموعة فقرات زوجية ويحتسب معامل الارتباط بين نصفي المقياس باستعمال معامل الارتباط التتابعي لبيرسون، اذ بلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة ( 0,84) ولما كان معامل الارتباط المستخرج بهذه الطريقة لنصف المقياس لـذا استخدمت معادلة (سبيرمان- بروان) التصحيحية للحصول على معامل ارتباط يمثل معامل الثبات بعد التصحيح، اذ بلغ معامل الارتباط بعد التصحيح ( 0,87) وهذا يشير الى ان الثبات جيد. إذ اشار (علام، 2000) الى أن الثبات يكون جيدا اذا بلغت قيمته (0.80) أو اكثر. (علام ، 2000 : 543)

## خامساً: الوسائل الإحصائية Statistical Means:

استعانت الباحثة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS-10) وبرنامج (Microsoft Excel)، اذ استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية:

1. النسبة المئوية لاحتساب الصدق الظاهري لفقرات مقياس التفاعل الاجتماعي.
2. معامل ارتباط بيرسون لاحتساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية.
3. معادلة سبيرمان - بروان التصحيحية.
4. المقياس التائي لعينة واحدة (T-test) لاحتساب دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي لعينة البحث الحالي والوسط الفرضي لمقياس التفاعل الاجتماعي.
5. المقياس التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لاحتساب الفرق بين متوسط الذكور والإناث والتخصص العلمي والإنساني.



# الفصل الرابع

## عرض النتائج وتفسيرها

نتائج البحث

عرض نتائج الهدف الاول: (التعرف على مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية)

لتحقيق هذا الهدف طبق مقياس الوعي الصحي على عينة بلغت (100) طالب وطالبة، وبعد المعالجة الإحصائية للبيانات اسفرت النتائج الى أن المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة بلغ (74،54) وبانحراف معياري قدره (10،11) وعند مقارنة المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضي للمقياس والذي بلغ (80) وبعد قياس دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة، تبين ان القيمة لتائية المحسوبة بلغت (5،4)، وهي أعلى من الجدولية البالغة (1،98) عند مستوى دلالة (0،05) ودرجة حرية (99) مما يشير إلى أن أفراد عينة البحث يمتلكون مستوى جيد من الوعي الصحي. كما في جدول (4).

#### جدول ( 4 ) نتائج الاختبار التائي لكشف دلالة الفرق بين

#### المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث لمقياس الوعي الصحي

الدلالة	مستوى الدلالة	القيمة التائية		المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	عدد افراد العينة
		الجدولية	المحسوبة				
دالة	0،05	1،98	5،4	72	10،11	74،54	100

**عرض نتائج الهدف الثاني:** (التعرف على الفرق في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية من حيث متغير الجنس "ذكور - إناث").

لتحقيق الهدف الثاني استخرج الوسط الحسابي للذكور وبلغ (72،38) وبانحراف معياري مقداره (10،31)، وبلغ الوسط الحسابي للإناث (76،7) وبانحراف معياري قدره (9،51)، وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمقياس دلالة الفرق بين الوسطين الحسابيين تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (0،82) وهي اقل من الجدولية التي بلغت (2) عند مستوى دلالة (0،05) ودرجة حرية (98) وكانت غير دالة احصائيا. كما في جدول (5).

#### جدول (5) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

**للتعرف على مستوى الوعي الصحي وفق متغير الجنس ( ذكور - إناث )**

الدالة	مستوى الدالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	جنس العينة
		الجدولية	المحسوبة				
غير دالة	0,05	2	0,82	10,31	72,38	50	الذكور
				9,51	76,7	50	الاناث

**عرض نتائج الهدف الثالث: (التعرف على الفرق في مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية / جامعة القادسية من حيث متغير التخصص "علمي - إنساني").**

لتحقيق هذا الهدف استخرج المتوسط الحسابي للتخصص العلمي اذ بلغ (79,36) وبانحراف معياري قدره (6,65)، بينما بلغ المتوسط الحسابي للتخصص الإنساني (69,72) وبانحراف معياري قدره (10,72) وباستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لقياس دلالة الفرق بين المتوسطين الحسابيين تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (8,11) وهي اقل من الجدولية التي بلغت (2) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (98) لذا تعد دالة إحصائيا لصالح التخصصات العلمية. كما في جدول (6).

**جدول (6) نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف**

**على مستوى الوعي الصحي وفقاً لمتغير التخصص ( علمي , إنساني )**

الدالة	مستوى الدالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العدد	تخصص العينة
		الجدولية	المحسوبة				
دالة	0,05	2	8,11	6,65	79,36	50	علمي
				10,72	69,72	50	انساني





# الملاحق

## ملحق (1)

### مقياس الوعي الصحي بصيغته الاولى

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

### م / إستبانة آراء المحكمين في مدى صلاحية فقرات

### مقياس الوعي الصحي بصيغته الاولى

الأستاذ الفاضل ..... المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم (مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية) اذ اعتمدت مقياس (محمد، 2009) والذي عرفه (عملية تحفيز الطلبة واقناعهم لتعلم ممارسات صحية صحيحة أو عملية ترجمة الحقائق والمفاهيم الصحية المعروفة إلى أنماط سلوكية صحية سليمة تؤدي إلى رفع المستوى الصحي للطلبة بإتباع الأساليب التربوية المتنوعة).

وبالنظر لما تتمتعون به من خبرة علمية ودراية في هذا المجال تضع الباحثة بين أيديكم فقرات المقياس راجية تفضلكم بالتأشير على الفقرة من حيث كونها صالحة أو غير صالحة وإجراء التعديلات التي ترونها مناسبة، علما ان بدائل الاستجابة هي (تنطبق علي تماما، تنطبق علي إلى حد ما، لاتنطبق علي تماما).

ولكم جزيل الشكر والامتنان

الباحثة

هدى كاظم كريم

إشراف

م.م اسيل جمعة العنابي

مقياس الوعي الصحي بصيغته الاولى

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	تحتاج الى التعديل
1	أتناول الفطور صبا ☐ كل يوم			
2	اهتم بتنوع الغذاء في كل وجبة من وجباتي الغذائية			
3	أتجنب شرب الماء مع الوجبات الغذائية			
4	أتناول الأغذية التي تحتوي على زيوت حيوانية أكثر من نباتية			
5	أتناول الخضراوات في كل وجبة من وجباتي			
6	أتناول أنواع من البروتينات في وجبات غذائي			
7	الحليب ليس جزءا من وجباتي الغذائية			
8	إميل إلى إن يكون غذائي دسما			
9	اجهل الأمراض عن سوء التغذية			
10	لدي معرفة كافية بعمليتي الهضم والامتصاص			
11	غالبا ما اهمل بعض الوجبات الغذائية			
12	لدي إمام بالطرق المختلفة لحفظ الأغذية			
13	أكثر من تناول الحلويات بشكل يومي			
14	اعمل على تنظيف مسكني ومحل تواجدي			

			أشجع الذين يسعون للقضاء على التلوث البيئي	15
			أمارس الرياضة بشكل منتظم	16
			من الضروري العناية المستمرة بالعين والإذن	17
			أفضل وقت لتنظيف أسناني هو قبل النوم وبعده	18
			اعمل على إن يكون جلوسي مريحا عند المطالعة لوقت طويل	19
			لا اشجع على إشعال الحرائق حفاظا على البيئة	20
			لا ضرورة لإجراء تحاليل الدم وغيرها للراغبين بالدم	21
			ابتعد عن مطالعة الكتب العلمية التي تشرّح أسباب الأمراض التناسلية	22
			أرى إن الطريقة المثلى لتصريف مياه المجاري هي إلقائها في الأنهار	23
			استمر بالاطلاع على طرق انتشار الأمراض حتى بعد التخرج	24
			اللقاحات ضد الأمراض غير ضرورية للإفراد	25
			لا ارجع الطبيب إلا إذ ظهرت لدي أعراض مرضية جدية	26
			ابقي مستيقظا لأوقات متأخرة من الليل	27
			استعمل النظارات الشمسية عند بقائي فترة طويلة معرضا للشمس	28
			استخدم الدواء الذي ارتابنتنتيجته دون الحاجة لاستشارة الطبيب	29
			لا أجد ضيرا من قيامي بالتدخين في الأماكن العامة	30

## ملحق (2)

### مقياس الوعي الصحي بصيغته النهائية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

### م / إستبانة اجابات الطلبة

عزيزي الطالب

عزيزتي الطالبة

تحية طيبة

تهدف الباحثة اجراء دراسة علمية دقيقة تخدم العملية العلمي،. وهي لا تمثل مقياسا لقدراتك بقدر خدمتها للبحث العلمي، ولا تتطلب استجابتك ذكر اسمك أو عمرك، علما بأن استجاباتك لا يطلع عليها احد سوى الباحثة نفسها، ان فقرات المقياس المقدم اليك قد تكون صحيحة وقد تكون خاطئة المطلوب منك تحديد مستوى انطباقها عليك أو عدم ذلك لذا ترجو الباحثة الاجابة عنها بدقة وصدق وهدوء من خل وضع علامة ( ✓ ) أمام البديل الذي تراه صحيحاً، راجية عدم ترك أي فقرة دون إجابة.

### شاكرا لكم تعاونكم ... مع التقدير

انساني

التخصص: علمي

انثى

الجنس : ذكر

الباحثة

هدى كاظم كريم

## مقياس الوعي الصحي بصيغته النهائية

ت	الفقرات	التقدير		
		لا تنطبق علي تماما	تنطبق إلى حد ما	تنطبق علي تماما
1	أجد صعوبة في المناقشة أو التعبير عن أفكاري أمام الآخرين.			
2	اشعر بالسرور لمخالطة الناس وتبادل الحديث معهم.			
3	افصح للآخرين عن رغباتي الشخصية وامنياتي الخاصة.			
4	اتضايق عندما يراقبني الآخرون أثناء قيامي بعملي.			
5	اتضايق من كوني بلا أصدقاء.			
6	اكون علاقات ايجابية مع الآخرين بسهولة.			
7	امتدّ الآخريين عند قيامهم بعمل مميز.			
8	استضيف اصدقائي ومعارفي في بيتي او في اماكن الاستضافة.			
9	ابادر الآخرين بالتحية أو الحديث.			
10	اقدم التنازلات للآخرين للحفاظ على علاقتي بهم.			
11	ابادر باعادة علاقتي المقطوعة بالآخرين.			
12	اشعر بالحاجة الى الاندماج بالناس عندما امر بأزمة.			

			13	اتصايق من تفوق الآخرين علي.
			14	اصفح عن الآخرين عندما يسيئون الي.
			15	اتبادل الزيارات مع جبراني ومعارفي.
			16	احدث الآخرين عن ذكرياتي المؤلمة.
			17	احضر المناسبات الاجتماعية من اجل تقديم التهئة أو المؤاساة للآخرين.
			18	أكيف بسهولة مع المواقف الاجتماعية الجديدة.
			19	ابول بمشاعري نحو الآخرين مهما كان نوعها.
			20	اطلع الآخرين على المخاوف التي تتتابني والافكار التي تقلقني.
			21	اتردد في مقابلة الاغراب والشخصيات المهمة او التحدث اليهم.
			22	اتردد في الاجابة عن استفسارات الآخرين أو ارشادهم الى هدفهم.
			23	اصغي باهتمام للآخرين عندما يحدثونني عن مشكلاتهم الخاصة.
			24	اتبادل الحديث مع الاخرين اثناء السفر.
			25	احرص على جلوسي منفرداً في الاماكن العامة او اماكن الانتظار.
			26	افضل العمل مع الآخرين على العمل بمفردي.
			27	ارفض الكشف عن الامراض أو المشكلات الصحية التي أعاني منها.

			28	اتضايق من نقد الآخرين لي.
			39	اطلب رأي الآخرين ومشورتهم عندما تواجهني مشكلة.
			30	أجمل من الاندماج بالآخرين إذا كانت معرفتي بهم حديثة.



# المصادر

اولاً: المصادر العربية

ثانياً: المصادر الاجنبية

## المصادر العربية

1. ابو زائدة، حاتم (2006): فاعلية برنامج الوسائط المتعددة على بعض المفاهيم الصحية والوعي الصحي لطلبة الصف السادس في العلوم، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة، فلسطين.
2. الأمامي، بسام (2011): مستوى الوعي الصحي ودرجة الممارسات الصحية الأساسية في مدارس محافظة معان، **مجلة كلية التربية**، العدد (145)، الجزء الأول، جامعة الأزهر.
3. التركي، يوسف (2000): **السلوك الصحي في الإسلام**، دار الوطن للنشر، الرياض.
4. خطابية، عبد الله محمد (2000) مستوى الوعي الصحي لدى طالبات كلية المجتمع، **مجلة كلية التربية**، مجلد (14)، العدد(1)، جامعة السلطان قابوس، عمان، ص (36- 54).
5. الزغول، عماد عبد الرحيم وعلي فاتح الهنداوي (2005): **الإحصاء التربوي**، دار الشروق، عمان.
6. زنكنة، سوزان دريد احمد (2009): الوعي الصحي ومصادره لدى طلبة كلية التربية ابن الهيثم، **مجلة ديالى**، العدد (41)، ص (1 - 37).
7. سلامة، بهاء الدين ابراهيم (2001): **الصحة والتربية الصحية**، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
8. عبادي، نادية (2009): علاقة مصدر ضبط الصحة بالسلوك الصحي لدى طلبة الجامعة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة الحاج لخضر بأنته، الجزائر.
9. شحاتة، حسن وزينب النجار (2003): **معجم المصطلحات التربوية والنفسية**، الدار المصرية اللبنانية، القاهرة.
10. عبد الحسين، عقيل مسلم ومحمد مطر عراك وجاسم جابر محمد (2012): الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية الرياضية - جامعة المثنى، **مجلة كلية التربية الأساسية**، العدد (8)، جامعة بابل.
11. عبيدات، نوقان وعبد الرحمن عدس وكايد عبد الحق (2005): **البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه**، ط9، دار الفكر، عمان، الاردن.
12. علام، صلاح الدين محمود (2000): **القياس والتقويم التربوي النفسي**، دار الفكر العربي، القاهرة.

13. عليوة، علاء الدين (1999): **الصحة في المجال الرياضي**، دار المعارف، الإسكندرية، مصر.
14. ألدومي، عبد الناصر عبد الرحمن (2005): مستوى الوعي الصحي ومصادر الحصول على المعلومات الصحية لدى لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة، **مجلة العلوم التربوية والنفسية**، المجلد (6)، العدد (1)، جامعة النجف الوطنية، نابلس، فلسطين، ص (224 - 263).
15. الكبيسي، وهيب (2010): **الاحصاء التطبيقي في العلوم الاجتماعية**، دار العالمية، بيروت.
16. ملحم، سامي ملحم (2005): **القياس والتقويم في التربية وعلم النفس**، ط3، دار المسيرة، عمان، الاردن.
17. محمد، علي رحيم (2007): مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية في جامعة القادسية، **مجلة الاداب والعلوم التربوية**، مجلد (6)، العددان (1 - 2)، ص(187 - 207).
18. مجمع اللغة العربية (1998): **المعجم الوجيز**، الهيئة العامة لشؤون المطابع الأميرية، القاهرة ، مصر.

### المصادر الاجنبية

19. Rice K. (2007): **Derfectionism in chinses university** ، R ،K Slancy،3- Wang **students** ; Astudy of motivation. Personality and fndividual differences. 42 (7) 1279-1290
20. Karabati, S. & Cemalicar , Z. (2010): values, Materialism, and well- Being ; Astudy with Turkish university students. **Journal of Econimc**, psychology, 31(4),624-633 .