

السلوك الصحي وعلاقته بدافع الانجاز الدراسي

(السلوك الصحي، ودافع الأنجاز، تلاميذ الابتدائية)

م.م زمن هاشم كشيح السراي

وزارة التربية - مديرية تربية بغداد/الرصافة الثالثة

Chcc12@peerh.com

Health behavior and Relation

Achievement Motive

(Health behavior, Achievement Motive, Primary School)

Zaman hashem kashish ALSary

Ministry of Education – Euduction Directorat Third
Resafa in Baghdad

Chcc12@peerh.com

مستخلص البحث

ان البحث الحالي يتناول السلوك الصحي وعلاقته بدافع الانجاز الدراسي، حيث أكدت الدراسات وجود ترابط قوي بين الصحة والتغذية والاداء المدرسي.

ويهدف البحث الحالي الى :

- ١- قياس السلوك الصحي لدى التلاميذ في المرحلة الابتدائية .
- ٢- المقارنة في السلوك الصحي لدى التلاميذ على وفق متغير الجنس (ذكر - إنثى) .
- ٣- قياس دافع الانجاز الدراسي لدى التلاميذ في المرحلة الابتدائية .
- ٤- المقارنة في دافع الانجاز الدراسي لدى التلاميذ على وفق متغير الجنس (ذكر - إنثى) .
- ٥- التعرف على طبيعة العلاقة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي .

وتحقيقاً لتلك الاهداف قامت الباحثة بتطبيق مقياس السلوك الصحي الذي اعده (الكروي، ٢٠١٣) ومقياس دافع الاجاز الدراسي الذي اعده (الساعدي، ٢٠٠٢) على عينة البحث البالغ عددها (٦٠) تلميذ وتلميذه من المرحلة الابتدائية، وبعد استعمال الوسائل الاحصائية المناسبة توصل البحث الى النتائج التالية:

- ١- ان التلاميذ يتصفون بسلوك صحي متوسط .
 - ٢- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في السلوك الصحي على وفق متغير الجنس (ذكور-إناث) .
 - ٣- ان التلاميذ يتصفون بدافع انجاز دراسي عالي .
 - ٤- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في دافع الانجاز الدراسي على وفق متغير الجنس (ذكور - إناث) .
 - ٥- توجد علاقة ارتباطية طردية ايجابية بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي .
- وقد خرج البحث بتوصيات ومقترحات ذات علاقة بنتائج البحث .

Abstract

This research is about healthy behavior and its relation with study achievement, studies proved that there is a strong relation between health, nutrition and study achievement.

This research is aiming to the following :

- 1- Measuring students' health behavior in the primary school.
- 2- Comparing students' health behavior according to sex (male, female).
- 3- Measuring the motive of study achievement of students in primary school.
- 4- Comparison in the motive of study achievement according to the sex (male, female).
- 5- Learning about the relation between health behavior and the motive of study achievement.

And to achieve this, the researcher practiced the measurement of the health behavior that is presented by (Al-Karawi 2013) and the measurement of study achievement motive that is presented by (Al-Saedi 2002) on a sample of (60) students and here are the results:

- 1- Students are of a medium health behavior.
- 2- There are no statistical differences according to the sex (male, female).
- 3- Students are of a high study motive.
- 4- There are no statistical differences in study achievement motive according to the sex (male, female).
- 5- There is a good relation between health behavior and study achievement motive.

Recommendations and suggestions related to the research result.

مشكلة البحث

الصحة نعمة عظيمة وهبها الله سبحانه وتعالى للإنسان الذي اهتم بها تارة واهملها تارة اخرى، والحكمة تقول (الصحة تاج فوق رؤوس الاصحاء لا يراها الا المرضى)، فالإنسان السليم انسان قوي فعال عقلاً وجسماً ونفساً، يمكن ان يعمل مع الاخرين ويتفاعل معهم ، بخلاف الانسان المريض الذي لا ينعم بالراحة والسعادة ولا يمتلك القوة اللازمة الاداء عمله كما ان علاقتة بالآخرين قد تتأثر هي الاخرى (السوداني، ١٩٩٧، ص٢) .

وبما ان السلوك الصحي يهدف بالدرجة الاولى الى الحفاظ على صحة الفرد وترقيتها الى اعلى مستوياتها، فهو كل سلوك من شأنه ان يحمي الفرد من خطر الاصابة بالامراض او تدهور الصحة بمختلف جوانبها (اشواق ، ٢٠٠٩، ص١٦) لذا فإن السلوك غير الصحي لايزال كما يراه القائمين على الصحة وعلم النفس مستمراً في تهديد حياة الانسان من خلال اصابته بالعديد من الامراض، ذلك ان غالبية حالات الوفاة في الكثير من المجتمعات تعزى الى امراض سببها النظام الغذائي غير الصحي (الكروي، ٢٠١٣، ص٢) .

وإذا كان الدافع هو القوة التي تدفع الفرد لان يقوم بسلوك من اجل اشباع وتحقيق حاجة او هدف (petri&govern,2004,p.22) فإن دافع الانجاز الدراسي يعد من العوامل المهمة التي تكمن وراء اختلاف الطلبة في انجازهم الدراسي خاصتاً بعد ان أكدت دراسات عدة ان الذكاء ليس هو العامل الوحيد في هذا الاختلاف حيث يعد دافع الانجاز محصلة لمجموعه من العوامل التي تدفع الطالب نحو الانجاز الدراسي (البابوي، ٢٠١١، ص٣). ولقد اصبح علماء النفس والتربية على معرفة متزايدة بدور القلق الناتج عن التحصيل المدرسي خاصتاً في المجتمعات التي تؤكد على التحصيل المدرسي والمنافسة والاختبارات وتقويمها، او تجعل التهديد بالفشل عائق في اذهان الطلبة (اليوسفي، ٢٠٠٨، ص٣) وهذا ما أكده "أتكسون" حيث يرى ان الخوف من الفشل ومحاولة تجنبه يشكل بعد اخر من ابعاد الدافعية والتحصيل، وان كلا من الدافعين (الدافع للانجاز والدافع لتجنب القلق) موجودان لدى كل فرد ولكن بمستويات متفاوتة، فإذا كان الدافع للانجاز أقوى من الدافع لتجنب الفشل إزدادت دافعية الفرد فيتحرك نحو تحقيق الهدف بقوه وحماس، اما اذا غلب الخوف من الفشل على الدافع للانجاز إنخفض مستوى الاداء (البابوي، ٢٠١١، ص١٦٢) .

قد اثبتت الدراسات ان الطالب الذي تهتز صحته النفسية والجسمية تضعف دافعيته نحو التعليم او تنقل قدرته فيه. لذا تعد المدرسة افضل وانسب مكان لتعليم وترسيخ السلوك الصحي ، حيث ان المشكلات الصحية التي تتعرض لها المدرسة تؤثر على التحصيل الدراسي للطالب .

وهذا ما دعى الباحثة الى تحديد مشكلة البحث الحالي في دراسة هذين المتغيرين بعلاقة تظهر مدى تأثير السلوك الصحي في دافعية الانجاز الدراسي للتلاميذ في المرحلة الابتدائية، أذ لم تجد الباحثة (بحسب علمها) دراسة عراقية قد تناولت هذه العلاقة والتي منها يتحدد هدف البحث الرئيسي وهو معرفة طبيعة العلاقة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

أهمية البحث

تحتل مسألة السلوك الصحي وتنميته اهمية متزايدة، ليس فيما يتعلق بالجوانب الجسمية فحسب، وانما بالجوانب النفسية ايضاً. وقد قاد الفهم المتزايد للعلاقة الكامنة بين السلوك والصحة الى حدوث تحولات كبيرة في العقود الثلاثة الاخيرة من القرن العشرين في فهم الصحة وتنميتها وامكانية التأثير على المستوى الفردي. فأنماط السلوك الصحي تقوم على إجراءات يتخذها الفرد من اجل التعرف المبكر على حدوث الامراض ومنع حدوثها. وهذا يشتمل على الانماط السلوكية التي تبدو ملائمة من اجل الحفاظ على الصحة وتنميتها كصفه تميز الفرد (اشواق، ٢٠٠٩، ص٧).

وان دراسة السلوكيات الصحية الايجابية والسلبية للتلاميذ تعد خطوة ضرورية لتنمية الموارد الصحية وتطويرها، فضلاً عن كشف العوامل المعيقة للسلوك الصحي ومحاولة تعديلها ، وهذا ما اكدته برامج منظمة الصحة العالمية عام (٢٠١٢) في الولايات المتحدة والتي طورت برامج نفسية وصحية لاكتشاف عامل الخطر على الصحة والاسباب البنيوية المسببة للمرض التي يمكن للتأثير فيها والتغلب عليها اجتماعياً (صالح، ٢٠٠٠، ص١٢٢) .

وفي الدراسة التي اجراها (mcclaran,1987) على طلبة احدى الجامعات الامريكية من خلال اختبار تحصيلي لقياس مدى معرفة الطلبة في المجال الصحي لامور معينة مثل كيفية الوقاية من بعض الامراض والتغذية والتدخين وتناول العقاقير المهدئة والمخدرات، وقد اجري

الاختبار قبل تدريسهم وبعده، وكانت النتيجة لصالح الاختبار البعدي بدلالة الزيادة الملحوظة في مدى معرفتهم السلوكيات الصحية بعد دراسة وتطبيق الاختبار (Mcclaran,1987,p.115) .

وتعتبر تربية الفرد الصحية والتي تتكون خلال عملية التنشئة الاجتماعية المجموع العام لتجارية التي تساهم في تكوين المعارف والاتجاهات والعادات الصحية الايجابية وضمان صحة الاسرة والمجتمع، فالتربية الصحية التي يتعلق بها الفرد تعينه على بلوغ مستوى افضل من الصحة عن طريق اكتسابه الرغبة في ذلك ووعيه بالمشاكل الصحية اللازمة لشخصه ولأسرته ومجتمعه عن طريق اكتسابه للمعلومات الاساسية، وهذا ما أكدته دراسة فتحي ومجدي (١٩٩٩) الى ان جهل الانسان بالسلوك الصحي السليم يرجع الى عدم معرفته للعادات والاتجاهات الصحية التي تقيه وتقي غيره من الامراض (سلامة، ٢٠١٢، ص٨) .

وان الاهمية القصوى التي يحققها السلوك الصحي في الحفاظ على الصحة بصورة جيدة قد بينتها الدراسة التي قام بها كل من (belloc&broslow,1972) في جامعة كاليفورنيا على سبعة الالاف شخص من مقاطعة (الاميدا) توصلت الى ان هناك ستة سلوكيات صحية تحافظ على صحة الانسان هي تناول وجبات منظمة ومفيدة، افطار صباحي صحي، التمارين الرياضية، ساعات نوم كافية، الوزن المثالي، الامتناع عن التدخين والكحول(الداغستاني والمفتي، ٢٠١٠، ص٧) .

ان البحث عن القوى الدافعة التي تظهر سلوك الفرد المتعلم وتوجهه امر بالغ الاهمية بالنسبة لعملية التعلم والتعليم، فالدافع شرط اساسي يتوقف عليه تحقيق الاهداف التعليمية في مجالات التعلم المتعدد، سواء في تحصيل المعلومات والمعارف او في تكوين الاتجاهات والقيم وجانب تكوين المهارات المختلفة (اليوسفي، ٢٠٠٨، ص٤). لذا فإن دافع الانجاز والاهتمام به يعد اهتماماً بالعلم وهذا هو من اهم اهداف المجتمع لان دراسة التحصيل وكل ما له علاقة يعد ضرورة ملحة (عريبي، ٢٠١٢، ص٤) .

ويعد دافع الانجاز الدراسي من الدوافع الاساسية التي تحرك السلوك الانساني وانعكاسه على مستوى كفاءة الاداء خلال عملية التفاعل النفسي والعقلي للطلبة تبرز اهمية الدافع في التعلم للطلبة وبالتالي في انجازهم الدراسي من خلال استثارته للسلوك التعليمي لديهم.

ويطلب قياس مدى نجاح المدرسة في الوصول بالتلاميذ في المرحلة الابتدائية الى افضل انجاز دراسي ممكن من خلال اعداد الانشطة والبرامج وخطط التدريس والوسائل والادوات بما يمكنها من تحقيق مهماتها والنجاح فيها فضلاً عن برامج التوعية الصحية والتي تعتبر من الدعائم المهمة في برامج الصحة المدرسية. خاصة التغذية حيث تؤثر في القدرة على التعلم والانجاز، اذ ان السلوكيات الغذائية تؤدي دوراً في منع المرض عند استمرارها على المدى الطويل، فالسلوكيات الصحية الغذائية هي المفتاح لاي محاولات لتعزيز السلوك الغذائي الصحي (الكروي، ٢٠١٣، ص) .

وتشير الدراسات التي اجريت على السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي الى وجود ترابط قوي بين الصحة والتغذية والاداء المدرسي، فالتغذية غير الصحية تؤثر على نمو الطالب وعلى تحصيله الدراسي ويؤثر المجموع على الطالب وممارسته للتعلم كما يؤثر في قدرته على التركيز وانخفاض اليقظة والانتباه وزيادة معدلات التسرب وانخفاض فعالية الطالب في الدرس. وقد اشارت دراسة كلاولانيكي وآخرون الى وجود ارتباط ايجابي بين تقييم الذات الصحي والانجاز (الداغستاني والمفتي، ٢٠١٠، ص ١٢) .

وانطلاقاً مما تقدم، فإن اهمية هذا البحث تتجلى من اهمية ممارسة السلوكيات الصحية الايجابية للطلبة في تحقيق وتعزيز قوة دافع الانجاز الدراسي لديهم وسيما تلاميذ المرحلة الابتدائية التي تعد المرحلة الاساس والتي يمثلون فيها التلاميذ نواة ومستقبل المجتمع وان الاهتمام بنواحي نموهم وتطورهم الجسدي والصحي والنفسي يعد امراً ضرورياً تنعكس آثاره ايجاباً على انتاجهم الدراسي، وسيما في ظل الظروف التي يعيشها المجتمع العراقي وما أدى ذلك الى ظهور العديد من المشكلات الصحية في المجتمع بشكل عام والتلميذ وانجازة الدراسي بشكل خاص .

اهداف البحث

يستهدف البحث الحالي الى :

- ١- قياس السلوك الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .
- ٢- المقارنة في السلوك الصحي لدى التلاميذ على وفق متغير الجنس (ذكر - إنثى).

- ٣- قياس دافع الانجاز الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .
- ٤- المقارنة في دافع الانجاز الدراسي على وفق متغير الجنس (ذكر - إنثى).
- ٥- التعرف على طبيعة العلاقة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي في المدارس الابتدائية في المديرية العامة للتربية في بغداد \ الرصافة الثالثة للعام الدراسي ٢٠١٥ - ٢٠١٦ م .

تحديد المصطلحات

قامت الباحثة بتحديد المصطلحات الواردة في البحث وهي :

١- السلوك الصحي (Health behavior)

وقد عرفه كل من :

سرافينو (sarafino,2001):اي نشاط يمارسه الفرد بهدف الوقاية من المرض او لغرض التعرف على المرض او تشخيصه في مرحلة مبكرة. (عثمان،٢٠٠١،ص١٦)

رضوان وريشكه (٢٠٠١): بأنه جميع انواع وانماط السلوك التي تقوم على الاجراءات التي يتخذها الفرد من اجل التعرف المبكر على حدوث الامراض ومنع حدوثها وهذا يشتمل على انماط السلوكية التي تبدو ملائمة من اجل الحفاظ على الصحة وتنميتها واعادة الصحة الجسدية . (رضوان وريشكه،٢٠٠١،ص٥٦)

تايلور (٢٠٠٨) : تلك السلوكيات التي يؤديها الافراد بغية تعزيز وضعهم النفسي، والحفاظ على صحتهم . (تايلور،٢٠٠٤،ص١٢٥)

منظمة الصحة العالمية (٢٠١٢) : هو قيام الفرد بأية فعالية يعتقد بأنها ذات اتجاه ايجابي او سلبي صحي لغرض الوقاية من المرض او تقليل المرض ذي الحالة التي لا تظهر فيها

الاعراض المرضية ويشمل الاجراءات السلوكية التي تمثل الجوانب الصحية الايجابية والسلبية في حياة الافراد . (الكروي، ٢٠١٣، ص٢٦)

وقد تبنت الباحثة تعريف الكروي للسلوك الصحي (٢٠١٣) لانها تبنت المقياس الذي اعده في مقياس السلوك الصحي .

اما التعريف الاجرائي للسلوك الصحي فهو : (الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ على مقياس السلوك الصحي) .

٢-دافع الانجاز الدراسي (achievement motive)

وقد عرفه كل من :

عباس (١٩٨٦) : هو الخصائص التي تحفز الطالب لانجاز عمله التعليمي وتوجيه سلوكه نحو تحقيق ما هو مطلوب منه والمحافظة على استمرارية ذلك السلوك الى ان يتحقق الهدف التربوي (عباس، ١٩٨٦، ص١٣٨)

موري (Murray, 2000) : بأنه التركيز على الاشياء التي يراها الاخرون صعبة والسيطرة على البيئة والتحكم في الافكار وسرعة الاداء، والتغلب على العقبات وبلوغ معايير الامتياز ومناقشة الاخرين والتفوق عليهم. (الفحل، ٢٠٠٠، ص٧)

الساعدي (٢٠٠٢) : هو الرغبة والسعي للوصول الى مستوى من التفوق والامتياز في المجال الدراسي في الوقت المحدد من خلال الاداء الجيد. (الساعدي، ٢٠٠٢، ص٢)

اليوسفي (٢٠٠٨) : رغبة الفرد للمحافظة على مكانة عالية في الانشطة التي يمارسها مقارنة مع اقرانه والسعي في تحقيق اهدافه واحساس الفرد بالفخر والاعتزاز عند تحقيق رغباته. (اليوسفي، ٢٠٠٨، ص٥)

صبحي (٢٠١١) : نزعة عالية للانجاز والعمل الجيد من اجل الوصول الى اهداف محده والتي تخلق رغبة طموحه في النجاح على وفق معايير ذاتية للعمل المتقن الجيد والمثابرة . (صبحي، ٢٠١١، ص٤)

وقد تبنت الباحثة تعريف الساعدي لدافع الانجاز الدراسي (٢٠٠٢) لانها تبنت المقياس الذي اعده في قياس دافع الانجاز الدراسي .

اما التعريف الاجرائي لدافع الانجاز الدراسي فهو : (الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ على مقياس دافع الانجاز الدراسي) .

٣- المرحلة الابتدائية : هم اولئك التلاميذ الدارسون الذين يلتحقون بهذه المرحلة التعليمية من عمر (٦-١١) سنة .

الأطار النظري

أولاً: السلوك الصحي (Health behavior)

يسهم علم نفس الصحة في تحديد انماط السلوك الخطرة وتحديد اسباب الاضطرابات الصحية وتشخيصها، وفي إعادة تأهيل وتحسين نظام الأمد الصحي وبالإضافة الى ذلك فإنه يهتم بتحليل إمكانات التأثير لأنماط السلوك المتعلقة بالصحة للإنسان على المستوى الفردي والجماعي وبالأسس الاجتماعية للأمراض والتغلب عليها.

وعلم الصحة يهتم بجوانب السلوك الصحي الاتية :

- ١- تنمية الصحة والحفاظ عليها .
- ٢- تحديد انماط السلوك الخطره .
- ٣- تحديد اسباب اضطرابات الصحة وتشخيصها .
- ٤- إعادة التأهيل .
- ٥- تحسين نظام الامداد الصحي .

وان هذه التطور السريع في علم نفس الصحة قاد الى تطوير كبير في البرامج الوقائية الجديدة ذات القيمة العملية.(wardle,1997,p.443-445)

انماط السلوك الصحي

ان انماط السلوك الصحي تقوم على الاجراءات التي يتخذها الفرد من اجل التعرف المبكر على حدوث الامراض ومنع حدوثها وهذا يشتمل على انماط السلوك التي تبدو

وملائمة من اجل الحفاظ على الصحة وتنميتها وإعادة الصحة الجسدية، وهناك خمس عوامل مهمه يمكن ان تحدد انماط السلوك الصحي هي :

١-العوامل المتعلقة بالفرد والبيئة (السن، تاريخ الحالة، المعارف والمهارات والاتجاهات.. الخ).

٢-العوامل المتعلقة بالحماية والمجتمع (المهنة والتأهيل، التعلم وتوقعات السلوك ومتطلباته المتعلقة بمركز الشخص والدعم الاجتماعي..الخ) .

٣-العوامل الاجتماعية والثقافية (سهولة الوصول الى مراكز الخدمات الصحية، بمعنى التربية والتوعية الصحية ومنظومات التواصل العامة..الخ) .

٤-العوامل الاجتماعية والثقافية عموماً (منظومات القيم الدينية والعقائدية والانظمة القانونية..الخ) .

٥-عوامل المحيط المادي (الطقس، الطبيعة، البنى التحتية..الخ) .
(احمدواخرون،٢٠٠٨،ص ٣)

وقد حددت منظمة الصحة العالمية (٢٠١٢) أربعة مجالات للسلوك الصحي :

أولاً: مجال العادات الصحية : ويتعلق بتناول الافطار الصباحي والغذاء وكل ما قد يأكل ويشرب .

ثانياً: مجال الممارسات الصحية الوقائية : وتتعلق بتنظيف الاسنان وغسل اليدين وشرب الماء والحفاظ على الصحة وممارسة الرياضة والوقاية من الامراض المعدية .

ثالثاً : مجال الصحة النفسية .

رابعاً : مجال التدخين والمنشطات والمواد المخدرة (منظمة الصحة العالمية) .

ابعاد السلوك الصحي

للسلوك الصحي ثلاثة ابعاد اساسية هي :

١- البعد الوقائي : ويتضمن الممارسات الصحية التي من شأنها ان تحمي الانسان من خطرا لاصابة بالمرض كالحصول على التلقيح ضد مرض معين مثلاً او مراجعة الطبيب بأننظام لاجراء الفحوصات الضرورية.

٢- بعد المحافظة على الصحة : ويشير الى الممارسات التي من شأنها ان تحافظ على صحة الفرد كأقبال على الاكل الصحي مثلاً او تنفيذ سلوكيات صحية اخرى .

٣- بعد الارتقاء بالصحة : ويشمل كل الممارسات الصحية التي من شأنها ان تعمل على تنمية الصحة والارتقاء بها الى اعلى مستويات ممكنة من خلال النشاط البدني وممارسة الرياضة بشكل منتظم ودائم (عثمان، ٢٠٠١، ص ٣١) .

النظريات التي تناولت السلوك الصحي

تساعد النظريات في تفسير السلوك، وكذلك تشير الى كيفية تطوير وسائل اكثر فعالية للتأثير في الافراد ومساعدتهم نحو تغيير السلوك الصحي الخاطيء الى سلوك صحي سليم .
ومن النظريات التي تفسر السلوك الصحي والتي تمكنت الباحثة من الاطلاع عليها :

أولاً: نظرية المعتقد الصحي (Bealh Belif Theoryl)

وهي نظرية تعد اكثر انتشاراً وتتناول اسباب الالتزام بالتصرفات الصحية او عدم الالتزام بها وقد طرحت في محاولة لتغيير اسباب امتناع الناس عن الاخذ بالاساليب الوقائية من الامراض او اجراء الفحوصات الطبية عن الاخذ عن المراحل المبكرة من المرض، وقد طور المعتقد الصحي في اوائل الخمسينات من قبل علماء النفس الاجتماعيين العاملين في الخدمة الصحية العامة (الكروي، ٢٠١٣، ص ٤٢) ويسهم المعتقد الصحي الذي يرتبط مع المتغيرات الاجتماعية الديموغرافية والظروف الموقفية في بناء او تشكيل قرار منطقي واحصائي وفردى من اجل القيام بسلوك صحي او اتخاذ إجراءات تأمين صحي، فاذا ما اعتبر المدخن مثلاً ان صحته غير مهدده او اعتقد انه لن يؤثر على احتمال اصابته بالسرطان اذا توقف عن التدخين فإنه لن يقلع عن التدخين (رضوان، ٢٠٠١، ص ٧) .

وتفترض نظرية المعتقد الصحي ان الفعل الصحي يعتمد على ثلاثة اصناف من العوامل تحدث بصورة متزامنة هي :

- ١- حدوث باعث ملائم يتعلق بالصحة مما يجعل قضايا الصحة ظاهرة وثيقة العله بالموضوع.
- ٢- الاعتقاد بأن استعداد الفرد يتعرض الى مشكلة صحية جسدية او مرض ثانوي او حالة صحية وهذا المصطلح يسمى بالتهديد المدرك.
- ٣- الاعتقاد بأن التوصية الصحية المحددة اللاحقه تكون ذات فائدة في تقليل التهديد المدرك وبكلفه مقبوله ذاتياً (الكروي، ٢٠١٣، ص٤٥) .

ثانياً : نظرية الفعل المدروس (Reasoned Action Theory)

لا تركز هذه النظرية على السلوك نفسه وانما تركز على تشكيل النوايا (المحددات الممكنه للنوايا السلوكية) وتحدد مقاصد او نوايا التصرف من خلال عاملين :

- الاتجاهات نحو السلوك المشكوك فيه.
- المعيارالذاتي، اي من خلال ضغط التوقعات الناجم عن الاخرين.

وتشكل القناعات المعيارية والشخصية الطلائع المعرفية لمركبات هذه النظرية. وتتجه القناعات الشخصية نحو النتائج الممكنه للسلوك المشكوك فيه ونحو التقييمات. اما القناعاتالمعيارية فتقوم على التوقعات من جانب اشخاص او مجموعات الاطار المرجعي للشخص. ومن اجل تعديل الاتجاهات او المعيار الشخصي وبالتالي تعديل النوايا واخيراً السلوك .

وفي تطوير اخر لأجزين (Ajzaen,1998) اضيفت " القابلية الذاتية لضبط التصرف" والتي يقصد بها القناعة بقدرة الشخص على ان يقوم بالفعل بتصرف ما.

وطبقاً لنظرية توقعات الكفاءة الذاتية لباندورا (bandore,1986) فإن نيه الفرد من اجل القيام بالسلوك الصحي لا تتولد الا عندما يمتلك بالاضافة الى توقعات النتيجة الممكنة (outcome expectance) توقعات الكفاءة المطابقة او المناسبة في الوقت نفسه. اي انه على الشخص الا يعتمد فقط ان التدخين مضر بالصحة مثلاً من اجل ان يتوقف عن التدخين وانما عليه ان يكون مقتنعاً على انه قادر على تحمل عملية الاقلاع الصعبة عن التدخين (رضوان وريشكة، ٢٠٠١، ص٨) .

ثالثاً : نظرية السلوك المقصود (Plance Behavior Theory)

وفقاً لهذه النظرية فإن علماء النفس الصحي يركزون اهتمامهم على ربط الاتجاهات الصحية بشكل مباشر بالسلوك، وبناءً على ذلك فإن السلوك الصحي هو النتيجة المباشرة للنوايا السلوكية التي تتشكل من ثلاث مكونات وهي :

- ١- الاتجاهات التي يحملها الفرد تجاه افعال محددة (تستند الى المعتقدات حول النتائج المحتملة للسلوك والتقييمات لهذه النواتج).
 - ٢- المعايير الذاتية تجاه الفعل وترتبط بمعتقدات الفرد بخصوص ما يرى الآخرون ان عليه القيام به (المعتقدات المعيارية) وبدافعيته لهذه المرجعيات المعيارية.
 - ٣- الضبط السلوكي المدرك (وهو ما يحدث عندما يحتاج الفرد الى الشعور بأنه قادر على اداء الفعل المطلوب وان السلوك المنتج سيحقق النتيجة المرجوه).
- (الداغستاني والمفتي، ٢٠١٠، ص ٢٤)

رابعاً : نظرية دافع الحفاظ على الصحة (Protection Theory Motivation)

وفقاً لروجرز (Rogers,1985) فإن هذه النظرية تقوم على التمثيل المعرفي للمعلومات المهدده للصحة واتخاذ القرارات بالقيام بأجراءات ملائمة. بمعنى القيام بأنماط السلوك الصحي، وتفرق هذه النظرية بين اربعة مركبات للسلوك الصحي :

- ١- الدرجة المدركة من الخطورة المتعلقة بتهديد الصحة.
- ٢- القابلية المدركة للاصابة بهذه التهديدات الصحية.
- ٣- القابلية المدركة لأجراء ما من اجل الوقاية او ازالة التهديد الصحي.
- ٤- توقعات الكفاءة الذاتية ، اي الكفاءة الذاتية لصد الخطر.

وتسهم هذه المركبات في تشكيل ممارسة سلوك صحي ما.

(رضوان وريشكه، ٢٠٠١، ص ٩)

ثانياً : دافع الانجاز الدراسي (Achievement motive)

تقوم الدوافع بدور كبير في عملية التعلم والتعليم. بل تعد شرطاً من شروط التعلم الذي يسهله ويبسر تحقيقه، وهناك علاقة كبيرة بين الدافع والتعلم ولا يوجد في الواقع تعلم من دون ان يكون متضمناً بدافع ما. وان مفتاح دافعية الطالب تكمن في مدى ما يحققه من اشباع

الحاجات من خلال ممارسته لانماط سلوكية معينة. وتبرز اهمية الدافعية في كونها هدفاً تربوياً في حد ذاته لان استثارة دافعية الطلبة وتوجيهها تجعلهم يقبلون على ممارسة نشاطات معرفية خارج نطاق المدرسة وفي حياتهم المستقبلية، وتعد الدافعية وسيلة يمكن استخدامها في سبيل انجاز اهداف تعليمية معينة لان الدافعية احد العوامل المحددة لقدرة الطالب على التحصيل والانجاز، ومن الدوافع التي نالت اهتمام علماء النفس والباحثين في السنين الاخيرة دافع الانجاز الدراسي، حيث يرى المعنيون بدراسة هذا الدافع من علماء النفس انه دافع اساسي يحرك الافراد نحو العمل والانجاز، وليس من الصعب معرفة دواعي هذا الاهتمام به، فهو اساسي لفهم سلوك العمل في مجالات الحياة المختلفة (صبحي، ٢٠١١، ص٥٧-٥٨).

النظريات التي تناولت دافع الانجاز الدراسي

تؤكد نظريات الدافعية الانسانية ان الدوافع هي القوة التي تحرك الفرد لأداء وانجاز عمل معين ، فلدافع اثراً واضحاً ومميزاً في عملية التفاعل الصفي لاسيما انها تؤدي الى استثارة انتباه التلاميذ، وزيادة فاعلية ادائهم داخل غرفة الصف وزيادة مستوى تحصيلهم ، كما انها تجعلهم قادرين على القيام بنشاطات منهجية ولا منهجية .

وفيما يأتي عرض عدد من النظريات التي تفسر دافع الانجاز الدراسي والتي تمكنت الباحثة من الاطلاع عليها :

أولاً : نظرية ماكلياند (Macleland Theory)

تعد هذه النظرية احد التفسيرات التي لاققت اهتماماً هائلاً وقبولاً لدى الباحثين لرفع الدوافع الحقيقية للطلبة نحو الانجاز في البيئة المدرسية، ويعد ماكلياند رائداً في هذا الاتجاه حيث عرفت نظريته بنظرية الانجاز ويظهر مفهوم الحاجة فيها وكأنه حيز الزاوية، وتفترض نظريته وجود ثلاث حاجات رئيسة تختص بدافعية الانسان نحو الانجاز هي :

- ١- الحاجة الى الانجاز : ان الافراد الذين لديهم حاجة الانجاز يبحثون عن فرص حل المشكلات والتحدي والتفوق ولديهم رغبة شديدة لتحقيق النجاح .
- ٢- الحاجة الى السلطة : هنا يسعى الفرد لان يكون صاحب نفوذ ويبحث عن كسب المركز والسلطة اي حاجة الفرد للتفوق اكثر من اهتمامه بحل المشكلات .

٣- الحاجة الى الانتماء : تعني رغبة الفرد للتواجد مع الغير والتفاعل الاجتماعي ومن ثم ان يكون محبوباً ومقبولاً لديهم. فالفرد هنا يهتم بالعلاقات الشخصية والمثابرة والتنافس ووفقاً لهذه النظرية فإن دافعية الفرد للانجاز تعتمد على نوع الحاجات الرئيسية لكل فرد (السراي، ٢٠١١، ص٤٦)

ثانياً : نظرية اتكنسون (Atkinson Thory)

تركز نظرية اتكنسون على الدافعية المستثارة وهي السعي تجاه نوع معين من الاشباع او تحقيق الهدف وبذلك يفترض اتكنسون ان الدافعية نحو الانجاز داله على متغيرات ثلاث هي قوة الدافع، توقع تحقيق الهدف، والقيمة الحافزة المدركه، ويؤكد بأن الدافعيه يتم اكتشافها منذ الطفولة وتبقى مستمرة الى ان تصل الى درجة ثابتة نسبياً، فالسلوك المرتبط بالانجاز لديه يعد ناتجاً لموقف صراعي اي ان السعي الى مستوى من الامتياز او التفوق يستثير كلاً من الامل في النجاح والخوف من الفشل. وقد عبر عنه رياضياً بالمعادلة التالية :

دافع الانجاز = الامل في النجاح - الخوف من الفشل

أذ ان

TA: دافع الانجاز

TS: الامل في النجاح

TAF : الخوف من الفشل (سالم، ٢٠٠٠، ص٩)

ويعتبر اتكنسون ان النجاح في حد ذاته حافزاً ويعد من المهمات الاكثر صعوبة ويشكل حافزاً ذا تأثير اقوى من النجاح في المهمات الاقل صعوبة، ومن الناحية التطبيقية في غرفة الصف فإن اتكنسون يرى ان العوامل الثلاثة سابقة الذكر، يمكن ان تقوى او تضعف من خلال الممارسات التعليمية، فالمهم ان يعمل المعلم على تقوية احتمالات النجاح، وازعاف احتمالات الفشل، وان يعمل على تقوية دافع الانجاز عند طلبة من خلال مرورهم بخبرات النجاح وتقديم مهمات فيها درجة مقبولة من التحدي وتكون قابلة للحل (Petri&Govern,2004).

ثالثاً : نظرية هرزبرك (Herzprk Theory)

وتسمى بنظرية العامل المزدوج (الصحة والدافعية) ويفترض هرزبرك ان عوامل الصحة ترتبط بالعوامل الخارجية البيئية مثل اشباع الحاجات المتعلقة بالاعتراف بالفرد في المجتمع ، والمسؤولية ، والنمو الفردي وبالتالي تخلق هذه العوامل الدافعية للانجاز . وقد نوه هرزبرك عن بعض العوامل التي سماها بالدافعيات وهي :

١- الانجاز

الانهاء الناجح للعمل او الواجب، الحل للمشاكل، نتائج عمل الفرد

٢- الاعتراف بالانجاز

يشير الى مدح عمل الفرد او اصدار اشعار بتقدير هذا الانجاز.

٣- العمل ذاته

الواجبات التي تعد مصادر لخلق مشاعر طيبة عند الفرد وكذلك مدى المهام المناطة به.

٤- المسؤولية

هي الرقابة على اداء الفرد ذاته واداء الاخرين.

٥- التقدم والتطور

تحسن فعلي في المكانة الاجتماعية.

٦- امكانية النمو

وهي القدرة على النمو والتطور في انجاز العمل.

وأكد هرزبرك ان توفر اي من هذه العوامل يخلق الدافع للانجاز للقيام بالاعمال المناطة للفرد على افضل ما انجز من قبل وبأقل جهد وافضل نتيجة .

(السراي، ٢٠١١، ص ٤٤-٤٥)

رابعاً : نظرية كوكلا (Kuakla Theory)

وتفسر هذه النظرية دافع الانجاز بمفهوم القدرة المدركه ، فعندما تدرك سهولة العمل فإن الافراد الذين يتمتعون بارتفاع لدافع الانجاز او يعتقدون بأن قدراتهم عالية سوف يتوقعون جهداً

بسيطاً لضمان النجاح، اما الافراد الذين يتميزون بأنخفاض نتائج دافعيّتهم للانجاز يتوقع لهم بذل جهداً اكبر لضمان النجاح، كما يمكن التنبؤ بأن من يتمتع بدافع مرتفع للانجاز سوف يكون أدائه افضل ممن يتصفون بدافع منخفض حينما يدركون صعوبة العمل.

ولان الممارسات ذات الصلة بالصحة والسلوك الصحي والدافعية للانجاز الدراسي لا ترتبط بنظرية واحدة، لذا فإن الباحثة اخذت بالنظره التكاملية الشاملة لجميع الرؤى التي تسعى الى تنمية السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي .

مناقشة النظريات

من خلال ما تمّ عرضه من أدبيات في فصل الإطار النظري يمكن الخروج بالآتي :

١- كشفت الادبيات ان للسلوك الصحي انماط ومجالات وابعاد اساسية تهدف الى محاولة التوصل الى استراتيجية صحية وقائية من اجل القضاء على الامراض والحفاظ على الصحة .

٢- هناك العديد من نظريات علم النفس وعلم نفس الصحة تناولت السلوك الصحي، ركزت على اهمية الموارد التي يمتلكها الفرد في مواجهة حالات المرض وتحقيق حالة الصحة كنظرية المعتقد الصحي والتي ركزت على اسباب ألتزام الفرد بالتصرفات الصحية او عدم الالتزام بها، في حين ركزت نظرية السلوك العقلاني على تشكيل النوايا المحددة للسلوكينما ركزت نظرية السلوك المقصود على ربط الاتجاهات الصحية بشكل مباشر بالسلوك ونظرية دافع الحفاظ على الصحة والتي ركزت على التمثيل المعرفي للمعلومات المهدهه للصحة واتخاذ القرارات بالقيام بأجراءات ملائمة بمعنى القيام بانماط السلوك الصحي .

٣- اما فيما يتعلق بدافع الانجاز الدراسي، حيث أكد علماء النفس ان الدوافع هي المحرك الاساسي الذي يحرك الافراد نحو العمل والانجاز، فللدافع اثراً واضحاً ومميزاً في عملية التفاعل الصفي للطلبة وزيادة مستوى انجازهم .

٤- هناك العديد من النظريات التي تناولت دافع الانجاز الدراسي كنظرية ماكيلاند والتي ركزت على ثلاثة حاجات رئيسية تختص بدافعية الانسان نحو الانجاز وهي الحاجة الى

الانجاز والحاجة الى السلطة والحاجة الى الانتماء، في حين ركزت نظرية اتكنسون على متغيرات ثلاثة لدافعية الانسان نحو الانجاز وهي قوة الدافع وتوقع تحقيق الهدف والقيمة الحافزة المدركة ، بينما ركزت نظرية هرزبيرك على عاملين لدافعية الانجاز الانسان نحو الانجاز هما عامل الصحة وعامل الدافعية ونظرية كيبوكلا والتي ركزت على ان دافع الانجاز يعتمد على ادراك الفرد لسهولة العمل يجعله يتوقع انجاز جهداً بسيطاً لضمان النجاح .

الدراسات السابقة

أولاً : الدراسات التي تناولت السلوك الصحي

١- دراسة ألغور (Allgower,2001)

العنوان : السلوك الصحي الشخصي والاعراض الاكتئابية والدعم الاجتماعي لدى الطلبة.

الهدف : تعرف العلاقة بين السلوك الصحي والمزاج الاكتئابي عند الطلبة.

العينة : تألفت العينة من (٢٠٩١) طالب و(٣٤٣٨) طالبة من طلاب الجامعة.

الادوات : تم استخدام مقياس بيك المختصر للاكتئاب ومقياس الدعم الاجتماعي وتسعة ابعاد من مقياس السلوك الصحي.

النتائج : اظهرت النتائج ارتباط الاعراض الاكتئابية بشكل دال مع نقص النشاطات الجسدية

وهناك علاقة سلبية متبادلة بين السلوك الصحي والمزاج الاكتئابي

(Allgower,2001,p.223-227)

٢- دراسة رضوان وریشه (٢٠٠١)

العنوان : السلوك الصحي والاتجاهات نحو الصحة لدى الطلاب.

الهدف : تحليل السلوك الصحي والاتجاهات الصحية بين طلاب سوريين وألمانيين.

العينة : تألفت العينة من (٣٠٠) طالباً وطالبة من كلية التربية بواقع (٢٠١) طالبة و(٩٩) طالباً وبطريقة عشوائية من اربع مراحل.

الادوات : تم استخدام استبيان السلوك الصحي الذي يقيس مظاهر معينة من السلوك الصحي والاتجاهات نحوهم.

النتائج : اظهرت النتائج وجود بعض الخصائص المميزة للعينة السورية بعضها منمي للصحة مثل تناول الفاكهة، والنوم عدد كاف من الساعات، وتنظيف الاسنان، واخرى غير صحية مثل غياب الزيارات الدورية للطبيب. وجود فروق بين الذكور والاناث في ممارسة العادات الصحية . (رضوان وريشكه، ٢٠٠١، ص٥٢)

٣- دراسة ابو زائدة (٢٠٠٦)

العنوان : فعالية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية المفاهيم والوعي الصحي لطلبة الصف السادس الاساسي.

الهدف : بيان اذا ما كان هناك علاقة ارتباطية بين المفاهيم الصحية والوعي الصحي.

العينة : تألفت العينة من (٦٠) طالباً تم اختيارهم بالطريقة القصدية لعرض برنامج الوسائط المتعددة.

الادوات : بناء برنامج الوسائط المتعددة في ضوء المفاهيم الصحية وقد تم استخدام اختبار تحصيلي ومقياس اتجاه لقياس مستوى الوعي الصحي.

النتائج : توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية بين درجات الطلبة في اختبار المفاهيم الصحية ودرجاتهم في مقياس الوعي الصحي هذا يعني ان المفاهيم الصحية اساس لأحداث الوعي الصحي (ابو زائدة، ٢٠٠٦، ص٤٨) .

٤ - دراسة محمد (٢٠٠٧)

العنوان : الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية في جامعة القادسية.

الهدف : التعرف على الوعي الصحي بين الطلبة.

العينة : تألفت من (١٤٩) طالباً وطالبة، وتم استخدام مقياس الوعي الصحي تمتع بالصدق والثبات وتم تطبيقه على افراد العينة.

النتائج : توصلت الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين التخصصات العلمية والتخصصات الانسانية في الوعي الصحي ولصالح التخصص العلمي (محمد، ٢٠٠٧، ص٧٨).

ثانياً : الدراسات التي تناولت دافع الانجاز الدراسي

١ - دراسة زولتر (Zoloter.al,1999)

العنوان : الانجاز الدراسي لدى مجموعة من الاطفال يعيشون في خطر سوء المعاملة.

الهدف : تحديد العلاقة بين الاطفال الذين تعرضوا لأساءة المعاملة والانجاز الدراسي.

العينة : تألفت العينة من (٢٢٠) طفلاً ذكوراً واناث.

الادوات : تم استخدام نموذج تقرير المعلم وكذلك من اسئلة عن مواقفهم مع اقرانهم وتم ضبط المتغيرات من خلال مقابلة آباء هؤلاء الاطفال واستخدام معادلة الانحدار المنطقي لتحديد تأثير سوء المعاملة على الانجاز الدراسي ومواقفهم مع اقرانهم.

النتائج : توصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية بين سوء المعاملة والانجاز الدراسي المنخفض (Zolortor.et ,al,1999,p.19-27) .

٢ - دراسة الصواف (٢٠٠٠)

العنوان : قياس دافعية الانجاز لدى طلبة الدراسات المسائية في الجامعة المنتسصرية.

الهدف : التعرف على مستوى دافعية الانجاز الدراسات لدى طلبة الدراسات المسائية.

العينة : تألفت من (٢٦٠) طالب وطالبة من جميع المراحل الاربعة في الاقسام العلمية والانسانية.

الادوات : تم استخدام مقياس دافعية الانجاز يتمتع بالصدق والثبات.

النتائج : توصلت نتائج البحث الى ارتفاع مستوى دافع الانجاز لدى طلبة الدراسات المسائية، ولم تظهر فروق دالة احصائياً في مستوى دافعية الانجاز الدراسي بين الذكور والاناث (الصواف، ٢٠٠٠، ص٨٦)

٣- ميريام (Miriam,2003)

الهدف : الكشف عن الممارسات التي تتبناها المدارس في تطوير وتنمية فعالية الذات والدافعية. العينة : تألفت من (٥٢) من الطلبة المعرضين لخطر التسرب في المرحلة الثانوية ، قسموا الى مجموعتين تجريبية وتشمل (٣٧) طالباً وضابطة وتشمل (١٥) طالباً. الادوات : تم استخدام تصميم تجريبي ومقاييس لفعالية الذات ودافعية الانجاز. النتائج : توصلت الدراسة الى وجود فروق دالة احصائياً بين المجموعتين في فعالية الذات ودافع الانجاز (Miriam,2003,p.211) .

٤- دراسة اليوسفي (٢٠٠٨)

العنوان : دافع الانجاز الدراسي وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات. الهدف : معرفة علاقة دافع الانجاز الدراسي بالقلق الاجتماعي عند الطالبات. العينة : تألفت من (١٩٤) طالبة من كلية التربية للبنات وبطريقة عشوائية لكافة المراحل. الادوات : تم استخدام مقياس دافع الانجاز الدراسي ومقياس القلق الاجتماعي. النتائج : هناك علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة معنوية بين دافع الانجاز الدراسي والقلق الاجتماعي (اليوسفي ، ٢٠٠٨، ص٢٠) .

مناقشة الدراسات السابقة

من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة التي تمكنت الباحثة من الاطلاع عليها لم تجد دراسة قد تناولت متغيري البحث معاً، الا انها وجدت بعض الدراسات السابقة قد لامست جانب

من الدراسة الحالية، وبعد تفحص الدراسات السابقة تبين هناك جوانب تشابه واختلاف في الاهداف والعينات التي طبقت عليها والادوات المستخدمة والنتائج التي توصلت اليها. ان الدراسات التي تناولت السلوك الصحي تشابهة في نوع العينات التي طبقت عليها الدراسات وهي الطلبة الا انها تباينت في المراحل العمرية والدراسية وكذلك تباينت في حجم العينة ، حيث تناولت دراسة رضوان وريشكة (٢٠٠١) ودراسة محمد (٢٠٠٧) طلبة المرحلة الجامعية، في حين تناولت دراسة ألغور (Allgower,2001) ودراسة ابو زائدة (٢٠٠٦) طلبة المرحلة الابتدائية، وقد تنوعت ادوات البحث بحسب اهدافها ففي بعض الدراسات تم بناء مقاييس للسلوك الصحي والبعض تم فيها بناء برامج لتنمية الوعي الصحي. اما الدراسات التي تناولت دافع الانجاز الدراسي، فقد تنوعت المتغيرات التي تم فيها التعرف على علاقة واثر دافعية الانجاز في التحصيل وسوء معاملة الوالدين وفعالية الذات والقلق الاجتماعي، وقد تشابهة على الاغلب في العينات التي طبقت عليها الدراسات، واختلفت في ادوات البحث المستخدمة، حيث استخدمت دراسة زولتر (Zoloter.al,1999) نموذج تقرير المعلم ومعادلة الانحدار المنطقي، ودراسة ميريام (Miriam,2003) التي استخدمت التصميم تجريبي، في حين كانت دراسة الصواف (٢٠٠٠) ودراسة اليوسفي (٢٠٠٨) دراسات ارتباطية استخدمت استبانات ومقاييس لدافع الانجاز الدراسي.

إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل الاجراءات التي اتبعتها الباحثة في تحقيق اهداف البحث :

أولاً : مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث بتلاميذ المدارس الابتدائية في المديرية العامة للتربية في محافظة بغداد | الرصافة الثالثة، والبالغ عددهم (١٩٦٨٥٥) بواقع (١٠١٦٣٨) ذكور ، و(٩٥٢١٧) إناث، موزعين على (٣٤٨) مدرسة، حسب احصائية قسم المتابعة والتخطيط في مديرية التربية للعام الدراسي ٢٠١٥-٢٠١٦ و جدول (١) يوضح ذلك :

جدول (١)

مجتمع البحث

عدد المدارس الابتدائية	الذكور	الاناث	المجموع الكلي للتلاميذ
٣٤٨	١٠١٦٣٨	٩٥٢١٧	١٩٦٨٥٥

ثانياً : عينة البحث

من أجل الحصول على عينة ممثلة للمجتمع الاصلي ، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقد بلغ عددها (٦٠) تلميذ وتلميذة من الصف السادس الابتدائي بواقع (٣٠) ذكور من مدرسة موسى الكاظم الابتدائية للبنين، و(٣٠) إناث من مدرسة تبارك الرحمن الابتدائية للبنات .

ثالثاً : أدوات البحث

من أجل قياس المتغيرين اللذين شملهما البحث الحالي، فقد اطّلت الباحثة على العديد من الدراسات والادبيات السابقة وقد قامت بتبني أداتين الاولى تتعلق بمقياس السلوك الصحي والثانية تتعلق بمقياس دافع الانجاز الدراسي .

وفيما يلي وصف للمقياسين :

أ- مقياس السلوك الصحي

قامت الباحثة بتبني مقياس السلوك الصحي الذي اعده الكروي (٢٠١٣) والذي يتكون من (٤٢) فقرة بصيغته النهائية، تغطي كل مجالات السلوك الصحي واكثر ملائمة للبيئة المدرسية حيث طبق على طلبة المرحلة الاعدادية .

مؤشرات صدق المقياس

يقصد بالصدق قياس الاختبار لما وضع لقياسه . وقد تم التأكد من صدق مقياس السلوك الصحي من خلال:

الصدق الظاهري

حقق هذا النوع من الصدق بعد عرض المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس ، واعتمدت الباحثة نسبة (٨٠%) فما فوق من اراء المختصين في قبول او رفض الفقرة والاخذ ببعض التعديلات اللغوية والنحوية وقد تبين للباحثة ان المقياس صالحا للتطبيق على التلاميذ في المرحلة الابتدائية .

مؤشرات ثبات المقياس

يعني الثبات الدقة والاتساق في اداء الافراد والاستقرار في النتائج عبر الزمن (Baron,1981,p.18) .

وتم التأكد من ثبات مقياس السلوك الصحي بطريقتين هما :

١- طريقة إعادة الاختبار (Test- Retest)

لاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من التلاميذ مؤلفة من (٢٠) تلميذا وتلميذه ، متوزعين بالتساوي على وفق متغير الجنس ، وبعد اسبوعين من تاريخ التطبيق الاول تم اعادة تطبيق الاختبار عليهم مرة ثانية استناداً الى ما اشار اليه ادمز (Adams,1966) من ان المدة الزمنية بين التطبيق الاول والثاني يجب ان لا تتجاوز اسبوعين او ثلاثة اسابيع (Adams,1966,p.85) وقد تم معالجة النتائج احصائياً باستعمال معامل ارتباط بيرسون ، وقد بلغ (٠،٨٤) .

٢- طريقة التجزئة النصفية (Split-Half Method)

لاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة تم تقسيم فقرات المقياس بعد الاجابة عليها الى قسمين ، وتم حساب معامل الارتباط بينهما وقد بلغ (٠،٧٠) ، وبعد تصحيحه باستعمال معادلة سبيرمان براون ، بلغ معامل الثبات للمقياس للكل (٠،٨٢) .

(* أسماء الخبراء المحكمين:

- ١- أ.د. بثينة منصور الحلو قسم علم النفس / كلية الآداب / جامعة بغداد
- ٢- أ.م.د. سناء عيسى الداغستاني قسم علم النفس / كلية الآداب / جامعة بغداد
- ٣- د.م.م. ياسمين جرجيس يونس قسم علم النفس / كلية الآداب / جامعة بغداد
- ٤- د.م.م. سوسن عبد علي كاظم قسم علم النفس / كلية الآداب / جامعة بغداد
- ٥- أ.م.د. نبيل عبد الغفور قسم الارشاد النفسي / كلية التربية / الجامعة المستنصرية

ب- مقياس دافع الانجاز الدراسي

قامت الباحثة بتبني مقياس دافع الانجاز الدراسي الذي اعدته الساعدي (٢٠٠٢) والذي يتكون من (٤٠) فقرة بصيغته النهائية ، حيث طبق هذا المقياس على الطلبة من قبل العديد من الباحثين .

مؤشرات صدق المقياس

تم التأكد من صدق مقياس دافع الانجاز الدراسي من خلال :

الصدق الظاهري

تحقق هذا النوع من الصدق بعد عرض المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من الخبراء المختصين في علم النفس ، واعتمدت الباحثة نسبة (٨٠%) فما فوق من اراء المختصين في قبول او رفض الفقرة والاخذ ببعض التعديلات اللغوية والنحوية وقد تبين للباحثة ان المقياس صالحا للتطبيق على التلاميذ في المرحلة الابتدائية .

مؤشرات ثبات المقياس

تم التأكد من ثبات مقياس دافع الانجاز الدراسي بطريقتين هما :

١- طريقة إعادة الاختبار (Test- Retest)

لاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة من التلاميذ مؤلفة من (٢٠) تلميذا وتلميذه ، موزعين بالتساوي على وفق متغير الجنس ، وبعد اسبوعين من

تاريخ التطبيق الاول تم اعادة تطبيق الاختبار عليهم مرة ثانية ،وقد تم معالجة النتائج احصائياً باستخدام معامل ارتباط بيرسون ، وقد بلغ (٠،٨٦) .

٢- طريقة التجزئة النصفية (Split-Half Method)

لاستخراج معامل الثبات بهذه الطريقة تم تقسيم فقرات المقياس بعد الاجابة عليها الى قسمين ، وتم حساب معامل الارتباط بينهما وقد بلغ (٠،٧١)، ويعد تصحيحه باستعمال معادلة سبيرمان براون، بلغ معامل الثبات للمقياس للكل (٠،٨٣) .

التطبيق النهائي

لتحقيق اهداف البحث الحالي قامت الباحثة بتطبيق المقياسين بصورتها النهائية على عينة البحث البالغة (٦٠) تلميذ وتلميذة .

الوسائل الاحصائية

لتحليل ومعالجة بيانات هذا البحث تم استعمال الوسائل الاحصائية الاتية :

- ١- معامل ارتباط بيرسون لحساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار وبطريقة التجزئة النصفية .
- ٢- معادلة سبيرمان براون لحساب الثبات لمقياس السلوك الصحي ومقياس دافع الانجاز الدراسي .
- ٣- الاختبار التائي لعينة واحدة لاختبار دلالة متوسط العينة مع المجتمع .
- ٤- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة معامل ارتباط بيرسون ، واختبار الفروق في السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي على وفق متغير الجنس .

(Steer,GR&Torrie,1980,p.279)

نتائج البحث

عرض نتائج البحث وتفسيرها

اولاً : قياس السلوك الصحي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

اظهرت نتائج التطبيق النهائي لمقياس السلوك الصحي ان الوسط الحسابي لدرجات افراد العينة البالغ عددها (٦٠) تلميذاً وتلميذه هو (١٢،٤٣٣٣) وبانحراف معياري قدره (٢،١٨٩٠٨) ، في حين بلغ الوسط الفرضي (١٢) وعند مقارنة الفرق باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ، تبين ان القيمة التائية المحسوبة اصغر من القيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠،٠٥) مما يشير الى ان عينة هذا البحث من التلاميذ تتصف بسلوك صحي متوسط ، وجدول (٢) يوضح ذلك :

جدول (٢)

الاختبار التائي لعينة واحدة للمقارنة بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة التلاميذ على مقياس السلوك الصحي

نوع العينة	العدد	درجة الحرية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
تلاميذ	٦٠	٥٩	١٢،٤٣٣٣	٢،١٨٩٠ ٨	١٢	١،٥٣٣	٢	٠،٠٥

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الكروي، ٢٠١٣) الذي توصلت الى ان الطلبة يتمتعون بمستوى سلوك صحي دون المتوسط وفقاً لاحصائيات منظمة الصحة العالمية ،ولا تتفق مع دراسة (رضوان وريشكة، ٢٠٠١) التي توصلت الى وجود بعض الخصائص المميزة للعينة السورية من الطلبة بعضها منمي للصحة مثل تناول الفاكهة، والنوم عدد كاف من الساعات، وتنظيف الاسنان، واخرى غير صحية مثل غياب الزيارات الدورية للطبيب. ويمكن عزو نتيجة ذلك الى ان التلاميذ في المرحلة الابتدائية ليس لديهم وعي كاف بالسلوكيات الصحية الايجابية نتيجة صغر اعمارهم لذا يمارسون في المدرسة عادات غير صحية كتناول الاطعمة الجاهزة من الحانوت المدرسي والعربات المتجولة في الشارع وان الكثير من التلاميذ لا يتناولون الافطار الصباحي ولا يشربون الحليب وقلة اهتمام ووعي بعض الاسر بالاتجاهات والعادات الصحية الايجابية، كما يشير الاطار النظري ان تربية الفرد الصحية والتي تتكون خلال عملية التنشئة الاجتماعية المجموع العام لتجارية التي تساهم في تكوين المعارف والاتجاهات والعادات الصحية

الإيجابية وضمان صحة الأسرة والمجتمع عامة، فضلاً عن قلبه الرعاية النفسية والصحية في المدارس بصورة عامة .

ثانياً: المقارنة في السلوك الصحي لدى التلاميذ على وفق متغير الجنس (ذكر - إناث).

عند المقارنة في السلوك الصحي لدى التلاميذ على وفق متغير الجنس كان الوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور (١٢،٢٣٣٣)، وانحراف معياري قدره (٢،٣٢٩٤٧)، في حين كان الوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث (١٢،٦٣٣٣)، وانحراف معياري قدره (٢،٠٥٩١٨) وعند اختبار الفرق بين الوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والإناث في السلوك الصحي ، وجدول (٣) يوضح ذلك :

جدول (٣)

المقارنة في السلوك الصحي على وفق متغير الجنس

ت	نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١	الذكور	٣٠	١٢،٢٣٣٣	٢،٣٢٩٤٧	٠،٧٠٥	٢	٠،٠٥
٢	الإناث	٣٠	١٢،٦٣٣٣	٢،٠٥٩١٨			

ولتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (الكروي، ٢٠١٣) ودراسة (رضوان وريشكة، ٢٠٠١) التي طبقت على الطلبة في المرحلة الاعدادية والتي توصلت الى وجود فروق بين الذكور والإناث في ممارسة السلوكيات الصحية، اما الدراسة الحالية لم تظهر مثل هذه الفرق حيث ان التلاميذ في المرحلة الابتدائية ووفقاً لطبيعة المرحلة العمرية قد تبدو اهتماماتهم وممارساتهم للعادات الصحية مشتركة .

ثالثاً : قياس دافع الانجاز الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

اظهرت نتائج التطبيق النهائي لمقياس دافع الانجاز الدراسي ان الوسط الحسابي لدرجات افراد العينة البالغ عددها (٦٠) تلميذاً وتلميذة هو (١٢،٣٣٣٣) وانحراف معياري قدره (٣،١٧١٢٠)

، في حين بلغ الوسط الفرضي (١٠) وعند مقارنة الفرق باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ، تبين ان الفرق ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) مما يشير الى ان عينة هذا البحث من التلاميذ تتصف بدافع انجاز دراسي عالي ، وجدول (٤) يوضح ذلك :

جدول (٤)

الاختبار التائي لعينة واحدة للمقارنة بين الوسط الفرضي والوسط الحسابي لعينة التلاميذ على مقياس دافع الانجاز الدراسي

نوع العينة	العدد	درجة الحرية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
تلاميذ	٦٠	٥٩	١٢,٣٣٣٣	٣,١٧١٢٠	١٠	٥,٦٩٩	٢	٠,٠٥

يشير الاطار النظري بأن الدافعيه يتم اكتشافها منذ الطفولة وتبقى مستمرة الى ان تصل الى درجة ثابتة نسبياً، فالسلوك المرتبط بالانجاز لديه يعد ناتجاً لموقف صراعي اي ان السعي الى مستوى من الامتياز او التفوق يستثير كلاً من الامل في النجاح والخوف من الفشل .

لذا ترى الباحثة ان دافع الانجاز الدراسي عالياً لدى عينة البحث من التلاميذ لان مكتسب منذ مرحلة الطفولة من خلال عملية التنشئة الاجتماعية مما سبب رغبة عالية لديهم للحصول على النجاح والتفوق وتحقيق الانجاز، وهنا يتم الاشارة الى دراسة زولتر (Zoloter.al,1999) التي توصلت الى وجود علاقة ارتباطية بين سوء معاملة الآباء لاطفالهم والانجاز الدراسي المنخفض.

رابعاً : المقارنة في دافع الانجاز الدراسي على وفق متغير الجنس (ذكر - إنثى).

عند المقارنة في دافع الانجاز الدراسي لدى التلاميذ على وفق متغير الجنس كان الوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور (١١,٩٣٣٣)، وانحراف معياري قدره (٢,٥٧٢١٨)، في حين كان الوسط الحسابي لدرجات عينة الاناث (١٢,٧٣٣٣)، وانحراف معياري قدره (٣,٦٧٥٩٥) وعند اختبار الفرق بين الوسطين باستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، تبين عدم وجود

فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في دافع الانجاز الدراسي ، وجدول (٥) يوضح ذلك :

جدول (٥)

المقارنة في السلوك الصحي على وفق متغير الجنس

ت	نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١	الذكور	٣٠	١١،٩٣٣٣	٢،٥٧٢١٨	٠،٩٧٧	٢	٠،٠٥
٢	الاناث	٣٠	١٢،٧٣٣٣	٣،٦٧٥٩٥			

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (الصواف،٢٠٠٠) الى عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في مستوى دافعية الانجاز الدراسي ، وقد تعزو الباحثة سبب ذلك الى اساليب التعزيز المختلفة والتي تقدم لكلا الجنسين من خلال الثناء والتشجيع التي يقوم بها المعلمون والمرشد التربوي في المدرسة مما يعزز من دافعيتهم نحو الانجاز فضلا عن اساليب التنشئة الاجتماعية وما تتضمنه من تقديرات الوالدين اتجاه التفوق كما ان التفوق الدراسي وتحقيق الانجاز لا يتوقف على التركيب الجسمي والنفسي لشخصية التلميذ ذكر كان ام انثى بل هو نتيجة العديد من العوامل الدافعية والانفعالية والاجتماعية .

خامساً : التعرف على طبيعة العلاقة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية .

من اجل التعرف على طبيعة العلاقة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي، قامت الباحثة بتطبيق معامل ارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية لافراد العينة على مقياس السلوك الصحي ومقياس دافع الانجاز الدراسي، وبلغ معامل الارتباط بينهما (٠،٥٠١) مما يشير الى

وجود علاقة ارتباطية وطردية موجبة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي. وجدول (٦) يوضح ذلك :

جدول (٦)

طبيعة العلاقة بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي

نوع العينة	العدد	قيمة معامل الارتباط المحسوبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
تلاميذ	٦٠	٠,٥٠١	٢	٥٨	٠,٠٥

وقد يبدو جلياً ان معظم الدراسات التي اجريت على السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي توصلت الى وجود ترابط قوي بين الصحة والتغذية والاداء المدرسي، فالتغذية غير الصحية تؤثر على نمو الطالب وعلى تحصيله الدراسي ويؤثر المجموع على الطالب وممارسته للتعلم كما يؤثر في قدرته على التركيز وانخفاض اليقظة والانتباه وزيادة معدلات التسرب وانخفاض فعالية الطالب في الدرس، اي ان العلاقة طردية ايجابية كلما ارتفع مستوى السلوك الصحي عند التلاميذ كما ادى ذلك الى ارتفاع مستوى دافعتهم للانجاز الدراسي وقد اشارت دراسة كلاولانيكي واخرون الى وجود ارتباط ايجابي بين تقييم الذات الصحي والانجاز، ويشير الاطار النظري الى ان عوامل الصحة ترتبط بالعوامل الخارجية البيئية مثل اشباع الحاجات المتعلقة بالاعتراف بالفرد في المجتمع ، والمسؤولية ، والنمو الفردي وبالتالي تخلق هذه العوامل الدافعية للانجاز .

التوصيات والمقترحات

التوصيات

في ضوء النتائج التي توصل اليها البحث الحالي، توصي الباحثة بما يأتي :

- ١- تسليط الضوء على السلوكيات الصحية السائدة عند التلاميذ للكشف عن السلوكيات الايجابية والتي يمكن للجهات التربوية تعميمها وتشجيعها .
- ٢- توعية المؤسسات التربوية بأهمية علم نفس الصحة للأرتقاء بالصحة ولقهر المرض من خلال وسائل الاعلام .

- ٣- تفعيل دور المرشد التربوي في المدارس واقامة الدورات التي تؤكد على ممارسة السلوكيات الصحية وتعزيز دافعية الطلبة نحو الانجاز
- ٤- تشجيع المعلمين على استخدام الاساليب التربوية الحديثة والتقنيات التكنولوجية لرفع مستوى دافع الانجاز الدراسي .
- ٥- تعزيز درس التربية الرياضية في المدارس حيث تبرز أهميته في توجيه جميع الطاقات الطلابية وقدراتهم، وتوظيف نموهم جسمياً و نفسياً وخلقياً وأجتماعياً وسلوكياً بالمكان الصحيح والتي من شأنها تحقق الارتقاء بالمستوى الصحي للطلبة بشكل عام والمستوى التربوي والثقافي والمعرفي بشكل عام.

المقترحات

أستكمالاً لمتطلبات هذا البحث اقترحت الباحثة عدداً من البحوث والدراسات العلمية الآتية :

- ١- إجراء دراسة ارتباطية بين السلوك الصحي ودافع الانجاز الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية.
- ٢- إجراء دراسة حول اثر التنشئة الاجتماعية في ممارسة السلوكيات الصحية.
- ٣- إجراء دراسة بناء برنامج ارشادي لتنمية السلوك الصحي.
- ٤- إجراء دراسات اخرى تتناول السلوك الصحي وعلاقته بمتغيرات نفسية اخرى .
- ٥- إجراء دراسة للتعرف على دور المرشد التربوي في زيادة دافعية الانجاز الدراسي .

مصادر البحث

المصادر العربية

- ١- احمد واخرون، مازن عبد الهادي ونزار حسين جعفر النفاخ وسلمان عكاب سرحان الجنابي (٢٠٠٨): السلوك الصحي واتجاهاته لدى الرياضيين، بحث منشور،مجلة علوم التربية الرياضية ، العدد(٧)،كلية التربية الرياضية

٢- اشواق، بهلول سارة (٢٠٠٩): سلوكيات الخطر المتعلقة بالصحة وعلاقتها بكل من جودة الحياة والمعتقدات الصحية، رسالة ماجستير، كلية الاداب والعلوم الانسانية، جامعة الحاج خضر.

٣- الباوي، علي هاشم جاوش (٢٠١١): قياس دافع لانجاز الدراسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، بحث منشور، مجلة واسط للعلوم الانسانية، العدد (١٧)، الكلية التربوية المفتوحة، جامعة واسط.

٤- ابو زائدة، حاتم يوسف (٢٠٠٦): فعالية برنامج بالوسائط المتعددة لتنمية المفاهيم والوعي الصحي في العلوم لدى طلبة الصف السادس الاساسي، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، جامعة غزة الاسلامية.

٥- تايلور، شيلي (٢٠٠٨): علم النفس الصحي، ترجمة، بريك، وسام درويش، و داود، فوزي شاكر طعيمة، ط١، عمان: دار الحامد للنشر و التوزيع.

٦- الداغستاني والمفتي، سناء عيسى وديار عوني (٢٠١٠): المعتقدات الصحية التعويضية وعلاقتها بتنظيم الذات الصحي، بحث منشور، مجلة كلية الاداب، جامعة بغداد

٧- رضوان وريشكة، سامر جميل كونراد (٢٠٠١): السلوك الصحي والاتجاهات نحو الصحة دراسة ميدانية مقارنة بين طلاب سوريين وألمان، كلية التربية، جامعة دمشق.

٨- زايد، سهام عربي (٢٠١٢): الامن النفسي ودافعية الانجاز، بحث منشور، مجلة كلية الاداب، العدد (٨٣)، كلية الاداب، جامعة بغداد .

٩- سلامة، ياسر زكريا متولى (٢٠١٢): الاتجاهات الصحية وعلاقتها بالسلوك الصحي لدى طلاب جامعة بنها، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية.

١٠- سالم، رفقة خليفة (٢٠٠٠): علاقة فعالية الذات والفرع الاكاديمي بدافع الانجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد (٢٣)، كلية عجلون الجامعية، جامعة البلقاء التطبيقية.

١١- السراي، زمن هاشم كشيش (٢٠١١): الشخصية اليقظة وعلاقتها بالكفاية المهنية لدى الاعلاميين، رسالة ماجستير، كلية الاداب، جامعة بغداد.

- ١٢- السوداني، عبد الكريم عبد الصمد (١٩٩٧): الاتجاهات الصحية اللازمة لتلاميذ المرحلة الابتدائية ومدى مراعاتها في كتب العلوم، اطروحة دكتورا غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
- ١٣- الصواف، هناء عبد الرزاق (٢٠٠٠): قياس دافعية الانجاز الدراسي لدى طلبة الدراسات المسائية في الجامعة المستنصرية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- ١٤- صالح، ساهرة عبد الودود (٢٠٠٢): استراتيجيات التكيف لاحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، اطروحة دكتورا غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.
- ١٥- صبحي، علي (٢٠١١): الحاجات الارشادية وعلاقتها بدافع الانجاز الدراسي لدى الطلبة في درس الجمناستك، بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الاول، المجلد الرابع، جامعة بغداد.
- ١٦- عباس، كامل عبد الحميد و خليل ابراهيم (١٩٨٦): قياس دافعية المعلمين نحو مهنة التعليم، مجلة التربوي، كلية التربية، جامعة بغداد.
- ١٧- عثمان، يخلف (٢٠٠١): علم نفس الصحة، الاسس النفسية والسلوكية للصحة، ط١، الدوحة، دار الثقافة للطباعة والنشر.
- ١٨- الفحل، نبيل محمود (٢٠٠٠): دراسة تقدير الذات واقع الانجاز لدى طلاب المرحلة الثانوية في كل من مصر والسعودية (دراسة مقارنة)، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب.
- ١٩- الكروي، رواء وليد عبد الوهاب (٢٠١٣): دراسة مقارنة في السلوك الصحي بين الطلبة ذوي التفكير الداخلي والتفكير الخارجي من طلبة المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، الجامعة المستنصرية.
- ٢٠- محمد، علي رحيم (٢٠٠٧): مستوى الوعي الصحي لدى طلبة كلية التربية في جامعة القادسية، اطروحة دكتورا غير منشورة، مجلة القادسية للاداب وعلوم التربية، المجلد (٦)، العدد (٢) كلية التربية، جامعة القادسية.
- ٢١- منظمة الصحة العالمية (٢٠٠٦): مجلة الصحة العالمي، العدد (٩)، جنيف.

٢٢- اليوسفي، علي عباس (٢٠٠٨): دافع الانجاز الدراسي وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية للبنات، جامعة الكوفة، مركز تطوير التدريس والتدريب الجامعي.

المصادر الاجنبية

- 23-Adams,G.S. (1966): **Meadurement and Evaluation in Educeation Psychology and Guidance**,New York, Holt, Rine hart and Winston.
- 24-Baron,A.R. (1981):**Psychology**, Japan.Halt- Saunders, International Editions.
- 25-Kauala, (1972): **Congnitve Determinates of Achievement Behavior**.Journal Personality and social Behavior (21).
- 26-Mcclaren, D . (1987): **Attituds , Knowledge and behavior and after an under graduate health and Life style course** . New York.
- 27-Miram,A (2003): **Promoting The will and Ski Ill Of An Instructionl Desigh Geared to foster**.
- [http||www.novapdf.com](http://www.novapdf.com)
- 28-Petri,& Govern, J(2004): **Motivation:Theory Research and Applications**:Thomson- Wadsworth Australia.
- www.minshawi.com
- 29- Steer, G.H.& Torrie H,J(1980): **Principles and procedures of tatisices** ,ed New York McGraw-Hill .
- 30-Wardle,Steptor.A,Bellisle,F and Dcvout,P (1997): **Health dietary Practice among European Students**, Health Psychology,September.

ملحق (١)

مقياس السلوك الصحي

عزيزي التلميذ | التلميذة

تحية طيبة

بين يديك مجموعة من العبارات ضع علامة (√) امام العبارة التي تعبر عنك تعبيراً حقيقياً سواءً داخل المدرسة او خارجها ، علماً انه لا توجد اجابة صحيحة وأخرى خاطئة ، وستكون اجابتك سرية لا يطلع عليها احد ، وتستخدم لاغراض البحث العلمي فقط .

الجنس : ذكر أنثى

لا	نعم	الفقرات
		١. أغسل يدي بالصابون بعد استعمال دورة المياه في المدرسة.
		٢. أحرص على الحضور في دروس التربية الرياضية.
		٢. أهتم بنظافتي الشخصية للوقاية من الامراض المعدية.
		٣. أخذ مايكفيني من ساعات النوم في الليلة الواحدة.
		٤. أجلس لمشاهدة التلفاز لوقت محدد جداً.
		٥. احرص على عدم ممارسة الالعاب الالكترونية بكثرة.
		٦. أتواصل مع زملائي عن طريق الانترنت لساعات محددة في اليوم.
		٧. اتعيب عن المدرسة لشعوري بعدم الامان أثناء تواجدي فيها.
		٨. أتشاجر مع زملائي في المدرسة لاسباب تافهة.
		٩. أقوم بمراجعة الطبيب عند شعوري بالمرض.
		١٠. ينتابني الشعور بالقلق والتوتر عندما أكلف باي عمل.
		١١. أشتري قناني الماء المعقم عند ذهابي للمدرسة.
		١٢. أحرص على عدم تناول اي دواء دون وصفة طبية.
		١٣. أتناول الافطار الصباحي كل يوم.
		١٤. أحرص على عدم تناول مواد غذائية بين الوجبات بكثرة.
		١٥. أتناول الفواكه والخضروات بأنواعها كل يوم.
		١٦. أراجع طبيب الاسنان بشكل دوري دون شعوري بألم.
		١٧. أتناول طعامي قبل الذهاب الى المدرسة.
		١٨. أتناول العصائر بدلاً عن المشروبات الغازية.
		١٩. أحرص على عدم تناول الشاي او القهوة قبل الافطار الصباحي.
		٢٠. أشرب الحليب صباح كل يوم.
		٢١. احرص الى عدم تناول الطعام من عربات الباعة المتجولين.
		٢٢. أحرص الى عدم تناول طعامي من مطاعم الوجبات السريعة (كص، فلافل، همبركر، بيتزا)
		٢٣. أغسل يدي قبل تناول الطعام.
		٢٤. أفرش اسناني بعد كل وجبة طعام.

ملحق (٢)

مقياس دافع الانجاز الدراسي

عزيري التلميذ | التلميذة

تحية طيبة

بين يدك مجموعة من العبارات ضع علامة (√) امام العبارة التي تعبر عنك تعبيراً حقيقياً سواء داخل المدرسة او خارجها ، علماً انه لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة ، وستكون اجابتك سرية لا يطلع عليها احد ، وتستخدم لاغراض البحث العلمي فقط .

الجنس : ذكر إثنى

ت	الفقرات	نعم	لا
١-	ابذل الجهد في دروسي.		
٢-	اميل الى الموضوعات الدراسية التي تحتاج الى تفكير.		
٣-	يصيبني الملل من قراءة الكتب المنهجية.		
٤-	احب الدراسة عندما لا يكون فيها امتحانات وواجبات بيتية.		
٥-	يشجعني اهلي على الدراسة.		
٦-	اشعر ان الدراسة مسؤولية كبيرة لا استطيع تحملها.		
٧-	ابذل اقصى جهدي لآكون افضل من الاخرين.		
٨-	انشغالي بلالعب الالكترونية يضعف تحصيلي الدراسي.		
٩-	أجد صعوبة في فهم المواد الدراسية.		
١٠-	اسعى الى التفوق في دروسي من خلال بذل الجهد.		
١١-	اركز باهتمام على شرح المعلمة اثناء الدرس.		
١٢-	يستخدم بعض المعلمين طريقة تدريس غير مناسبة.		
١٣-	اقضي ساعات طويلة في الدراسة دون الشعور بالملل.		
١٤-	أكره المدرسة بسبب المعاملة السيئة للمعلمات.		

		احب المنافسة مع زملائي في الدراسة وابدل الجهد للفوز.	١٥-
		احصل على مكافئه من المدرسة عند حصولي على التفوق.	١٦-
		اشعر اني لا استطيع النجاح في الكثير من الدروس.	١٧-
		احب الدراسة لانها تلبي طموحي.	١٨-
		ألجا الى الغش في الامتحان عندما لا استطيع الاجابة على الاسئلة في الامتحان.	١٩-
		اتهيأ للامتحان قبل فترة طويلة لاحراز النجاح والتفوق.	٢٠-