

خلال المؤتمر الدولي للجودة العلمية والتربوية

ورقة عمل لطالبات التربية البدنية حول علاقة السمنة بالخجل

مشكلة الخجل، الوحدة النفسية.

وكان من أبرز أهداف الدراسة دراسة الوزن الزائد وعلاقته بالشعور بالخجل والوحدة النفسية، وتعد هذه الدراسة مهمة، لأنها تتناول أحد الموضوعات البحثية الهامة في مجال علم النفس، وهو الخجل الذي يعتبر مشكلة، وعلاقته بالوحدة النفسية، والوزن الزائد، لدى طالبات المرحلة الجامعية الأولى بجامعة قطر، وتعد الدراسة إضافة جديدة إلى الدراسات في مجال التربية البدنية.

ومن أبرز التوصيات التي خرجت بها الدراسة التركيز الإعلامي بالدولة وجامعة قطر على نشر التوعية بأهمية الحفاظ على الوزن المثالي للطالبات، والتركيز على أهمية التوعية الإعلامية الخاصة بممارسة الرياضة لدى الطالبات بهدف الحد من الأمراض وأيضا العمل على تنمية الوعي الغذائي لدى أفراد المجتمع الجامعي.

والشكل بين المراهقات والشابات من طلبة الجامعة في وقتنا الحالي حيث أصبح المظهر هو الحكم الأساسي على تقييم الأفراد وتقبلهم في المجتمع، ومن هنا رأى القائمون على البحث أن النظرة الاجتماعية للأفراد تتأثر بشكل كبير على حالتهم النفسية وخاصة أصحاب الوزن الزائد.

فمن المعروف أن أصحاب الوزن الزائد يوقنون في داخلهم أنهم يعانون من مشكلة ليست بسيطة، ومع ذلك يحاولون تخفيف أثرها من خلال تصنع شخصية مرحة، ذات علاقات اجتماعية كثيرة، محاولين أن يصرفوا الناس عن النظر إلى أشكالهم.

ولكن هذا لا يعني أن جميع من يعاني من الوزن الزائد ينجح في الاندماج والتأقلم مع أفراد المجتمع من خلال تصنعهم شخصية مرحة، وما ينجم عنه الكثير من المشكلات النفسية لدى الفرد المصاب بالوزن الزائد، ومن هذه المشكلات

أيمن صقر |

شاركت مجموعة من طالبات قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة قطر في المؤتمر الدولي حول "الجودة العلمية والتربوية للأنشطة الرياضية للجميع ICHPER 2010 الذي نظمته اللجنة الأولمبية القطرية، وعقد تحت شعار "مدخل للصحة والإنجاز الأولمبي" خلال الفترة من 8 — 12 مايو الجاري.

وكانت الطالبات العنود المسند، تماضر العدساني، منى الشمري، قد تقدمن بورقة بحثية في المؤتمر بعنوان "الوزن الزائد وعلاقته بالخجل والوحدة النفسية لدى طالبات جامعة قطر" إشراف د. عبد الحكيم رزق عبد الحكيم الأستاذ المشارك بقسم التربية البدنية وعلوم الرياضة. وسعت الورقة للبحث في انتشار ظاهرة أهمية المظهر