



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة

أطروحة مقدمة

إلى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى وهي جزء من
متطلبات نيل درجة الدكتوراه في التربية البدنية وعلوم الرياضة

من الطالبة

لهيب احمد شاکر

بأشراف

أ.م. د. يسار صباح جاسم

2020 م

1441 هـ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

وَقُلْ رَبِّ اَدْخِلْنِيْ مَدْخَلَ صِدْقٍ
 وَاُخْرِجْنِيْ مَخْرَجَ صِدْقٍ وَاَجْعَلْ لِّيْ
 مِنْ لَدُنْكَ سُلْطٰنًا نَّصِيْرًا

صدق الله العظيم

اقرار المشرف

أشهد إن إعداد هذه الأطروحة الموسومة ...

((بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة)) التي قدمتها الطالبة (**لهيب احمد شاكر**) تمت بإشرافنا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في التربية الرياضية.

التوقيع

أ.م. د. يسار صباح جاسم

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى

2020 / / م

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوفرة لدينا نرشح هذه الأطروحة للمناقشة .

التوقيع

أ. د. مجاهد حميد رشيد

معاون العميد للشؤون العلمية والطلبة

جامعة ديالى/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2020/ / م

إقرار المقوم اللغوي

أشهد إن إعداد هذه الأطروحة الموسومة ...

((بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة)) التي قدمتها الطالبة تمت مراجعتها من الناحية اللغوية بإشرافي أصبحت بأسلوب علمي سليم خال من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت ...

التوقيع

الاسم: نوفل اسماعيل صالح داوي

اللقب العلمي: م. د

مكان العمل: كلية التربية للعلوم الانسانية /جامعة ديالى

التاريخ: / / 2019

إقرار المقوم الإحصائي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة بـ ((بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة))، وتمت مراجعتها من الناحية الإحصائية وأصبحت ذات أسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء الإحصائية غير الصحيحة، ولأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : حنان عدنان عبوب

اللقب العلمي: أ.د.

مكان العمل : كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ديالى

التاريخ : / / 2019

إقرار المقوم العلمي

أشهد أنني قرأت الرسالة الموسومة بـ ((بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة)) ، وتمت مراجعتها من الناحية العلمية وأصبحت ذات أسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء، وبذلك أصبحت مؤهلة للمناقشة ولأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم: مجيد خدا يخش اسد

اللقب العلمي: أ.د.

مكان العمل: كلية التربية الأساسية /جامعة السليمانية

التاريخ : / / 2019

إقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة اطلعنا على الأطروحة الموسومة .

((بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة

في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة)) ناقشنا الطالبة (لهيب احمد شاكر) في

محتوياتها وفيما له علاقة بها ، وأنها جديرة لنيل درجة الدكتوراه في التربية الرياضية .

التوقيع

أ. د آلاء زهير مصطفى

عضواً

التاريخ / 12 / 2019م

التوقيع

أ. د عبد الودود احمد خطاب

عضواً

التاريخ / 12 / 2019م

التوقيع

أ.م.د سعد عباس عبد

عضواً

التاريخ / 12 / 2019م

التوقيع

أ.م.د عدي عبد الحسين كريم

عضواً

التاريخ / 12 / 2019 م

التوقيع

أ. د عبد الرحمن ناصر راشد

رئيس اللجنة

/ 12 / 2019

صادقَ مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى بجلسته المنعقدة

بتاريخ / / 2019 م

العميد

أ.د ماجدة حميد كمبش

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /جامعة ديالى

/ / 2019م

الاهداء...

- ❖ إلى النور الذي أشرق على البشرية ، إلى المعلم الأول والرسول الأعظم سيدي رسول الله محمد صلى الله عليه وآله وسلم
- ❖ إلى من أوصاني ربي بهما خيراً .. إلى من كانت دعواتهما لي في السر والعلن خير زاد .. والذي يعجز اللسان عن شكرهما .. أبي وأمي أطال الله في عمرهما
- ❖ إلى بلدي الحبيب الغالي العراق .
- ❖ إلى مصدر قوتي ورفيق دربي زوجي الغالي .
- ❖ إلى روح من غيبه القدر أخي الغالي .
- ❖ إلى أشقاء الروح ومعنى الحياة إخوتي الأعزاء .
- ❖ إلى قرّة عيني وأملي في الحياة أولادي .



شكر وثناء

الشكر أول ما ينبغي أن يكون لله سبحانه وتعالى الذي أنعم علينا بنعمة الاسلام وجعلنا مؤمنين وجعل طلب العلم فريضة على كل مسلم ومسلمة و وفقني في انجاز هذه الاطروحة ، بعد أن يسّر العسير، وذللّ الصعب، وفرج الهم، فالحمد لله حمداً كثيراً والصلاة والسلام على سيّد المرسلين وإمام المتقين محمد صلى الله عليه وآله وسلم .

وبعد..... بعد ان من الله علي بالفضل الكريم في اتمام هذه الاطروحة في صورتها الحالية فمن واجب العرفان بالجميل والاعتراف بالفضل ان اتقدم بكلمات الشكر هذه ومن يشكر الناس يشكر الله ويطيب لي في هذا الصدد ان اتقدم بجزيل الشكر الى لجنة المناقشة المتمثلة برئيسها الاستاذ الدكتور عبد الرحمن ناصر راشد واعضاء اللجنة المحترمون كل باسمه ولقبه الذين ابوا إلا ان يكرموني بجميل عطائهم وجزيل جهدهم.....

فشكرا جزيلا لإسهامكم الرائع في تصويب هذه الاطروحة والنصائح القيمة

من واجب العرفان بالجميل أتقدم بالشكر والثناء الى السيد المشرف الاستاذ المساعد الدكتور **يسار صباح جاسم** لما أبداه لي من ملاحظات وتوجيهات كانت خير عون في رصانة هذه الاطروحة فأبتهل من الله سبحانه وتعالى أن يمن عليه بالصحة والعافية والموفقية وأن يجزيه خيراً بالدنيا والآخرة إن شاء الله .

وتتقدم الباحثة بالشكر والامتنان إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى والمتمثلة بعميدها الاستاذ الدكتور **ماجدة حميد كمبش**، والى أساتذتها الأفاضل لاهتمامهم بشؤون طلبة الدراسات العليا ، كما و تقدم الباحثة شكرها وامتنانها **للأستاذ الدكتور مجاهد حميد رشيد** المعاون العلمي لشؤون الطلبة وموظفي وحدة الدراسات العليا.

ومن واجب العرفان بالجميل تشكر الباحثة رئيس لجنة السمنار الأستاذ الدكتور **عبد الرحمن ناصر** وأعضائها الأستاذة الافاضل، لما أبدوه من ملاحظات قيمة ساعدت الباحثة في عملها، ولا يفوت الباحثة أن تتوجه بالشكر والامتنان إلى الأساتذة الذين أشرفوا على دراستها خلال السنة التحضيرية لما أبدوه من آراء علمية رصينة ، الاستاذ الدكتور **ناظم كاظم**، الاستاذ الدكتور **عبد الرحمن ناصر**، الاستاذ الدكتور **ماجدة حميد كمبش** الاستاذ الدكتور **آلاء زهير مصطفى** الاستاذ الدكتور **مها الانصاري**، الاستاذ الدكتور **نصير صفاء**، الاستاذ الدكتور **ماهر عبد اللطيف عارف**، الاستاذ الدكتور **رافد مهدي قدوري**، والأستاذ الدكتور **ليث ابراهيم جاسم**، وتشكر الباحثة جميع اساتذة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

و أقدم جزيل شكري وأمتناني إلى أساتذتي الذين لم ييخلوا عليّ بالجهد أو المشورة العلمية من اجل إنجاح مسيرة الباحثة، وهم كل من السادة، الأستاذ الدكتور سلمان عكاب ،الأستاذ الدكتور عامر سعيد الخيكاني ، الأستاذ الدكتور عبد الرحمن ناصر، الأستاذ الدكتور آلاء زهير مصطفى ، الأستاذ الدكتور ناجي محمود النواب ، الأستاذ المساعد الدكتور حبيب شاكر، والأستاذ المساعد الدكتور بشار غالب ، والى الأستاذ المساعد الدكتور محمد وليد الذي تعلمت منه الكثير وما قدمه لي من نصائح ومعلومات طوال مدة الدراسة ، ومساعدته في اتمام إجراءات البحث الاحصائية، حفظهم الله من كل سوء وجعله في ميزان حسناتهم، و، ولا يفوتني أن اشكر فريق العمل المساعد الذين وقفوا الى جانب الباحثة وتحملوا مشقة السفر فجزاهم الله خير الجزاء، وأخص بالذكر الأستاذ المساعد الدكتور علاء خلف ، الأستاذ المساعد الدكتور عدي عبد الحسين ،واخي الغالي علي أحمد شاكر ، ولا تنسى الباحثة ان تسجل شكرها وامتنانها الى جميع زملاء الدراسة من طلبة الدكتوراه، وشكري وثنائي إلى كافة عمادات وطلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة الذين أعانوني في إتمام تجربتي.

وأخيراً الشكر والامتنان إلى زوجي ورفيق دربي (أحمد هادي) وإلى أمي وأبي وجميع أفراد عائلتي التي ساندوني وشجعوني من اجل اكمال بحثي هذا فجزاهم الله خيراً في الدنيا والاخرة، وأخيراً ابتهل الله ألعلي القدير أن يجنب بلدنا العزيز كل مكروه وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين..... ((اللهم انفعنا بما علمتنا وعلمنا ما ينفعنا وزدنا علماً))
وأتوجه لكل من مدّ لي يد العون، ممن لم تسعفني الذاكرة بذكرهم بالشكر فجزاهم الله عني خير الجزاء .

والله ولي التوفيق

الملخص

بناء وتقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة

الباحثة: لهيب احمد شاكر إشراف: أ. م. د يسار صباح جاسم

تكمن اهمية البحث ، في ندرة الدراسات العلمية عن مفهومي الارتياح النفسي والتفتح الذهني في المجال الرياضي ، وخاصة لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة (على حد علم الباحثة)، فضلاً عن أهمية مرحلة التعليم الجامعي للطلاب لكونها من اهم ركائز العملية التعليمية، وتكمن مشكلة البحث بعدم وجود أداة قياس مقننة تمكن الباحثة من التعرف على مفهومي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة (على حد علم الباحثة)، لذا ارتأت الباحثة بناء مقياس لكل من الارتياح النفسي والتفتح الذهني، فضلاً عن تقنينهما لطلاب المرحلة الرابعة لكونهم طليعة شباب المجتمع ونخبته وصفوته وعماد نهضته ، أما منهجية البحث وإجراءاته الميدانية، فقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات المعيارية لملاءمته طبيعة البحث وأهدافه، أما مجتمع البحث فتمثل بطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في الموسم الدراسي 2018- 2019 والبالغ عددهم (1591) طالباً حسب احصائية وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ قسم الاحصاء والمعلوماتية موزعين على (14) كلية ، (بغداد، الانبار ،ديالى، كربلاء، القادسية، واسط، بابل، المستنصرية، الكوفة، صلاح الدين، البصرة، ذي قار، الموصل، العمارة) اذ بلغت عينة البناء(عينة التحليل الاحصائي) (400) طالب من المجتمع الكلي، وبلغت عينة التقنين (415) طالباً من المجتمع الكلي ، ثم قامت الباحثة بالخطوات العلمية لبناء المقياسين، وأجرت التجارب الاستطلاعية للمقياسين وبعدها تم استخراج الاسس العلمية لهما، وتم عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصلت إليها الباحثة من خلال الجداول، ومن خلال النتائج تم التوصل إلى بناء أداة قياس لمفهومي (الارتياح النفسي والتفتح الذهني) لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وبناءاً على نتائج التحليل العملي لمفهوم الارتياح النفسي تم استخلاص ثلاث (عوامل).

وتشبع عليها (42) فقرة، أما مفهوم التفتح الذهني فتضمن (22) فقرة موزعة على ستة عوامل . تم تقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة، وتم تحديد الدرجات والمستويات المعيارية ، وهي خمسة مستويات هي (المستوى ضعيف ، المستوى مقبول ، المستوى المتوسط ، المستوى الجيد ، المستوى جيد جداً)، ومن خلال الاستنتاجات السابقة توصي الباحثة بتطبيق مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني على طلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية وعلوم الرياضة للتعرف على مستواهم و إمكانية الإفادة من المقياسين الذي أعدتهما الباحثة من لدن الباحثين والمختصين في إجراء دراسات للتعرف على طبيعة الارتياح النفسي والتفتح الذهني للطلاب في مراحل أخرى في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع	التسلسل
1	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	إقرار المشرف	
4	إقرار المقوم اللغوي	
5	إقرار المقوم الاحصائي	
6	إقرار المقوم العلمي	
7	إقرار لجنة المناقشة	
8	الإهداء	
10-9	شكر وثناء	
11	الملخص باللغة العربية	
13	ثبت المحتويات	
20	ثبت الجداول	
24	ثبت الاشكال	
25-24	ثبت الملاحق	
	الباب الاول	
27	التعريف بالبحث	-1
27	المقدمة وأهمية البحث	1-1
29	مشكلة البحث	2-1

30	أهداف البحث	3-1
30	مجالات البحث	4-1
31-30	المصطلحات المستخدمة في البحث	5-1
	الباب الثاني	
33	الدراسات النظرية والسابقة	-2
33	الدراسات النظرية	1-2
33	مفهوم الارتياح النفسي	1-1-2
40	ابعاد الارتياح النفسي	1-1- 1 - 2
42	خصائص الشخصية التي تتميز بالارتياح النفسي	2-1-1-2
44	محددات الارتياح النفسي	3- 1- 1 - 2
44	أهمية الارتياح النفسي	4 - 1 - 1 - 2
45	نظريات الارتياح النفسي	5 - 1 - 1 - 2
45	النظرية الذاتية	1-5-1- 1 -2
46	نظرية المتعة	1-1-5-1- 1-2
47	نظرية الرغبة	2-1-5-1-1-2
48	النظرية الموضوعية	2-5-1-1-2
48	نظرية قائمة الاهداف	1-2-5-1-1-2
48	نظرية سليجمان	3-5-1-1-2
52	مفهوم التفتح الذهني	2-1-2
55	خصائص الشخصية التي تتميز بالتحقق الذهني	1-2-1-2

56	نظريات التفتح الذهني	2 – 2 – 1 – 2
56	نظرية روجرز	1-2-2-1-2
56	النظرية السلوكية المعرفية	2-2-2-1-2
57	نظرية جان بياجيه	3-2-2-1-2
58	نظرية روكيش	4-2-2-1-2
62	الدراسات السابقة	2-2
62	دراسات تناولت مفهوم الارتياح النفسي	1-2-2
63	دراسة أمحمد مسعودي (2016)	1-1-2-2
63	دراسة سمية بن دحو (2017)	2-1-2-2
65	دراسات تناولت مفهوم التفتح الذهني	2-2-2
65	دراسة عماد منشد عسلي (2013)	1-2-2-2
66	دراسة زينب علي جاسم (2017)	2-2-2-2
67	مناقشة الدراسات السابقة	3-2-2
68	الفائدة المتحققة من الدراسات السابقة	1-3-2-2
	الباب الثالث	
71	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	-3
71	منهج البحث	1-3
71	مجتمع البحث وعينته	2 – 3
72	أدوات البحث	3-3
72	وسائل جمع البيانات و المعلومات	1-3-3

73	وسائل تحليل المعلومات	2 — 3 — 3
73	الوسائل المساعدة	3-3-3
73	اجراءات البحث الميدانية	4-3
73	أداتا البحث	1-4-3
73	خطوات بناء مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	2-4-3
74	تحديد الهدف من بناء المقياسين	1-2-4-3
74	تحديد الظاهرة المطلوب قياسها للمقياسين	2-2-4-3
75	تحديد مجالات مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	3-2-4-3
77	وضع الصيغة الاولية لمقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	4-2-4-3
77	إعداد فقرات المقياسين	1-4-2-4-3
78	تحديد أسلوب وأسس صياغة فقرات المقياسين	2-4-2-4-3
80	تحديد صلاحية فقرات وبدائل الاجابة للمقياسين	3-4-2-4-3
84	إعداد تعليمات مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	4-4-2-4-3
84	التجربة الاستطلاعية	5-2-4-3
85	التجربة الرئيسية لمقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	6-2-4-3
86	تصحيح المقياسين	7-2-4-3
88	استخراج الأسس العلمية للمقياسين	8-2-4-3
88	صدق المقياسين	1- 8-2-4-3

89	صدق المحكمين للمقياسين	اولاً
89	الصدق البناء للمقياسين	ثانياً
97	الصدق البناء العاملي	ثالثاً
102	مصفوفة الارتباط البنئية للمقياسين	اولاً
108-103	مصفوفة العوامل الاولية قبل التدوير للمقياسين	ثانياً
114-108	مصفوفة العوامل بعد التدوير للمقياسين	ثالثاً
115	ثبات المقياسين	2-8-2-4-3
115	التجزئة النصفية	اولاً
116	معامل الفاكرونباخ	ثانياً
116	تقنين المقياسين	9-2-4-3
117	تطبيق المقياسين على عينة التقنين	1-9-2-4-3
117	تصحيح المقياسين	2-9-2-4-3
120	الاسس العلمية للمقياسين	
121	الصدق	1-3-9-2-4-3
121	الصدق التميزي للمقياسين	1-1-3-9-2-4-3
126	الصدق المرتبط بالمحك(الاتساق الداخلي)	2-1-3-9-2-4-3
130	الثبات	2-3-9-2-4-3
130	التجزئة النصفية	اولاً
131	معامل الفاكرونباخ	ثانياً

131	الخطأ المعياري للمقياسين	4-9-2-4-3
132	اشتقاق الدرجات المعيارية للمقياسين	5-9-2-4-3
132	تحديد المستويات المعيارية	6-9-2-4-3
132-133	الوسائل الاحصائية	5-3
	الباب الرابع	
135	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	-4
135	عرض وتحليل نتائج العوامل المستخلصة ومناقشتها لمقياس الارتياح النفسي	1-4
135	عرض وتحليل نتائج العامل الاول ومناقشتها	1-1-4
137	عرض وتحليل نتائج العامل الثاني ومناقشتها	2-1-4
140	عرض وتحليل نتائج العامل الثالث ومناقشتها	3-1-4
143	المقياس بصيغته النهائية	2-4
145	عرض وتحليل نتائج العوامل المستخلصة ومناقشتها لمقياس التفتح الذهني	3-4
145	عرض وتحليل نتائج العامل الاول ومناقشتها	1-3-4
147	عرض وتحليل نتائج العامل الثاني ومناقشتها	2-3-4
149	عرض وتحليل نتائج العامل الثالث ومناقشتها	3-3-4
151	عرض وتحليل نتائج العامل الرابع ومناقشتها	4-3-4
153	عرض وتحليل نتائج العامل الخامس ومناقشتها	5-3-4

156	عرض وتحليل نتائج العامل السادس ومناقشتها	6-3-4
158	العوامل المستبعدة	4-4
158	العامل السابع	1-4-4
159	العامل الثامن	2-4-4
159	العامل التاسع	3-4-4
160	العامل العاشر	4-4-4
160	المقياس بصيغته النهائية	5-4
162	عرض نتائج افراد عينة البحث لمقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	6-4
163	تحديد الدرجات المعيارية والتائية لمقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	1-6-4
164	تحديد الدرجات المعيارية والتائية لمقياس الارتياح النفسي	1-1-6-4
166	تحديد الدرجات المعيارية والتائية لمقياس التفتح الذهني	2-1-6-4
167	عرض نتائج الدرجات و المستويات المعيارية لمقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني ومناقشتها	2-6-4
168	عرض وتحليل نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لمقياس الارتياح النفسي ومناقشتها	1-2-6-4
172	عرض وتحليل نتائج الدرجات والمستويات المعيارية لمقياس التفتح الذهني ومناقشتها	2-2-6-4
	الباب الخامس	

177	الاستنتاجات والتوصيات	-5
177	الاستنتاجات	1-5
178	التوصيات	2-5
181	المصادر	
197	الملاحق	
	الملخص باللغة الانكليزية	

ثبت الجداول

الصفحة	الجدول	رقم الجدول
69	جدول يبين اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة	1
72	جدول يبين توزيع طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة/ المرحلة الرابعة في الجامعات العراقية في بناء و تقنين المقياسين	2
76	جدول يبين قيم(كا ²) المحسوبة لاتفاق السادة الخبراء حول مجالات مقياس الارتياح النفسي	3
77	جدول يبين الاهمية النسبية لمجالات مقياس الارتياح النفسي	4
80	جدول يوضح المجالات والنسبة المئوية للأهمية وعدد فقرات كل مجال لمقياس الارتياح النفسي	5
81	جدول يبين مجالات الارتياح النفسي وعدد الفقرات التابعة لها عند توزيعها على السادة الخبراء	6
81	يبين عدد الفقرات لمقياس التفتح الذهني عند توزيعه على السادة الخبراء	7
82	جدول يبين قيم(كا ²) المحسوبة لاتفاق السادة الخبراء حول فقرات مقياس الارتياح النفسي	8

83	يبين مجالات الارتياح النفسي وعدد الفقرات التابعة لها بعد توزيعها على السادة الخبراء	9
83	جدول يبين قيم (كا ²) المحسوبة لاتفاق السادة الخبراء حول فقرات مقياس التفتح الذهني	10
84	يبين عدد الفقرات لمقياس التفتح الذهني بعد توزيعه على السادة الخبراء	11
87	يبين أوزان الإجابات عن الفقرات الإيجابية والسلبية للمقياسين	12
88	يبين الفقرات المكررة وتسلسلها في مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	13
91	جدول يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة للمجموعتين العليا والدنيا ودلالاتها المعنوية لمقياس الارتياح النفسي	14
93	جدول يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة للمجموعتين العليا والدنيا ودلالاتها المعنوية لمقياس التفتح الذهني	15
96	جدول يبين نتائج معامل الارتباط (بيرسون) بين فقرات مقياس الارتياح النفسي والدرجة الكلية للمقياس بطريقة الاتساق الداخلي	16
97	جدول يبين نتائج معامل الارتباط (بيرسون) بين فقرات المقياس والدرجة الكلية لمقياس التفتح الذهني بطريقة الاتساق الداخلي	17
98	جدول يبين ابعاد المقياس مع عدد الفقرات المرشحة للتحليل العاملي	18
99	يبين قيمة قياس KMO واختبار Barlett للدائرية لمقياس الارتياح النفسي	19
99	يبين قيمة قياس KMO واختبار Barlett للدائرية لمقياس التفتح الذهني	20
100	جدول يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس الارتياح النفسي	21
101	جدول يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقياس التفتح الذهني	22

104	يبين قيم الجذور الكامنة ونسبة التباين والتباين المتجمع لنتائج التحليل الأولي وقبل التدوير لمقياس الارتياح النفسي	23
105	يبين قيم الجذور الكامنة ونسبة التباين والتباين المتجمع لنتائج التحليل الأولي وقبل التدوير لمقياس التفتح الذهني	24
106	جدول يبين مصفوفة العوامل قبل التدوير لفقرات مقياس الارتياح النفسي وكذلك قيم التباين المفسر والجذور الكامنة ونسبة التباين والنسبة التراكمية	25
107	جدول يبين مصفوفة العوامل قبل التدوير لفقرات مقياس التفتح الذهني وكذلك قيم التباين المفسر والجذور الكامنة ونسبة التباين والنسبة التراكمية	26
109	جدول يبين التباين الكلي المفسر للعوامل المستخلصة بعد التدوير لمقياس الارتياح النفسي	27
110	جدول يبين مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الارتياح النفسي	28
112	جدول يبين التباين الكلي المفسر للعوامل المستخلصة بعد التدوير لمقياس التفتح الذهني	29
112	جدول يبين مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس التفتح الذهني	30
119	بين فئات الدرجات الخام وتكرارها لعينة التقنين لمقياس الارتياح النفسي	31
120	بين فئات الدرجات الخام وتكرارها لعينة التقنين لمقياس التفتح الذهني	32
122	جدول يبين القدرة التمييزية لفقرات مقياس الارتياح النفسي لعينة التقنين	33
125	جدول يبين القدرة التمييزية لفقرات مقياس التفتح الذهني لعينة التقنين	34
127	يبين معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس الارتياح النفسي لعينة التقنين	35
129	يبين معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس التفتح الذهني لعينة التقنين	36
135	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الاول لمقياس الارتياح النفسي مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	37

138	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الثاني مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	38
141	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الثالث مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	39
143	يبين تشبع الفقرات التي تم استبعادها على العوامل لمقياس الارتياح النفسي	40
144	العوامل النهائية بحسب ترتيب المكونات وتشبع الفقرات بعد التحليل العملي لمقياس الارتياح النفسي	41
145	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الاول لمقياس التفتح الذهني مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	42
147	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الثاني مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	43
149	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الثالث مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	44
152	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الرابع مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	45
154	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل الخامس مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	46
156	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها الخاصة بالعامل السادس مرتبة تنازليا بحسب درجة التشبع	47
159	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها للعامل السابع	48
159	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها للعامل الثامن	49
160	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها للعامل التاسع	50
160	جدول يبين تسلسل الفقرات وأرقامها وتشبعاتها للعامل العاشر	51
161	يبين ترتيب مصفوفة العوامل النهائية بحسب ترتيب المكونات وتشبع الفقرات بعد التحليل العملي لمقياس التفتح الذهني	52

163	جدول يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وأعلى قيمة وأقل قيمة من الدرجات الخام للمقياسين	53
164	جدول يبين درجات الخام والتكرارات والدرجة الزائنية والثانية للارتياح النفسي	54
166	جدول يبين الدرجات الخام والتكرارات والدرجة الزائنية والثانية للفتح الذهني	55
168	جدول يبين الدرجات الخام (عددها ونسبها المئوية) المقابلة للمستويات المعيارية للارتياح النفسي	56
172	جدول يبين الدرجات الخام (عددها ونسبها المئوية) المقابلة للمستويات المعيارية للفتح الذهني	57

ثبت الأشكال

الصفحة	الأشكال	رقم الشكل
119	شكل يوضح المدرج التكراري للدرجات الخام لعينة التقنين لمقياس الارتياح النفسي	1
120	شكل يوضح المدرج التكراري للدرجات الخام لعينة التقنين لمقياس التفتح الذهني	2
169	شكل يوضح توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية لمقياس الارتياح النفسي	3
173	شكل يوضح توزيع الدرجات المعيارية والمستويات والتكرارات والنسب المئوية للفتح الذهني	4

ثبت الملاحق

الصفحة	الملاحق	رقم الملحق
198	ملحق يبين كتاب تسهيل مهمة الى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة	1
199	ملحق يبين كتاب تسهيل مهمة الى وزارة التعليم العالي والبحث العلمي قسم الاحصاء	2
200	ملحق يبين أسماء الخبراء والمختصين الذي تمت مقابلتهم	3

201	ملحق يبين أسماء السادة الخبراء لتحديد صلاحية والأهمية النسبية لمجالات وفقرات المقياسين	4
203	ملحق يبين فريق العمل المساعد	5
204	ملحق يبين استبيان تحديد الصلاحية للمجالات المعنية لمقياس الارتياح النفسي	6
206	ملحق يبين استبيان آراء السادة الخبراء لتحديد الأهمية النسبية للمجالات المقترحة للارتياح النفسي	7
208	ملحق يبين الاستبانة الاستطلاعية التي وزعت على العينة الاستطلاعية الأولية للحصول على بعض فقرات مقياس الارتياح النفسي	8
210	ملحق يبين استبيان لتحديد صلاحية الفقرات لمقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني	9
218	ملحق يبين فقرات مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني بصيغتهما الأولية بعد التعديل من قبل الخبراء	10
221	ملحق يبين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني بصيغتهما الأولية مع الفقرات الكاشفة للذات عرضاً على عينة البناء والتجربة الاستطلاعية	11
226	ملحق يبين استبيان لتسمية عوامل الارتياح النفسي والتفتح الذهني المستخلصة من التحليل العاملي لمعرفة مدى صلاحية التسمية لهذه العوامل	12
232	ملحق يبين فقرات مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني بصورتها النهائية بعد التحليل العاملي	13
235	ملحق يبين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني اللذان تم تطبيقهما على عينة التقنيين مع ورقة التعليمات	14
240-239	مصفوفة الارتباط البينية للمقياسين	1-15 2-15

الباب الأول

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

ان علم النفس من العلوم التي يهتم بالجوانب النفسية للفرد وله اثر فعال في بناء الحضارة البشرية ، ويعد علم النفس الايجابي فرعا حديثا من فروع علم النفس الذي يسعى في تجويد الحياة النفسية من خلال الاهتمام بالمستوى الشخصي للفرد ، فهو علم يهتم بدراسة وتحليل الخبرات الذاتية كالارتياح النفسي وجودة الحياة النفسية والرضا في الماضي ، والتدفق والسعادة في الحاضر ، والامل والتفاؤل بالمستقبل ، وعلى المستوى الفردي يهتم بدراسة وتحليل السمات الايجابية كالقدرة على العمل والعلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الاخرين والانفتاح العقلي والتطلع للمستقبل ، اما على مستوى الجماعة فهو يدور حول الفضائل التي تحرك الفرد تجاه المواطنة الصالحة والمسؤولية والتواد مع الاخرين والاهتمام بهم .

ويعد علم النفس الرياضي احد هذه العلوم المهمة بالمجال الرياضي الذي يدرس الظواهر النفسية التي تؤثر على سلوك الطالب وادائه ومدى تقدمه في دروسه العملية والنظرية ، فضلا عن اهميته للمجتمع بالصحة النفسية والعقلية بجانب الصحة البدنية و والتخلص من المشاكل النفسية التي تعوق تحقيق الاهداف ، وقدرته على تكوين طالب رياضي قادر على ضبط النفس وتكوين صداقات مع الاخرين ، واتخاذ طرائق واساليب التفكير المختلفة والنظر الى المشكلة من ابعاد مميزة ليصبح قدوة حسنة بين المجتمع .

ويعد الارتياح النفسي من المفاهيم النفسية الايجابية التي تجعل الطالب يعيش سعيدا في حياته سواء كانت الدراسية والاجتماعية او المهنية من خلال ما يمتلكه من قدرات عقلية وبدنية تحقق له النجاح وتجعله فردا منتجا فعالا بالمجتمع ، كما ان احساس الطالب بالارتياح النفسي يعد عنصر اساسي وضروري لحياة صحية نفسية جيدة كحاجته للماء والغذاء والصداقة وغيرها ، فضلا عن شعوره بالرضا عن ماضيه

وحاضره ومستقبله ، ورؤية الامور من منطلق متفائل وعدم التمعن والتفكير في سلبيات الماضي والتخطيط لخطوات واضحة للحصول على مستقبل حسن ، وقد اشارت الدراسات والابحاث العلمية في هذا المفهوم الى ان الافراد الذين يتمتعون بالارتياح النفسي اقل عرضة للمشكلات الدراسية والعائلية والمهنية ، وبالتالي فهم اكثر قابلية على تحقيق النجاح والاداء بمستوى عالٍ فضلا عن زيادة رضاهم عن حياتهم .

ويعد التفتح الذهني من اهم سمات التفكير التي تمكن طالب التربية الرياضية من رؤية المواقف والمشكلات من زوايا متعددة ، فضلا عن تقبل الاراء المختلفة والتفكير بها و وضع الحلول المناسبة للمشكلات التي تواجهه في حياته ، والتعرف على افكار الاخرين وتقبل الافكار الجديدة ، كما ان العقلية المنفتحة من السمات الشخصية المهمة للطالب التي تمكنه من التفاعل في تعامله مع المثيرات والمواقف المحيطة به ، مما يسمح بالنهاية بتحقيق درجة اكبر من النجاح في المجالات الاكاديمية والرياضية والاجتماعية .

وان كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لها اثر اساسي ومهم في المجتمع فهي تقوم في صميم رسالتها في اعداد الطلبة وتأهيلهم لوظائف انتاجية في المجتمع وتساعدهم على النضج والتطور نفسيا وبدنيا وعقليا، وتنمية الجوانب الايجابية لديهم بشكل وبآخر، ودورها البارز في إعداد الطلبة وتهيئتهم قبل الخدمة من أجل ان يكونوا مدرسين ناجحين في مهنة تدريس التربية البدنية ، ونخص بالذكر طلاب المرحلة الرابعة ، هذه الشريحة المهمة التي يعول عليها بناء المستقبل الواعد ، إذ تعد هذه المرحلة من المراحل المهمة في حياة الطلاب لأنها مرحلة الإعداد للحياة العملية ، وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية في المجتمع.

ومن هنا تكمن اهمية البحث الحالي ، في ندرة الدراسات العلمية عن مفهومي الارتياح النفسي والتفتح الذهني في المجال الرياضي ، وخاصة لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة (على حد علم الباحثة)، فضلا عن أهمية مرحلة التعليم الجامعي للطلاب كونها من اهم ركائز العملية التعليمية ، وبهذا

قد تسهم الدراسة الحالية اضافة جديدة في المجال العلمي ، وذلك عن طريق إعداد وتهيئة مقاييس لكل من الارتياح النفسي والتفتح الذهني ، التي قد تساعد الباحثين والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي على استخدامها في ابحاثهم ودراساتهم التي يتوافر فيها القياس النفسي الجيد .

1-2 مشكلة البحث :-

ان ما يشهده العصر الحالي من تغيرات اجتماعية واقتصادية وسياسية والتي الحقت تغيرا في بعض القيم الانسانية ، وحملت بين طياتها الكثير من المصاعب النفسية وضغوطات الحياة المختلفة بما فيها ضغوطات اثناء الدراسة الجامعية التي ادت الى الكثير من الشقاء واثرت سلبا على مستوى طموح الطلاب الاكاديمي والرياضي والمهني وتقدير الذات ، يعد الارتياح النفسي من الخصائص النفسية الايجابية التي يجب ان يتمتع بها الطلاب لتؤهلهم لأداء دورهم في المستقبل وتقبل المتغيرات بأسلوب ذي قدرات ابتكارية وابداعية ، وهو ضمن ما يسمى بعلم النفس الايجابي، الذي يهتم بالبحث عن الصفات الفعالة والايجابية التي تؤكد على انسانية الفرد (الطالب) وتضيف عليه عمق التسامي والتباهي بتلك المشاعر والانسانية الايجابية ، وأن عدم القدرة على مواجهة الضغوطات والمشكلات النفسية تشكل عقبة تحول دون تحقيق الاهداف وتكف انطلاق الخيال وتعيق التفتح الذهني الذي يشير الى الاستجابة الانفعالية والعقلية التي قد تمكن الطلاب من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة وعدم التعصب للأفكار بحد ذاتها والنظر الى الاشياء من عدة زوايا ، واستناداً الى ما تقدم تكمن مشكلة البحث في أنها تولدت لدى الباحثة بعد اطلاعها على الادبيات والدراسات التي تناولت مفهومي الارتياح النفسي والتفتح الذهني، أنه لا توجد أداة قياس مقننة تمكن الباحثة من التعرف على مستوى الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة (على حد علم الباحثة)، لذا ارتأت الباحثة بناء مقياس لكل من الارتياح النفسي والتفتح الذهني ، فضلا عن تقنينهما لطلاب المرحلة الرابعة لكونهم طليعة شباب المجتمع ونخبته وصفوته وعماد نهضته .

1-3 أهداف البحث :-

- 1- بناء مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .
- 2- تقنين مقياسي الارتياح النفسي والتفتح الذهني لطلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 **المجال البشري:** يشتمل على طلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة للدراسة الأولية الصباحية(الحكومية) فقط ، للسنة الدراسية 2018 - 2019.

1-4-2 **المجال الزمني:** المدة من إقرار العنوان(2018/2/11) الى المدة (2019/6/7).

1-4-3 **المجال المكاني:** القاعات الدراسية والملاعب في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة .

1-5 المصطلحات المستخدمة في البحث :-**1-5-1 الارتياح النفسي :-**

"التقييم الشامل للرضا عن الحياة بشكل عام وعن اجمالي الارتياح في مجالات الحياة المختلفة، بالإضافة الى ارتفاع الوجدان الايجابي وانخفاض الوجدان السلبي".⁽¹⁾

"بنية متعددة الأبعاد التي تعكس تقييمات الأفراد لأنفسهم ونوعية حياتهم".⁽²⁾

أما التعريف النظري لمفهوم الارتياح النفسي : مجموعة من المؤشرات السلوكية التي تدل على الشعور الايجابي للطلاب بالرضا عن الحياة في مجالاتها السلوكية

⁽¹⁾ أمحمد مسعودي ؛ الارتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين، اطروحة دكتوراه، كلية العلوم الاجتماعية، جامعة وهران، الجزائر، 2016، ص18.

⁽²⁾Ryff , et,al ;forging Macro Micro linkages in the study of psychological well-being , in C . Ryff & v. marshall (Eds) the self and society in aging processes , New York , springer publishing company ,1999, p247.

، والاجتماعية ، والرياضية، والصحية والقدرة على تنظيم الذات والرضا عنها ، والنظر الى المستقبل بكل أمل وتفاؤل مع الاحتفاظ بالعلاقات الاجتماعية الايجابية مع الاخرين.

أما التعريف الاجرائي: ويقاس من خلال الدرجة التي يحصل عليها طلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال إجاباتهم على مقياس الارتياح النفسي

1-5-2 التفتح الذهني : عرفه روكيش (Rokeach,1980):-

هو نمط من التفكير يتميز بانه نام مرن و متطور ويتقبل التغير ، حيث يهتم الفرد بمعرفة افكار الاخرين ومعتقداتهم ويتقبلها ، و لديه القدره على تغيير افكاره اذا ثبت انها خطأ. (1)

أما التعريف الاجرائي لمفهوم التفتح الذهني : ويقاس من خلال الدرجة التي يحصل عليها طلاب المرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة من خلال إجاباتهم على مقياس التفتح الذهني.

(1) ، Rokeach Some Unsolved issues in Theories of Beliefs Attitudes and Values، university of Nebraska press 1980 ، p 50..