

المرونة العقلية لدى طالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة

في جامعات إقليم كردستان العراق

رحيق متي عبد المسيح

[raheeq.matti@uod.ac](mailto:raheeq.matti@uod.ac)

أ.د. أوديد أوديشو أسي

[Awded.asi@uod.ac](mailto:Awded.asi@uod.ac)

العراق . جامعة دهوك . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٣/١٠/٢ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٣/١٢/٢٨

### الملخص

يهدف البحث الحالي الى التعرف على درجة المرونة العقلية لدى طالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعات إقليم كردستان العراق، ودلالة الفروق فيها تبعاً لمتغيرات: المحافظة ، والجامعة، والعمر . واستخدمت الباحثتان المنهج الوصفي المسحي، ومن خلال تطبيق مقياس المرونة العقلية من إعداد الباحثتان بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس. وشمل مجتمع البحث طالبات المرحلة الثانية في كليات وأقسام التربية البدنية بجامعات إقليم كردستان العراق وبلغ عددهن (١٣٨) طالبة خلال العام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢)، وتكونت العينة التي تم اختيارها بطريقة قصدية من (١٢١) طالبة. وبعد تحليل البيانات احصائياً بواسطة SPSS بينت النتائج ان درجة المرونة العقلية لدى الطالبات في جامعات اقليم كردستان العراق هو عال . وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق دالة في المرونة العقلية تعزى لمتغيرات: المحافظة، والجامعة، والعمر . وفي ضوء النتائج تم تقديم جملة من التوصيات والمقترحات .

الكلمات المفتاحية: المرونة العقلية ، التربية البدنية ، علوم الرياضة ، إقليم كردستان العراق .

Mental flexibility among female students in colleges and departments of physical education and sports sciences In universities in the Kurdistan Region of Iraq

Raheeq Matta Abdul Masih

[raheeq.matti@uod.ac](mailto:raheeq.matti@uod.ac)

Prof. Dr. Oded Odisho Ase

[awded.asi@uod.ac](mailto:awded.asi@uod.ac)

Iraq. University of Dohuk. College of Physical Education and Sports Sciences

*Date of receipt of the research: 10/2/2023 Date of publication of the research: 12/28/2023*

### Abstract

The current research aims to identify the degree of mental flexibility among female students of colleges and departments of physical education and sports sciences in the universities of the Kurdistan Region of Iraq, and the significance of the differences in it according to the variables: governorate, university, and age. The researchers used the descriptive survey method, by applying the mental flexibility scale prepared by the researchers after verifying the psychometric properties of the scale. The research community included female students of the second stage in colleges and departments of physical education in the universities of the Kurdistan Region of Iraq, and their number reached (١٣٨) students during the academic year (٢٠٢١-٢٠٢٢), and the sample that was chosen intentionally consisted of (١٢١) female students. After analyzing the data statistically using SPSS, the results showed that the degree of mental flexibility among female students in universities in the Kurdistan Region of Iraq is high. The results indicated that there were no significant differences in mental flexibility due to the variables: governorate, university, and age. In light of the results, a number of recommendations and proposals were presented.

Keywords: mental flexibility, physical education, sports sciences, Kurdistan Region of Iraq.

١-المقدمة:

يُعد التعليم الجامعي أحد أهم المراحل التعليمية، ذلك لأنه يمثل قمة الهرم التعليمي، ويهدف إلى إعداد الأفراد بصورة منظمة وموجهة للحياة، ولذلك فقد نال التعليم العالي مزيداً من الاهتمام والعناية في معظم دول العالم، نظراً للدور الذي يؤديه في تهيئة الأفراد للمستقبل ورسم مسار التنمية البشرية والاجتماعية والاقتصادية من خلال ما يوفره من قوة عاملة مؤهلة لقيادة المجتمع. الأمر الذي يتطلب الاهتمام بالعنصر البشري بحيث يستطيع أن يستجيب لمتطلبات العصر ويتفاعل معها بايجابية. ولقد أصبحت التربية البدنية وعلوم الرياضة بمفهومها التربوي وفلسفتها الحديثة التي تتماشى مع تطور العلوم والفنون بأنشطتها التي تمتاز بالتنوع والفاعلية والحركة، وسيلة إيجابية وفعالة في إعداد الفرد بصورة شاملة ومتكاملة من الناحية الصحية والاجتماعية والثقافية وال نفسية والمهارية. وتعد المرونة العقلية (Mental Flexibility) أحد المتطلبات الضرورية لدى الأفراد في مواجهة المواقف المتباينة التي يتعرضون لها في حياتهم اليومية وما يترتب عليها من متغيرات مفاجئة ، فعلى الفرد أن يواجه تلك المواقف بأساليب متباينة تتفق مع المتغيرات التي تتعلق بها ، وأن يكون لدى الفرد السلاسة والليونة في أفكاره والتنوع فيها والقدرة على التنقل من فكرة إلى أخرى دون التقييد بإطار محدد. إذ تعبر المرونة العقلية عن قدرة الفرد على تغيير وجهته الذهنية تجاه المثيرات الجديدة والطارئة عند مواجهته لموقف أو مشكلة ما، وإنتاجه العديد من الأفكار المتنوعة في أقل وقت ممكن سعياً للوصول إلى حل لتلك المشكلة. وقد كشفت دراسة درابس(٢٠٠٢, Drabbs) عن امكانية الاستدلال على المظاهر الدالة على سمة المرونة العقلية من خلال سلوكيات الأفراد والتي تتمثل في إذعان الفرد للحق والتشوق إلى معرفة الجديد سواء كلن موافقاً لأراءه أو مخالفاً لها ، واستخدامه لغة لا تميل إلى المغالاة والقطيعة ، فضلاً عن كونه شخص عقلاني وواقعي ومنطقي ومنتزن ومتفائل ، ويتميز بالحساسية القوية تجاه مشاعر الآخرين ، إلى جانب تمتعه بذكاء معرفي ووجداني واجتماعي معتدل.

(Drabbs, ٢٠٠٢: ٤٢٩)

ومما يؤكد أهمية المرونة العقلية أنها تكسب الفرد القدرة على التكيف مع الأحداث غير المواتية والتي من المحتمل أن تعرقل مسيرة نمو الشخصية في الاتجاه الطبيعي، إذا ما كان الشخص غير قادر على التعامل مع ما يواجهه من أحداث صادمة مثل أحداث العنف والقهر والظلم والنكبات

وتفشي البطالة وغيرها من الأحداث التي تشكل خبرات مؤلمة تظهر نتائجها السلبية في حياته القادمة على المستوى النفسي والاجتماعي والأخلاقي والانفعالي والأكاديمي ، ذلك لأن الفرد في تعامله مع مفردات الحياة اليومية عليه أن يتحمل الأعباء والمتطلبات ويواجه ضغوط الحياة، وكل ذلك يتطلب قدراً من المرونة العقلية لكي يحافظ على تواصله مع الآخرين بكفاءة ويتمكن من تشكيل العلاقات معهم بصورة واقعية، ولكي يحافظ على كينونته الشخصية.

(الخطيب ، ٢٠٠٧ : ٢٠٧٢)

وتأسيساً على ما تقدم ، فإن البحث الحالي يكتسب أهميته من مدى تأثير المرونة العقلية على أداء الطالبات في الجامعة وعلاقتهم مع زميلاتهن والكاثر التدريسي ، لذا يمكن توضيح الأهمية في جانبين هما:

الأول نظري: ويتمثل في أن دراسة المرونة العقلية تزودنا بالمزيد من المعرفة العلمية حول هذه السمة ، وبذلك يكون البحث إضافة معرفية في هذا المجال .

الثاني تطبيقي: وتتمثل في الفائدة العملية من خلال مساعدة أصحاب القرار في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في التعرف على هذه السمة لدى الطالبات ، مما يسهل وضع خطط فعالة لتعديل السلوكيات السلبية وتنمية السلوكيات الإيجابية القائمة على المرونة العقلية. وكذلك المساهمة في بناء وتطوير البرامج الإرشادية في ضوء ما يسفر عنه البحث من نتائج وتوصيات والتي من شأنها تعزيز المرونة العقلية في شخصية الطالبة الجامعية لتمكينها من مواكبة مستجدات العصر وتحدياته.

لاحظت الباحثتان من خلال عملهن في مجال التدريس أن بعض الطالبات اللواتي يمارسن الرياضة لا يمتلكن القدرة على التصرف في بعض المواقف الجديدة مما يدل على افتقارهن لخاصية أو سمة المرونة العقلية في التصرف داخل قاعة الدرس أو أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية مما ينعكس سلباً على أدائهن الأكاديمي وعلاقتهم مع الزملاء والزميلات في الجامعة. ومن هنا جاء اهتمامنا في البحث بدراسة متغير المرونة العقلية، في محاولة لقياس هذا المتغير والوقوف على درجة تمتع الطالبات في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات الإقليم بهذه الخاصية التي تعد من الخصائص الإيجابية في الشخصية، سيما وأن هناك ندرة في الدراسات المحلية التي تتناول هذا المتغير لدى هذه الشريحة التي تعد من الشرائح المهمة كونها ستمارس في المستقبل دوراً قيادياً

في المؤسسات التربوية والرياضية من خلال التخصص في مجال الرياضة. وفي ظل عدم امكانية تعميم نتائج الدراسات الأجنبية على واقعا باعتبار أنها أجريت في ظروف وبيئات مختلفة حضارياً وثقافياً واجتماعياً.

ويهدف البحث إلى:

١- درجة المرونة العقلية لدى طالبات كليات وأقسام التربية الرياضية بجامعة إقليم كردستان العراق.

٢- دلالة الفروق في المرونة العقلية لدى طالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة تبعاً لمتغيرات: المحافظة، والجامعة، والعمر.

٢- إجراءات البحث:

١-٢ منهج البحث: استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي المسحي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢- مجتمع البحث:

تم تحديد مجتمع البحث الحالي والذي يتمثل بطالبات المرحلة الثانية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات إقليم كردستان للعام الدراسي (٢٠٢١ - ٢٠٢٢). وقد حصلت الباحثتان على قائمة بعدد طالبات المرحلة لثانية في كل جامعة بلغ حجم مجتمع البحث (١٣٨) طالبة موزعات على (٣) كليات للتربية البدنية وعلوم الرياضة و(٥) أقسام للتربية الرياضية ملحقة بكليات التربية، بواقع (٣٠) طالبة في جامعة دهوك (٢٦) طالبة في جامعة صلاح الدين، و(٢٩) طالبة في جامعة السليمانية، و(١٢) طالبة في جامعة سوران، و(٢٥) طالبة في جامعة حلبجة و(٥) طالبات في جامعة كويا، و(١١) طالبات في جامعة زاخو. وكما هو مبين في الجدول (١).

جدول (١) يبين توزيع أفراد مجتمع البحث تبعاً للجامعة والكلية والقسم

الجامعة	الكلية	العدد	النسبة
دهوك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٣٠	٢١,٧%
صلاح الدين	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢١	١٥,٢%
السليمانية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٩	٢١,١%
صلاح الدين	قسم التربية الرياضية - شقلاوة	٥	٣,٦%
سوران	قسم التربية الرياضية - سوران	١٢	٨,٧%
حلبجة	قسم التربية الرياضية	٢٥	١٨,١%
كويبا	قسم التربية الرياضية	٥	٣,٦%
زاخو	قسم التربية الرياضية	١١	٨,٠%
المجموع	٨	١٣٨	١٠٠%

٢-٣ عينة البحث:

ولأجل تحقيق أهداف البحث وجمع البيانات، واختيار العينة التي تمثل المجتمع تمثيلاً دقيقاً تم اختيار العينة بطريقة قصدية، وبذلك تكونت عينة الدراسة من (١٢١) طالبة تم اختيارهن من طالبات المرحلة الثانية في كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات إقليم كردستان العراق، وذلك بعد استبعاد الطالبات اللواتي لم يشاركن في الإجابة على أداة البحث، وتشكل العينة نسبة (٨٧,٧%) من المجتمع. والجدول (٢) يبين ذلك.

جدول (٢) يبين توزيع أفراد عينة البحث تبعاً للجامعة والكلية والقسم

الجامعة	الكلية	العدد	النسبة
دهوك	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٧	٢٢,٣%
صلاح الدين	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	١٨	١٤,٩%
السليمانية	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٩	٢٤,٠%
صلاح الدين	قسم التربية الرياضية - شقلاوة	٥	٤,١%
سوران	قسم التربية الرياضية - سوران	١٢	٩,٩%
حلبجة	قسم التربية الرياضية	٢٥	٢٠,٧%
كويبا	قسم التربية الرياضية	٥	٤,١%
المجموع	٧	١٢١	١٠٠%

٢-٤ - أداة البحث:

قامت الباحثتان ببناء مقياس لقياس المرونة العقلية. وقد راعتا في بناءه أن تكون الفقرات واضحة ومفهومة في صياغتها، وغير قابلة لأكثر من تفسير واحد. وأتبعنا في ذلك عدة خطوات يمكن إيجازها في:

١- مراجعة الأدبيات المتعلقة بالمرونة العقلية، فضلاً عن الاطلاع على عدد من الدراسات السابقة ذات الصلة بهذا الموضوع، والمقاييس التي تعنى بالمرونة العقلية في تلك الدراسات، مثل دراسة (الهزيل، ٢٠١٥) و (كلاب، ٢٠١٥) و (محمد، ٢٠١٦) و (بني يونس وآخرون، ٢٠١٦) و (شهاب وجاسم، ٢٠١٨) و (الرقاد وصوالحة، ٢٠١٨) و (المياحي وراضي، ٢٠١٩) و (بشارة، ٢٠٢٠) و (هشام، ٢٠٢٠).

٢- تحديد مفهوم المرونة العقلية تحديداً دقيقاً بالاعتماد على ما ورد في الأدبيات.

٣- وفي ضوء ما تقدم تمكنت الباحثتان من إعداد الصيغة الأولية لفقرات المقياس البالغ عددها (٣٠) فقرة، والتي تم عرضها على مجموعة محكمين من المختصين في علم النفس والقياس والتقويم للحكم على مدى صلاحيتها في قياس المرونة العقلية ومعرفة مدى ملاءمتها لأفراد العينة، واعتمدت الباحثتان نسبة اتفاق بين الخبراء (٨٠%) فأكثر معياراً لقبول الفقرة. فأجمعت آرائهم

على صلاحية الفقرات المتضمنة في الأداة التي تم إعدادها لقياس المرونة العقلية لدى أفراد العينة، والجدول (٣) يبين ذلك.

الجدول (٣) يبين نسب اتفاق الخبراء على صلاحية فقرات مقياس المرونة العقلية

نسبة الاتفاق	عدد الخبراء		أرقام الفقرات
	غير الموافقين	الموافقين	
١٠٠%	-	١٠	٤، ١٢، ١٣، ١٦، ١٧، ١٨، ١٩، ٢١، ٢٣، ٢٤، ٢٥، ٢٦، ٢٧، ٣٠
٩٠%	١	٩	١، ٢، ٣، ٧، ٨، ١٠، ١٤، ١٥، ٢٠، ٢٢، ٢٨
٨٠%	٢	٨	٥، ٦، ٩، ١١، ٢٩

وبذلك تم الحصول على مقياس مكون من (٣٠) فقرة ، وأمام كل فقرة خمسة بدائل للإجابة وهي : (دائماً ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، أبداً) ، وبعدئذ تم وضع تعليمات عن كيفية الإجابة، وكذلك حث المستجيبات على الإجابة الدقيقة والصريحة من دون إهمال أية فقرة مع الإشارة إلى عدم الحاجة لذكر الاسم، وأن الإجابات ستكون سرية وهي لأغراض البحث العلمي فقط، ولن يطلع عليها أحد سوى الباحثون .

#### ٢-٤-١- الدراسة الاستطلاعية لمقياس المرونة العقلية:

ولأجل التحقق من سلامة الأداة التي تم بناؤها والتعرف على مدى وضوح الفقرات الواردة فيها والوقت المطلوب للإجابة عنها، تم تطبيق الأداة على (١١) طالبة في قسم التربية الرياضية بجامعة زاخو، وكان الهدف من هذه الدراسة الاستطلاعية هو التعرف على مدى وضوح الفقرات المتضمنة في المقياس والوقت المطلوب للإجابة عنها. فتبين من خلال التطبيق أن الفقرات واضحة وطريقة الإجابة سهلة والوقت المطلوب للإجابة تتراوح بين (١٦-٢٠) دقيقة.

٢-٤-٢- التحليل الإحصائي لفقرات المقياس :

ولغرض إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس المرونة العقلية الذي تم بناءه، استخدمت الباحثان أسلوبين هما:

أ- المجموعات المتضادة (المتطرفة):

لما كان الهدف من استخدام هذا الأسلوب هو الحصول على القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس الذي تم بناءه، عليه قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة تكونت من (٣٠٠) طالبة من خارج افراد العينة الأساسية وهي العينة التي تم اختيارها عشوائياً من طالبات الصف الثاني بكلية التربية الأساسية بجامعة دهوك. وبعد تصحيح إجابتهن عن الفقرات الواردة في مقياس المرونة العقلية وذلك بإعطاء درجة كلية لكل استمارة تم ترتيب الاستمارات حسب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة، ثم أخذت نسبة (٢٧%) من الاستمارات التي حصلت على أعلى الدرجات لتمثل المجموعة العليا وبلغ عددها (٨١) استمارة ومثلها من الاستمارات التي حصلت على أدنى الدرجات لتمثل المجموعة الدنيا وبلغ عددها (٨١) استمارة أيضاً، على اعتبار أن نسبة (٢٧%) تقدم لنا مجموعتين متضادتين في أفضل ما يمكن من الحجم والتمايز بحسب أدبيات القياس النفسي.

وتم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لأجل المقارنة بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا، لحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم مقارنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة من فقرات المقياس مع القيمة التائية الجدولية البالغة (١،٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية تساوي (١٦٠). فأشارت النتائج إلى أن القيم التائية المحسوبة كلها كانت دالة إحصائياً، وبذلك تكون المقياس من (٣٠) فقرة مميزة.

ب- الاتساق الداخلي:

القصد من هذا الإجراء هو معرفة ما إذا كانت الإجابات في مجملها بالنسبة لفقرات بعينها متسقة بطريقة معقولة مع المرونة العقلية التي تفترضها الدرجات، إذ يتم في هذا الأسلوب حساب العلاقة أو الارتباط بين الدرجة على الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، ذلك لأن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس تعني ان الفقرات تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية للمقياس. إذ يشير جيلفورد (Guilford) إلى أن الفقرة التي ترتبط ارتباطاً ضعيفاً جداً مع المحك تعد غالباً فقرة تقيس

سمة تختلف عن تلك التي تقيسها فقرات المقياس الأخرى، لذا يجب أستبعادها أو حذفها من المقياس.

ولأجل حساب الاتساق الداخلي لفقرات المقياس، اعتمدت الباحثتان على تحليل البيانات التي تم الحصول عليها في الإجراء الأول الخاص بتمييز الفقرات من خلال الاستفادة من البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق المقياس على العينة المكونة من (٣٠٠) طالبة. إذ تم حساب العلاقة بين درجات الأفراد على كل فقرة ودرجاتهن الكلية على مقياس المرونة العقلية المكون من (٣٠) فقرة، وذلك بإستخدام معامل ارتباط بيرسون وسيلة إحصائية في المعالجة. وتبين من نتائج التحليل الإحصائي أن القيم المحسوبة لمعاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٣٣٣-٠,٦٠٣) وكلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥). وعليه فإن الصيغة النهائية لمقياس المرونة العقلية الذي تم بناءه لأغراض البحث تألفت من (٣٠) فقرة، وأمام كل فقرة خمسة بدائل للإجابة. ويتم تصحيح المقياس من خلال إعطاء أوزان للبدائل الخمسة ، فإذا اختار المستجيب في الفقرات الايجابية البديل الأول (دائماً) يعطى (٥) درجات ، وفي حالة اختياره البديل الثاني (غالباً) يمنح (٤) درجات ، أما إذا اختار البديل الثالث (أحياناً) فإنه يحصل على (٣) درجات ، وهكذا في حالة اختياره البديل الرابع (نادراً) يمنح درجتان ، بينما عند اختياره للبديل الخامس (أبداً) فإنه يحصل على درجة واحدة ، وتُعكس هذه الأوزان في حالة الفقرات السلبية ، وعليه فإن أقل درجة يمكن أن يحصل عليه المستجيب هو (٣٠) درجة وأعلى درجة هو (١٥٠) درجة والمتوسط الفرضي للمقياس يساوي (٩٠) درجة .

٢-٤-٣- ثبات مقياس المرونة العقلية:

هناك عدة طرق يستخدمها الباحثون في حساب ثبات مقاييسهم، أشهرها وأهمها طريقتنا إعادة الاختبار، والتجزئة النصفية، وعادة ما يتم اللجوء إلى حساب ثبات المقاييس النفسية بعد التحقق من صدقها بغية توكي الدقة والموضوعية.

(علام، ٢٠٠٠: ١٤٥)

لذا تم التحقق من ثبات المقياس الذي تم بناءه لقياس المرونة العقلية، وذلك بحساب الثبات بطريقتين هما: -

أ- طريقة إعادة الاختبار (Test-Retest Method):

وهي من الطرائق الشائعة في حساب ثبات المقاييس النفسية، فالمقياس الذي يعطي نفس النتائج إذا أعيد تطبيقه على نفس الأفراد وبنفس الظروف، يكون مقياساً ثابتاً. وعليه تم حساب الثبات من خلال تطبيق مقياس المرونة العقلية على عينة تألفت من (١١) طالبة في قسم التربية الرياضية بجامعة زاخو، ثم أعيد تطبيق المقياس عليهن مرة أخرى بعد فارق زمني قدره (١٤) يوماً وبنفس ظروف التطبيق الأول، وحسبت قيمة معامل الثبات من خلال إيجاد العلاقة بين الدرجات الكلية في التطبيق الأول والدرجات الكلية في التطبيق الثاني، وفي هذه الحالة يطلق على معامل الثبات أحياناً بمعامل الاستقرار. إذ تم حساب معامل الارتباط من خلال استعمال معامل ارتباط بيرسون، والذي بلغت قيمته (٠,٨١) وهي مؤشر دال على ثبات مقياس المرونة العقلية.

#### ب- طريقة التجزئة النصفية: Split-Half Method

وهي من الطرائق الشائع استعمالها في حساب ثبات المقاييس النفسية، ويفضل استعمالها عندما تتأثر استجابات المفحوصين بعامل الزمن

(علام، ٢٠٠٠: ١٥٤)

وتعتمد بالأساس على تقسيم فقرات المقياس إلى قسمين متكافئين بعد تطبيقهما على عينة مختارة، ويتم حساب معامل الارتباط بين نصفي المقياس، بعد استخراج الدرجة الكلية لكل نصف فيه، وعادة ما يتم استخدام معامل ارتباط بيرسون لإيجاد قوة واتجاه العلاقة بين درجات نصفي المقياس، لتمثل النتيجة المستخرجة معامل ثبات نصف المقياس، ولأجل إيجاد معامل ثبات المقياس بكامله يتم معالجة المعامل المحسوب بمعادلة سبيرمان براون بعد التأكد من تجانس درجات نصفي المقياس.

(علام، ٢٠٠٠: ١٥٦-١٥٧).

ولإيجاد ثبات مقياس المرونة العقلية الذي تم بناءه بطريقة التجزئة النصفية، تم تقسيم المقياس إلى صورتين، الصورة أ- تمثل الفقرات الفردية ويبلغ عددها (١٥) فقرة، والصورة ب- تمثل الفقرات الزوجية ويبلغ عددها (١٥) فقرة، واعتمدت الباحثتان على بيانات التطبيق الأول للمقياس بطريقة إعادة الاختبار في حساب الثبات، وقد حسبت الدرجة الكلية للصورة أ- والدرجة الكلية للصورة ب- وتم إيجاد معامل الارتباط بينهما باستخدام معامل ارتباط بيرسون، فكان مقداره (٠,٦٩) والذي يمثل ثبات نصف الاختبار، وعندها تم معالجة هذا المعامل بمعادلة سبيرمان براون

التصحيحية لتصبح قيمته (٠,٨٢) والتي تمثل الثبات الكلي للمقياس ، وتعد هذه القيمة مؤشراً دالاً على تمتع مقياس المرونة العقلية بثبات مقبول .

٢-٥- تطبيق الأداة:

بعد أن أصبح الأداة (مقياس المرونة العقلية) جاهزاً بصيغتها النهائية للتطبيق، قامت الباحثتان بتطبيق المقياس على أفراد العينة والبالغ عددهن (١٢١) طالبة في المرحلة الثانية بكليات التربية البدنية وعلوم الرياضة وأقسام التربية الرياضية في جامعات إقليم كردستان العراق . إذ تم تزويد كل طالبة بنسخة من المقياس ليقيم بالإجابة على الفقرات المتضمنة في المقياس ، حيث تم التطبيق بشكل مجموعات ، إذ كانت تلتقي الباحثتان مع كل مجموعة من الطالبات في الكليات أو الأقسام المشمولة بالبحث ، وذلك بعد توضيح الهدف من البحث لهن وكيفية الإجابة على الفقرات المتضمنة في الأداة ، واستغرق التطبيق مدة أسبوعين وجاءت بعد انتهاء الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠٢١ / ٢٠٢٢ . وبعد الانتهاء من عملية التطبيق تم تصحيح الإجابات من خلال إعطاء أوزان لبدائل الإجابة ، وعليه حصلت كل طالبة على درجة كلية للمرونة العقلية.

٢-٦- الوسائل الإحصائية:

لغرض الوصول إلى نتائج البحث الحالي وتحقيق أهدافه، تم استخدام عدة وسائل إحصائية تتمثل بالنسبة المئوية، معامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان براون، الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة، الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين، تحليل التباين الأحادي، واختبار أقل فرق معنوي (LSD).

٣- عرض النتائج ومناقشتها:

٣-١- عرض النتائج:

الهدف الأول: التعرف على درجة المرونة العقلية لدى طالبات كليات وأقسام التربية الرياضية بجامعة إقليم كردستان العراق ..

ولأجل تحقيق هذا الهدف تم ادخال البيانات الى الحاسبة ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات أفراد العينة البالغ عددهن (١٢١) طالبة على مقياس المرونة العقلية ومقارنتها مع الوسط الفرضي. فتبين أن المتوسط المتحقق لدرجات أفراد العينة في المرونة العقلية

يبلغ (١٠١,٣٩٦) درجة بانحراف معياري قدره (١٤,٢٣٨) درجة ، وعند مقارنة هذا المتوسط المتحقق مع المتوسط الفرضي لهذا المتغير البالغ (٩٠) درجة وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية ، أظهرت النتائج وجود فرق دال إحصائياً بين الوسطين وكان الفرق لصالح المتوسط المتحقق، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (٨,٨٠٦) وهي دالة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٢٠) ، وتدل هذه النتيجة على أن مستوى المرونة العقلية لدى طالبات التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات إقليم كردستان العراق هو عالٍ ، والجدول (٤) يبين ذلك .

الجدول (٤) يبين نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط المتحقق والفرضي للمرونة العقلية

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
المرونة العقلية	١٢١	١٠١,٣٩٦	١٤,٢٣٨	٩٠	٨,٨٠٦	١,٩٦٠	دال

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق في المرونة العقلية لدى طالبات كليات واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة تبعاً لمتغيرات: المحافظة، الجامعة، والعمر.

ولغرض تحقيق هذا الهدف تمت معالجة البيانات الواردة في البحث إحصائياً؛ وعلى النحو الآتي:

أ- دلالة الفروق في المرونة العقلية تبعاً للمحافظة:

لأجل تحقيق هذا الجزء من الهدف الرابع، تم تحليل الدرجات التي حققها أفراد العينة في كل محافظة من المحافظات الأربعة التي ينتمون إليها (دهوك، أربيل، السليمانية، حلبجة). حيث بلغت متوسط درجات الطالبات في محافظة دهوك على مقياس المرونة العقلية (٩٧,٥١٨) درجة، وكانت متوسط درجات الطالبات في محافظة أربيل (١٠١,٦٥٠) درجة، بينما بلغ متوسط درجات الطالبات في محافظة السليمانية (١٠٦,٩٦٥) درجة، في حين كان متوسط درجات الطالبات في محافظة حلبجة (٩٨,٧٢٠) درجة. وعند معالجة تلك البيانات إحصائياً باستخدام تحليل التباين الأحادي وسيلة إحصائية، أظهرت نتائج المعالجة الإحصائية عدم وجود فرق دال إحصائياً في المرونة العقلية يعزى لمتغير المحافظة، إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة تساوي (٢,٥٣٩) وهي أقل من القيمة الفائية

الجدولية البالغة (٢,٦٨٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (٣, ١١٧) ، والجدول (٥) يبين ذلك .

الجدول (٥) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في المرونة العقلية تبعاً للمحافظة

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية	
					المحسوبة	الجدولية
المرونة العقلية	بين المجموعات	١٤٨٧,١١٢	٣	٤٩٥,٧٠٤	٢,٥٣٩	٢,٦٨٠
	داخل المجموعات	٢٢٨٣٩,٨٤٦	١١٧	١٩٥,٢١٢		
	الكلي	٢٤٣٢٦,٩٥٩	١٢٠			

ب- دلالة الفروق في المرونة العقلية تبعاً للجامعة:

لأجل الكشف عن دلالة الفروق على وفق متغير الجامعة ، تم تقسيم أفراد العينة على ست مجموعات تبعاً للجامعة التي يدرسون فيها ، إذ تكونت المجموعة الأولى من (٢٧) طالبة في جامعة دهوك وبلغ متوسط درجاتهن على مقياس المرونة العقلية (٩٧,٥١٨) درجة ، وتكونت المجموعة الثانية من (٢٣) طالبة في جامعة صلاح الدين وكان متوسط درجاتهن (١٠٣,١٣٠) درجة، أما المجموعة الثالثة فضمت (١٢) طالبة في جامعة سوران وبلغ متوسط درجاتهن (١٠٠,٥٨٣) درجة، بينما تألفت المجموعة الرابعة من (٥) طالبات في جامعة كويا وكان متوسط درجاتهن (٩٧,٤٠٠) درجة ، وتألفت المجموعة الخامسة من (٢٩) طالبة في جامعة السليمانية وحققن متوسط قدره (١٠٦,٩٦٥) درجة ، في حين تكونت المجموعة السادسة من (٢٥) طالبة في جامعة حلبجة وبلغ متوسط درجاتهن (٩٨,٧٢٠) درجة. وعند المقارنة بين درجات المجموعات الستة في المرونة العقلية باستخدام تحليل التباين الأحادي (One way analyses of variance) أظهرت نتائج المعالجة الاحصائية عدم وجود فرق دال إحصائياً بين درجات افراد العينة يعزى لمتغير الجامعة إذ كانت القيمة الفائية المحسوبة تساوي (١,٦٦٤) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية البالغة (٢,٢٩٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجات حرية (٥, ١١٥) ، والجدول (٦) يبين ذلك.

الجدول (٦) يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في المرونة العقلية تبعاً للجامعة

مستوى الدلالة	القيمة الفائية		متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
	الجدولية	المحسوبة				
غير دال	٢,٢٩٠	١,٦٦٤	٣٢٨,٢٩٧	٥	١٦٤١,٤٨٧	بين المجموعات
			١٩٧,٢٦٥	١١٥	٢٢٦٨٥,٤٧٢	داخل المجموعات
				١٢٠	٢٤٣٢٦,٩٥٩	الكلي

ج - دلالة الفروق في المرونة العقلية تبعاً لمتغير العمر:

ولأجل معرفة فيما إذا كان هناك فرق دال في المرونة العقلية يعزى إلى متغير العمر، تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين، ضمت المجموعة الأولى الطالبات اللواتي تراوحت أعمارهن بين (٢٠-٢١) سنة وبلغ عددهن في العينة (٩١) طالبة ممن حققن متوسط للدرجات في المرونة العقلية بلغ (١٠٠,٦٩٢) درجة، وتألفت المجموعة الثانية من (٣٠) طالبة ممن تراوحت أعمارهن بين (٢٢-٢٣) سنة وحصلن على متوسط للدرجات بلغ (١٠٣,٥٣٣) درجة. وعند معالجة تلك البيانات إحصائياً باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، أظهرت نتائج المعالجة الإحصائية عدم وجود فرق دال إحصائياً في المرونة العقلية يعزى لمتغير العمر، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (٠,٩٤٧) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١١٩) ، والجدول (٧) يبين ذلك .

الجدول (٧) يبين نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق في المرونة العقلية تبعاً لمتغير العمر

مستوى الدلالة	القيمة التائية		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الفئة العمرية	المتغير
	الجدولية	المحسوبة					
غير دال	١,٩٦٠	٠,٩٤٧	١٣,٦٢٧	١٠٠,٦٩٢	٩١	٢١-٢٠	المرونة
			١٦,٠٠٨	١٠٣,٥٣٣	٣٠	٢٣-٢٢	العقلية

٢-٢- مناقشة النتائج:

بينت النتائج في الجدول (٦) أن أفراد العينة من طالبات كليات وأقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعات إقليم كردستان العراق يتمتعن بمستوى عالٍ من المرونة العقلية. وتتسجم هذه النتيجة مع نتائج عدد من الدراسات السابقة ومنها دراسة (ناصر، ٢٠١٩) التي أشارت نتائجها إلى تمتع طلبة الجامعة بالمرونة العقلية. ودراسة (المياحي وراضي، ٢٠١٩) التي أظهرت أن طلبة المرحلة الإعدادية لديهم مرونة معرفية، كما تتسجم هذه النتيجة مع دراسة (الرقاد والصوالحة، ٢٠١٨) التي تناولت المرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر وأشارت نتائجها إلى وجود مستوى مرتفع من المرونة المعرفية لدى الطلبة. وكذلك تتسجم نتائج البحث الخالي مع نتائج دراسة (الحوارات، ٢٠١٧) التي أشارت إلى أن مستوى المرونة المعرفية مرتفع لدى طلبة الجامعة، ودراسة (بن حسن، ٢٠١٧) التي بينت وجود مستوى مرتفع من المرونة العقلية لدى طلاب جامعة أم القرى، ودراسة (الشمري، ٢٠١٦) التي أظهرت أن طلبة الجامعة يتمتعون بمرونة معرفية جيدة، بينما تختلف مع نتائج بعض الدراسات ومنها دراسة (العساف والزق، ٢٠٢١) التي أظهرت نتائجها أن درجة المرونة المعرفية لدى الطلبة كانت متوسطة، ودراسة (إسماعيل، ٢٠١٧) التي توصلت إلى وجود مستويات منخفضة من المرونة النفسية لدى طلاب كلية التربية، ودراسة (بني يونس وآخرون، ٢٠١٦) التي أظهرت أن مستوى المرونة العقلية لدى أغلبية أفراد العينة من طلاب جامعة تبوك هو متوسط، ودراسة (كلاب، ٢٠١٥) التي أظهرت أن مستوى المرونة العقلية لدى العينة بلغ درجة متوسطة، وكذلك دلت دراسة (الهزيل، ٢٠١٥) التي بينت أن مستوى المرونة المعرفية لدى الطلبة كان متوسطاً. وكذلك الدراسة التي أجراها لين وزملائه (Lin, et al., ٢٠١٤) والتي بينت أن مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية هو متوسط. وبينت نتائج دراسة (بقيعي، ٢٠١٣) أن مستوى المرونة المعرفية لدى طلبة الجامعة هو متوسط، ودراسة كيم وأوميزو (Kim & Omizo, ٢٠٠٥) التي بينت أن مستوى المرونة المعرفية لدى الطلبة الجامعيين جاء بمستوى متوسط. وأشارت النتائج المعروضة في الجداول (٧ و ٨ و ٩) إلى عدم وجود فرق دال إحصائياً في المرونة العقلية لدى أفراد العينة يعزى لمتغيرات المحافظة والجامعة والعمر. ويمكن تفسير هذه النتيجة بالقول بأن السبب ربما يعود إلى تشابه الظروف وعوامل التنشئة الاجتماعية والثقافية التي يتعرض لها أفراد العينة. وتتسجم هذه

النتائج مع بعض الدراسات السابقة فقد أشارت نتائج دراسة (أبو القمصان، ٢٠١٧) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى المرونة النفسية تعزى لمتغير العمر. كما توصلت دراسة (سكيك، ٢٠١٢) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في المرونة النفسية تعزى لمتغيرات العمر ومنطقة السكن.

٤ - الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

١- أن طالبات الصف الثاني في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة إقليم كردستان العراق يتميزن بشخصية ايجابية لامتلاكهن مستوى جيد من سمة المرونة العقلية.

٢- أن سمة المرونة العقلية لا تتحدد بالعوامل الديمغرافية المتمثلة في المحافظة والجامعة والعمر.

٤-٢ التوصيات:

١- ضرورة استخدام التدريسيين طرائق التدريس القائمة على الحوار والعصف الذهني من أجل تعزيز المرونة العقلية لدى الطالبات كونها سمة ايجابية في الشخصية.

٢- قيام المختصين بعلم النفس الرياضي بإعداد برامج إرشادية لتنمية المرونة العقلية لدى الطالبات.

٣- هناك حاجة لإجراء المزيد من البحوث للكشف عن العوامل المؤثرة في المرونة العقلية لدى الطالبات.

المصادر:

- أبو القمصان، رانيا محمد حسين (٢٠١٧): المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالمرونة النفسية لدى المطلقات في محافظات غزة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية التربية، الجامعة الإسلامية - غزة.

- إسماعيل، هالة خير سناري (٢٠١٧): المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية، مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، مصر، العدد ٥٠.

- بشارة، موفق سليم (٢٠٢٠): العلاقة بين المرونة المعرفية والتحصيل الأكاديمي لدى عينة من طلبة جامعة الحسين بن طلال، مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث، المجلد ٦، العدد ٢.

- بقيعي، نافز أحمد عبد(٢٠١٣): ما وراء الذاكرة والمرونة المعرفية لدى طلاب السنة الجامعية الأولى ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، الأردن ، المجلد ١٤ ، العدد ٣ .
- بن حسن، محمد علي محمد (٢٠١٧): المرونة العقلية وعلاقتها بالتفكير ما وراء المعرفي لدى عينة من طلاب جامعة أم القرى، رسالة ماجستير (غير منشورة) ، كلية التربية ، جامعة أم القرى.
- بني يونس، محمد والشمري، سعود والزعاير، أحمد (٢٠١٦): المرونة العقلية والاجتماعية وعلاقتها بالتقبل البيشمخي لدى طلاب جامعة تبوك، دراسات- العلوم الإنسانية والاجتماعية، الأردن، العدد ٤٣.
- الحوارات، منار أحمد عبد (٢٠١٧): المرونة المعرفية والتوجه نحو المخاطرة كمتبئان لحل المشكلات لدى طلبة الجامعة الهاشمية، رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الدراسات العليا، الجامعة الهاشمية، الأردن.
- الخطيب، محمد جواد(٢٠٠٧): تقييم عوامل مرونة الأنا لدى الشباب الفلسطيني في مواجهة الأحداث الضاغطة، مجلة الجامعة الاسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية)، المجلد ١٥، العدد ١٢.
- الرقاد، هناء خالد وصوالحة، وصفي أحمد كريم (٢٠١٨): الأمن النفسي وعلاقته بالمرونة المعرفية لدى طلبة الصف العاشر بمحافظة البلقاء، مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية، جامعة بابل، العدد ٤١.
- سكيك، رندة جمال اسماعيل (٢٠١٢): المرونة النفسية وعلاقتها بمهارة إدارة الأزمات لدى القيادة التشريعية والتنفيذية لقطاع غزة، رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة الاسلامية، غزة.
- شهاب، غادة مؤيد وجاسم، رؤى محمد (٢٠١٨): تأثير أسلوب التعليم المتمركز حول المشكلة وفق المرونة العقلية (التلقائية- التكيفية) في تعلم مهارة القفزة العربية على جهاز بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني للنساء، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، المجلد ٣٠، العدد ٣.
- الشمري، ثناء عبد الودود عبد الحافظ (٢٠١٦): التفكير ما وراء المعرفي وعلاقته بالمرونة العقلية لدى طلبة الجامعة، مجلة الأستاذ، كلية التربية بن رشد، جامعة بغداد، المجلد ٢، العدد ٢١٧.
- العساف، هناء عودة والزق، أحمد يحيى (٢٠٢١): مستوى المرونة المعرفية لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة الجامعة الاسلامية للدراسات التربوية والنفسية، العدد ٣.

- علاّم، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠): القياس والتقويم التربوي والنفسي: أساسياته وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة، دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- علي، ميار محمد محمد (٢٠٢٠): المرونة العقلية وعلاقتها بكل من السعادة النفسية واتخاذ القرار لدى معلمة الروضة، المجلة العلمية، إدارة البحوث والنشر العلمي، كلية التربية للطفولة المبكرة، العدد (١٤).
- كلاب، ايمان أحمد حسين (٢٠١٥): الحواجز النفسية وعلاقتها بالمرونة العقلية والانفتاح على الخبرة لدى عينة من المطلقات، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة الأقصى - غزة.
- محمد، زينب محمد أمين (٢٠١٦): تقنين مقياس المرونة العقلية لدى طلاب الجامعة، مجلة العلوم التربوية، كلية التربية بقنا، مصر، العدد ٢٧.
- المياحي، ايمان ناظم حذية وراضي، أفراح طعمة (٢٠١٩): المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الإعدادية، Journal Port Science Research, Vol.,٢, No.١, P.
- ناصر، ناصر حسين (٢٠١٩): سمتا المرونة العقلية والاجتماعية وعلاقتهاما بالجدارة الأكاديمية لدى طلبة الجامعة، مجلة العلوم الإنسانية، كلية التربية للعلوم الإنسانية، جامعة بابل، المجلد ٢٦ ، العدد ٣.
- الهزيل، عيسى (٢٠١٥): المرونة المعرفية لدى طلبة المرحلة الثانوية في بئر السبع وعلاقتها بالتنظيم الذاتي، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة عمان العربية، عمان، الأردن.
- هشام، جبراوي (٢٠٢٠): المرونة الذهنية والسلوكيات التكرارية في التوحد، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي، الاصدار العاشر.

- Drabbs, M.(٢٠٠٢): Experiences that shape women's ideas about physical activity : A qualitative study. Higher Education ,٦٠(٣)
- Kim, B.; Omizo, M. (٢٠٠٣). "Asian cultural values, attitudes toward seeking professional psychological help, and willingness to see a counselor". The counseling psychology. Vol. ٣١.
- Lin, W., tsai, P., Lin h & Chen, H. (٢٠١٤): How Does Emotion Influence Different Creative Performances? The Mediating Role of Cognitive Flexibility, Cognition & Emotion, *Journal of Health psychology*, Vol, ٢٨, No (٥),
- Shah, J.,(٢٠٠٣): Automatic for the people: how representations of significant others implicitly affect goal pursuit . Pers Soc Psychol, ٨٤(٤).