

## التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل

عبدالكريم حبو محمد المتيوتي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل

البريد الإلكتروني: abdalkeram.ssp23@student.uomosul.edu.iq

محمود مطر علي البدراني

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل

البريد الإلكتروني: aboasaan2004@uomosul.edu.iq

تاريخ تسليم البحث ٢٠٢١/٥/٩ ..... تاريخ قبول النشر ٢٠٢١/٦/٢٤

DOI:

### المخلص

هدفت الدراسة الى التعرف على درجة التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل بشكل عام، وتألفت عينة البحث من (٣٦٦) طالباً وطالبة من طلبة السنة الدراسية (الصف) الثانية والثالثة والرابعة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملائمته وطبيعة البحث، وتم تطبيق مقياس التفكير القائم على الأمل من اعداد الباحثان، وبعد جمع البيانات وتحليلها احصائياً باستخدام برنامج التحليل الاحصائية (SPSS)، اظهرت النتائج ان طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بشكل عام يتمتعون بدرجة عالية من التفكير القائم على الأمل.  
الكلمات المفتاحية: ( التفكير القائم، الأمل، طلبة التربية البدنية وعلوم الرياضة).

### **The Hope-based Thinking Among Students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul**

**Abd Al Kream Haboo**

*College of Physical Education & Sport Sciences / University of Mosul*

*e-mail: abdalkeram.ssp23@student.uomosul.edu.iq*

**Mahmoud Matar Ail**

*College of Physical Education & Sports Sciences / University of Mosul*

*e-mail: aboasaan2004@uomosul.edu.iq*

**Received Date: 05/09/2021 ..... Accepted Date 24/06/2021**

DOI:

### ABSTRACT

The study aimed to know the Hope-based Thinking for the student of Physical Education College and sports Sciences the data of the study consists of (366) male and female students of second, third and fourth stages. The researchers used the descriptive approach for its suitability and typing in the research, and the drawing scale was applied in the hope of the survey, after the data were collected, and analyzed by using the statistical analysis program (SPSS). Results: Students of the College of Education and Sports Sciences in general obtain a high rate of hope-based thinking.

**Keywords:** (Based Thinking, Hope, Students of Physical Education and Sports Sciences).

## ١- التعريف بالبحث

### ١-١- المقدمة وأهمية البحث:-

ان الابحاث والدراسات الحديثة التي تناولت موضوع الأمل اعتمدت في تعريفها للأمل على نظرية (سنايدر) الاختصاصي في علم النفس الإيجابي، والتي ذكر فيها ان الأمل هو عملية فكرية تسمح للأفراد بالتخطيط والالتزام بمواصلة أهدافهم، إن الأمل من هذا المنطلق أمرٌ ضروري، ومهم جداً، فالرغبة في إتمام أمرٍ ما، أو الوصول إلى هدف ما لا تتوقف ولا تنتهي ولابد من بذل المزيد من الجهد والسعي من اجل تحقيقها لهذا يكون شعور الفرد بالاقتراب منها أمراً أساسياً، حيث سيحافظ الأمل على الارادة القوية من اجل تحقيق الاهداف والرغبات، وعلى اسلوب من التفكير يركز على الطرائق أو السبل التي تؤدي للوصول إلى تلك الأهداف والرغبات، وسط تقلبات الحياة وضغوطاتها، فالشرط الاساسي في تولد الأمل هو الحياة الشاقة والمؤلمة، فالأفراد بحاجة الى الأمل في حياتهم فمن دونه سيكونون محبطين، ويأسين ويصبح سلوكهم غير ذي معنى، وإن امتلاكهم للأمل مصدراً حيوياً للكفاح ووسيلة للنجاح.

من جانب آخر فان الأمل له آثار ايجابية عديدة على تحقيق التكيف الإنساني والصحة النفسية والجسمية، والرغبة في التعليم، واطاف (Fred 2003) ان الأمل نقطة إيجابية تستخدم في تنمية الموارد البشرية في مجالات العمل والتعليم والإنتاج. (عبد الصمد، ٢٠٠٥، ٢٥).

وكذلك يُعد التفكير القائم على الأمل من المفاهيم التي ترتبط بحياة الطلبة عبر مراحلهم الدراسية المختلفة التي مرّوا بها، والذي يتوقف على درجة نضجهم العقلي والنمو المعرفي الذي يصلون إليه مما يجعلهم قادرين على استخدام التفكير القائم على الأمل بطريقة أكثر فعالية وإنتاجاً، كما أن هذه الايجابية في التفكير تساعدهم على تحقيق أهدافهم وطموحاتهم الشخصية، والإحساس بالهوية وتكوين علاقات اجتماعية جيدة مع بعضهم البعض، خاصة في حالة ظهور مشكلات او أزمات في المرحلة الجامعية، فالجامعة هي المؤسسة التي تعمل على تطوير الثقافة الحقيقية عند الطلبة، ويعتبر مجتمعها من اقوى المجتمعات تأثيراً في سلوك الطلبة، وميولهم ورغباتهم. فهي تُسهم بشكل كبير في الإشراف على تطوير النمو المعرفي للطلبة وتوجيه سلوكهم وتكوين شخصيتهم (زهرا، ٢٠٠٥، ٥).

وتتجلى اهمية البحث في ما يأتي :-

١- يُعد التفكير القائم على الأمل من المتغيرات النفسية المهمة وان أي خلل فيه يؤثر سلباً على المستوى العلمي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل، فضلاً عن ذلك فإنه من المتغيرات النفسية التي تحتاج الى المزيد من الدراسات والابحاث في وقتنا الحاضر .

٢- البحث الحالي يشكل اضافة علمية في مجال البحث العلمي على حد علم الباحثان مما يسهم في تطوير وتعزيز

مفهوم التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

٣- نستطيع من خلال هذه الدراسة التعرف على درجة التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

#### ١-٢ مشكلة البحث

تعد الجامعة صرح من صروح العلم والمعرفة والأدب التي يشار لها بالبنان، وتكمن ثروتها الحقيقية في مجتمعها من أساتذة يتصفون بخبرات علمية مرموقة في الاختصاصات العلمية، والإنسانية المختلفة، فضلاً عن طلبة العلم لذا فمن الضروري ان تتوافر فيها بيئة مناسبة للتعليم والتعلم، وتنمية وتطوير التفكير الايجابي، وغرس الأمل في نفوس وعقول الطلبة، وعدم الاستسلام للتفكير السلبي والشعور باليأس والاحباط، إذ إن اي خلل في التفكير القائم على الأمل لدى الطلبة يعد مشكلة قد تؤدي الى آثار سلبية على عملية التعلم.

ان مشكلة البحث تكمن في التعرف على درجة التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل، فظلاً عن ذلك عدم توافر أداة لقياس درجة التفكير القائم على الأمل.

#### ١-٣ هدفاً للبحث:-

١- بناء مقياس التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

٢- التعرف على درجة التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

#### ١-٤ مجالات البحث:-

١-٤-١ المجال البشري : طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

١-٤-٢ المجال الزمني : ابتداءً من ١٦ / ١١ / ٢٠٢٠ والغاية ٢٣ / ٤ / ٢٠٢١.

١-٤-٣ المجال المكاني : قاعات وملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل، فضلاً عن الصفوف الالكترونية ( Classroom ).

#### ١-٥-٥ تحديد المصطلحات .

#### التفكير القائم على الأمل :

- عرفه الصالحي بانه : " استعداد أو تهيؤ معرفي يكون موجها نحو رغبة أو غاية يطمح الفرد أن يصل اليها ويتوقع

النجاح فيها " ( الصالحي , ٢٠٠٥ , ٣٩ ) .

- ويعرفه الباحثان إجرائياً بأنه:-الدرجة التي يتحصل عليها الطلبة من خلال اجاباتهم عن فقرات مقياس التفكير القائم

على الأمل.

٢-٢ الدراسة السابقة:-

٢-٢-١ دراسة الشمري و غند (٢٠١٩).

( التفكير القائم على الأمل و علاقته بالأمن النفسي لدى الطلبة الأيتام في دور الرعاية وغير الأيتام في المرحلة الثانوية).

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين التفكير القائم على الأمل والأمن النفسي لدى عينة من الطلبة الأيتام الدورالرعاية وغير الأيتام, في المرحلة الثانوية تألفت عينة البحث من (٢٤٠) طالباً وطالبة، بلغ عدد طلاب المرحلة الثانوية من الذكور الأيتام (٨٤)، والعدد نفسه لغير الأيتام، ومن الإناث الأيتام (٣٦) طالبة، و(٣٦) طالبة لغير الأيتام، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس التفكير القائم على الأمل من إعداد إبراهيم (٢٠١٤)، المعتمد على نظرية (سنايدر)، ومقياس الأمن النفسي من إعداد شقير(٢٠٠٠)، والمعتمد على نظرية الحاجات (الماسلو)، واستخدمت الوسائل الاحصائية المناسبة لاستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري، وقيمة (ت) المحتسبه، ومعامل الارتباط البسيط ( بيرسون) ومعامل الفا - كورنياخ، وبعد تحليل النتائج احصائياً توصل الباحثان إلى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على مقياس التفكير القائم على الأمل ودرجاتهم على مقياس الأمن النفسي، وجود فرق في العلاقة بين المتغيرين، تبعاً لمتغير الجنس ولمصلحة الذكور.

(الشمري،٢٠١٩، ١).

٣. اجراءات البحث:-

٣-١ منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث.

٣-٢ عينة البحث:-

تألفت عينة البحث الحالي من(٣٦٦) طالباً وطالبة من طلبة الدراسة الصباحية .وبنسبة (٥٣.٦٦ %)، من مجتمع البحث البالغ عدده (٦٨٢) طالباً وطالبة، موزعين على السنوات الدراسية الثانية والبالغ عددهم (٢٠٤) طالباً وطالبة، والثالثة والبالغ عددهم(٢٨٠) طالباً وطالبة، والرابعة والبالغ عددهم(١٩٨) طالباً وطالبة، وتم استبعاد طلبة السنة الدراسية الأولى، حسب توجيهات بعض السادة الخبراء من ذوي الاختصاص الدقيق، بسبب قلة خبرتهم الجامعية مقارنة بطلبة السنة الدراسية الثانية، والثالثة، والرابعة، ولغرض الحصول على نتائج اكثر دقة، فضلاً عن تغيير نمط الدوام من مدمج الى الكتروني.

### ٣-٢-١ عينة البناء:

اشتملت عينة البناء على عينة التمييز والبالغ عددها (١٨٠) طالب وطالبة، ونسبة (٤٩.١٨ %)، وعينة التجربة الاستطلاعية (٢٠) طالب وطالبة ونسبة (٥.٤٦ %)، واخيراً بلغ عدد عينة الثبات (٣٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بطريقة عشوائية من عينة البحث الاساسية ونسبة (٨.١٩ %).

### ٣-٢-٢ عينة التطبيق :-

تألفت عينة التطبيق من (١٣٦) طالب وطالبة، تم اختيارهم بطريقة عشوائية من عينة البحث الاساسية، ونسبة ثابتة قدرها (٢٠ %) من السنة الدراسية الثانية، والثالثة، والرابعة، والجدول (١) يبين ذلك.

جدول ( ١ ) عينة البناء والتطبيق

العينة الكلية	عينة التطبيق	عينة البحث			العينات
		عينة الثبات	عينة التمييز	عينة التجربة لاستطلاعية	
٣٦٦	١٣٦	٣٠	١٨٠	٢٠	عدد الطلبة
%١٠٠	%٣٧.١٥	%٨.١٩	%٤٩.١٨	%٥.٤٦	النسبة المئوية

### ٣-٣ اداة البحث :-

#### ٣-٣-١ مقياس التفكير القائم على الأمل

نظراً لخصوصية مجتمع البحث ولعدم وجود مقياس للتفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية على حد علم الباحثان، قام الباحثان ببناء هذا المقياس ليتلاءم مع مجتمع البحث الحالي واهدافه.

#### • تحديد محاور المقياس.

من خلال مراجعة الأطر النظرية، والدراسات السابقة الخاصة بالموضوع قيد البحث، والاطلاع على المقياس المتعلقة بقياس درجة الأمل، كمقياس (عبد الخالق، ٢٠٠٤)، ومقياس (الصالح، ٢٠٠٥)، ومقياس (العنزي، ٢٠١٨)، وبعد إجراء عملية المسح للمراجع اعلاه تم تحديد ثلاثة محاور مقترحة لمقياس التفكير القائم على الأمل وهي (الارادة القوية، واسلوب التفكير، وتحقيق الذات) والملحق (١) يبين ذلك.

وتم عرض المحاور عن طريق استبيان مفتوح وجهه الى السادة الخبراء والبالغ عددهم (٢١) خبيراً ومتخصصاً في مجال علم النفس التربوي، وعلم النفس الرياضي والقياس والتقويم، للتعرف على مدى صلاحية المحاور، والملحق (٢) يبين ذلك.

بعد عرض المحاور على السادة الخبراء، استخرج الباحثان نسبة الاتفاق فحصل المحور الاول والمحور الثاني على نسبة اتفاق (١٠٠ %)، اما المحور الثالث فحصل على نسبة اتفاق (٧٦.١٩ %)، والملحق (٣) يبين ذلك.

• صياغة فقرات محاور المقياس:-

بعد تحديد محاور المقياس بصورتها الأولية تم إعداد وصياغة عدد من الفقرات لمحاور المقياس وبما يتلاءم وطبيعة مجتمع البحث الحالي، من خلال الاطلاع على أدبيات البحوث، والدراسات السابقة ذات العلاقة بمجال البحث، حيث بلغ عدد فقرات المقياس بصيغته المعروضة على السادة الخبراء (٣٩) فقرة، منها (٢٨) فقرة إيجابية، و(١١) فقرة سلبية، موزعة على محاور المقياس (الثلاثة) المذكورة آنفاً، واعتمد الباحثان في إعداد فقرات المقياس وصياغتها على أسلوب الاختيار من متعدد، إذ يُقدم للمستجيب فقرات ويطلب منه تحديد إجابته باختيار بديل واحد من بين بدائل عدة لها أوزان مختلفة، وهي ثلاثة بدائل تعطى لها الأوزان (تتطبق عليّ غالباً ، ثلاث درجات )، و(تتطبق عليّ احياناً ، درجتان)، و(تتطبق عليّ نادراً، درجة واحدة) للفقرة الإيجابية، والعكس بالنسبة للفقرة السلبية.

٣-٣-٢ المعاملات العلمية لمقياس التفكير القائم على الأمل.

٣-٣-٢-١ صدق المقياس:-

٣-٣-٢-١-١ الصدق الظاهري :- تم عرض المقياس بصورته الأولية على شكل استبيان مفتوح، والمتكون من (٣٩) فقرة وجهه إلى السادة الخبراء والبالغ عددهم (٢١) خبيراً ومتخصصاً في مجال علم النفس التربوي، وعلم النفس الرياضي، والقياس والتقويم، وطلب منهم إبداء الرأي حول مدى صلاحية محاور المقياس وفقراته وتقويمها، والحكم على مدى ملاءمتها للمحور الذي وضعت لأجله، وإجراء التعديلات المناسبة، وبعد تحليل استجابات السادة الخبراء تم قبول الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق (٧٥ %) فأكثر، إذ يجب على الباحث أن يحصل على نسبة اتفاق على صلاحية الفقرات ، وامكانية إجراء التعديلات بنسبة لا تقل عن (٧٥%) من تقديرات الخبراء في الصدق الظاهري ( بلوم وأخرون، ١٩٨٣، ١٢٦). وعلى ضوء ذلك قبلت جميع الفقرات حيث بلغت نسبة اتفاق الخبراء (٨٥.٧١%) . كما اخذ الباحثان بأراء بعض السادة الخبراء وقام بحذف الفقرة (٤) لأنها تحمل المعنى نفسه الذي تحمله الفقرة الأولى (١)، وكذلك حذف الفقرة (٨) لأنها تعطي المعنى نفسه الذي تعطيه الفقرة التاسعة (٩)، وبذلك بلغ عدد فقرات المقياس في صورته الأولية (٣٧) فقرة انظر الملحق (٢).

٣-٣-٢-٢ التجربة الاستطلاعية لمقياس التفكير القائم على الأمل:- بعد التأكد من صدق المقياس

ومن اجل الحصول على إجابات حقيقية وجادة على فقراته لغرض موضوعية الاختبار، قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية على عينه قوامها (٢٠) طالباً وطالبة، بتاريخ (١٢/١/٢٠٢١) للإجابة عن فقرات المقياس البالغة (٣٧) فقرة، حيث استثمر الباحثان حضور الطلبة في الدروس العملية.

٣-٣-٢-٣ التحليل الاحصائي للفقرات (الصدق التمييزي)

٣-٣-٢-٣-١ صدق البناء تم الكشف عن صدق البناء الكلي فقرة من فقرات المقياس باستخدام

طريقتين هما :-

## أ- اسلوب المجموعتين المتطرفتين:-

تم تطبيق المقياس وتصحيحه وحساب الدرجة الكلية لكل طالب وطالبة وقد اعقبها ترتيب درجات الاستمارات تصاعدياً من ادنى درجة الى اعلى درجه, فقد اعتمد الباحثان على اسلوب تحليل الفقرات الى مجموعتين والتي يتم من خلالها حساب القوة التمييزية لكل فقرة من الفقرات لغرض الإبقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة, إذ تم اختيار نسبة (٢٧%) من الدرجات العليا والنسبة نفسها للدرجات الدنيا وتألفت المجموعة العليا من (٤٨) طالباً وطالبة, والعدد نفسه بالنسبة للمجموعة الدنيا لكي تمثل المجموعتين المتطرفين (العليا, والدنيا), علماً بان اعتماد نسبة (٢٧%) من الدرجات للمجموعتين العليا والدنيا يقدم افضل صورة من حيث الحجم والتباين.

( Stanly,1971, 82 ) نقلاً عن ( البدراني ,٢٠٠٤, ٣٧).

اعقب هذه الخطوة استخدام الاختبار التائي ( t. test ) العينتين مستقلتين للتحقق من دلالة الفروق بين درجات المجموعتين العليا والدنيا, باستخدام برنامج التحليل الاحصائي (SPSS), واعتمد في ذلك على قيم (ت) المحتسبة مؤشراً لتمييز الفقرات والجدول (٢) يبين ذلك .

جدول ( ٢ ) القوة التمييزية باسلوب المجموعتين المتطرفتين لفقرات مقياس التفكير القائم على الأمل

القدرة التمييزية للفقرة	قيمة (sig)	ت المحتسبة	المجموعة العليا (٤٨) ٢		المجموعة العليا (٤٨) ١		الفقرة
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٢٤٥	٠.٥٦٩	٢.٣٧٥	٠.٣٣٤	٢.٨٧٥	١
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٤.٤٣٠	٠.٦١٧	٢.٢٩١	٠.٤٢٤	٢.٧٧٠	٢
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٤.١٤٠	٠.٨٠٩	١.٩٣٧	٠.٥٤٥	٢.٥٢٠	٣
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٩٥٥	٠.٦٨٤	٢.٠٠٠	٠.٤٥٩	٢.٧٠٨	٤
مميّزة	٠.٠٠٠٨	٢.٧٢٩	٠.٨٠٩	١.٩٣٧	٠.٥٩٥	٢.٣٣٣	٥
مميّزة	٠.٠٠٠٦	٢.٨١٠	٠.٦١٧	٢.٥٤١	٠.٤٦٠	٢.٨٥٤	٦
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٨٩٦	٠.٧٠٣	١.٨٧٥	٠.٥٣٠	٢.٦٢٥	٧
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٥٢٦	٠.٧٢٦	٢.٠٦٢	٠.٣٧٦	٢.٨٣٣	٨
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٦٢٤	٠.٧٥٠	٢.١٠٤	٠.٤٤٥	٢.٨١٢	٩
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٤.٨٤٢	٠.٧٠٩	١.٩١٦	٠.٥٤٤	٢.٥٤١	١٠
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٤.٣٥٢	٠.٨٠٩	٢.٠٦٢	٠.٥١٩	٢.٦٦٦	١١
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٣.٦٦٦	٠.٧٢١	١.٨٩٥	٠.٦٠٩	٢.٣٩٥	١٢
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٧.٩٠٠	٠.٦٣٠	٢.١٦٦	٠.٢٤٤	٢.٩٣٧	١٣
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٧.٣٣٦	٠.٦٠١	٢.٢٥٠	٠.٢٤٤	٢.٩٣٧	١٤

مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٩٢٧	٠.٧٧٨	١.٨٩٥	٠.٥٤٤	٢.٧٠٨	١٥
مميّزة	٠.٠٠٠٢	٣.١٤٨	٠.٧٤٨	١.٦٨٧	٠.٦٠٥	٢.١٢٥	١٦
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٢٤٨	٠.٦٤٦	٢.٤١٦	٠.٠٠٠٠	٣.٠٠٠	١٧
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٧٥٩	٠.٧٠٩	٢.٠٨٣	٠.٤٢٤	٢.٧٧٠	١٨
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٧.٨٥٤	٠.٦٦٠	٢.١٠٤	٠.٢٧٩	٢.٩١٦	١٩
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٤.٩٦٣	٠.٦٧٢	٢.١٢٥	٠.٤٥٩	٢.٧٠٨	٢٠
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٧.٥٦١	٠.٦٠٦	٢.١٨٧	٠.٢٧٩	٢.٩١٦	٢١
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٣.٢٥٩	٠.٧٢٩	١.٦٤٥	٠.٥٧٧	٢.٠٨٣	٢٢
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٤.٦٨٠	٠.٦٠١	٢.٣٥٤	٠.٣٧٦	٢.٨٣٣	٢٣
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٨٦٥	٠.٦٨٢	٢.٤٥٨	٠.٢٠١	٢.٩٥٨	٢٤
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٥٨٧	٠.٦٦٨	٢.٠٢٠	٠.٤٥٩	٢.٧٩١	٢٥
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٩٢٢	٠.٦٣٥	١.٩٧٩	٠.٤٣٧	٢.٧٥٠	٢٦
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٠٥٧	٠.٧٤٣	٢.١٤٥	٠.٤٢٤	٢.٧٧٠	٢٧
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٨٩٨	٠.٥٩٢	٢.١٠٤	٠.٣٩٤	٢.٨١٢	٢٨
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٣.٨١١	٠.٧٣٨	١.٥٨٣	٠.٥٩٢	٢.١٠٤	٢٩
مميّزة	٠.٠٠٢٠	٢.٣٧٢	٠.٧٠٩	٢.٠٨٣	٠.٥٧٣	٢.٣٩٥	٣٠
غير مميّزة	٠.٤٧١	٠.٧٢٤	٠.٧٨٨	١.٨٧٥	٠.٨٩٩	٢.٠٠٠	٣١
مميّزة	٠.٠٠٠٥	٢.٨٤٧	٠.٧٨٠	١.٦٦٦	٠.٦٤٦	٢.٠٨٣	٣٢
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٩٣٠	٠.٦٧٣	٢.١٨٧	٠.٢٧٩	٢.٩١٦	٣٣
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٨٣٦	٠.٧٥٠	١.٨٩٥	٠.٤٧٢	٢.٧٧٠	٣٤
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٦.٢٠٦	٠.٧٢٤	٢.١٦٦	٠.٣٧١	٢.٨٩٥	٣٥
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٥٣٧	٠.٧٠٩	١.٩١٦	٠.٥٣٠	٢.٦٢٥	٣٦
مميّزة	٠.٠٠٠٠	٥.٠٠٣	٠.٦٨٢	٢.٠٤١	٠.٤٨٣	٢.٦٤٥	٣٧

\* قيمة ( ت ) الجدولية ( ٢.٠٠٠ ) درجة عند مستوى دلالة (٠.٠٥), وامام درجة حرية ( ٩٤ )

يتبين من خلال ملاحظتنا للجدول (٢) ما يأتي :-

- ان قيم ( ت ) المحتسبة لفقرات المقياس اقتربت بين ( ٠,٧٢٤ — ٧,٩٠٠ ) وعند مقارنتها بقيمة ( ت ) الجدولية وبالباغلة ( ٢,٠٠٠ ) درجة, عند مستوى دلالة (٠.٠٥), وامام درجة حرية (٩٤), يتبين ان جميع الفقرات كانت مميّزة, باستثناء الفقرة رقم (٣١) كانت غير مميّزة لأن قيمة ( ت ) المحتسبة (٠,٧٢٤) درجة, وهي اصغر من قيمة ( ت ) الجدولية, الأمر الذي حدا بالباحثان الى حذفها من المقياس. إذاً اصبح عدد فقرات المقياس يصورته النهائية (٣٦) فقرة انظر الملحق ( ٣ ).



ب- معامل الاتساق الداخلي :- "يمكن إيجاد معامل الاتساق الداخلي عن طريق إيجاد العلاقة بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للفرد التي تعد معياراً لصدق الاختبار." ( الزوبعي وآخرون ،١٩٨١، ٤٣).

ولغرض حساب معامل الاتساق الداخلي للمقياس تم تطبيقه على (١٨٠) طالباً وطالبة، وهي عينة التمييز نفسها، واستمر التطبيق من (١٧ / ١ / ٢٠٢١ الى ٢٠ / ١ / ٢٠٢١)، حيث استغل الباحثان حضور الطلبة في الدروس العملية، بعدها جرى حساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية، باستخدام برنامج التحليل الاحصائي ( SPSS )، وكما هو مبين في الجدول ( ٣ ).

جدول ( ٣ ) قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية للمقياس (معامل الاتساق الداخلي)

ت الفقرة	معامل الارتباط	قيمة sig	ت الفقرة	معامل الارتباط	مستوى دلالة	ت الفقرة	معامل الارتباط	قيمة sig
١	**٠.٤٢٦	٠.٠٠٠	١٣	**٠.٥٢٤	٠.٠٠٠	٢٥	**٠.٤٧٠	٠.٠٠٠
٢	**٠.٢٧٢	٠.٠٠٠	١٤	**٠.٤٩٦	٠.٠٠٠	٢٦	**٠.٥٠٠	٠.٠٠٠
٣	**٠.٣٢٠	٠.٠٠٠	١٥	**٠.٤٥٠	٠.٠٠٠	٢٧	**٠.٤١٨	٠.٠٠٠
٤	**٠.٤٣١	٠.٠٠٠	١٦	**٠.٢٨٨	٠.٠٠٠	٢٨	**٠.٤٢٨	٠.٠٠٠
٥	**٠.٢٢٩	٠.٠٠٢	١٧	**٠.٤٦٦	٠.٠٠٠	٢٩	**٠.٣١٧	٠.٠٠٠
٦	**٠.٢١١	٠.٠٠٤	١٨	**٠.٤٤٠	٠.٠٠٠	٣٠	**٠.٢٤٦	٠.٠٠١
٧	**٠.٤٠٧	٠.٠٠٠	١٩	**٠.٥٨٢	٠.٠٠٠	٣١	**٠.٢٠٥	٠.٠٠٦
٨	**٠.٥٣٠	٠.٠٠٠	٢٠	**٠.٣٩٤	٠.٠٠٠	٣٢	**٠.٥١٢	٠.٠٠٠
٩	**٠.٤٢٧	٠.٠٠٠	٢١	**٠.٥٧٦	٠.٠٠٠	٣٣	**٠.٥١٢	٠.٠٠٠
١٠	**٠.٤٤٥	٠.٠٠٠	٢٢	**٠.٢٤١	٠.٠٠٠	٣٤	**٠.٤٠٠	٠.٠٠٠
١١	**٠.٣٥٩	٠.٠٠٠	٢٣	**٠.٣٩٦	٠.٠٠٠	٣٥	**٠.٤٥٢	٠.٠٠٠
١٢	**٠.٣٣٤	٠.٠٠٠	٢٤	**٠.٣٩٩	٠.٠٠٠	٣٦	**٠.٣٧١	٠.٠٠٠

\*القيمة الجدولية لمعامل الارتباط ( ر ) امام درجة حرية (١٧٨) ومستوى دلالة  $\geq (٠.٠٥) = (١٥٨)$

يتبين من خلال البيانات المعروضة في الجدول ( ٦ ) ما يأتي :-

ان قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية قد اقتربت بين (٠.٢٠٥ — ٠.٥٨٢)، وعند مقارنتها بقيمة ( ر ) الجدولية، امام درجة حرية (١٧٨) ومستوى دلالة  $\geq (٠.٠٥)$  نجد ان قيمة ( ر ) الجدولية تساوي (٠.١٥٨)، وهي اصغر من قيمة ( ر ) المحتسبة، اذاً جميع الفقرات كانت دالة احصائياً .

٣-٢-٤ ثبات المقياس:- للتحقق من ثبات مقياس التفكير القائم على الأمل تم استخدام:-

- طريقة إعادة الاختبار (التطبيق وإعادة التطبيق):- لغرض إيجاد الثبات بطريقة إعادة الاختبار تم سحب عينة من خارج عينة البحث الأساسية بلغ عددها ( ٣٠ ) طالب وطالبة، وتم تطبيق المقياس عليهم في ( ٢٥ / ١ / ٢٠٢١ ) وأعيد تطبيقه في ( ٨ / ٢ / ٢٠٢١ ) أي بفواصل زمني بلغ (١٥) يوماً، وبعد الانتهاء من التطبيق الأول والثاني، تم تحليل الإجابات عن طريق استخدام معامل الارتباط البسيط

(بيرسون)، وجد ان معامل الثبات يساوي (٠,٨١) وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استجابات المقياس. حيث اشارت (سماره) اذا بلغت قيمة الثبات (٧٥%) فاكثر فهذا يُعد ثباتاً عالياً (سماره وأخرون, ١٩٨٩, ١٢٠).

٣-٢-٣-٥ وصف مقياس التفكير القائم على الأمل تصحيحه :- بعد الانتهاء من اجراءات اعداد وتقنين المقياس, استقر المقياس بصيغته النهائية على (٣٦)فقرة, موزعة على محاور المقياس الثلاثة,(الارادة القوية , اسلوب التفكير, تحقيق الذات), بلغ عدد فقرات المحور الاول الارادة القوية (١١) فقرة, وبلغ عدد فقرات المحور الثاني اسلوب التفكير (١٣) فقرة, فيما بلغ عدد فقرات المحور الثالث تحقيق الذات (١٢) فقرة, وقد حددت امام كل فقرة البدائل ( تنطبق عليّ غالباً , تنطبق عليّ احياناً, تنطبق عليّ نادراً ). يتكون المقياس من فقرات ايجابية واخرى سلبية, حيث بلغ عدد الفقرات الايجابية (٢٦) فقرة اعطيت الدرجات (٣, ٢, ١), والعكس للفقرات السلبية التي بلغ عددها (١٠) فقرات, وستكون الدرجة العليا التي يناهها المستجيب من خلال اجابته عن فقرات المقياس (١٠٨) درجة, اما حدها الادنى فهي (٣٦) درجة, والمتوسط الفرضي للمقياس هو (٧٢)انظر الملحق (٦).

٣-٢-٣-٦ التطبيق النهائي لمقياس التفكير القائم على الأمل:- قام الباحثان بتصميم استبيان الكتروني على مواقع (Google), بسبب تغيير نمط دوام الطلبة من مدمج الى الكتروني, اعقب هذه الخطوة الاستعانة بالأساتذة التدريسيين في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل لغرض تطبيق الاداة الكترونياً عبر الصفوف الالكترونية (Classroom), واجريت عملية التطبيق على أفراد العينة البالغ عددها (١٣٦) طالباً وطالبة, ومن الجدير بالذكر أن إجراءات التطبيق تمت خلال المدة الزمنية الممتدة من (١ / ٣ / ٢٠٢١) ولغاية (٣ / ١١ / ٢٠٢١).

٣-٣ الوسائل الإحصائية : استُخدمت الحقيبة الإحصائية (SPSS), في تحليل النتائج لاعتماد:( النسبة المئوية, والمتوسط الحسابي, والانحراف المعياري, وقيمة ( ت ) المتحسبة والجدولية, معامل الارتباط البسيط (بيرسون), ومعامل الفا- كورنباخ)

#### ٤ - عرض النتائج ومناقشتها

٤-١ الهدف الاول :- بناء مقياس التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

تم بناء مقياس التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل وفق الأسس والخطوات العلمية الصحيحة كما تضمنه الباب الثالث وتم اعتماده وتطبيقه على عينة البحث.

٤-٢ الهدف الثاني :- التعرف على درجة التفكير القائم على الأمل لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل.

الجدول ( ٤ ) القيم الاحصائية لأفراد عينة التطبيق على مقياس التفكير القائم على الأمل

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة ( ت )		مستوى الدلالة	قيمة sig
					الجدولية	المحتسبة		
التفكير القائم على الأمل	١٣٦	٨٥,٨٨	٦,٨٠٥	٧٢	٢٣,٧٧٩	١,٩٦٠	٠,٠٥	٠,٠٠٠

\* قيمة ( ت ) الجدولية ( ١,٩٦٠ ) عند مستوى دلالة (٠,٠٥), وامام درجة حرية (١٣٥)

يتبين من خلال ملاحظتنا للجدول ( ٤ ) ما يأتي :-

- ان قيمة المتوسط الحسابي (لمتحقق) لإجابات الطلبة عن فقرات مقياس التفكير القائم على الأمل بلغ (٨٥,٨٨) درجة, وبانحراف معياري قدره (٦,٨٠٥) درجة, وقام الباحثان بايجاد المتوسط الفرضي للمقياس وقيمه (٧٢) درجة. ولغرض التعرف على دلالة الفرق بين المتوسطين تم استخدام اختبار (-t test) لعينة واحده, وقد بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٢٣,٧٧٩) درجة, وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية البالغة (١,٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وامام درجة حرية (١٣٥) نجد ان قيمة (ت) المحتسبة اكبر من قيمة (ت) الجدولية كما نلاحظ ايضاً ان قيمة ( sig ) تساوي (٠,٠٠٠), وهي قيمة اقل من مستوى الدلالة (٠,٠٥), وهذا يدل على وجود فرق ذو دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي ولمصلحة المتوسط الحسابي.

ويعزو الباحثان هذه النتيجة ان البيئة الجامعية مشجعة ومحفزة للتفكير وبث روح الأمل, وحيثما توفرت البيئة المناسبة واللازمة, التي تعمل على تحفيز العقل على التفكير الصحيح والايجابي, تصبح هذه البيئة منارةً للعقول ومهداً لها, فالتفكير القائم على الأمل والتفائل هما الدافعان اللذان يقفان وراء اصرار الطلبة على مواصلة مشوارهم الدراسي والنجاح وعدم الاستسلام للظروف المحبطة, ويحاولون التغلب على الصعوبات التي تواجههم في حياتهم, فالتفكير القائم على الأمل يظهر في ظل الظروف الصعبة وفي الازمات وهو شيء ايجابي. وهذه النتيجة طبيعية من وجهة نظر الباحثان فطلبة الجامعة هم الطبقة المتقفة والواعية من المجتمع و يتميزون بالعديد من الخصائص الايجابية كالطموح والتفائل ولديهم العزيمة والاصرار على بلوغ العلا وتحقيق طموحاتهم, وينظرون الى المستقبل بنظرة يملئها التفائل والأمل بانه لا يوجد شيء مستحيل اذا ما توفرت الرغبة والدافع لتحقيق الاهداف والأمني. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة (رحيم و ثناء , ٢٠١٥) التي اظهرت نتائجها ان افراد عينة البحث يتصفون بدرجة عالية من التفكير القائم على الأمل.

٥ - الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات :-

- ١- صلاحية مقياس التفكير القائم على الأمل الذي قام الباحثان ببنائه للتطبيق على طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل وقدرته على التمييز بين الطلبة.
- ٢- ان طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الموصل يتمتعون بدرجة عالية من التفكير القائم على الأمل.

٢-٥ التوصيات

- ١- الاهتمام بالجانب النفسي لدى الطلبة.
- ٢- ضرورة الاستفادة من مقياس التفكير القائم على الأمل من اجل اجراء دراسات اخرى.
- ٣- اجراء دراسات تجريبية لرفع مستوى التفكير القائم على الأمل.

المصادر

- ١- البدراني, محمود علي (٢٠٠٤): دراسة مقارنة في التكيف الاجتماعي المدرسي بين الرياضيين وغير الرياضيين وعلاقته بعدد من المتغيرات النفسية والبدنية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, جامعة الموصل.
- ٢- رحيم, هند صبيح و ثناء, عبد الودود عبد الحفيظ (٢٠١٥): بناء وتطبيق مقياس الأمل لدى طلبة الجامعة, مجلة الاستاذ المجلد ٢ والعدد ٢١٢, كلية التربية للعلوم الانسانية, جامعة بغداد.
- ٣- زهران, حامد عبد السلام (٢٠٠٥): علم نفس الطفولة والمراهقة, عالم الكتب للطباعة والنشر, القاهرة.
- ٤- الزوبعي, عبد الجليل وآخرون (١٩٨١): الاختبارات والمقاييس النفسية, جامعة الموصل.
- ٥- سماره, عزيز, وآخرون (١٩٨٩): مبادئ القياس والتقويم في التربية, ط١, دار الفكر, القاهرة
- ٦- الشمري, بشرى سلمان و غند, ياسين طرار (٢٠١٩): التفكير القائم على الأمل وعلاقته بالأمن النفسي للطلبة الايتام لدور الرعاية وغير الايتام في المرحلة الثانوية دراسة مقارنة, بحث منشور, مجلة كلية التربية, جامعة واسط.
- ٧- الصالحي, ميادة عبد الحسن (٢٠٠٥): الأمل وتحقيق الأهداف وعلاقتها بالمكانة النفسية والاجتماعية, اطروحة دكتوراه غير منشورة, كلية الآداب, جامعة بغداد.
- ٨- العارضي, احسان عبد علي (٢٠١٢): مستوى الأمل لدى طالبات الجامعة, بحث منشور, مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الانسانية, جامعة الكوفة.
- ٩- عبد الخالق, أحمد محمد (٢٠٠٤): الصيغة العربية لمقياس سنايدر للأمل, مجلة الدراسات النفسية, المجلد ١٤ العدد ٢, القاهرة.

١٠- عبد الصمد, فضل إبراهيم (٢٠٠٥): الشعور بالأمل والرغبة في التحكم لدى عينة من طلاب الدراسات العليا بجامعة المينا دراسة في علم النفس الايجابي, بحث منشور, مجلة البحث في التربية وعلم النفس, المجلد ١٨, العدد ٤.

١١- العنزي, أنمار ناظم بدر (٢٠١٨): الأمل وعلاقته بالعزم الذاتي لدى طلبة الصف الرابع الاعدادي من النازحين وقرانهم الاخرين , رسالة ماجستير, كلية التربية للعلوم الانسانية, جامعة الموصل.

### ملحق ( ١ )

#### اسماء السادة الخبراء

ت	اسماء السادة الخبراء	التخصص	مكان العمل
١-	أ.د. ناظم شاكر يوسف الوتار	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
٢-	أ.د. مكي محمود حسين	قياس وتقويم	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
٣-	أ.د. اسامة حامد محمد	قياس وتقويم	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
٤-	أ.د. علي عليح الجميلي	علم النفس الرياضي	كلية التربية / جامعة تكريت
٥-	أ.د. عكله سليمان الحوري	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
٦-	أ.د. عصام محمد عبد الرضا	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
٧-	أ.د. نيراس يونس محمد	علم النفس الرياضي	كلية التربية للبنات/ جامعة الموصل
٨-	أ.د. نغم محمود محمد صالح	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
٩-	أ.د. ثامر محمود ذنون	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
١٠-	أ.د. احمد يونس محمود	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
١١-	أ.م.د. سمير يونس محمود	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
١٢-	أ.د. قيس محمد علي	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
١٣-	أ.م.د. ذكري يوسف الطائي	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
١٤-	أ.م.د. نغم خالد نجيب الخفاف	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
١٥-	أ.م.د. وليد ذنون يونس	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
١٦-	أ.م.د. رافع ادريس عبد الغفور	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل
١٧-	أ.م.د. ندى فتاح زيدان	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
١٨-	أ.م.د. ياسر محفوظ	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
١٩-	م.د. منهل خطاب سلطان	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
٢٠-	م.د. رائد ادريس يونس	علم النفس التربوي	كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة الموصل
٢١-	م.د. محمد خير الدين صالح	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الموصل

ملحق ( ٢ )



جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا / ماجستير.

اخي الطالب الجامعي المحترم / اختي الطالبة الجامعية المحترمة .

تحية طيبة :-

نظراً لكونك العنصر المهم والفعال في الجامعة ومن قادة المجتمع في المستقبل ، لذا اضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تقيس عدداً من الجوانب الايجابية في الحياة يرجى منك قراءة كل فقرة من الفقرات المرفقة في القائمة طياً بصورة جيدة، و الاجابة عنها بوضع علامة صح ( √ ) امام كل فقرة من الفقرات وتحت البديل الذي تراه مناسباً لك ويطابق قناعتك الشخصية، راجياً من حضرتك الاجابة عنها بكل صدق ودقه وعدم ترك اي فقرة من الفقرات بدون اختيار، علما انه لا يوجد اختيار صح واختيار خطأ، اذ ان جميع اختياراتك صحيحة ما دمت تعبر بصدق عن وجهة نظرك ولا داعي لذكر الاسم علماً ان الاجابة تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

ولكم جزيل الشكر والتقدير .

معلومات يرجى ملؤها :-

التوقيع

الجنس :- ذكر ( ) ، انثى ( )

السنة الدراسية ( الصف ) :- الثانية ( ) ، الثالثة ( ) ، الرابعة ( )

التاريخ : / / .

الباحث

عبدالكريم حبو محمد المتيوتي

المشرف

أ.م.د محمود مطر علي البدراني

ت	الفقرة	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحياناً	تنطبق علي نادراً
١.	امتلك القوة و الإرادة لتحقيق اهدافي المستقبلية			
٢.	العزيمة والاصرار يدفعاني الى الجد والمثابرة في دروسي العملية والنظرية			
٣.	اعتقد ان الايام القادمة ستكون افضل.			
٤.	اركز تفكيري في دراستي على الاشياء الايجابية اكثر من الاشياء السلبية			
٥.	اشعر بالرضا عن حياتي الجامعية			
٦.	اتقبل نفسي كما هي.			
٧.	الأفكار السلبية تسيطر عليّ			
٨.	افكر في كيفية الوصول الى تحقيق اهدافي وتجاوز جميع التحديات			
٩.	اخسر اي نقاش اخوضه مع زملائي الطلبة بسهولة			
١٠.	لدي قدرة على مواجهة الصعوبات وتحديها عند اداء المهارات الحركية			
١١.	اجد صعوبة في التوافق مع الجو الجامعي			
١٢.	انا شخص محظوظ وموفق في دروسي العملية والنظرية			
١٣.	امتلك روح معنوية عالية			
١٤.	اعتقد ان تفكيري يفودني الى النجاح			
١٥.	افكر في استكمال مشواري الدراسي حتى احصل على شهاده عليا			
١٦.	اعاني من الشرود الذهني اثناء الدروس			
١٧.	يتملكني الشعور بالفرح عندما اؤدي المهارات الحركية بصورة جيدة			
١٨.	ينتابني الشعور باليأس والفشل .			
١٩.	أيماني بأنه لا يوجد شيء اسمه مستحيل هو سرّ قوتي واصراري على تعلم المهارات الرياضية			
٢٠.	اشعر بانّي شخص كفوء مقارنة بزملائي الطلبة			
٢١.	شعوري بالأمل يدفعني لبذل المزيد من الجهد لتطوير قدراتي البدنية والمهارية.			
٢٢.	اشعر بالخوف والقلق في بعض الدروس العملية			
٢٣.	اتمنى أن اكون متميز في دراستي الجامعية			
٢٤.	أملّي أن اكون مدرس ناجح بعد تخرجي			
٢٥.	افكر في ايجاد طرائق عدة لحل المشكلات التي تواجهني.			
٢٦.	زملائي يتقون بإمكانياتي وقدراتي البدنية والمعرفية			
٢٧.	اشعر بانّي انسان معطاء وناجح ومتفانل في حياتي اليومية والجامعية			
٢٨.	لدي قدرة عالية على التركيز والانتباه مقارنة بزملائي الطلبة			
٢٩.	الحياة تعرضني لخيبات الأمل اكثر مما تعطيني من السعادة			
٣٠.	شعوري بالأمل والتفانل يزيد من قدرتي على التدريب			
٣١.	اكره التواضع الذي يشعرنني بالمذلة			
٣٢.	حياتي مليئة بأشياء مثيرة وامال طيبة			
٣٣.	يراودني الشعور بالقلق من المستقبل			
٣٤.	التخطيط الصحيح والسليم يقودني الى النجاح في دروسي العملية والنظرية			
٣٥.	تسير اموري من سيء الى اسوء			
٣٦.	ابدل قصارى جهدي لأداء المهارات الحركية باتقان.			
٣٧.	لا استطيع الصمود بوجه الصعوبات التي تواجهني			

مقياس التفكير القائم على الأمل في صورته النهائية

ملحق ( ٣ )



جامعة الموصل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسات العليا / ماجستير.

اخي الطالب الجامعي المحترم / اختي الطالبة الجامعية المحترمة.

تحية طيبة :-

نظراً لكونك العنصر المهم والفعال في الجامعة ومن قادة المجتمع في المستقبل، لذا اضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تقيس عدداً من الجوانب الايجابية في الحياة يرجى منك قراءة كل فقرة من الفقرات المرفقة في القائمة طياً بصورة جيدة، والاجابة عنها بوضع علامة صح (√) امام كل فقرة من الفقرات وتحت البديل الذي تراه مناسباً لك ويطابق قناعتك الشخصية، راجياً من حضرتك الاجابة عنها بكل صدق ودقه وعدم ترك اي فقرة من الفقرات بدون اختيار، علما انه لا يوجد اختيار صح واختيار خطأ، اذ ان جميع اختياراتك صحيحة ما دمت تعبر بصدق عن وجهة نظرك ولا داعي لذكر الاسم علماً ان الاجابة تستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

ولكم جزيل الشكر والتقدير .

معلومات يرجى ملؤها :-

التوقيع

الجنس :- ذكر ( ) , انثى ( )

السنة الدراسية ( الصف ) :- الثانية ( ) , الثالثة ( ) , الرابعة ( )

التاريخ : / /

الباحث

عبدالكريم حبو محمد المتيوتي

المشرف

ا.م.د محمود مطر علي البدراني



ت	الفقرة	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ أحياناً	تنطبق عليّ نادراً
١.	امتلك القوة و الإرادة لتحقيق اهدافي المستقبلية			
٢.	العزيمة والاصرار يدفعاني الى الجد والمثابرة في دروسي العملية والنظرية			
٣.	اعتقد ان الايام القادمة ستكون أفضل.			
٤.	اركز تفكيري في دراستي على الأشياء الايجابية أكثر من الأشياء السلبية			
٥.	اشعر بالرضا عن حياتي الجامعية			
٦.	اتقبل نفسي كما هي.			
٧.	الأفكار السلبية تسيطر عليّ			
٨.	افكر في كيفية الوصول الى تحقيق اهدافي وتجاوز جميع التحديات			
٩.	اخسر اي نقاش اخوضه مع زملائي الطلبة بسهولة			
١٠.	لدي قدرة على مواجهة الصعوبات وتحديها عند اداء المهارات الحركية			
١١.	اجد صعوبة في التوافق مع الجو الجامعي			
١٢.	انا شخص محظوظ وموفق في دروسي العملية والنظرية			
١٣.	امتلك روح معنوية عالية			
١٤.	اعتقد ان تفكيري يقودني الى النجاح			
١٥.	افكر في استكمال مشواري الدراسي حتى احصل على شهاده عليا			
١٦.	اعاني من الشرود الذهني اثناء الدروس			
١٧.	يتملكني الشعور بالفرح عندما اؤدي المهارات الحركية بصورة جيدة			
١٨.	ينتابني الشعور باليأس والفشل .			
١٩.	أيماني بأنه لا يوجد شيء اسمه مستحيل هو سر قوتي واصراري على تعلم المهارات الرياضية			
٢٠.	اشعر بانني شخص كفوء مقارنة بزملائي الطلبة			
٢١.	شعوري بالأمل يدفعني لبذل المزيد من الجهد لتطوير قدراتي البدنية والمهارية.			
٢٢.	اشعر بالخوف والقلق في بعض الدروس العملية.			
٢٣.	اتمى أن اكون متميز في دراستي الجامعية			
٢٤.	ألمي أن اكون مدرس ناجح بعد تخرجي			
٢٥.	افكر في ايجاد طرائق عدة لحل المشكلات التي تواجهني.			
٢٦.	زملائي يتقون بإمكانياتي وقدراتي البدنية والمعرفية			
٢٧.	اشعر بأنني انسان معطاء وناجح ومتفائل في حياتي اليومية والجامعية			
٢٨.	لدي قدرة عالية على التركيز والانتباه مقارنة بزملائي الطلبة			
٢٩.	الحياة تعرضني لخيبات الأمل أكثر مما تعطيني من السعادة			
٣٠.	شعوري بالأمل والتفائل يزيد من قدرتي على التدريب			
٣١.	حياتي مليئة بأشياء مثيرة وامال طيبة			
٣٢.	يراودني الشعور بالقلق من المستقبل			
٣٣.	التخطيط الصحيح والسليم يقودني الى النجاح في دروسي العملية والنظرية			
٣٤.	تسير اموري من سيء الى اسوء			
٣٥.	ابدل قصارى جهدي لأداء المهارات الحركية بإتقان.			
٣٦.	لا استطيع الصمود بوجه الصعوبات التي تواجهني			