



Information Article

Developing a Psychological Stability Scale for Some Students of the College of Physical Education and Sport Sciences / Salahaddin University

Naqi Hamza Jasm Al-Sayyaf ¹

Omid Mohammed Qader ²

Soran University / Faculty of Education^{1,2}

ARTICLE INFO ABSTRACT

Keywords:
psychological
stability scale

This study aims at developing a scale for psychological stability among students of the College of Physical Education and Sports Sciences at Salahaddin University for the academic year 2024-2025.

The researchers used the descriptive method due to its suitability to the nature of the research. Therefore, the sample consists of 100 students who are at the second, third and fourth year of their study. 52 students are from the second year, 21 students are from the third year, and 27 students are from the fourth year. This sample is to determine the discriminatory power of the two stability scales. The main experimental sample was selected using simple random sampling, comprising 211 students, representing 70% of the research population. The main experimental sample consisted of 57 students: 31 from the second year, 11 from the third year, and 15 from the fourth year.

The researchers employed the following statistical methods: the arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson's simple correlation coefficient, percentages, and statistical analysis to calculate the discriminatory power and internal consistency of the items in the psychological stability scale. After processing the collected data, the following conclusion was reached:

A psychological stability scale was successfully developed for students of the College of Physical Education and Sports Sciences at Salahaddin University.

The following recommendation was made:

The psychological stability scale developed by the researchers should be adopted to measure the psychological stability of second, third, and fourth-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences, Salahaddin University.

Corresponding Author

E-mail address: naqi.jasm@soran.edu.iq

omq086@pe.soran.edu.iq

DOI: <https://doi.org/10.26400/Mar/672>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



بناء مقياس الاستقرار النفسي لدى بعض طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة صلاح الدين

نقي حمزه جاسم السيف¹

أوميد محمد قادر²

جامعة سوران افاكلى التربية^{1 2}

الملخص

معلومات المقال

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ا جامعة صلاح الدين للعام الدراسي 2024 - 2025 وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي وذلك لملاءمته وطبيعة البحث . لذا فقد تحددت عينة البناء باختيار (100) طالب من اجل عينة البناء لمقياس الاستقرار النفسي وبواقع (52) طالبا من المرحلة الثانية و(21) طالبا من المرحلة الثالثة و(27) طالبا من المرحلة الرابعة. وقد تم الاعتماد على هذه العينة في استخراج القوة التمييزية لمقياس الاستقرار . أما عينة التجربة الرئيسية تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة ، حيث بلغ عدد العينة (211) طالبا وبنسبة بلغت(70%) من مجتمع البحث . تحددت عينة التجربة الرئيسية من(57) طالبا ،وبواقع (31) طالبا من المرحلة الثانية، و(11) طالبا من المرحلة الثالثة، و(15) طالبا من المرحلة الرابعة. واستخدم الباحثان الوسائل الاحصائية : الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (t) لعينات ومعامل الارتباط البسيط بيرسون والنسبة المئوية والتحليل الاحصائي لحساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي لفقرات مقياس الاستقرار النفسي، وبعد معالجة البيانات التي تم الحصول عليها تم التوصل الى الاستنتاج التالي: تم التوصل الى الى بناء مقياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ا جامعة صلاح الدين. وقد أوصى بما يلي اعتماد مقياس الاستقرار النفسي المعد من قبل الباحثان في قياس الاستقرار النفسي لدى طلاب المراحل (الثانية والثالثة والرابعة) لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضية في جامعة صلاح الدين.

الكلمات المفتاحية:

بناء مقياس، الاستقرار النفسي، طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1 - المقدمة:

يعدّ الجانب النفسي أحد الركائز الأساسية في إعداد الفرد وتوجيه سلوكه نحو تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، لاسيما لدى فئة الشباب الجامعي الذين يمرون بمرحلة عمرية تتسم بالتغيرات الانفعالية والاجتماعية والمعرفية. ويُعدّ الاستقرار النفسي من أهم المؤشرات الدالة على صحة الفرد النفسية وقدرته على مواجهة الضغوط والتحديات، إذ يعكس مدى توازنه الانفعالي وثقته بنفسه، وقدرته على التحكم في مشاعره والتكيف مع البيئة المحيطة بصورة إيجابية.



وفي ضوء أهمية التربية الرياضية في بناء شخصية متكاملة بدنياً ونفسياً، فإن طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يتعرضون لمتطلبات أكاديمية وتدريبية ومنافسات رياضية تستلزم مستوى مرتفعاً من الاتزان النفسي لضمان الأداء الأكاديمي والرياضي الأمثل. ومن هنا تظهر الحاجة الملحة إلى توفر أدوات قياس علمية دقيقة تسهم في تشخيص مستوى الاستقرار النفسي لديهم.

ولطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة خصوصية في هذا الشأن، إذا يعد هذا القسم العلمي من الأقسام العلمية التي تنبض بالحياة وحبها، من خلال التعلم والممارسة الفعلية لمعظم أنواع الرياضة التي بدورها تعمل على تنشيط كل ما يتعلق بشخصية الطالب من جانب معرفي وعقلي ونفسي إضافة إلى البدني.

يُعدّ الاستقرار النفسي من أهم مقومات التكيف السليم للفرد، إذ يشير إلى حالة من التوازن الانفعالي والانسجام الداخلي التي تمكن الشخص من التحكم في انفعالاته والتعامل مع مواقف الحياة المختلفة بثبات وهدوء. وهو حالة يشعر فيها الفرد بالرضا عن ذاته وبأهمية وجوده، مع قدرته على مواجهة الضغوط والتحديات دون أن يفقد توازنه الانفعالي أو يلجأ إلى سلوكيات مضطربة.

وفي المجال الرياضي، يُعدّ الاستقرار النفسي عاملاً جوهرياً لأداء اللاعب أو الطالب، إذ يساعده على التركيز، وضبط الانفعالات، وتحقيق أفضل مستويات الإنجاز، مما يبرز أهمية قياسه وتشخيص مستواه لدى طلبة كلية التربية الرياضية.

إن الاهتمام باستقرار الطالب يعني الاهتمام بالصحة النفسية له وذلك لأن الصحة النفسية تعد حالة دائمية يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً وشخصياً وانفعالياً واجتماعياً مع نفسه والآخرين ويكون قادراً على تحقيق ذاته واستثمار قدراته وإمكاناته إلى أقصى حد ممكن، ويكون قادراً على مواجهة مطالب الحياة، وتكون شخصيته متكاملة سوية. (عبد الغفور ، 2014 ، 173)

والاستقرار النفسي هو تلك الحالة التي يستطيع فيها الفرد إدراك الجوانب المختلفة التي تواجهه ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعده على تحديد نوع الاستجابة وطبيعتها التي تتفق مع مقتضيات الموقف الراهن وتسمح بتكيف استجابته تكيفاً ملائماً ينتهي بالطالب إلى التوافق مع البيئة والإسهام بشكل إيجابي في نشاطها في الوقت نفسه ينتهي إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة.

ويُعدّ الاستقرار بمعناه (النفسي) على شعور الطالب بقيمته الشخصية واطمئنانه إلى وضعه والثقة بالنفس، وهو شعور ينشأ لدى الطالب في أعقاب حصوله على نسبة كافية من التقدير والتشجيع. وأن أفضل وسيلة لتحقيق الاستقرار النفسي هو أن يحقق الطلاب ما يرغبون به من أهداف تتفق مع إمكاناتهم وحاجاتهم المادية والمعنوية، وتحقيق الذات تعني أن الطالب يرغب في تحقيق



ما في مخيلته وما يتمناه لنفسه، وما يطمح اليه، وذلك من خلال أداء العمل الذي يتوافق مع قدراته ومؤهلاته وميوله واتجاهاته واستعداداته. (حمود ، 2010 ، 2).

وبناءً على ما سبق، يتضح أن الاستقرار النفسي يمثل أحد المقومات الأساسية التي يجب توافرها لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، لما له من دور فاعل في تعزيز قدراتهم على مواجهة متطلبات الدراسة والتدريب والأنشطة الرياضية. ولأن القياس العلمي الدقيق يُعد الأساس في تحديد مستوى هذا المتغير وتشخيصه، جاءت هذه الدراسة لتبني مقياساً مقنناً لقياس الاستقرار النفسي لدى بعض طلاب الكلية، بما يسهم في دعم العملية التربوية والرياضية، ويتيح للمتخصصين إمكانية وضع برامج إرشادية تعزز الصحة النفسية لدى الطلاب وتساعدهم على الوصول إلى أفضل مستويات التكيف والإنجاز. ومن هنا تبرز أهمية هذا البحث بوصفه خطوة علمية نحو الاهتمام بالجانب النفسي للطلاب الرياضي، إلى جانب تنمية مهاراته البدنية والمعرفية.

مشكلة البحث:

يعد الاستقرار النفسي عنصراً جوهرياً في بناء شخصية الطالب الجامعي بشكل عام، والطالب في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بشكل خاص، نظراً لما يتعرض له من متطلبات بدنية ومهارية ونفسية تتطلب مستوى عالياً من الاتزان الانفعالي والقدرة على ضبط الذات. ومع ذلك، لوحظ أن التركيز في العملية التعليمية والتدريبية داخل كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة ينصب غالباً على الجوانب البدنية والمهارية والتقنية، في حين يتم إغفال الجانب النفسي أو التعامل معه دون أدوات قياس علمية معتمدة يمكن الاعتماد عليها في التشخيص والتوجيه.

كما تشير بعض الملاحظات والدراسات الميدانية إلى وجود تفاوت في مستوى الاستقرار النفسي بين الطلاب ، يتمثل في مظاهر مثل التوتر عند خوض الاختبارات أو المنافسات او ضعف القدرة على مواجهة الضغوط الأكاديمية والرياضية، الانفعال الزائد في المواقف التدريبية، أو تدني الثقة بالنفس، مما ينعكس سلباً على أدائهم وتحصيلهم. ويُعزى جزء من هذا التفاوت إلى عدم توفر مقياس مقنن يستند إلى خصائص البيئة الأكاديمية والرياضية المحلية، يسمح بقياس هذا المتغير بدقة ويساعد في تشخيص مستواه لدى الطلاب .

انطلاقاً من ذلك، تتمثل مشكلة البحث في غياب مقياس علمي مقنن لقياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يمكن استخدامه من قبل الباحثين والأخصائيين النفسيين والتربويين:

لذا أرتأى الباحثان أن يقوم ببناء مقياس بناء مقياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة صلاح الدين.



اهداف البحث:

بناء مقياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين .

2- اجراءات البحث الميدانية:

1-2 منهج البحث:

تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي والمقارن في هذه الدراسة من أجل دراسة متغيرات البحث. هذا المنهج يساعد على معرفة العلاقة بين الظواهر المختلفة، ويوضح أوجه الشبه والاختلاف بينها، ويبين نوع العلاقة التي تربط بينها. ويُعد هذا المنهج من أكثر المناهج استخدامًا في البحث العلمي لأنه يعطي صورة شاملة ويعكس الواقع بشكل جيد. (السعيد ، 2023 ، 98)

2-2 مجتمع البحث وعينته:

1-2-2 مجتمع البحث

تمثل مجتمع البحث من طلاب المرحلة الثانية والثالثة والرابعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين للموسم الدراسي (2024-2025) وذلك بعد استبعاد الطالبات، حيث بلغ عددهم (301) طالبا وبقواع 158 طالبا للمرحلة الثانية، و(62) طالبا للمرحاة الثالثة، و(81) طالبا للمرحلة الرابعة . وكما مبين في الجدول الجدول (1).

الجدول (1) يبين توزيع عينة البحث والنسبة المئوية من مجتمع البحث

المجموعة	الرابعة	الثالثة	الثانية	المرحلة
100	27	21	52	عينة البناء
54	15	11	28	عينة التجارب الاستطلاعية
57	15	11	31	عينة التجربة الرئيسة
211	57	43	111	مجموع العينة
%70	%70	%70	%70	نسبة العينة من المجتمع
301	81	62	158	المجتمع

2-2-2 عينة البحث:

1- عينة التجربة الرئيسة: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية البسيطة ، حيث بلغ عدد العينة (211) طالبا ونسبة بلغت(70%) من مجتمع البحث . تحددت عينة التجربة الرئيسة من (57) طالبا ، وبقواع (31) طالبا من المرحلة الثانية، و(11) طالبا من المرحلة الثالثة، و(15) طالبا من المرحلة الرابعة.



2- عينة البناء: اما عينة البناء فقد تم إختيار (100) طالب من اجل عينة البناء لمقياس الاستقرار النفسي وواقع (52) طالبا من المرحلة الثانية و(21) طالبا من المرحلة الثالثة و(27) طالبا من المرحلة الرابعة. وقد تم الاعتماد على هذه العينة في استخراج القوة التمييزية لمقياسي الاستقرار النفسي واليقظة الذهنية.

3- عينة التجارب الاستطلاعية: بلغ عدد عينة التجارب الاستطلاعية (54) طالبا من المراحل الثلاثة، وذلك للتأكد من ثبات المقياس، وإجراء التجارب الأستطلاعية للمقياس. وكالاتي تم اختيار (44) طالب لإجراءات ثبات المقياس (10) طلاب للتجارب الاستطلاعية للمقياس.

2-3 أدوات البحث:-

يقصد بأداة البحث "الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع الباحث من خلالها حل مشكلة ما مهما كانت تلك الادوات، بيانات أو عينات أو أجهزة" (ضياء الخياط، 2017:23)

- بناء مقياس مقياس الاستقرار النفسي .

2-4 الأجهزة والوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات اللازمة والضرورية التي تساعد الوصول الى البيانات المطلوبة لحل المشكلة وتحقيق أهداف البحث :

2-4-1 الأجهزة المستخدمة في البحث:

- ساعة توقيت الكترونية. لاب توب نوع hp.

2-4-2 الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

- المراجع والمصادر العربية والأجنبية. آراء الخبراء والمختصين . شبكة المعلومات الدولية (الانترنت). استمارة تفريغ البيانات. استمارة لتسجيل البيانات وتفرغها

2-5 إجراءات بناء مقياس الاستقرار النفسي:

و لعدم وجود مقياس خاص بقياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة لذا لجأ الباحثان إلى بناء مقياس الاستقرار النفسي لقياس الاستقرار النفسي لدى عينة البحث.

لذا اعتمد الباحثان الخطوات أعلاه في بناء مقياس (الاستقرار النفسي) وكما يأتي:

أولا :- تحديد محاور مقياس الاستقرار النفسي:

لقد اعتمد الباحثان في بناء مقياس الاستقرار النفسي على نظرية ماسلو للحاجات الإنسانية (Maslow, 1970)، لما توفره من إطار نظري متكامل يفسر العلاقة بين إشباع الحاجات



النفسية وتحقيق الاستقرار النفسي، التي تتلاءم مع خصائص عينة البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وكذلك اعتمد الباحث على الاطر النظرية والدراسات السابقة وذلك من خلال تحليل محتوى المصادر لهذه الدراسات مثل دراسة (علي وطبيب، 2012) ودراسة (هيفن، 2017) ودراسة (حسن، 2020) ودراسة (الغريبي والشمري، 2020) ودراسة (ابراهيم، 2023)، وجد الباحثان انه هناك اتفاقا على الأبعاد الرئيسية الاتية وهي :

الشعور بالاطمئنان. الثبات الانفعالي. تقبل الذات. التوافق النفسي. التوافق الاجتماعي. تقبل الاخرين والتسامح معهم. الامن النفسي. التفاؤل. الثقة بالنفس. الاتزان الانفعالي.

وبعد عرض المحاور العشرة على (19) خبيراً في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتقويم ملحق (1) لبيان صلاحيتها في قياس الهدف الذي وضعت من أجله وبعد جمع تحليل استجاباتهم من خلال استخدام الاهمية النسبية للتعرف على اهمية المحاور، وقد تبين أن المحاور الخمسة (تقبل الذات - التوافق النفسي - الامن النفسي - الثقة بالنفس - الاتزان الانفعالي) قد نالت درجة القبول، إذ ان درجة القبول للمحور يجب ان تكون اكبر من (114) او بنسبة (60%) وكما مبين في جدول (2).

الجدول (2) يبين درجة الاهمية والاهمية النسبية وقبول وترشيح ابعاد الاستقرار النفسي

حسب رأي المختصين الخبراء

الابعاد	درجة الاهمية	الاهمية النسبية	قبول الترشيح	
			نعم	لا
الثقة بالنفس	181	%95.26	✓	1
تقبل الذات	173	%91.05	✓	2
التوافق النفسي	163	%85.78	✓	3
الامن النفسي	151	%79.47	✓	4
الاتزان الانفعالي	146	%76.84	✓	5
الشعور بالاطمئنان	94	%49.47	✗	6
التوافق الاجتماعي	88	%46.31	✗	7
الثبات الانفعالي	79	%41.57	✗	8
التفاؤل	17	%37.36	✗	9
تقبل الاخرين والتسامح معهم	67	%35.26	✗	10

ثانياً: - تحديد وصياغة فقرات الابعاد:

بعد تحديد ابعاد مقياس الاستقرار النفسي تطلب اعداد الصيغة الاولى له، أذ تمت صياغة عدد من الفقرات على وفق



تحليل محتوى مفهوم محاور الاستقرار النفسي، وبما يتلائم طبيعة عمل مجتمع البحث، واسترشادا بالبحوث والمصادر العلمية ذات العلاقة بابعاد البحوث والدراسات السابق ذكرها ، اشتمل المقياس بصورته الاولية ملحق (2) على (53) فقرة موزعة على ابعاد قيد البحث وهي (تقبل الذات ، 10 فقرات) (التوافق النفسي، 8 فقرات)، (الامن النفسي ، 11 فقرة) ، (الثقة بالنفس ، 9 فقرات) ، (الاتزان الانفعالي ، 15 فقرة) ، وقد تم مراعاة جوانب أساسية في صياغة الفقرات منها:

❖ أن يكون محتوى الفقرة واضحا وصريحا ومباشرا وتثير المجيب بحيث تدفعه الى الاجابة بشكل صريح.

❖ يفضل عدم استخدام الفقرات الطويلة، تجنب نفي النفي في الفقرات.

❖ ان تحتوي الفقرة على فكرة واحدة وأن تكون بدائل الفقرة قصيرة.

ثالثا:- تحديد صلاحية الفقرات لمقياس الاستقرار النفسي:

يشير مفهوم صلاحية الفقرات إلى الاستدلالات الخاصة التي نخرج بها من درجات المقياس من حيث مناسبتها وفائدتها ومعناها وهي تحقيق صدق المقياس بمعنى جمع الأدلة التي تؤيد مثل هذه الاستدلالات. (Eble,1972,234) وبعد أن صيغت فقرات المقياس بصورتها الاولية عرضت على (19) خبيراً في مجال علم النفس الرياضي والقياس والتقويم ملحق (1) لبيان صلاحيتها في قياس الهدف الذي وضعت من أجله وبعد تحليل استجاباتهم من خلال استخدام النسبة المئوية واختبار كاي سكوير (χ^2) للمقارنة بين الموافقين وغير الموافقين من آراء الخبراء ، وقد تبين أن جميع الفقرات نالت رضا واتفاق الخبراء في

صلاحيتها، باستثناء الفقرات (13 ، 28 ، 39 ، 45) ، حيث بلغت نسبة اتفاق الخبراء في هذه الفقرات (68.42%) وأقل ، وبلغت احتمالية قيم كاي سكوير اكبر من (0.05) مما يدل بانه لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين آراء الخبراء الموافقين وغير الموافقين ، مما يدل على عدم صلاحية الفقرات ، وكما مبين في جدول (3)

الجدول (3) يبين آراء الخبراء والمختصين وقيمة (كا 2) والنسبة المئوية لفقرات المقياس

الدالة الإحصائية	Sig	قيمة كا 2 المحسوبة	نسبة الاتفاق	الخبراء		الفقرات في المقياس	ابعاد الاستقرار النفسي
				غير موافقون	موافقون		
معنوي	.000	19	%100	صفر	19	-6-5-4-3-2-1 10-9-8	تقبل الذات
معنوي	.000	15.21	%94.73	1	18	7	
معنوي	.000	19	%100	صفر	19	18-15-12-11	التوافق النفسي
معنوي	.003	8.892	%84.21	3	16	17-16-14	



غير معنوي	.125	1.316	63.15%	7	12	13	الامن النفسي
معنوي	.000	19	%100	0	19	-24-21-20-19 27-26-25	
معنوي	.001	11.821	%89.47	2	17	29-23-22	الثقة بالنفس
غير معنوي	.125	1.316	63.15%	7	12	28	
معنوي	.000	19	100%	صفر	19	-34-33-32-30 38-37-35	الاتزان الانفعالي
معنوي	.000	15.21	%94.73	1	18	36-31	
معنوي	.000	19	100%	صفر	19	-44-42-41-40 52-51-50-47	
معنوي	.001	11.821	%89.47	2	17	-49-48-46-43 53	
غير معنوي	.108	2.579	68.42%	6	13	39	
غير معنوي	.125	1.316	63.15%	7	12	45	

رابعا: أعداد تعليمات الاجابة عن المقياس الاستقرار النفسي:-

تم وضع التعليمات الخاصة لكيفية الاجالة عن المقياس وقد روعي فيها ما يأتي :

- الوضوح وسهولة الفهم ومناسبة لمستوى عينة البحث.
- إخفاء الغرض من المقياس وذلك من اجل الحصول على بيانات صادقة وغير مزيفة، إذ يشير كرونباخ إلى "إن التسمية الصحيحة لمثل هذه المقاييس قد تدفع المستجيب إلى تزييف الاجالة أو الامتناع .
- إيضاح للمستجيب بانه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة بل هي وجهات نظر.
- عدم ذكر الاسم.
- عرض نموذج للاجابة كمثال يقتدي فيه المستجيب في إجابته على المقياس
- خامسا:- التجربة الاستطلاعية
- تم إجراء التجربة الاستطلاعية (وهي عبارة عن دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحثان على عينة صغيرة قبل قيامه ببحثه بهدف اختيار أساليب البحث) .
- وذلك لغرض التحقق من وضوح تعليمات المقياس وفقراته ومدى استيعاب عينة البحث للمقياس لتشخيص الأخطاء مسبقاً قبل إجراء التجربة الأساس لتلافيها.
- سادسا:- تصحيح المقياس



- تم اعتماد أسلوب (ليكرت) خماسي الأبعاد في صياغة فقرات المقياس ، والذي يقدم للمستجيب موقف ويطلب منه تحديد إجابته باختيار بديل من بين عدة بدائل لها أوزان مختلفة. (عودة، 1998، 407)
- وإن عملية تصحيح المقياس تتم بوضع درجة مناسبة لكل فقرة وحسب إجابة المستجيب من خلال مفتاح التصحيح الذي هو (الأداة التي يكشف بها الفاحص عن الإجابات). (علام، 2000، 184)
- حيث تكون من (49) فقرة وبدائل إجابة خماسية الأبعاد (موافق بشدة - موافق - موافق - موافق - موافق الى حد ما - غير موافق - غيرا موافق بشدة) وبأوزان قدرها على التوالي (5-4-3-2-1) للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية. ملحق (5) وقام البحث بترجمة المقياس الى اللغة الكردية ملحق (3) مستعينا بمترجمين
سابعاً : التجربة الاستطلاعية الاولى :
- قام الباحث بتطبيق المقياس بصورته الأولية وبعد التأكد من سلامة الفقرات لغويا عمد الباحث الى عرض الاستبيان على خبير لغوي باللغة العربية قبل الشروع بالتجربة الاستطلاعية للاستبيان ليكون الاستبيان خال من الأخطاء اللغوية من دون التأثير على محتوى وأهداف الفقرات والبدائل وبعدها تم ترجمة الاستبيان الى اللغة الكردية من قبل مترجم مختص باللغة العربية و الكردية ملحق (3) وذلك لتسهيل فهم المحاور والفقرات لكون اغلب الطلاب لا يتقنون اللغة العربية بفصاحة ولتسهيل الأمر عليهم وتوضيح الفقرات بشكل مفهوم وواضح .
- تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (10) طلاب من طلاب المراحل الثانية والثالثة والرابعة لم يكونوا ضمن عينتي البناء والتطبيق وذلك بغرض التعرف على : -
- مدى وضوح فقرات وتعليمات المقياس للطلاب وفهمهم لعباراته.
- ظروف تطبيق المقياس وما يرافق ذلك من المصاعب أو المعوقات.
- تقدير الوقت المستغرق في الاجابة عن فقرات المقياس.
- إعادة صياغة العبارات غير الواضحة وتبديلها بعبارات أكثر وضوحاً.
- وقد طلب من الطلاب قراءة التعليمات والفقرات والاستفسار عن أي غموض وذكر الصعوبات التي قد تواجههم اثناء الاجابة وقد افرزت الاجابات عن وضوح التعليمات



والفقرات. وان معدل الاجابة على المقياس يستغرق ما بين (20-16) دقيقة وبمعدل (18) دقيقة طالب . وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتطبيق لغرض التحليل الإحصائي. ثامنا :- التحليل الإحصائي لمقياس الاستقرار النفسي: مهما بلغت دقة الأساليب المنطقية وأحكام الخبراء فإنه لا تغني عن التجريب الميداني للمقياس وتحليل درجات فقراته باستخدام الأساليب الإحصائية . كون التحليل الإحصائي يتحقق من مضمون الفقرة في قياس ما أعدت لقياسه من خلال التحقق من بعض المؤشرات القياسية للفقرة مثل قدرتها على التمييز بين المستجيبين ومعامل صدقها. ومن أجل الخوض في عمليات التحليل الإحصائي فقد اتبع الباحثان الأساليب الآتية:-

1- القوة التمييزية:

يقصد بالقوة التمييزية مدى قدرة الفقرة على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا من الأفراد بالنسبة للسمة التي تقيسها الفقرة. (الكبيسي، 1990، 5) وقد قام الباحثان بالتحقق من قدرة الفقرة على التمييز باستخدام المجموعتين الطرفيتين وذلك من خلال عينة التحليل الإحصائي والبالغ (100) من طلاب المرحلة الثانية والثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين حيث قام الباحثان وبمساعدة فريق العمل المساعد. بتوزيع مقياس الاستقرار النفسي عليهم لغرض حساب القوة التمييزية للفقرات فقد اتبع الباحث الخطوات الآتية :

أ- ترتيب الدرجات على المقياس من أعلى إلى أسفل .
ب- تعيين ما نسبته 27 % من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و 27 % من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا لأن هذه النسبة تحقق مجموعتين بأقل ما يمكن من حجم وتمايز، علماً أن عدد الاستمارات كانت (100) استمارة ، ونسبة الـ 27% بلغت عند كل مجموعة عليا ودنيا (27) مفردة . (عبد المنعم، عيسى، 1999، 140)
ت- التعرف على القدرة التمييزية لكل فقرة باستخدام الاختبار التائي (t) لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين درجات المجموعة العليا والدنيا في كل فقرة (لمقارنة الأوساط الحسابية للمجموعتين الطرفيتين عن كل فقرة . (Anastasia,1976, 140)
ومن هذا تبين إن فقرات (14 - 22 - 23 - 29 - 43 - 46 - 48 - 53) كانت غير قادرة على التمييز بين المجموعتين الطرفيتين عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (52) حيث كانت قيمها الاحتمالية (sig) أكبر من (0.05) والجدول (4) يبين ذلك .



الجدول (4) يبين القوة التمييزية لفقرات مقياس الاستقرار النفسي

الفقرة	المجموعة	العينة	الوسط الحسابي	انحراف معياري	t. test	Sig	الدلالة
1	عليا	27	9613.8	0561.4	13.206	.000	معنوي
	دنيا	27	2.5926	3029.1			
2	عليا	27	.96304	2452.1	10.34	.000	معنوي
	دنيا	27	25403.	50038.			
3	عليا	27	4.8561	.05422	13.93	.000	معنوي
	دنيا	27	.53232	466.8			
4	عليا	27	5.000	0.000	8.20	.000	معنوي
	دنيا	27	8526.3	8325.8			
5	عليا	27	78833.	.42366	10.43	.000	معنوي
	دنيا	27	3709.2	11.159			
6	عليا	27	66715.4	0562.8	3.81	.000	معنوي
	دنيا	27	00213.	71.960			
7	عليا	27	2590.4	.26688	7.58	.000	معنوي
	دنيا	27	4818.2	801.76			
8	عليا	27	.92594	855.26	16.10	.000	معنوي
	دنيا	27	9636.2	.66880			
9	عليا	27	15863.	.64273	9.75	.000	معنوي
	دنيا	27	978.71	.89156			
10	عليا	27	4.5621	722.07	10.65	.000	معنوي
	دنيا	27	3.8889	.32026			
11	عليا	27	792.73	7161.5	4.18	.000	معنوي
	دنيا	27	2.9259	.91676			
12	عليا	27	4.6152	3722.5	7.19	.000	معنوي
	دنيا	27	12543.	3315.8			
13	حذفت من قبل الخبراء						
14	عليا	27	74223.	4562.5	0.600	.551	غير معنوي
	دنيا	27	853.29	3261.9			
15	عليا	27	3.9630	515.19	5.96	.000	معنوي
	دنيا	27	9389.2	762.90			
16	عليا	27	3.8148	.39585	4.86	.000	معنوي
	دنيا	27	7098.2	.79169			
17	عليا	27	25973.	66886.	7.13	.000	معنوي
	دنيا	27	25942.	71526.			



معنوي	.000	8.08	68633.	1482.4	27	عليا	18
			65167.	2597.2	27	دنيا	
معنوي	.000	4.90	24564.	6308.4	27	عليا	19
			7781.9	0756.3	27	دنيا	
معنوي	.000	3.92	.19245	6300.4	27	عليا	20
			.96077	32213.	27	دنيا	
معنوي	.000	9.50	.78410	7415.4	27	عليا	21
			30966.	93682.	27	دنيا	
غير معنوي	.314	1.01	.50071	9269.2	27	عليا	22
			.89156	2279.2	27	دنيا	
غير معنوي	.101	1.66	1.12976	.74073	27	عليا	23
			.98421	.25933	27	دنيا	
معنوي	.000	6.56	.77533	03783.	27	عليا	24
			.94432	2.2593	27	دنيا	
معنوي	.000	3.66	1.35032	.14814	27	عليا	25
			1.17791	8528.2	27	دنيا	
معنوي	.000	6.81	1.11068	1485.4	27	عليا	26
			.91676	2596.2	27	دنيا	
معنوي	.000	4.82	.32021	8892.4	27	عليا	27
			83426.	07492.	27	دنيا	
حذفت من قبل الخبراء							28
غير معنوي	.415	0.83	71637.	37563.	27	عليا	29
			0331.8	86333.	27	دنيا	
معنوي	.000	5.90	0581.6	7101.4	27	عليا	30
			7333.8	3092.2	27	دنيا	
معنوي	.000	13.11	2.5423	4.82651	27	عليا	31
			2475.6	.684512	27	دنيا	
معنوي	.008	2.74	7701.61	.62964	27	عليا	32
			503541.	1485.3	27	دنيا	
معنوي	.000	7.63	0.000	5.0000	27	عليا	33
			1.08342	.40743	27	دنيا	
معنوي	.000	4.81	5361.8	.62964	27	عليا	34
			11621.	29692.	27	دنيا	
معنوي	.000	5.90	.63605	9261.4	27	عليا	35
			50038.	98562.	27	دنيا	
معنوي	.000	15.48	.56321	3.9751	27	عليا	36
			.42371	74281.	27	دنيا	



معنوي	.000	6.07	0.0000	5.000	27	عليا	37
			71922.	1992.3	27	دنيا	
معنوي	.000	4.63	79166.	523.14	27	عليا	38
			40368.	1284.3	27	دنيا	
حذفت من قبل الخبراء							39
معنوي	.000	19.51	.000	5.000	27	عليا	40
			.62546	2.6514	27	دنيا	
معنوي	.000	32.98	.34698	4.3742	27	عليا	41
			.25467	1.6423	27	دنيا	
معنوي	.000	23.31	.000	5.000	27	عليا	42
			.56341	2.4721	27	دنيا	
غير معنوي	.677	0.42	1.3381	2.1655	27	عليا	43
			.86592	2.0370	27	دنيا	
معنوي		9.90	1.358	4.8213	27	عليا	44
			.9534	1.6587	27	دنيا	
حذفت من قبل الخبراء							45
غير معنوي	.398	0.851	.88835	3.4074	27	عليا	46
			.87706	3.2525	27	دنيا	
معنوي	.000	20.54	.000	5.000	27	عليا	47
			.46271	3.1624	27	دنيا	
غير معنوي	.742	0.33	1.31071	2.4444	27	عليا	48
			.89792	2.1370	27	دنيا	
معنوي	.000	16.40	.68422	4.5621	27	عليا	49
			.71534	1.68414	27	دنيا	
معنوي	.000	20.18	.000	5.000	27	عليا	50
			.57153	2.6142	27	دنيا	
معنوي	.000	11.33	.38412	3.9722	27	عليا	51
			.3568	2.8331	27	دنيا	
معنوي	.000	20.43	.000	5.000	27	عليا	52
			.6217	2.3461	27	دنيا	
غير معنوي	.081	1.77	.54171	2.5036	27	عليا	53
			.95333	2.1962	27	دنيا	

2 - الاتساق الداخلي يعد الاتساق الداخلي للاختبار أو معامل تجانسه أسلوبا للحصول على تقدير الصدق التكويني. وان ارتباط كل فقرة بمحك خارجي او داخلي يعد احد مؤشرات صدق الفقرة، فأذا



لم يتوفر محك خارجي يستخدم محك داخلي، لذلك تعد درجة المجيب الكلي عن المقياس أفضل محك داخلي.

ويقصد بالاتساق الداخلي ان علامة المفحوص على جزء من الاختبار تكون مرتبطة ارتباطا عاليا بعلامته على الاختبار بشكل كامل. (ابو مغلي، سلامة، 2010، 43) وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات الفقرات مع أبعاد (الاستقرار النفسي) الذي تنتمي إليه ومع الدرجة الكلية للمقياس. وقد تم التأكد من الاتساق الداخلي من خلال حساب ما يأتي :

أ- علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس.

تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس وقد تبين أن جميع فقرات المقياس ذات دلالة معنوية كون القيم الاحتمالية (sig) أصغر من (0.05) عند درجة حرية (98) والجدول (5) يبين ذلك .

ب-علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لأبعاد مقياس (الاستقرار النفسي)

وهو أسلوب يقوم على أيجاد درجة ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمحور وظهرت جميع الفقرات معنوية كون القيم الاحتمالية (sig) أصغر من (0.05) عند درجة حرية (98) وكما مبين في جدول (5)

الجدول (5) يبين ارتباط درجات الفقرات بدرجات ابعاد مقياس (الاستقرار النفسي) والدرجة الكلية

للمقياس

sig	ارتباط الفقرة بالمقياس	Sig	ارتباط الفقرة بالمحور	الفقرة	ابعاد الاستقرار النفسي
.000	0.45	.000	0.35	1	تقبل الذات
.000	0.41	.000	0.60	2	
.000	0.37	.000	0.41	3	
.000	0.36	.000	0.62	4	
.000	0.43	.000	0.74	5	
.000	0.31	.000	80.5	6	
.000	60.5	.000	80.6	7	
.000	0.43	.000	60.4	8	
.000	0.39	.000	10.6	9	
.000	0.38	.000	20.6	10	
.000	0.39	.000	0.31	11	
.000	0.41	0.00	0.55	12	



	حذفت من قبل الخبراء			13	التوافق النفسي
	حذفت في التمييز			14	
.000	0.43	.000	30.6	15	
.035	0.21	0.00	70.4	16	
.000	0.45	.000	0.66	17	
.000	0.50	.000	70.6	18	
.000	0.37	.000	0.33	19	
.000	0.51	0.00	0.62	20	
.000	0.38	.000	0.38	21	
	حذفت في التمييز			22	
	حذفت في التمييز			23	
.000	0.49	.000	00.7	24	الامن النفسي
.000	0.41	.000	0.36	25	
.000	0.35	.001	0.27	26	
.000	0.36	0.00	10.4	27	
	حذفت من قبل الخبراء			28	
	حذفت في التمييز			29	
.000	0.36	.000	0.34	30	الثقة بالنفس
.000	80.3	.000	30.5	31	
.000	60.4	.000	50.6	32	
.000	0.39	.000	0.42	33	
.000	0.49	.000	70.6	34	
.000	50.3	.000	90.4	35	
.000	60.3	.000	0.39	36	
.000	10.4	.000	40.6	37	
.000	0.35	.001	0.29	38	
	حذفت من قبل الخبراء			39	
.000	0.44	.000	0.31	40	الاتزان الانفعالي
.000	0.62	.000	0.52	41	
.000	0.33	.002	0.28	42	
	حذفت في التمييز			43	
.000	0.43	.000	0.39	44	
	حذفت من قبل الخبراء			45	
	حذفت في التمييز			46	
.000	0.33	.025	0.26	47	
	حذفت في التمييز			48	
.000	0.48	.000	0.42	49	
.000	0.41	.000	0.38	50	
.000	0.63	.000	0.57	51	



.000	0.39	.000	0.44	52
حذفت في التمييز				53

ث -علاقة ارتباط درجات محاور (الاستقرار النفسي) بالدرجة الكلية للمقياس. كلما كانت قيم معاملات ارتباط درجات المجال بالدرجة الكلية للمقياس عالية كان ذلك دليل على توفر الاتساق الداخلي للاختبار وقد ظهرت جميع معاملات الارتباط عالية والجدول (6) أدناه يبين ذلك

الجدول (6) يبين معامل ارتباط درجات محاور الاستقرار النفسي بالدرجة الكلية للمقياس

الابعاد مقياس الاستقرار النفسي	تقبل الذات	توافق النفسي	الامن النفسي	الثقة بالنفس	الاتزان الانفعالي
معامل الارتباط	0.35	0.41	0.33	0.52	0.46
Sig	.000	.000	.000	.000	.000

ثامنا: الخصائص السايكومترية لمقياس الاستقرار النفسي:

1- صدق مقياس الاستقرار النفسي:

يعتبر الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها في بناء المقياس، والمقياس الذي يتصف بالصدق هو الذي يحقق الوظيفة التي وضع من أجلها أو مدى قيامه بالوظيفة المفترض قيامه بها. (النجار، 2010، 220)، كما يشير (Oppenheim, 1973, 70) الى ان الصدق يدل على قياس الفقرات لما يفترضه أن يقيسه.

وهذا يعني انه عند تطبيق المقياس يجب التحقق من توفر دلالات الصدق، لذا أدناه وصف

لمعاملات الصدق التي اجريت لأمكانية التثبيت من صحة استخدام المقياس في هذا البحث. إن المقياس الصادق هو الذي تقيس فقراته السمة المراد قياسها ولا تقيس سمة أخرى بغض النظر عن إن المستجيب تنطبق أو لا تنطبق عليه إذ إن المقياس يستند بالأساس على صدق فقراته وقد تم استخدام نوعين من الصدق للتحقق من صدق المقياس الحالي.

أ- صدق المحتوى:-

يُعد صدق المحتوى أحد الجوانب الأساسية التي تعكس مدى تمثيل فقرات الأداة للمجال الذي صممت لقياسه، ويتم التأكد منه من خلال عرض الأداة على مجموعة من الخبراء المختصين في مجالها، بهدف تقييم مدى ملاءمة الفقرات وارتباطها بمحتوى الظاهرة المدروسة. وقد استخدم الباحثان هذا النوع من الصدق من خلال الاستعانة بأراء مجموعة من المحكمين ذوي الخبرة، وذلك للتأكد من مدى صلاحية فقرات مقياس الاستقرار النفسي لقياس الأبعاد المستهدفة بدقة ووضوح،



وهذا ما أشار إليه محمد الدليمي (2016) على أهمية التحكيم المهني في الحكم على صدق الأداة. (الدليمي، 2016، 231)

ب- الصدق البنائي:-

يعد صدق البناء من أكثر أنواع الصدق والذي يسمى أحياناً بصدق المفهوم أو صدق التكوين الفرضي لأنه يؤثر مدى قياس المقياس لتكوين فرضي أو مفهوم معين ، وتم التحقق من هذا الصدق في المقياس الحالي من خلال التحليل الإحصائي لل فقرات .

2- الثبات لمقياس الاستقرار النفسي:-

يعد الثبات من خصائص القياس الأساسية للمقاييس ويمكن تعريفه على(انه درجة الاتساق أو التجانس بين نتائج استبيانين في تقدير صفة أو سلوك ما) .

وأعتمد الباحث على طريقتين في استخراج ثبات مقياس الاستقرار النفسي وهي كالآتي:-

أ- معامل ألفا كرونباخ :-

تقوم فكرة هذه الطريقة على إن الفقرة عبارة عن استبيان قائم بذاته ويؤشر معامل اتساق أداء الفرد أي التجانس بين فقرات الاستبيان .حيث بلغت قيمة ثبات محور تقبل الذات (0.834) ، في حين بلغت قيمة ثبات محور التوافق النفسي (0.771) ،وبلغت قيمة ثبات محور الامن النفسي (0.853) اما قيمة ثبات محور الثقة بالنفس فقد بلغت (0.811)، وبلغت قيمة ثبات محور الاتزان الانفعالي (0.792) ،في حين بلغت قيمة ثبات المقياس الكلي (0.804)، وهذه النسب تدل على ان مقياس الاستقرار النفسي يتمتع بدرجة ثبات عالية ، أذ يشير العساف وآخرون (2019) إلى أنه كلما اقترب الثبات من الواحد الصحيح، كان ذلك أفضل. (العساف 2019)

ب - الاختبار وإعادة الاختبار:-

تم تطبيق الاختبار على عينه من طلبة كلية التربية البدنية في جامعة صلاح الدين وهي غير عينه الدراسه وعددها (44) طالبا ، وباستخدام تطبيق المقياس واعادة تطبيقه بعد مرور (10) يوما من التطبيق الاول. وتم استخدام معامل ارتباط بيرسون لايجاد العلاقة بين الاختبارين الاول والثاني ، حيث بلغت قيمة ثبات محور تقبل الذات (0.822) ، في حين بلغت قيمة ثبات محور التوافق النفسي (0.751) ،وبلغت قيمة ثبات محور الامن النفسي (0.806) اما قيمة ثبات محور الثقة بالنفس فقد بلغت (0.763) ، وبلغت قيمة ثبات محور الاتزان الانفعالي (0.861) ،في حين بلغت قيمة ثبات المقياس الكلي (0.776)، وهذه النسب تدل على ان مقياس الاستقرار النفسي يتمتع بدرجة ثبات عالية وكما مبين في الجدول (7).



الجدول (7) يبين الثبات لمحاوَر مقياس الاستقرار النفسي

إعادة الاختبار	Alpha Cornbrash's	عدد الفقرات	إبعاد الاستقرار النفسي
0.822	0.834	10	تقبل الذات
0.751	0.771	6	التوافق النفسي
0.806	0.853	7	الامن النفسي
0.763	0.811	9	الثقة بالنفس
0.861	0.792	9	الاتزان الانفعالي
0.776	0.804	41	الدرجة الكلية

تاسعا: الوصف النهائي لمقياس الاستقرار النفسي:

بلغ عدد فقرات مقياس الاستقرار النفسي بصورتها النهائية (41) فقرة موزعة على محاور المقياس الخمسة، حيث احتوى المحور الاول المتمثل بتقبل الذات من (10) فقرات، واشتمل المحور الثاني المتمثل بالتوافق النفسي من (6) فقرات، في حين اشتمل المحور الثالث والمتمثل بالامن النفسي من (7) فقرات، اما المحور الرابع والمتمثل بالثقة بالنفس فقد احتوى على (9) فقرات، في حين اشتمل المحور الخامس المتمثل بالاتزان الانفعالي ب (9) فقرات . ملحق (4) والفقرات جميعها ذات اتجاه إيجابي ولقد وضع خمسة بدائل للإجابة على فقرات المقياس وهي كالتالي : (موافق بشدة (5) ، موافق (4) ، موافق الى حد ما (3) ، غير موافق (2) ، غير موافق بشدة (1) ، ولأجل إستخراج الدرجة الكلية للمقياس ، تجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب في إجابته على فقرات المقياس البالغ (41) فقرة موزعة على (5) مجالات ، لذا فإن أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (205) وأدنى درجة هي (41) ، وتحسب درجة المستجيب فيه من خلال جمع درجات البدائل التي يختارها في جميع الفقرات ، ويشير إلى أنه كلما ارتفعت درجة المستجيب على المقياس فإنه يشير إلى الاستقرار النفسي مرتفع ، وكلما قلت درجة المستجيب على المقياس فإنه يشير إلى أن الاستقرار النفسي منخفض وبلغ قيمة المتوسط الفرضي للمقياس (123). ملحق (10) وقد قام الباحث بترجمة المقياس بصورته النهائية الى اللغة الكردية ملحق (11) مستعينا بترجمين

2-5-1 الوصف النهائي لمقياس الاستقرار النفسي:

تم الحصول على مقياس الاستقرار النفسي لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين والذي يتكون من (41) فقرة موزعة على خمسة أبعاد وهي كالتالي:
1- بعدا تقبل الذات (10) فقرات وهي (1,2,3,4,5,6,7,8,9,10).



- 2- بعد التوافق النفسي (6) فقرات وهي (11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 15 ، 16).
- 3- بعد الامن النفسي (7) فقرة وهي (17 ، 18 ، 19 ، 20 ، 21 ، 22 ، 23).
- 4- بعد الثقة بالنفس (9) فقرات وهي (25، 24، 26، 27، 28، 29، 30، 31، 32).
- 5- بعد الاتزان الانفعالي (9) فقرات وهي (33، 34، 35، 36، 37، 38، 39، 40، 41).

والفقرات جميعها ذات إتجاه إيجابي ولقد وضع خمسة بدائل للإجابة على فقرات المقياس وهي كالتالي : (موافق بشدة (5) ، موافق (4) ، موافق الى حد ما (3) ، غير موافق (2) ، غير موافق بشدة (1) ، ولأجل إستخراج الدرجة الكلية للمقياس ، تجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب في إجابته على فقرات المقياس البالغ (41) فقرة موزعة على (5) مجالات ، لذا فإن أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (205) وأدنى درجة هي (41) ، وتحسب درجة المستجيب فيه من خلال جمع درجات البدائل التي يختارها في جميع الفقرات ، ويشير إلى أنه كلما ارتفعت درجة المستجيب على المقياس فإنه يشير إلى الاستقرار النفسي مرتفع ، وكلما قلت درجة المستجيب على المقياس فإنه يشير إلى أن الاستقرار النفسي منخفض وبلغ قيمة المتوسط الفرضي للمقياس (123). وقد قام الباحثان بترجمة المقياس بصورته النهائية الى اللغة الكردية مستعينا بمتترجمين.

2-5-2 التجربة الاستطلاعية الثانية لمقياس الاستقرار النفسي:

تعد التجربة الاستطلاعية خطوة هامة في البحث العلمي، حيث تسهم في فحص فعالية أدوات المقياس وتساعد في تحديد الأخطاء المحتملة قبل بدء جمع البيانات الرئيسية، مما يزيد من دقة وموثوقية النتائج.

وتم تنفيذ التجربة الاستطلاعية، وهي دراسة اختبارية أولية يقوم الباحث بها على عينة صغيرة من الطلاب قبل تنفيذ البحث الرئيسي ، تهدف هذه التجربة إلى اختبار وضوح التعليمات وفقرات المقياسين ، وكذلك تقييم مدى استيعاب عينة البحث للمقياس، وذلك لتحديد الأخطاء المحتملة مسبقاً قبل البدء في التجربة الرئيسية والعمل على تلافئها . وأجريت التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (10) الطلاب من طلاب المراحل الثانية والثالثة والرابعة لم يكونو ضمن عينة البناء وعينة التطبيق النهائي ، وتبين أن فقرات المقياس كانت واضحة للطلاب وان معدل الاجابة على المقياس يستغرق ما بين (20-16) دقيقة وبمعدل (18) دقيقة طالب. وبناءً على ذلك أصبح المقياس جاهز للتطبيق في التجربة الرئيسية.



2-5-3 التطبيق النهائي لمقياس الاستقرار النفسي:

بعد أن أجرى الباحث جميع الإجراءات العلمية المتعلقة بإعداد مقياس الاستقرار النفسي الرياضي تم تطبيق المقياس على عينة التطبيق البالغة (57) طالبا من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين للمراحل (المرحلة الثانية (31) طالب المرحلة الثالثة (11) طالب والمرحلة الرابعة (15) طالب تم توزيع الاستمارات على الطلاب بعد شرحه كيفية الاجابة على المقياس وذلك بوضع علامة (√) أمام كل فقرة وتحت البدل الذي يراه مناسباً ، اذ تم التأكيد على الطلاب بالاجابة عن جميع فقرات المقياس بدقة وعدم ترك اي فقرة بدون اجابة ، علما ان الاجابة تكون على استمارة المقياس نفسه ثم جمعت الاستمارات من الطلاب وبهذا تكون درجة المفحوص (الطالب) على المقياس، هي مجموع درجاته على فقرات المقياس جميعاً.

2-5-4 الوسائل الاحصائية :

: الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (t) للعينات ومعامل الارتباط البسيط بيرسون والنسبة المئوية والتحليل الاحصائي لحساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي لفقرات مقياس الاستقرار النفسي.

الخاتمة :

استنتج الباحثان ما يلي بناء مقياس الاستقرار النفسي في قياس في قياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين في ضوء الاستنتاجات يوصي الباحثان بإمكانية تطبيق مقياس الاستقرار النفسي المعد من قبل الباحثان في قياس الاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة صلاح الدين، وضرورة تحسين وتنمية الاستقرار النفسي لدى الطلاب من خلال إعداد دورات خاصة ، لكونه عاملاً إيجابياً في تقدم مستوى الطلاب، واجراء دراسات حول متغير الاستقرار النفسي وعلاقتها ببعض المتغيرات التي تخص الفعاليات الرياضية منها الجماعية او الفردية والكشف عن اهميتها واساليب التعامل معهم.

المصادر

- Abdel Moneim Mamdouh Mohamed and Issa Abdullah Mahmoud (1999). Scientific Research Methods in Education. Cairo: Dar Al-Maaref, p. 140.
- Abdul Majeed Abdul Rahman and Jaber Abdul Hamid Al-Sayed (2010). Foundations of Measurement and Evaluation in Education and Psychology. 2nd ed., Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi, p. 162.



- Abdul Rahman Muhammad Abdul Rahman (2020). Exploratory Studies in Scientific Research. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Abdul Razzaq Mahmoud Hisham (2022). Optimism and Its Relationship to Psychological Stability Among Students of the College of Physical Education, Benha University. Benha University, Egypt.
- Abu Mughli Jihad and Salama Mahmoud (2010). Scientific Research Methods in Education and Psychology. Cairo: Dar Al-Fikr Al-Arabi, p. 43.
- Al-Assaf Saleh bin Muhammad et al. (2019). Research Methods in Education and Psychology. Dar Al-Farouq Publishing.
- Al-Azhari Fawzia and Bahi Abdel Hamid (2006). Measurement and Evaluation in Education and Psychology. 1st ed., Alexandria: Dar Al-Ma'rifa Al-Jami'ya, p. 145.
- Al-Dulaimi Muhammad Abdul Razzaq (2016). Measurement and Evaluation in Education and Psychology. Amman: Dar Al-Hamid, p. 231.
- Al-Khatib Ahmed and Al-Khatib Samih (2011). Scientific Research Methods. Amman: Dar Al-Fikr, p. 48.
- Al-Kubaisi Kamel Abdullah (1990). Fundamentals of Scientific Research. Baghdad: Dar Al-Shu'un Al-Thaqafiya Al-'Ammah, p. 5.
- Allam Salah El-Din Mahmoud (2000). Principles and Methods of Scientific Research. Cairo: Dar Al-Maaref, p. 184.
- Allen M. J. and Yen W. M. (1979). Introduction to Measurement Theory. Monterey, CA: Brooks/Cole Publishing Company.
- Al-Najjar Muhammad Al-Najjar (2010). Fundamentals of Measurement and Evaluation in Education and Psychology. Cairo: Dar Al-Ma'rifa Al-Jami'ya, p. 220.
- Al-Saeed Ahmed Abdullah (2023). Scientific Research Methods: Foundations and Applications. Dar Al-Ilm, p. 98.
- Anastasia A. (1976). Psychological Testing. New York: Macmillan, p. 209.
- Awda Ahmed Ali (1998). Knowledge and its Relationship to Mental Concept. Amman: Dar Al-Masirah for Printing and Publishing, p. 407.
- Eble R. L. (1972). The Craft of Teaching. Chicago: University of Chicago Press, p. 234 .
- Khamis Shaimaa Ali Muhammad and Habib Mazen Muhammad Mahmoud (2016). Psychological Aspects and Their Relationship to Psychological Stability Among Students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon. University of Babylon.
- Oppenheim A. N. (1973). Questionnaire Design and Attitude Measurement. London: Heinemann, p. 70



- Radwan Muhammad Abdul Fattah (2006). Scientific Research Methods: Theory and Application. Cairo: Dar Al-Wafaa for Printing and Publishing, p. 461.

الملحق (1) باسماء السادة الخبراء والمختصين الذين عرض عليهم مقياس الاستقرار النفسي

ت	اسماء السادة الخبراء والمختصين	التخصص العلمي	اللقب العلمي	اسم الكلية	اسم الجامعة
1-	د. فالح جعاز شلش	القياس والتقويم	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	سوران
2-	د. عظيمة عباس السلطاني	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	صلاح الدين
3-	د. شيماء عبد مطر	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	المستنصرية
4-	د. وسن جاسم محمد	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بغداد
5-	د. علي قادر عثمان	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	سليمانية
6-	د. سعيد نزار سعيد	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	صلاح الدين
7-	د.حسن هادي صالح الشريفي	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	كوفة
8-	د. نعم خالد نجيب الخفاف	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية الرياضية	موصل
9-	د. خالد حسين عبدالله	علم النفس الرياضي	استاذ	فاكلتي التربية الرياضية والبدنية	كوية
10-	د. سناريا جبار محمود	علم النفس الرياضي	استاذ	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	ديالى
11-	د. ناري انور زبير	علم النفس الرياضي	استاذ	فاكلتي التربية الرياضية والبدنية	كوية
12-	د.رياض عكاب مرعي حموكة	علم النفس الرياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	حمدانية
13-	د. ديار خليل مصطفى	علم النفس الرياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	صلاح الدين
14-	د. بهزاد احمد صالح	علم النفس الرياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	دهوك
15-	د. وارهيل عاصم محمد	علم النفس الرياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	دهوك
16-	د. ديار كمال اسعد	علم النفس الرياضي	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	سليمانية
17-	د. شمال صلاح الدين	القياس والتقويم	استاذ مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	سوران
18-	د. رغداء فؤاد محمد	علم النفس الرياضي	مدرس	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	بغداد
19-	د. مهلهوان شيركو محمد جاف	علم النفس الرياضي	مدرس مساعد	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	صلاح الدين

الملحق (2) استبيان اراء السادة الخبراء لتحديد صلاحية الفقرات لمقياس الاستقرار النفسي



إقليم كردستان - العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة سوران / فاكلتي التربية

سكول التربية الرياضية

الدراسات العليا - الماجستير

استبيان اراء السادة الخبراء لتحديد صلاحية الفقرات لمقياس الاستقرار النفسي

الإستاذ الفاضل

تحية طيبة ...

يروم الباحث إجراء البحث الموسوم (مستوى الطموح بدلالة اليقظة الذهنية والاستقرار النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة صلاح الدين) ويقصد بالاستقرار النفسي (قدرة الفرد على ضبط إنفعالاته والتعبير عنها بصورة ناضجة متزنة) أو (شعور الفرد بالطمأنينة وتقبل ذاته والآخرين والتوافق معيم، وشعوره بالصحة الجسدية والنفسية). ونظرا لما تمتلكونه من خبرة ودراية علمية ارجو بيان رأيكم في صلاحية الفقرات بوضع علامة (√) ازاء الفقرة وتحت صالحة اذا كانت



الفقرة تقيس أحد أبعاد الاستقرار النفسي أو وضع العلامة تحت غير صالحة اذا كانت لا تقيس أحد أبعاد الاستقرار النفسي ، كما ارجو إجراء تعديلات فيما ترونه مناسباً على الفقرة مباشرة أو الأبعاد التي تنتمي إليها. مع فائق الشكر والتقدير..... وقد أعتد الباحث بدائل الاجابة الآتية:

موافق بشدة - موافق - موافق الى حد ما - غير موافق - غيرا موافق بشدة

5 4 3 2 1

الاسم :

الجامعة :

اللقب العلمي :

الاختصاص :

التوقيع :

المشرف

طالب ماجستير

أوميد محمد قادر

د. نقي حمزه جاسم السيف

الصورة الأولية لمقياس الاستقرار النفسي

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	موافق الى حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
1	اتقبل آراء الآخرين بسهولة.					
2	أقبل تصرفاتي ازاء نفسي والآخرين.					
3	انا متقبل حياتي.					
4	اشعر بالتقبل نحو اغلب الناس.					
5	اميل دائما الى الرفع من شأن نفسي.					
6	اسعى دائما لتقبل اهدافي رغم ما يصادفني من صعوبات.					
7	أحرص على تعزيز نقاط القوة في شخصيتي والعمل على تنمية الجوانب التي تحتاج الى تحسين.					
8	لدية المرونة في تقبل المواقف المختلفة.					
9	تمتاز اعمالي دائما بالدقة.					
10	أظهر مرونة عالية في تقبل وجهات النظر المختلفة واحترامها.					
11	اشعر بالقدرة على المواجهة عندما أتعرض للضغط لدراسية والحياتية.					
12	أجد أنني شخص منتج في المجتمع من الناحية الدراسية الاكاديمية.					
13	أميل إلى الانسجام مع الجماعة التي أنتمي إليها.					
14	أسعى لتحقيق النجاح في حياتي الأكاديمية بثقة.					
15	أتوقع أن المستقبل الذي ينتظرني مليء بالمفاجآت السارة.					
16	اعترف بأخطائي اتجاه زملائي وأحاول تصحيحها.					
17	انجز المهام التي اكلف بها في السقف الزمني المحدد لها.					
18	اتابع توجيهات اساتذتي بتركيز عالي.					
19	اشعر ان سلوكي متوازن في مختلف المواقف الدراسية والاجتماعية التي أتعرض لها.					



	اشعر بالارتياح والسرور عند انجاز واجباتي الدراسية.	20
	اعتقد أن علاقاتي الاجتماعية ناجحة مع زملائي.	21
	أثق بالآخرين وأتعامل معهم بحسن نية .	22
	اشعر ان حياتي مليئة بالأمل والمشاعر الايجابية.	23
	أفكاري تتسم بالمرونة والانفتاح على التغيير .	24
	اشعر اني راضي عن نفسي وفخور .	25
	أحب الاختلاط مع الآخرين.	26
	أفضل ان اكون بين زملائي على ان اكون بمفردي.	27
	أتعامل مع مستقبلي بهدوء وتخطيط ايجابي.	28
	اشعر بالاندماج والانتماء عند وجودي بين زملائي.	29
	ثقتي تزداد بقدراتي كلما كان الكادر التدريسي كفونيين.	30
	لا اتردد في قبول المهام التي يكلفني بها الاستاذ.	31
	رضا الاساتذة عني يدفعني الى بذل المزيد من الجهد.	32
	احرص على أن اكون عامل استقرار في الصف .	33
	اتخذ قرارات جريئة في المواقف الصعبة.	34
	قررتي مدروسة، واتخذها عن قناعة.	35
	اشعر بالقبول لدى اساتذتي وزملائي.	36
	اتمتع بمعاملة ايجابية من قبل الاساتذة كوني الافضل اداءً.	37
	تزداد ثقتي بنفسي كلما يكلفني الاستاذ بمهام صعبة.	38
	اتمتع بالهدوء وأتقبل الأمور ببساطة ومرونة.	39
	أستطيع التركيز على تفاصيل اللعب أثناء التدريب وفي المنافسات الرياضية.	40
	أنا هادئ الأعصاب حتى وإن كان هنالك كثير من الزملاء يشاهدون أدائي.	41
	أقبل تحديد أخطائي عند تعلم المهارات من أي شخص ويكل رحابة صدر.	42
	أتعامل بهدوء مع صعوبة المحاضرات واسعى لفهمها.	43
	عندما أشاهد زميلي يتشاجر مع زميل اخر أبقى محافظ على هدوئي.	44
	أتحكم باعصابي حتى في المواقف الصعبة كالجوع والعطش .	45
	أشعر بالحماس والثقة عند طلب تنفيذ مهارات صعبة.	46
	عندما أنفذ أي شيء أشعر بالراحة والنشاط والحيوية.	47
	ادخل المحاضرة بثقة وراحة نفسية.	48
	أستطيع التحكم بأفكاري وأفعالي عندما أواجه جميع المواقف الصعبة.	49
	أتحمل مزاح الآخرين عندما أفشل في أداء أي مهمة.	50
	أفرح عندما يقدم لي الاستاذ نصيحة.	51
	أشعر بالسعادة عند تشجيعي واسعى للاستفادة حتى من النقد السلبي.	52
	أتعامل بهدوء وحكمة مع المواقف التي تتضمن كلاما غير لائق .	53



الملحق (3) اسماء المترجمين

ت	الاسماء	محل العمل
1-	د. ههلمهت بايز	استاذ كلية الاداب قسم اللغة الكوردية / جامعة سوران
2-	د. هيمن عزيز مصطفى	رئيس قسم اللغة العربية في كلية البنبات / جامعة سوران
3-	هيمن حسن	مدرس اللغة الانكليزية في ثانوية رواندز المختلطة / تربية رواندز

الملحق (4) الصورة النهائية لمقياس الاستقرار النفسي



إقليم كردستان - العراق
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة سوران / فاكلتي التربية
سكول التربية الرياضية
الدراسات العليا - الماجستير
الصورة النهائية لمقياس الاستقرار النفسي
عزيزي الطالب
تحية طيبة :

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الاجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الآتية:

- 1) يحتوي المقياس على (41) فقرة.
- 2) يتضمن المقياس مقياس التقدير الخماسي هي (موافق بشدة، موافق، موافق الى حد ما، غير موافق، غير موافق بشدة).
- 3) أقرأ كل فقرة وأجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصيا علما أنه لا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.
- 4) ضع علامة (√) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل فقرة.
- 5) لا تضع أكثر من علامة واحدة امام كل فقرة.
- 6) ضرورة الإجابة بصراحة ودقة عن الفقرات.
- 7) عدم ترك أي فقرة من فقرات المقياس بلا إجابة لأن الاستمارة سوف تكون باطلة.
- 8) إن اجابتم ستحظى بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي فقط.

الكلية :

المرحلة :

التاريخ:

الصورة النهائية لمقياس الاستقرار النفسي

ت	الفقرات	موافق	موافق	موافق	غير موافق
		بشدة	الى حد ما	غير موافق	غير موافق بشدة
1	اتقبل آراء الآخرين بسهولة				
2	أقبل تصرفاتي ازاء نفسي والآخرين				
3	انا متقبل حياتي				



4	اشعر بالتقبل نحو اغلب الناس
5	اميل دائما الى الرفع من شأن نفسي
6	اسعى دائما لتقبل اهدافي رغم ما يصادفني من صعوبات
7	أحرص على تعزيز نقاط القوة في شخصيتي والعمل على تنمية الجوانب التي تحتاج الى تحسين
8	لدية المرونة في تقبل المواقف المختلفة
9	تمتاز اعمالي دائما بالدقة
10	أظهر مرونة عالية في تقبل وجهات النظر المختلفة واحترامها
11	اشعر بالقدرة على المواجهة عندما أتعرض للضغطدراسية والحياتية
12	أجد أنني شخص منتج في المجتمع من الناحية الدراسية الاكاديمية
13	أتوقع أن المستقبل الذي ينتظرني مليء بالمفاجآت السارة
14	اعترف بأخطائي اتجاه زملائي وأحاول تصحيحها
15	انجز المهام التي اكلف بها في السقف الزمني المحدد لها.
16	اتابع توجيهات اساتذتي بتركيز عالي
17	اشعر ان سلوكي متوازن في مختلف المواقف الدراسية والاجتماعية التي أتعرض لها
18	اشعر بالارتياح والسرور عند انجاز واجباتي الدراسية .
19	اعتقد أن علاقتي الاجتماعية ناجحة مع زملائي .
20	أفكاري تتسم بالمرونة والانفتاح على التغيير .
21	اشعر إنني راضي عن نفسي وفخور .
22	أحب الاختلاط مع الآخرين
23	افضل ان اكون بين زملائي على ان اكون بمفردي
24	ثقتي تزداد بقدراتي كلما كان الكادر التدريسي كفؤين.
25	لا اتردد في قبول المهام التي يكلفني بها الاستاذ.
26	رضا الاستاذة عني يدفعني الى بذل المزيد من الجهد.
27	احرص على أن اكون عامل استقرار في الصف .
28	اتخذ قرارات جريئة في المواقف الصعبة.
29	قرارتي مدروسة، واتخذها عن قناعة.
30	اشعر بالقبول لدى اساتذتي وزملائي.
31	اتمتع بمعاملة ايجابية من قبل الاستاذة كوني الافضل اداءً.
32	تزداد ثقتي بنفسي كلما يكلفني الاستاذ بمهام صعبة.
33	أستطيع التركيز على تفاصيل اللعب أثناء التدريب وفي المنافسات الرياضية .
34	أنا هادئ الأعصاب حتى وإن كان هنالك كثير من الزملاء يشاهدون أدائي .
35	أتقبل تحديد أخطائي عند تعلم المهارات من أي شخص ويكل رحابة صدر.
36	عندما أشاهد زميلي يتشاجر مع زميل اخر أبقى محافظ على هدوئي .
37	عندما أنفذ أي شيء أشعر بالراحة والنشاط والحيوية .
38	أستطيع التحكم بأفكاري وأفعالي عندما أواجه جميع المواقف الصعبة .
39	أتحمل مزاج الآخرين عندما أفضل في أداء أي مهمة .
40	أفرح عندما يقدم لي الاستاذ نصيحة.
41	أشعر بالسعادة عند تشجيعي وأسعى للاستفادة حتى من النقد السلبي