



جامعة زيان عاشور الجلفة

كلية العلوم الانسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس و الفلسفة

متعة الدراسة وعلاقتها بالإرتياح النفسي لدى طلبة علم النفس  
( دراسة ميدانية على عينة من طلبة علم النفس بجامعة زيان  
عاشور الجلفة )

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علم النفس المدرسي.

إشراف الدكتورة:

- درماش أسيا.

إعداد الطالبة :

- بوشان زينب.

الموسم الدراسي : 2021/2020.



# شكر وتقدير

قبل كل شيء نشكر الله ونحمده حمدا كثيرا يليق بجلاله وحسن مقامه وعظيم سلطانه  
حمدا طيبا مباركا . والذي خلقنا فأحسن خلقنا . وعلمنا ما لم نكن نعلم و  
أعاننا على إتمام هذا العمل ، .

والشكر كل الشكر والتقدير الى من تفضل علينا بالاشراف والتوجيه والانصات لجميع  
استفساراتنا الى الأستاذ المحترم والدكتور .

**اسيا درماش** جزاك الله علينا خير الجزاء .

ولا ننسى من قدم لنا يد العون والمساعدة من قريب أو بعيد من بداية  
مشوارنا الدراسي الى يومنا هذا .

راجين من المولى عز وجل أن يجازيهم علينا خير الجزاء . في  
الدارين .

# فهرس المحتويات

الصفحة	-فهرس المحتويات
أ	-شكر وعرفان.
ب	-ملخص الدراسة باللغة العربية.
ت	-ملخص الدراسة بالإنجليزية.
ث	-فهرس المحتويات.
ج	-فهرس الجداول.
1	-مقدمة

## الجاناب النظري

### الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

03	1- إشكالية الدراسة وتساؤلاتها.
05	2- فرضيات الدراسة.
06	3- أهداف الدراسة.
06	4- أهمية الدراسة.
06	5- التعريفات الاجرائية لمفاهيم الدراسة.

### الفصل الثاني : متعة الدراسة

09	تمهيد
09	1- بدايات ومنطلقات متعة الدراسة.
10	2- تعريف متعة الدراسة.
11	3- أساليب وإرشادات المدرس للوصول إلى متعة الدراسة.
13	4- اساليب تقويم متعة الدراسة
14	خلاصة

### الفصل الثالث: الإرتياح النفسي

16	تمهيد
16	1 مفهوم الإرتياح النفسي.
19	2 نظريات الإرتياح النفسي.
21	3 أبعاد الإرتياح النفسي.
22	خلاصة

## الجاناب التطبيقي

### الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

24	1- منهج الدراسة.
----	------------------

24	2- حدود الدراسة.
24	3- عينة الدراسة وخصائصها .
24	4- أدوات الدراسة والخصائص السيكومترية .
30	5- الأساليب الإحصائية.

## الفصل الخامس: عرض و مناقشة وتحليل النتائج

32	1- عرض ومناقشة وتحليل نتيجة الفرضية العامة .
33	2- عرض ومناقشة وتحليل نتيجة الفرضية الاولى .
35	3- عرض ومناقشة وتحليل الفرضية الثانية.
36	4- عرض ومناقشة وتحليل الفرضية الثالثة.
37	5- عرض ومناقشة وتحليل الفرضية الرابعة.
38	6- الاستنتاج العام.
39	- خاتمة
40	- قائمة المراجع
43	- الملاحق

## فهرس الجدول :

رقم الجدول	عنوان الجدول	...
01	معامل إرتباط(بيرسون) لأبعاد مقياس متعة الدراسة بالفقرات المكونة لها	25
02	الابعاد لمتعة الدراسة	26
03	حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا الطبقية متعة الدراسة	27
04	توزيع درجات الإرتباطين متعة الدراسة والإرتياح النفسي	28
05	يوضح معطيات متعة الدراسة	29
06	جدول مستوى متعة الدراسة	32
07	معطيات الإرتياح النفسي	32
08	مستوى الإرتياح النفسي	34
09	جدول توزيع درجات متعة الدراسة تعزى لمتغير الجنس	35
10	توزيع درجات الإرتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس	35

## ملخص الدراسة بالعربية:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن نوع وشدة العلاقة الارتباطية بين متعة الدراسة والإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة علم النفس بجامعة زيان عاشور بالجلفة والبحث عما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في متعة الدراسة وفروق دالة إحصائية في الإرتياح النفسي تعزى لكل من متغير الجنس لدى هؤلاء الطلبة .

لتحقيق هذه الأهداف تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي وعلى المسح الشامل لعينة من طلبة جامعة زيان عاشور بالجلفة الذين بلغ عددهم (100) طالب وطالبة، أما بالنسبة للأدوات فقد تم استخدام مقياس متعة الدراسة (د آمنة ياسين) ، ومقياس الإرتياح النفسي ((Cummins وقد توصلت المعالجة الإحصائية للبيانات باستخدام برنامج (spss22) إلى النتائج التالية:

1. وجود علاقة ارتباطية بين متعة الدراسة والإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور بالجلفة.
2. مستوى متعة الدراسة مرتفع لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور بالجلفة.
3. مستوى الإرتياح النفسي منخفض لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور بالجلفة.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى متعة الدراسة تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور بالجلفة.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإرتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور بالجلفة.

الكلمات المفتاحية: متعة الدراسة - الإرتياح النفسي - الطالب الجامعي.



## **AbstractM**

This study aimed to reveal the type and intensity of the correlation between study pleasure and psychological satisfaction among a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa, and to search whether there were statistically significant differences in study pleasure and statistically significant differences in psychological satisfaction attributed to each of the gender variables among these students. These objectives were based on the descriptive correlative approach and on a comprehensive survey of a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa, who numbered (100) male and female students. As for the tools, the study pleasure scale was used (by Amna Yassin), and the psychological comfort scale (Cummins). The statistical processing of the data using the program (spss22) reached the following results:

There is a correlation between study pleasure and psychological comfort among a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa. The level of study pleasure is high among a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa. The level of psychological comfort is low among a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa. There are no statistically significant differences in the level of study pleasure due to the gender variable among a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa. There are no statistically significant differences in the level of psychological comfort due to the gender variable among a sample of students from Zayan Ashour University in Djelfa.

## مقدمة:

جاء علم النفس الإيجابي لدراسة الموضوعات الإيجابية على عكس علم النفس كالتفكير الإيجابي والمرونة والسعادة والتفاؤل والإرتياح النفسي ومتعة الدراسة، وكل نقاط القوة والأمور الإيجابية لدى الفرد لكي يصبح فرد فعال وناجح في أسرته ومجتمعه. ويعتبر موضوع متعة الدراسة والإرتياح النفسي من أهم المواضيع التي تشكل مركز إهتمام علم النفس الإيجابي .

تعتبر فئة الشباب في مرحلة الجامعة أهم مرحلة تحدد مصير الفرد ومساره الدراسي والمهني، ولجعل هذا الطالب فعال في مجتمعه لابد من دراسة الأساليب والطرق التي تؤدي إلى رفع مستوى متعة الدراسة والإرتياح النفسي لديه لكي يصبح طالب ناجح في دراسته وفي مساره، وبالتالي ينجح في علاقاته الأسرية والإجتماعية، وبهذا الصدد نتطرق في دراستنا هاته إلى فهم المتغيرين: متعة الدراسة والإرتياح النفسي لدى طلبة الجامعة، وللخوض في هذا الموضوع إرتأينا تقسيم دراستنا إلى جانبين: الجانب النظري و الجانب التطبيقي.

أولا الجانب النظري:

- **الفصل الأول:** تطرقنا فيه إلى بدايات ومنطلقات متعة الدراسة، مفهوم متعة الدراسة، أساليب وإرشادات المدرس للوصول إلى متعة الدراسة، أساليب تقويم التعلم الممتع.
- **الفصل الثاني:** تطرقنا فيه إلى مفهوم الإرتياح النفسي، نظريات الإرتياح النفسي، أبعاد الإرتياح النفسي.

أما الجانب التطبيقي:

- **الفصل الرابع:** تطرقنا فيه إلى منهج الدراسة، حدود الدراسة، مجتمع الدراسة، الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة، الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.
- **الفصل الخامس:** عرض ومناقشة الفرضية العامة الأولى، عرض ومناقشة الفرضية الثانية، عرض ومناقشة الفرضية الثالثة، عرض ومناقشة الفرضية الرابعة.

# الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1 إشكالية الدراسة وتساؤلاتها

2 الفرضيات

3 أهمية الدراسة

4 أهداف الدراسة

5 التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة

## 1/ إشكالية الدراسة وتساؤلاتها:

يتردد يوميا ما يقارب 1.5 مليون ونصف من الطلبة (إحصائيات وزارة التعليم العالي خاصة بالدخول الجامعي (2016/2015) على الجامعات الجزائرية بمختلف تخصصاتها وأطوارها، قاصدين النيل من العلم و المعرفة في أجواء تعليمية وبحثية تختلف من مؤسسة لأخرى، من تخصص لآخر قد يطبعها المتعة وقد تتسم بالخمول و الملل.

هذه الأجواء المختلفة تتماشى مع ما ينتظره كل طالب من الجامعة في خبراته اليومية بها، ومع المناخ الدراسي وظروف الدراسة ومع ما يمارس فيها من أساليب بيداغوجية تعود بالطلبة إلى الإستمتاع بالدراسة والبحث أو شعورهم بالملل والتعاسة والمعاناة.

وفي كل فترة تأتي إصلاحات جديدة تعطي الأمل في التغيير منها ما يكون له إقامة جيدة ويعود ذلك للدقة والمتابعة والتطبيق، ومنها ما يفشل لعدم ملائمة أسلوب الممارسة الجيدة. وفي الوقت الحالي تسعى الكثير من المؤسسات التعليمية لخلق الفرص الجيدة لإكساب الطلبة الراحة الدائمة، وتطوير مهاراتهم والوصول بهم إلى مستوى أفضل، وتحويل الدرس إلى جو ممتع ومحبب للطلبة و الجامعة، وهي الحضن المتين الذي يلجأ إليه الطلبة بالإحساس بالأمان والراحة داخلها وخارجها، وفي أقسامها وإبراز روح الإبداع والإبتكار والتمتع بالدراسة فيها.

متعة الدراسة هي الإستجابة الفعالة وهي الحالة التي يشعر بها الطالب أثناء تقديم المدرس الدرس بالشعور بالراحة والسعادة في الدرس. (ياسين، 2020، ص73).

وقد ظهرت العديد من الدراسات عن متعة الدراسة منها :

- دراسة كلا من (chun-wangwell-chun-twtingIEE-Nian-shingchNLeaning(2011)

الهدف هو خلق جو من المرح بإستخدام الروبوت بنظام دكلسي وقد تم إستخدامه للأطفال لتعلم الضرب الرياضي وهي دراسة شبه تجريبية، أظهرت النتائج أن إستخدام الروبوت يسهم في زيادة دوافع المتعلمين، وتقديم تصور أكثر متعة للمتعلمين من خلال الدراسة. (البركاتي، 2018، ص496).

- دراسة ( pavaelsh makoug Markus Hannula 2010 )

هدفت إلى إدخال الفكاهة و تأثير في التفكير العاطفي والرياضي لجعل الرياضيات ممتعة. توصلت نتائج الدراسة إلى أن استخدام هذا الأسلوب والمشاعر الإيجابية تؤكد تأثير الفكاهة على كيفية تدريس المواد، كما شمل خلق جو ممتع في الفصول الدراسية.

(نفس المرجع، 2018، ص480)

#### - دراسة آمنة ياسين (2020):

تهدف للكشف عن العناصر التي تؤثر في متعتهم وهذا من وجهة نظر الطالب الجامعي تبعا لمتغيرات "السن والجنس والتخصصات والمستوى الدراسي"

- الأداة: مقياس متعة الدراسة، عينة 168 طالبا.

- تم إستخلاص أن لا التخصص ولا المستوى الدراسي ولا السن ولا الجنس يؤثر على متعة الدراسة لدى الطلبة. (ياسين، 2020، ص73).

ظهر علم النفس الإيجابي وإهتم بالجوانب التي لم يهتم بها علم النفس، حيث نادى بالاهتمام والكشف عن الجوانب الإيجابية ونقاط القوة لدى الإنسان والعمل على تنميتها وتطويرها "كالتقاؤل والمرونة والتفكير الإيجابي والرضا عن الحياة ومتعة الدراسة" وهنا ظهر الإرتياح النفسي، حيث يمثل الإرتياح النفسي مركز إهتمام مايعرف بعلم النفس الإيجابي، وتناولت العديد من الدراسات السابقة الإرتياح النفسي.

#### - دراسة تلمساني فاطمة 2015(الإرتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الإقتصادي والإجتماعي وتقدير الذات)

هدفت للكشف في دلالة ونوع وشدة العلاقة الإرتباطية بين الإرتياح النفسي وتقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة وهران.

- الأداة : مقياس الإرتياح النفسي، مقياس تقدير الذات.

- العينة 450 طالبا، تم إختيارها بطريقة عرضية.

- النتائج توجد علاقة إرتباطية بين الإرتياح النفسي وتقدير الذات.

#### - دراسة بلعزوق سمية 2013(أبعاد الإرتياح المدرسي لدى تلاميذ الطور الإبتدائي).

- أداة الدراسة: تقنية الرسم والتعبير التي تعتمد على التحليل الكيفي للإستجابات.

- العينة: 171 تلميذ.

- النتائج: نجاح تقنية الرسم والتعبير في الكشف عن الإرتياح النفسي حيث مستوى الإرتياح النفسي مرتفع لدى تلاميذ الطور الابتدائي.
- وفي الأخير تظهر لدينا عدة تساؤلات تتمثل في:
- هل توجد علاقة إرتباطية بين متعة الدراسة والإرتياح النفسي ذات دلالة إحصائية لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور؟
- ماهو مستوى متعة الدراسة لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور؟
- ماهو مستوى الإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في متعة الدراسة لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس في الإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور؟

## 2/ فرضيات الدراسة:

### \* الفرضية العامة :

- 1/ لا توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائية بين متعة الدراسة والإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة.
- الفرضيات الجزئية :

2/ مستوى متعة الدراسة لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور مرتفع.

3/ مستوى الإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور مرتفع.

4/ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى متعة الدراسة تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور.

5/ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الإرتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور.

## 3/ أهداف الدراسة :

- الكشف في دلالة ونوع وشدة العلاقة الإرتباطية بين متعة الدراسة والإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة.
- معرفة مستوى متعة الدراسة لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة.
- معرفة مستوى الإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة.
- البحث مما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في متعة الدراسة تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة.
- البحث مما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائية في الإرتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة.

## 4/ أهمية الدراسة:

- تكمن أهمية الدراسة في تناولها لموضوع يربط بين متغيرين إيجابيين، يتطلب منا البحث فيه وتعميق الدراسات فيه.
- يمكن أن تكون هاته الدراسة قاعدة نظرية للعديد من الدراسات المختلفة مستقبلا وتصبح مساعدة لهم و في موقع الدراسات السابقة.
- قد تسفر هذه الدراسة عن أفاق جديدة للتعلم يمكن أن تتم متابعتها وتطبيقها مستقبلا والتعمق في دراسات مرتبطة بها.

## 5-التعريفات الإجرائية لمفاهيم الدراسة :

**5-1 متعة الدراسة:** هي الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب الجامعي من خلال إجاباته على بنود إستبيان متعة الدراسة المتكون من (35) فقرة موزعة على ثلاث أبعاد وتتراوح هذه الدرجة ما بين (35-275) كأدنى وأقصى درجة، فكلما إرتفعت الدرجة الكلية دل ذلك على متعة الدراسة والعكس.

**5-2 الإرتياح النفسي:** هي الدرجة الكلية التي يتحصل عليها الطالب الجامعي من خلال إجاباته على بنود إستبيان الإرتياح النفسي المتكون من (09) عبارات موزعة على أبعاد هي

(المستوى المعيشي الصحة- الإنجازات- العلاقات- الأمن- الإنتماء- الأمن المستقبلي- التدين) وتتراوح هذه الدرجة ما بين (00-09) كأدنى وأقصى درجة فكلما إرتفعت الدرجة الكلية دل ذلك على الإرتياح النفسي والعكس.

**5-3 الطالب الجامعي:** هو كل متحصل على شهادة البكالوريا ومسجل بالجامعة في إحدى الكليات أو المدارس العليا ويزاول دراسته بهدف الحصول على شهادة مؤهلة لمواصلة الدراسات العليا أو تمنح له فرصة العمل.



# الفصل الثاني: متعة الدراسة

تمهيد

1 بدايات متطلبات متعة الدراسة

2 مفهوم متعة الدراسة

3 مراحل تكوين التعلق

4 أساليب وارشادات المدرس للوصول الى متعة الدراسة

خلاصة

**تمهيد:**

يشهد العصر الحالي اليوم تطورا كبيرا في المعلومات، والعلوم والمعرفة أي الجانب العلمي وهذا بسبب البحوث والدراسات في كل الميادين والتطور التكنولوجي الهائل في العصر الحالي .

اليوم أصبحت الدراسات قائمة على وضع الطرق والأساليب لإيصال المعلومة للطالب بشتى الوسائل، وإثارة حبه وشغفه ومتعته نحو المادة التعليمية التي هو بصدد دراستها، وهنا تلعب متعة الدراسة الدور الأكبر لأهميتها في رفع المستوى الدراسي لدى الطلبة الجامعيين وجعلهم فعالين في مختلف الميادين والتخصص في المهنة المرغوبة بعد التخرج. سنتطرق في هذا الفصل إلى متعة الدراسة بالتفصيل.

**01/ بدايات ومنطلقات متعة الدراسة :**

الدراسة الممتع ليس فقط تعلمنا بالفكاهة والمرح ولكنه اشمل من ذلك فهو مبني على اساس انه لا يوجد شخص سمعي 100 ولا حركي 100 ولا بصري 100 بل ان الفرد يجمع بين كل هذه الحواس لكن بدرجات متفاوتة وكلما كان التعلم متشعبا لتلك الحواس كلما كان اكثر جاذبية وتشويق، وهذا ماكدته النظرية الترابطية والنظرية السلوكية والنظرية البنائية للدراسة .(البركاتي,2018,ص486)

ظهرت الدراسة بالمتعة للجمع الدراسة والترفيه وجعل عملية الدراسة اكثر متعة فكم وجدت منذ مئات السنين حيث هذا النوع من نوع الدراسي مع عصر النهضة ليقدم للطلاب مزيجا من المتعة والفائدة ومن رواد هذا المجال "كومينسكي" الذي عزز مفهوم " المدرسة اللعب " كما اقترح التربية مع عناصر مبهجة بعد ريتشار وبينيامين وفرانكلين من اوائل من استخدم الترفيه الدراسة حيث تم الجمع بين المحتوى الدراسي والترفيهي كالاغاز وقواعد السلوك الى كيان دراسي . (البركاتي ,2018,ص486)

وبعد ذلك تم ربط مفهوم الدراسة الترفيهية بالتلوين مع او فيلم دراسي قصير سؤالت ديزني له في عام 1922 للمعهد دينير الاسنان .

كما شار محمود (2016) الى ان ظهور مفهوم الدراسة بالمتعة يشير الى مشاركة التلاميذ في خبرات تعلمهم وتقييمهم بعملية الدراسة في حد ذاتها حيث يقدم هذا الاتجاه مجموعة من خبرات الدراسة الفريدة والمميزة والتي سيكون لها اهمية وتصميم الخبرات الدراسية ويظهر انعكاسها على البحث التربوي والمستقبلي .

## 2- تعريف متعة الدراسة :

تعريف (kvppens (2008): هي حالة انفعالية او نفسية من السعادة .

(ياسين ، 2020 ، ص73).

## لقد اشار ثيجسي وفير كيوتين (2009):

الى ان متعة الدراسة التي تحققها خبرة الدراسة هي احد العوامل المكونة للانهماك الموقفي والذي ينتج عن استجابة الدراسة بالاستماع الذهني نحو موقف دراسي محدد يمثل له تحديا ويثير فيه الاصرار على المثابرة وهو ماكد عليه سكر واعتبره عاملا رئيسيا بالنجاح المدرسي. (شحاتة ,2018ص34،)

## متعة التعلم (قزاز وكنعان 2012):

هي الاستجابة الفعالة وهي الحالة التي يعر بها الطالب اثناء تقديم المدرسي الدرس بالشعور بالراحة والسعادة في الدرس . (ياسين ,2020,ص73)

بينما اكد جرسون ويت (GraysonWhaath2015): على حالة عن المتعة في

الدراسة اطلق عليها بهجة الحياة الا انه اضاف بعدا اخر لهذا المفهوم عندما اشار الى نوعية الدراسة التي تساعد المتمدرسين على بناء معنى لما يدرسونه تنمي لديهم الثقة في قدراتهم ويشعرون ان الدراسة هو صناعة المعنى وليس مجرد حفظ معلومات عقيمة فهم يشعرون ان الدراسة هو طريقهم للنجاح ومن ثم يشعرون ببهجة الحياة.

(شحاتة ,2018,ص36)

كما اشار محمود 2016 : الى ان ظهور مفهوم الدراسة بالمتعة يشير الى مشاركة التلاميذ في خبرات دراستهم وتقييمهم وتمتعهم بعملية الدراسة في حد ذاتها حيث يقدم هذا الاتجاه مجموعة من خبرات الدراسة الفريدة والتي سيكون لها اهمية في تعميم الخبرات التعليمية . ويظهر انعكاستها على البحث التربوي والمستقبلي . (البركاني 2018 ص 30 )

وفي الاخير يمكننا القول ان متعة الدراسة هي شعور الطالب بالراحة والسعادة اثناء الدرس ويجد لديه اقبال على الدروس وبالتالي لايشعر بالملل والضغط وينعكس ذلك على مستواه الدراسي بطبيعة الحال .

### 3/ اساليب وارشادات المدرس للوصول الى متعة الدراسة :

حددت جانيل كوكس (2016) خمس طرق فعالة بمثابة خارطة يسترشد بها المدرس في تدريسه الطلاب بالمرحلة الجامعية للوصول لمتعة الدراسة الممتع لدى الطلاب .

دمج التكنولوجيا في التدريس يساعد المتدرسين على الاستمتاع و الانحراس في التدريس على المدرس ان يوظف حبهم للتكنولوجيا لانهم يجدون المتعة في التدريس عن طريقها ويتم ذلك بوسائل متعدد كالألعاب الفيديو او الرسائل النصية مع اقرانهم او سماع قصة او لعبة عن طريق الايباد والبحث في الانترنت .

2 بناء بيئة صفية يسودها المرح وذلك يدمج أنشطة المتعة العلمية في الدروس بحيث يشمل جميع المتدرسين بالمتعة في الصف العادي , لذا لابد للمدرس من خلق جو من المتعة المصاحب للموضوعات الصعبة حتى يتمكن المتدرسين من الانخراط في الأنشطة عن طريق أنشطة اللعب او المسابقات او الألغاز والتدريب العملي عليها يجعل الدراسة ممتعة كما يمكن استخدامها في مركز الدراسة . ( البركاتي ،2018،ص 487)

3/2 تكليف المتدرسين بأجراء التجارب بانفسهم لانهم يجدون المتعة في اجراء التجارب من خلال التمدرس بالممارسة ، وتعد طريقة مميزة لجعل التمدرس اكثر متعة .

4/2 مراجعة الدروس بصورة مرحة وممتعة مع المتدرسين ليقوا على الدرس بشغف ودافعية من خلال عدة استراتيجيات كالألعاب الجري الساخن المسابقات وبالتالي تكون الأنشطة الخاصة بالمراجعة ممتعة وغير مملة للمدرسين . ( البركاتي ، 2018، ص487)

5/2 الخروج عن الجو التقليدي للصف برحلة زيارة تساعد في خلق جو من المتعة في الدراسة مثل زيارة المتاحف والمساجد والحدائق لجعل التمدرس ممتعا ويمكن ان يطلب من المتدرسين رسوما درسوها او منحهم دقائق اللعب على الحاسوب .

6/2 تكوين فرق للعمل ومجموعات تعاونية حيث اجريت العديد من الابحاث التي اكدت بان المتعلمين يحتفظون بالمعلومات بشكل اطول عند استخدام التمدرس التعاوني لانها تساهم في تنمية مهارات التفكير الناقد ومهارات التواصل . (البركاتي ، 2018، ص488)

7/2 اعطاء استراحة لدماغ المتدرسين لان طلاب الجامعة يعملون بجد كل يوم ولا بد لادمغتهم من استراحة وقد اظهرت الابحاث ان الطلاب يدرسون افضل عندما عندما يتعرضون لكسر الروتين طوال اليوم الدراسي .

8/2 انشاء مراكز الدراسة لانها تعطي المتدرسين خيارات متعددة للدراسة وبالتالي تخلق جو من المتعة في التمدرس كاستخدام الحاسوب او الايبياد واي نشاط يحث الطلاب على العمل معا سيكون ممتع لهن .

9/2 تعريف المتدرسين بقدراتهم الاعلى من خلال الذكاءات المتعددة التي توجه الطريقة التي يدرسون بها لمعالجة المعلومات حيث ان هذه النظرية تساعد المدرس لتدريس الطالب ما يتلائم مع نمط التمدرس لديه .

10/2 وضع قواعد خاصة باصف تتيح للطالب الاختيار بين بدائل مختلفة .

( البركاتي ، 2018 ، ص488)

## 4/ اساليب تقويم متعة الدراسة :

هناك عدد من اساليب التقويم الحديثة التي وجهت انظار المتخصصين لها في الاونة الاخيرة ، وقد تم اختيار ابرز اساليب التقويم التي تناسب تطبيق التمدرس الممتع نذكر منها:

**\*التقويم التشخيصي :** يرمي الى تحديد خبرات الطالب وممارساته السابقة الى جانب افكاره الخاطئة ، ويستخدم قبل الخروج في الدرس ، ليساعد المدرس على تحديد احتياجات التلاميذ.

**\*التقويم البنائي :** يتم خلال الحصة الدراسية ويساعد المدرس على التأكد من كيفية تقدم التلاميذ في الدراسة ومن امثلة المشاريع الكتابة العروض المقابلات .

**\*التقويم الختامي :** يتوفى اخر حصة او الوحدة او فترة وضع الدرجات التحصيلية وهي تقدم ملخص تواكب لما يعرفه المتمدرس في الوقت الذي توفيه اجراء التقويم . (شحاتة ، 2018 ، ص 13)

**\*التقويم الذاتي :** وهو تقديم الفرد ذاتيا سواء كان المدرس او التلميذ حيث يقوم بتقويم نفسه، وهو ذلك النوع الذي تتجه اليه الرؤية الحديثة للتربية ويتم ذلك بالاشتراك مع الاساليب الاخرى للتقويم .

**\*خرائط المفاهيم :** احد المنظمات البصرية التي تحدث جو من المتعة عند استخدامها تقويم الرياضيات وهي نوافذ لعقول المتمدرسين وتوفر صورة عن معرفة الطالب مقارنة مع الاختبارات .

**\*تقويم الاداء :** يساعد على توظيف الممارسات التي يتعلمها التلاميذ في مواقف تحاكي الواقع مظهرة اتقانهم لما تعلموه في ضوء النتائج التعليمية المنجزة واساسية التقديم والعروض والمحاكاة والمناظرة .

\***الورقة والقلم** : من الاستراتيجيات التي تقيس قدرات وممارسات المتدريس في مجالات معينة وتشكل جزءا هاما من التقويم وتهدف الى قياس مستوى امتلاك المتدريين للممارسات المعرفية تتمثل في الاختبارات

\***المشروع**: يستخدم لقياس قدرة الطلبة على الابداع في عمل والتخطيط واحداث التكامل بين اجزاء المعرفة اضافة الى الى قدرتهم على العمل مع الاخرين بنشاط وتعاون في مواقف حياتية حقيقية . (شحاتة، 2018، ص13)

\***ملفات الانجاز** : هي عبارة عن تشكيلة ممثلة لمنتجات دائمة من اعمال التلميذ تتضمن عينات من الاعمال المكتوبة وشرطة صوتية او فيديو او عروض ومشروعات او مخططات بيانية وملخصات الاداء .

\***الوجه الملائم** : يطلق عليه بارومتر المشاعر الشلاني سعيد محايد، متكرر ، وهو مقياس يطلب من المشاركين تغذية راجعة يوضع في نهاية الحصة لمعرفة انطباع التلاميذ عن الدرس والحصة .

تمثل الاشكال الحديثة للترفيه التعليمي للانتاج التلفزيوني و الافلام والمتاحف وبامج الكمبيوتر التي تستخدم الترفيه الجذب الجمهور والحفاظ عليه . (شحاتة ن2018، ص 13)

## خلاصة:

الجامعة اليوم تعرف نقص في كفاءة وتوفير الشروط الضرورية لإستمتاع الطلبة بالمادة التعليمية من وسائل وإمكانية، يجب توفيرها للطلاب وأن تكون طرق وأساليب التدريس تجذب إنتباه الطالب وشغفه، لذا يجب إعطاء الإهتمام الكافي لهذه الفئة المهمة وعقد ندوات وحلقات نقاش في الجامعة لمناقشة الصعوبات التي يواجهها الطلبة والتي تؤثر في شعورهم بالمتعة في الدراسة وتقديم خدمات إرشادية للطلبة.

# الفصل الثالث: الارتياح النفسي

تمهيد

1/ مفهوم الارتياح النفسي

2/ نظريات الارتياح النفسي

3/ ابعاد الارتياح النفسي

خلاصة



**تمهيد:**

تعتبر فترة الجامعة من أهم المراحل في حياة الإنسان، حيث يتعرض الطالب خلالها إلى الكثير من الضغوطات التي تعيقه في مساره الدراسي وعن تحقيق هدفه، فأصبح لا بد من دراسة الإرتياح النفسي لدى هذه الفئة وكيفية تحقيقه، لهذا سنتطرق له بالتفصيل في هذا الفصل

**1- مفهوم الارتياح النفسي :**

- هو مشتق من كلمة راحة ،ارتياح يرتاح إرتياحا وهذا الارتياح هو الهدوء والاستراحة وعدم المضايقة والإزعاج.

أما ( عادل هويدي ، وطريق شوقي 2002) فقد ذهبنا إلى أن مكونات الارتياح النفسي تشتمل على الوعي الذاتي التعبير عن الوجدان ،الوجدان الإيجابي والوجود الأفضل ،الرضا عن الحياة .( مسعودي ،2016،ص 26)

نظر بعض الباحثين الى ان الارتياح النفسي من الناحية الإنفعالية على أنه الشعور بإعتدال المزاج ومن الناحية العرفية التأملية على أنه الشعور بالطمأنينة النفسية والرضا والاشباع وتحقيق الذات الشعور بالبهجة واللذة والإستمتاع وعلى الرغم من تعدد المناحي والرؤى لهؤلاء العلماء الذي تناولو بالدراسة والتحليل مكونات الإرتياح النفسي ،إلا ان هناك بعض الخط الذي انتاب بعض الباحثين بتلك المفاهيم الأكثر إقترابا بمفهوم الإرتياح النفسي .( مسعودي ، 2016 ، ص 26 )

**1/ تعريف الارتياح النفسي :****-تعريف: (stewatr-brown(2000)**

والذي يثير ان الارتياح النفسي هو حالة كلية ذاتية توجد عندما يتوازن داخل الشخص على مدى واسع من المشاعر منها الحيوية والاقبال على الحياة بالثقة والذات الصراحة والامانة مع الذات ومع الاخرين البهجة والمرح والسعادة والهدوء والاهتمام بالآخرين.

(مسعودي، 2016، ص 23)

**تعريف: veenhoven(2000)**

ان مفهوم السعادة يجعل معنيين مختلفين الاول موضوعي والثاني ذاتي وفي الحالة الاولى فانما تكون تقريبا مرادفة لمفهوم الحرية حيث السعادة تعني عيش الفرد في سلام وحرية اي توفر ظروف جيدة وملائمة لحياته وخاصة المادية . وفي الحالة الثانية يمثل الجانب الذاتي للارتياح نفسي فانها تعرف على انها حالة عقلية تعكس شعور الفرد وتقديره المستقل لحياته. (تلمساني ، 2015، ص36)

**ونجد كل من moore ودافيد سون davidson وكايز يور تشان سنة (2003):**

**يبينون**

ان الارتياح النفسي هو حالة من النجاح في الاداء على مدى الحياة وذلك بتكامل الوظائف الجسمية والمعرفية والاجتماعية والوجدانية التي ينتج عنها نشاطات منتجة ذات دلالة ضمن الاطار الثقافي واتباع العلاقات الاجتماعية والقدرة على التسامي على المشاكل المعتدلة النفسية الاجتماعية والبيئية وتجاوز كل المشاكل المحيطة كما ان للارتياح بعد ذاتي وهو يعني الرضى مرتبط باشباع الفرد لحاجاته .

(تلمسان، 2015، ص36)

**وقد طرحت سوانتو (2005)**

**من خلال الدراسات تتبعية ان الانتاج النفسي 1980-2000 :**

ان الارتياح النفسي مرتبط بالسياسة الصحة، الرخاء ،في الدوله و الراحة الشخصية وهذا ما يحتم الافراد تحمل المسؤولية للحصول على الارتياح النفسي و بالتالي فإن الارتياح يتم انتاجه في نطاق واسع من خلال التصورات و الممارسات الاجتماعية وقد خلصت الى ان الممارسات المعاصرة الارتياح النفسي هي ذات معنى لأنها تمكن الأفراد من تحقيق هو ياتهم تماشياً مع القواعد و القيم السائدة .(بلعزوق، 2013، ص 26)

**تعريف: Ryffe(2006)**

الذي يرى فيه الارتياح النفسي هو الاحساس الإيجابي يحسى الحال كما يومد بالمؤثرات السلوكية التي تدل على ارتفاع مستويات رمناء المرء من ذاته وعن حياته بشكل عام، وسعيه المتواصل لتحقيق أهداف شخصية مقدره ذات قيمة ومعني بالنسبه له و استقلالية في تحديد وجهة مسارحياته و إقامة لعلاقات إجتماعية إيجابية متبادلة مع الآخرين.

(مسعودي، 2016، ص 23)

وفي الأخير يمكننا القول ان الارتياح النفسي هو الراحة الداخلية التي يشعربها وهو حالة من التوازن و التفكير الإيجابية و الرضا عن الحياة و يتمثل في الاستقلال الذي يتمتع به و يرببها بالبيئة التي يعيش بها الفرد و علاقاته مع الآخرين .

**1-2 الارتياح النفسي وعلاقته ببعض المفاهيم الأخرى :****السعادة :**

علي حسين عرفها ( سيد ، ( 34 - 2000 ) بأنها إنفصال وجداني إجابي أو ثابت نسبيا يتمثل في إحساس الفرد بالبهجة والفرح والسرور وغياب المشاعر السلبية من خوف وقلق وإكتئاب والتمتع بصحة البدن والعقل والشعور والرضا الشامل في مجالات الحياة المختلفة. (مسعودي، 2016، ص 34)

**2 / الارتياح النفسي وعلاقته بجودة الحياة :**

من ابرز التعريفات التي قدمت لمفهوم جودة الحياة تعريف "بونومي وباتريك وبوشنيل" :  
- حيث يرون ان جودة الحياة تمثل مفهوما واسعا يتأثر بجوانب متداخلة من النواحي الذاتية والموضوعية للفرد ومدى الإستقلال الذي يتمتع به والعلاقات الإجتماعية التي يكونها أي أن جودة الحياة ترتبط بالبيئة النفسية والإجتماعية التي يعيش فيها الفرد.

(مسعودي، 2016، ص35)

**3/ الإرتياح النفسي وعلاقته بجودة الحياة الذاتية :**

-استخدمت بعض الدراسات مصطلح جودة الحياة الذاتية (subjective wellbei SWB): بصورة متبادلة مع جودة الحياة النفسية (EWB) ووفقا لما يرى (diener, 1995 diener) (فإن جودة الحياة الذاتية تعبر عن تقييم الشخص لردود أفعاله في حياته الشخصية فما تتضمنه من الضا في الحياة والرضا عن العلاقات مع الآخرين والحالة المزاجية او الوجدانية الإيجابية .

**4/ الارتياح النفسي وعلاقته بالمرونة النفسية :**

-يربط بعض الباحثين بين مفهوم الارتياح النفسي ومصطلح رئيسي يستخدم في مجال علم النفس الايجابي في الوقت الراهن وهو مصطلح المرونة النفسية (psyho logical resilience ) عندما تتناول مصطلح المرونة النفسية غالبا ما نجد ان معظم الناس يستخدمونه بصورة غامضة وشديدة العمومية وبشكل يتعذر تمييزه عن دلالة كلمات اخرى مشابهة مثل: القدرة على التحمل والقدرة على مواجهة الشدائد والمصاعب بصلابة والقدرة على التعافي والتجاوز السريع للتأثيرات السلبية للاحداث والحياة.

(مسعودي امحمد 2016 ص 37)

**5 / الارتياح النفسي وعلاقته بالصحة النفسية الايجابية:**

يشير ( 658 , 1995 , dirner & diener ) الى ان مفهوم الارتياح النفسي يحل بديلا في كثير من الدراسات لمفهوم الصحة النفسية الايجابية كما ورد هذا المصطلح في تعريف منظمة الصحة العالمية والذي ينص على ان الصحة العالمية والذي ينص على ان الصحة النفسية حالة من الشعور بالسعادة (مسعودي امحمد 2016 ص 37)

**2/ نظريات الارتياح النفسي : توجد ثلاث نظريات :**

**1-2 اولا النظرية النفسية :** نجد من خلال الدراسات السابقة ان هناك 20 دراسة تثبت هذا حيث يبين هيدي "Heady" سنة 2006 من خلال المثال التالي :

ان الفوز بجائزة مالية مثل يؤدي بالفرد الى ان يكون سعيدا وبالتالي فان مستوى الارتياح ينحرف بسبب هذا ولكن هذا الانحراف يكون لوقت محددة فبعد هذا يعود مستوى الارتياح الى مستواه الاول نجد دراسات تحبب على التساؤلات المطروحة بان التكيف لا يكون كاملا وان هناك احداث تؤثر على الفرد بشكل دائم حيث بينت بعض الدراسات ان بعض الخبرات الحوادث لها تاثير دائم على الارتياح اما بالنسبة الى الاسرة فان التغييرات التي التي تحدث على مستواها لها تاثيرات ويقدم كل من ورتمان وسلفر ادلة اكثر لاثبات ان التكيف غير كامل من خلال الأمثلة التالية :

موت احد الاولاد خاصة على الام , الحالة المدنية للفرد تؤثر على الارتياح فان الزواج له تأثير ايجابي على الارتياح , الطلاق له تأثير سلبي ( تلمساني 2015 ص 47 )

**2-2 النظرية الاقتصادية :** اذا تمعنا في هذه النظرية نجد انها تركز على الدخل ولكن هل بتوفير هذا الدخل يصل الفرد الى تحقيق الارتياح , وفي هذا السياق نجد دراسات تنقد أو تعارض هذه النظرية من اهمها دراسة قام بها كل من كومينز و جيبسون سنة 2006 : وتؤكد نتائجها أن 75 % من عينة الدراسة تؤكد أن قضاء الوقت مع العائلة و الأصدقاء يشكل أهمية كبيرة في تحقيق الأرتياح في حين نجد 38 % فقط يؤكدون على أن المال مهم للارتياح وأكدت منظمة OECD أن الدخل لا يمكن ان يكون لوحده مقياسا للارتياح، بالإضافة الى دراسة بيرون beiron سنة 2000 حول العلاقة بين الفقر و الانتحار وكانت النتيجة أن لا علاقة بينهما وبالتالي ان الفقر لا يؤثر على الارتياح .

بالإضافة الى كل هذا فان النقطة الاساسية للنظرية الاقتصادية ان الحكم على مستوى ارتياح الفرد لا يكون من طرف المعني ( تلمساني 2015 ص 49 - 50 )

### **2-3 نظرية المقارنة الاجتماعية :**

لقد أستعمل هذه النظرية ميكالوس سنة 1985 حيث قام بدراسة عن الارتياح ويقول ان الارتياح ناتج عن تقييم الذات في علاقة مع معايير متعددة للمقارنة و تعتمد هذه المقارنة على :

- self wants مقارنة ما لدى الفرد وماذا يريد
- self others - مقارنة الفرد بالآخرين
- self best - أفضل ما حقق الفرد في الماضي
- مقارنة ما أراد تحقيقه وما توصل إليه في 3 سنوات الاخيرة .
- مقارنة ما هو عليه الان في الحاضر مع ما يمكن ان يكون في 5 سنوات القادمة وهي تتعلق بمدى تفاؤل الفرد نحو المستقبل .

من خلال الدراسة التي قام بها توصل الى مقارنة ما لدى الفرد وما يريد هي الاكثر تأثيرا على الارتياح ليلها بعد ذلك مقارنة الفرد بالآخرين , وهما العاملان الاكثر الذي يظهر تأثيرهما . ( تلمساني 2015 ص 51 - 52 - 53 )

**3-أبعاد الارتياح النفسي :**

حدد للارتياح ryft سنة 1989 ستة ابعاد تمثلت فيمايلي :

- **العلاقة الايجابية مع الآخرين :** اكد رايف في هذا البعد على اهمية العلاقات الشخصية الايجابية مع الآخرين التي تتسم بالعمق والدفء والثقة المتبادلة والقدرة على الحب وأن العلاقات القائمة على الود والحب والعمق تعد معيار للنضج والصحة النفسية والتوافق. (تلمساني، 2015، ص 63)
- **الاستغلاية :** يرى رايف ان هذا البعد يعنى قدرة الفرد على تنظيم سلوكه من الداخل وقدرته على تقرير او تحقيق مصسره بنفسه ويكون مستقلا بذاته يتخذ القرارات بدون تردد كما ان الاستغلاية توفر مقاومة للظغوط الاجتماعية .
- **المكن البيئي :** في هذا البعد يؤكد رايف على أن الفرد قادر على اختيار البيئة المناسبة أو خلفها بعبارة أخرى تتغير البيئة على وفق رؤياه وما يتناسب مع طموحاته وحالته النفسية وتعد هذه السمة من سمات الصحة النفسية والقدرة على التجديد والابتكار والفصل .(تلمساني فاطمة ,2015, ص 64)

- **هدف في الحياة :** يرى رايف ان الشخص الذي يتمتع بالصحة النفسية يحمل هدفا وافكارا توفر له معنى لحياته يجعله مدركا لفرض حياته .
- **النمو الشخصي :** هو محاولة الفرد تطوير قابلياته وامكاناته من النواحي العقلية والنفسية والاجتماعية وان الفرد في هذا البعد يحاول ادراك طاقته في نموه الشخصي الذي يعني الارتقاء والتقدم المستمر ونمو الذات .
- **تقبل الذات :** ويتمثل في تقبل الفرد لذاته .

(تلمساني فاطمة 2015 ص 64)

### خلاصة

يعتبر الارتياح النفسي الشخصي عنصرا أساسيا لتحقيق التوازن والتوافق لدالفرد، وبشكل خاص لدى الطالب الذي يعتبر في مرحلة الشباب وهي مرحلة تحفيزالفرد للمستقبل وبالتالي يجب الاهتمام بهذه الفئة وتوفير مايحقق لها التوازن والصحة النفسية الجيدة التي تؤدي الى تكوين الفردسوي صالح لخدمة المجتمع و المساهمة في التطوير .

# الفصل الرابع: إجراءات المنهجية

1. منهج الدراسة
2. حدود الدراسة
3. عينة الدراسة وخصائصها
4. الخصائص السيكومترية
5. الأساليب الإحصائية المستخدمة.



**1- منهج الدراسة :**

منهج البحث المستخدم في الدراسة : تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي بصفته المنهج الأكثر ملائمة لهذه الدراسة .

**2- حدود الدراسة :**

**1-2 الحدود الزمانية :** الفترة الممتدة مابين شهر فريل وشهر ماي من سنة 2021

**2-2 الحدود المكانية :** جامعة زيان عاشور الجلفة .

**3-2 الحدود البشرية :** طلبة كلية العلوم الاجتماعية بجامعة زيان عاشور بالجلفة

**4-2 الحدود الموضوعية :** المتغير المستقل ( متعة التعلم )

المتغير التابع ( الارتياح النفسي )

**3- عينة الدراسة :**

تمثلت في 100 طالب وطالبة من قسم علم النفس شملت العينة ( سنة أولى ليسانس علوم اجتماعية / سنة أولى ماستر علم النفس العيادي / سنة ثانية ماستر علم اجتماع وعلم النفس العيادي وعلم النفس تطعيم وعمل )، وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

**4- أدوات الدراسة :**

تمثلت اداة الدراسة في مقياس متعة الدراسة ومقياس الارتياح النفسي

**4-1 مقياس متعة الدراسة :** متعة الدراسة مقياس يتألف من 35 عبارة موزعة على 3

أبعاد، تحمل أوزان سلم ليكارت الخماسي لتقدير درجات متعة الدراسة ( موافق تماما / موافق في أغلب الاحيان / لا أدري / موافق في بعض الاحيان / غير موافق تماما ) وتمثل رقميا

في ( 0 , 1 , 2 , 3 , 4 .... ) (من أعداد الدكتوراة ياسين امنة )

البعد 1 : شعور الطالب بالمتعة يعود الى المناهج والمقررات الدراسية

البعد 2 : شعور الطالب بالمتعة يعود الى الاساتذة وطرق تدريسهم

البعد 3 : شعور الطالب بالمتعة يعود الى المحيط الجامعي .

صممنه ياسين أمنة وهو مقياس يغير رضا الفرد عن مجالات الحياة كالمستوى المعيشي الامن , الصحة , الانجازات , العلاقات مع الاخرين الانتماء الى المجتمع الذي يعيش فيه , الرضا حول المستقبل والحياة الروحية ,

يتكون من 9 فقرات تتم الاجابة عنها وفق سلم من 0 يعني غير راضي اطلاقا الى 10 راضي بشدة 100% بحيث تتراوح درجة المفحوص من بين (0 - 9) درجة

الخصائص السيكومترية لاستبيان متعة الدراسة :

تحتاج المقاييس الى تقسيم موضوعيتها وأثبتت درجاتها وصدقها ( dennishowitte 409 . p . 2011 . duncon )

1 - الصدق (الاتساق الداخلي) : يتم تقدير صدق الاداة بالاعتماد على صدق الاتساق الداخلي ( validiti yofintetna/ consistency ) من خلال حساب معامل الارتباط بين الفقرات و العوامل التي تنتمي اليها تم حساب معامل الارتباط الابداد والاداة ككل ويتم الحكم على اتساق الفقرات بناء وجود دلالة احصائية للارتباط بين الفقرة وبعدها الذي تنتمي اليه , بحيث يتم أستبعاد كل فقرة غير دالة احصائيا .

جدول رقم 01 : معامل ارتباط ( بيرسون ) لابعاد اداة الدراسة بالفقرات المكونة لها

البعد الثالث			البعد الثاني			البعد الأول		
الدلالة	الارتباط	الفقرات	الدلالة	الارتباط	الفقرات	الدلالة	الارتباط	الفقرات
,000	,713**	26	,000	,666**	12	,000	,527**	1
,000	,631**	27	,000	,525**	13	,000	,489**	2
,000	,584**	28	,000	,552**	14	,000	,499**	3
,000	,582**	29	,000	,612**	15	,000	,365**	4
,000	,761**	30	,000	,544**	16	,000	,449**	5
,000	,745**	31	,000	,442**	17	,000	,611**	6
,000	,646**	32	,000	,596**	18	,000	,553**	7
,000	,789**	33	,000	,570**	19	,000	,453**	8
,000	,711**	34	,000	,723**	20	,000	,769**	9
,000	,648**	35	,000	,658**	21	,001	,407**	10
/	/	/	,000	,695**	22	,010	,321**	11
			,000	,722**	23	/	/	/
			,000	,672**	24			
			,000	,565**	25			

يمكن الحكم على اداة الدراسة تتمتع بصدق اتساق داخلي , وذلك أن كل الفقرات ارتبطت (عند مستوى دلالة 0.01 ) وقد تراوحت معاملات ارتباط البعد الاول بفقراته بين (321 و769)، ومعاملات ارتباط البعد الثاني بفقراته بين (442 و723) فيما تراوحت معاملات الارتباط البعد الثالث بفقراته بين (789,582) حيث تراوحت معاملات ارتباط البعد الثالث بين فقراته وكخطوة ثانية تم حساب الارتباط مابين الضعيفة والقوية -وكخطوة ثانية تم حساب الارتباط بمجمل الاداة وهو ما يوضحه الجدول

الجدول رقم 02: جدول الابعاد لمتعة الدراسة

الابعاد	البعد الاول	البعد الثاني	البعد الثالث
المقياس	0,851	0,925	0,852
الدلالة	0,000	0,000	0,000

يلاحظ من خلال الجدول ان الابعاد ارتبطت معنويا باداة الدراسة ( عند مستوى الدلالة 0,01) حيث تم تسجيل معاملات ارتباط بين الابعاد ( البعد الاول ' البعد الثاني ، والثالث) مع الاداة قيمتها : ( 0,852/0,925/0,851) تواليا وهي معاملات ارتباط قوية ودالة احصائيا

-ويمكن القول ان فقرات اداة الدراسة تتمتع بصدق اتساق داخلي

## 2 - الثبات ( طريقة ألفا التطبيقية )

بما ان المقياس المستعمل في هذه الدراسة متعددة الابعاد , تم حساب الثبات عن طريق ( الفا التطبيقية ) والتي معادلتها كمايلي :

$$X = 1 - E(1 - X_k) \text{VAR}(X_k) / \text{VAR}(X) \quad \text{حيث :}$$

E : مجموع حواصل ضرب تباين درجات كل بعد نتيجة طرح قيمة ألفا لكل بعد من الواحد صحيح .

Xk : معامل ألفا للبعد أو الطبقة .

VAR(Xk) : يدل على قيمة التباين للبعد أو الطبقة .

VAR(X) : يدل على تقدير قيمة التباين الاجمالي للاداة .

(سويسي 2019 ص 103 - 104 ) سويسي دحمان - رسالة دكتوراه - جامعة ورقلة .

الجدول رقم 03 : حساب ثبات المقياس بطريقة ألفا التطبيقية

المقياس	البعد الثالث	البعد الثاني	البعد الاول	
32.189	74.220	63.709	362.636	التباين
682	869	869	70	ألفاكرونباخ
92				ألفا التطبيقية

من خلال الجدول أعلاه تبين أن قيمة معامل الثبات ألفا التطبيقية قد بلغت 92 لانظر الى القاعدة العامة فان المقياس الذي يحتوي على قيمة ألفا أعلى من 0.7 يظهر أتساقا داخليا مقبولا , وبناءا على ذلك فانه يمكن ان نعتبر أداة الدراسة تظهر أتساقا داخليا قويا عن طريق ألفا التطبيقية 90 على مستوى الاداة ككل .

## 4-2 الارتياح النفسي :

هو مقياس عالمي صمم من طرف كومينز ( commins ) وهو خاص بدراسة الرضا عن الحياة ومجالاتها , وقد تم تطبيقه من طرف مخبر العمليات التربوية والسياق الاجتماعي في الجزائر عبر العديد من الدراسات المسحية وقد وجد ان معامل الارتباط بين فقرات المقياس يفوق 0.50 بالضافة الى ان هذا الارتباط يفوق حتى النتائج المتوصل اليها في البلدان الغربية كأستراليا اما الثبات فقد وجد 0.85 نيكوين 2006 . 19 الى 22 ) ( عن تلمساني فاطمة 2015 )

ولكن العينة المطبق عليها هم الراشدين ( 18 سنة فما فوق ) , أما الباحثة فقد قامت بتطبيقها على المراهقين المتمدرسين في الثانويات , وقد وجدت ان معامل الارتباط بين الفقرات يفوق ..... اما الثبات 0.79 ( تلمساني فاطمة 2015 )

لقد تم التأكد من ثبات وصدق استمارة مؤشر الارتياح النفسي الشخصي على عينة الدراسة الاساسية المتكونة من 450 طالبا و طالبة وكانت النتائج كمايلي :

الجدول رقم 04 لارتباط بين فقرات مؤشر الارتياح النفسي الشخصي :

الامين التدين	الامين المستقبل	الانتماء	الامين	العلاقات	الانجازات	الصحة	المستوى المعيشي	
							257	الصحة
						219	261	الانجازات
					363	226	248	العلاقات
				287	342	304	207	الامين
			475	393	359	228	285	الانتماء

	416	451	274	586	215	307	الامن المستقبل
264	282	192	280	419	187	179	التدين

- من خلال الجدول : نلاحظ ان كل قيم الجدول هي دالة عند مستوى الدلالة (0.01) مما يؤكد على ان جميع الفقرات تتميز بدرجة صدق عالية .
- الارتباط بين الفقرات والبعد العام مؤشر الارتياح النفسي الشخصي
- جدول رقم 05: الارتباط بين الفقرات والبعد العام مؤشر الارتياح الشخصي

مؤشر الارتياح الشخصي	الفقرات
0.540	المستوى المعيشي
0.487	الصحة
0.732	الانجازات
0.603	العلاقات
0.657	الامن
0.668	الانتماء
0.723	الامن المستقبلي
0.553	التدين

- من خلال الجدول نلاحظ ان كل القيم دالة عند 0.01
- اما الارتباط بين المؤشرين ( الرضا العام عن الحياة ومؤشر الارتياح الشخصي ) فهو يساوي 0.72 وهي الدالة عند مستوى الدلالة 0.01 .
- اما الثبات فقد تم قياسه بأستعمال الفكر ونباخ  $x = 0.79$

وهذه النتائج تؤيد النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة فيما يخص الخصائص السيكومترية لهذا المقياس أي التأكد على تميزه بالصدق والثبات الكافي لاستعماله في الدراسة الميدانية الأساسية .

#### 5- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

بغرض تحقيق أهداف الدراسة و تحليل البيانات و تفسيرها تم الإعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS الإصدار 22 ، فبعد ترميز البيانات و إدخالها ، تم الإعتماد على مجموعة من الأساليب الإحصائية والتي تتدرج ضمن الاحصاء الوصفي الاحصاء الاستدلالي وتتمثل هذه الأساليب الاحصائية في :

1. التكرارات و النسب المئوية .
2. المتوسطات الحسابية و الإنحرافات المعيارية.
3. معامل الارتباط بيرسون لدراسة ثبات الصدق الداخلي ، وذلك لكل العبارات مع المحور الذي تنتمي إليه.
4. قياس ثبات الدراسة بإستخدام ألفا كرومباخ ، وذلك لكل محور من محاور الدراسة و الثبات العام لمحاور الإستبيان .
5. معامل الارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة الإرتباطية بين متغيرات الدراسة : المرونة النفسية والارتياح النفسي.
6. اختبار t لعينة واحدة للكشف عن مستوى المتغيرات.
7. اختبار t لعينتين مستقلتين للكشف عن الفروق بين مجموعتين.

# الفصل الخامس: عرض و مناقشة

## وتحليل النتائج

1 / عرض ومناقشة الفرضية العامة

2 / عرض ومناقشة الفرضية الاولى

3 / عرض ومناقشة الفرضية الثانية

4 / عرض ومناقشة الفرضية الثالثة

5 / عرض ومناقشة الفرضية الرابعة

الاستنتاج العام



- بعد تطبيق ادوات الدراسة على العينة والمكونة من (100) طالب وطالبة وجمع البيانات وتفرينها في البرامج الاحصائي (sppss22) واجراء المعالجة اللازمة بهدف اختيار الفرضيات مستخدمين بذلك المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و (test) ومعامل الارتباط بيرسون تحصلت الباحثة على درجات افراد العينة في متغيرات الدراسة اعطت النتائج المبينة في الجداول المرقمة التالية :

### 1/ عرض ومناقشة وتحليل نتائج الفرضية العامة :

-نص الفرضية العامة : لاتوجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متعة الدراسة والارتياح النفسي لدى عينة من جامعة زيان عاشور .

المتغير	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الفرق بين المتوسطين	الانحراف المعياري	قيمة (T)	مستوى الدلالة (sig)	DF
متعة الدراسة	138,338	105	33,338	15,072	31,592	,000	203

### الجدول (06): توزيع درجات الارتباطين متعة الدراسة والارتياح النفسي

الارتياح النفسي	متعة الدراسة	
0,204	1	مستوى دلالة العينة لمتعة الدراسة
0,042	100	
100		
1	0,204	مستوى دلالة العينة للارتياح النفسي
100	0,42	
	100	

### جدول (07): يوضح معطيات متعة الدراسة:

الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
انثى	76	136,3026	17,13244
المتعة نكر	24	139,8750	17,52591

-من خلال الجدول : نلاحظ ان معامل الارتباط ضعيف جدا فهو اقل من (0,3) وهي تدل على انه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين المتغيرين متعة الدراسة والارتياح النفسي ونلاحظ ايضا من خلال الجدول ان قيمة (0,42:sig) وهي اقل من مستوى الاحتمال المعنوي المفروض (0,05)

-وبالتالي فاننا نرفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة التي تؤكد على وجود علاقة ارتباطية موجبة وضعيفة جدا ذات دلالة احصائية بين متعة الدراسة والارتياح النفسي وبالتالي الفرضية البديلة قد تحققت .

قد يعود ذلك الى ان الطالب الجامعي لايعاني من الارتياح النفسي بسبب الضغوطات التي يتعرض لها في هاته المرحلة سواء في الجامعة او في الاسرة او في المجتمع ولكن يكون لديه متعة في الدراسة بالرغم من انه لايشعر بالارتياح النفسي .

والعكس قد يكون لديه ارتياح نفسي لكنه يشعر بالملل الاكاديمي نتيجة لاساليب التدريس في الجامعة او صعوبة المناهج الدراسية او شعوره بالملل نتيجة تكرار الروتين اليومي الدراسي .

## 2/ عرض ومناقشة الفرضية الاولى:

- تنص الفرضية الاولى : - مستوى متعة الدراسة مرتفع لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور .

- وللتحقق من صحة هذه الفرضية نحسب المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي والفرق بينهما من خلال الجدول

## الجدول (08) يمثل الجدول مستوى متعة الدراسة

المستوى الفرضي =105			متعة الدراسة
الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	نتيجة	
32,16	0,00	18,690	

من خلال الجدول : نلاحظ ان هناك فرق دال احصائي بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي (32,16) مما يدل على ان مستوى الشعور بمتعة الدراسة مرتفع لدى عينة من طلبة زيان عاشور

وقد يعود هذا الى طرق واساليب تدريس الاساتذة فكلما يكون الموضوع المدروس مشوقا ويكون الاستاذ متفاعلا مع طلبته ويدعم درسه بالامثلة الواقعية تزداد متعة الدراسة لدى الطالب .

وتكتمل متعة الدراسة لديهم في القيام بالاعمال الجماعية والخبرات الميدانية والرحلات ويجذب انتباه الطالب استخدام التكنولوجيا في التدريس ويبعد عنه الملل وقد اكدت ذلك دراسة امنة ياسين (2020) ( مدى توفر متعة الدراسة في الجامعة من وجهة نظر الطلبة وعلاقتها ببعض المتغيرات)

-توصلت الدراسة الى ان المعاملة الحسنة والطيبة بين المدرس والطالب وكثرة المدح والتشجيع لتحفيز الطلبة كل هذه اساليب التدريس تزيد في متعة الدراسة لدى الطلبة

-دراسة (chvn-wangwell-chvn-tovlinglee-nian-shingch enlearning)(2011)

-اكدت الدراسة ان نظام (جكلسي ) لروبوت الذي تم استخدامه للاطفال لتعلم الضرب الرياضي يسهم في زيادة دوافع المعلمين وتقديم التصور اكثر لمتعة المتعلمين خلال الدراسة

(البركاتي, 2018, ص 496)

-دراسة الزهراء خليل ابو بكر (2020) :

اثرى نمطي المعكوس (استقصاء /تدريس الاقران ) في اكتساب واستخدام معلمي العلوم قبل الخدمة بكلية الجامعة المنيا لمهارات التنفيذ التدريس وزيادة متعلمهم بالتعلم)

توصلت الدراسة الى وجود تاثير قوة نمط تدريس الاقران على زيادة متعة التعلم لديهم.

### 3/ عرض ومناقشة الفرضية الثانية:

تنص الفرضية الثانية : مستوى الارتياح النفسي مرتفع لدى عينة من طلبة زيان عاشور .

وللتحقق من صحة هذه الفرضية نحسب الفرق بين متوسط الحسابي والمتوسط الفرضي من خلال الجدول

الجدول (09) يمثل معطيات الارتياح النفسي :

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العينة	الارتياح النفسي
8,073	42,80	100	

الجدول (10) يمثل مستوى الارتياح النفسي :

المتوسط الفرضي = 45			الارتياح النفسي
الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي	مستوى الدلالة	النتيجة	
-2,72	0,001	-3,369	

من خلال الجدول نلاحظ ان هناك فروق دالة احصائيا بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي = (-2,72) وهذا مايدل على ان الارتياح النفسي منخفض لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور

-قد يعود هذا الى الحالة العائلية او التنشئة الاسرية او مجتمع تؤثر هذه العوامل في الارتياح النفسي لدى الطالب

-او عدم توفير وتهيئ الظروف المناسبة للدراسة في الاقامة او الجامعة

انخفاض تقدير الذات لدى الطالب الجامعي من نفسه والبيئة المحيطة به (الجامعة /الاسرة) وقد اكدت هذا دراسة تلمساني فاطمة (الارتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الاقتصادي والاجتماعي وتقدير الذات )

-اعتمدت الباحثة مقياس الارتياح النفسي العينة, 450 طالب توصلت الدراسة الى علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين الارتياح النفسي وتقدير الذات

-دراسة سهيلة مقدم (2017) (الارتياح النفسي في العمل وعلاقته بالخلفية الفردية للعامل )

-اعتمدت الباحثة مقياس للارتياح النفسي في العمل العينة 80 موظف وموظفة توصلت الدراسة الى ان العوامل الديمغرافية تؤثر في الارتياح النفسي لدى الموظفين.

#### 4/ عرض ومناقشة الفرضية الثالثة :

-تنص الفرضية الثالثة لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية تعزى لمتغير الجنس في متعة الدراسة لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور

**الجدول (11) : يمثل الجدول توزيع درجات متعة الدراسة تعزى لمتغير الجنس**

اختبار المساويات والمعدلات				اختبار لفان لمساواة المتغيرات	الفرضية التباينية في المتعة المتساوية
فرق الخطا المعياري	الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي	درجة الحرية	T test	مستوى الدلالة	
-3,57237	0,378	98	-0,886	0,785	

-جاءت قيمة T test = (-0,88) وبمقارنتها مع مستوى الدلالة (0,78=sig)

نجد ان قيمة الاحتمال المعنوي اكبر من مستوى الدلالة وهذا يدل انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في متعة الدراسة لمتغير الجنس وبذلك تحققت الفرضية الثالثة

وقد يعود ذلك الى تشابه كبير بين الجنسين في الاراء والتفكير وفي استمتاعهم بالدراسة وانهم يتعرضون لنفس الضغوطات ونفس المثيرات العلمية والمعرفية لانهم ينتمون لنفس الكلية ونفس الجامعة

-وهذا ماكدته امانة ياسين في دراستها انه لا توجد فروق تعزى في متغير الجنس في متعة الدراسة ( ياسين ,2020,ص83)

**5/ عرض ومناقشة الفرضية الرابعة :**

-تنص الفرضية الرابعة : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تعزى لمتغير الجنس في الارتياح النفسي :

**الجدول (12) : يمثل الجدول توزيع درجات الارتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس**

اختبار المساويات والمعدلات				اختبار لفان لمساواة المتغيرات	الفرضية التباينية في الراحة المتساوية
فرق الخطا المعياري	الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي	درجة الحرية	T test	قيمة sig	
1,89774	-0,89234	0,639	98	0,541	

- جاءت قيمة (T test =-0,88) وبمقارنتها مع مستوى الدلالة ( sig=0,541) نجد ان قيمة الاحتمال المعنوي اكبر من مستوى الدلالة وهذا يدل على انه توجد فروق ذات دلالة في الاحصائية في الارتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس وبالتالي تحققت الفرضية الرابعة
- وهذا يعود ربما الى تغير دور المرأة في المجتمع وهذا يعني ان المرأة اصبحت تتمتع بنوع من الحرية مقارنة بسنوات سابقة حيث وضحت الطالبات ان وصولهن الى الجامعة يعتبر انجاز بالنسبة لهن
- وهذا ماكدته فاطمة تلمساني في دراستها عن الارتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الاقتصادي والاجتماعي وتقدير الذات (2015)

### الاستنتاج العام :

من خلال ماتم عرضه من نتائج للبحث يتجلى بنا في دراستنا لموضوع متعة الدراسة والارتياح النفسي لدى عينة من طلبة زيان عاشور بلغ عددها 100 بناء على النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية ان هناك علاقة ارتباطية ضعيفة بين متعة الدراسة والارتياح النفسي ولقد كشفت الدراسة على عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تعزى لمتغير الجنس لمتعة الدراسة والارتياح النفسي لدى عينة من طلبة زيان عاشور وتوصلنا الى ان مستوى الارتياح النفسي منخفض ومستوى متعة الدراسة مرتفع لدى عينة من طلبة زيان عاشور وعليه فان الفرضية العامة والفرضية الثانية لم تتحقق وعليه يمكن تعميم نتائج الدراسة على مجتمع عينة الدراسة ونلفت انتباه الباحثين وكل المهتمين لهذا الموضوع ان الدراسة لاتزال بحاجة الى دعم وبحث اكثر عمقا.

## خاتمة:

يجب العناية بكل العوامل التي تؤدي إلى متعة الدراسة في الجامعة ومن بينهما الإعداد العلمي والبيداغوجي للمدرسين الإهتمام بالأساليب العلمية في التدريس تجعل الطالب يتفاعل في التعلم .

تحديد مشكلات الطلبة في الجامعة والإهتمام بدراسة إحتياجات الطلبة الإرشادية. نشر وعي بين التربويين بأن متعة الدراسة في الجامعة مسؤولية الجميع داخل القسم وداخل الجامعة وفي المجتمع ككل ولا بد من توفير جو تربوي، الذي يشجع ويحفز الطلبة ويشعرهم بالمتعة وهم يدرسون داخل القسم.

ويعتبر الإرتياح النفسي الشخصي عنصر أساسي لتحقيق التوازن و التوافق لدى الفرد، وبشكل خاص لدى الطالب الذي يعتبر في مرحلة الشباب وهي مرحلة مهمة تحضر الفرد للمستقبل، وبالتالي يجب الإهتمام بهذه الفئة التي تؤدي إلى تكوين فرد سوي صالح لخدمة المجتمع والمساهمة في تطويره وتوعيته.

قد أجريت دراسة تحمل المتغيرين معا على عينة من طلبة جامعة زيان عاشور الجلفة، وكانت نتائج دراستنا كالتالي:

\* توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية ضعيفة بين متعة الدراسة والإرتياح النفسي لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور .

\* مستوى متعة الدراسة مرتفع لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور .

\* مسنوى الإرتياح النفسي منخفض لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور .

\* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متعة الدراسة تعزى لمتغير الجنس .

\* لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإرتياح النفسي تعزى لمتغير الجنس لدى عينة من طلبة جامعة زيان عاشور .



## مراجع العربية :

1. الزهراء خليل أبو بكر، 2020، أثر نمطي التعلم المعكوس الإستقصاء تدريس الأقران في إكتساب وإستخدام معلمي العلوم قبل الخدمة بكلية المينيا لمهارات تنفيذ التدريس وزيادة متعتهم بالتعلم، مصر.
2. السروطي يزيد عيسى، 2008، درجة تعرض طلبة تخصص معلم صف في الجامعة الهاشمية للملل الأكاديمي وعلاقتها ببعض المتغيرات، دراسات علوم التربية، مجلد 35، العدد 01، ص(57-65).
3. البركاني نيفين بنت حمزة، 2018، برنامج تدريبي مقترح قائم على إستراتيجيات التعلم الممتع لمعلمات الرياضيات بالمرحلة الإبتدائية لمدينة مكة المكرمة في ضوء واقع إحتياجاتهن التدريسية، مجلة كلية التربية، المجلد 09، العدد 177، ص478-536.
4. بلعزوق سمية، 2013، أبعاد الإرتياح المدرسي لدى تلاميذ الطور الإبتدائي، مذكرة لنيل شهادة الماجستير، جامعة وهران.
5. ياسين آمنة، 2020، مدى توافر متعة الدراسة في الجامعة من وجهة نظر الطلبة وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة العلوم الإجتماعية/ مجلد 09، العدد 01، ص69-88.
6. تلمساني فاطمة، 2015، الإرتياح النفسي الشخصي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء المستوى الإقتصادي والإجتماعي وتقدير الذات، أطروحة للحصول على شهادة الدكتوراه، جامعة وهران 2.
7. مسعودي أحمد، 2016، الإرتياح النفسي والفاعلية الذاتية لدى المعلمين، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه، جامعة وهران.

8. سهيل مقدم، 2017، الإرتياح النفسي في العمل وعلاقته بالخلفية الفردية للعامل، وهران

9. شحاتة حسين، 2018، متعة التعليم والتعلم، ورقة قدمت إلى المؤتمر الدولي الأول

لقسم المناهج والتدريس حول متعة التعليم والتعلم، جامعة عين شمس مصر.

ياسين آمنة، 2020، مدى توافر متعة الدراسة في الجامعة من وجهة نظر الطلبة

وعلاقتها ببعض المتغيرات، مجلة العلوم الإجتماعية/ مجلد 09، العدد 01، ص 69-88.

### المراجع الأجنبية:

- **Luban ,Melissa,2019,Psychological Well-being of College Students, undergraduate degree, Youngstoxn State University.**
- **Manuel Moraes-Rodriguez,Francisco,2020.** The Relationship between Psychological Weel-Being and Psychosocial Factors in University Students. International Journal of Environmental Research and Public Health, Vol17.4478.http :doi.org/10.3390/ijerph17134778.

الملاحق

ملحق رقم (01) مخرجات spss

العلاقة بين الإرتياح النفسي و متعة الدراسة

**Corrélations**

		Pleasure	comfort
Pleasure	Corrélation de Pearson	1	,204*
	Sig. (bilatérale)		,042
	N	100	100
comfort	Corrélation de Pearson	,204*	1
	Sig. (bilatérale)	,042	
	N	100	100

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

المتوسط بين الجنسين في متعة الدراسة

**Statistiques de groupe**

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Pleasure	انثى	76	136,3026	17,13244	1,96523
	ذكر	24	139,8750	17,52591	3,57746

## Test des échantillons indépendants

		Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
		F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
									Inférieur	Supérieur
Plee	Hypothèse de variances égales	,075	,785	-,886	98	,378	-3,57237	4,03331	11,57634	4,43161
	Hypothèse de variances inégales			-,875	37,917	,387	-3,57237	4,08171	11,83595	4,69121

## المتوسط بين الجنسين في الإرتياح النفسي

### Statistiques de groupe

	الجنس	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
comfort	انثى	76	42,0658	7,86271	,90192
	ذكر	24	42,9583	8,84887	1,80627

Test des échantillons indépendants

	Test de Levene sur l'égalité des variances		Test t pour égalité des moyennes						
	F	Sig.	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Différence erreur standard	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
								Inférieur	Supérieur
Comfort	,376	,541	-,470	98	,639	-,89254	1,89774	4,65855	2,87347
			-,442	35,227	,661	-,89254	2,01892	4,99023	3,20515

### Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Pleasure	100	137,1600	17,20683	1,72068

### Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 45					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
comfort	-3,369	99	,001	-2,72000	-4,3219	-1,1181



## ملحق رقم (02) مقياس متعة الدراسة

عزيزي الطالب/ عزيزتي الطالبة تحية طيبة

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى شعور الطلبة الجامعيين بالمتعة في الدراسة، لذلك يرجى منك الإجابة بكل صدق

على كل العبارات باختيارك لإجابة واحدة تناسبك ووضع علامة (X).

\*المعلومات المقدمة تستخدم فقط لأغراض البحث العلمي.شكرا على تعاونك وبارك الله فيك .

- الجنس: ذكر  أنثى
- المستوى الدراسي: ليسانس  ماستر

معارض تماما	معارض	محايد	موافق	موافق تماما	العبارات	
					1 أشعر بمتعة الدراسة عندما يكون الموضوع المدروس مشوقا	
					2 أحب دراسة المواضيع التي لها علاقة بالواقع الاجتماعي	
					3 أجد متعتي عند توفر المراجع التي تسهل عملية البحث	
					4 أحب تطبيق المكتسبات التعليمية في الميدان	
					5 أمتع وقت لي هو الدراسة في الفترة الصباحية	
					6 إن التخصص الذي ندرسه هو ممتع في حد ذاته	
					7 ما يثير متعتي هي التريصات الميدانية	
					8 أستمتع عندما أتعرف على خبايا الإنسان	
					9 أسعد بما تتيحه لي الجامعة من فرص المشاركة بأرائي وأفكاري	
					10 رغم كثرة المقاييس إلا أنها لا تتطلب الحفظ	
					11 ما يعجبني في الدراسة الجامعية هو العمل ضمن أفواج ومجموعات	
					12 أجد راحتي عند التفاعل مع أساتذتي	
					13 ما يعجبني في تخصصي هو القيام بالبحوث الميدانية بتوجيه من أساتذتنا	
					14 أفضل الحصص التطبيقية لأن الشرح فيها يكون مفصلا	
					15 أجد راحتي عندما يكون الموضوع المدروس مدعم بأمثلة	
					16 ما يثير لذتي للتعلم هو استخدام الأستاذ للوسائل التكنولوجية الحديثة	

					أستمع عندما يكون المستوى العلمي والثقافي للأستاذ عالياً	17
					أسعد بإرشادات وتوجيهات الأستاذ عند تقديمي للعروض	18
					يتيح لنا أساتذتنا فرص المشاركة والتعبير عن آرائنا	19
					أجد أن الحصص التطبيقية مبهجة	20
					تزودني المحاضرات بكثير من الأشياء	21
					الدراسة الجامعية تستجيب لاهتماماتي	22
					أبتهج بالدراسة عند الأستاذ الحازم والجاد	23
					لا أقلق عند إنجاز البحوث لكفاية تأطير الأساتذة لنا	24
					أساتذتي يقدمون لي المدح ما يشجعني على بذل المزيد من الجهد	25
					أجد راحتي في الجامعة لأنها توفر لي مجال للقاء أصدقائي	26
					أنا سعيد بما حققته من إنجازات علمية خلال دراستي الجامعية	27
					من الجيد وجود المطعم في الجامعة	28
					أنا مرتاح بانضمامي إلى النادي الرياضي للجامعة	29
					أشعر أنني حققت ذاتي في الجامعة	30
					أستمع بالتواجد المستمر مع الزملاء وتكوين علاقات جديدة	31
					أستمع بالعمل مع الزملاء داخل المكتبة	32
					جعلتني الجامعة أحظى بحياة مستقلة، وهذا ما يفرحني	33
					سعيد أنا بقدرتي على الاعتماد على نفسي، وهذا مما تعلمته في الجامعة	34
					أنا فرح بما اكتسبته من نضج على مستوى شخصيتي	35

## ملحق رقم (03) مقياس الإرتياح النفسي

فيما يلي نتقدم لك بمجموعة من العبارات التي نريد منك تقييمها بإعطاء درجة، أي نقطة من 0 إلى 10. فالصفر يعني أنك غير راض تماما و 10 تعني أنك راض 100 بالمئة. الاسم الشخصي غير مطلوب. شكرا مسبقا على تعاونك معنا.

1- من 0 إلى 10، ما درجة رضاك عن حياتك بشكل عام؟ (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

2- من 0 إلى 10، ما درجة رضاك عن مستواك المعيشي؟ (ضع دائرة حول الدرجة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

3- من 0 إلى 10، ما درجة رضاك عن حالتك الصحية؟ (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

4- من 0 إلى 10، ما درجة رضاك عن ماتجزه أو تحققه في حياتك؟ (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

5- من 0 إلى 10، ما درجة رضاك عن علاقتك مع الناس (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

6- من 0 إلى 10، ما درجة شعورك بالأمن؟ (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

7- من 0 إلى 10، ما درجة شعورك بالانتماء إلى مجتمعك أي أنك جزء منه؟ (ضع دائرة حول نقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

8- من 0 إلى 10، ما درجة شعورك بالأمن حول مستقبلك؟ (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها):

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما

9- من 0 إلى 10، ما درجة رضاك عن تديتك أو حياتك الروحية؟ (ضع دائرة حول النقطة التي تختارها)

غير راض تماما 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 راض تماما