



جامعة الموصل  
كلية التربية للبنات / الدراسات العليا  
قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

تأثير المرونة المعرفية على السعادة النفسية والتحصيل الأكاديمي  
(العملي) لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في  
جامعة الموصل

رسالة ماجستير علوم  
في التربية البدنية وعلوم الرياضة  
للطالبة  
إسراء ثامر محمود علي الجماس

بإشراف  
الأستاذ الدكتور  
نبراس يونس محمد آل مراد

## مستخلص الرسالة

تأثير المرونة المعرفية على السعادة النفسية والتحصيل الأكاديمي (العملي) لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل

الطالبة  
إسراء ثامر محمود الجماس  
٢٠٢٢م

المشرف  
نبراس يونس محمد آل مراد  
١٤٤٤هـ

يهدف البحث الحالي إلى ما يأتي:

- بناء مقياس المرونة المعرفية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- التعرف على مستوى المرونة المعرفية والسعادة النفسية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضية في جامعة الموصل .
- التعرف على العلاقة بين المرونة المعرفية والسعادة النفسية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- التعرف على العلاقة بين المرونة المعرفية ومستوى التحصيل الأكاديمي(العملي) لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- التعرف على العلاقة بين السعادة النفسية ومستوى التحصيل الأكاديمي(العملي) لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- التعرف على الفروق في المرونة المعرفية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- التعرف على الفروق في السعادة النفسية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- اما اهم الفرضيات التي افترضتها ما يأتي:
- لا تمتلك طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل مستويات ايجابية في المرونة المعرفية والسعادة النفسية.
- توجد علاقة إحصائية ذات دلالة غير معنوية بين المرونة المعرفية والسعادة النفسية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.
- توجد علاقة إحصائية ذات دلالة غير معنوية بين المرونة المعرفية والتحصيل الأكاديمي (العملي) لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي منهجا للدراسة وذلك لمناسبته وطبيعة هذه الدراسة وأهدافها ، اشتمل مجتمع البحث على طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل والبالغ عددهن (٤٤٠) طالبة موزعات على كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية للبنات، كلية التربية الاساسية .

واستخدمت الباحثة الوسائل الاحصائية الاتية:(المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط ل\_بيرسون)، اختبار (ت)، النسبة المئوية، المتوسط الفرضي، تحليل التباين، معادلة ألفا كرونباخ)

بعد عرض النتائج ومناقشتها توصلت الباحثة إلى مجموعة من الاستنتاجات أهمها ما يأتي:

- ١- صلاحية مقياس المرونة المعرفية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل وقدرته على قياس المرونة المعرفية عند استخدامه كوسيلة للقياس .
- ٢- طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل يمتلكن مستويات عالية على وفق مقياس المرونة المعرفية .
- ٣- طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل يمتلكن مستويات عالية على وفق مقياس السعادة النفسية .

وأوصت الباحثة بعدد من التوصيات اهمها ما يأتي :

- ١- الاستفادة من مقياس المرونة المعرفية لدى طالبات كلية وقسمي التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل والذي بنته الباحثة وإمكانية تطبيقه لإجراء بحوث متشابهة .
- ٢- ضرورة الاهتمام في تنمية المرونة المعرفية لدى طالبات كلية واقسام التربية البدنية وعلوم الرياضة لما لهذا المتغير من دور فعال في تحقيق أهداف وطموحات الطالبات بعيدا عن اليأس والإحباط، والذي سوف ينعكس بشكل إيجابي على رفع مستوى الشعور بالسعادة النفسية .
- ٣- ضرورة تركيز الدراسات النفسية في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة على الجوانب الإيجابية في شخصية الطالبات ، وعلى رأسها السعادة النفسية مع زيادة الاهتمام بالبحث في العوامل النفسية والمعرفية ، والتي تنمي الشعور بالسعادة النفسية لدى الطالبات .

## **Abstract**

**The effect cognitive flexibility on psychological happiness and academic (practical) achievement among female students of the College and Departments of Physical Education and University of Mosul**

**submitted by**  
**Israa Thamer Al Jammal**  
**1444 A.H.**

**Supervisor:**  
**Prof. Nibras Younus Al Murad**  
**2022 A.D**

The present search is intended to:

- Building the cognitive flexibility measure for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- Identifying the level of cognitive flexibility and psychological happiness for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- Recognize the relationship between cognitive flexibility and psychological happiness for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- Recognize the relationship between cognitive flexibility and academic achievement (practical) for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- Recognize the relationship between psychological happiness and the level of academic achievement (practical) for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- Identifying the differences in cognitive flexibility among students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- Identifying the differences in psychological happiness among students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.

## B

The Researcher assumed the following:

Students and Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University have no positive levels of cognitive flexibility and psychological happiness.

- There is a statistical non-morale relationship between cognitive flexibility and psychological happiness for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- There is a statistical non-morale relationship between cognitive flexibility and academic (practical) academic achievement for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.
- There is no statistical significance between psychological happiness and academic (practical) for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University.

The researcher used the survey method of study to suit it, the nature of this study and its objectives. The research community included the students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University, 440 students distributed to the Faculty of Physical Education and Sports Sciences, the Faculty of Girls Education, the Faculty of Basic Education.

The researcher used the following statistical means: The average arithmetic, Standard deviation, Simple association coefficient of Pearson, Test ,T. Percentage, Surrender average, Analysis of contrast, The Alfa Krunbach equation.

After presenting the results and discussing them, the researcher came to a series of conclusions, the followings are the most important:

1. The Cognitive Resilience Scale for students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University and its ability to measure cognitive flexibility when used as a measurement method.
2. Students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences of Mosul University have high levels on the basis of cognitive flexibility.
3. Students of the Faculty and Departments of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul have high levels according to the psychological happiness scale.

The researcher recommended a number of recommendations:

## C

1. To benefit from the cognitive flexibility measure of students of the Faculty and the Departments of Physical Education and Sports Sciences at Mosul University, which has built it researchers and the possibility of applying it to similar research.
2. The need to pay attention to developing the cognitive flexibility of students and departments of physical education and sports sciences, because this variable has an active role in achieving the goals and aspirations of students away from despair and frustration, which will be reflected positively in improving the sense of psychological happiness.
3. The need to focus psychological studies in physical education and sports science on the positive aspects of the character of students and mainly psychological happiness, with increased attention to research into psychological and cognitive factors that develop the feeling of psychological happiness of students.

**University of Mosul  
College of Education for Girls / Graduate Studies  
Department of Physical Education  
and Sports Science**



**The effect of cognitive flexibility on psychological  
happiness and academic (practical) achievement  
among female students of the College and  
Departments of Physical Education and Sports  
Sciences at the University of Mosul**

**Master Of Science Thesis  
In Physical Education and Sports Sciences**

**For The Student  
Israa Thamer Mahmood Al -Gamaas**

**Supervised by  
Prof.Dr  
Nibras Younis Mohammed Al-Murad**

---

**1444 A.H.**

**2022 A.D.**