

تعزيز الحالة النفسية الإيجابية لذوى الميول الرياضية من خلال تحديد تفضيلاتهم التصميمية داخل المسكن

د/نهال نبيل زهرة

مدرس بقسم التصميم الداخلى والأثاث - جامعة دمياط

ملخص البحث :

ان الأفراد الرياضيين في حاجة إلي دعم مستمر على المستوى البدني والنفسي . ويبدأ الدعم النفسي من المسكن لما له من دور حيوي في تلبية احتياجات الأفراد الأساسية وتوفير الراحة ، فالفراغ الذى يعيش فيه الفرد يؤثر على حالته النفسية والمزاجية فإما ان يكون داعم له وإما أن يكون مثبط . ويختلف الأفراد في تفضيلاتهم التصميمية للمسكن والتي تتمثل في الألوان والخطوط والأشكال و الإضاءة والخامات وغيرها . هذا التفاوت ناتج عن اختلاف شخصية الأفراد وثقافتهم وميولهم وفكرهم وغيرها من العوامل الأخرى. وتختلف الاحتياجات من شخص لآخر ويختلف تصميم كل مسكن عن الآخر بما يلائم متطلبات ساكنيه. لذا فان مشكلة البحث تتمثل في كيفية توفير مناخ يشعر فيه الفرد ذوى الميول الرياضية بتوفير متطلباته واحتياجاته النفسية من خلال التصميم الداخلى للمسكن ،حينها يكون المسكن عامل مساعد يحفز الاتجاهات البدنية والرياضية لديه. ويهدف البحث إلي دراسة تأثير الميول الرياضية لدى الأفراد على تفضيلاتهم التصميمية داخل المسكن ، فيفترض البحث أن الأفراد الرياضيين يتشابهون في متطلباتهم التصميمية. وهذا ما تم التواصل إليه من خلال النتائج البحثية لتحليل الدراسة الاستبائية التي قامت بها الباحثة كأداة بحثية لقياس التفضيلات التصميمية لذوى الميول الرياضية . ومن خلال هذه الدراسة تم تحديد سمات عناصر التصميم الداخلى للمسكن والتي تتوافق مع الأفراد ذوى الميول الرياضية والتي توفر لهم حالة نفسية إيجابية داخل المسكن.

الكلمات المفتاحية: الميول الرياضية - التفضيلات التصميمية - الحالة النفسية .

المقدمة ومشكلة البحث :

وميداليات بطولات يساعد في ارتباط الفرد بمسكنه الذي يشعر انه يعبر عنه ويحفظه.

ومن هنا تتجلى فكرة البحث بعمل استبيان يقيس التفضيلات التصميمية لعناصر التصميم الداخلي لمسكن ذوى الميول الرياضية سواء الرياضيين المحترفين أو من لديهم هوايات رياضية ، وذلك بهدف تحقيق تصميم داخلي يوفر بيئة سكنية توفر احتياجات الرياضيين.

مشكلة البحث:

أصبح الاهتمام بالصحة النفسية للأفراد من الأولويات التي يتم التركيز عليها في مجالات البحث العلمي المختلفة . فنظرا لضغوطات الحياة المعاصرة ظهرت حاجة الإنسان إلى الشعور بالسعادة والراحة لتكوين حالة نفسية إيجابية . و يمكن تحقيق حالة نفسية إيجابية إلى حد كبير من خلال تصميم المسكن الذي يتواجد فيه الفرد لفترات كبيرة خلال حياته اليومية. ولا بد من توفير مناخ يشعر فيه الفرد ذوى الميول الرياضية بتوفير متطلباته واحتياجاته النفسية من أجل تحفيز الاتجاهات البدنية والرياضية لديه. ومن الطرح السابق تتمثل مشكلة البحث في التساؤل التالي :

١. هل هناك معايير تصميمية واضحة للتصميم الداخلي لذوى الميول الرياضية داخل المسكن لتعزيز الحالة النفسية الإيجابية لديهم ؟
٢. كيف يمكن تعزيز الحالة النفسية لدي الأفراد ذوى الميول الشخصية من خلال تصميم الفراغ السكنى؟

إن وصول الإنسان لحاله الرضا في الحياة مرتبط بتوفير احتياجاته. والمسكن هو المأوى الذي يحوي الانسان، ويوفر له احتياجاته الأساسية، فيشعر بالهدوء والسكينة والأمان والدفء والراحة. كما أن الاحتكاك المباشر للأفراد مع المسكن الذي يعيش فيه من شأنه أن يؤثر على الحالة النفسية للإنسان بالسلب أو بالإيجاب . تتمثل الوظيفة الأساسية للمسكن في توفير بيئة آمنة ومأوى لساكنيه، وتلبية احتياجاتهم الجسدية والعاطفية والثقافية وغيرها من الجوانب النفسية والاجتماعية وذلك لاحتواء المسكن لأنشطتهم الأساسية. وتختلف هذه الوظائف والاحتياجات من شخص لآخر ويختلف تصميم كل مسكن عن الآخر بما يلانم متطلبات ساكنيه، لذا من الضروري أن تتسم عمليات التصميم الداخلي بالمرونة الكافية لتتناسب مع هذا الاختلاف.

يعتبر المسكن هو المكان الذي تتشكل فيه شخصية الأفراد وميولهم وهوايتهم منذ الصغر، فوجود ما يعبر عن كل ما يهواه الفرد وينسجم مع وجدانه من أهم أساسيات التصميم الداخلي للمسكن. وتختلف الهوايات من فرد لآخر فقد تكون فنية أو رياضية أو علمية أو فلكية أو موسيقية وما إلى ذلك. فعند تصميم المسكن يفضل تخصيص غرفة أو زاوية خاصة للأفراد لممارسة هوايتهم مثل توفير مكان لمكتبة للأفراد المهتمين بالقراءة أو توفير مرسم للأفراد المهتمين بالرسم أو توفير مكان معزول به آلات موسيقية أو مكان بالقرب من نافذة للأفراد التي تهتم بعلم الفلك أو مكان للتدريب وممارسة رياضة معينة، كما أن وضع لمسات أو رموز أو معلقات أو صور أو رف لشهادات

مصطلحات البحث:

- الحالة النفسية الإيجابية: قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة وخلق التوازن بين أنشطة الحياة ومتطلباتها لتحقيق المرونة النفسية.

- التفضيلات التصميمية: هي السمات والخصائص التي يفضلها الفرد في التصميم والتي تلاقى قبولا لديه وتلبى احتياجاته على المستوى المادي والنفسي.

هدف البحث:

دراسة تأثير الميول الرياضية لدى الأفراد على تفضيلاتهم التصميمية داخل المسكن.

فرض البحث:

هناك علاقة بين الحالة النفسية المتكونة لدى الأفراد ذوى الميول الرياضية وبين التصميم الداخلي للمساكن التي يقطنون بها.

منهجية البحث :

المنهج التحليلي : تحليل معايير التصميم الداخلي والتي تؤثر على الحالة النفسية لدى الأفراد.

أدوات وإجراءات البحث:

استخدمت الباحثة أداة الاستبانة ، وقامت بعمل استمارة استبيان وعرضها على محكمين متخصصين ، ثم تم توزيعها على عينة مكونة من ٣٠ فردا، ثم تم تطبيقها مرة أخرى على نفس العينة بفصل زمني شهر. وتم استخراج معامل الارتباط بين الدرجات التي يحصل عليها الأفراد في المرتين وتظهر في جدول رقم (١) الآتي:

جدول (١)**يوضح معاملات الثبات لمعايير التقييم والاستبانة ككل بطريقة اعادة التطبيق.**

معامل الارتباط	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية	معايير التقييم		
٠.٨٢	٠.٠١	دال	المفضلة	الصفات التي يتميز بها تصميم المسكن	المعيار الأول
٠.٨٤	٠.٠١	دال	الغير مفضلة		
٠.٥٦	٠.٠١	دال	الإيجابية	العواطف المتكونة تجاه تصميم المسكن	المعيار الثاني
٠.٥٦	٠.٠١	دال	السلبية		
٠.٩٨	٠.٠١	دال	تحقيق العناصر المعنوية للتصميم الداخلي		المعيار الثالث
٠.٧٨	٠.٠١	دال	عدم الرضا عن العناصر المادية للتصميم الداخلي		المعيار الرابع
٠.٩٦	٠.٠١	دال	الاستبانة ككل		

(computation and simulations) من أجل

الوصول لبيانات مرضية وسارة لمستخدميها .

ملانمة التصميم الداخلي للمسكن مع الأفراد ذوي الميول الرياضية:

ان اختلاف الميول والهوايات بين الأفراد يؤثر في تكوين شخصيتهم ويضفي سمات في أسلوب حياتهم تميزهم عن غيرهم وبالتالي يؤثر ذلك على تفضيلاتهم التصميمية داخل مسكنهم وتكوين ذوقهم التصميمي بشكل عام. فالأفراد الرياضيين يتسمون دائما بالنشاط والحيوية والبهجة ، فهم أكثر الأشخاص رغبة في أن يحفزهم المسكن بطاقة إيجابية تبعث في روحهم المثابرة . لذا لابد للمصمم الداخلي أن يتعرف على رغبات الأفراد المختلفين داخل مسكنهم وترجمتها إلى تصميم بيئات داخلية تلاقى اهتماماتهم واحتياجاتهم ورغباتهم وعواطفه .

(Petermans Ann , Pohlmeier Anna Elisabeth, 2014)

تأثير المحفزات الحسية على الحالة النفسية لدى الأفراد :

إن المحفزات الحسية داخل الفراغ الداخلي للمسكن تؤثر على الحالة النفسية للأفراد، فيتصل الفرد بالبيئة المحيطة ويستشعر مكوناتها وعناصرها من خلال حواسه والتي تقوم بإرسال إشارات للعقل والذي بدوره يقوم بتفسيرها وتكوين حالة نفسية محددة وتحديد ما إذا كانت إيجابية أو سلبية. وتصنف المحفزات الحسية للتصميم الداخلي إلى محفزات بصرية، محفزات لمسية، محفزات سمعية، محفزات شمعية. ومن خلال التصميم الداخلي يمكن تعزيز الحالة النفسية الإيجابية للفرد من خلال إحداث تناغم بين هذه المحفزات بهدف تكوين تجربة

التصميم الإيجابي وتأثيره على الحالة النفسية للأفراد:

ان علم النفس الإيجابي يركز على كل ما يجعل الحياة تستحق أن تُعاش ويحدد الظروف التي تحقق رفاهية الانسان. كما أنه يهدف إلى معالجة جوانب الحياة التي تسبب الضغط، ويهتم بالخبرات الإنسانية التي مر بها الانسان مثل التفاؤل والامتنان والغفران والإيثار والأمل (C.R.Snyder, Shane J.Lopez, 2002) ويمكن الاستفادة من دراسة علم النفس الإيجابي في مجال التصميم والوصول الى إطار عام ذو مكونات واضحة لما يسمى بالتصميم الإيجابي، وذلك كمبادرة لرفع شعار التصميم من أجل سعادة ورفاهية الانسان .

(Pieter M. A. Desmet and Anna E. Pohlmeier, 2013)

ان التصميم قادر على تنظيم الحالة المزاجية للأفراد وتوجيه سلوكهم لما للتصميم من تأثير مباشر على الرفاهة النفسية، فالمزاج مؤشر هام جدا على نجاح التصميم في تحقيق الرفاهة للفرد على المدى الطويل (Desmet 2015)

كما أن العديد من الدراسات الخاصة بعلم النفس ودراسة السلوك حاولت الكشف عن الأثر الذي تسببه الأماكن على عواطف الأفراد. وتوصلت إلى نتيجة عامة وهي أن التغيير في الأماكن يتبعه تغيير في العواطف، ولكن ظل من الصعب الوصول لاستنتاجات مباشرة تخص مجال التصميم المعماري وتصميم المساحات الداخلية. وظلت الدراسات تتولى في محاولة للوصول إلى طرق علمية صحيحة باستخدام المحاكاة والحوسبة

هذا النوع من الأنشطة لاقت الأشكال المربعة والأشكال الدائرية نسب متساوية ومنخفضة في حين أن الأشكال المنحنية لاقت نسبة قبول أكبر، فيستنتج من ذلك أن الأشكال المنحنية تثير الحركة والنشاط. وبالنسبة للأشكال الحادة رفضت بشكل قاطع يرجع ذلك إلى عدم إحساس الفرد بالأمان حين ممارسة نشاط حركي في ظل وجود أشكال وزوايا حادة في الفراغ قد تحجم مجال انطلاقة وحريته في الحركة.

(Avishag Shemeshi , Moshe Bar , Yasha Jacob Grobman, 2015)

ويتضح مما سبق أنواع الخطوط المستخدمة في التصميم الداخلي لفراغات المسكن تؤثر على الحالة النفسية للأفراد ذوي الميول الرياضية وتؤثر على نشاطهم.

تطبيق الاستبانة:

تم توزيع الاستبيان لقياس آراء الأفراد ذوي الميول الرياضية وتطبيقه على (٨) تصميمات لمسكن معاصرة مختلفة في تصميمها ، وتم تقسيم الاستبيان إلى (٤) أجزاء يشمل كل جزء (٢) تصميمات لمسكن معاصرة. فيما يلي عرض للأسئلة المدرجة بالاستبيان:

تصميم وتوزيع الاستبيان إلكترونياً من خلال موقع survey monkey ، وتم توزيع كل جزء من الاستبيان على عدد (٥٠٠) فرد ذوي ميول رياضية وتم حصر عدد الاستجابات الراجعة وتصفية الإجابات الكاملة فقط واستثناء الإجابات غير الكاملة . وفيما يلي جدول بأعداد الأفراد يوضح الاستجابات الكلية والاستجابات الكاملة لكل أجزاء الاستبيان للأفراد ذوي الميول الرياضية.

إيجابية لدى الفرد تخلق له حالة مزاجية جيدة داخل الفراغ السكني. فالتجربة المكانية الحسية التي يعيشها الفرد في المكان تؤثر على مشاعره وعواطفه ومزاجه وتفضيلاته وسلوكياته داخل الفراغ .

(Asma Naz, Regis Kopper, Ryan

P.McMahan, Mihai Nadin, 2017)

ان الأفراد داخل المسكن يتعرضون لمجموعة من الإثارات من خلال الحواس المختلفة في آن واحد وتسمى هذه المرحلة بالمزج الحسي النفسي . ثم يقارنها الأفراد مع خبرتهم العاطفية السابقة وهذه مرحلة الإدراك النفسي. فتتكون المشاعر لدى الأفراد وتكون هذه المشاعر ناتجة عن التقييم الانفعالي للمدركات الحسية ومدى تلبية الاحتياجات الأساسية داخل المسكن. وتحدث بعد ذلك مرحلة الانعكاس السلوكي والتي تظهر في شعور الأفراد أما بالراحة والرضا ينتج عنه قبول أو بالتعب والتوتر وينتج عنه النفور من المسكن. ثم يتبع ذلك تفضيل أو رفض البيئة الداخلية المصممة للمسكن فينتج عن ذلك ارتباط الأفراد بالمسكن أو رغبتهم في تغيير تصميمه بناء على الاختيار المنطقي. (Eliane Schreuder, Jan van Erp, Alexander Toet, and Victor L. Kallen 2016)

تصميم الفراغات الرياضية التي تمارس فيها الأنشطة البدنية:

يقصد بالفراغات الرياضية الأماكن التي تمارس بها الأنشطة التي تحتاج مجهود جسدي مثل فراغات اللعب وفراغات ممارسة الرياضة وهذه الفراغات تتطلب الحيوية والإثارة والحث علي زيادة النشاط. وفي





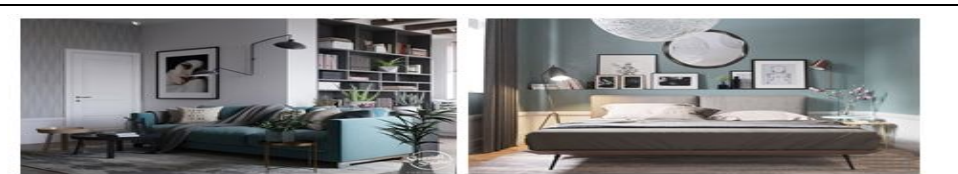
جدول (٢)

يوضح توصيف أعداد الأفراد المشاركين في الإستبيان

أجزاء الاستبيان	عدد الأفراد المشاركين	عدد الأفراد الذين أداوا إجابات كاملة
الجزء الأول	٨٠	٤٤
الجزء الثاني	١١٥	١٠١
الجزء الثالث	١٠٠	٦٤
الجزء الرابع	٩٥	٥٤
المجموع	٣٩٠	٢٦٣

وفى جدول رقم (٣)

التالي عرض لبعض الصور من المساكن الثمانية المدرجة بالاستبيان:

رقم المسكن	الصورة
المسكن رقم (١)	
المسكن رقم (٢)	
المسكن رقم (٣)	
المسكن رقم (٤)	
المسكن رقم (٥)	

		المسكن رقم (٦)
		المسكن رقم (٧)
		المسكن رقم (٨)

جدول رقم (٣) يوضح بعض الصور من تصميمات المساكن الثمانية المدرجة بالإستبيان

الانزعاج ، السعادة / الحزن ، النشاط/الخمول ،
الاسترخاء / العصبية ، السكون / الضغط)

عينة البحث:

تم توجيه أسئلة الاستبيان إلى أفراد لديهم ميول شخصية رياضية واعتمدت الباحثة على استخدام نوع العينة العشوائية ذات فئات عمرية مختلفة ومختلفة الجنس لمحاولة الوصول إلى أكبر عدد ممكن من الأفراد المختلفين ويشتركون في الميول الرياضية .

معايير الاستبانة:

١. المعيار الأول:

الصفات التي يتميز بها المسكن وهي (البساطة / التكلف ، الليونة / الحدة ، معاصر / تقليدي ، الوضوح / الغموض ، تفاصيل قليله / تفاصيل كثيرة) .

٢. المعيار الثاني:

العواطف المتكونة تجاه المسكن وهي (الهدوء / التوتر ، الإثارة/ الملل ، الابتهاج / الاكتئاب ، الارتياح/

٤. المعيار الرابع :

مدى عدم الرضا عن العناصر المادية التصميم الداخلي للمسكن وهي (الحوائط / الأسقف/الأرضيات/الخامات/الإضاءة / الألوان/ الأثاث/ الاكسسوار والعناصر الفنية)

في هذا البحث تم تحليل آراء أفراد عينة الدراسة نحو معايير التقييم لتصميمات المساكن الثمانية لمعرفة تأثيرها.

تعزيز الحالة النفسية للإيجابية لزوي الميول الرياضية من خلال تحرير تفصيلاتهم

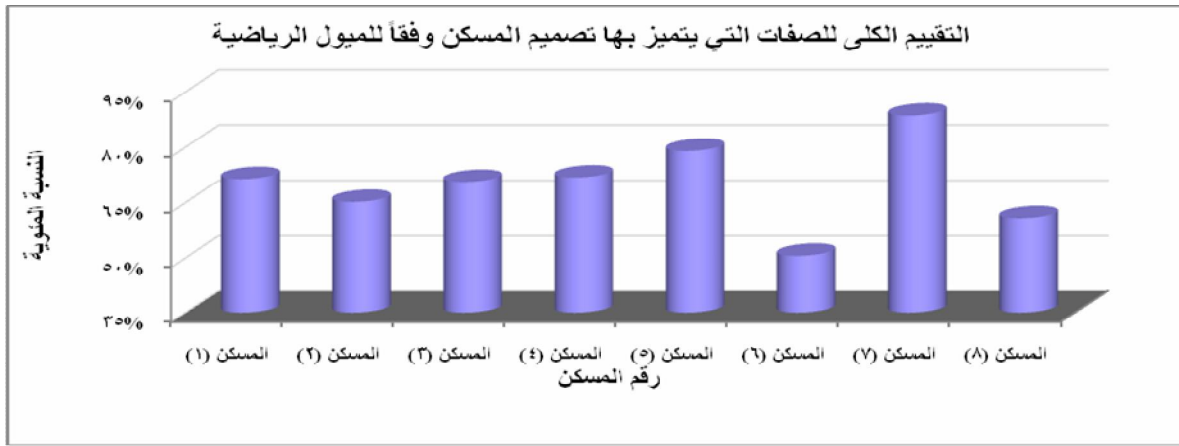
المعيار الأول: الصفات التي يتميز بها تصميم المسكن:

تصميم المسكن							الفئات
(٨)	(٧)	(٦)	(٥)	(٤)	(٣)	(٢)	
٦٠.٨٠	٨٨.٦٠	٥٠.٦٠	٧٩.٠٠	٧١.٨٠	٧٠.٦٠	٦٥.٢٠	ميول رياضية
%	%	%	%	%	%	%	

جدول (٤)

يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي للصفات المفضلة لدى الأفراد ذوي الميول

الرياضية تجاه تصميمات المساكن



شكل (١)

يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي للصفات المفضلة التي تتميز بها تصميمات المساكن

وفقاً للميول الرياضية

وتم تحليل ومقارنة النتائج وتحديد المسكن الأعلى في النسبة المئوية بالنسبة لكل صفة ويتضح في الجدول رقم (٣).

المعيار الأول (الصفات التي يتميز بها تصميم المسكن)

الصفات	الاسم	التكليف	القيمة	معايير	تقييمي	الرموز	الرموز	تفاصيل قليلة	تفاصيل كثيرة
رقم المسكن	(٧)	٣	(٧)	(٢)	٦	(٧)	٢	(٧)	٨،٦،١

جدول (٥) يوضح رقم المسكن الذي حقق أعلى نسبة مئوية في بنود المعيار الأول الخاص بالصفات التي

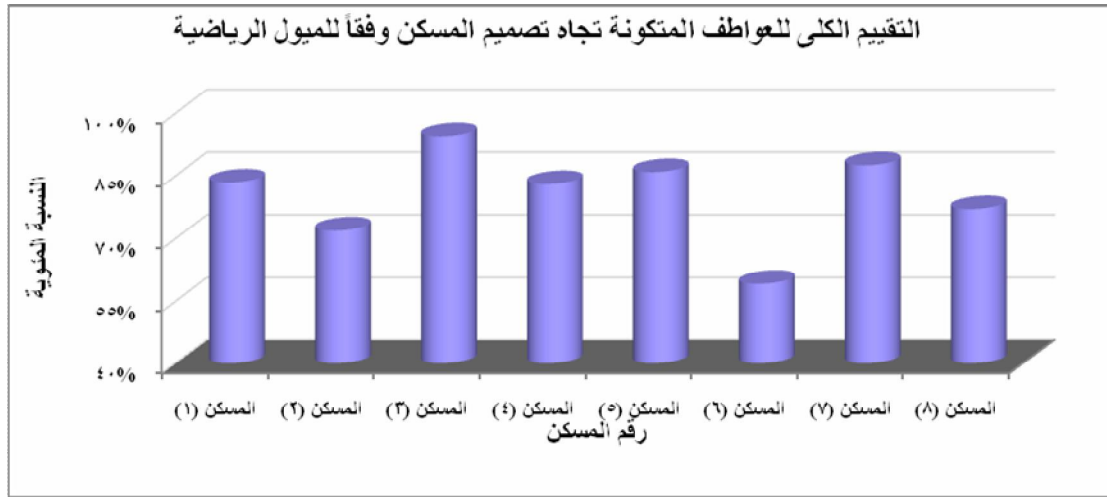
يتميز بها تصميم المسكن

المعيار الثاني: العواطف المتكونة تجاه تصميم المسكن:

تصميم المسكن								الفئات
(٨)	(٧)	(٦)	(٥)	(٤)	(٣)	(٢)	(١)	
%٧٧.١٣	٨٧.٦٣ %	٥٩.٢٥ %	٨٦.٠٠ %	٨٣.١٣ %	٩٤.٦٣ %	%٧٢.٠٠	%٨٣.٥٠	رياضية

جدول (٦)

يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي للعواطف المتكونة لدى الأفراد ذوي الميول الرياضية تجاه تصميمات المساكن .



شكل (٢) يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي للعواطف المتكونة اتجاه تصميمات المساكن وفقاً للميول الرياضية .

وتم تحليل ومقارنة النتائج وتحديد المسكن الأعلى في النسبة المئوية بالنسبة لكل عاطفة متكونة ويتضح في الجدول رقم (٥) .

المعيار الثاني (العواطف المتكونة تجاه تصميم المسكن)																
العواطف	الهدوء	التوتر	الإثارة	الملل	الاجتهاد	الاستجاب	الارتياح	الانزعاج	السعادة	العزلة	الانشغال	الانغمول	الاسترخاء	الصحية	السكون	الانضباط
رقم المسكن	(3)	6	(1)	6	(3)	2	(3)	6	(3)	2	(3)	6	(3)	6	(3)	6

جدول (٧)

يوضح رقم المسكن الذي حقق أعلى نسبة مئوية في بنود المعيار الثاني الخاص بالعواطف المتكونة .

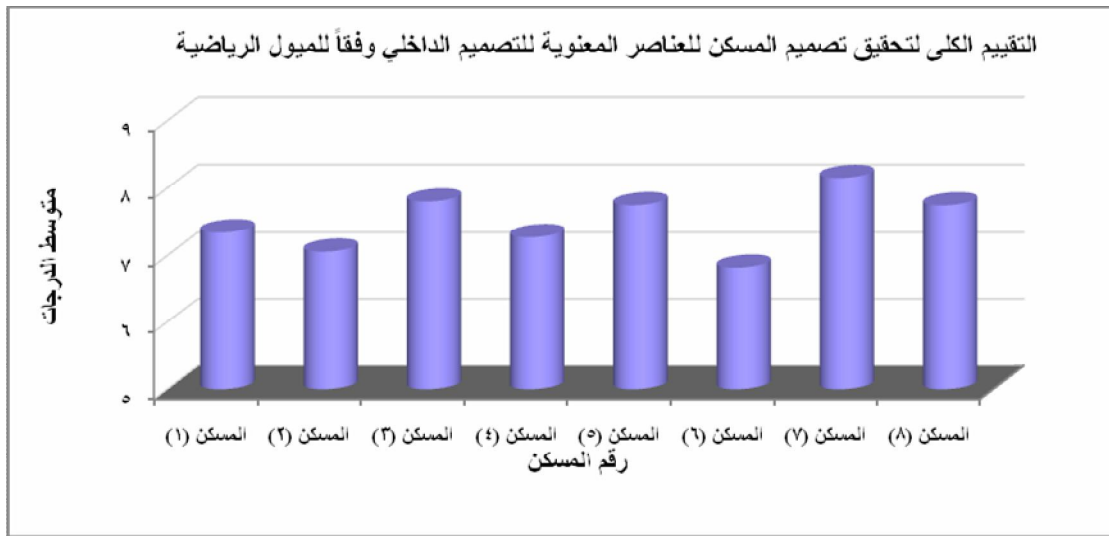
المعيار الثالث: تحقيق تصميم المسكن للعناصر المعنوية للتصميم الداخلي:

تصميم المسكن								الفئات
(٨)	(٧)	(٦)	(٥)	(٤)	(٣)	(٢)	(١)	
٧.٧٤	٨.١٥	٦.٨٢	٧.٧٥	٧.٢٧	٧.٨٠	٧.٠٦	٧.٣٤	ميول رياضية

جدول (٨)

يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي لتحقيق العناصر المعنوية للتصميم الداخلي لدى الأفراد

ذوي الميول الرياضية تجاه تصميمات المساكن .



شكل (٣) يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي للعناصر المعنوية للتصميم الداخلي المتحققة في تصميمات المساكن وفقاً للميول الرياضية .

وتم تحليل ومقارنة النتائج وتحديد المسكن الأعلى في النسبة المئوية لتحقيق كل عنصر من العناصر المعنوية للتصميم الداخلي للمساكن ويتضح في الجدول رقم (٧) .

المعيار الثالث (تحقيق تصميم المسكن للعناصر المعنوية للتصميم الداخلي)

العناصر	الراحة	الألفة	الخصوصية	الهوية	الآمان
رقم المسكن	(٣)	(٥)	(٣)	(٣)	(٨)

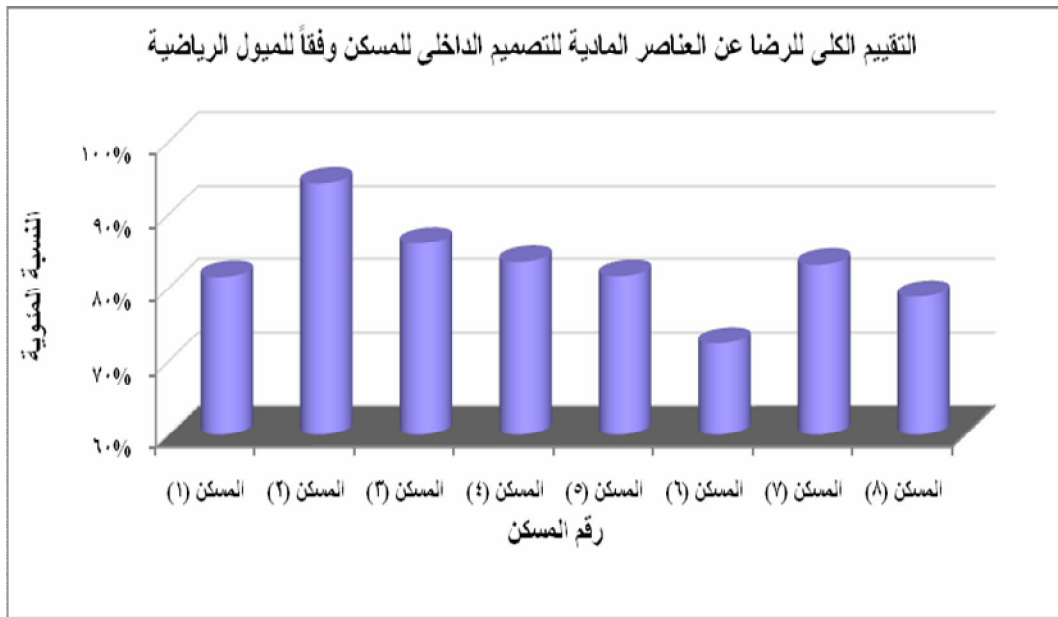
جدول (٩) يوضح رقم المسكن الذي حقق أعلى نسبة مئوية في بنود المعيار الثالث الخاص بتحقيق تصميم المسكن للعناصر المعنوية للتصميم الداخلي للمسكن .

المعيار الرابع: عدم الرضا عن العناصر المادية للتصميم الداخلي للمسكن:

تصميم المسكن								الفئات
(٨)	(٧)	(٦)	(٥)	(٤)	(٣)	(٢)	(١)	
٧٨.٨١%	٨٣.١٣%	٧٢.٤٠%	٨١.٦٠%	٨٣.٥٠%	٨٦.٠٣%	٩٤.٣١%	٨١.٤٨%	رياضية
		%	%	%	%	%	%	

جدول (١٠)

يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي لعدم الرضا عن العناصر المادية للتصميم الداخلي لدى الأفراد ذوي الميول الرياضية تجاه تصميمات المساكن .



شكل (٤) يوضح النسب المئوية لدرجات التقييم الكلي للرضا عن العناصر المادية للتصميم الداخلي المتحققة في تصميمات المساكن وفقاً للميول الرياضية .

وتم تحليل ومقارنة النتائج وتحديد المسكن الأعلى في النسبة المئوية لعدم الرضا عن كل عنصر من العناصر المادية للتصميم الداخلي للمساكن ويتضح في الجدول رقم (٩)

المعيار الرابع (عدم الرضا عن عناصر التصميم الداخلي للمسكن)									
العناصر	المرايا	الاستيف	الأرضيات	الخامات	الإضاءة	الألوان	الأثاث	الأكسسوارات والفاصلية الفنية	لا يوجد شيء غير مرضي
رقم المسكن	(٦)	(٨)	(٨)	(٦)	(٥)	(٦)	(٦)	(٦)	(٣)

جدول (١١)

يوضح رقم المسكن الذي حقق أعلى نسبة مئوية في بنود المعيار الرابع الخاص بعدم الرضا عن العناصر المادية للتصميم الداخلي للمسكن .

نتائج البحث :

١. هناك معايير تصميمية واضحة للتصميم الداخلي لذوي الميول الرياضية داخل المسكن وهي تتسم بإضفاء البهجة والنشاط على أفراد المسكن وهي كالتالي:



● استخدام الألوان المحايدة والألوان الدافئة والألوان الباردة فجميعها تلاقى قبولا عند الأفراد ذوي الميول الرياضية.

شكل رقم (٥) يوضح المحددات المستنتجة من تحليل تصميمات المساكن ونتائج الإستبيان للتفضيلات التصميمية لذوي الميول الرياضية (تصميم الباحثة)

- يفضل ذوى الميول الرياضية المسكن رقم (٣، ٧). بالنسبة لمعيار مدى تحقيق العناصر المعنوية للتصميم الداخلي ، فتصميمهما يوفر للأفراد الشعور بالراحة والخصوصية والهوية .
- يفضل ذوى الميول الرياضية المسكن رقم (٣) بالنسبة لمعيار الرضا عن العناصر المادية التصميم الداخلي للمسكن ، فهو أكثر مسكن لاقى قبولا من ناحية الألوان، والاضاءة، والخطوط التصميمية المستخدمة، والخامات، والنباتات، والإكسسوار، والأثاث.

التوصيات:

١. ضرورة توفير بيئة سكنية مصممة بطريقة تشعر الأفراد ذوى الميول الرياضية بحالة نفسية إيجابية من أجل المساعدة في تعزيز قدراتهم البدنية والرياضية .
٢. ضرورة البحث فى مكونات ومسببات الحالة النفسية التى تؤثر على أداء وكفاءة الأفراد او الميول الرياضية .

مراجع البحث:

Books:

1. C.R.Snyder, Shane J.Lopez. (2002). *Hand Book of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.

Journals:

1. Asma Naz, Regis Kopper, Ryan P.McMahan, Mihai Nadin. (

- استخدام الاضاءة ذات الشدة المنخفضة بألوان دافئة.
- استخدام الخطوط المستقيمة في التصميم والتي تكون علاقات مترزة ومنتظمة .
- استخدام أنواع من الخامات المختلفة معا ذات ملامس متنوعة وتكون خشنة الملمس.
- استخدام النباتات الخضراء والزهور الحمراء والبرتقالية والأرجوانية والبيضاء أكثر من غيرها.
- استخدام الكثير من الاكسسوار وتوزيعها في أرجاء المسكن وتكون ذات تفاصيل كثيرة .
- استخدام الأثاث ذو تنجيد أقل ويكون تصميمه قائم على الأشكال الهندسية المنتظمة كالمربعات والمستطيلات والدوائر.
- ٢. يفضل الأفراد ذوى الميول الرياضية تصميم المسكن رقم (٣) والمسكن رقم (٧) بسبب تكوين حالة نفسية إيجابية لديهم من خلال التفضيلات التصميمية وتظهر فيما يأتي:

- يفضل ذوى الميول الرياضية المسكن رقم(٧) بالنسبة لمعيار الصفات المفضلة لتصميم المسكن ، فتصميم المسكن يتميز بالبساطة والليوننة والمعاصرة والوضوح وقلة التفاصيل .
- يفضل ذوى الميول الرياضية المسكن رقم(٣) بالنسبة لمعيار العواطف الإيجابية المتكونة تجاه تصميم المسكن ، لأنه يعزز الشعور بحالة نفسية إيجابية فيشعرهم بالهدوء والابتهاج والارتياح والسعادة و النشاط والاسترخاء والسكون .

- Kallen. (2016). Emotional Responses to Multisensory Environmental Stimuli: A Conceptual Framework and Literature Review. *sagepub journal* , p2.
4. Petermans Ann , Pohlmeier Anna Elisabeth . (2014). Design for subjective well-being in interior architecture. *Proceedings of the 6th Annual Architectural Research Symposium* , p210.
5. Pieter M. A. Desmet and Anna E. Pohlmeier. (2013). Positive Design: An Introduction to Design for Subjective Well-Being. *International Journal of Design, Vol. 7(No. 3)*, p 7.
- 2017). “Emotional Qualities of VR Space. *IEEE Virtual Reality (VR) conference*, p 1:9.
2. Avishag Shemeshi , Moshe Bar , Yasha Jacob Grobman. (2015). Space and Human Perception- Exploring Our Reaction to Different Geometries of Spaces. *20th International Conference of the Association for Computer-Aided Architectural Design*, P2:
6. Desmet, P. M. (2015). “Design for Mood: Twenty Activity-Based Opportunities to Design for Mood Regulation. *International Journal of Design, Vol. 9(No. 2)*, p2.
3. Eliane Schreuder, Jan van Erp, Alexander Toet, and Victor L.

Abstract

Enhancing the positive psychological state for people with sportive tendencies by identifying their design preferences with in the house

Sportive people need constant physical and psychological support. The psychological support starts from the house because it has a vital role in achieving the basic needs of individuals and providing them with comfort, The place in which the individual lives affects his psychological and mood states, either it is supportive of him or it is discouraged . Individuals are different in their design preferences for house , which are represented in colors, lines, shapes, lighting and materials. This disparity is resulted of difference in personalities, cultures, tendencies, thoughts, and other factors. The needs are different from person to another ,so houses designs should be different to suit the requirements of its occupations . Therefore , the research problem is How to reach an atmosphere in which a person with sportive tendencies feels that his requirements and psychological needs are achieved through the interior design of the house, then the house is a helpful factor that stimulates his physical and sportive trends .The research aim is to study the effect of sportive tendencies of individuals on their design preferences in the home. The research assumes that athletic individuals are similar in their design requirements. This is What the research results discuss from the analyze of the questionnaire study that carried out by the researcher as a tool to measure the design preferences for individuals have sportive Tendencies. Through this study, the characteristics of the interior design elements of the house were identified, which are compatible with individuals with sportive tendencies, which provides them with a positive psychological state inside the house.

Key words: sportive Tendencies - design preferences - psychological state.