

جامعة وهـ

كلية العلوم

قسم علم النفس



رسالة دكتوراه دولة في علم النفس العام

المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي

دراسة ميدانية لعينة من الناجحين في الرياضة

من إعداد:

قمر اوي محمد.

تحت إشراف:

الأستاذ الدكتور ماحي إبراهيم.

بمساعدة:

. الدكتورة كرزابي مريم. (المعهد الوطني للتربية البدنية).

. الأستاذ الدكتور كمال بلان (جامعة دمشق)

السنة الجامعية 2009/2008

شكر

أول الشكر أتقدم به إلى أستاذي الفاضل الأستاذ الدكتور ماحي إبراهيم على التشجيع والتوجيه والمتابعة المستمرة طوال سنوات انجاز الرسالة.

ونتوجه بالشكر إلى الدكتورة كرزابي مريم على المساعدات الكبيرة التي قدمتها لنا في مجال علوم الرياضة وتوفير بعض المراجع المتخصصة.

وإلى الأستاذ الدكتور كمال بلان من قسم الإرشاد النفسي بكلية التربية بجامعة دمشق على نصائحه ومساعداته الجمة.

وأتقدم بالشكر إلى مدير قصر الرياضة ومدير ملاعب ولاية وهران على المساعدة التي كان يقدمها لنا لإجراء التطبيق الميداني لمدة طويلة دون أن ينزعج منا.

وشكرنا الجزيل نتوجه به إلى كل الناجحين في الرياضة على صبرهم معنا إلى غاية إتمام العمل الميداني الطويل.

وشكرنا الكبير لإطارات الرياضة بمختلف تخصصاتهم والذين ساعدونا على انتقاء رياضيي النخبة.

الإهد

إلى المرحوم والدي الذي كرس حياته لنجاحنا الدراسي.

إلى أمي وإخوتي.

إلى زوجتي التي ضاق بها البيت بكتبي وأوراقتي.

إلى ابني وبناتي.

إلى كل من كان له فضل تعليمي وتكويني.

وإلى كل من ساعدنا من بعيد أو قريب ولو بالكلمة الطيبة لإنجاز هذه الرسالة.

إلى كل هؤلاء جميعا أهدي لهم هذا العمل المتواضع ثمرة تعبتي واجتهادي...

يشتمل البحث الذي نحن بصدد تقديمه والموسوم بـ "المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي" على مفهومين أساسيين يكونان مع بعضهما البعض العنصرين الأساسيين لإجراء الدراسة وهما المحددات النفسية والنجاح الرياضي، لكن بعد البحث والتقيب في المراجع المتخصصة اتضح أنهما مفهومين واسعين تطلب منا أن نحددهما تحديدا دقيقا ألا وهما : المحددات النفسية التي يمكنها أن تشمل كل المجال النفسي للإنسان والتي حاولنا أن ننقي بعضها منها بغير طريقة معينة وهي : الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية من جهة ، والنجاح الرياضي من جهة أخرى الذي يعتبر مجالا واسعا لأنه يخص فئة الرياضيين من ذوي المستوى العالي.

ونظرا لإهمال هذا المجال النفسي المهم في الرياضة ارتأينا أن نقدم على عمل قد تكون له أهميته في أوساط الرياضة وذلك بهدف الوصول إلى حقائق تفيد في إبراز الجوانب النفسية لدى الرياضيين وبالخصوص الناجحين منهم في الرياضات المختلفة.

ولأجل ذلك طرحنا إشكالية واسعة غطت كل الجوانب التي كان لا بد من التعرف عليها حيث كانت التساؤلات الأساسية ترمي إلى التفكير في وجود هذه المحددات في الأوساط الرياضية العالية في الجزائر ومدا توفرها لديهم كسمة ثم كحالة إضافة إلى التساؤلات حول العوامل المشتركة التي تجمع بينها بالنظر للارتباطات القائمة.

وللإجابة على هذه التساؤلات كان لا بد من طرح مجموعة من الفرضيات نفتصر على ذكر بعض منها في هذا الملخص وهي نابعة من الفرضية العامة التالية:

" ترتبط المحددات النفسية (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

وتبعاً لذلك كان لا بد من طرح فرضيات أساسية أربعة تدرس الارتباط بين المتغيرات الستة كسمة ثم كحالة حيث تفرعت إلى فرضيات فرعية أخرى.

أما الفرضيات الخاصة فكانت تخص المحددات النفسية الستة كل على حدة والتي تأسست لأجلها هذه الفرضيات التي تفرعت بدورها إلى فرضيات فرعية تدرس السمة وفرضيات فرعية تدرس الحالة، والتي حاولت أن تجيب على مدى توفرها عند الناجحين في الرياضة.

اشتملت العينة المقصودة للبحث في بدايتها على)

الغرب الجزائري وطبقت عليهم الاختبارات الستة كسمة وحقانه. اما العينة النهائية التي كانت اجاباتها على كل الاختبارات كاملة فكانت 89 رياضيا.

لقد أسفرت الدراسة على أن المحددات النفسية لا تؤثر في الفرد كوحدة واحدة بسبب عدم ارتباطها مع بعضها البعض من جهة، ومن جهة أخرى هي غير مشبعة بعامل واحد بل بمجموعة من العوامل المختلفة.

وأسفرت كذلك على أن الفروق دالة بين كل المحددات كسمة وكحالة بينما غير دالة بين سمة الثقة النفسية والطلاقة النفسية وبين حالتيهما.

وأن الفرضية الأساسية الرابعة قد تحققت والتي تفيد بوجود عوامل أخرى للنجاح الرياضي، فرغم إدراك الناجحين بقيمة العمل وتوفير الإمكانيات إلا أنهم يدركون وجود عامل الحظ والمحسوبية اللذان يساهمان في النجاح بقسط وافر.

أما الفرضيات الخاصة بكل محدد نفسي (أو متغير) فتؤكد أنه رغم توفرها لذا الناجحين في الرياضة إلا أنها تدل على ضعفهم من الناحية النفسية مما يدفعنا لاستنتاج ما هو واضح وهو غياب التحضير النفسي.

إذن في الأخير ننصح بالاهتمام بهذه الفئة من الرياضيين وذلك بتوفير الإمكانيات المادية للقيام بمهامهم أحسن قيام والاهتمام كذلك بالجوانب النفسية وذلك بالعمل على تحضيرهم تحضيرا نفسيا ملائما ومختلفا على التحضير العادي الذي يطبق على الرياضيين العاديين.

المحتوى

أ	الشكر.
ب	الإهداء.
ت	الملخص.
ج	المحتويات.
س	قائمة الأشكال.
ش	قائمة الجداول.
1	مقدمة عامة.
5	الفصل الأول: تحديد الإشكالية وفرضياتها.
6	تمهيد.
7	دوافع البحث.
7	أهداف البحث.
8	الإشكالية.
10	الفرضيات.
14	حدود وصعوبات البحث.
15	التعاريف الإجرائية.
19	الفصل الثاني: الشخصية
20	تمهيد
21	تعريف الشخصية
25	أنواع الشخصية.
26	عوامل الشخصية.

نظريات الشخصية.

العلاقة بين الشخصية والرياضة (تأثير وتأث

33 قياس الشخصية.

35 دراسات سابقة.

43 خاتمة.

44 الفصل الثالث: الدافعية

45 تمهيد.

46 تحديد مفهوم الدافعية.

49 أنواع الدافعية.

57 وظيفة الدافعية.

59 أهداف الدافعية.

59 عوامل الدافعية.

61 نظريات الدافعية.

66 الدراسات السابقة في الدافعية.

74 خاتمة.

75 الفصل الرابع: العدوانية

76 تمهيد.

77 تحديد وتعريف مفهوم العدوانية في الرياضة.

80 أنواع العدوانية.

نظريات العدوانية: – النظرية الفطرية (البد

– نظرية التحليل النفسي

84 – النظرية السلوكية (التعلم).

85 علاج العدوانية.

89 قياس العدوانية.

92 دراسات سابقة.

96 خاتمة.

97 الفصل الخامس: القلق

98 تمهيد.

99 تعريف القلق.

100 علاقته ببعض المفاهيم الأخرى: الخوف، الضغط.

101 أنواعه.

106 أسباب أو مصادر القلق.

108 خصائص القلق.

109 العوامل المؤثرة في القلق.

112 تأثير القلق على الأداء: ايجابي، سلبي.

115 قياس القلق.

117 دراسات سابقة.

123 خاتمة.

الفصل السادس: الثقة الـ

- 125 تمهيد.
- 126 تعريف الثقة النفسية(الرياضية).
- 128 أنواع الثقة الرياضية: – كسمة.
- 129 – كحالة.
- 129 العلاقة بين الثقة الرياضية كسمة وكحالة.
- 131 مظاهر الثقة الرياضية.
- 132 الأسس النظرية للثقة الرياضية.
- 135 خاتمة.

الفصل السابع: الطلاقة النفسية

- 137 تمهيد.
- 138 تعريف الطلاقة النفسية:
- 139 1. كسمة.
- 139 2. كحالة.
- 139 حدوث الطلاقة النفسية.
- 143 خصائص الطلاقة النفسية.
- 146 خبرة الطلاقة النفسية.
- 149 دراسات سابقة في الطلاقة النفسية.
- 153 خاتمة.

155	تمهيد.
156	تحديد مفهوم النجاح الرياضي
157	العوامل المسببة للنجاح والفشل.
158	الدراسات السابقة للنجاح الرياضي.
159	خاتمة.

160 الفصل التاسع: خطوات إجراء البحث

161	التصميم التجريبي للبحث.
164	عينة البحث ومواصفاتها.
171	منهجية البحث:
171	الدراسة الاستطلاعية.
172	الدراسة الأساسية:
172	1. الملاحظة.
172	2. المقابلة.
173	3. وسائل البحث:
173	أ. الاختبارات النفسية:
173	• قياس الشخصية.
178	• قياس الدافعية.
181	• قياس العدوانية.

• قياس القلق.

• قياس الثقة النفسية.

• قياس الطلاقة النفسية.

191

192

ب. الاستثمار.

193

الأساليب الإحصائية.

194

الفصل العاشر: عرض النتائج وتحليلها

195

عرض نتائج الفرضية العامة.

197

عرض نتائج الفرضيات الأساسية:

201

• عرض نتائج الفرضية الأساسية الأولى.

205

• عرض نتائج الفرضية الأساسية الثانية.

211

• عرض نتائج الفرضية الأساسية الثالثة.

217

• عرض نتائج الفرضية الأساسية الرابعة.

223

عرض وتحليل الأسئلة المفتوحة.

227

عرض نتائج الفرضيات الخاصة.

245

الفصل الحادي عشر: مناقشة النتائج والتوصيات.

246

مناقشة نتائج الفرضية العامة.

248

مناقشة نتائج الفرضيات الأساسية:

248

• مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى.

251

• مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية.

- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثا
- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الر

266	مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة:
266	1. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى.
270	2. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية.
274	3. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثالثة.
277	4. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الرابعة.
280	5. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الخامسة.
283	6. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية السادسة.
286	مناقشة عامة.
295	التوصيات.
296	المراجع.
302	الملاحق.

قائمة ا

الصفحة	العنوان	الرقم
48	يبين الدافعية التي تربط بين الرغبات والطموحات.	01
105	يبين سمة قلق المنافسة وسيط بين موقف المنافسة الخارجي واستجابة قلق الحالة	02
112	يبين تأثير الضغط على الأداء.	03
114	يمثل U المقلوبة والعلاقة بين الاستثارة والأداء.	04
130	يوضح العلاقة بين الثقة الرياضية كسمة والثقة الرياضية كحالة.	05
134	يبين نموذج الثقة الرياضية.	06
145	يبين منطقة الطاقة النفسية المثلى بين توتر القلق وتوتر الملل.	07
148	يبين العلاقة بين عوامل الاستعداد النفسي وحالة الطلاقة النفسية.	08
161	شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الأولى.	09
162	شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الثانية (أ).	10
162	شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الثانية (ب).	11
163	شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الثالثة.	12
165	يمثل توزيع العينة بين الرياضات المختلفة	13
166	يمثل توزيع العينة بين الذكور والإناث	14
167	يبين الأعمار المختلفة لعينة الناجحين في الرياضة.	15
169	يبين توزيع الناجحين في الرياضة الى أربع مستويات دراسية.	16
170	يبين توزيع الناجحين في الرياضة على ثلاث مستويات للنجاح الرياضي.	17

الصفحة	العنوان	الرقم
164	يمثل توزع العينة بين الرياضات المختلفة	01
165	يمثل توزع العينة بين الذكور والإناث	02
167	يبين توزع أعمار الناجحين في الرياضة الى أربع فئات.	03
168	يبين توزع الناجحين في الرياضة الى أربع مستويات دراسية.	04
170	يبين توزع الناجحين في الرياضة الى ثلاث مستويات النجاح الرياضي.	05
196	يبين نتائج جدول التحليل العاملي لمجموع متغيرات البحث.	06
198	يبين الارتباط بين المحددات النفسية الستة (الشخصية ، الدافعية ، العدوانية ، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.	07
199	يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية الستة (الشخصية ، الدافعية ، العدوانية ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.	08
201	يبين الارتباط بين المحددات النفسية الستة (الشخصية ، الدافعية ، العدوانية ، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.	09
202	يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية ، الدافعية ، العدوانية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.	10
203	يبين الارتباط بين المحددات النفسية الثلاثة (القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.	11

	يبين العوامل المستخرجة بالتد النفسية الثلاثة(القلق، الثقة بالنفس كسمة عند الناجحين في الرياضة."	12
205	يبين الارتباط بين المحددات النفسية الستة(الشخصية B1 ، الدافعية B2، العدوانية B3 ، القلق B4، الثقة بالنفس B5، الطلاق النفسية B6) كحالة عند الناجحين في الرياضة."	13
206	يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية الستة(الشخصية، الدافعية ، العدوانية ، القلق، الثقة بالنفس، الطلاق النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."	14
207	يبين الارتباط بين المحددات النفسية الثلاثة(الشخصية B1 ، الدافعية B2، العدوانية B3) كحالة عند الناجحين في الرياضة."	15
208	يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية الثلاثة(الشخصية، الدافعية ، العدوانية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."	16
209	يبين الارتباط بين المحددات النفسية الثلاثة(القلق B4، الثقة بالنفس B5، الطلاق النفسية B6) كحالة عند الناجحين في الرياضة."	17
210	يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية الستة(القلق، الثقة بالنفس، الطلاق النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."	18
211	يبين المقارنة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة.	19
212	يبين المقارنة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة.	20

	يبين المقارنة بين العدوانية كسمة	21
	يبين المقارنة بين القلق كسمة	22
215	يبين المقارنة بين الثقة النفسية كسمة والثقة النفسية كحالة.	23
216	يبين المقارنة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة.	24
217	يبين نتائج السؤال الخامس.	25
218	يبين نتائج السؤال الأول.	26
219	يبين نتائج السؤال الثالث والرابع.	27
221	يبين نتائج السؤال الثاني.	28
222	يبين نتائج السؤال السادس.	29
223	يبين ترتيب إجابات الناجحين على السؤال السابع .	30
224	يبين ترتيب إجابات الناجحين على السؤال الثامن.	31
225	يبين ترتيب إجابات الناجحين على السؤال التاسع .	32
226	يبين ترتيب اقتراحات الناجحين على حل مشاكلهم.	33
227	يبين المقارنة بين أبعاد الشخصية كسمة (A11، A13 ، A12) وكحالة B1 مع المتوسط الفرضي للمقياسين.	34
228	يبين المقارنة بين أبعاد الشخصية كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	35
229	يبين المقارنة بين اختبار السلوك التنافسي كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	36
230	يبين المقارنة بين اختبار الدافعية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي للاختبارين.	37

	يبين المقارنة بين اختبار الدافعية كسمة الاختبار.	38
	يبين المقارنة بين متوسط الدافعية كحالة الاختبار.	39
233	يبين المقارنة بين متوسط العدوانية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي للاختبارين.	40
234	يبين المقارنة بين متوسط العدوانية كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	41
235	يبين المقارنة بين متوسط العدوانية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	42
236	يبين المقارنة بين القلق كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبارين.	43
237	يبين المقارنة بين القلق كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	44
238	يبين المقارنة بين القلق كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	45
239	يبين المقارنة بين متوسط الثقة النفسية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبارين.	46
240	يبين المقارنة بين متوسط الثقة النفسية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبارين.	47
241	يبين المقارنة بين متوسط الثقة النفسية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار	48
242	يبين المقارنة بين متوسط الطلاقة النفسية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي للاختبارين.	49
243	يبين المقارنة بين متوسط الطلاقة النفسية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	50
244	يبين المقارنة بين متوسط الطلاقة النفسية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.	51

المقدمة العامة

لقد كانت الانطلاقة في هذا البحث في بدايته هو محاولة ربط الجانب النفسي بالأداء الرياضي، لكنه نظرا لشساعة الموضوع، وتحت نصائح المشرفين وغيرهم ممن تعرفنا عليهم خارج الجامعة وتقدم البحث، كان لابد من إعادة النظر مرات مختلفة في صياغته وتحديده بأكثر دقة وأكثر موضوعية.

فكان لابد من تناول مفهوم المحددات النفسية للإشارة للجانب النفسي باعتباره واحدا من بين المصطلحات الأساسية في علم النفس الرياضي ثم ربطها بمفهوم رياضي جدير بالاهتمام ألا وهو النجاح الرياضي.

وعلى إثر ذلك أصبح البحث يحمل الصياغة التالية: "المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي". حيث أننا ونظرا لشساعة وتنوع هذه المحددات اقتصرنا على بعض منها وهي كالاتي: الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية.

بينما اعتبرنا النجاح الرياضي هو المستوى العالي الذي وصل إليه الرياضي في مسيرته الرياضية حيث يمكن أن يكون نجاحا جهويا أو وطنيا أو دوليا.

فشملت الدراسة على جانب نظري استقيناها للتعرف أكثر على عناصر البحث وكيفية تناوله لدى الباحثين في علم النفس الرياضي بصورة خاصة مستفيدين من خبراتهم في دراستها.

وبعد ذلك أجريت دراسة ميدانية تمثلت

لولاية وهران للإجابة على التساؤلات
الكثيرة.

ففي الفصل الأول كان لابد من تحديد الموضوع وأهدافه ودوافعه وإشكاليته
وفرضياته ومن ثم إلى تحديد صعوباته وتعريفاته الإجرائية.

أما في الفصل الثاني فتناولنا مفهوم الشخصية باعتباره مصطلح عام وشامل يصعب
التعامل معه لصعوبة تحديد خصائصه ومعالمه حيث يعتبر من المصطلحات التي بدأ
فيها البحث في بداية النصف الثاني من القرن الماضي حيث ذكرنا أهم ما يدور حول
هذا المتغير الذي اعتبرناه عنصرا أساسيا من المحددات النفسية، فكان لابد من تحديد
الشخصية كمصطلح نفسي وذكر العوامل المختلفة التي تتدخل في تكوينها ووجهات
النظر التي حاول بها علماء النفس تفسيرها بالإضافة إلى ذكر أنواعها وكيفية قياسها
والدراسات السابقة التي اختلفت في نتائجها بين الممارسين وغير الممارسين وبين
الممارسين أنفسهم.

وأما في الفصل الثالث تناولنا مصطلح الدافعية الذي يعد واحدة من أكثر موضوعات
علم النفس أهمية وإثارة لاهتمام الباحثين في علم النفس واهتمام الناس جميعا وله أهمية
رئيسية في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم وتطبيقات سيكولوجية،
ونظرا لكل ذلك ارتأينا أن ندمجها كمتغير له أهميته كمحدد من المحددات النفسية في
المجال الرياضي، وهو موضوع هذا الفصل الذي تحدثنا فيه عن أنواع الدافعية ،
ووظيفتها وأهدافها وعواملها ونظرياتها لننتهي بتقديم بعض الدراسات التي أجريت عن
الدافعية في الرياضة.

وفي الفصل الرابع تناولنا بعد ذلك موضوع العدوانية كواحد من المحددات النفسية
والذي تتفرد به الدراسات النفسية باعتباره مصطلح نفسي محض يستعمله أصحاب غير

الاختصاص كمفهوم فلسفي عام إما اجتماعيا أو تربويا أو غير ذلك ، حيث تضاربت فيه التعاريف واختلفت حتى بين الدارسين للمجال النفسي إذ يمكن تصنيف هذه التعاريف ضمن ثلاثة أنواع حاولنا الإلمام ببعض منها وذلك بذكرنا لبعض النظريات التي تحاول تفسيرها وعلاجها وقياسها ثم الدراسات التي ساهمت في تفسيرها بما كان في استطاعتنا العثور عليه من معلومات بعد مشقة.

أما في الفصل الخامس فتناولنا مصطلح القلق الذي يعتبر من بين المواضيع التي نالت قسطا كبيرا من البحوث النفسية نظرا لكونه محددًا هاما من المحددات النفسية باعتباره كمفهوم تناوله علماء النفس الرياضيين لأنه مصدر قد يؤدي لاضطرابات نفسية تؤثر على الأداء.

ففي الرياضة يختلف الأمر عن الدراسات النفسية العادية لأنه قد يعود في بعض الحالات على الرياضيين بالفائدة رغم ما له من تأثيرات سلبية، ولذلك حاولنا تعريفه وتحديد أنواعه حيث اعتبرناه كسمة وكحالة، ثم بعد ذلك علاقته ببعض المفاهيم الأخرى مثل الخوف والضغط، ثم ذكرنا أسبابه وتأثيراته على الأداء، ثم قياسه لنتتهي بالدراسات السابقة حوله.

وفي الفصل السادس طرحنا مفهوم الثقة النفسية كأحد المحددات النفسية لكن وبما أننا في مجال الرياضة يفضل المختصون استعمال مصطلح الثقة الرياضية للتمييز بينه وبين الثقة النفسية العادية.

فعرفنا الثقة الرياضية بصورة عامة ثم عرفناها كسمة وكحالة وبعد ذلك ولجنا بعض تفاصيلها من تحديد الأشكال والأسس النظرية التي درسها بعضهم بشكل خاص. مع الإشارة في الأخير إلى أن الدراسات قليلة جدا حول هذا المصطلح.

وأما في الفصل السابع فكان الحديث عن

علم النفس الرياضي من خلال تعريفها وتحديد أنواعها وخصائصها وإمكانيات حدوثها وعلاقتها بالخبرة ثم لنتهي إلى الدراسات السابقة القليلة التي تطرقت إليها بالتفصيل.

وفي الفصل الثامن انتقل بنا الحديث إلى المتغير التابع الذي كان محل اهتمامنا حيث نشير إلى أنه لم ينل هذا المصطلح قدرا من الاهتمام في الدراسات النفسية الرياضية إلا في العشرية الأخيرة من القرن الماضي وعليه يمكن أن نقول بأنه موضوع حديث إذا ما قيس بالمواضيع النفسية الأخرى.

لكن رغم هذه الصعوبات حاولنا طرحه كواحد من المحددات النفسية بغية تفسيره من خلال التطرق إلى العناصر القليلة التالية وهي تحديد مفهوم النجاح الرياضي ثم العوامل المسببة للنجاح والفشل ثم ما جد من دراسات حول النجاح الرياضي بشكل عام.

أما الفصول المتبقية فكانت تخص الجانب التطبيقي للرسالة تمثلت في خطوات إجراء البحث فعرض النتائج وتحليلها ثم مناقشة النتائج ثم انتهينا بالتوصيات.

الفصل الأول: تحديد الإشكالية وفرضياتها.

تمهيد.

دوافع البحث.

أهداف البحث.

الإشكالية.

الفرضيات.

صعوبات البحث.

التعاريف الإجرائية.

خاتمة.

تمهيد:

إن هذا الموضوع الأكاديمي يندرج في إطار تحضير رسالة الدكتوراه الدولة الموسومة بالمحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي.

يشتمل على مفهومين أساسيين يكونان مع بعضهما البعض العنصرين الأساسيين للقيام بالدراسة ، لكن بعد البحث والتنقيب في المراجع المتخصصة اتضح أنهما مفهومين واسعين تطلب منا أن نحددهما تحديدا دقيقا ألا وهما : المحددات النفسية التي يمكنها أن تشمل كل المجال النفسي للإنسان والتي حاولنا أن ننتقي بعضا منها بغير طريقة معينة وهي: الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية من جهة ، والنجاح الرياضي من جهة أخرى الذي يعتبر مجالا واسعا.

وسوف نقدم في هذا الفصل دوافع وأهداف البحث ثم الإشكالية وفرضياتها لنوضح بعدها التعاريف الإجرائية ونختمها بحدود وصعوبات البحث.

دوافع البحث:

دوافعنا الشخصية للقيام بهذا البحث نابعة من كوننا كنا من الممارسين للرياضة وما زلنا باعتبارنا جزءا من شريحة الرياضيين، وباعتبارنا كذلك كمشاركين في تكوين الرياضيين وتوجيههم.

أما الدوافع الموضوعية فهي المساهمة بقسط من البحث العلمي في مجال الرياضة لأن الموهبة الرياضية لم تعد كافية للنهوض بهذا المجال الهام من حياتنا اليومية ولأن التنافس الدولي على مراتب التطور والازدهار يجب أن يأخذ الرياضة كعامل هام يلعب دورا يسيرا في إبراز ذلك. ولأن الوصول إلى المراتب الأولى في مختلف الرياضات لا بد وأن يبني على أسس علمية وموضوعية وتكنولوجية على السواء.

أهداف البحث:

للبحث الذي سنحاول القيام به إذا توفرت الظروف يرمي الى تحقيق مجموعة من الأهداف السامية والتي لا حصر لها والتي يمكن التعرف عليها من خلال النقاط التالية:

- أهداف علمية يتم خلالها إنجاز بحث علمي يتميز بالموضوعية في طرحه وفي جمع معطياته ومعالجتها.
- المساهمة في انتقاء وتوجيه الرياضيين والمدربين على حد سواء ذوو المستويات العالية.
- المساهمة في تكوين هؤلاء بما يقتضيه التكوين الحديث.
- التوصل إلى إنشاء بنك من المعطيات تخص الرياضيين ذوو المستويات العالية ومن مختلف الرياضات.

- محاولة التعريف أكثر بمهام المختصين في علم النفس في الأوساط الرياضية ومجهوداتهم في تقديم العون للرياضيين والمدربين و المسيرين وبعث روح التعاون بينهم لخلق مجتمع رياضي تسوده المحبة والتعاون والإخاء لأجل الوصول إلى ركب الدول المتقدمة في هذا المجال.

الإشكالية:

النجاح الرياضي عملية صعبة التحقيق لأنها تتطلب من الرياضي تحضيرات مختلفة : بدنية وفنية وتكتيكية وهي الجوانب العادية التي يتعلمها ويتدرب عليها الرياضي سنين طويلة للوصول إلى النتائج المتوخاة والمكثلة بالنجاح. لكن هناك جانبا مهما تظن له المهتمون بالرياضة والتي أثبتت الدراسات على أنه من بين الجوانب التي قد تخلق فروقا كبيرة بين الرياضيين ، ألا وهو الجانب النفسي للرياضي.

لكن دراسات أخرى بينت عكس ذلك حيث أفادت بأنه لا يوجد علاقة بين الممارسة الرياضية وبعض المتغيرات النفسية مثل الشخصية والدافعية وغيرها... مما يجعلنا نطرح هذا الموضوع بجدية ونحاول حصر اهتمامنا على النجاح الرياضي الذي يعتبر قمة الممارسة الرياضية.

هذا الجانب الذي ما زال في بدايته في بلادنا من حيث التكوين والتطبيق رغم بعض المحاولات هنا وهناك والتي يحاول بعضهم أن يفيد به ويستفيد. وبعبارة أخرى فإن الموقف الرياضي تتحكم فيه مجموعة من المحددات والعوامل والبيوفزيولوجية والاجتماعية والنفسية، حيث تعتبر هذه الأخيرة أرقاها وأصعبها على الإطلاق.

فهل بالتأكيد يكون للمحددات النفسية علاقة بالنجاح الرياضي؟

وهل يمكن التعرف على هذه المحددات ؟ نظريا وتطبيقيا؟

هل ترتبط هذه المحددات لتكون كلا واحدا؟

هل الشخصية لها علاقة بالنجاح الرياضي؟

هل ترتبط الشخصية كسمة بالنجاح الرياضي؟

هل ترتبط الشخصية كحالة بالنجاح الرياضي؟

هل ترتبط الدافعية بالنجاح الرياضي؟

هل ترتبط الدافعية كسمة بالنجاح الرياضي؟

هل ترتبط الدافعية كحالة بالنجاح الرياضي؟

هل العدوانية بشكل عام لها علاقة بالنجاح الرياضي؟

هل العدوانية كسمة لها علاقة بالنجاح الرياضي؟

هل العدوانية كحالة لها علاقة بالنجاح الرياضي؟

هل القلق بشكل عام يرتبط بالنجاح الرياضي؟

هل القلق كسمة يرتبط بالنجاح الرياضي؟

هل القلق كحالة يرتبط بالنجاح الرياضي؟

هل الثقة بالنفس بشكل عام ترتبط بالنجاح الرياضي؟

هل الثقة بالنفس كسمة ترتبط بالنجاح الرياضي؟

هل الثقة بالنفس كحالة ترتبط بالنجاح الرياضي؟

هل الطلاقة النفسية بشكل عام ترتبط بالنجاح الرياضي؟

هل الطلاقة النفسية كسمة ترتبط بالنجاح الرياضي؟

هل الطلاقة النفسية كحالة ترتبط بالنجاح الرياضي؟

هل هناك عوامل أخرى للنجاح الرياضي؟

هل العمل يؤدي للنجاح الرياضي؟

هل توفر الإمكانيات يؤدي للنجاح الرياضي؟

هل الحظ له دور في النجاح الرياضي؟ هل المحسوبة لها دور في النجاح الرياضي؟

الفرضيات

الفرضية العامة:

" ترتبط المحددات النفسية (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الأساسية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الفرعية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الفرعية الثانية:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الأساسية الثانية:

" ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الفرعية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الفرعية الثانية:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الأساسية الثالثة:

"يوجد فروق غير دالة بين المحددات النفسية الستة كسمة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) مقارنة بالمحددات النفسية الستة كحالة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

الفرضية الفرعية الأولى:

"يوجد فروق غير دالة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

الفرضية الفرعية الثانية:

" يوجد فروق غير دالة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

الفرضية الفرعية الثالثة:

" يوجد فروق غير دالة بين العدوانية كسمة والعدوانية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

الفرضية الفرعية الرابعة:

" يوجد فروق غير دالة بين القلق كسمة والقلق كحالة عند الناجحين في الرياضة"

الفرضية الفرعية الخامسة:

" يوجد فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة والثقة الرياضية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

الفرضية الفرعية السادسة:

" يوجد فروق غير دالة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة"

الفرضية الأساسية الرابعة:

"يوجد عوامل مختلفة للنجاح الرياضي"

الفرضية الفرعية الأولى:

"العمل يؤدي للنجاح الرياضي"

الفرضية الفرعية الثانية:

"توفير الإمكانيات المادية والمعنوية يؤدي للنجاح الرياضي"

الفرضية الفرعية الثالثة:

"ليس للحظ دور في النجاح الرياضي"

الفرضية الفرعية الرابعة:

"ليس للمحسوبية دور في النجاح الرياضي"

الفرضيات الخاصة:

1. الفرضية الأساسية الأولى:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بشخصية معينة."

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بأنماط مزاجية معتدلة"

ب. الفرضية الفرعية الثانية:

"الناجحون في الرياضة يسلكون سلوكات تنافسية شخصية."

2. الفرضية الأساسية الثانية:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بدافعية عالية."

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بأنماط دافعية الإنجاز"

ب. الفرضية الفرعية الثانية:

"الناجحون في الرياضة يتوجهون نحو المهمة"

3. الفرضية الأساسية الثالثة:

"الناجحون في الرياضة لا يتميزون بالعدوانية"

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة أقل عدوانية في الظروف العادية"

ب. الفرضية الفرعية الثانية :

4. الفرضية الأساسية الرابعة:

"الناجحون في الرياضة لا يتميزون بالقلق"

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة أقل قلقا في الظروف العادية"

ب. الفرضية الفرعية الثانية :

"الناجحون في الرياضة أقل قلقا في المنافسات الرياضية."

5. الفرضية الأساسية الخامسة:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بالثقة بانفس."

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة أكثر ثقة بأنفسهم في الظروف العادية."

ب. الفرضية الفرعية الثانية :

6. الفرضية الأساسية السادسة:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بالطلاقة النفسية."

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة لهم طلاقة نفسية عالية في الظروف العادية."

ب. الفرضية الفرعية الثانية :

"الناجحون في الرياضة لهم طلاقة نفسية عالية في المنافسات الرياضية"

حدود وصعوبات البحث

مثل كل البحوث الأكاديمية لا يخلوا بحثنا هذا من بعض الصعوبات التي واجهناها طوال مدة

البحث وهو ما سنحاول ذكره في الفقرات الموالية دون ترتيب معين:

- قلة المراجع العربية في هذا المجال مما اضطرنا للاستعانة بالترجمة من لغات أجنبية مختلفة.
- طول مدة الإجراء نظرا لضيق وقت الرياضيين.
- صعوبة التعامل مع بعض الناجحين في الرياضة.
- حدوث بعض العراقيل من بعض المدربين والمسؤولين لخوفهم من الكشف عن بعض المشاكل الداخلية.
- لم نتمكن من برمجة بعض الرياضيين الناجحين نظرا لكونهم في تربصات مغلقة أو في منافسات بعيدة.

التعاريف الإجرائية:

الشخصية:

1. الشخصية كسمة:

هي مجموع السمات أو الصفات أو الأنماط السلوكية التي يمتلكها الرياضي منذ ولادته حيث تمثل مجمل استعداداته الداخلية والخارجية التي تجعله يتكيف مع الآخرين أو يتميز عنهم. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بالاختبار المسمى بقائمة الأنماط المزاجية.

2. الشخصية كحالة:

هي مجموع السمات أو الصفات أو الأنماط السلوكية التي يكتسبها الرياضي أو يتعلمها من الوسط الذي يعيش فيه حيث تظهر في مواقف معينة من الممارسة الرياضية فتجعله يتكيف مع الآخرين أو يتميز عنهم. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بالاختبار المسمى باستخبار السلوك التنافسي.

الدافعية:

1. الدافعية كسمة:

كسمة بأنها تلك الدوافع التي يمتلكها الرياضي أو يكتسبها من خلال العوامل المختلفة التي تؤثر فيه طول حياته فتتطبع في سلوكياته وتصرفاته. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا باستخبار إدراكات النجاح.

2. الدافعية كحالة:

هي تلك الأسباب التي تخلق في الرياضي الحيوية والنشاط المطلوب للقيام بالمهام الملقاة على عاتقه لتحقيق الأهداف المسطرة أثناء القيام بهذا النشاط أو أثناء التحضير له، وقد يكون قبل المنافسة أو أثناءها أو مباشرة بعدها. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بالاختبار المسمى باختبار توجه المهمة وتوجه الذات.

العدوانية:

1. العدوانية كسمة:

هي سلوك نزوعي أو انفعالي مكتسب ثابت نسبيا ، يقوم به الفرد في معظم المواقف بهدف إيذاء الآخرين ، نتيجة بعض المثيرات أو الإحباطات التي يدركها الفرد على أنها مهددة له. " وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بمقياس تحليل الذات الذي يمثل العدوان العام.

2. العدوانية كحالة:

سلوك نزوعي أو انفعالي يقوم به اللاعب قبل أو أثناء أو بعد المباراة نتيجة للإحباط أو لبعض المثيرات، بهدف إيذاء الآخرين، كما أنه يختلف من موقف لآخر طبقا لنوع المثير. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بمقياس العدوان الرياضي.

القلق:

1. القلق كسمة:

" قلق السمة هو ميل أو دافع سلوكي مكتسب يوجه الفرد إلى إدراك المواقف الغير خطيرة على أنها مهددة وتتطلب ردود أفعال معينة." وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بقائمة تقييم الذات الذي يمثل قلق السمة.

2. القلق كحالة:

" قلق الحالة هو حالة انفعالية يدركها ويشعر بها الفرد في مواقف آنية مشحونة بالتوتر و ردود الأفعال." وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بقائمة تقييم الذات الذي يمثل قلق الحالة.

الثقة النفسية:

1. الثقة النفسية كسمة:

درجة التأكد أو الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته في الظروف العادية على تحقيق النجاح في الرياضة". وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بقائمة سمة الثقة الرياضية.

2. الثقة النفسية كحالة:

هي درجة التأكد أو الاعتقاد عند اللاعب عن مدى قدرته في ظروف معينة مثل المنافسة الرياضية على تحقيق النجاح في الرياضة". وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بقائمة حالة الثقة الرياضية.

الطلاقة النفسية:

1. الطلاقة النفسية كسمة:

هو ميل الفرد عادة لإدراك التوازن بين التحديات التي يواجهها خلال الاشتراك الرياضي وقدراته الذاتية لإنجاز أو مواجهة هذه التحديات. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بمقياس سمة الطلاقة النفسية.

2. الطلاقة النفسية كحالة:

هي حالة نفسية ايجابية عالية المستوى تحدث عندما يدرك الفرد التوازن بين التحديات المرتبطة بموقف معين وقدرته الذاتية للإنجاز أو مواجهة هذه التحديات. وهو ما نقيسه في بحثنا هذا بمقياس حالة الطلاقة النفسية.

النجاح الرياضي:

هو مستوى النجاح الذي تحصل عليها الرياضي في المنافسات الرياضية الرسمية والمتمثلة في المنافسات الجهوية والوطنية والدولية.

السمة:

هي الاستعدادات أو الصفات التي يمتلكها الفرد من خلال الفطرة أي ما يكون قد ورثه أو الاكتساب أي ما يكون قد اكتسبه عن طريق العادة والتربية والتعلم والتنشئة الاجتماعية أي أثناء التفاعل الاجتماعي.

الحالة:

هي الحالة التي يتواجد فيها الفرد في ظروف أو موقف يستجيب فيه لمثيرات معينة.

الفصل الثاني: الشخصية

تمهيد

تعريف الشخصية

أنواع الشخصية.

عوامل الشخصية.

نظريات الشخصية.

العلاقة بين الشخصية والرياضة (تأثير وتأثر).

قياس الشخصية.

دراسات سابقة.

خاتمة.

تمهيد:

إن الشخصية مصطلح عام وشامل يصعب التعامل معه لصعوبة تحديد خصائصه ومعالمه ويعتبر من المصطلحات التي بدأ فيها البحث في بداية النصف الثاني من القرن الماضي، ورغم أنه فردي وذاتي فإنه لا يمكن أن يعبر على كل الجوانب النفسية الداخلية للإنسان ونظراً لأهميته لذا الفرد بصورة عامة والرياضي بصورة خاصة فإننا سنحاول توضيح بعض الجوانب التي ستمكننا من فهمه باعتباره العنصر الذي ذكرنا عنه بأنه جزء لا يتجزأ من محددات النفس لذا الرياضي، وذلك من خلال التطرق لتعريف مصطلح الشخصية وعواملها ونظرياتها وأنواعها وكيفية قياسها والدراسات التي أجريت لأجلها.

تعريف الشخصية:

تعتبر الشخصية من بين المفاهيم النفسية العديدة التي أسالت كثيرا من الحبر وأخذت كثيرا من اهتمامات الفلاسفة من جهة قبل انفصال علم النفس عنها، ثم انشغل بها علماء النفس بعد ظهور علم النفس الحديث فأفاضوا فيها من وجهات نظر نفسية متعددة ناتجة عن كونها مصطلح يصعب التحكم فيه نظرا لخصائص الظاهرة النفسية التي تعتبر الشخصية جزءا منها.

ولذلك يقول ريموند توماس أنه توجد تعريفات عديدة لمفهوم الشخصية ، ويسرد في القول نقلا عن البورت Alport سنة 1937 الذي يسجل أكثر من خمسين تعريفا، ورابوبار Rappoport الذي يلاحظ سنة 1972 نفس الملاحظة لكنه يضيف إلى أن التعريفات الجديدة تؤكد على تعقد التنظيمات السلوكية ووحدتها.¹

وسنذكر فيما يلي المعنى اللغوي ثم نتبعه بالمعنى الاصطلاحي:

المعنى اللغوي للشخصية:

كلمة الشخصية مشتقة من أصل هو شخص والتي نورد من دلالاتها المختلفة ما يلي:

أ. الإسم(الشخص): هو الإنسان كله حين تراه من بعيد وجمعه في القلة أشخص وفي الكثرة

شخوص وأشخاص.

¹ . Raymond Thomas, La psychologie du sport, PUF .1983 (p37).

ب. **الفعل:** شخص الإنسان (بفتح الش

اليه.. وشخص النجم إذا طلع وأصبح مربيا مساهدا ، وسخص اي ارفع.

ج. **اسم فاعل:** شخص شاخص إذا ارتفع و علا وأصبح ظاهرا، فيقال الشاخص البصر إذا

ارتفع بصره عاليا، وشاخص العينين إذا فتح عيناه فلا يطرف، وصوت شاخص إذا كان

عاليا جهوريا لا يقدر على خفضه.

د. **الصفة:** يقال الشخص هو الإنسان الجسيم مع بهاء وروعة، وكذلك الإنسان السيد.

إذن نستخلص مم سبق أن الشخصية في معناها اللغوي تعني الإنسان كله حيث تشمل على

صفة البروز والعلو والارتفاع وضخامة الجسم مع بهاء الطلعة والسيادة.

المعنى الاصطلاحي:

نظرا لتناول الشخصية من طرف العديد من الباحثين في مجالي الفلسفة وعلم النفس سوف لن

نستطيع تقديم كل التعريفات التي كتبت حولها لأن ذلك مستحيل بل سنحاول ذكر بعض منها

على سبيل المثال لا الحصر ومقتصرين على علماء النفس فقط في الفقرات التالية:

تعريف جريفيث (1936) J.H.Griffiths:

ضمن الإطار الاجتماعي يعرف جريفيث الشخصية بأنها "مجموع الصفات التي يتصف بها

الفرد والنتيجة عن عملية التوافق مع البيئة الاجتماعية. وهي تظهر على شكل أساليب سلوكية

معينة للتعامل مع العوامل المكونة لتلك البيئة".¹

¹. د. رمضان محمد القدافي، الشخصية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1980 (ص17).

تعريف جيلفورد Guilford:

يعرف جيلفورد الشخصية بأنها كوكبة خاصة من السمات حيث يؤكد بأن هذه السمات تكون بينها تجمعات تحدد بدورها الجوانب الأساسية للشخصية وكذلك كفاءات تنظيمها وتوظيفها لذا كل فرد بما أوتي من خصوصيات.¹

تعريف لازاروس:

يحاول لازاروس تقديم تعريف للشخصية في كتابه المذكور حيث يقول: "عندما يفكر عالم النفس في الشخصية ، فإنه يراها باعتبارها دراسة التراكيب والعمليات السيكولوجية الثابتة، التي تنظم الخبرة الإنسانية وتشكل أفعال الفرد واستجاباته للبيئة التي يعيش فيها".²

تعريف هنري بيرون (1968) Henri Piéron:

في قاموسه الخاص بعلم النفس يعرف هنري بيرون الشخصية بأنها تنظيم دينامي للجوانب المعرفية والوجدانية والفسولوجية والمرفولوجية (أي التكوين الجسمي) للفرد.³

تعريف د. رمضان محمد القدافي:

يقول هذا الباحث: "بأن الشخصية هي مجموعة من الأنماط السلوكية التي يمكن ملاحظة تطورها وإمكانية التنبؤ بحدوثها والتحكم فيها عن طريق استخدام مبدأ التعزيز"¹

¹. E. Thill, Sport et personnalité, Encyclopédie universitaire, 1975. (p14).

². لازاروس، ترجمة سيد محمد غنيم، علم نفس الشخصية، ديوان المطبوعات الجامعية، 1982. (ص19).

³. R. Thomas, OP cité, (p38).

تعريف ادوارد تيل E. Thill:

نظرا لانشغاله بعلم النفس الرياضي فإن الباحث الفرنسي تيل يحاول أن يقدم بعض الملاحظات حول الشخصية لذا الرياضيين حيث يقول عنها بأنها نتيجة لتداخل مجموعة من الملاحظات عن سمات السلوك الإنساني...وباعتبارها نظام أو نموذج فإنها تحتوي على تنظيم تتدرج فيه الجوانب الوجدانية والمعرفية من جهة، ومن جهة أخرى تحتوي على وظائف تقوم بالنشاط والتفاعل².

تعريف عدس و توك:

تعني الشخصية عند عبد الرحمن عدس ومحي الدين توك: "البناء الخاص بصفات الفرد وأنماط سلوكه والذي من شأنه أن يحدد لنا طريقته المتفردة في تكييفه مع البيئة من حوله"³.

تعريف عبد الحميد محمد الهاشمي:

يعرف الشخصية بأنها التنظيم النفسي الإنساني المحدد والفريد الذي يتضمن مجموعة ما يمتلكه الإنسان من استعدادات وقدرات جسمية وانفعالية وإدراكية واجتماعية بأسلوب سلوكي في المواقف المختلفة في مجال حياته العملية بحيث نستطيع التنبؤ بأنماط سلوكه الثابتة نسبيا في معالجة المواقف المتشابهة⁴.

¹. د. رمضان محمد القداقي، سبق ذكره، (ص235).

². E. Thill, OP cité, (p16).

³. عبد الرحمن عدس ومحي الدين توك، علم النفس العام، مكتبة الأقصى1981، (ص404).

⁴. د. عبد الحميد محمد الهاشمي، أصول علم النفس العام، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر 1982 (ص 280-281).

وأخيرا يمكن أن نستنتج من بين التعا

الشخصية فيه وهو كالآتي:

"الشخصية هي مجموعة من السمات أو الصفات أو الأنماط السلوكية التي يمتلكها الفرد أو يكتسبها والتي يمكن ملاحظة تطورها وإمكانية التنبؤ بحدوثها والتحكم فيها."

أنواع الشخصية:

من الصعب الحديث على أنواع الشخصية لأننا نعتبرها وحدة متكاملة في نفس الإنسان بل قد يذهب بعضهم إلى أن الشخصية هي النفس بذاتها، وحتى عندما يتناولها الباحثون تؤخذ من جانب واحد وهو ما تعبر عنه نظريات الشخصية والتي سوف يأتي ذكرها في الفقرات الموالية. ورغم هذه الصعوبات فإننا نقترح، وذلك تبعا للمخطط العام لدراستنا، وجود نوعين من الشخصية لذا كل فرد وهي الشخصية كسمة والشخصية كحالة.

الشخصية كسمة:

يقصد بها مجموع السمات أو الصفات أو الأنماط السلوكية التي يمتلكها الفرد منذ ولادته حيث تمثل مجمل استعداداته الداخلية والخارجية التي تجعله يتكيف مع الآخرين أو يتميز عنهم.

الشخصية كحالة:

يقول كاتل (1950) وهو بصدد تحديد مفهوم الشخصية أنها تمكنا من التنبؤ بما سيقوم به

الفرد في موقف معين ... فهي تخص كل سلوكه الظاهر والباطن.¹

¹ . W. HABER ?, Introduction à la psychologie de la personnalité, PUF, 1980. (p12).

إذن يمكن أن نعرف الشخصية كحالة

الصفات أو الأنماط السلوكية التي يكتسبها الفرد من المجتمع الذي يعيش فيه حيث نطهر في مواقف معينة فتجعله يتكيف مع الآخرين أو يتميز عنهم.

عوامل الشخصية:

إن الحديث عن عوامل الشخصية حديث طويل لا يسعنا هذا المجال الضيق للكتابة المستفيضة فيه ولكننا سوف نذكر ولو قليلا بما يسمح لنا بتوضيح دور العوامل في تكوين الشخصية بصورة عامة.

إن أدبيات الموضوع تفيد بأن الشخصية بصفة عامة تتحكم فيها بعض العوامل نذكر منها على سبيل المثال : العوامل البيولوجية والاجتماعية ...

العوامل البيولوجية:

لقد بحث في هذا المجال كثير من العلماء المهتمين بتكوين الإنسان فتوصلوا إلى أن التطور البيولوجي عملية مهمة في حياة الكائن وهي عملية مستمرة، والتي تبقى مستمرة إلى اليوم وهي تتوقف على عاملين أساسيين:

العامل الأول:

أن هناك اختلافات تكوينية بين الكائنات الحية العضوية المختلفة داخل النوع وبذلك فإن بعض السمات يمكن أن تختار وتنقل إلى أجيال تالية وهي التي يسميها يوهانسن (1909) النمط الجيني Génotype، لكن قد يجمع بعضها الآخر فلا تظهر في الأجيال اللاحقة ويسميها النمط النوعي .Phénotype

والعامل الثاني:

هو أن هذه السمات التكوينية تكون ملائمة لصلاحية النوع للتكيف للتغيرات التي تحدث في البيئة التي يعيش فيها.¹

ومن بين العوامل البيولوجية الأخرى التي يؤكد العلماء بأن لها دور في الشخصية وهو كل ما له علاقة بالإفرازات الهرمونية وما يمكنها أن تحدث من تأثيرات على الإنسان. فالانفعالات التي يعبر بها الإنسان عن حالاته المختلفة ليست إلا نتائج إفرازات هرمونية ونذكر منها على سبيل المثال الأدرنالين التي تزيد من ضربات القلب الهرمونات الجنسية المختلفة التي تلعب دورا أساسيا في حيات الفرد ونموه.

أما التكوين الجسمي فله أهميته خصوصا في حياة الفرد الذي يمارس الرياضة باعتبار البدن عنصرا هاما وأساسيا في الرياضة.

العوامل الاجتماعية:

إذا انطلقنا من فكرة أن الإنسان اجتماعي بالطبع فإنه لا بد أن يعيش في مجتمع إنساني ، وكل مجتمع إنساني يبني على تفاعلات بين أفراده وبالتالي فإنه سوف يؤثر فيهم ويتأثر بهم، وعلى إثر ذلك تتبلور شخصيته تبعا لمكانته في هذا المجتمع من جهة ومن جهة أخرى تبعا للعلاقات التي يربطها معهم.

¹. رمضان محمد القدافي، سبق ذكره،(ص141).

نظريات الشخصية:

منذ بدأ علماء النفس بالاهتمام بمجال الشخصية نما البحث فيها بشكل كبير أثر في مسار علم النفس وتطوره حيث ظهرت النظريات المختلفة والعديدة والتي تحاول كل منها أن تقدم تفسيراً للشخصية بما يقتنع به دعائها ومحاولة لإقناع الباحثين بمختلف مشاربهم.

ومن بين النظريات التي نالت قسطاً وافراً من الاهتمام والبحث نظرية السمات ونظرية الأنماط ونظرية الذات ونظرية السلوك.

نظرية السمات:

السمات حسب هذه النظرية هي مفاهيم استعدادية Dispositional concept أي مفاهيم تشير إلى نزعات للفعل أو للاستجابة بطرق معينة.

وقد تشير إلى تعبيرات ظاهرة أو سطحية كالعدوانية، أو إلى صفات أعمق أو أكثر استدلالية كالاتقادات أو القدرة على التحكم في التعبير عن الدافع.

ويشير البورت إلى أن السمات ليست وحدات مستقلة داخل الفرد لكنها مجموعة متوافقة من الصفات تتجمع لإحداث الآثار السلوكية.¹

نظرية الذات:

بعد فوننت ووليام جيمس اللذان اعتمدا على مصطلح الشعور استخدم العلماء مصطلح النفس للدلالة على الثلاث معان التالية وهي تدور حول مفهوم الذات:

¹. لازاروس، سبق ذكره، (ص54).

1. أنها عملية ديناميكية.

2. أنها نظام من عمليات إدراكية.

3. لها علاقة بعملية الإدراك الشخصي.¹

وذلك ما دفع عبد الرحمن عدس ومحمد توك إلى القول التالي: "ومع أن أحدا لم يتوصل إلى اتفاق حول طبيعة هذا العامل المنظم أو الموحد لجوانب الشخصية والذي يعمل على جمعها وحدة متكاملة، فإن كثيرا من علماء النفس يقبلون بالفرق بين حقيقة الشخص كما تظهرها الاختبارات ورسائل البحث الأخرى وبين حقيقتها كما يراها الفرد نفسه...ولكن النفس على أية حال تضل تعتمد إلى حد بعيد على طبيعة إدراك الفرد لسلوكه الخاص، وعلى الطريقة التي يرى بها ذاته."²

أما كورت لوفين فيعتمد على مصطلح "فضاء الحياة" للتعبير على مفهوم الذات وهو مفهوم قد لا يقصد به معناه المعروف وهو الفضاء الطبيعي. إذ يشمل عالم الفرد من الخبرات الشخصية كفضاء يتحرك فيه الفرد إلى جانب هذا تقييم الأمور والأفكار والإدراكات والأشياء الهامة وكذلك خطة المستقبل والأحداث.³

¹. سيد خير الله، مفهوم الذات، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1981 (بتصرف)

². عبد الرحمن عدس ومحمد توك، سبق ذكره، (ص443).

³. سيد خير الله، المرجع السابق، (16).

لكن من بين أكبر من يمثل نظرية الذات

وذلك بسبب دورها الرئيسي الذي يوفقان به بين شعور العقل الطاهر المعروف بمنطقه الشعور وبين المعارف والإدراكات.

وفي إطار علم الظواهر النفسية يريان أن كل السلوك بلا استثناء محدد بشكل كامل ووثيق الصلة بالمجال الخاص بالظواهر للكائن الحي الذي يقوم بسلوكه أي أن الكيفية التي يتصرف بها الشخص ما هي إلا نتيجة إدراكه للموقف وإدراكه لنفسه في اللحظة التي يقوم فيها بفعل معين، وفي الواقع أن الإدراك هو سبب السلوك وكيفية شعور الشخص وتفكيره يحددان طريقة فعله.¹

والحديث يطول حول مفهوم الذات حيث يعتبر اليوم بالنسبة للعديد من المدارس النفسية بمثابة الوحدة المركزية للشخصية ومن بينها نظرية التحليل النفسي ليونغ(1916) التي جاءت ثورة على أفكار أستاذه فرويد، ونظرية كارل روجرز (1951) وأبراهام ماسلو(1954) وكورت جولدستاين(1940). وغيرهم كثيرون... فالشخص في هذه النظريات يوصف ويفهم في ضوء كيفية إدراكه لنفسه، أي في ضوء مفهومه لذاته الذي يدفعه للعمل والاستجابة على نحو ما...²

نظرية الأنماط:

تعتبر نظرية الأنماط من بين النظريات الأوائل التي ترجع جذورها إلى ابقراط في القرن الخامس قبل الميلاد ومفادها أن الجسم يحتوي على سوائل أو أخلاط أربعة هي الصفراء والسوداء والبلغم والدم، فحسب ابقراط فإن الشخصية تتوقف على واحدة من هذه الأخلاط.

¹. نفس المرجع، (ص15).

². لازاروس، سبق ذكره، (ص53).

وعلى ذلك فالصفراء صاحب الشخص ذي

والسوداء صاحب الملائخوليا .Mélancolique.

والبلغم صاحب الشخص الكسول والمتبلد .Flegmatique.

أما الشخص المرح والنشيط فهو ذو المزاج الدموي ¹.Sanguine.

أما بيني Binet فيستعمل في دراسته التجريبية مفهوم النمط حيث يقترح الأنماط التالية:

النمط الوصفي .Descripteur.

النمط الملاحظ .Observateur.

النمط الخيالي .Imaginatif.

النمط الشعاري ².Poétique.

أما فرويد في إطار التحليل النفسي يقترح الأنماط التالية المرتبطة بالنمو:

النمط الفمي.

النمط الشرجي.

النمط القضيبى.

النمط التناسلي.

¹. نفس المرجع، (63).

².M. Reuchlin, la psychologie différentielle, puf, 3eme édition, 1980, (p40).

أما كارل يونغ (1933) فيقترح Karl Young

المنبسط Extravertis وهو الذي يتجه أساسا نحو الآخرين والعالم الخارجي.

المنطوي Intravertis وهو الذي يكون أكثر اهتماما بنفسه وبالعالم الذاتي.

والانبساط والانطواء يعبر عنها بعدد من الوظائف هي التفكير والوجدان والحس والحدس.

أما كريتشمر (1925) Kretschmer فيقترح الأنماط التالية:

1. النمط الهزيل الطويل الرفيع.

2. النمط الرياضي العضلي القوي.

3. النمط البدين الممتلئ.

4. النمط المختلط غير المتسق حسب نسب الجسم.¹

العلاقة بين الشخصية والرياضة (تأثير وتأثر):

إن العلاقة بين الشخصية والنشاط الرياضي تعتبر من بين القضايا الأولى التي حاول علماء

النفس الرياضة أن يفسروها تفسيراً علمياً حيث أجريت حولها العديد من التجارب وأقيمت لأجلها

العديد من البحوث وذلك لأن مصطلح الشخصية هو من بين أهم المصطلحات التي تعبر عن

الجانب النفسي للإنسان وهو ما يؤكد الباحث تيل Thill حيث يقول بأن الشخصية بمعناها العام

¹. لازاروس، سبق ذكره (ص163).

تحتوي على القدرات والطبع والمزاج و

مجموع سلوكياتنا والتي تعتبر السمات أساسها الحيوي ..

لكن مع ذلك فإن العلاقة بين الشخصية والرياضة لفتت انتباه المهتمين من خلال ثلاث إشكاليات سنحاول تقديمها باختصار شديد وهي خلاصة ما توصل إليه ريموند توماس حيث يقول بوجود ثلاث إشكاليات للبحث في الشخصية وهي:

أ. تأثير الشخصية على الرياضة:

أي أن هناك نوع من الشخصية يساهم كاستعداد في اختيار الرياضة من طرف الأفراد.

ب. تأثير الرياضة على الشخصية:

أي أن ممارسة الرياضة يمكن لها أن تؤثر على الشخصية.

ج. التأثير والتأثر:

أي أن هناك علاقة مزدوجة بينهما ونعني بها أن الشخصية قد تؤثر في الرياضة وفي نفس الوقت قد تؤثر الرياضة في الشخصية من جهتها.²

قياس الشخصية:

تعتبر الاختبارات النفسية أفضل وسيلة لقياس الشخصية حيث لم تطبق في هذا المجال إلا أثناء الحرب العالمية الثانية حيث كان الاتجاه التحليلي واضح تأثيره في دراسة الشخصية

¹ . E. Thill, OP cité, (p13).

² .R.Thomas, OP cité, (p49).

بصورة جعلت من الاختبارات الاسقاطية م

توصف الآن بأنها اختبارات كلاسيكية مقننه طبقت في المجال الرياضي سنوات طويله مثل

« MMPI, 16PF, EPPS, CPI, Guilford Zimmerman, EPI, POSI » لقد طبقت بتحفظ

منذ سنة 1955 في المجال الرياضي لكن لم يعمم تطبيقها في أوروبا واليابان إلا ابتداء من سنة

1970 وفي فرنسا منذ سنة 1975. وكان أكثر الاختبارات انتشارا واستعمالا هو اختبار

كاتل 16PF.¹

لكن هذه الاختبارات رغم أهميتها عند علماء القياس النفسي ورغم المجهودات المبذولة

لجعلها أكثر موضوعية بدراسة صدقها وثباتها لم ترض بعض الباحثين ومن بينهم فلاناغان

Flanagan الذي انتقد هذه الاختبارات باعتبارها تخص علم النفس الأكاديمي ولا تليق

بالرياضيين.

وكذلك ريموند توماس الذي قام بثلاث دراسات استعمل فيها هذه الاختبارات حيث قارن فيها

بين مجموعة من الرياضيين ومجموعة من الطلبة الغير رياضيين، فكانت نتيجة هذه الدراسات

أنها لم تمكنه من التأكد أو اكتشاف العلاقة بين الشخصية والرياضة. ويرجع السبب في ذلك إلى

أن الاختبارات المطبقة لا تليق بالرياضيين.

وتفاديا لهذا النقص فإن الباحثين في مجال الرياضة حاولوا إنشاء اختبارات نفسية خاصة

بالرياضيين والتي يقول عنها ريموند توماس أنه لا يمكن تطبيقها على غير الرياضيين وذلك

للأسباب التالية:

¹ . R. Thomas, G. Missoum, Jean Rivolier, la psychologie du sport de haut niveau, PUF, 1987, (p17).

1. لا يمكن التأكد من صلاحيتها إلا بقي

2. تختلف شخصية الرياضيين حسب الرياضة الممارسة ولذلك لا توجد قيم عامة في

الرياضة.

3. مفردات الاختبار تدور حول الممارسة والمجهودات التي يقدمها الفرد أثناءها.

4. ومن بين الأخطاء التي تتدخل في نتائج هذه الاختبارات هو أن الأفضل في مثل هذه

الدراسات الاعتماد على "الحالة" وليس على "السمة".¹

وفي نفس السياق يؤكد على عدم وضوح نتائج الاختبارات الباحث كارل هاردمان K.

Hardman الذي يذكر في إحدى مقالاته أنه تصفح ل42 دراسة التي طبق فيها اختبار

الشخصية 16PF. فإن النتائج اختلفت فيها بشكل كبير.²

وأخيرا من بين الانتقادات التي توجه لمثل هذه الدراسات التي تطبق فيها الاختبارات النفسية

بشكل عام هو كونها لا تهتم بتحديد السمات الخاصة بالسلوك بل تعطي تقديرا عاما للشخصية.

دراسات سابقة:

لقد نالت الشخصية قسطا وافرا من البحث العلمي حيث بدأ علماء النفس يهتمون بها منذ

السنوات الخمسينية من القرن الماضي وبالتحديد منذ سنة 1950 ثم تسارعت في عشرينية 1960

لنتضاعف في السبعينات 1970، حيث وصل عددها حسب الترتيب التالي:

¹. Raymond Thomas, op cité (pp21-21).

². Item, (p18).

- قبل سنة 1969 كان عدد الدراسات

- بين 1969-1971 وصل العدد إلى 205 دراسة.

- بين 1972-1975 يصل العدد إلى 315 دراسة.¹ وهذا حسب تقديرات المجلة

الأمريكية (revue research quarterly) والمجلة الألمانية (Hochsportshule de
.cologne)

ونظرا لكثرتها فإننا سوف نقدم بعضا منها فقط على سبيل المثال لا الحصر حيث ستشتمل
على دراسات تؤيد العلاقة بين الشخصية والرياضة ودراسات لم تتمكن من إثبات هذه العلاقة
وذلك في الفقرات التالية:

دراسة كان (1968):Kane:

قدم الباحث كان بمناسبة انعقاد المؤتمر الدولي الثاني لعلم النفس الرياضي مجموعة من
الملاحظات حول الدراسات التي قام بها حيث يؤكد أن 20 % من التباين في المشاركة الرياضية
تفسر على أساس نظرية سمات الشخصية.²

دراسة روشل (1968):Rushall:

وبنفس المناسبة عند تدخله يؤكد هذا الباحث أن نتائج دراساته تفيد بأن الشخصية ليست عاملا
دالا على النجاح الرياضي.³

¹ . Item, (p16).

² , Item, (p53)

³ . Item, (p53).

دراسة سهام عبد الله (1974):

قامت بدراسة للتعرف على العلاقة بين سمات الشخصية والتحصيل الحركي لطالبات كلية التربية الرياضية، وقد أسفرت النتائج على وجود فروق دالة لصالح الطالبات المتفوقات في التحصيل الحركي في سمات الإنجاز والتحمل والسيطرة، ولصالح الطالبات غير المتفوقات في سمة العطف.¹

دراسة محي الدين عبد الجليل (1974):

قام بها للتعرف على العلاقة بين التحصيل الحركي والتحصيل الأكاديمي والتحصيل العام وبين ذكاء طلبة وطالبات معاهد التربية الرياضية، وقد أسفرت النتائج على عدم وجود ارتباط بين الذكاء والتحصيل عموماً (الحركي والأكاديمي والعام) وذلك لأفراد عينة البحث من الجنسين.²

دراسة صاك (1975) Sack:

يقدم هذا الباحث استنتاجاً لمجموعة كبيرة من الدراسات في هذا الميدان حيث يصنفها إلى ثلاثة أصناف: الأفراد الذين لا يمارسون الرياضة، والأفراد الذين يمارسون الرياضة في أوقات الفراغ، ثم الأفراد الذين يمارسون الرياضة التنافسية أو النشاطات ذات المستويات العالية.

¹. سهام محمد عبد الله، العلاقة بين سمات الشخصية والتحصيل الحركي، ماجستير، كلية التربية الرياضية، القاهرة 1974، (بتصرف).

². محي الدين عبد الجليل، دراسة بعض سمات الشخصية والميول المرتبطة بالتميز في المعاهد العالية للتربية الرياضية، ماجستير، كلية التربية الرياضية، القاهرة، 1974، (بتصرف).

عن المعدل فيما يخص بعض سمات الشخصية وبحسب فقط افرادا بعيدين عن المعدل.

دراسة بيرتون(1975):Burton:

قام بهذه الدراسة للتعرف على العلاقة بين السمات الشخصية والقدرة الحركية، فأسفرت النتائج على وجود فروق دالة إحصائيا لصالح المتفوقين في القدرة الحركية وذلك في سمات السيطرة، القدرة على التوصل لمكانة عالية، الاجتماعية، الحضور الاجتماعي، تقليل الذات، الشعور بالسعادة، التسامح، التحصيل عن طريق الموافقة، التحصيل عن طريق الاستغلال، بينما كانت الفروق دالة إحصائيا لصالح المتأخرين في التطبيع الاجتماعي، والأنوثة.²

دراسة محمد سعد فرغلي(1976):

قام بهذه الدراسة للتعرف على المتفوقين في الرياضة من خلال التعرف على بعض سماتهم الشخصية، وقد أسفرت النتائج على أن المتفوقين في الأنشطة الرياضية عامة يتسمون بدرجة أكبر في القدرة العقلية العامة، والانبساطية، والسيطرة، والمسؤولية .. من غير الممارسين.³

دراسة ماجدة محمد إسماعيل(1979):

قامت الباحثة بهذه الدراسة للمقارنة بين بعض متغيرات الشخصية والتحصيل الحركي في التمرينات والجمباز والتعبير الحركي لطالبات كلية التربية الرياضية لجامعة حلوان. وقد أسفرت

¹ . FC Bakker, OP cité, (p67).

² . Y. Burton, Relationship of personality traits in motors, A.vol 31 N° 2.1975,(بتصرف)

³ محمد سعد فرغلي، دراسة المتفوقين رياضيا وبعض سماتهم الشخصية، ماجستير كلية التربية ، جامعة الأزهر، القاهرة 1976، (بتصرف).

النتائج على أن هناك فروقا دالة إحصائية

الشخصية والشخصية المبتكرة والذكاء.¹

دراسة سلوى عسل (1980):

قامت الباحثة بدراسة تحليلية عن القياسات الجسمية والصفات البدنية للمتفوقات في سباقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية للبنات التابعة لجامعة حلوان.

وقد أسفرت النتائج على وجود فروق دالة إحصائية لصالح المتفوقات في مسابقات الميدان والمضمار وذلك في القياسات الجسمية التالية: الطول ، الوزن ، طول الجذع ، طول الطرف السفلي ، محيط الحوض ، محيط الصدر ، عرض الكتفين.

كما أظهرت الدراسة وجود فروق دالة إحصائية لصالح الطالبات المتفوقات في متغير

الذكاء.²

دراسة فلا يشمان (1981) Fleishman:

في إحدى دراساته للرياضيين حاول هذا الباحث مقارنة 53 سباقا للماراتون مع 62 رياضيا ممارسا للتسلية حيث طلب منهم الجري في سباق الماراتون لأول مرة كمجموعتين تجريبيتين مع مجموعة ضابطة من الأفراد العاديين قوامها 52 فردا.

¹ ماجدة محمد إسماعيل، مقارنة بعض متغيرات الشخصية والتحصيل الحركي في تمارين الجمباز والتعبير الحركي للطالبات، رسالة دكتوراه كلية التربية، جامعة حلوان القاهرة، 1979، (بتصرف).

² سلوى محمد عسل، دراسة تحليلية للقياسات الجسمية والصفات البدنية للمتفوقات في سباقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية بجامعة حلوان، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان القاهرة، 1980، (بتصرف).

وقد أسفرت الدراسة على أن نتائج السب

نتائجهم المجموعة الضابطة. بينما نجد العكس فيما يخص الجانب الانفعالي كانت النتائج العاليه

لصالح المجموعة الضابطة.¹

ومن بين النتائج التي أسفرت عنها دراسات هذا الباحث يبرهن فلا يشمان أن بعض القدرات

تفسر بقوة النجاح الرياضي في بداية التدريب بينما تفسرها قدرات أخرى في نهايته.²

لكن مع ذلك أسهم هذا الباحث في إنشاء برامج مهمة في انتقاء المتفوقين في الرياضة

والدليل على ذلك اعتماد دراساته من طرف الكثير من دول أوروبا. فكانت في فرنسا على إثر

ذلك إنشاء شهادة القدرة الجسمية Le Brevet d'Aptitude Physique شهادة مازالت معتمدة

لحد الساعة في المؤسسات التربوية الفرنسية.

دراسة نياز وكوكس (1982) Nias et Cox:

تماشياً مع الدراسات السابقة في موضوع شخصية الرياضي التي قدمها العديد من الباحثين

أمثال ماك كلوي ولايمان (1974) Mc Cloy- Layman، وستيفنسون (1975) Stevenson،

وغيرهم ... يستنتج هذان الباحثان أنهم لم يتمكنوا في دراساتهم للموضوع من إثبات تغيير في

شخصية الرياضيين الذين يمارسون المستويات العالية أو حتى في إطار النشاطات الرياضية

العادية أو لأجل التسلية.

¹ . FC Bakker, OP cité, (p69).

² .R. Thomas, OP cité, (p50).

فيؤكد فولكينس في هذا الإطار أنه لا يوجد

الجسمي على الشخصية.

ولذلك يقول نياز وكوكس بأنهما لا يعرفان التأثيرات التي تؤديها النشاطات الرياضية على

الشخصية، والتي عادة ما نعرف بأنها تأثيرات إيجابية حسب بعض النظريات المعروفة.¹

دراسة نادية غريب حمودة (1995):

نظرا للقصور الملاحظ في الدراسات السابقة حاولت هذه الباحثة دراسة الشخصية بجوانبها

المتعددة وذلك لكشف التباين في شخصية الطالبات المتفوقات وما يتميزن به من الطالبات الغير

متفوقات.

فبعد دراسة عينة من 164 طالبة متفوقة وغير متفوقة يمثلن 5% من مجتمع الصف الرابع

بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة تستنتج بعدها ما يلي:

- يسهم الذكاء عند الطالبات في تحسين مستوى التحصيل الحركي وهو عنصر أساسي للنفوق في مادة الجمباز.
- تعتبر السمات الاجتماعية والذكاء العام والاتزان الانفعالي والجدية والتبصر والاكتفاء الذاتي وعدم الاعتماد على الجماعة من العوامل المساعدة في التفوق في مادة الجمباز.
- تسهم القدرة على الابتكار في تحسين مستوى الطالبات في مادة الجمباز.¹

¹.FC Bakker, OP cité, (p66)

بعد إجراء مجموعة من الدراسات حول رياضيي المستويات العالية الذين طبقت عليهم اختبارات الشخصية مثل 16PF et le CPI ومقارنتهم بمجموعات ضابطة أجريت عليها نفس الاختبارات، أسفرت الدراسات على أن النتائج التي توصل إليها هذا الباحث لا تسمح على حد قوله بوجود ارتباطات بين الشخصية والممارسة الرياضية.²

¹. نادية غريب حمودة، مقارنة سمات الشخصية للطلّبات المتفوقات وغير المتفوقات في الجُمباز بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، في مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق، العدد35-36 ، أبريل 1995 القاهرة (بتصرف).

² . Raymond Thomas, OP cité, (55).

خاتمة:

وأخيرا لم يكن في نيتنا الحديث عن الشخصية بكل تفاصيلها لأن ذلك مستحيل في هذا البحث بل كان من واجبنا فقط تقديم أهم ما يدور حول هذا المتغير الذي اعتبرناه عنصرا أساسيا من المحددات النفسية، فكان لا بد من تحديد الشخصية كمصطلح نفسي وذكر العوامل المختلفة التي تتدخل في تكوينها ووجهات النظر التي حاول بها علماء النفس تفسيرها بالإضافة إلى ذكر أنواعها وكيفية قياسها والدراسات السابقة التي اختلفت في نتائجها بين الممارسين وغير الممارسين وبين الممارسين أنفسهم.

الفصل الثالث: الدافعية

تمهيد

تحديد مفهوم الدافعية

أنواع الدافعية

وظيفة الدافعية

أهداف الدافعية

عوامل الدافعية

نظريات الدافعية

الدراسات السابقة في الدافعية

خاتمة

يعد موضوع الدافعية واحداً من أكثر موضوعات علم النفس اهمية وإثارة لاهتمام الباحثين في علم النفس واهتمام الناس جميعاً. ونظراً لأهميته ، اقترح وود ورت Wood Worth سنة 1908م ، في كتابه: علم النفس الديناميكي، ميداناً حيويًا للدراسة أطلق عليه علم النفس الدافعي Motivational Psychology أو علم الدافعية Motivology .

أما فايكي Fayniki فتتبعاً سنة 1960م بأن الحقبة التالية من تطور علم النفس سوف تعرف بعصر الدافعية.

وفي سنة 1982م، أشار ليولن، وبلوكر Blücher & Liewelln في كتابهما: سيكولوجية التدريب بين النظرية والتطبيق، إلا أن البحوث الخاصة بموضوع الدافعية تمثل حوالي 30% من إجمالي البحوث التي أجريت في مجال علم نفس الرياضة خلال العقدين الآخرين.

وفي سنة 1983م، أشار وليام وارن William Warren ، في كتابه: التدريب والدافعية، أن استثارة الدافع للرياضي يمثل من 70% - 90% من العملية التدريبية، ذلك لأن التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخطئية، ثم يأتي دور الدافع ليحث الرياضي على بذل الجهد والطاقة اللازمين لتعلم تلك المهارات، وللتدريب عليها بغرض صقلها وإتقانها.

وللدافعية أهمية رئيسة في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم وتطبيقات سيكولوجية، ويرجع ذلك إلى الحقيقة التالية: إن كل سلوك وراءه دافع، أي تكمن وراءه قوى دافعية معينة.

ونظراً للأهمية البالغة لمفهوم الدافعية ارتأينا أن ندمجها كمتغير له أهميته كمحدد من المحددات النفسية في المجال الرياضي، وهو موضوع هذا الفصل الذي سنتحدث فيه عن أنواع الدافعية ، ووظيفتها وأهدافها وعواملها ونظرياتها لننتهي هذا الفصل بتقديم بعض الدراسات التي أجريت عن الدافعية في الرياضة.

تحديد مفهوم الدافعية

يمكن تعريف الدافعية في المجال الرياضي، بأنها: استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين.

بعض المفاهيم المرتبطة بالدافعية:

تجدر الإشارة إلى أن موضوع الدافعية يتداخل مع مفاهيم أخرى يجب توضيحها ولو بإيجاز، وحتى نتمكن من ذلك، يجب التعرف على العناصر التالية:

الدافع Motive : حالة من التوتر تثير السلوك في ظروف معينة وتوجهه وتؤثر عليه.

الباعث Incentive : عبارة عن مثير خارجي يحرك الدافع وينشطه ويتوقف ذلك على ما يمثله الهدف الذي يسعى الرياضي إلى تحقيقه من قيمة.

التوقع Expectation : مدى احتمال تحقيق الهدف.¹

تعريف الدافعية:

تعريف ريموند توماس Raymond Thomas:

يعرف ريموند توماس "الدافع بأنه مصطلح عام يرتبط بتنظيم سلوك إرضاء الحاجات والبحث عن الأهداف".²

تعريف ميشال بويوي (1963) Michel Bouet:

¹ د/ عمرو بدران، قسم علم النفس الرياضي - جامعة المنصورة - مصر، موقعه في الإنترنت، باختصار.

² Raymond Thomas, la préparation psychologique du sportif, vigot Paris, 1994 (p32).

يقول مشال بووي في إحدى مقالاته بان

والتوجيه، وبأكثر دقة فهي تحدد السلوك كمناسط موجه.

تعريف موراي (1938):Murray:

ويعرف موراي الدافعية بأنها مجهودات الشخص للسيطرة على المهمة والإنجاز الجيد،

وتخطي العقبات، والأداء أفضل من الآخرين، والتدريب لاكتساب الموهبة.²

تعريف جيل (1986):Gill:

هي دافعية الإنجاز وتعني توجه الشخص للكفاح في نجاحه في المهمة، والإصرار على

مواجهة الفشل، وخبرة الإنجازات العالمية.³

تعريف د.محمد حسن علاوي:

في إحدى تعريفاته للدوافع يقول محمد حسن علاوي بأن الدوافع يقصد بها الحالات أو

القوى الداخلية التي تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين.

ويضيف بأنها موضوع من مواضيع علم النفس التي تبحث عن أسباب أو محركات

السلوك أي عن القوى التي تؤدي بالناس إلى القيام بما يقومون به من سلوك أو نشاط.⁴

تعريف هنري بيرون (1990):Henri Piéron:

¹.Michel Bouet, Motivation, In traité de psychologie expérimentale, Tome v, PUF 1963. (p4).

². إخلاص محمد عبد الحفيظ، علم النفس الرياضي،، الدار العالمية للنشر والتوزيع، الأهرام، 2004. (ص166).

³. نفس المرجع، (ص166).

⁴. د. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، (ص157).

يقول هنري بيرون في قاموسه الخاص

بالفرد إلى القيام ببعض النشاطات أو الميل إلى أهداف معينة.

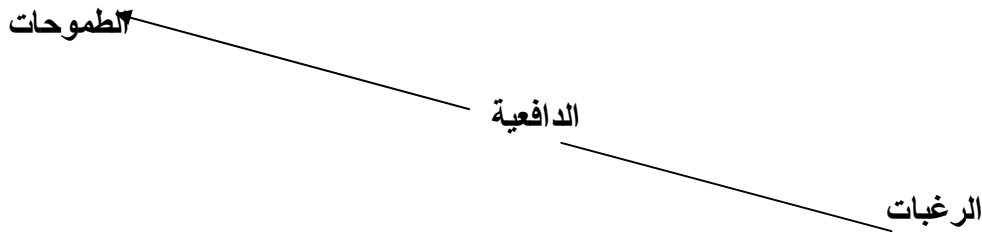
تعريف فولراند وتيل(1993):Volerand et Thil

يعرف هذان الباحثان الدافعية بأنها ذلك التركيب الافتراضي الذي يستعمل لوصف القوى الداخلية أو الخارجية التي تقوم على تحريك سلوك الفرد وتوجيهه وتحديد شدته والتصميم على إنجازه.²

تعريف فرنانديز L. Fernandez:³

يقول فرنانديز أن الدافعية ليست سمة أو خاصية من خصائص الشخصية، بل هي قوة تتطلق من الرغبة وتتجه نحو الطموحات.

وعلى هذا الأساس فإن دافعية الممارسة الرياضية هي تلك التي تحقق الرغبات اللاشعورية العميقة والطموحات الشخصية والاجتماعية مثلما هو مبين في الشكل التالي:



الشكل رقم (1) يبين الدافعية التي تربط بين الرغبات والطموحات.

¹ . Henri Piéron, Dictionnaire de psychologie, IN Raymond Thomas, op cité, (p32).

² .E. Thil et Philippe Fleurance, Guide pratique de la préparation psychologique du sportif. (p95).

³ .L. Fernandez, les dossiers du vainqueur : La motivation, les cahiers de l'Insep, N° 8, Paris 1990. (p6).

من خلال هذا العرض البسيط لمحاولة تع

لما سبق ذكره أن الدافعية هي :مجموع القوى الداخليه والخارجيه التي توجه سلوكيات الفرد

للقيام بإنجازاته المختلفه بغية تحقيق أهدافه.

أنواع الدافعية:

في سنة 1992م، أشار محمد حسن علاوي، إلى أن سلوك الفرد لا يصدر عن دافع واحد فغالبًا ما يكون سلوك الفرد نتيجة عدة دوافع متداخلة ومتعددة، وهكذا فإن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي تتميز بتعددتها نظرًا لتعدد أنواع النشاط الرياضي ولتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.

وتبعًا لذلك تنقسم الدوافع التي تعمل على توجيه الفرد نحو ممارسة النشاط الرياضي إلى

دوافع مباشرة وأخرى غير مباشرة حسب تقسيم روديك Rudic¹.

الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي:

تتلخص أهم الدوافع المباشرة للنشاط الرياضي فيما يلي:

- الإحساس بالرضا كنتيجة للنشاط الرياضي.
- تسجيل الأرقام والبطولات وإثبات التفوق وإحراز الفوز.
- المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال مهارة الحركات الذاتية للفرد.
- الشعور بالارتياح كنتيجة للتدريبات الصعبة، والتي تتطلب شجاعة وجرأة وقوة إرادة.

¹. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة، الطبعة السابعة،

· الاشتراك في المنافسات الرياضية والتي

يرتبط به من خبرات انفعالية متعددة.

الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي:

تتلخص أهم الدوافع غير المباشرة للنشاط الرياضي فيما يلي:

· رفع مستوى قدرة الفرد على العمل والإنتاج.

· اكتساب الصحة واللياقة البدنية عن طريق ممارسة النشاط الرياضي.

· الاشتراك الإجباري للفرد في ممارسة النشاط الرياضي، والذي يتمثل في حضور حصص

التربية الرياضية أثناء مراحل التعليم المختلفة.

· الوعي بالدور الاجتماعي للرياضة من خلال اشتراك الفرد في النشاط الرياضي والانتماء

لجماعة معينه وتمثيلها رياضياً.

ومن الدوافع الهامة ذات العلاقة بالنشاط الرياضي، ما يلي:

- دوافع الانتماء:

وتعرف بأنها الاقتراب والاستمتاع بالتعاون مع الفريق، والحصول على إعجاب وحب

موضوع مشحون عاطفياً والتمسك بصديق والاحتفاظ بالولاء له.

- دافع الاستطلاع:

إذا كان المثير جديداً، فإنه يثير دافع الاستطلاع، ولكن إذا كانت الجِدَّة تامة أو إذا عرض

المثير بشكل مفاجئ، فقد يستثير الخوف أو الإحجام.

- دوافع التنافس والحاجة إلى التقدير:

أثبتت التجارب أن الرياضي يزيد من مقدار الجهد المبذول حينما يتنافس مع غيره، وحينما

يعرف أنه سيحصل على التقدير الاجتماعي بعد فوزه.

دافع الإنجاز الرياضي:

ويعرف بأنه الرغبة في الفوز بالمنافسة الرياضية.

الدافع للإنجاز:

هو الحاجة للنجاح وتجاوز الصعوبات، ويتباين من شخص لآخر، و من ثقافة لأخرى، ويعتمد جزئياً على التنشئة الاجتماعية.

ويعرف أتكسون الدافعية للإنجاز، بأنها: استعداد ثابت نسبياً في الشخصية يحدد مدى سعى الإنسان ومثابرته في سبيل تحقيق نجاح أو بلوغ هدف، يترتب عليه درجة معينة من الإشباع، وذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى معين للامتياز.

ويعرف المؤلف - عمرو بدران - الدافعية للإنجاز في المجال الرياضي، بأنها: منظومة متعددة الأبعاد تعمل على إثارة الجهد المرتبط بالمجال الرياضي والإنجاز وتحدد طبيعته ووجهته وشدته ومدته بهدف الإنجاز المميز للأهداف.

إن الإنسان في يقظته يعيش حياة شعورية متكاملة ترتبط فيها المؤثرات الخارجية بالداخلية، وتظهر لنا صورة التفاعل بين المؤثر الخارجي والتأثر الداخلي على صورة نشاط سلوكي حركي في المجال الرياضي، أو غير حركي في مجالات الحياة الأخرى، سواءً من خلال القيام بأداء التمرينات أو أثناء سير المباراة.

والحديث الذي يدفع الرياضي إلى الأمام - الإنجاز - حديث محرك للسلوك وفعال في الوقت نفسه، لذا فالحديث مع النفس يعد من بين أهم العوامل التي تسهم في زيادة الدافعية نحو الإنجاز الرياضي.

ويمكن القول، بأن واقع الحركة إنما هو نتيجة لحديث مع النفس واقع في الشعور الحقيقي

للعمل الإرادي، ولو أنه قد تدخل النزعات اللاشعورية أيضاً في هذا النشاط.

ويجب أن ندرك ما للتحدث الداخلي -

الإنجاز الذي يشمل الجانبين الرئيسيين في العملية التدريبية، وهما:

- أثناء التمرين - الإنجاز التدريبي -.
- أثناء المباراة - الإنجاز التنافسي -.

إن الإنجاز في ذاته إنما هو نتيجة حديث مع النفس قد يكون مباشرًا يرتبط بالحركة نفسها أو يرتبط بما يحيط بالحركة من ظروف خارجية، ولا يحدث هذا إلا في حالة وصول المهارة إلى الصورة الآلية لاشعوريًا، حتى أنه يعد الفشل في الإنجاز هو التعارض أو عدم التوافق بين الحديث مع النفس المصاحب ودرجة الضبط العصبي للأداء الحركي.

كما يرتبط الحديث مع النفس مع شدة الأداء، سواء في صورة سرعة حركية أو في صورة التغلب على مقاومة خارجية ليدل على الإدراك الإرادي للأداء ودرجة المعرفة به، ولذلك نجد أن أية صورة من صور التذكر الحركي في المراجعة مهارية للأداء تختلف اختلافًا كبيرًا في الحديث مع النفس في تمارين الفعاليات الرقمية وبين الفعاليات القتالية والفعاليات الفرقية. إن إعداد الرياضي وتوجيهه وضبط الإثارة العصبية الموجهة للإنجاز تجعله يحدث نفسه كجانب أو شكل من أشكال الإدراك الشعوري للعمل.

وعندما يُؤدّم الرياضي على القيام بحركة مشى أو جرى أو وثب أو رمى أو سباحة أو تجديف أو رفع ثقل ... هو في نفس الوقت يلزمه حديث مع النفس يربط بينه وبين الحركة والفائدة التي يجنيها منها أو هدفها، وكذلك بين القوة والسرعة والاحتفاظ بالمطاولة المطلوبة للإنجاز ودقته.¹

¹. د/ عمرو بدران، سبق ذكره، باختصار.

التقسيم الثاني للدافعية:

يقسم بعض الباحثين في علم النفس الرياضي ومن بينهم نوماس وجر وبوي وغيرهم الدوافع اعتبارا لما يحدث في الشخص إلى قسمين أساسيين هما: الدوافع الداخلية والدوافع الخارجية.

1. الدوافع الباطنية (أو الداخلية) La motivation intrinsèque:

يمكن أن نعرف الدوافع الباطنية بأنها نشاط يحدث داخل الفرد فيقوم بتحريكه وتوجيهه نحو المهام التي يريد تحقيقها. فالرياضي المدفوع داخليا حسب تيل وفلورانس لا يقوم بالنشاط من أجل النشاط بل من أجل الحصول على أشياء سارة أو الابتعاد عن أشياء ضارة. وهي تعني بأكثر دقة أن الفرد يقوم بالنشاط الرياضي من أجل المتعة التي يجنيها منه.¹ وهي بدورها تنقسم إلى ثلاثة أنواع هي:

أ. الدافعية الداخلية للمعرفة La motivation Intrinsèque à la connaissance: وترتبط بالمعلومات أو الفنيات أو الأدوات التي يتحصل عليها الفرد أثناء ممارساته الرياضية، فلاعب كرة القدم عندما يحاول تطبيق حركة المراوغة فإنه يقوم بذلك لأجل تحصيل تقنيات جديدة.

ب. الدافعية الداخلية للإنجاز La motivation Intrinsèque à l'accomplissement: وهو يعني التفوق والمقدرة على القيام بأكثر من ذلك.

ج. الدافعية الداخلية للاستثارة La motivation Intrinsèque à la stimulation: يقوم الرياضي في كرة القدم بحركة المراوغة بغية الحصول على استثرات جميلة.²

¹.Thil et Fleurance, Op cité, (p 96).

².Item, (95).

2. الدوافع الخارجية *extrinsèque*

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

يمكن أن نعرف الدوافع الخارجية بأنها نشاطات تحدث خارج الفرد فتقوم بتحريكه وتوجيهه نحو المهام التي يريد تحقيقها، وتنقسم بدورها إلى ثلاث أنواع حسب دوسي وريس (1985) Deci et Ryce¹:

1. الضبط الخارجي *La régulation externe*:

قد يكون الفرد مدفوعا لأن يكون منضبطا في ممارسته للرياضة أو مرغما على ذلك من طرف المدرب أو الأولياء..

2. الضبط الداخلي *L'introjection*

هذا النوع من الدوافع يأخذ منشأه من الضوابط الداخلية التي يفرضها الرياضي على نفسه، فمثلا قد يحس بأنه مذنب إذا لم يحترم أوقات تدريباته.

3. التمايز *L'identification*

في هذه الحالة يصدر السلوك من الفرد بطريقة اختيارية عندما يرى أنه سلوك يمكن تقديره حتى إذا كان النشاط غير جذاب.

التقسيم الثالث للدوافع:

يقسم بعض المهتمين بعلم النفس الرياضي الدافعية إلى نوعين أساسيين هما : الدافعية كسمة والدافعية كحالة وهو ما سنحاول توضيحه في الفقرات التالية:

1. الدافعية كسمة:

¹ . Item, (p96).

يمكن أن نعرف الدوافع كسمة بأنها تلك

العوامل المختلفة التي تؤثر فيه طول حياته فنستطيع في سلوكه ونصرفاته.

2. الدافعية كحالة:

الدافعية كحالة هي تلك الأسباب التي تخلق في الرياضي الحيوية والنشاط المطلوب للقيام بالمهام الملقاة على عاتقه ولتحقيق الأهداف المسطرة أثناء القيام بهذا النشاط أو أثناء التحضير له، وقد يكون قبل المنافسة أو أثناءها أو مباشرة بعدها.

أنواع أخرى للدافعية:

سوف نذكر في هذه الفقرات أنواع أخرى للدافعية أو إن صح التعبير أنواع من الدافعية إما أن تدل عن نقص فيها أو انعدامها أو إعادة تفعيلها، والجدير بالملاحظة أنها مصطلحات مستعملة في الدول الأجنبية المتقدمة والتي سنحاول تقديمها في هذه الرسالة من خلال ترجمتها وتوضيحها بأسلوب عربي نتمنى أن يكون مناسباً. وهي كما يلي:

التعبئة (أو إعادة بعث الدافعية) La remotivation :

إذا كان لنا أن نترجمها حرفياً فإننا سنترجمها بمفهوم معاودة الدافعية، أي أن اللاعب عندما يفقد الرغبة في متابعة اللعب أو الممارسة الرياضية بصفة عامة فإن على المهتمين بتعبئته لمواصلة اللعب بشكل أكثر حماساً من ذي قبل.¹

اللا دافعية L'amotivation:

تعني اللا دافعية عموماً انعدام الدافعية أو الغياب النسبي لها سواء أكانت داخلية أو خارجية، وهو ما يؤكد كل من ديسي(1985) وريان(1991) حيث يؤكدان بأن اللاعب الذي تتعدم فيه

¹ . Fernandez, OP cité(p13).

الدافعية لا يمكنه إدراك العلاقة بين نشاطه

ممارسته لا إحساسا بالمتعة ولا أي نوع من الجراء بل ويسعر بانه غير كفاء.

تقلص الدافعية La démotivation:

إن تقلص الدافعية عند الممارسين للرياضة تعني عند الباحثين الغربيين ومن بينهم فيبلي Feigley، الفروق الكبيرة بين المجهود المبذول والنتيجة المتوخاة، والتي تعتبر في

الأساس إلا واحدة من بين أسباب نقص الدافعية والتي نذكر منها على سبيل المثال:

1. تغيير طبيعة الفيدباك مع ارتفاع مستوى الأداء بارتفاع الصعوبات لتنمية هذا الأداء.
2. الحاجة المتنامية للاستقلالية التي تنمو مع زيادة عمر الرياضي.
3. نمو الشعور المتزايد لسلبيات المشاركة الرياضية.
4. تنامي الشعور السلبي للنتائج الاجتماعية مثل الاهتمام بأمور الحياة الأخرى .
5. الفروق الكبيرة بين الطموحات والنتائج.²

ويقول فرناديز أن تقلص الدافعية عند الرياضي يظهر من خلال نقص كمية ونوعية العمل

الذي يؤديه، فيصبح أقل تكرارًا وانتباها لأدائه فيتخلله الفشل ثم الكسل...³

ويضيف إلى ذلك أن لتقلص الدافعية ثلاث مستويات هي:

1. تقلص الدافعية الخفي La démotivation douce:

ويعني أن الرياضي يدخل في ذهنه الإحساس بعدم الاعتراف بنشاطه من طرف المشرفين

أو زملاءه اللاعبين، فلم يعد قادرا على اتخاذ قراراته بنفسه.

¹ . Thill et Fleurance. Op cité, (p96).

² .R.Thomas, Op cité, (p37).

³ .Fernandez, Op cité, (p13).

2. تقلص الدافعية الإقصائي exclusion

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

ويعني أن الرياضي يصر على إقصاء نفسه وحبس قدراته حيث يطغى عليه المقاومة السلبية لأي نشاط.

3. نقص الدافعية القاسي La démotivation dure:

ويعني ضياع الإحساس بكل شيء له علاقة بنشاطه، لأنه لم يعد لديه أي ميل إلى الممارسة ولا أي علاقة بها ولا ينتظر منها أي رجاء. فهو انقطاع قاس بينه وبين نشاطه الذي مارسه سنوات طوال.¹

وظيفة الدافعية:

تساءل كثير من الباحثين عن وظيفة الدافعية محاولة منهم لتفسير الظاهرة وتوضيح معالمها، وعلى هذا الأساس حاول كل من كراتي (1973) Cratty ، وفيشر وكرايج (1976) Fisher & Craige أن يقدموا تفسيراً للدافعية من خلال تحديد وظائفها التي نقدمها فيما يلي:²

• الوظيفة التوجيهية:

ترتبط الوظيفة التوجيهية ببحث لماذا يختار اللاعب نشاطاً رياضياً معيناً، ويهمل الأنشطة الأخرى؟ ومن المعقول أن تقع هذه الفئة في دراسة الحوافز والحاجات والبواعث والدوافع.

¹. Item, (p14).

². د.أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990. (ص26).

• الوظيفة التنشيطية:

ترتبط هذه الوظيفة بالبحث لماذا يؤدي اللاعب أداء معيناً مع اختلاف درجة الشدة وتعالج هذه الفئة السلوك الذي يعد وينشط ويستثير اللاعب نحو الأداء. وهي ترتبط عادةً بالجانب الوجداني للدافعية.

أما روبرت سينجر (1984) فقد عبر عن وظيفة الدافعية من خلال الأداء الذي هو حصيلية كل من مستوى المهارة مضروباً في مقدرة اللاعب على الأداء الجيد في المنافسة الرياضية (موقف الاختبار).¹

ويضيف أن مستوى المهارة يتطلب الممارسة والتدريب، وكلما تمت الممارسة والتدريب على نحو جيد زاد احتمال التحسن في مستوى المهارة، كما أن سبب المواظبة والجدية في الممارسة يرجع بدرجة كبيرة إلى مقدار ما يملكه اللاعب من سمة المثابرة التي تمثل الوظيفة التوجيهية.

لكن مهما كان الحال فإن وظيفة الدافعية هي السعي الدائم للإجابة عن الأسئلة الثلاثة التالية:²

1. ماذا نقرر أن نعمل؟

2. ما هو مقدار تكرار العمل؟

3. ما هي كيفية إجادة العمل؟

¹. نفس المرجع، (ص 6).

². نفس المرجع، (ص 25).

أهداف الدافعية

الدافعية موضوع من المواضيع الأساسية في علم النفس ولذلك تعتبر أهدافها نفس أهداف علم النفس العامة وهي باختصار شديد: تفسير الظواهر النفسية وضبطها والتحكم فيها بغية التنبؤ بها مستقبلاً.

لكن للوصول إلى هذه الأهداف الخاصة بعلم النفس الرياضي يعتقد بعض الباحثين في علم نفس الدافعية أنه لا بد من تحقيق هدفين أساسيين هما:

1. الكشف عن الفروق الفردية الضرورية لتفسير سلوكيات الأفراد في أوقات حدوثها. وهو

اقتراح من طرف أتكينسون (1981) Atkinson.

2. تحديد العناصر التي لها دخل في النشاط الرياضي والتي تسمح بمعرفتنا لتجاوب الفرد

معها وهو ما يؤكد الدرمان (1976) Alderman.¹

عوامل الدافعية:

من خلال تفسيرنا للدافعية في حياتنا اليومية بصفة عامة والحياة الرياضية بصفة خاصة يمكننا أن نضيف إلى ذلك أنها لا تنشأ من العدم ، مثلها في ذلك مثل كل الظواهر النفسية، تتحكم فيها بعض العوامل الداخلية منها والخارجية.

ومن بين العوامل الداخلية التي يمكن أن نذكرها باستقطاب العوامل البيولوجية كالتكوين الجسمي ودور الأجهزة الفسيولوجية المختلفة وبعض العمليات النفسية والشخصية التي لها دخل

¹ . FC. Bakker, Op cité, 5p11).

مباشر في دفع الفرد إلى القيام بالنشاطات

النقاط التالية:¹

- تتعامل الدافعية مع النواحي الداخلية للإنسان غير القابلة للملاحظة. ونحن نلاحظ السلوك الخارجي فقط الناتج من الدوافع الداخلية، ويمكن أن نستدل فقط على ما هو الذي جعل الفرد يسلك هذا السلوك.
 - ناتج الدافعية هو النشاط، وزيادة الطاقة والجهد المبذول. ويستجيب الشخص عادة للدوافع الداخلية، ومن خلال نشاطه الموجه نحو الغرض الذي يعتقد أنه سوف يحقق الإشباع.
 - يوجه سلوك الشخص نحو إنجاز أغراض معينة. ومن المسلم به أن الحاجات سوف تشبع عندما تحقق هذه الأغراض. وهي لأشك تؤثر في السلوك .
 - حينما يتم إشباع إحدى الحاجات، فإن هناك حاجات أخرى تبدأ في الظهور. فالدافع مستمر ما دامت حاجات الشخص التي يحاول إشباعها لم تنته. وعندما تشبع الحاجات فإنها لا تمثل دافعا.
- وتبعاً لذلك فإن بيكر الذي حاول تلخيص أعمال الباحثة باط Butt(1976) حيث ترفض الاستنتاجات حول الدافعية المبنية على وصف الرياضيين لأسباب مشاركتهم الرياضية ومنه

¹. د. أسامة كامل راتب ، سبق ذكره،(ص24).

تستخلص وجود ثلاث عوامل تعتبر مصدر
العدوانية، الصراع العصبي، والبحث عن الكفاءة.

نظريات الدافعية:

لقد أدى تطور علم النفس ونموه وانتشاره في شتى مجالات الحياة اليومية للإنسان إلى ظهور الكثير من النظريات والتوجهات التي أحدثت من حين لآخر ثورات في التفكير النفسي، فكانت حظوظ الدافعية التي تعتبر من المواضيع الأساسية في علم النفس قد نالت قسطاً وافراً من هذه الدراسات والنظريات.

ونظراً للكمية الهائلة والمحتوى الكبير لهذه الدراسات حرص بعض الباحثين على ترتيبها وتصنيفها بغية تبسيطها للباحثين الجدد، وعلى هذا الأساس يذكر فرج أحمد فرج وآخرون نقلاً عن باحثين أمريكيين أن نظريات الدافعية تنقسم إلى مجموعتين أساسيتين هما:²

1- نظريات بسيطة:

تتبنى هذه النظريات على محتوى الدوافع وبالأخص النموذج القائم على مفهوم الحاجة، والتعرف على القوة الدافعة نحو الحاجات المطلوبة انطلاقاً من ملاحظة السلوك البسيط كحالة الجائع الذي يسعى إلى تسكين جوعه أو إرواء ظمأه أملاً في إطفاء دافعه وإشباع حاجته مما يؤدي إلى انعدام الضرورة وتحقيق توافق الدافعية.

¹ . FC. Bakker, OP cité, (p20).

² . هول كالفين ولندزي جاردنر، ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون، نظريات الشخصية، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر، القاهرة 1971، ص18.

2- نظريات مركبة:

تدرج تحت هذه الفئة كافة النظريات المعقدة وخاصة منها القائمة على تحليل آليات الدافعية، والتي تتمحور حول موضوع الحياة...

ويمكن ترتيب نظريات الدافعية أيضا، حسب الدكتور براهيم محمد، إلى أربع فئات نذكرها باختصار فيما يلي:

أ. النظريات العامة والخاصة:

فالنظريات العامة هي التي تعم غالبية الناس، ومنها نظرية تدرج الحاجات للباحث مازلو، ونظرية العاملين لهرزبيرغ، ونظرية حاجات الإنجاز والقوة والانتماء لماكيلاند، ونظرية مستوى النشاط ثم نظرية مستوى الطموح والهدف.

أما النظريات الخاصة فتهم بالفرد باعتباره حالة خاصة يختلف عن بعضه البعض ومنها نظرية العدالة ل آدمز، ونظرية التدعيم ل سكينر، ونظرية التوقع لفيكتور فروم ولاولر.

ب. نظريات العوامل المؤثرة في الدافعية:

وتهم هذه الطائفة من النظريات بالعوامل المؤثرة في العملية الدافعية وبخاصة في مجال العمل.

ج. نظريات إثارة وتوجيه السلوك:

الأنواع التي يضمها هذا النوع تركز كل منها إما لإثارة السلوك أو توجيهه أو تثبيته أو تعديله.

د. نظريات العمليات الدافعية:

يشمل النظريات التي تهتم بالعوامل والمحتويات المؤدية إلى شحذ الهمم وإثارة الحماس وذلك بالتركيز على الحاجات والدوافع مثل نظرية تدرج الحاجات ونظرية حاجات الإنجاز والقوة والانتماء وكل النظريات التي تهتم بالعمليات الدافعية مثل العمليات العقلية والوجدانية وعملية التمثيل الذهني ذات التأثير المباشر على دافعيته وحماسه.

وبعض النظر عن هذه التصنيفات السابقة سنحاول تقديم بعض نظريات الدافعية من خلال علاقتها بالنظريات النفسية الأساسية والتي نذكر من بينها:

1. النظرية الشعورية:

تعتمد هذه النظريات على الخبرة الشخصية المعتمدة على التجارب الشعورية باعتبار الخبرات الخاصة مصدر الأفعال... ففي اعتقاد كارل روجرز عالم النفس التربوي الأمريكي (1987/1902) أن الخبرة الشعورية هي الدافع الوحيد المحدد والموجه للسلوك بحيث يكون الفرد على دراية بما يبذله من جهد مما يساهم في ترقية معنوياته. ويشاركه في هذا التفسير العالم ماسلو الذي يضع تحقيق الذات كأساس لقيام نسقه.

2. نظرية التحليل النفسي:

لقد أبهرت نظرية التحليل النفسي التي أتى بها فرويد كل العالم فحاول بذلك تفسير الدوافع التي يعتبرها أساس نظريته الجديدة، حيث يعتبر أن الطاقة الليبيدية هي التي تدفع الرضيع للتعلم بأي شيء يشبع حاجته من الغذاء المتمثل في ثدي أمه ثم إلى الأم ككل. وعلى إثر ذلك أثبتت التجارب أن حرمان الطفل من الحب والمودة في السنوات الأولى من حياته يؤثر بدوره على

الدافع النفسي الاجتماعي لديه، للإحساس با

الآخرين للحصول منهم على إشباع الدوافع الجنسية...والرياضة بهذا التفسير نعبر مجالا من مجالات إشباع الدوافع.

أما بيار جاني فيؤكد توجيه السلوك عبر قنوات نحو الأهداف المحددة ويتأتى ذلك بقيام الأم بتزويد الطفل بالخبرات الحسية الانفعالية والتي تتجه نحوها أول مرة ثم تنتقل نحو الأب ورفاق اللعب ثم الجماعة التي سوف ينتمي إليها مثل فريق رياضي، وذلك بإضافة الخبرات الحسية العاطفية بالجماعة كقنوات جديدة للدافع الاجتماعي.¹

هذا ولن نذكر كل رواد التحليل النفسي الذين ساهموا في دفع هذه النظرية إلى الأمام لأن المكان والوقت ضيقين لتفسير كل ذلك فذكرنا لعمداء التحليل النفسي السابقين كان لأجل التوضيح فقط وليس على سبيل الحصر، ومعناه باختصار شديد أن الغرائز هي التي تسيطر الإنسان في مجالات حياته اليومية من خلال كبتها في اللاشعور ومحاولات ظهورها على شكل اضطرابات سلوكية.

3. النظرية السلوكية:

رغم أن واطسون الذي يعتبر مؤسس النظرية السلوكية قد أكد أن السلوك ما هو إلا علاقة قائمة بين المثير والاستجابة وهي تحدث خارج العضوية إلا أن النظريات السلوكية التي أتت بعده حاولت تصحيح مساره السلوكي الآلي حيث نجد أن عددا من الباحثين استطاعوا توجيه هذا المسار بما يتلاءم مع النشاط الواقعي، حيث نالت الدافعية قسطا من هذا الاهتمام.

¹. عن ادوارد موراي ، د. براج محمد ، سبق ذكره، (ص216).

لقد اتفقت معظم نظريات التعلم على أ

قوى أساسية في تنظيم وتوجيه السلوك مما يسوجب إبرة واهتمام اللاميد وبدعيم دوافعهم نحو أنواع النشاط التربوي القيم، وقد أوصى جون ديوي بإيجاد الأهداف كأهم عامل لتوجيه التعلم في المدرسة يسعى المتعلم إلى تحقيقها برغبة صادقة.

أما ثورندايك فقد أكد على وجود أثر للارتياح والرضا يصاحب الإجابة الناجحة ويساعد على التعلم، أما الشرطيون فقد عبروا عن الدافع بالثواب وكذلك ذهب المجاليون إلى اعتبار الجزاء بمثابة الدافع الذي يقوم بتدعيم الرباط الشرعي، ويساعد على التعلم.

كل ذلك يمكن ملاحظته في السلوك الرياضي باعتباره يجمع بين المثير والاستجابة والتي تعتبر علاقة طردية بينهما، ومعنى ذلك أنه كلما زاد المثير زادت معه الاستجابة.

4. النظرية المعرفية:

رغم أن السلوكية الحديثة التي حاولت تصحيح السلوكية الكلاسيكية وذلك بإعطاء العضوية مكانها في سلوك الإنسان خلافا لواطسون والتي لا تختلف كثيرا عن النظرية المعرفية إلا أن هذه الأخيرة جديرة بالتعريف.

فنفراً مثلا أن للفرد حاجات نفسية واجتماعية مولية للحاجات البيولوجية يسعى لإشباعها إلا أنه يدرك نتيجة تفاعله مع البيئة المحيطة به، ويظهر الدافع بمجرد حدوث ثغرة أو عدم التوازن بين مستويي الإشباع الفعلي والإشباع المطلوب لتحديد إدراك الشخص لأهمية الحاجة وحجم الثغرة ودرجة الرضا عن الإشباع مما يساهم في تشكيل نوع السلوك، إذ كلما كبرت الثغرة

وزادادت أهمية الحاجة قل الرضا، فكما

الإشباع المطلوب فإن إدراك الفرد يحدد احتمالات الإشباع.

ينهي الباحث د. براهيم محمد كلامه عن نظريات الدافعية بمحاولة تقديم وجهة نظر تكاملية لا يقصي منها أي توجه حيث يقول: "إن الحالة الدافعة أو الحاجة تثير لدى الفرد نشاطا وتوجه التوظيف الكلي للعضوية بما فيها النظرة المعرفية اتجاه العلاقات مع العالم، وتساهم ذاكرة الفرد وابداعه في البحث وتنفيذ العمل مما يؤكد حدوث العملية المعرفية للحاجات داخل الشكل المجسم والسلوكي للهدف والمشروع، ليستمر التفاعل بينهما داخل النسق التكاملي للكائن الحي المدعم بالقدرات الحركية والعقلية."²

الدراسات السابقة في الدافعية:

دراسة موراي (1938) Murray:³

في دراسة أجراها موراي سنة 1938 تهدف إلى تحديد الأسباب التي تؤدي إلى ممارسة الرياضة، وعلى إثرها توصل إلى تحديد مجموعة من الدوافع وهي:

1. التركيب La construction: وهي الحاجة إلى التنظيم والتركيب.

¹ علي السلمي، إدارة الأفراد والكفاءة الإنتاجية، مكتبة غريب، القاهرة، الطبعة الثانية 2، (ص ص 165/170)

² براهيم محمد، الدافعية وأثرها في تحقيق الرضا الوظيفي، رسالة دكتوراه الدولة، تحت إشراف الأستاذ الدكتور أحمد معروف، 2005/2004 جامعة وهران الجزائر. (ص 220).

³ Item, (p17).

2. الإنجاز L'accomplissement: الد

صعبة وبسرعة.

3. الظهور L'exhibition: الحاجة إلى لعب دور: استثارة الآخرين، وتسليتهم، ولمس

عواطفهم...

4. الدفاع La défense: الحاجة لتبرير نشاطاتهم.

5. السيطرة La domination: الحاجة إلى التأثير على الآخرين أو مراقبتهم.

6. الاستقلالية L'autonomie: الحاجة إلى البحث عن الاستقلال.

7. العدوانية L'agression: الحاجة إلى الاعتداء على الآخرين أو أدائهم.

8. الانتماء L'affiliation: الحاجة إلى ربط علاقة الصداقة مع الآخرين والانتماء إلى

جمعيات.

9. التغذية La nourriture: الحاجة إلى تغذية الآخرين ومساعدتهم.

10. اللعب Le jeu: الحاجة إلى الراحة والتسلية والبحث عن الفرجة.

11. المعرفة La connaissance: الحاجة للانفجار وإلقاء الأسئلة وإرضاء حب الاطلاع.

12. العرض L'exposition: الحاجة إلى تبيان وتوضيح وشرح وتفسير والحديث

باستعراض.

دراسة بووي (1969):¹

لقد حاول الباحث الفرنسي بووي من خلال دراسة مهمة لدوافع الرياضيين بالاعتماد على مفاهيم ظاهرانية ومعاش الرياضيين ، إلى جانب المقابلة والاختبارات الاسقاطية التي طبقها على 1934 رياضي، يتوصل الباحث إلى تحديد إحدى عشر دافعا(11) تكون الثلاثة الأوائل أساسية وهي:

- الحاجة إلى صرف الطاقة التي هي مصدر الإحساس بالقوة.
- إثبات الذات، الرغبة في الظهور، الرغبة في تحقيق الذات.
- البحث عن تعويضات، والراحة détente، والتفوق على عاهة حقيقية أو خيالية.
- البحث عن أهداف محددة.
- الرغبة في الفوز.
- الطموح لتصدر البطولة.
- العدوانية والكفاح.
- حب الطبيعة.
- حب المخاطر.
- هواية المغامرة.

¹. R. Thomas, OP cité, (p199).

دراسة محمد حسن علاوي (1970):¹

أجرى هذا الباحث بحثاً في الجمهورية العربية المصرية يحاول فيها التعرف على دوافع النشاط للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات. واختبر عينة عشوائية من لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العليا.

وقد أمكن التوصل إلى النتائج التالية بالنسبة لتحديد دوافع النشاط الرياضي للمستويات الرياضية العالية للبنين والبنات حسب الترتيب على أساس النسبة المئوية:

1. المكاسب الشخصية 33.4 %
2. التمثل الدولي 18.7 %
3. تحسين المستوى 14.2 %
4. التشجيع الخارجي 12.2 %
5. اكتساب نواحي اجتماعية 7.8 %
6. اكتساب سمات خلقية 4 %
7. اكتساب نواحي عقلية ونفسية 3.9 %
8. الميول الرياضية 3.1 %

¹. د. محمد حسن علاوي ، سبق ذكره، (ص178).

9. أخرى 2.2%

دراسة فانيك وهوزيك (1971) Vanek et Hosik:

لدراسة دافعية عينة من الأفراد تفوق 600 رياضي استعمل الباحثان أربع حاجات: النجاح (الإنجاز)، النشاط الجسمي، التغيير، التوقع. حيث أن الحاجتين الأخيرتين تعتبر كعامل اجتماعي وتاريخ الشخص. بينما الاثنتين الأوائل الأساسيين، لهما علاقة بالميل إلى الانقياد، والخوف أو العدوانية.¹

دراسة فانيك وجريتي (1972) Vanek et gretty:

يركزان في دراستهم على دوافع رياضيي الدرجات العالية. فيستنتجون من ذلك مستوى الطموح ودور الفيدباك انطلاقاً من فهمهم لمعنى النجاح وال فشل.²

دراسة الدرمان و وود (1976) Alderman et Wood:

في دراسة يعتمدان فيها على النظرية التي تعتبر العامل K والذي يرتبط بدوره ب (Les Incubations)، تمكنا من تسجيل سبعة منها:

• القوة La puissance : إمكانية التأثير وتصحيح الآخرين.

• الاستقلالية L'indépendance : إمكانية القيام ببعض النشاطات دون مساعدة من

الآخرين.

¹ . R. Thomas, Op. Cité, (200).

² .Item,(p199).

● الانتماء L'affiliation : إمكانية ربط

● الضغط Le stress : البحث عن الاستثارة.

● الطلاقة l'excellence : إمكانية القيام ببعض الأشياء من أجل إرضاء الذات أو تحسين

المستوى.

● العدوان L'agression : إمكانية تهديد الآخرين وفرض نفسه عليهم أو أدائهم.

● النجاح Le succès : إمكانية الحصول على جزاءات من الداخل والخارج ، أو سمعة ،

أو اعترافات اجتماعية.¹

الدراسة المطولة لجابليير (1976) Gabler:

في دراسة لمجموعة من سباحي المستويات العالية الذين يتابعون تدريباتهم بانتظام يمتلكون أسبابا للإنجاز تفوق السباحين الذين تخلوا عن السباحة أثناء السنوات التي أجريت فيها الدراسة. ونتيجة لذلك توصلنا إلى أنه تختلف دوافع الممارسين عن غير الممارسين للرياضة، وقد لا تختلف الدوافع بين الممارسين للرياضات التنافسية والرياضات الترفيهية.²

دراسة نيلسون (1978) Nelson :

حاول نيلسون أن يبرهن أن التأثير الدافعي للأهداف التي لها علاقة بالرياضة من خلال تمرين قوة الذراع . فالفروق كانت واضحة بين المجموعة التجريبية التي تعرف معايير هذه

¹ . Item, (p200).

² . FC. Bekker, OP cité, (p20).

الرياضة وأصحابها، على حساب المجموع
تستطيع القيام به.¹

دراسة دانليفي و ريس (1979) Dunleavy et Rees:

في دراسة للبرهنة على أن سبب الإنجاز يرتبط ارتباطا وثيقا بالرياضة التنافسية، استطاع الباحثان بعد مقارنة مجموعة من الممارسين للرياضة التنافسية ومجموعة من الممارسين للرياضة الترفيهية أن يتوصلا إلى أن أسباب الإنجاز مرتفع أكثر في الرياضة التنافسية.²

دراسة زاندر (1980) Zander:

تبعاً لدراساته العديدة حول دوافع الجماعة les motivations de groupes في المختبر وفي الميدان استطاع أن يستنتج أن الرغبة في نجاح الجماعة وإبعاده عن الفشل هي دوافع أساسية... والدوافع حسب رأيه هي أساسا اجتماعية، فالجماعة تحترم كلا مغلقا يقابل باقي المجتمع.³

دراسة سومرس مشان وسارجنت (1983) Summers, machin, Sargent:

حاول هؤلاء الباحثين دراسة مدى إدمان الرياضيين على الممارسة الرياضية على شاكلة الإدمان على المخدرات La dépendance، حيث استجوبوا 450 مشاركا في سباق الماراتون. حيث انطلقوا من فكرة أن التوقف على الممارسة يخلق في الفرد حالة من النقص أو الإحساس بالحرمان Le manque.

¹ . Item, (p44).

² . Item, (p20)

³ . R. Thomas, OP cité, (p201).

فكانت النتائج أن 52 % يوصفون أنفسهم بأ

يعتبرون أنفسهم مدمنين بقوة.¹

دراسة بيبيت (1987) Piét:

لقد حاولت هذه الباحثة تفسير الدوافع في الرياضات الخطيرة. فقد استجوبت عددا من متسلكي الجبال وسائقي سيارات السباق، من خلال الإجابة على استمارة خاصة بالشخصية. فكانت النتائج ظهور دافع الحاجة إلى الكفاية كسبب من أسباب الإنجاز.

ومن بين ما توصلت إليه الدراسة أن المتسلقين عبروا عن رغبتهم في القيام بمهمة شاقة وخطيرة لرفع التحدي وانجاز المهمة. لكن الإحساس بإنهاء المهمة التي يزيد فيها الفلق لحظة بعد أخرى عند تخطي هذه الصعاب يعبرون عنه بالإحساس بالكفاءة.²

وفي الأخير لا يسعنا إلا أن ننوه بالمجهودات التي قام بها الباحثون في علم النفس بصفة عامة وعلم النفس الرياضي بصفة خاصة على مر السنين في محاولاتهم لتفسير موضوع الدافعية، فرغم ذلك فإن بعضا من الدراسات لم تستطع إثبات وجود دوافع معينة ونذكر على الخصوص أن بعضهم يقول بأن أسباب الإنجازات تنمو كلما ترقى الرياضي إلى مستويات أعلى في الممارسة وقد ذكرنا بعضهم ، بينما لم يستطع آخرون الوصول إلى هذه النتائج في دراساتهم، وهو ما يذكره بيكر عن جورزوخ (1968)Gorsuch، باين (1956) Pyne.³

¹.Item (p31).

².FC. Bekker, OP cité, (p33).

³.Item, 5p17).

خاتمة:

يتبين مما سبق أن الدافعية مجال واسع في علم النفس حيث كثرت فيه الدراسات وتباينت وجهات النظر وذلك راجع إلى تداخل هذا المفهوم مع جوانب أخرى في النفس الإنسانية في إطار علم النفس بصفة عامة، بينما نراه حديث الدراسة في علم النفس الرياضي الذي يعتبر حديث الاهتمام بهذه الأمور.

لكن رغم ذلك، ورغم النقائص التي قد تشوب هذه الدراسات والاهتمامات، يمكن لنا أن نستنتج في الأخير بأن البحث في هذا المجال ذو أهمية كبيرة في الدراسات النفسية عامة وفي الرياضة خاصة، وهو ما حاولنا تقديمه في هذا الفصل.

الفصل الرابع

تمهيد

تعريف العدوانية في الرياضة.

أنواع العدوانية.

نظريات العدوانية: – النظرية الفطرية (البيولوجية).

– نظرية التحليل النفسي.

– النظرية السلوكية (التعلم).

علاج العدوانية.

قياس العدوانية.

دراسات سابقة.

خاتمة.

تمهيد:

المتغير الثالث الذي سوف ندرجه في دراستنا هذه لا يقل أهمية عن المتغيرات النفسية السابقة حيث يمكن اعتباره عنصر أساسي في تكوين النفس الإنسانية وهو من بين المصطلحات النفسية التي نالت أهمية كبيرة لذا علماء النفس وغيرهم..

ونظرا لشساعة البحث في هذا المجال فإننا سوف نتطرق إليه من منظور علم النفس الرياضي لكننا قد نشير في بعض الأحيان إلى معلومات من علم النفس بصفة عامة للزيادة في التوضيح والفائدة.

فسنحاول إذن تحديد العدوانية وأنواعها ونظرياتها وعواملها وعلاجها وقياسها والدراسات التي أجريت حولها، وفي نيتنا الإلمام بقدر زهيد من المعلومات لتوضيح العدوانية في مجال الرياضة وليس المعرفة التامة والكاملة للموضوع.

تعريف العدوانية في الرياضة.

يعتقد جل الباحثين في علم النفس الرياضي أنه من الصعب تحديد مفهوم العدوانية في الرياضة تحديدا دقيقا نظرا لاعتباره سمة من سمات الشخصية أو عادة يتعلمها الفرد أو على الأقل عملية بيولوجية. وبالتركيز على النية أو على آثارها فإن العدوانية قد تظهر على شكل مقبول أو مرفوض.

وكما يقول ميشال بووي Michel Bouet أن معظم ملاحظاته الميدانية في مجال الرياضة تجعلنا نميل ، إذا أردنا أن نحافظ على الطابع النفسي لهذا المفهوم مع احترام خصوصيات الصراع الرياضي ، إلى الابتعاد عن اعتبار ما هو عدواني كل نشاط يتسم بالمجاهدة.¹

لكن السلوك العدواني كما يعتقد آخرون باعتباره ظاهرة نفسية اجتماعية ، هو حدث واضح يبدو واضحا في تعامل الأفراد في مختلف المجالات، حتى المجال الرياضي ، والدليل على ذلك التقارير التي تقدم عند حالات العدوان بين اللاعبين قبل أو أثناء أو بعد المنافسات الرياضية.²

وعلى هذا الأساس يحاول تعريفها كثير من الباحثين رغم بعض الفروقات بينهم والذي سنقتصر على ذكر بعضهم في الفقرات الموالية.

تعريف بيكر Fc.Bekker :

تبعاً لما ذكرناه سابقاً فإن العالم النفسي بيكر يعرف العدوانية على أنها نية إزعاج أو إلحاق الضرر بالآخرين.¹

¹. Michel Bouet, Les motivations des sportifs, éditions universitaire, Paris, 1969.
(p145).

². د. صدقي نور الدين محمد، (289).

يعرف هذان العالمان العدوان على أنه سلوك هدفه الوحيد هو إصابة أو إيذاء شخص أو شيء ما. وهو في محتواه لا يختلف عن التعريف الذي سبق ذكره.

ويضيف بندورا (1973) Bandora إلى تعريف العدوان أنه لا يشمل فقط سلوكا يؤدي إلى إصابة شخص ما ، بل أنه يشمل إهانة الآخرين وتحطيم نفسياتهم، أي أنه سلوك يسبب إصابة بدنية أو معنوية.²

تعريف فيني (1972) Vinnai:

يعتبر فيني من بين الفرويديين الجدد الذين تخلوا عن اعتبار العدوانية كغريزة مستقلة فيؤكدون على أنها ناتجة عن التجارب الغير ملائمة والصعبة التي عاشها الفرد في طفولته. ولذلك يسميها بنظرية النقد الاجتماعي لحوادث الرياضة.

وفي هذا السياق يدعم هذا الرأي كل من لانج ولاتج (1961) Lang & Lang ، والباحث كلاب (1972) Klapp. الذين يعتبرون الرياضة كوسيلة للتفريغ مقبولة اجتماعيا.³

تعريف جوهانسون (1972) Johanssen:

أما جوهانسون الذي يتفق معه الدكتور أحمد عزت راجح فيعتبرون أن العدوان متعدد الأبعاد أو له عدة صور منها : العدوان عن طريق العنف البدني ، أو اللفظي، أو التهديد أو النظر

¹. FC. Bekker, OP cité, (p82).

². د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص291).

³. Item, (p 84).

والإثارة، كما يرون أن العدوان هو إيذاء

بانفعال الغضب... ولذلك فالمعتدي يعاني من إحباط شديد سابقا أو موفع أو هو رد فعل لعدوان

وقع عليه بالفعل، أو هو في حالة لتوكيد الذات ، فالعدوان إذن حسب رأيهم هو وسيلة لاستعادة

التوازن النفسي لذلك فلا مفر من القيام به في الواقع أو في الخيال.¹

تعريف تشيرنيكوف (1973) Tchernekov:

يعرف تشيرنيكوف العدوان على أنه شكل من أشكال الانفعال الرياضي الذي يظهر كاستجابة

للإحباط.

ذلك ما نقرأه عند مشال بووي الذي يؤكد أن ردود الأفعال العدوانية لحالات الإحباط تتخذ

أشكالا مختلفة، فإما أن توجه للخارج من خلال المحيط الذي يعيش فيه الفرد أو أن توجه للفرد

ذاته حيث يؤدي ذلك إلى إدانة نفسه وهو ما يلاحظ عند إجراء اختبار روزنفايخ.²

ويشاركه في الرأي العالم **توتكو Tutko** الذي يشير إلى أن اللاعب العدواني قد يكون سريع

الاعتراض والجدل والنقد ، عندما يرتكب البعض خطأ ما ، ويبدو متشوقا في انتظار يشوبه

القلق لملاقاة المنافسين الذين تغلبوا عليه من قبل، فإذا أتت له فرصة لقائهم فإنه يبدأ بالهجوم

حيث لا يطبق الانتظار ثم يبدأ الخصم في مواجهته كما يلجأ إلى الاحتكاك الجسماني...³

تعريف دولارد وزملاءه Dollard:

¹.المرجع السابق، (ص292)

² .M. Bouet, OP cité, (p150).

³. نفس المرجع،(ص294).

العدوان عند دولا رد هو السلوك الذي

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

ومنه يتضح أن القصد والنية هي المحك الذي يسندل به عن كون السلوك عدوانيا او غير عدواني.

ولتفسير ذلك يضيف الباحث إلى أنه لكي نسمي السلوك سلوكا عدوانيا يجب أن يكون لدى المعتدي توقعات أكبر من الصفر في الوصول إلى الواقع عليه العدوان ، وإحداث ضرر له، وهذا يعني أن إحداث أذى لشخص آخر بدون تعد لا يسمى عدوانا، ومن ناحية أخرى إذا فشل المعتدي في إحداث ضرر أو أذى وكان ذلك في نيته، يسمى سلوكه سلوكا عدوانيا.¹

يتضح مما سبق أن مفهوم العدوانية مفهوم صعب التناول يتعد أكثر عندما نستعمله في المجال الرياضي، ومع ذلك سنحاول استخلاص تعريف موحد من هذه التعريفات التي قدمناها، وعلى هذا الأساس نقول أن الدافعية هي سلوك انفعالي يهدف إلى إيذاء الآخرين بنية إلحاق الضرر بهم.

أنواع العدوانية:

يعتقد ريموند توماس بوجود نمطين أساسيين للعدوانية هما:

1. العدوانية الإيجابية: أو كما يسميها بالحل الإيجابي La résolution positive:

ويعني بها أن العدوانية في هذه الحالة توضع في خدمة الدافعية وتأكيد الذات من خلال أنواع النشاطات الرياضية المقبولة اجتماعيا، وهذا النوع يسمى بالعدوانية الوسيلية L'agressivité Instrumentale وتؤدي إلى المساهمة في تحقيق أهداف محددة. وهو ما يميز أغلب السلوكات

¹. نفس المرجع، (ص291).

الرياضية يؤكد ذلك كالي (1978) li
الوسيلة" إحدى العناصر النفسية الأساسية للممارسة الرياضية ومن المميزات الفويه
للرياضيين.¹

2. العدوانية السلبية: ويسمىها بالحل السلبي La résolution négative:

وتهدف إلى أداء الآخرين وهي ردود أفعال متتالية ناتجة عن إحباطات تهدف إلى إحداث
الألم للخصم الذي يدرك (برفع الياء) كخطر يهدد الفرد أو كمنثير غير لائق. وهذه حالات
اللاعبين الخاسرين في كرة القدم والذين يقومون باعتداءات متكررة يعاقبون عليها من طرف
الحكام.²

ويعتقد باحثون آخرون مثل محمد حسن علاوي وصدقي نور الدين محمد وكامل راتب
وادوارد تيل Edouard Thill بأن العدوانية تنقسم إلى نوعين أساسيين هما:

1. العدوانية كسمة:

يعرفها صدقي نور الدين محمد ويشارك في تعريفه الكثيرون حيث يقول بأن العدوانية
كسمة: " هي سلوك نزوعي أو انفعالي مكتسب ثابت نسبيا ، يقوم به الفرد في معظم المواقف
بهدف إيذاء الآخرين أو ما يشير إليهم بدنيا أو نفسيا، نتيجة بعض المثيرات أو الإحباطات التي
يدركها الفرد على أنها مهددة له."³

¹ .R.Thomas, OP cité, (90).

² .Item, (p90).

³ .د. صدقي نور الدين محمد ، سبق ذكره ،(ص292).

لكننا نوصف الفرد بالعدواني إذا تكرر

تصبح خاصية من خصائص شخصيته ذات النبات السبي.

ويؤكد ذلك ادوارد تيل إذ يقول: "العدواني يريد شيئاً على شيء ما، فهو يتسلط على الآخرين وعلى نفسه نتيجة الإحباطات المتكررة والصراعات النفسية التي يعيشها ، هدفه في الحياة هو رغبته في الثأر. وهو يؤمن ، سواء كان ذلك حقيقياً أو رمزياً ، بأن يحط من قيمة خصمه والذل به.

ودائماً حسب هذا الباحث فإن الأفراد يختلفون في سلوكهم العدواني وفقاً لثلاث متغيرات هي: إثارة الدافع، والتحكم في تفريغ الطاقة، والقدرة على التمييز.

2. العدوان كحالة:

لكن العدوان كسمة فقط لا يفيدنا في معرفة العدوانية معرفة جيدة لذلك يؤكد كثير من الباحثين على أنه: "إذا كان من المفيد معرفة موضع اللاعب من سمة ما، مثل سمة العدوانية ، فإنه لكي يكون سلوك هذا الفرد على درجة كبيرة من الثقة فإنه يلزم التعرف على سلوك اللاعب في بعض المواقف مثل مواقف قبل أو أثناء أو بعد المباراة، خاصة وأن سمة العدوان تتميز بالتنوع الموقفية كغيرها من سمات الشخصية"¹ ولذا كان لا بد من الاعتماد على مفهوم العدوان كحالة لإضافة المعلومات الناقصة في جانب السمة.

إذن فعلى غرار ما عرف العدوان كسمة فإن العدوان كحالة يعرف بأنه: "سلوك نزوعي أو انفعالي يقوم به اللاعب قبل أو أثناء أو بعد المباراة نتيجة للإحباط أو لبعض المثيرات ، بهدف

¹ نفس المرجع، (ص290).

إيذاء الآخرين أو ما يشير إليهم بدنيا أو ن
المثير.¹

نظريات العدوانية:

منذ سنوات حاول علماء النفس تفسير العدوانية فكانت تفسيراتهم تقام في إطار توجهاتهم النظرية التي سنحاول تقديم بعض منها على سبيل الحصر لنتمكن من تسليط الضوء على القليل مما قدمه هؤلاء العلماء في شأن العدوانية. وهذه النظريات هي:

1. النظرية الفطرية (البيولوجية):

يعتبر لورنز (1963) Lorenz من بين الأوائل الذين حاولوا إعطاء تفسير للعدوانية في الرياضة حيث يؤكد بأن العديد من الأنواع الحيوانية لا يمكن لها أن تعيش بدون عدوانية نظرا للطابع الانتقائي الذي تتميز به العدوانية. ولذلك يعتبرها كغريزة عادية وأساسية تلعب دورا هاما في إمكانيات بقاء الأنواع واستمرارها.²

فعند الحيوان تقوم العدوانية بمهمة تحديد الفضاءات أو المناطق، والانتقاء النوعي من خلال الصراع بين الذكور وفي إطار نوعا ما اجتماعي تحديد الروابط الاجتماعية بين القائد والمقتادون بهدف خلق نوع من الأخلاق والقيادة.

¹. نفس المرجع، (ص296).

². FC. Bekker, OP cité, 5p83).

إذن يعتبر لورنز بأن العدوانية تمثل شيئاً

ومعترف بها ينقص من ميولاتها العنيفة ويوجهها إلى اهداف غير ضارة.وهو ما يدعم فكرة ان المباريات الرياضية ضرورية للفرد إذ تسمح له بالتعبير عن ميوله العنيف بطرائق مقبولة اجتماعيا.

2. نظرية التحليل النفسي:

من علماء التحليل النفسي من يقول بأن العدوان هو إيذاء الغير أو الذات أو ما يرمز إليها ، وغالبا ما يقترن بانفعال الغضب الناجم عن الإحباط. أما آخرون فيؤكدون على أن العدوان هو سلوك يرد به الفرد على الإحباط والحرمان، وذلك بأن يهاجم مصدر الإحباط أو بديلا عنه.¹

3. النظرية السلوكية(التعلم):

تعتبر نظرية التعلم الاجتماعي نابعة من النظرية السلوكية والتي مفادها أن الإنسان في علاقاته الاجتماعية يؤثر في الآخرين فيتعلمون عنه سلوكياتهم المختلفة ، وبالمثل فإنه بدوره يتأثر بالآخرين فيتعلم عنهم الكثير من سلوكياتهم.

فإذا أخذنا العدوانية كمثال على ذلك فإننا نلاحظه يسلك سلوكيات عدوانية قد تعلمها في حياته اليومية.فكما يؤكد ذلك عدد من الباحثين فإن الإحباط لا يؤدي للعدوانية إلا إذا تعلم الناس

¹قمرأوي محمد، العنف والعدوانية في الرياضة، في مجلة علم النفس وعلوم التربية، إصدار مخبر علم النفس وعلوم التربية، جامعة وهران، 2008(بتصرف).

تتكلم بالنجاح أو على الأقل نوعا من الاستحسان من طرف الآخرين. والامله كبيرة لاحدها

كنماذج سلوكية يعبر عنها بعض الرياضيين والمتفرجين في مواقف كثيرة من هذا النوع.¹

وفي هذا الصدد يؤكد بندورا (1973) Bandura أن الناس في حياتهم اليومية يتعلمون اتخاذ

العنف كوسيلة لحل صراعاتهم وخصوصا عندما يمكن استعمالها قانونيا.²

فالسلوك العدواني يفرض الاحترام ولذلك يحاكيه الأفراد رغم أنه مرفوض عند بقية المجتمع،

وهو ما يؤكد مارش (1978) Marsh عند حديثه عن بعض من مجموعات من مناصري كرة

القدم الإنجليز والألمان والهولنديين الذين يمكن تصنيفهم تحت هذا الإطار.³

ونفس الملاحظة يكررها أكرس وهو فنانجلس (1972) Ekkers & Hoefnagels اللذان

يشيران إلى الخشونة التي أصبحت تطبع كرة القدم بفعل تسهيل بعض المتفرجين الذين ينجذبون

إلى هذه السلوكيات.

علاج العدوانية:

بالرغم من إدعاء البعض أن الرياضة تتضمن بعض العناصر العدوانية أو أن

الناس قد تستعرض العدوانية من خلال الرياضة ، باعتبارها قد تكون مضرة وقد

تكون معلنة ، بل إنها في بعض الأحيان تنتكر في شكل رقيق يصعب اكتشافه، لكن

¹ . Item, (p86).

² .Item, (p86).

³ .Item, (p87).

ما زال الكثيرون يؤمنون بأن أحد

اجتماعيا مقبولا للفرد لاستعراض العدوانية أو التنفيس عنها.

وفي هذا الصدد يقول باري مانجيلو (1968) Barry M. Mangello في مداخلته أثناء قيام المؤتمر الجامعي الذي أجري في مدينة كينغستون بروديسيا: "الرياضات تساهم في الصحة العقلية وراحة الفكر...ويمكنهم تدارك الغضب الطبيعي والعدوانية والتنافسية. بل ويمكنهم التخفيف من جنح الأحداث والجريمة والعنف بصفة عامة.¹

وقد تكون هناك مساحة للعدوانية في الرياضة لكنها محكومة بقواعد اللعب وجزاءاته، لكن مما لاشك فيه أن الرياضة كأحد المناشط الإنسانية تعد أكثر هذه النشاطات ملائمة للتخلص من العدوانية والتنفيس عنها، فالأداءات الحركية بمختلف أنواعها تسمح بالتخلص من قدر كبير من العدوانية حتى أننا نسمع التربيون يشبهون ضرب الكرة بالمضرب أو بالعصي كآلية تسمح بتخريج قدر كبير من العدوانية و التنفيس عنها.

وكثيرا ما وصفت الرياضة على أنها متنفس آمن² Catharsis لدوافع العدوانية الناتجة عن عوامل كالإحباط واليأس والفشل التي يمر بها الإنسان في حياته اليومية

¹ . Item, (p82).

² . La Catharsis se définit comme décharge émotionnelle, comme la libération, l'extrémisations et l'abréaction de l'agressivité, l'effet cathartique correspondant à la diminution de la tendance à agresser.

ولا يستطيع تجنبها ، ولأن فرص النجاح

والأهداف ، وإنما مجرد أداء مهارة بشكل جيد يعد نجاحا ، فإن الرياضة علاج

اجتماعي ناجح ضد عوامل الفشل والإحباط وهي متنفس مقبول اجتماعيا لتفريغ

دوافع العدوانية ومشاعر الإحباط.

ويقول لورنز(1969) Lorenz أن الوظيفة الأساسية للرياضة هي التنفيس عن

الغرائز العدوانية.

وبالنسبة لفرويد(1930) Freud فإن قمع العدوانية عملية ضرورية للحفاظ على

المجتمع ولذلك فالمباريات الرياضية يمكن اعتبارها كوسيلة اجتماعية مقبولة

لتوجيهها.

وأما بالنسبة لميلاني كلاين(1948) Mélanie Klein فإن الرياضة يمكنها أن

تخفف على الفرد كثيرا من فائض الطاقة.

وفي هذا السياق، أجريت دراسات في المدن الكبرى للولايات المتحدة الأمريكية

مثل نيويورك وواشنطن ، استعملت فيها تجمعات رياضية للشباب العاطل والمهمش

من الأحياء الصعبة لهذه المدن أعتمد فيها المربون على كرة السلة للعمل على تنشيط

وتنظيم هؤلاء الشباب في فرق رياضية تتنافس مع بعضها البعض.

وكذلك ذكر كوكلي أن بعض أقسام

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

مباريات في كرة السلة والكرة الناعمة وغيرها من الألعاب مع شباب المناطق الداخلية بالمدن من أجل تأسيس علاقات اجتماعية طيبة ولتسهيل الاتصال ولقطع الطريق على أعمال العنف وللتقريب فيما بينهم وبين هؤلاء الشباب، وهذه الميزة للرياضة يمكن تفسيرها في ضوء ما أوضحه شريف & شريف 1961 بأنها من أهم الأهداف والخبرات المشتركة التي تعمل على التوحيد بين الأفراد في جماعات متعايشة.¹

ورغم ما يمكن أن يقال عن الرياضات بمختلف أنواعها وأشكالها فإنها لم تكتمل نهائياً وتأخذ أشكالها الحالية إلا مع نهاية القرن التاسع عشر. فتنظيم المنافسات الذي بدأ في المدارس وفيما بعد بين الفرق الرياضية وبين المدن دفع بالضرورة إلى صياغة قواعد وتعميمها على الجميع ، فتطورت هذه القواعد وطبقت على جميع الممارسين، حيث كان الهدف الأساسي لها هو تقليص العدوانية والحد منها وعدم تفشيها في الأوساط الرياضية بصفة عامة.²

¹. قمر اوي محمد، سبق ذكره، (ص)

². Fc.Bekker, OP cité,(p90).

قياس العدوانية:

إن قياس العدوانية في المجال الرياضي كان حديث الاهتمام من طرف الباحثين في علم النفس الرياضي بل هو تتويج للقياس في علم النفس العام حيث يعتبر من أواخر الاهتمامات بهذا المجال الذي استرعى فضول كثير من الباحثين.

ونظرا لأنه كان من الضروري إيجاد وسيلة لتقدير مستوى العدوانية لذا الرياضيين فلم يكن أمام علماء النفس الرياضي إلا استعمال وسائل القياس التي أنشئت في إطار القياس النفسي أو العيادي أو التربوي أو العمل.

فرغم النقائص التي تخلفها مثل هذه الاختبارات فإن كثيرا من الدراسات النفسية في مجال الرياضة قد بنيت على أساسها فتكونت فيما بعد وأنشئت اختبارات كثيرة وأكثر خصوصية للمجال الرياضي سنحاول ذكر بعض منها على سبيل المثال لا الحصر في الفقرات الموالية.

1. مقياس قائمة العدوان:

مقياس أرنولد بس Arnold Buss وأن دوركي Ann Durkee بعنوان قائمة العدوان Hostility Inventory يهدف لقياس الجوانب المختلفة للعداوة أو العدوان. قام بإعداده للعربية د.محمد حسن علاوي .

القائمة الأصلية تتضمن ثمانية أبعاد هي: التهجم، العدوان غير المباشر، سرعة القابلية للاستثارة، الرفض(السلبية)، الغيظ (الحقد)، الشك، العدوان اللفظي، الشعور بالإثم أو الذنب.

لكن في ضوء الدراسات التي أج

للقائمة تم استبعاد أربع أبعاد حتى صار المقياس يتضمن أربع أبعاد هي: التهجم،

العدوان غير المباشر، سرعة القابلية للاستثارة، العدوان اللفظي.

وهو ثابت وصادق بدرجات عالية في البيئة المصرية 0.71 و0.88.

2. مقياس العدوان الرياضي المعدل:

أنشأت هذا المقياس برنيديا بردماير واستعانت من مقياس بس ودوركي ومقياس

كراونمادلو للاجتماعية ومقياس تايلور للقلق الصريح. وأعدده للعربية د.محمد حسن

علاوي وتتمثل أبعاده فيما يلي : التهجم ، العدوان غير المباشر، سرعة القابلية

للاستثارة ، الرفض ، الحقد، الشك، العدوان اللفظي.

ولقد تراوح ثباته بين 0.68 إلى 0.87 بالنسبة للأبعاد، و 0.74 بالنسبة المقياس ككل. وكان

صادقا إلى درجة كبيرة .

3. قياس العدوان كسمة:

أبعاد العدوان كسمة:

ويمثل العدوان كسمة ، عند صدقي نور الدين محمد، أربعة مظاهر تعتبر أربعة أبعاد لقياس

ظاهرة السلوك العدواني وهي تساهم في التغلب على الغموض الذي يتضمن التقدير الشامل

للعدوان من خلال تقدير شدة هذه الأبعاد الأربعة للعدوان:

• بعد التهجم.

• بعد العدوان غير المباشر.

• بعد سرعة القابلية للاستثارة.

• بعد العدوان اللفظي.¹

4. قياس العدوان كحالة:

أبعاد العدوان كحالة:

ويمثل العدوان كحالة أربعة مظاهر، تعتبر أربعة أبعاد لقياس ظاهرة السلوك العدواني من خلال عبارات صيغت لتمثل الحالة النزوحية أو الانفعالية قبل أو أثناء أو بعد المنافسة. والأبعاد هي:

1. بعد التهجم.

2. بعد العدوان غير المباشر.

3. بعد سرعة القابلية استثارة.

4. بعد العدوان اللفظي.²

¹.د.صديقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص292).

². نفس المرجع، (ص295).

دراسات سابقة:

دراسة ستون 1950 Stone:

لقد طبق هذا الباحث اختبار تفهم الموضوع (TAT) على لاعبي كرة القدم الأمريكية فكانت نتائجها أن العدوانية تقل بعد مرحلة المنافسات.

دراسة جونسون وهوتون وغيرهما (1954) Johnson & Hutton.:

لقد اعتمد هؤلاء الباحثين على اختبار الرورشاخ وتطبيقه على مجموعة من رياضيي المستويات العالية بهدف تحديد مستوى العدوانية لديهم. فكانت النتيجة أنهم لم يلاحظوا وجود عدوانية قصوى لديهم.

دراسة هوسمان (1955) Husman:

بعد تطبيقه لستة لوائح من اختبار تفهم الموضوع على لاعبي كرة القدم الأمريكية بغية تقدير العدوان العام لهم يؤكد في نتائجه ما توصل إليه ستون قبله، ويضيف إلى ذلك أن المدافعين في هذه الرياضة التي توصف بأنها خشنة يتميزون بأقل مستوى من العدوانية مقارنة برياضيي ألعاب القوى والمصارعة.

دراسة كبلو (1964) Caplow:

يشير هذا الباحث في إحدى دراساته للعلاقة بين المنافسة والعدوان ليؤكد انه في جميع المواقف التنافسية نجد أن هناك بعض السلوك العدواني يقع بين المتنافسين ،

ولكنه لم يدعم هذا التوجه و مع ذلك ف

هي تنافسية والمنافسة تؤدي للإحباط والإحباط يولد عنفا.¹

دراسة انطونلي (1956) Antonelli، ريشيو (1960)

Riccio، موستريزو (1964) Mostrizzo، وفليشتير (1971) Flechter:

كل هؤلاء الباحثين يلاحظون بالتأكيد وجود عدوانية مهمة لدى رياضيي المستويات العالية في كل الرياضات. وهي تخص الذكور مثلما تخص الإناث.

دراسات لوفابر وباسي (174) Lefebvre & Passer:²

لدراسة العدوانية لدى لاعبي كرة القدم البلجيكية وفي مستويات القسم الأول والقسم الثاني، اعتمد هؤلاء الباحثين على البطاقات الصفراء وضربات الجزاء عقب السلوكات العدوانية على الخصم وذلك للفصل الكروي 1974/1973.

فأسفرت النتائج على أن الفرق الزائرة أخذت أكبر عدد من هذه البطاقات، وأكثرها في مستوى القسم الأول، بينما يسجل 40 ضربة جزاء للفرق الزائرة مقابل 21 للفرق المحلية.

وفي الأخير نستخلص من البحوث الكثيرة التي أجريت في هذا الإطار لدراسة التنافس الرياضي وعلاقته بالعدوان مجموعة من الملاحظات التي سوف نذكر بعضها منها بشكل عام وغير مفصل وهي:

¹ صدقي نور الدين محمد، علم نفس الرياضة، ط 1 المكتب الجامعي الحديث، 2004 (ص 302)

² .FC. Bekker, Op cité, (p96).

1. كلما كانت النتائج متقاربة بين المتدربين
اللاعبين الخاسرين.

2. كلما زادت قيمة المكافئة أو الحافز الرياضي زادت فرصة إظهار السلوك
العدواني لدى الخاسرين.

3. تزداد فرص ظهور السلوك العدواني في المنافسات التي يكون فيها تسجيل
الأهداف بكثرة تعمل على خفض درجة الإثارة.

4. تقل فرص ظهور السلوك العدواني لدى فرق المقدمة عن فرق المؤخرة، أما
الفرق التي تحتل موقعا متوسطا في الترتيب فإنها أقل الفرق إظهارا للسلوك
العدواني.

5. إن الفريق الضيف وجمهوره أكثر إمكانية لإظهار السلوك العدواني.

6. يظهر السلوك العدواني غالبا في الفترات الأخيرة من اللعب وخاصة عندما يجد
الفريق المهزوم أن النتيجة تكاد تحسم لصالح الخصم. وهو توكيد لدراسات

ويدميير وبرش (1984) Widmeyer et Birch¹.

7. غالبا ما يبدأ العدوان في التنافس نتيجة لاعتراض المدرب أو الإداري أو أحد
نجوم الفرق وأحيانا يبدأ من المتفرجين عندما لا ترضيهم النتيجة.

¹.Item, (p96).



Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

8. كلما ارتفع المستوى الرياضي

العدواني من اللاعبين.

خاتمة:

لقد تناول كثير من الباحثين موضوع العدوانية الذي تتفرد به الدراسات النفسية باعتباره مصطلح نفسي محض يستعمله أصحاب غير الاختصاص كمفهوم فلسفي عام إما اجتماعيا أو تربويا أو غير ذلك ، حيث تضاربت فيه التعاريف واختلفت حتى بين الدارسين للمجال النفسي إذ يمكن تصنيف هذه التعاريف ضمن ثلاثة أنواع: تعريف العدوان على أساس عوامل فطرية أو غريزية، وتعريف العدوان كنتيجة للإحباط، تعريف العدوان على أساس التفاعل الاجتماعي.¹

ولقد حاولنا الإلمام ببعض من هذه التعريفات وذكرنا بعض النظريات التي تنتمي إليها، إضافة إلى محاولات علاجها وقياسها ثم الدراسات التي ساهمت في تفسيرها بما كان في استطاعتنا العثور عليه بعد مشقة.

وفي الأخير لا يسعنا إلا أن نختم هذا العمل بعبارة ردها جون بياجي (1980/1896) حيث قال بأن الميل العميق لكل نشاط إنساني هو التوجه نحو التوازن. فالتعبير عن الفرحة أو عن الغضب عقب مقابلة رياضية لا يعتبر دافعا معقولا للتهديد والوعيد وتحطيم المحلات والسيارات والواجهات والتعدي على الناس...²

¹. قمر اوي محمد، سبق ذكره، باختصار.

². نفس المرجع، الصفحة الأخيرة.

الفصل الخامس

تمهيد

تعريف القلق

علاقته ببعض المفاهيم الأخرى: الخوف، الضغط.

أنواعه: عادي، مرضي.

كسمة وكحالة.

أسباب أو مصادر القلق.

خصائص القلق.

العوامل المؤثرة في القلق.

تأثير القلق على الأداء: ايجابي، سلبي.

قياس القلق.

دراسات سابقة.

خاتمة.

تمهيد

يعتبر القلق من بين المواضيع التي نالت قسطا كبيرا من البحوث النفسية نظرا لكونه عنصرا هاما من عناصر الانفعالات التي تخلق في الأفراد اضطرابات وتوترات مختلفة قد ترقى وتتفاقم إلى أن تؤثر على سلوكياتهم وبالتالي على صحتهم.

لم يكن في نيتنا أن ندرس القلق منذ انطلاق الدراسات حوله ولا ل طرح التطور الإبيستمولوجي لهذا المفهوم وليس باعتباره مفهوم يتناوله علماء النفس كعنصر يتسبب في الاضطرابات النفسية المختلفة، لكن باعتباره مفهوم تناوله علماء النفس الرياضيين لأنه مصدر قد يؤدي لاضطرابات نفسية تؤثر على الأداء.

ففي الرياضة يختلف الأمر عن الدراسات النفسية العادية لأنه قد يعود في بعض الحالات على الرياضيين بالفائدة رغم ما له من تأثيرات سلبية، ولذلك سوف نتطرق إليه حيث سنعرفه بشكل عام ثم نحدده كسمة وكحالة لنذكر بعد ذلك علاقته ببعض المفاهيم الأخرى مثل الخوف والضغط، ثم سنذكر أسبابه وتأثيراته على الأداء، ثم قياسه لننتهي بالدراسات السابقة حوله.

تعريف القلق:

مثله مثل المتغيرات النفسية الأخرى حضي هذا المصطلح باهتمامات الباحثين في علم النفس منذ بدايته ليصبح فيما بعد واحدا من بين أهم المصطلحات في علم النفس الرياضي فلم ينل الإجماع التام لذلك تعددت حوله التعريفات التي سوف نذكر بعضا منها في الفقرات الموالية.

التعريف الأول:

تعرف الدكتورة إخلاص محمد عبد الحفيظ القلق بقولها: "القلق هو حالة انفعالية سالبة تتميز بمصاحبة مشاعر العصبية والانشغال والخوف المرتبط بالتنشيط أو استثارة الجسم. وهكذا فإن القلق له جانب فكري (الانشغال والخوف) يسمى القلق المعرفي. وله جانب آخر يسمى القلق الجسمي وهي درجة التنشيط البدني المدركة."¹

التعريف الثاني:

في قاموس علم النفس يعرف هنري بيير ون Henri Piéron القلق بأنه اضطراب نفسي وجسدي يتميز بالخوف الباطن وإحساس بعدم الأمن وبمصائب آتية.²

التعريف الثالث:

¹ د. إخلاص محمد عبد الحفيظ، علم النفس الرياضي، الدار العالمية للنشر والتوزيع،

الأهرام، 2004. (ص225).

² R.Thomas, Préparation psychologique du sportif, OP cité,(p19).

بعد ما يؤكد ريموند توماس بأنه مثل

تطورت دراسته بشكل كبير إذ تضاعفت بالمرات بين 1960 - 1970. ليعرفه بعد ذلك كما

يلي: "القلق ظاهرة عادية تنتج في مواقف مختلفة يعيشها الإنسان كالتوتر وامتوتر لخطر

قادم وغير متوقع."¹

تتكرر في هذه التعريفات السابقة مفاهيم مثل الخوف والتوتر والاضطراب يدفعنا إلى

صياغة تعريف موحد هو: "أن القلق ظاهرة نفسية عادية تتميز بالتوتر والانفعال حيث تؤدي

إلى الخوف من مواجهة المواقف التي يقبل عليها الفرد."

علاقته بمفاهيم أخرى:

1. علاقته بالضغط le stress :

يختلف الضغط عن القلق وذلك لأن الضغط يتضمن القلق وهو أعم منه ولا يعتبر ظاهرة

عادية وتبعاً للتعريف الذي يقدم في قاموس علم النفس : فالضغط هو حالة للعضوية أثناء

تفاعلها مع المواقف الضاغطة فهو يعتمد على كل الأجهزة الوظيفية للجسم بصورة عامة.²

ويعرفه آخرون بأنه: "عملية تتابع من الأحداث التي سوف تقود إلى نهاية معينة ، وهو

يعرف على أنه عدم توازن جوهري أو كبير بين المطالب (المطالب البدنية أو النفسية)

واستطاعة الإجابة تحت ظروف يكون فيها الفشل في مقابلة هذه المطالب له نتائج هامة."³

¹ R.Thomas, la psychologie du sport de haut niveau, OP cité, (p60).

².Item.(p25).

3. د. إخلص محمد عبد الحفيظ، سبق ذكره، (ص231).

2. علاقته بالخوف:

العلاقة بين القلق والخوف علاقة قديمة توصف بالكلاسيكية. لأن الخوف يرتبط بخطر موضوعي (واقعي).، بينما نجد أن القلق يرتبط بخطر غير واقعي، فالواقع الذي يولد الإحساس بالتهديد يرتبط بدوره بالمعنى الذي يعطيه له الفرد. مما دفع أحد العلماء بالقول بأن هذه الفوارق مبالغ فيها نظرا لمحدوديتها.¹

أنواع القلق:

من خلال أدبيات الموضوع القليلة يمكن أن نستخلص بأن القلق يمكن تقسيمه إلى نوعين أساسيين:

النوع الأول الذي يرتكز على السلوك الذي يصاحب هذا القلق وهو نوعان:

أولهما القلق العادي والمسمى في اللغات الأجنبية بـ *Anxiété* وهو قلق لا يعبر إلا على الحالة النفسية التي يحس بها الفرد تحت شروط معينة. إذن فهو حالة نفسية عادية.

وثانيهما القلق المرضي وهو ما يسمى في اللغات الأجنبية بـ *l'Angoisse* والذي هو قلق مصحوب بعلامات فيزيولوجية والمرتبطة باستثارة الجهاز العصبي الذي يؤدي إلى توترات واضطرابات عصبية. وهو ما تحاول توضيحه السيدة كارين هورني (1953) Karen Horney التي تنتقد القلق عند فرويد المبني على أساس بيولوجي ولأجل ذلك تعطي أهمية كبيرة للعوامل الثقافية.²

¹ FC. Bakker, Psychologie et pratiques sportives, OP cité, (p74).

² R. Thomas, Op cité. (p60).

فحسب رأيها فإن القلق ينتج في الثقافة ا

أن نميز بين المنافسة العادية والمنافسة العصبية. وهذه الاحيرة هي التي تولد القلق المرضي.

أما النوع الثاني فهو الذي يقسم القلق إلى نوعين حسب شخصية الفرد والمواقف التي

يتواجد فيها الفرد، وهما: القلق كسمة والقلق كحالة.

1. القلق كسمة:

تعريف (مارتنس 1982):

يعرف مارتنس قلق السمة على أنه ميل لإدراك مواقف المقابلات المهددة والإجابة عليها

بنوع من التوتر.¹

تعريف (د. صدقي نور الدين محمد):

يعرفه بأنه دافع أو استعداد سلوكي شخصي يجعل الفرد ميالا إلى إدراك عدد كبير من

المواقف غير الخطرة على أنها مهددة له، والاستجابة لهذه المواقف بمستويات مختلفة الشدة

من قلق الحالة.²

تعريف (د. إخلص محمد عبد الحفيظ):

قلق السمة حسب هذه الباحثة يعتبر جزء من الشخصية وهو ميل سلوكي مكتسب أو

استعداد يؤثر على السلوك، وعلى وجه الخصوص فإنه يعني استعداد سلوكي مكتسب أو دافع

¹ Item, (P21).

² د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص228).

يدفع بالفرد أو يعرض الفرد لإدراك مدى كبر

وجسميا) على أنها مهددة وأن يستجيب لها باسجابات فلو الحالة الغير مناسبة في الحدة
والحجم مع الخطر الموضوعي.¹

من خلال تعريفات القلق كسمة التي ذكرناها يتضح أن هناك شبه اتفاق في تحديد هذا المفهوم
ذلك لأنهم متفقون على أن قلق السمة هو استعداد نفسي يكتسبه الفرد على مدى حياته، فهو
جزء من الشخصية. وعلى إثر ذلك نستخلص التعريف التالي:

" قلق السمة هو ميل أو دافع سلوكي مكتسب يوجه الفرد إلى إدراك المواقف الغير خطيرة
على أنها مهددة وتتطلب ردود أفعال معينة.".

2. القلق كحالة:

تعريف (د. صدقي نور الدين محمد):²

هو صفة وقتية تشير إلى الإنفعال الحالي الذي يتميز بالخوف والتوتر ويتغير من وقت
لآخر، ولذا يعرف القلق كحالة بأنه حالة انفعالية ذاتية، يشعر فيها الفرد بالخوف والتوتر ،
ويمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت لآخر.

تعريف شيبيلبرغر 1966:³

¹. د. إخلاص محمد عبد الحفيظ، سبق ذكره، (ص226).

². د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص228).

³. المرجع السابق، (225).

حسب شيبيلبرغر فإن قلق الحالة يشير

على أنه حالة انفعالية تتميز بمصاحبه مشاعر دابيه مدركه بوعي نسمل الخوف والتوتر
ومصاحبه بالتنشيط أو استثارة للجهاز العصبي الآلي الذاتي.

نستخلص من هذين التعريفين أن قلق الحالة يتميز بالمواقف الآنية وخصوصا أثناء
المقابلات الرياضية ولذلك يمكن أن نعرفه بما يلي:

" قلق الحالة هو حالة انفعالية يدركها ويشعر بها الفرد في مواقف آنية مشحونة بالتوتر
ورود الأفعال."

العلاقة بين قلق السمة وقلق الحالة:

أول من حاول تفسير القلق على أنه قد يكون سمة أو حالة هما كاتل Cattell
وشاير Scheler اللذان حاولا دراسة مجموعة من المتغيرات على فرد واحد وفي مواقف
مختلفة، ثم بعد ذلك تطبيق مجموعة من المتغيرات على عدد من الأفراد في موقف واحد
وملاحظة النتائج.

وعلى إثر ذلك توصل كاتل إلى أنه يجب التفريق بين الأفراد القلقين والأفراد الذين يرتبط
قلقهم بتكوينهم المزاجي.¹

ثم بعد ذلك استطاع شيبيلبرغر Spielberger التمييز بين جانبيين هامين للقلق هما: جانب
الاستعداد للقلق في مواقف التهديد المختلفة ألا وهو سمة القلق، وجانب القلق الذي يشعر به
الفرد في مواقف التهديد المختلفة، وهو ما يعرف بحالة القلق.

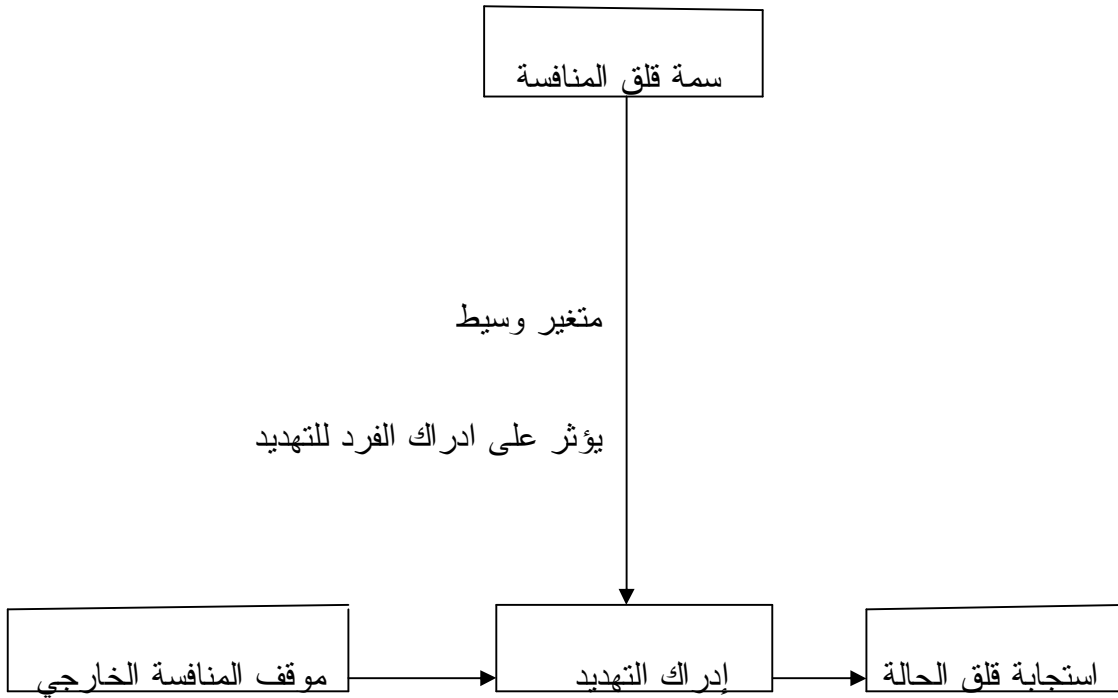
¹.R.Thomas ? la psychologie du sport, PUF, 1983 , (p50).

لكن رغم تنوعهما فهناك علاقة وثيقة بين

لأن حدوث أحدهما يستوجب استدعاء الثاني. لأن سمه الفلق يؤثر على إدراك الفرد للتهديد

الذي تسببه المثيرات المتوفرة في موقف المنافسة الموضوعي (الخارجي) وبالتالي تستدعي

استجابة قلق الحالة. كما هو مبين في الشكل التالي:¹



الشكل رقم (2) يبين سمة قلق المنافسة وسيط بين موقف المنافسة الخارجي واستجابة قلق

الحالة

¹. المرجع السابق، (ص247).

وتقول الدكتورة إخلص محمد عبد الد

ينشغل بها الفرد أو يكون لديه أفكار سالبة بينما فلو الحالة الجسمي يهزم بالتغيرات اللحظية
في حالة التنشيط الفسيولوجي المدرك الذي يحدث ليس من تغير في النشاط بل من الضغط.¹

أسباب القلق:

لقد حاول كثير من الباحثين تفسير ظاهرة القلق بغية التعرف على أسبابها سنحاول التعرف
على بعض منها دقن ترتيب معين وباختصار شديد.

فأول من حاول دراسة هذا الموضوع هو فرويد الذي أكد في نظرية التحليل النفسي على أن
القلق تتسبب فيه عدد من المخاطر:

1. الخطر ألغرائزي المرتبط بالصراعات النفسية الذي عندما يقوى يؤدي إلى
اضطرابات نفسية.

2. الخطر الناجم عن الوسط الخارجي والبيئة وهو ما يحدث غالبا في الرياضة.

3. يضاف لهذا القلق ارتباطه بادراك الفرد للمواقف على أنها خطيرة والتي هي في
الواقع غير خطيرة.²

أما كروول Kroll 1979 فيؤكد من خلال دراساته حول الموضوع أن القلق بأنواعه المختلفة
يكون نتيجة للأسباب التالية:

¹. د. إخلص محمد عبد الحفيظ، سبق ذكره، (ص225).

² R.Thomas, la psychologie du sport de haut niveau, OP cité, (p60).

1. الخوف من الفشل.

2. قوة الفريق المضاد .

3. ما ينتظره المدربون.

4. ما ينتظره الأقارب والأصدقاء.

5. ضرورة الفوز.

6. تحسين الأداء.¹

أما الدكتور صدقي نور الدين محمد فإنه في دراساته لأسباب القلق التنافسي واعتمادا على نظرية قلق المنافسة التي تفترض أن أي عنصر موجود في الموقف التنافسي الموضوعي أو الخارجي هو سبب لإدراك الفرد للتهديد. وبذلك فهي تعطي مساحة كبيرة للمثيرات المسؤولة عن حدوث حالة القلق،...ومع ذلك استطاع تحديد جانبان هامان مسؤولان عن حدوث حالة القلق لدى الرياضيين هما:

1. عدم تأكد الرياضي من نتيجة المنافسة.

2. أهمية نتيجة المنافسة بالنسبة للفرد الرياضي.²

ولكن رغم هذا التوكيد الذي يتقدم به بعضهم إلا أن السؤال الذي قد لا يتفق معه آخرون حول ما إذا كانت المقابلة تؤدي إلى تغيير في حالة القلق لبعض الأفراد ؟ وإذا كان هذا التغيير يختلف من أفراد لهم سمة القلق المرتفع بالمقارنة بآخرين لهم سمة قلق منخفض.

¹. Item, (p65).

². د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص 253).

ففي بعض الدراسات بما فيها دراسة ك

شيبليبرغر لم تكن نتائجها مؤكدة تمام التأكيد.

خصائص القلق:

فطري ومكتسب:

من الملاحظات الكثيرة التي أجريت حول موضوع القلق من طرف العديد من الباحثين في ميدان علم النفس بصورة عامة يمكن أن نستنتج أن القلق فطري نظرا لارتباطه بشخصية الفرد وبالانفعال وخصوصا بالمزاج الذي يعتبر استعداد فطري، إذ يصدق هذا الكلام على القلق كسمة لأن الشخصية في جزئها الأساسي هي فطرية قد تتطور فيما بعد نتيجة للتربية والتنشئة الاجتماعية. والأم الحامل هي أولى من يحس بذلك من خلال الحركات التي يقوم بها الجنين في بطنها.

ينمو ويتطور:

ونظرا لأنه فطري فإنه لا يبدأ من لا شيء، فيبدأ قليلا ثم ينمو ويتطور نتيجة لبعض الظروف والعوامل الداخلية والخارجية.

غير ثابت:

ونظرا لأنه مكتسب وينمو فإنه سوف يتصف بعدم الثبات وعدم الاستقرار حتى يصبح جزءا من شخصيته وقد يتطور إلى ما لا يحمد عقباه.

¹.R.Thomas, Op cité, (65).

العوامل المؤثرة في القلق:

كما ذكرناه سابقا بأن القلق يتميز ببعض الخصائص وهي أنه غير ثابت ودوما في تغير وقد يكون فطري ومكتسب في نفس الوقت وذلك نتيجة للعوامل التالية:

أ. العوامل الداخلية (البيولوجية):

ليس في نيتنا حصر كل العوامل التي تؤثر في ظاهرة القلق نظرا لأنه ليس هذا هو الهدف من دراستنا بل للتعلم أكثر في هذه الظاهرة والتعرف عليها وذلك بالإشارة إلى بعض الجوانب المؤثرة فيها ، ومن بين هذه العوامل ما يلي:

1. الوراثة:

إذا كنا قد أدلينا في الفقرات السابقة بأن القلق قد يكون فطري في الإنسان، فلا بد إذن من الإقرار بأن الوراثة لها دور في ذلك وهي المسؤولة على جيلته، وقد نتعمق في تفسير ذلك بشرح دور الجينات في توريث الصفات البيولوجية والسلوكية من جيل لآخر.

2. الهرمونات:

تعتبر الإفرازات الهرمونية عنصر من العناصر البيولوجية التي تلعب دورا هاما في حياة الفرد، فتتحكم في سلوكه وتصرفاته فتعمل على توجيهه وهو ما يلاحظ على الفرد أثناء الانفعال في مواقف معينة.

3. العمر:

من المعروف أن الإنسان ينمو جسدياً

المواقف المختلفة التي قد تتكرر وتعاد مراراً. ولذلك يؤكد Cratty بان القلق يغير

بتغير عمر الإنسان. فهي ترتفع بين 10 - 20 سنة، لكن ويتأكد كارون Carron وبينيت

Bennett (1977) فإن الرياضة تخفض من القلق.¹

ب.العوامل النفسية:

الشعور بالإحباط:

يؤكد علماء النفس الإكلينيكي أن القلق قد يتأثر به الفرد لدى شعوره بالإحباط في موقف معين حيث يدفع به إلى الانفعال وبالتالي إلى التصرف بشكل من الأشكال قد يكون في نهايته تصرفاً غير مسئول نظراً لزيادة التوتر النفسي ووصولاً إلى الاضطرابات السلوكية المعقدة.

الاستثارة:

إن القلق الذي يظهر في الإنسان لا بد أن يكون له ما يبرره ، فغالبا ما تكون الاستثارة هي السبب في ذلك، إما أن تكون استثارة موضوعية مثل تلقي سلوكيات عنيفة من الخصم أو عدواناً بمختلف أنواعه، وقد تكون غير موضوعية وغير مبررة حيث يتخيل للفرد أنه محل هجوم أو محاولة اعتداء عليه.

¹.R.Thomas, La préparation psychologique du sportif, OP cité(p23).

الخوف من الفشل:

عندما يقبل الفرد على ممارسة الرياضة ويطمح أن يحقق انتصارات أو نجاحات في ميدان من ميادين الرياضة المختلفة فإنه سوف لن يصل دائما إلى مبتغاه وقد يؤدي به إلى الفشل. لكن إحساسه بعدم القدرة على تحقيق النجاح هو أخطر من ذلك حيث تسيطر عليه فكرة الفشل فتدفع به إلى القلق.

ج.العوامل الخارجية:

تغير المواقف: حيث أنه لا يمكن أبدا أن تحدث نفس المواقف في نفس الظروف تماما رغم تشابهها وتكرارها المتعدد.

الوقت: إن مستوى القلق يتغير مع الوقت المرتبط بدوره بالمنافسة، حيث أنه يرتفع قبلها ويزيد في البداية لينخفض أثناءها ثم يعود للارتفاع بعد ذلك.

وأخيرا ننتهي بالقول أنه رغم محاولتنا تحديد عوامل القلق في المجال الرياضي إلا أنه لا بد بل ومن الضروري تحديد العناصر المتضمنة في العملية التنافسية حتى نستطيع فهم القلق وبصورة كاملة في المواقف التنافسية. ولذلك يعرض الدكتور صدقي نور الدين محمد¹ أربعة مكونات لهذه العملية التنافسية وهي:

أ. موقف المنافسة الخارجي.

ب. موقف المنافسة الذاتي.

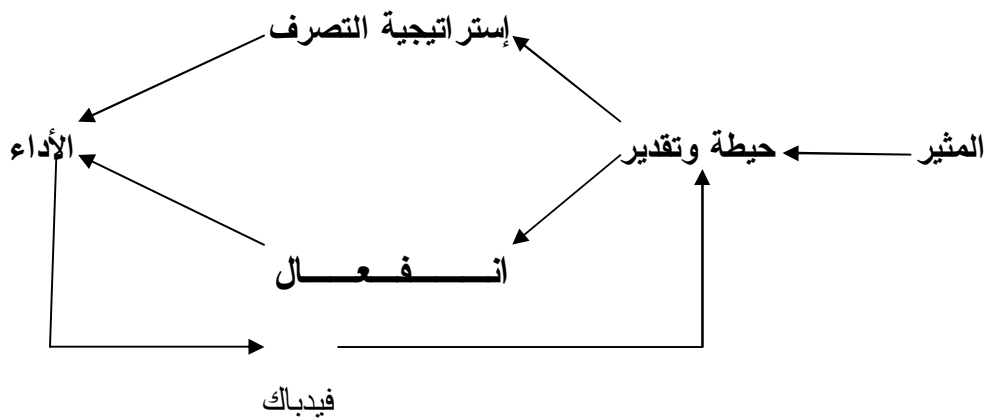
¹.د.صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص244).

ج. النتائج.

د. الإستجابة.

تأثير القلق على الأداء:

مما لاشك فيه، وبتوكيد كثير من علماء النفس الرياضي الذين ما فتئوا يبحثون في موضوع الضغط والقلق ومدى تأثيره على الأداء لكنهم لم يصلوا إلى نتائج حاسمة ومع ذلك فقد ساهموا في تسليط الضوء على الموضوع بهدف مساعدة الرياضيين على تعبئة الطاقة النفسية حيث ظهر حديثاً مصطلح جديد هو إستراتيجية التصرف , باللغة الإنجليزية Coping، ويقصد به الطرائق التي يعتمدها الفرد بصورة عامة أو الرياضي لمواجهة كل أنواع الضغوط. وهو ما يصوره ريموند توماس في الشكل رقم (3) التالي:



الشكل رقم(3) يبين تأثير الضغط على الأداء.¹

ويذهب آخرون في تفسير تأثير القلق على الأداء بالاعتماد على نظريتين أساسيتين هما :

¹ Lazaros(1976), in Raimond Thomas, la préparation psychologique du sportif. Op cité.(p27)

أ. نظرية الدافع:

في البداية رأى علماء النفس ومن بينهم سبينس وسبينس سنة 1966 العلاقة بين الاستثارة والأداء على أنها خطية مستقيمة مباشرة، لذلك سميت بنظرية الدافع لأنه كلما زادت استثارة الفرد أو قلق الحالة زاد أدائه وكلما كان الرياضي أكثر تنشيط *Psyched up* كلما كان الأداء أفضل. والملاحظ أن معظم الرياضيين يتذكرون أنهم لا يؤدون جيدا عندما يكونوا قلقين، وهو ما يؤكد مؤخرًا في كتاباتهم كل من مارتنس وفيلي وبرتن 1990.¹

وتبعًا لذلك واعتمادًا على نظرية الدافع التي يستخدمها راجونك 1965، لإظهار أن وجود الآخرين يزيد من استثارة أداء المؤدى وأن هذه الاستثارة المترابطة والتي هي في الواقع دافعا تزيد أو تظهر وتنتج الإستجابة السائدة للمؤدى. أي أنه عندما يؤدي الناس بصورة جيدة مهارات بسيطة أو متعلمة فإن الإستجابة السائدة تكون صحيحة أي أداء ايجابي. واعتمادًا على نظرية الدافع نستنتج نظرية التسهيل الاجتماعي التي تفيد بأن الجمهور يعيق الأداء في المهام المعقدة أو الغير متعلمة بصورة كاملة ويحسن الأداء في المهام البسيطة أو التي تم تعلمها بصورة جيدة من قبل.²

ب. نظرية U المقلوبة:

لقد حاول بعض علماء النفس الرياضي ومنهم لاندروز ولو تشر سنة 1986 اللذان يعتقدان أنه في مستويات الاستثارة المنخفضة فإن السلوك أو الأداء سوف يكون تحت

¹. د. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، سبق ذكره، (ص 240).

².. المرجع السابق، (ص 240).

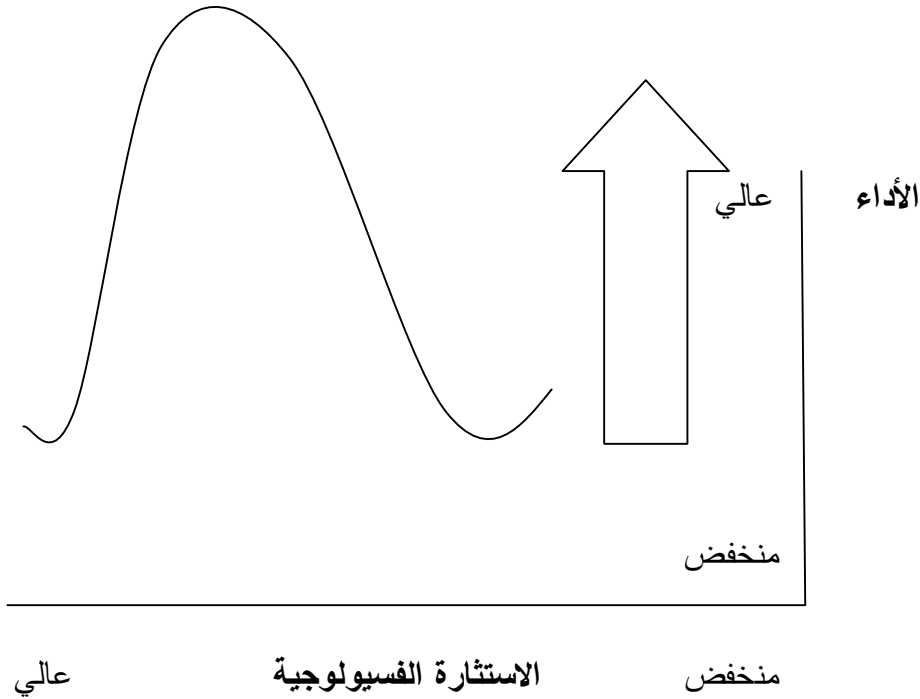
المتوسط. ويكون الرياضي غير معبأ أو من

إلى نقطة مثالية يحدث عندها أفضل الأداء. لكن الريادات الاخرى في الاستنارة تؤدي بالأداء

إلى الانخفاض، تطبيقاً للمثل القائل : كل ما زاد عن حده انقلب إلى ضده.

وهذا الرأي يمكن أن يمثل بواسطة الحرف في اللغة اللاتينية U المقلوبة التي تعكس الأداء

العالي مع مستوى أمثل للاستنارة وأداء أقل مع استنارة منخفضة أو عالية جداً.¹



الشكل رقم (4) يمثل U المقلوبة والعلاقة بين الاستنارة والأداء.

ذلك ما يؤكد ريموند توماس في كتاباته استناداً لأبحاث كانوت 1968 حيث يقول

بأن القلق يسهل أداء المهام البسيطة لكنه يعمل على توترها في المهام المعقدة التي يكون

فيها أداء القلقين تحت الضغط أقل من غير القلقين.¹

¹. نفس المرجع، (ص 241).

وأخيرا نستخلص من كل ما سبق واعيته

علاقة القلق بالأداء أنه لا بد من أخذ الأمور بأوساطها فكما يقول ريموند نوما ان المستوى المتوسط للقلق يعتبر كعامل للنجاح الرياضي بينما المستويين الضعيف والمرتفع يعتبران كعامل مقيد للأداء « Un niveau modéré d'anxiété apparait comme un facteur de réussite et un niveau élevé ou faible comme un facteur limitant ».²

قياس القلق:

1. اختبار قلق المنافسة الرياضي (Sport Compétition Anxiety Test)

:« SCAT »

أنشأه مارتنس Martens وهو وسيلة للتقدير الكمي لمعرفة قدرة الفرد على إدراك مدى خطورة موقف المقابلة الرياضية وكيف يواجهها .

لقد استطاع هذا الباحث من خلال العديد من الدراسات المخبرية والميدانية التي كانت تهدف إلى تحديد صدقه وثباته أن يتوصل إلى استنتاج ثبات هذا الاختبار في التنبيه ببعض قلق الحالة في المنافسات الرياضية.بينما يبقى مجال الشك واسع فيما يخص الصدق التنبؤي بين نتائج هذا الاختبار والأداء الذي يتحصل عليه الفرد في الرياضة.³

2. اختبار القلق التنافسي الرياضي:

¹ .R.Thomas, la psychologie du sport de haut niveau. OP cité(p61).

².Item, (p.66).

³ Item, (p67).

يتكون اختبار القلق التنافسي لصاحب

مقياس القلق كسمة:

هو قياس الفروق الفردية في قلق السمة التنافسي، أي مدى استعداد الرياضي للاستجابة للمواقف الرياضية التنافسية بمستويات مختلفة من شدة حالة القلق. والصورة (أ) تخص الرياضيين الذين يفوق سنهم 14 سنة سواء أكانوا ذكورا أم إناثا.

مقياس القلق كحالة:

وهو الصورة المختصرة لمقياس القلق كحالة لشيبيلبرجر، ويهدف لقياس قلق الحالة في المواقف العامة ، وأيضا استجابات قلق الحالة سواء قبل أو أثناء أو بعد المنافسات أو التدريبات الرياضية.

1. دراسة فينيز وايبشتاين (1967) Fenz & Epstein¹:

لقد حاول هذان الباحثان معرفة تأثير عمليات التعلم على مستوى حالة القلق أو الخبرة المتنامية في مواقف الحركة. ولأجل ذلك درسا مجموعة من المظليين ذوي الخبرة وعديمي الخبرة وذلك بدراسة تغيرات ضربات القلب والتنفس وسيرورة البشرة بين وقت وصولهم للمطار ووقت قفزهم من الطائرة. فحسب رأيهم كل هذه القياسات الفسيولوجية تشير إلى وجود حالة القلق.

2. دراسة فاينبيرغ وهانت 1976 Weinberg & Hunt²:

في محاولة دراستهما لأثر القلق على الأداء قسما عينة من الرياضيين الى مجموعتين تتميز الأولى بقلق السمة بينما لا تتميز الثانية بالقلق، ثم طلب منهما أن يقذفا الكرة على هدف معين. فكانت النتائج أن المجموعة التي لا تتميز بالقلق كانت أكثر نجاحا في إصابة الأهداف من المجموعة القلقة التي أخطأت كثيرا.

وبالاعتماد على جهاز تسجيل الموجات الإلكترونية للدماغ (EMG) حاولوا في نفس الوقت تسجيل النشاط الكهربائي للعضلات المسؤولة على عملية القذف. فكانت النتيجة أن القلقين كانوا يقذفون الكرة بطريقة مخالفة لغير القلقين وهو ما يفسر عدم نجاحهم في إصابة الأهداف.

¹.Fc Bakker, Psychologie et pratique sportives, (p76).

².Item,(p75).

3. دراسة كروول (1979) Kroll

في دراساته العديدة حول القلق يستنتج هذا الباحث أنه يوجد لدى الرياضيين قلق أقل من غير الرياضيين. وهذه الملاحظة تشير لديه أنه بإمكان الرياضيين السيطرة على القلق أو التقليل منه.

4. دراسة آدم و فيرنغن (1983) Adam & Van Wieringen²:

لقد حاول هذان الباحثان دراسة تأثير القلق على دقة رمي الكرة لدى طلبة التربية البدنية. ولأجل ذلك كونوا ثلاث مجموعات حسب النتائج المتحصل عليها أي الأقوياء والمتوسطين والضعفاء.

فكانت الفروق غير دالة بين المجموعات الثلاث عند رمي الكرة خلف الظهر وعندما يخبأ مركز الهدف بتوقيت مع عملية الرمي. وحسب رأيهم فإن عينة البحث كان يصعب عليها عملية تزامن الرمي مع تغيير في المحيط عوض التفكير في الرمي الجيد، وبذلك كانوا أكثر حساسية للقلق. وفي تحليل أعمق لمعطياتهم توصلوا إلى أن تدهور الأداء ينتج عن الآثار المعرفية وليس عن الآثار الجسمية لحالة القلق.

¹ .R.Thomas, op cité (p65).

² , Item, (p76).

5. دراسة مارفن ¹: Marvin

بالاعتماد على المنهج الوصفي، قام مارفن بدراسة بهدف التعرف على تأثير سمة القلق ومعرفة النتائج والقدرة الحركية على الأداء النهائي للمهارات الحركية. طبق خلالها الباحث على عينة من الأفراد قوامها 592 طالبا، مقياس قلق السمة لشيبيلبرجر ، فأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية بين كل من سمة القلق وتعلم المهارات الحركية لإضافة إلى عدم تأثر سمة القلق والقدرة الحركية على كمية التعلم للمهارات الحركية.

6. دراسة مارتينز وسيمون Martens & Seimon:

قام هذان الباحثان بدراسة العلاقة بين القلق كسمة والقلق كحالة في المنافسات الرياضية. حيث طبق اختبار قلق المنافسة الرياضية مارتينز وقائمة الحالة الأصلية لشيبيلبرجر على عينة قوامها 115 طالبا متخصصين في الملاكمة بجامعة الينوى [الولايات المتحدة الأمريكية]. لقد أسفرت نتائج الدراسة على وجود ارتباط دال إحصائيا بين اختبار قلق المنافسة الرياضية ودرجات حالة القلق العادية في الموقف المطمئن، بالإضافة إلى وجود ارتباط دال إحصائيا بين اختبار قلق المنافسة الرياضية ودرجات حالة القلق قبل الامتحان في الموقف الضاغط.

¹ . C. Marvin, The influence of triait anxiety Knowiedge of results and physical working capcity upon the amonts of Learning of Motors skills, diss.abst.vol.34, pp9-10, 1974.

7. دراسة نجاح التهامي:

لقد درست هذه الباحثة القلق لدى الرياضيين وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة بهدف التعرف على الفروق بين مجموعة الألعاب الجماعية ومجموعة المسابقات الفردية في قلق السمة وقلق الحالة، واستخدمت الباحثة ضمن المنهج الوصفي على قائمة الحالة والسمة لشبيلبرجر ومقياس القلق الصريح لتايلور.

فأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائية في كل من قلق السمة وقلق الحالة بين الرياضيين في الألعاب الجماعية والمسابقات الفردية لصالح المسابقات الفردية. وأيضاً أظهرت النتائج وجود ارتباطات إيجابية دالة إحصائية بين قلق السمة وقلق الحالة لدى الرياضيين في المواقف التنافسية.

8. دراسة أحمد عبد العزيز السنتريسي:

لقد أجرى هذا الباحث دراسة قام فيها بمقارنة بعض المتغيرات النفسية لدى لاعبي المنازلات الفردية في المصارعة والجيدو والكاراتيه. وعلى عينة قوامها 180 لاعبا من المنتخب القومي درجة أولى، و180 لاعبا ناشئ عمرهم أقل من 16 سنة. وبالاعتماد على المنهج الوصفي استخدم الباحث مقياس حالة القلق في المواقف التنافسية ومقياس سمة القلق في المنافسات الرياضية.

لقد أسفرت نتائج الدراسة على وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبي المستويات العليا في المصارعة والجيدو والكاراتيه في سمة القلق لصالح لاعبي المصارعة. وبين لاعبي الجيدو والكاراتيه لصالح لاعبي الجيدو. كما دلت الدراسة على وجود فروق دالة إحصائية بين عينة

المنازلات الفردية للناشئين مجتمعة وعينة

درجة حالة القلق لصالح لاعبي المنازلات الفردية للناشئين. كما اظهرت النتائج ايضا وجود

ارتباط موجب بين سمة القلق وحالة القلق لدى لاعبي المستويات العليا والناشئين للثلاث

رياضات مجتمعة.

9. دراسة حمدي محمد عجوة:

لدراسة القلق وعلاقته بالتحصيل الحركي والعلمي لطلاب كلية التربية الرياضية للبنين

بالقاهرة على عينة 233 طالبا، مستخدما فيها المنهج الوصفي ومعتمدا على مقياس القلق

كسمة وكحالة لشيبليبرجر .

فأسفرت النتائج عن وجود فروق غير دالة إحصائيا بين المتوسط الحسابي لدرجات

الطلاب طبقا للمستويات الثلاثة لقلق الحالة في المواد الحركية.

كما أظهرت النتائج وجود فروق غير دالة إحصائيا بين المتوسط الحسابي لدرجات

الطلاب طبقا للمستويات الثلاثة لقلق السمة في المواد العملية.

وكذلك أظهرت الدراسة وجود فروق غير دالة بين كل من مستوى قلق السمة ومستوى

قلق الحالة وبين التحصيل العملي.

10. دراسة محمد عبد العزيز غنيم:

لقد حاول هذا الباحث دراسة القلق كسمة وكحالة وعلاقته بنتائج المباريات في الملاكمة،

بهدف إيجاد العلاقة بين القلق كسمة وكحالة ونتائج المباريات في الملاكمة والتعرف على

الفروق بين الملاكمين من الدرجة الأولى

من الدرجة الأولى و91 ملاكما من الناشئين.

واعتمادا على اختبار قلق المنافسة الرياضية SCAT لمار تنز، أسفرت نتائج البحث عن وجود فروق دالة إحصائيا في قلق الحالة بين ملاكمي الدرجة الأولى والملاكمين الناشئين لصالح ملاكمي الدرجة الأولى، بينما تظهر فروق دالة بين القلق كسمة. كما توجد علاقة طردية دالة إحصائيا بين القلق كسمة والقلق كحالة لدى كل من ملاكمي الدرجة الأولى والملاكمين الناشئين.

الخاتمة:

لقد حاولنا في الفقرات السابقة الإلمام بموضوع القلق في ميدان الرياضة دون التطرق إليه عند الأفراد العاديين حيث يختلف عند الرياضيين كونه قد يكون حالة وقد يكون سمة من جهة، ومن جهة أخرى قد يكون ايجابيا وقد يكون سلبيا.

وفي ذلك السياق طرحنا أسبابه وعوامله وكيفية تأثيره على الأداء لنتوصل في الأخير إلى أنه لا بد من أخذ القلق مأخذاً متوسطاً لنتمكن من الاستفادة منه في سلبياته وإيجابياته، حيث أنه أصبح من بين المواضيع المهمة والحساسة في دراسة مستوى الرياضيين وتسطير البرامج التي تساعد الرياضيين على حل مشاكلهم الانفعالية ومساعدتهم على مواجهة الصعاب.

الفصل السادس: الثقة

LA CONFIANCE EN SOI (أو الثقة الرياضية)

تمهيد

تعريف الثقة النفسية (الرياضية).

أنواع الثقة الرياضية: – كسمة.

– كحالة.

العلاقة بين الثقة الرياضية كسمة وكحالة.

مظاهر الثقة الرياضية.

الأسس النظرية للثقة الرياضية.

خاتمة.

تمهيد:

سوف نتناول في هذا الفصل مصطلح نفسي آخر اعتمده علماء النفس في كثير من ميادين علم النفس وخصوصا علم النفس الإكلينيكي لاعتبارات كثيرة ومن بينها اعتباره أساس التوازن النفسي.

وبما أننا في مجال الرياضة يفضل المختصون استعمال مصطلح الثقة الرياضية للتمييز بينه وبين الثقة النفسية العادية. وهو ما سنحاول تقديمه في الفقرات الموالية مع العلم أن الكتابة في هذا الموضوع قليلة سواء باللغة العربية أو اللغات الأجنبية.

فسنعرف الثقة الرياضية بصورة عامة ثم نعرفها كسمة وكحالة وبعد ذلك نلج بعض تفاصيلها من الأشكال والأسس النظرية التي درسها بعضهم بشكل خاص.

وفي الأخير لا يسعنا إلا أن نلفت الانتباه إلى أننا لم نعثر من خلال بحثنا الببليوغرافي عن دراسات سابقة في الموضوع رغم أن بعض الباحثين حاولوا دراسة هذا المفهوم بطرائق علمية حديثة.

تعريف الثقة النفسية:

قبل الولوج في الموضوع يجب تحديد بعض المفاهيم المرتبطة به وسنجملها في بعض الكلمات التي قدمها الباحث في علم النفس جو آن بونوا في إحدى محاضراته الغير منشورة وهي باختصار شديد:

Quelques définitions (tirées de la conférence sur l'estime de soi de Joe-Ann Benoît)

- Image de soi : représentation mentale qu'un individu se fait de lui-même, de sa valeur, etc.
- الصورة الذاتية هي التصور العقلي للفرد عن نفسه وقيمه.
- Estime de soi : sentiment plus ou moins favorable que chaque personne éprouve envers elle-même.
- التقدير الذاتي هو الإحساس الإيجابي الذي يشعر به الفرد عن نفسه.
- Confiance en soi : assurance dans ses capacités.
- الثقة في النفس هي ثقة الفرد في قدراته.

في علم النفس الرياضي:

أخذ علماء النفس الرياضي مفهوم الثقة النفسية لأجل تطبيقها في المجال الرياضي محاولة منهم الوصول إلى التوافق النفسي، ولأجل ذلك فعند التطبيق الفعلي تناولوا مفهوم الثقة الرياضية لأنه يعبر أكثر على الثقة النفسية في المجال الرياضي. وعلى هذا الأساس يعرفه د. صدقي نور الدين محمد بأنه: "درجة التأكد أو الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة".¹

¹ د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص36).

ونلاحظ من خلال هذا التعريف بأن

للرياضة يأخذ أهمية كبيرة في نفوسهم

والتركيز.

لكن النجاح حسب قول هذا الباحث يختلف معناه من فرد لآخر، كما سنشرحه في فصل النجاح الرياضي وللتوضيح أكثر فإن ما يعتبره أحدهم نجاحا قد لا يعتبره الآخرون كذلك. فقد لا يكفي هذا المفهوم لتفسير ظاهرة النجاح الرياضي بشكل واضح.

ولهذا أصبح من الضروري إدماج على الأقل مفهوما آخر لنموذج الثقة الرياضية وهو مفهوم التوجه التنافسي (Orientation compétitive).

هل الثقة بالنفس مهارة نفسية؟

عند محاولته لشرح معنى الثقة النفسية يصطدم أحد الباحثين بصعوبة تحديد مجال هذه الظاهرة، ولذلك يطرح سؤالاً مهماً وهو: هل الثقة بالنفس مهارة نفسية؟

الثقة بالنفس مهارة نفسية هامة في المجال الرياضي، حيث تعرف المهارة بأنها: قدرة الفرد الرياضي على عمل شيء أو أدائه، وهذا الشيء يمكن تعلمه بدقة وفاعلية، وينطبق هذا التعريف على الثقة بالنفس. فهي ليست مجرد صفة نفسية يتصف ويتميز بها رياضي دون الآخر، ولكنها مهارة نفسية تتأثر بكل من الإعداد الثقافي الرياضي الذي يتضمن: المستوى التنافسي، ومناخ الدافعية، والأهداف الخاصة للبرامج الرياضية. كما تتأثر أيضا بالسمات المميزة للرياضي، كالتقييم والاتجاهات، والتوجه التنافسي، والعمر.

لذا فهي مهارة نفسية يمكن اكتسابها وتحسين وتطوير مستوياتها من خلال الممارسة الرياضية الحادة، وإتباع الخطوات العلمية المقننة خلال عملية التدريب التي تتيح للرياضي

اكتشاف قدراته النفسية، واكتساب تحمل من
المطلوب، وتراكم خبرات النجاح لديه والتو.

أما ميشال بووي M. Bouet فيحاول أن يوضح قيمة الثقة النفسية من خلال نشاط الفرد
حيث يقول: " الحاجة إلى الحركة وتصريف الطاقة ليست إلا مادة ومحرك للعب مع الجسم ،
فإذا أظهرت متطلبات شخصية النشاط الذي يستحق أن يحمل اسم الرياضة فلا بد أن يكون
من خلال مفهوم الثقة النفسية واعتبار قيمتها".²

فالرياضة على حد قوله هي مرآة المجتمع الحديث، ألا تتبني ثقافتنا الحالية أساسا على
الثقة الذاتية؟ ففي الرياضة ن فكر مباشرة في رغبتنا في النجاح والتمني بأخذ مكانة الأبطال
لكن هناك جوانب أخرى تستقطب اهتمام الرياضيين وهي الصراع ضد الطبيعة ومواجهة
المخاطر.

أنواع الثقة الرياضية:

انطلاقا من المفهوم الأساسي للثقة النفسية التي حاولنا تفسيرها في الفقرات السابقة فإن
علماء النفس الرياضي يؤكدون على أن الثقة الرياضية تنقسم إلى نوعين هما:

الثقة الرياضية كسمة:

¹.نفس المرجع ، (ص 53).

².Michel Bouet, OP cité, (P 45).

يعرفه د. صدقي نور الدين بأنه: "درجة

مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة

الثقة الرياضية كحالة:

ويضيف في تعريفها كحالة بقوله: "هي درجة التأكد أو الاعتقاد عند اللاعب في توقيت

معين عن مدى قدرته على تحقيق النجاح في الرياضة".

العلاقة بين الثقة الرياضية كسمة وكحالة:

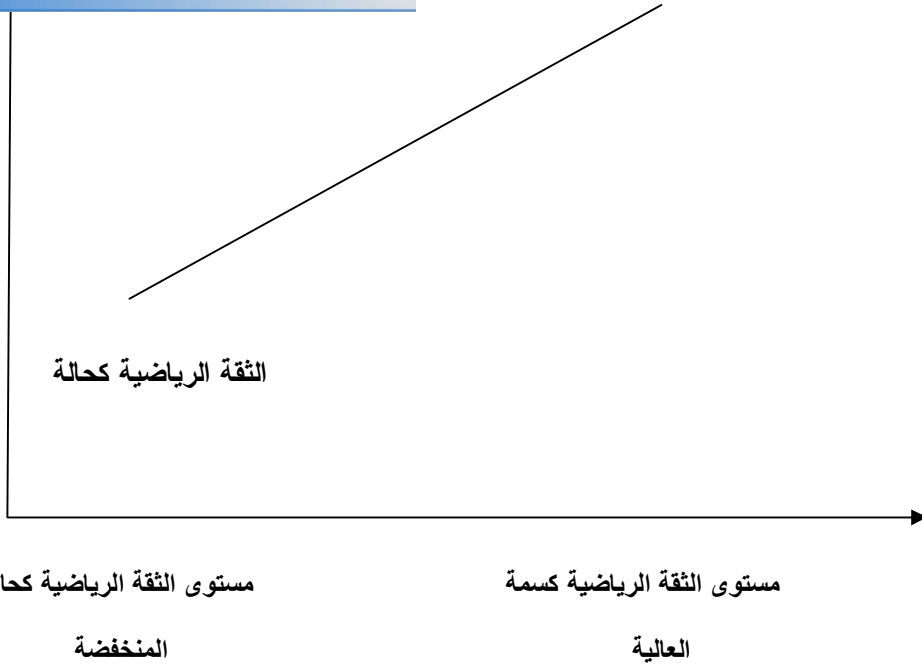
من خلال التعريفات التي قدمت لمفهوم الثقة الرياضية باعتبارها سمة أي أن الرياضي يستعمل هذا المفهوم طول حياته الرياضية وذلك بإدراك قدراته وإمكانياته البدنية والفنية من جهة، ومن جهة أخرى الثقة الرياضية كحالة أي إدراكه لقدراته وإمكانياته في أوقات معينة وبالخصوص أثناء المنافسات الرياضية، يمكننا أن نتساءل هل توجد علاقة بينهما؟

وعلى هذا السؤال لا يسعنا إلا أن نجيب بنعم وذلك عند تحليلنا لهذين المفهومين ندرك

أن هناك علاقة تربط بينهما. ولذلك يحاول الدكتور صدقي نور الدين محمد أن يشرح هذا

الارتباط باعتباره علاقة سببية والتي حاول أن يتصورها في الشكل التالي:

¹. د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص39).



الشكل رقم (5) يوضح العلاقة بين الثقة الرياضية كحالة والثقة الرياضية كحالة.

يوضح هذا الشكل:

1. أنه كلما زادت الثقة الرياضية كحالة لدى اللاعبين، أدى ذلك لزيادة حالة الثقة

الرياضية لديهم في الموقف الرياضي التنافسي، وهذا يعني أنه توجد علاقة ايجابية

بين الثقة كحالة والثقة كحالة.

2. أن الرياضيين الذين تكون سمة الثقة الرياضية لديهم عالية، سوف تكون حالة الثقة

بأنفسهم في الموقف التنافسي أعلى من الرياضيين الذين تكون الثقة الرياضية لديهم

منخفضة.

وعليه يمكن فهم مدى التكامل بين الطاقة البدنية والنفسية التي يمكن من خلالها الوصول

إلى الحالة النفسية والبدنية المثلى . (Optimal Psychophysical state) فعندما يفقد

الرياضي المقدار الملائم من الطاقة النفسية

(Psych –up) بمعنى تحفيز واستثارة الدافع

جداً لدى الرياضي بسبب القلق ، الغضب مثلاً فأن من الضروري تهدئته والبحث عن

الأساليب الملائمة لذلك.¹

مظاهر الثقة الرياضية:

رغم أننا نتحدث منذ بداية هذا الفصل عن الثقة الرياضية والتي أصبحت أكثر وضوحاً لدينا، فنحاول دوماً تقديم معلومات لنستفيد منها أكثر في تفسير هذه الظاهرة.

ومن بين العلماء الذين حاولوا تحديد مظاهر الثقة الرياضية بعد خبرة طويلة في علم النفس الرياضي، ونخص بذلك ما كتبه ميشال بووي Michel Bouet والذي سنحاول تلخيصه فيما

يلي:²

1. ميل الأنا لاكتساب الإحساس بالوجود.

2. الفرد الذي يمارس الرياضة يمكنه البحث واكتشاف نفسه.

3. الميل إلى تحقيق الذات والتعبير بالرياضة .

4. عند بعض الممارسين نلاحظ أن لديهم ميل للبحث في الرياضة عن تحسين الطبع أو خلق شخصية تخرجهم من المعتاد.

5. الحاجة إلى بغية الاعتراف بهم :

¹ Internet (conférence sur l'estime de soi de Joe-Ann Benoît), www.psy.com).

² .Michel Bouet, op cité, (pp47-48).

- الحاجة إلى تقبلهم من طرف الآخر
- الحاجة إلى تقبل مرتبة معينة .
- الحاجة إلى قبولهم من طرف المدرب.

الأسس النظرية لدراسة الثقة الرياضية:

من الباحثين الذين حاولوا التطرق إلى هذا المجال بشكل أكثر موضوعية نذكر الباحثة روبين فيالي¹ Robin S.Vialy والتي اهتمت في بناء نموذجها للثقة الرياضية على ثلاث نظريات هي:

1. نظرية باتدورا Bandora : (1977):

تعتمد هذه النظرية على مفهوم كفاءة الذات كشرط أساسي للأداء في المواقف التنافسية، أي اعتقاد الفرد أنه كفء ويستطيع إنجاز مهمة ما بنجاح وفعالية.

2. نظرية هارتر Harter (1978):

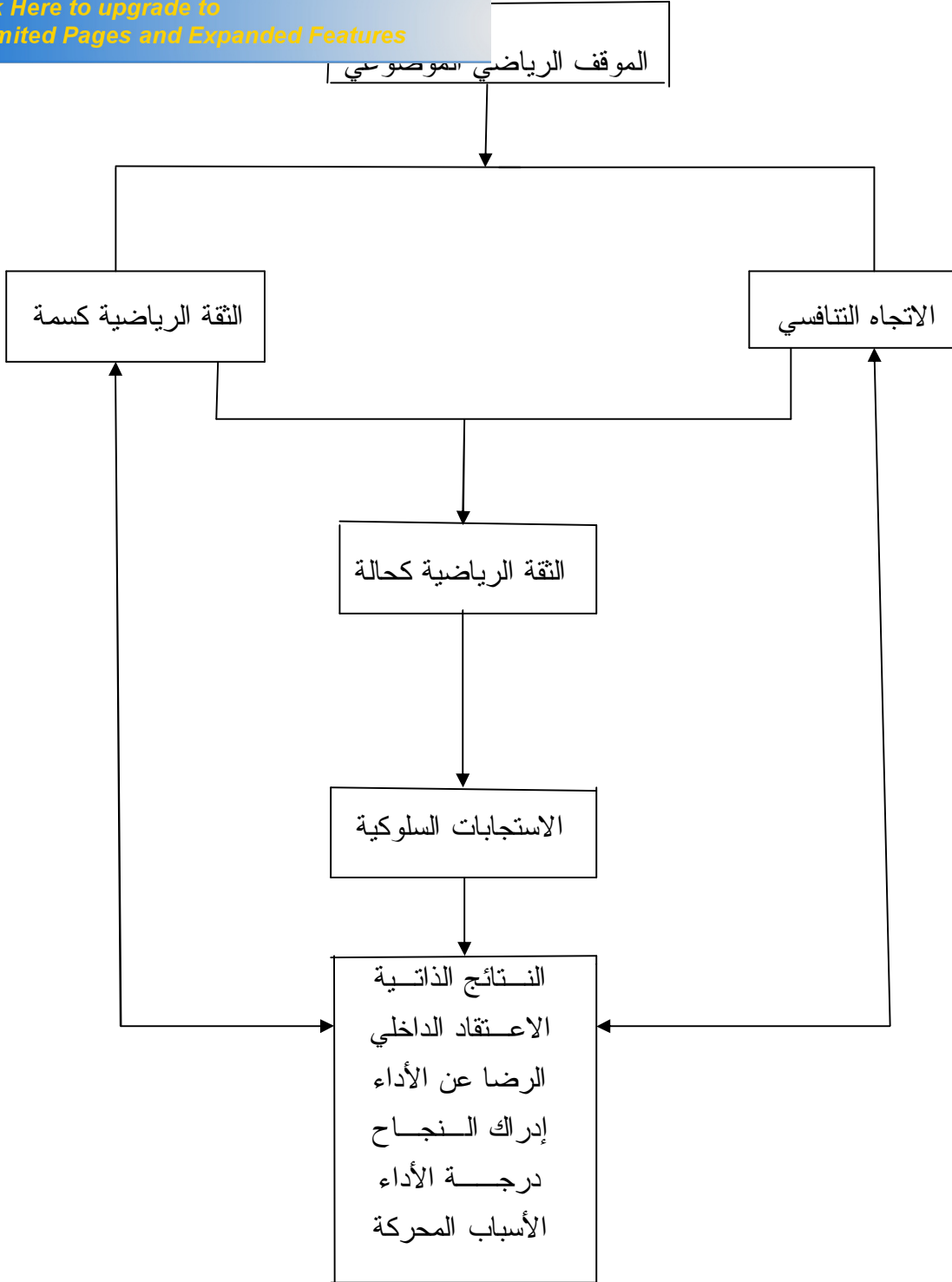
وهي الوحيدة التي تهتم بوصف وشرح والتنبؤ بلماذا يكون الأفراد من نوعين للاشتراك في مجالات الإنجاز بشكل خاص. حيث توضح أن الأفراد يكونوا مدفوعين لكي يكونوا أكفاء في مجالات الإنجاز المعرفية، والبدنية، والاجتماعية من منطلق الشعور بالكفاية وتحمل المسؤولية عند محاولات نجاحهم وفشلهم.

¹. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص ص 31-33).

3. نظرية إدراك القدرة لنيكولس (1980) Nicholls:

تهتم هذه النظرية بتوضيح العلاقة بين إدراك الرياضي لقدرته ومدى صعوبة الهدف (الواجبات) الذي يتجه الرياضي إليه لتحقيقه، بمعنى آخر توضح أن الأهداف التي يتجه الرياضي لإنجازها تتأثر بمعرفته وإدراكه لقدراته أي التمييز بين توجه الفرد الرياضي نحو الذات وتوجهه نحو المهمة وإدراكه لقدرته.

وهو ما أدى بالباحثة روبين فيالي سنة 1986 إلى إنشاء وبناء نموذج لمفهوم الثقة الرياضية يقوم على التفاعل الداخلي بين مكوناته، ونوع النشاط الرياضي والتميز بين سمات وحالات الشخصية، والعلاقة المتبادلة بين السلوك والفروق الفردية بين الرياضيين. والتي يوضحها الشكل التالي:



الشكل رقم (6) يبين نموذج الثقة الرياضية.

الخاتمة:

لقد حاولنا في الفقرات السابقة توضيح الثقة الرياضية والتي هي في أساسها الثقة في النفس المطبقة في الرياضة فرغم أن الموضوع قد درس من طرف علماء النفس بشكل كبير إلا أنه ما زال في بدايته في مجال الرياضة.

ولذلك حاولنا تعريفه بشكل عام ثم كسمة وكحالة، وبعد ذلك لنوضح مظاهرها والعلاقة الكامنة بينهما، فالأسس النظرية التي يركز عليها بعض الباحثين لدراسة الثقة النفسية.

الفصل السابع: الطلاق النفسي

تمهيد

تعريف الطلاق النفسية:

1. كسمة.

2. كحالة.

حدوث الطلاق النفسية.

خصائص الطلاق النفسية.

خبرة الطلاق النفسية.

عوامل الطلاق النفسية.

دراسات سابقة في الطلاق النفسية.

خاتمة.

تمهيد:

كثيرا من الباحثين لا يفرقون بين مفهوم الطاقة النفسية ومفهوم الطلاق النفسية، ولذلك نجدهم يقدمون نفس التفسير في كتاباتهم للمفهومين. لكن إذا دققنا النظر والتحليل فإننا نجد أن فيهما ما يوحي باختلاف المعنى لأن الطاقة النفسية هي دوافع داخلية تدفع بالفرد لبذل أقصى جهوده للقيام بعمل معين أو نشاط رياضي ، بينما الطلاق النفسية كما سنوضحها فيما بعد هي التوازن الذي لابد أن يصل إليه هذا النشاط.

وما سنحاول طرحه في هذا الفصل هو الحديث عن الطلاق النفسية كما يعرفها المختصون في علم النفس الرياضي من خلال تعريفها وتحديد أنواعها وخصائصها وإمكانيات حدوثها وعلاقتها بالخبرة ثم لننتهي إلى الدراسات السابقة التي تطرقت إليها بالتفصيل.

تعريف الطلاقة النفسية:

يعتبر مفهوم الطلاقة النفسية في علم النفس من المفاهيم الحديثة والتي لم تحض باهتمام الباحثين رغم ما لها من أهمية لدى الأفراد وخصوصا الممارسين للرياضة. ومع ذلك نجد بعض التعريفات المقتضبة لدى بعض الباحثين والتي سنحاول طرحها في الفقرات التالية:

التعريف الأول:

يحاول الدكتور أسامة كامل راتب أن يعرف الطلاقة النفسية بقوله: "هي الخبرة الإيجابية التي تحدث عندما يكون اللاعب مرتبطا كليا بالأداء في موقف ما تتساوى فيه المهارات الشخصية مع التحديات المطلوبة لهذا الموقف."¹ وهو بهذا التعريف يفسر الطلاقة النفسية بعملية التوازن بين إمكانيات اللاعب الرياضي من قدرات ومهارات مع متطلبات الموقف الرياضي

التعريف الثاني:

أما الدكتور صدقي نور الدين محمد فيعرفها بأكثر تفصيلا بقوله: "الطلاقة النفسية هي حالة نفسية تجريبية ايجابية عالية المستوى تحدث عندما يدرك الفرد التوازن بين التحديات المرتبطة بموقف ما وقدرته الذاتية للإنجاز أو مواجهة هذه التحديات"²

1. أسامة كامل راتب ، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، ص177.

1.الدكتور صدقي نور الدين محمد، علم نفس الرياضة، سبق ذكره، (ص197).

وللتوضيح أكثر يضيف هذا الباحث إلى ن

حالة عالية للتعاون والتفاعل النفسي والعقلي ، يصبح الفرد خلالها منذ مجا تماما في النشاط.

إذن نستخلص من هذين التعريفين أن الطلاقة النفسية هي ذلك التوازن الذي يحدث لدى

الرياضي بين إمكانياته المهارية والعقلية ومتطلبات الموقف الرياضي حيث يؤدي به إلى

توازن نفسي شخصي يدل على الارتياح والاستمتاع بهذه الممارسة الرياضية.

هذا فيما يخص المعنى العام للطلاقة النفسية ، لكن بعض الباحثين يؤكدون على أن

الطلاقة النفسية تنبني على نوعين أساسيين هما:

الطلاقة النفسية كسمة: The flow trait

والمقصود بها هو ميل الفرد عادة لإدراك التوازن بين التحديات التي يواجهها خلال

الاشتراك الرياضي وقدراته الذاتية لإنجاز أو مواجهة هذه التحديات.

الطلاقة النفسية كحالة: The flow stat

والمقصود بها هي حالة نفسية ايجابية عالية المستوى تحدث عندما يدرك الفرد التوازن بين

التحديات المرتبطة بموقف معين وقدرته الذاتية للإنجاز أو مواجهة هذه التحديات.¹

حدوث الطلاقة النفسية:

يشير بعض الباحثين الذين درسوا الطلاقة النفسية بأنها سهلة التحقيق لكونها حالة نفسية

ايجابية باعتبارها مبتغى كل الرياضيين الذين يمارسون الرياضة بانتظام واستمرارية،" فيمكن

¹. د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره ، ص 210.

لكل فرد الوصول إليها عن طريق التعلم

والخبرة يكون لديهم استطاعة أو قدرات لتحصيل وإدراك طاقتهم النفسية المثلى ، أو ما

يعرف بالخبرة المثالية بل ويحسنون توجيه هذه الطاقة لتحقيق أفضل الأداء.¹

ونظرا لذلك تعتبر حالة تتأثر بالإعداد الثقافي للرياضي الذي يتضمن المستوى التنافسي،

والأهداف الخاصة بالبرامج الرياضية، وعوامل الاستعداد النفسي.

فهي إذن بهذا المعنى قابلة للاكتساب والتطوير من خلال تعلم الرياضي كيفية السيطرة

والتحكم في أفكاره ومشاعره السلبية وتعليمه التركيز على الجوانب الإيجابية المتعلقة بواجباته

الحركية والأداء.²

أما حالة الطلاقة النفسية فتحدث عندما يكون الرياضي في موقف ما ويدرك التوازن بين

متطلبات هذا الموقف وقدرته الذاتية على إنجاز هذه المتطلبات. وفي ضوء هذا التوازن تحتل

حالة الطلاقة مستوى معين ايجابي من الطلاقة النفسية الكلية الكامنة لدى الفرد تلك الطاقة

التي تعتبر أساسا لأداء الفرد لوظائفه العقلية وأساسا لقوى الدافعية لديه.³

لكن بعضهم لا يقتنع فقط بما ذكرناه فيضيف مثلا سكينر نتيمهالي(1988) : " أن الطلاقة

النفسية يكون احتمال كبير لحدوثها عندما تكون التحديات والمهارات متساوية أو عندما يكون

التحدي أعلى من متوسط مهارات الفرد.

¹. نفس المرجع، (ص 216).

². نفس المرجع،(صص 217-218).

³. نفس المرجع، (ص 207).

أما شتيرن وآخرون (1995) فيش

التي تدعم التنافس مثل المنافسات الرياضية ، كما تظهر أيضا في المجال الترويحي فضلا
عن هذا تظهر في المجالات التي تدعم التعلم حيث تكون المهارات فوق المتوسط ،
والتحديات هامة وملائمة للمرور بخبرة الطلاقة.¹

إستراتيجيات الوصول إلى الطلاقة النفسية :- Flow

تعتبر الطلاقة النفسية هي الحد الأمثل والأنسب والأكثر ملائمة لمتطلبات الأداء ويمكن أن
تحدد ثلاث مناطق أو حدود للتعبئة النفسية:

(1) يقع ضمنها الرياضي ولكل من هذه المناطق عدة إجراءات يمكن اتخاذها للوصول
إلى حدودها ،وقد حدد علماء علم النفس الرياضي استراتيجيات متعددة لتعبئة الطاقة النفسية
والوصول إلى مستوى الطلاقة النفسية التي تتوسط منطقتي التعبئة والانهياء ومن خلال
الاطلاع على تلك الدراسات والبحوث.

(2) أمكن التوصل إلى عدة استراتيجيات متفق عليها ، حيث كان موضوع الفروق
الفردية عاملاً مشتركاً اتفق عليها كل ما وقع بين أيدينا من مصادر حيث أن لكل لاعب مستوى
امتثل من الطاقة للتعبئة كذلك ضرورة تحديد الأهداف.

(3) ذلك بان تكون الأهداف واقعية مع وضع بدائل ممكنة التحقيق في حالة عدم القدرة
على تحقيق الأهداف الرئيسية.

أما Todd فتطرق إلى أن تكون الأهداف ممكنة التحدي بالإضافة إلى اتفاق مع (Bloom)
في استخدام التصور (Imegry) والاسترخاء (Relax) كأساليب

¹. نفس الرجوع، (ص208).

نفسه.

وأما Rushall فقد أكد على عدم ترك الفترة الزمنية قبل الأداء واستغلالها في تحضير

الرياضي كذلك ذكر بعدم تشجيع اللاعبين على مشاهدة نماذج للاعبين الفاشلين في الأداء.

وذهب Bill Cole ابعده من ذلك في تأكيد على نقاط القوة التي تنمي الثقة بالنفس لدى

اللاعبين معتبراً ذلك عاملاً مهماً مختلفاً مع (Todd) في تقسيم الأهداف الكبيرة إلى أهداف

سهلة التنفيذ والتحدي.

أما Tynes فأكد على أهمية السيطرة على الاستثارة وذلك من خلال عدم استخدام أي

طريقة ما لم يكن اللاعب قد مارسها سابقاً بحيث تكون مجربة وموثوقة ، أما في حالة اللعب

ضد منافس ضعيف فيجب على اللاعب رسم أو تصور أو وضع أهداف شخصية والعمل على

تحقيقها معتبراً أن اللعب ضد منافس ضعيف يضعف الاستثارة ، أما المحادثة الإيجابية للذات

فقد خصها (Bloom) بالتأكيد وأعطاه دوراً رئيسياً في التعبئة مؤكداً بأن على اللاعب

استخدام إيقاعاً ملائماً في المباراة يسهل معه محادثة الذات.

واختلف Bill cole في اعتماده على تفادي حالات الشد النفسي قبل المباراة مع

(todd)الذي أكد على ضرورة أن يتميز الإحماء بسرعة وشدة كبيرتين إلا أن (Tylor)

(يكاد يتفق مع (Bill) من خلال اعتباره أن الاستثارة الزائدة قبل المباراة تمثل مشكلة

أيضا ، ويكاد الباحث أن يتفق مع استخدام المحادثة الإيجابية للذات وتنمية الوعي الذاتي وتجنب

فرط التدريب وتوفير عامل المتعة في أجواء التدريب والمنافسة ورسم أهداف طموحة وقابلة

للتحقيق كل ذلك على وفق الحالة المميزة

اللاعبين في مستويات القلق والانفعالات والشد والتعب¹.

خصائص الطلاقة النفسية:

إن الطلاقة النفسية باعتبارها واحدا من المتغيرات الهامة في حياة الرياضي فإنه لا بد أن تحدث لدى الرياضي وأن تكون واضحة المعالم يتعرف عليها بسهولة ويسر هو أو مدربه ليتمكن من تحديد مستواها لذا كل رياضي وبالتالي للتمكن من تحديد البرنامج الذي يسيطره المدرب للرفع من مستواها إذا اقتضى الأمر ذلك.

وعلى هذا الأساس يقول الدكتور صدقي نور الدين محمد: " إن معرفة الخصائص التي تحدد وتعرف حالة الطلاقة النفسية للرياضيين ذوي المستوى العالي لا شك أنه يفيد ويساعد المدربين والمربين لتوفير وتهيئة الظروف والإجراءات الملائمة لتحقيق وتحسين الخبرة النفسية للممارسة الرياضية، على أساس أن حال الطلاقة النفسية تتحقق من خلال التعبئة لمصادر الطاقة النفسية الإيجابية مثل السعادة والاستمتاع والإثارة، فضلا عن أنها حالة من الطاقة النفسية عالية المستوى، والخالية من مصادر الطاقة السلبية مثل القلق والخوف والملل، الأمر الذي يتيح للرياضيين ممارسة خبرة الطلاقة النفسية خلال التدريب.² لكن شرط أن تتوفر بعض الأمور المرتبطة بالتدريب.

¹. <http://www.badnia.net/vb/index.php>.

². نفس المرجع ، ص200.

لكن مع صعوبة الوقوف على مظاهر

1993) Csikszentmiholyi¹ حاول أن يحدد مجموعة من الأبعاد للطلاقة النفسية نقدمها

فيما يلي:

1. التوازن بين القدرة المهارية وتحديات الموقف. Cholenge-Skill belouer.
2. الإنزماج الواعي في الموقف.
3. وضوح الأهداف.
4. وضوح التغذية الرجعية.
5. التركيز على المهمة الجارية.
6. الإحساس بالتحكم والسيطرة.
7. عدم الشعور بالذات.
8. إدراك الوقت.
9. الخبرة الذاتية.

والمعروف لذا اللاعبين أنهم في دوامة للحصول على أعلى مستوى من الطلاقة

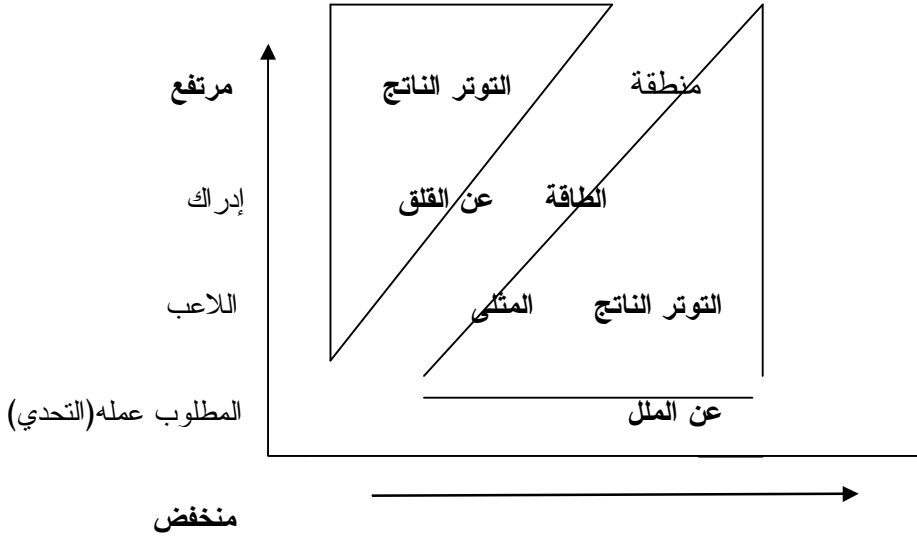
النفسية وتسمى عند أهل الاختصاص بالطاقة النفسية المثلى.

¹.نفس المرجع، ص199.

تقع منطقة الطاقة النفسية المثلى كما

والممل، وفي هذه المنطقة يكون لذا اللاعب الطاقة النفسية العالية الخالية من التوتر أو

مصادر الطاقة السلبية.¹



مرتفع أدراك اللاعب مستوى مقدرته أو مهارته منخفض

شكل رقم (7) يبين منطقة الطاقة النفسية المثلى بين توتر القلق وتوتر الملل.

لكن التعرف على خصائص الطلاقة النفسية أو أبعادها أو على الأقل مظاهرها لا بد أنه سيعود بالفائدة على اللاعبين إن لم نقل أنه الهدف الأساسي الذي يسعى إليه كل مدرب وكل لاعب وخصوصاً ذوي المستويات الرياضية العالية وهو ما يؤكد أسامة كامل راتب في قوله: "يحتاج اللاعبون إلى اكتشاف أو معرفة الخصائص المرتبطة بأفضل مقدرة عقلية لديهم أو منطقة الطاقة النفسية المثلى، وكلما استطعنا أن نتعرف أكثر على شعور اللاعبين عندما

¹.د. أسامة كامل راتب، سبق ذكره، (ص177).

يصلون إلى أفضل مقدره عقلية أو منطقة

كيفية الوصول إليها. وكلما استطعنا أن نتعرف أكثر عن الأسباب التي تعيق اللاعب عن

الوصول إلى أفضل مقدره عقلية أو منطقة الطاقة النفسية كلما استطعنا التخلص منها.¹

خبرة الطلاقة النفسية:

لقد أظهر حديثنا عن خصائص الطلاقة النفسية أنها تتميز بخاصية أساسية وهي ملازمة

لنشاط الرياضيين ومرتبطة بإدراكاتهم الشخصية فإذن هي خبرة شخصية خاصة. وهي أكثر

أهمية عند الناجحين في الرياضة وأكثر ارتباطا بها مما دفع أحد الباحثين بالقول: "...ويضيف

رياضيي القمة إلى هذا أنهم يؤدون خبرة الطلاقة على الأقل بعض الوقت خلال عملية

التدريب، وأيضا خلال المنافسات الرياضية ويعتبرون الطلاقة جزءا هاما من خبرتهم

الرياضية وأن ادراكاتهم الخاصة بخبرة الطلاقة النفسية تتعلق ببعض العوامل المسيرة، وهي

تساعدهم على المرور بهذه الحالة النفسية...²

لكن خبرة الطلاقة النفسية في هذا المستوى تمثل حسب هذا الباحث وعند آخرين، خبرة

مثالية *Expérience optimale* بالنسبة للفرد، لأنه يتسم خلالها بتجريب وممارسة التركيز

العالي، ومعرفة ماذا يفعل، والسيطرة على نفسه وعلى البيئة المحيطة به، والاستمتاع بهذه

الممارسة.

¹. نفس المرجع، (ص178).

². د. صدقي نور الدين محمد، سبق ذكره، (ص198).

ومن هذا كله نصل الى أن خبرة الطلاق

بعوامل الاستعداد النفسي وهي باختصار كما يذكرها صدقي نور الدين محمد:¹

1.الدافعية الداخلية.

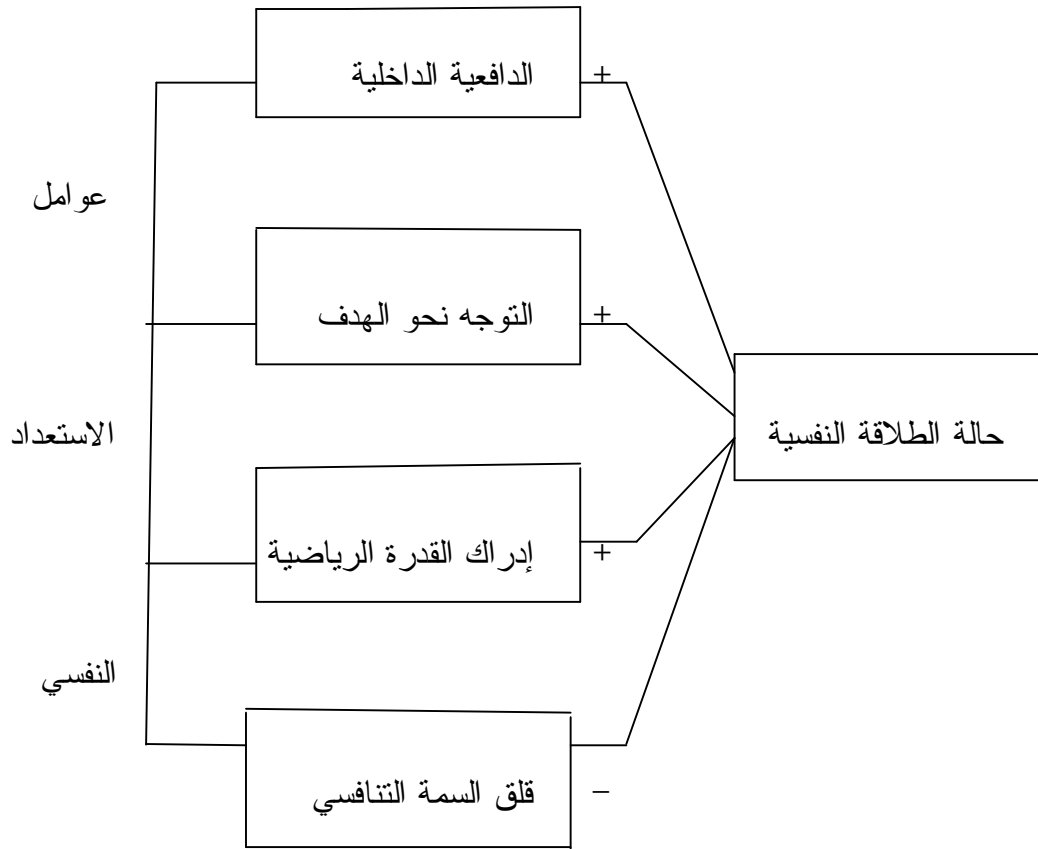
2.التوجه نحو الهدف.

3.إدراك القدرة الرياضية.

4. قلق السمة التنافسي.

وهو ما يوضحه الشكل رقم (8) التالي:

¹.نفس المرجع، (ص203).



شكل رقم(8) يبين العلاقة بين عوامل الاستعداد النفسي وحالة الطلاقة النفسية.

ويلاحظ من خلال الشكل السابق أن كل عوامل الاستعداد النفسي موجبة ما عدا قلق السمة

التنافسي الذي يؤثر سلبا على حالة الطلاقة النفسية لأنه يؤدي إلى التوتر إذا كان مفرطا.

لكن لا يمكن فهم هذه العوامل عند الفرد إلا من خلال الفروق الفردية التي تميز الأفراد بينهم في تحصيل خبرة الطلاقة النفسية..فهناك نماذج معينة من الأفراد قد أعدوا نفسيا على نحو أفضل للمرور بخبرة الطلاقة النفسية، بغض النظر عن الموقف وذلك بوجود فروق كبيرة بين الأفراد في كل من تكرار وشدة وخبرة الطلاقة النفسية من فرد لآخر.

ولهذا يعتمد علماء النفس الرياضي مفهوم

لخبرة الطلاقة النفسية في المجال الرياضي، ويقدم توضيحا لفهم نوعية الأفراد الذين يكون لهم استعداد للمرور بخبرة الطلاقة أكثر من غيرهم إذا ما أعدوا وتدريبوا على نحو جيد .
فالشخصية الذاتية تعني الشخصية ذاتية الهدف، وهي التي يهدف صاحبها إلى السيطرة على الدفاع عن ذاته، والمحافظة عليها، ووقايتها وتطويرها وتحسينها لتحقيق نفسها. ولذلك فهي شخصية تعتمد بدرجة أساسية على المكافآت الداخلية الذاتية التي تحصل عليها نتيجة الاستغراق في ممارسة النشاط الرياضي لقيمه وتستمتع بتحقيق أهداف تطورها وتحسن أدائها."

الدراسات السابقة:

دراسة لوهر¹(1984) Loehr :

توصل هذا الباحث من خلال مقابلة لمجموعات كبيرة من رياضيي القوة أن الطلاقة النفسية ترتبط بالخصائص التالية:

- الاسترخاء العقلي (الهدوء الداخلي، التركيز).
- الاسترخاء البدني (تعمل العضلات بطلاقة وانسيابية وقوة).
- الطاقة العالية (الاستمتاع، النشوة، التصميم، الطموح).

¹. د. أسامة كامل راتب، سبق ذكره ، (ص179).

• الثقة والتفاؤل (القوة والسيطرة والق

• التركيز في الأداء الراهن وعدم التفكير في الماضي أو المستقبل...

• الوعي والإدراك (بالأداء وأداء الآخرين).

• السيطرة والتحكم بالجسم والعقل .

• الإنمـاج التام.

دراسات ديزي Desi وريان Ryan (1985)¹:

في إطار دراسة الدافعية الداخلية لتوضيح الفروق الفردية بين الأفراد في الطلاقة النفسية توصلنا هاذين الباحثين في دراستهم إلى أن الأفراد الذين يشعرون بالضبط أكثر لأحداثهم الشخصية أو الذاتية يكونون أكثر ملائمة ليكونوا مدفوعين داخليا، وبالتالي تكون فرصتهم للمرور بخبرة الطلاقة أكبر. أي أن هناك علاقة بين الطلاقة النفسية والدافعية الداخلية ، حيث أن أحد مكونات الطلاقة النفسية هي الخبرة الذاتية والتي وصفها سكيرتسهالي (1990) كخبرة مكافئة داخلية. ويصفها ديزي بأنها حالة نفسية للدافعية الداخلية.

دراسة كين رافيزز Ken Ravizze (1987)²:

¹. د. صدقي نور الدين محمد ، سبق ذكره ، (ص 202).

².. نفس المرجع ، (ص178).

أوضحت هذه الدراسة من خلال إبي

الجنسين يمثلون إثني عشر (12) رياضة، أن أكثر من 80 % من الرياضيين

سجلوا الخبرات النفسية التالية المرتبطة بحالة الطلاق النفسية:

- عدم الخوف من الفشل.
- عدم التفكير في الأداء.
- الإنذماج الكلي في النشاط.
- التركيز في مجال محدود.
- الأداء دون جهد أو عناء.
- السيطرة الكاملة.
- تغيير الإحساس بالزمن (كل شيء بطيء).
- التزامن والتكامل لجميع الأشياء.

دراسة لوجان (1988) Logan¹:

¹.د. صدقي نور الدين محمد ، سبق ذكره ، (بتصرف).

تساءل لوجان كيف أن بعض الأفراد يكونون

من خلال أعماله بأن بعض الأفراد يكونون أفضل قدرة لتجاوز العقبات إلى داخل التحديات. وتعبئة طاقتهم النفسية الجاهزة للمرور بخبرة الطلاقة ، بدون أن يكونوا واعين بذاتهم Self-consiencious .

وقد وصف أيضا عدم وعي الفرد بالذات بأنه مثل : الفرد الذي يكون قادرا على الاستغراق في النشاط بسبب انخفاض اشتغاله بذاته.

دراسة كوهين Cohen (1991)¹:

أظهرت هذه الدراسة أن الطلاقة النفسية ترتبط بالخصائص التالية:

- مجال ضيق للتركيز على فكرة أو أداء معين.
- الإنذماج في الحاضر.
- الأداء الآلي دون جهد.
- السيطرة على الانفعالات والأفكار والإثارة.
- درجة عالية من الثقة بالنفس.
- عدم الخوف.
- الاسترخاء البدني والعقلي.

¹.د. أسامة كامل راتب ، سبق ذكره، (ص 178).

خاتمة:

عند اختيارنا لهذا المصطلح كمحدد من المحددات النفسية المعروفة لم نكن نتوقع وجود صعوبات كبيرة في البحث فيه أو الإلمام بعناصره، لكن بعد فترة من البحث وجدنا أنفسنا نواجه صعوبة قلة المراجع عن الموضوع والنتائج عن قلة البحث فيه ومع ذلك حاولنا قدر المستطاع التطرق إلى بعض العناصر.

وعلى إثر ذلك حاولنا تعريف الطلاق النفسية تعريف الطلاق النفسية كسمة وكحالة. ثم محاولة تفسير حدوث الطلاق النفسية، وبعدها خصائص الطلاق النفسية ثم خبرة الطلاق النفسية وعواملها لنختم في الأخير بذكر بعض الدراسات السابقة في الطلاق النفسية.

الفصل الثامن: النجاح الرياضي

تمهيد.

تحديد مفهوم النجاح الرياضي.

العوامل المسببة للنجاح والفشل.

الدراسات السابقة للنجاح الرياضي.

خاتمة.

تمهيد:

يعتبر النجاح الرياضي من بين المفاهيم الأساسية التي حاول الباحثون في علم النفس الرياضي تفسيرها في ضوء التطورات الكبيرة التي حدثت في مجال علم النفس من جهة وفي مجال الرياضة من جهة أخرى.

لم ينل هذا المصطلح قدرا من الاهتمام في الدراسات النفسية الرياضية إلا في العشرينات الأخيرة من القرن الماضي وعليه يمكن أن نقول بأنه موضوع حديث إذا ما قيس بالمواضيع النفسية الأخرى.

لكن رغم هذه الصعوبات سنحاول طرح الموضوع وتفسيره من خلال التطرق إلى العناصر القليلة التالية وهي تحديد مفهوم النجاح الرياضي ثم العوامل المسببة للنجاح والفشل ثم ما جد من دراسات حول النجاح الرياضي بشكل عام.

تحديد مفهوم النجاح الرياضي:

النجاح الرياضي عند عامة الناس هو ذلك الفوز في مقابلة أو إحراز مركز متقدم في إحدى المنافسات أو المباريات الرياضية المتنوعة. ومثل هذا التفسير لمعنى النجاح يعتبر من وجهة نظرنا - حسب ما يقول الدكتور محمد حسن علاوي- تفسير غير موفق. إذ أن ذلك لن يساعدنا على خلق خبرات النجاح الحقيقية في نفوس اللاعبين، وكذلك لن يمكننا من محاولة التغلب على الحالات المتشائمة لخبرات الفشل.

ثم يضيف في ذلك وبأكثر عمق: " ينظر البعض إلى الفوز الرياضي بغض النظر عما إذا كان ذلك الفوز قد جاء نتيجة لبذل أقصى الجهد أو دون أدنى مشقة أو تعب باعتباره مستدعيا بالضرورة لخبرات حقيقية للنجاح لدى الفرد الرياضي. وبالقياس على ذلك فإنه يعتبر فشلا عندما يحرز الفرد مركزا متأخرا أو في حالة هزيمة في إحدى المنافسات الرياضية." إن يمكن القول أن خبرات النجاح والفشل لا تستدعي بطريقة آلية كنتيجة للفوز أو الهزيمة، ولكنها تحدث في حالة وجود اختلاف أو عدم مطابقة بين المستوى المتوقع وبين النتيجة المسجلة¹. وهذا القول نعتبره بمثابة تعريف للنجاح والفشل مع بعض.

ويضيف الدكتور علاوي في نفس السياق: " فإذا تجاوزت النتيجة المسجلة المستوى المتوقع أو تساوى معه فإن ذلك يولد في نفس الفرد الرياضي خبرات النجاح. وعلى العكس من ذلك فإن الفرد الرياضي يمتلكه الإحساس والشعور بالفشل في حالة قصور نتيجة لما كان يتوقعه.

وعلى ذلك يجب علينا أن نضع محل الاعتبار أن كل فوز رياضي لا يستدعي بالضرورة خبرات النجاح ، كما أن كل هزيمة لا تعتبر خبرة فشل بالنسبة للفرد الرياضي"¹

¹. د محمد حسين علاوي، سبق ذكره، ص 205.

والدليل على ذلك ما كتبه أحد الصحافيين

للجماز حيث يقول: "شهدت (نكاياما) يرقص

السوفيتي يبكي حزنا على فشله حتى وهو يتسلم ميدالياته السبع التي لم يحرز قدرها بطل آخر.. إن المسألة نسبية ! بعثة بأكملها (اليابان) كانت في عرض ميدالية برونزية واحدة تتغنى بالنجاح ، وفرد واحد يكسب سبع ميداليات وبيكي لأن ظروف المنافسة لم تسمح له أو لأن أدائه كان أقل من مستواه، أو لأن ما أحرزه من ميداليات كان دون ما يقدر"²

العوامل المسببة للنجاح وال فشل:

كما هو معروف لدى الجميع أن النجاح والفشل لا يأتيان بمحض الصدفة وليس للحظ دخل فيهما ، ذلك ما دفع بعض الباحثين في علوم الرياضة إلى محاولة معرفة أسباب النجاح والفشل الرياضي.

ومن أمثال هؤلاء بيكر F C Bakker الذي يؤكد أن عددا كبيرا من المتغيرات تحدد النجاح الرياضي كالاتجاهات والدوافع والوسط الاجتماعي والتجارب المدرسية...³ ويضيف بعد ذلك أن الشخصية لا تمثل في هذا الحيز إلا جزءا من التأثير الممكن على النجاح الرياضي.

ويذكر آخرون أن من بين العوامل المختلفة للنجاح والفشل الرياضي عاملين أساسيين هما:

1. المقدار الحقيقي للشيء المطلوب من الفرد تحقيقه:

أي أن خبرات النجاح أو الفشل تنشأ فقط في حالة قدرة الفرد الرياضي على التغلب أو

عدم التغلب على العمليات التي تقع في حدود أو نطاق قدرة مستواه الحالية، والتي يعتبرها مطابقة لذلك.

¹ . نفس المرجع . ص 206.

² . نفس المرجع ص 207.

³ FC. Bakker, Psychologie et pratiques sportives, Vigot 1992(p71).

إن العامل الثاني الهام لاستدعاء خبرات

الذي يتوقعه الفرد لنفسه. فكل رياضي يدرك مستواه الحقيقي، ويقوم هو أو مدربه قبل

المنافسات الرياضية بحساب الفرص والنتائج المتوقعة أو الممكنة.¹

الدراسات السابقة للنجاح الرياضي:

كثرت الدراسات عند علماء النفس الرياضيين حول الممارسات الرياضية أو ما يتعلق بها

لكن النجاح الرياضي على الخصوص لم يحض بالاهتمام إلا في الآونة الأخيرة. وسنذكر

بعضها في الفقرات التالية:

1. تجارب مدرسة "ليفن":

يرجع الفضل بصفة خاصة في بداية هذا الاهتمام الى التجارب التي قامت بها مدرسة ليفين

لعلم النفس ، إذ استطاعت التوصل إلى بعض القوانين والمبادئ الهامة عن كيفية نشأة خبرات

النجاح والفشل وعن أثرها في شخصية الفرد.²

2. أبحاث "هوبه":

لقد استطاع "هوبه" في أبحاثه التجريبية من إثبات أن الإحساس بالنجاح لا يظهر أثره على

الفرد في حالة نجاحه في التغلب على عقبة تتميز بسهولة المتناهي، وكذلك الإحساس بالفشل

لا يظهر أثره على الفرد في حالة فشله في تخطي عقبة تتسم بالصعوبة البالغة مع إدراكه

لطبيعة العقبة ودرجة صعوبتها في كلتا الحالتين.³

¹. محمد حسن علاوي، سبق ذكره (ص 208).

². نفس المرجع (ص 204).

³. نفس المرجع (ص 205).

لكن رغم ما لهذه العوامل من أهمية إلا

الميداني للأطفال الذين لهم مواهب رياضية

يتسنى وضع برامج وخطط لأجل تكوينهم والدفع بهم إلى تحقيق الأداءات الرياضية العالية والدليل على ذلك ما تقوم به جمهورية الصين الشعبية من تكوين أجيال من الرياضيين قد توصلوا إلى تحقيق أداءات كبيرة بهرت العالم في الألعاب الأولمبية لبكين 2008 حيث حصد الصينيون أكبر عدد من الميداليات وتفوقهم على العالم كله.

خاتمة:

لقد ظهر من خلال كتابة الفقرات السابقة في هذا الفصل حول مصطلح النجاح الرياضي أن المعلومات المتحصل عليها قليلة والدراسات مقتضبة نظرا لحداثة الاهتمام به كعنصر من عناصر النشاط النفسي في الرياضة.

والجدير بالذكر أننا لم نتطرق إلى مفهوم الموهبة أو التفوق الرياضي لأنهما صفتان دائمتان، يبقى المجال مفتوح فيهما للقيام بدراسات مستقبلية، بينما النجاح الرياضي هو تفوق مرحلي مرتبط بموسم أو مناسبة معينة، حاولنا في بعض الفقرات تحديده وذكر عوامله وبعض الدراسات القليلة حوله.

الفصل التاسع: خذ

التصميم التجريبي للبحث.

عينة البحث ومواصفاتها.

منهجية البحث:

1. مرحلة الدراسة الاستطلاعية.

2. مرحلة الدراسة الأساسية:

1. الملاحظة.

2. المقابلة.

3. وسائل البحث:

أ. الاختبارات النفسية:

• قياس الشخصية.

• قياس الدافعية.

• قياس العدوانية.

• قياس القلق.

• قياس الثقة النفسية.

• قياس الطلاقة النفسية.

ب. الاستمارة.

الأساليب الإحصائية

التصميم التجريبي للبحث:

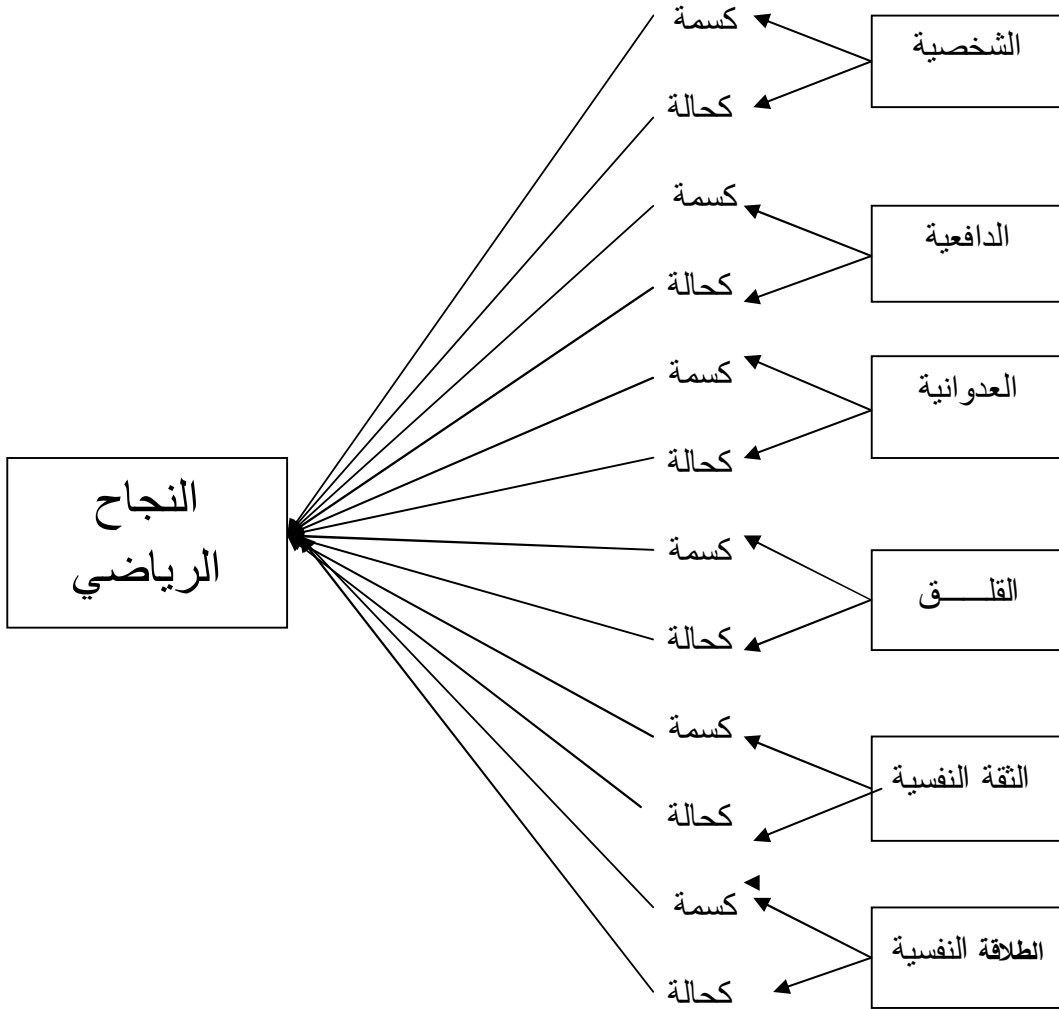
إن البحث الذي نحن بصدد كتابته ينبغي في جزئه العملي على ثلاث مراحل سوف نذكرها بالتفصيل في الفقرات التالية:

1. المرحلة الأولى:

وهي محاولة ربط المتغيرات المستقلة الستة (6) الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) كسمة من جهة وكحالة من جهة أخرى (2) بالمتغير التابع الذي هو النجاح الرياضي (1). وسيأخذ شكل المعادلة التالية: $1 \times 2 \times 6$

المتغير التابع:

المتغير المستقل:

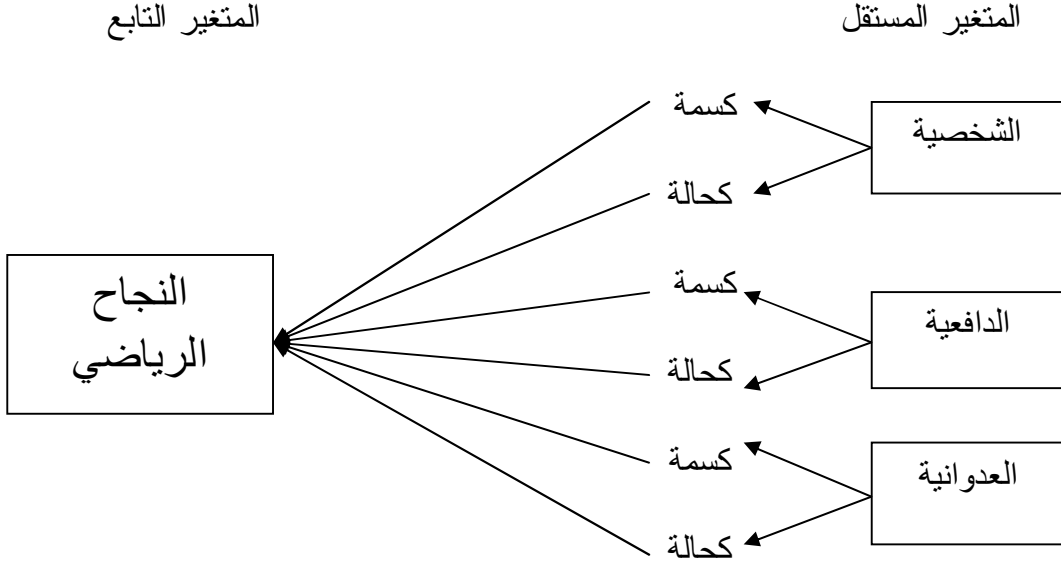


الشكل رقم (9) شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الأولى.

2. المرحلة الثانية:

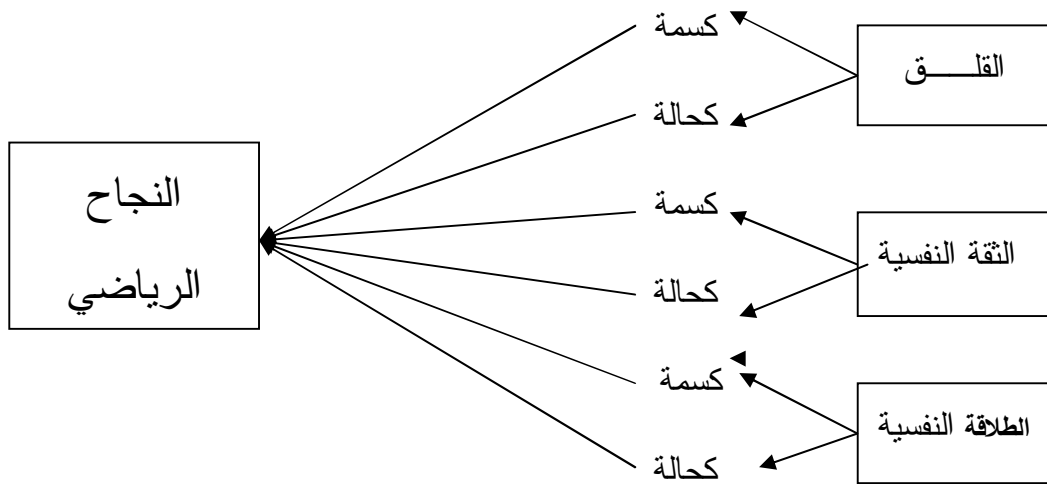
تقسيم هذه المجموعة الستة (6) إلى مجموعتين. الشخصية، الدافعية، العدوانية (3) كسمة وكحالة (2) وربطها بالنجاح الرياضي (1).

وسياخذ شكل المعادلة التالية: $1 \times 2 \times 3$



الشكل رقم (10) شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الثانية (أ).

ثم المجموعة الثانية: القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية (3) كسمة وكحالة (2) وربطها بالنجاح الرياضي (1) المتغير التابع. وسياخذ شكل المعادلة التالية: $1 \times 2 \times 3$

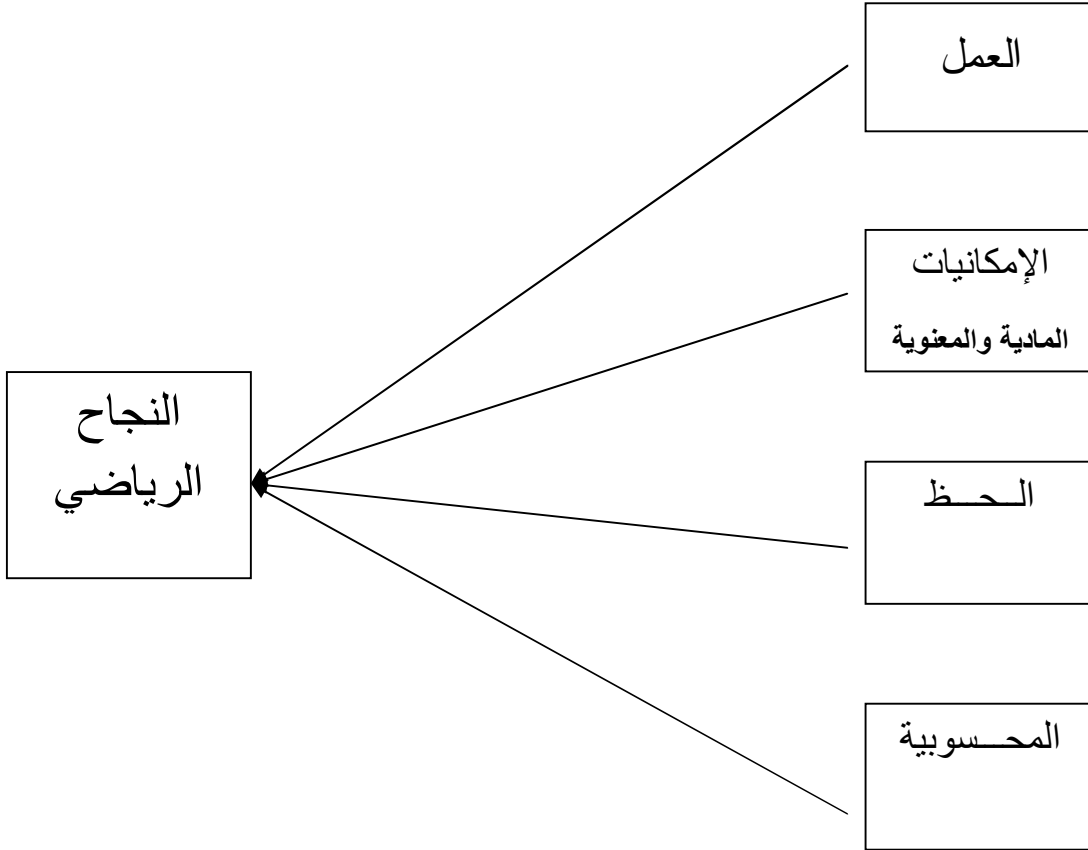


الشكل رقم (11) شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الثانية (ب).

3. المرحلة الثالثة:

الاعتماد على متغيرات مستقلة أخرى وعددها (4) وهي العمل، الإمكانات المادية والمعنوية، الحظ، المحسوبة. وربطها بالمتغير المستقل ألا وهو النجاح الرياضي (1).

وسيأخذ شكل المعادلة التالية: 1×4



الشكل رقم (12) شكل توضيحي يمثل تصميم البحث في مرحلته الثالثة.

عينة البحث:

نظرا لأن البحث يجري على عينة مقصودة فكان لا بد من الاعتماد على المنهج الوصفي حيث شمل البحث على عينة مبدئية تفوق مائة (100) لاعب رياضي متفوق ، لكن عدم اهتمام بعضا

منهم بالبحث وعدم أخذه بجدية جعلنا نلغي
الكاملة.

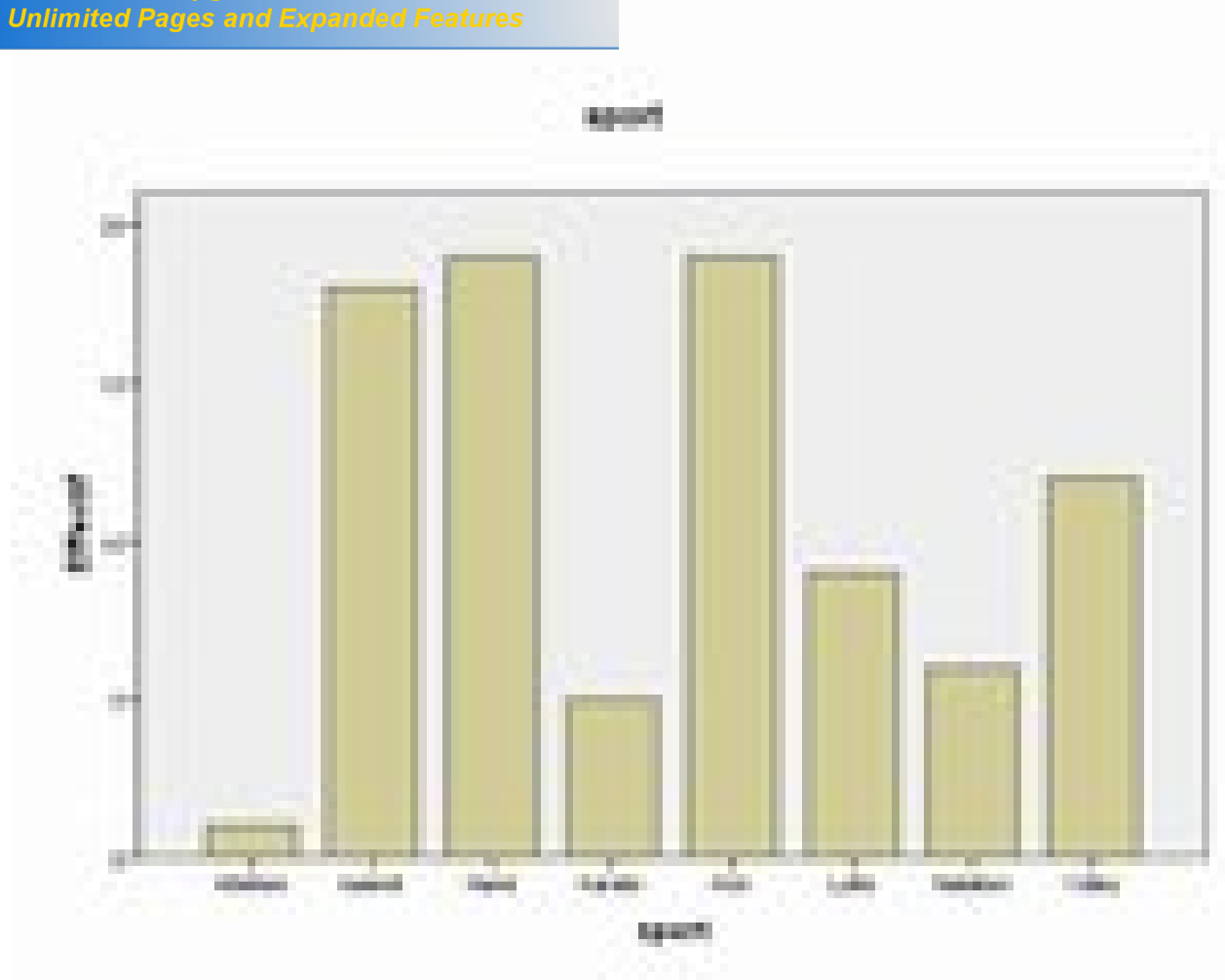
فكان الاتصال أولاً بالرابطات الولائية والجهوية للغرب الجزائري وبالتحديد مدينة وهران ،
ليتم تحديد مستوى النجاح للفرق الرياضية المختلفة واللاعبين بمختلف الأنواع الرياضية. ثم
جرى الاتصال من خلال هذه اللقاءات مع اللاعبين في الملاعب وقاعات التدريب. لكن أغلب هذه
اللقاءات كانت تجري في قاعة المحاضرات بقصر الرياضة حمو بوتليليس وهران.

وكان من المفروض أن نختار العينة لتمثل جميع الرياضات بمختلف أنواعها إلا أن الناجحين
لم يكونوا متواجدين في كل الأنواع الرياضية في الفترة المخصصة لتطبيق البحث. وذلك ما
سنعرضه في الفقرات التالية من مواصفات عينة البحث.

مواصفات عينة البحث:

نوع الرياضة: الجدول رقم (1) يمثل توزع العينة بين الرياضات المختلفة:

نوع الرياضة	عدد الناجحين	النسبة المئوية
كرة السلة	18	20.20
كرة اليد	19	21.33
الكرة الطائرة	12	13.50
الكريك بوكسينغ	19	21.30
المصارعة	9	10.10
السباحة	6	6.70
العاب القوى	1	1.1
الكاراطي	5	5.6
المجموع	89	100

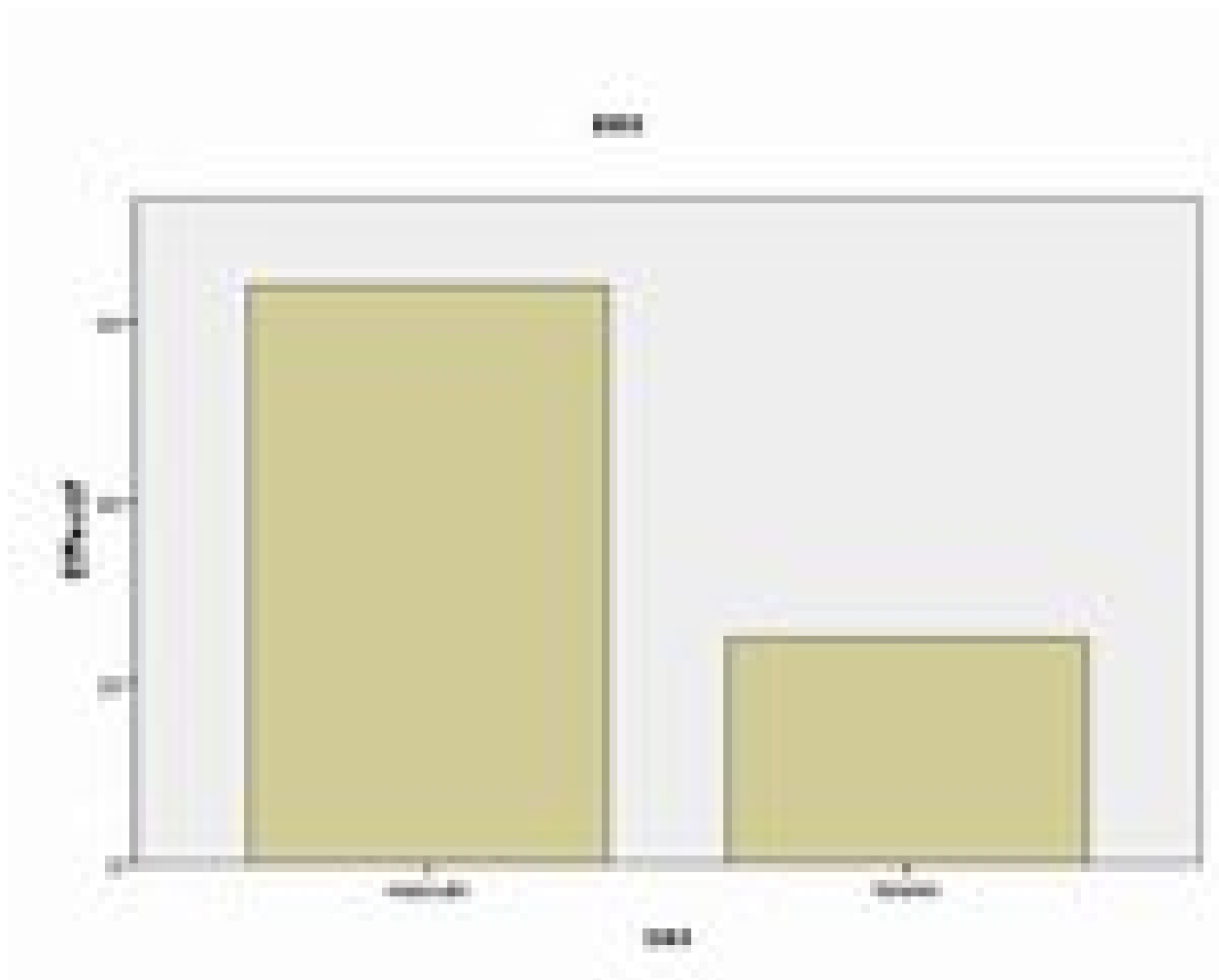


الشكل رقم (13) يمثل توزيع العينة بين الرياضات المختلفة:

الجنس:

الجدول رقم (2) يمثل توزيع العينة بين الذكور والإناث

الجنس	عدد الناجحين	النسبة المئوية
ذكور	64	71.90
إناث	25	28.10
المجموع	89	100



الشكل رقم (14) يمثل توزيع العينة بين الذكور والإناث.

من الشكل السابق يظهر أن عدد الذكور الناجحون في الرياضة كبير وهو بنسبة 71.90 %

بينما

لا نجد من الإناث إلا 28.10% والسبب في ذلك راجع إلى أن الرياضة في الجزائر لا تحظى

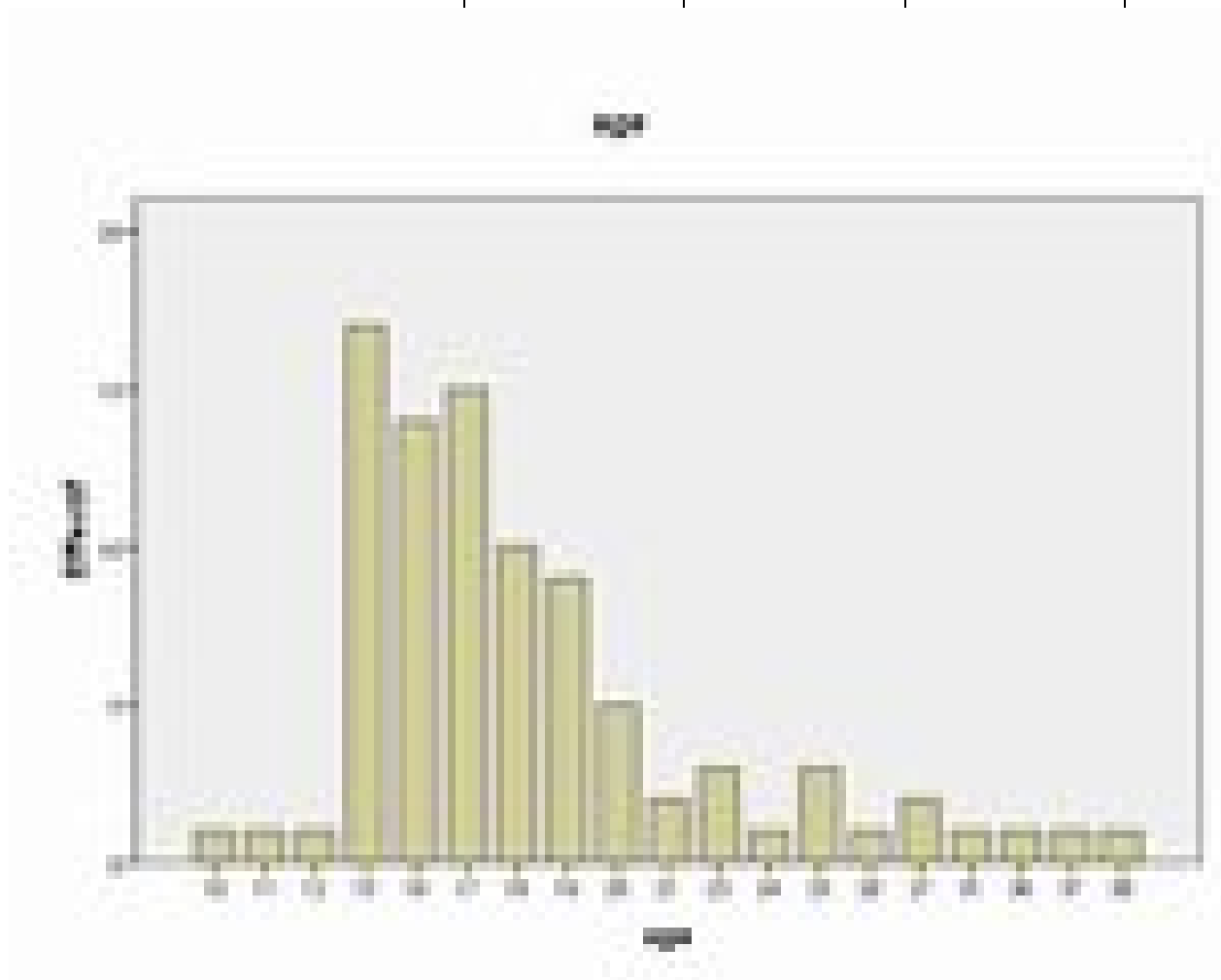
بالأهمية الكبيرة لذا الإناث رغم بعض التشجيعات والاهتمامات والنجاحات لعدد منهن وذلك ناتج

لتمسك الأسرة الجزائرية ببعض التقاليد كون المرأة ليس لها مكان في الرياضة.

العمر:

الجدول رقم (3) يبين توزيع أعمار الناجحين في رياضة رفع الأثقال

العمر	عدد الناجحين	النسبة المئوية %
أقل من 15 سنة	20	22.47 %
من 16 الى 20	48	53.93 %
من 21 الى 25	11	12.36 %
أكبر من 26	10	11.24 %
المجموع	89	100 %



الشكل رقم(15) يبين الأعمار المختلفة لعينة الناجحين في الرياضة.

يتضح من الشكل السابق أن عينة

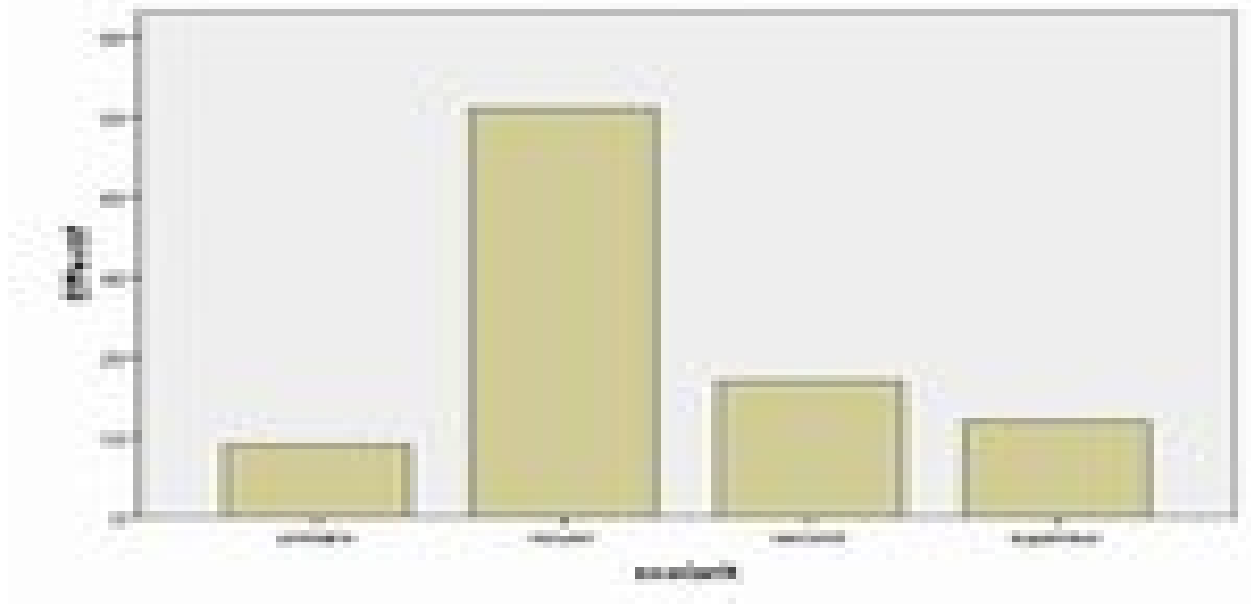
ولتسهيل تناولها في هذا البحث بشكل أوضح حاولنا ترتيبها في أربع فئات متساوية إلى حد ما.

إذن يتبين من الجدول أعلاه أن أكبر نسبة للناجحين تكمن في الفئة الثانية أي بين 16 و 20 سنة. فنستنتج من ذلك أن يكون أكثر في عمر أقل من 20 سنة وهو 68 رياضياً وكلما تقدم اللاعب في العمر نقص نجاحه الرياضي.

المستوى الدراسي:

الجدول رقم (4) يبين توزيع الناجحين في الرياضة إلى أربع مستويات دراسية.

المستوى الدراسي	عدد الناجحين	النسبة المئوية %
الإبتدائي	9	10.12 %
المتوسط	51	57.30 %
الثانوي	17	19.10 %
الجامعي	12	13.48 %
المجموع	89	100 %



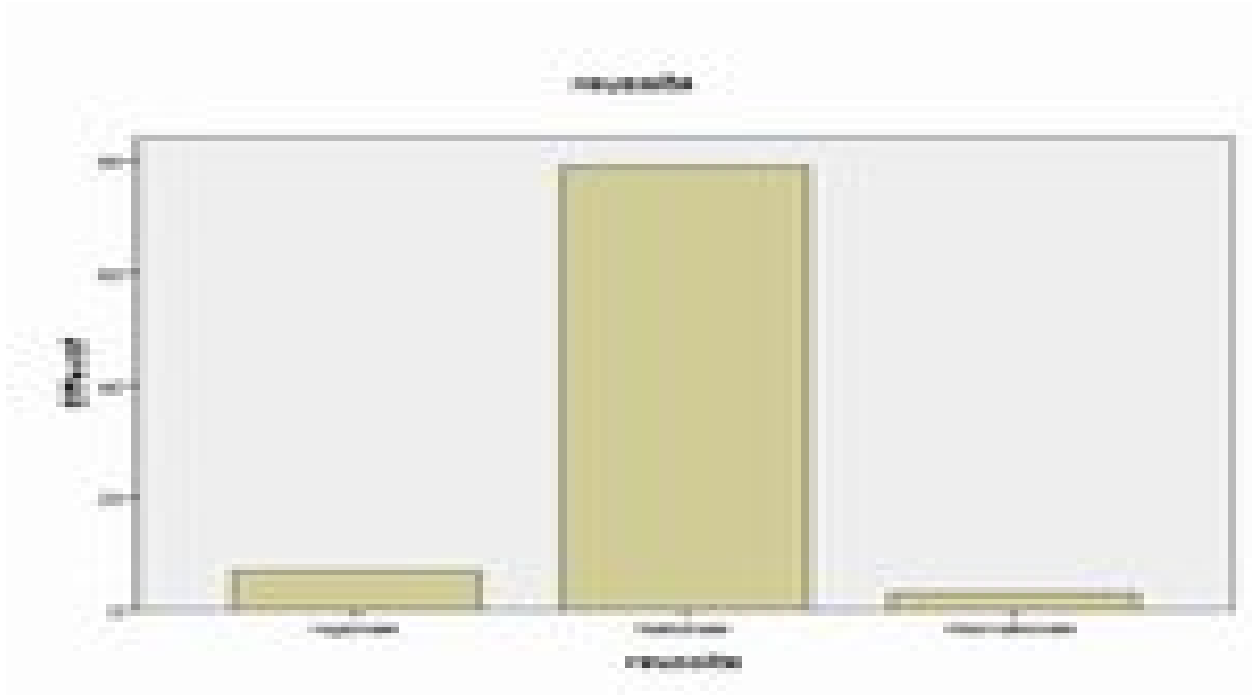
الشكل رقم (16) يبين توزع الناجحين في الرياضة الى أربع مستويات دراسية

من الجدول السابق يظهر أن المستوى الدراسي لعينة البحث يتراوح بين أربع مستويات: الابتدائي، المتوسط، الثانوي، الجامعي. لكن المستوى الأكبر هو المتوسط بنسبة 57.30 % والسبب راجع لا محالة إلى أن أغلب اللاعبين متمدرسين وهم من فئة أقل من 20 سنة.

النجاح الرياضي:

الجدول رقم (5) يبين توزع الناجحين في الرياضة

النسبة المئوية %	عدد الناجحين	مستوى النجاح
7.86 %	7	الجهوي
88.76 %	79	الوطني
3.78 %	3	الدولي
100 %	89	المجموع



الشكل رقم(17) يبين توزع الناجحين في الرياضة على ثلاث مستويات للنجاح الرياضي.

من الجدول السابق يتضح أن عينة الناجحين في الرياضة تراوحت بين ثلاثة مستويات : جهوي ، وطني ، ودولي. وقد أخذ المستوى الوطني القسط الأكبر من العينة وذلك قد فاق توقعاتنا لأننا لم نكن نتصور وجود هذا العدد من الناجحين في

مدينة وهران بل ولم نكن نتوقع أفر

المصارعة والكيك بوكسينغ .

منهجية البحث:

لقد اتبعنا في هذا البحث المنهج الوصفي المتمثل في الدراسة المسحية لعينة مقصودة من الرياضيين الناجحين في مختلف الرياضات .حيث كان مخططا لإتباع المنهج الإكلينيكي لكن نظرا لعدم جدوى هذا المنهج ومتطلباته الإجرائية وصعوبة متابعة الرياضيين ووضعياتهم الغير مستقرة بين التدريبات والمنافسات المختلفة في شتى المناطق الوطنية والدولية وتحضير البطولات المختلفة ،لم نتمكن من إتباع هذا المنهج، وفي مرحلتين على التوالي:

1.مرحلة الدراسة الاستطلاعية:

إن اعتمادنا على بعض الإختبارات المتوفرة باللغة العربية سهل علينا مهمة التطبيق لدى عينة البحث التي تجاوبت معها بدون صعوبة تذكر حيث أنهم رغم ضعف مستوى بعضهم إلا أنهم من تكوين المدرسة الجزائرية.

وعلى هذا الأساس اعتبرنا المجموعة الأولى المتكونة من نخبة الرياضيين في كرة السلة هي المجموعة التي نجرب عليها وسائلنا المتمثلة في الاختبارات التي اعتمدنا فيها على الدرجات الخام ولم نعتمد على المعايير التي تتطلب إعادة النظر فيها، ودعمنا ذلك باستمارة صغيرة. لكن النتائج كانت جيدة بسبب علاقتنا الجيدة معهم حيث سبق لي أن تعرفت عليهم في أصناف صغيرة حيث كنت حكما في بعض مقابلاتهم، والإجراء مر بدون أدنى صعوبة ما عدا المتأخرين عن المجموعة أبعدهم في الأخير عن العينة.

الدراسة الأساسية:

تقد استعملنا بعض الأدوات والوسائل التي

وذلك لجمع أكبر قدر من المعلومات ساعدنا على الإطلاع على الوضعيه النفسيه لهؤلاء

الرياضيين.

1. الملاحظة:

كان لابد من ملاحظة الرياضيين أثناء تدريباتهم الرياضية في الملاعب وقاعات الرياضة المتخصصة للإطلاع على ظروف وإمكانيات الممارسة والتدريب فكانت تتراوح بين القليلة والمنعدمة وهو فعلا ما صرح به أغلب الرياضيين وإطارات الرياضة.

2. المقابلة:

لم تكن المقابلة إكلينيكية قدر ما كانت للتحري عن أوضاع ومواصفات اللاعبين وتحديد مستوياتهم مع المدربين والإطارات في أماكن ممارساتهم الرياضية أو في الهيآت الرياضية الرسمية، فلم تكن تكفي حصة واحدة بل تعددت الحصص مع حدوث بعض الصعوبات في اللقاءات مع الرياضيين نظرا لضيق وقتهم وخصوصا في حصص تطبيق الاختبارات التي كانت تدوم أكثر من ساعتين.

3. وسائل البحث:

أ. الاختبارات النفسية:

لقد اعتمدنا في بحثنا هذا على مجموعة من الاختبارات النفسية الخاصة بالأوساط الرياضية في المجتمع العربي كسمة وكحالة وقد حاولنا ترتيب بعضها لتتماشى مع هذا التقسيم (سمة وحالة) وهو ما جعلنا نختار اختبارين للشخصية كحالة وهو اختبار السلوك التنافسي وكسمة وهو قائمة الأنماط المزاجية واختبارين للدافعية كحالة وهو مقياس التوجه نحو المهمة ونحو الذات وكسمة وهو اختبار إدراكات النجاح.

وسنذكر هذه الاختبارات التي جرى تطبيقها على عينة البحث والتي سنحاول تلخيصها باختصار شديد، مع الإشارة إلى أننا حاولنا قدر المستطاع أن نوفق بين السمة والحالة لكل المحددات الستة التي اخترناها للدراسة، فأصبحت بذلك مضاعفة للعدد المذكور مع العلم أن المشكلة لا تطرح بالنسبة للمحددات التالية: العدوانية، القلق، الثقة بالنفس، والطلاقة النفسية، لكنها تطرح بالنسبة للشخصية والدافعية. ولذلك حاولنا قدر المستطاع البحث عن اختبارات تقيس الشخصية والدافعية كسمة وكحالة إن صح التعبير. وهو ما سنوضحه في كل اختبار.

قياس الشخصية:

نظرا لوجود العديد من المقاييس التي تقيس الشخصية فإنه صعب علينا اختيار مقياس محدد، فانطلاقا من نظريات الشخصية التي تدرس من خلال الجوانب التالية:

1. اعتبار الشخصية كسمة والتي تعبر عن الاستعدادات النفسية والبيوفزيولوجية التي

يتميز بها الرياضيون .

2. الشخصية كحالة نفسية تدرس السلو

هؤلاء الرياضيين أثناء المنافسات الرياضييه.

ولذلك كله جرى اختيارنا على المقياسين التاليين:

قائمة الأنماط المزاجية للرياضيين:

أنشأها محمد حسن علاوي على ضوء اختبار سابق لعالم النفس البولندي " سان ستريلاو San Strilau " لأجل دراسة مرونة الشخصية من خلال تقييم عمليات الإثارة والكف وديناميكيات العمليات العصبية للرياضيين وذلك اعتمادا على نظرية المزاج لبافلوف التي تتأسس على العلاقة الكامنة بين عاملي الإثارة والكف لأن الفرد يواجه في حياته العديد من المواقف التي تتطلب إما الإثارة والنشاط وإما الكف. وتجدر الإشارة الى أن الكف لا يكون دائما سلبيا بل في بعض الأحيان عملية ايجابية وفعالة للتحكم في بعض النشاطات الحركية والفكرية والانفعالية.

إذن فالسلوك السوي هو عملية التوازن بين عاملي الإثارة والكف وعلى عامل ثالث هو عامل ديناميكية الشخصية أي مرونتها.
أبعاد المقياس:

1. قوة عمليات الإثارة:

الرياضي الذي يتحصل على أعلى درجة في هذا البعد يعني أنه سريع الاستثارة والانفعالات القوية والعميقة وصعوبة التحكم فيها بسرعة إضافة إلى الرغبة في الاشتراك في منافسات متتالية.

2. قوة عمليات الكف:

الرياضي الذي يتحصل على أعلى درجة

ما ولديه الصبر والمثابرة والقدرة ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات قبل المنافسه وعلى عدم إظهار تعبيرات انفعالية وسهولة العودة للحالة الطبيعية عقب الإثارة.

3. المرونة الشخصية:

الرياضي الذي يتحصل على أعلى درجة في هذا البعد يعني أنه قادر على سرعة التكيف والموائمة وسريع الاستجابة للمواقف المتغيرة وله القدرة على القيام بأكثر من عمل في وقت واحد والاندماج السريع مع الآخرين دون تحضير سابق.

للاختبار 30 سؤالاً تنقسم بالتساوي على الأبعاد الثلاثة أي: 10 لكل بعد، ولكل سؤال ثلاث بدائل: بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة.

صدق الاختبار:

لإيجاد الصدق المرتبط بالمحك طبقت القائمة على 32 لاعبا بالتلازم مع بعض الأبعاد التي تقيس التحكم الانفعالي وضبط النفس وضبط التوتر والضبط الذاتي والقابلية للاستثارة والهدوء في مقاييس " فرايبورج " ، " والاستجابة الانفعالية في الرياضة " و3 قائمة السمات الدافعية" ، فكانت النتيجة وجود ارتباطات كبيرة بين أبعاد القائمة والأبعاد المشار إليها سابقا.

ثبات الاختبار:

باستخدام معامل ألفا أسفرت النتائج بالنسبة لبعده قوة عمليات الإثارة على 0.74، وبعده قوة عمليات الكف على: 0.84، وبعده المرونة الشخصية على: 0.82 وذلك بعد تطبيقها على 32 لاعبا.

تصحيح الاختبار:

لبعده قوة عمليات الإثارة 10 أسئلة:

7 منها في اتجاه البعد وهي: 1، 4، 10، 3

و3 منها عكس اتجاه البعد وهي: 7، 19، 22.

ولبعد قوة عمليات الكف 10 أسئلة:

6 منها في اتجاه البعد وهي: 2، 5، 11، 14، 17، 29.

و4 منها عكس اتجاه البعد وهي : 8، 20، 23، 26.

وكذلك بعد مرونة الشخصية يحتوي على 10 أسئلة:

7 منها في اتجاه البعد وهي: 6، 9، 12، 18، 21، 27، 30.

و3 منها عكس اتجاه البعد وهي : 3، 15، 24.

أي أ، اتجاه البعد يصتبح كما يلي: بدرجة كبيرة"3" ، وبدرجة متوسطة "2"، وبدرجة قليلة "1".

وعكس اتجاه البعد: بدرجة كبيرة"1"، وبدرجة متوسطة"2"، وبدرجة قليلة"3".

والقائمة ليست لها درجة كلية .

استخبار ادراكات النجاح:

قام كل من جلن روبرتس Roberts ، وجلوريا بالاج Balague (1991). بإنشاء مقياسين

يمكن تطبيقهما في مجال الرياضة لقياس دافعية اللاعبين، يحتوي كل منهما على 12 سؤال

ويقيس بعدين من أبعاد توجهات الدافعية هما : التنافسية والتمكن(التفوق).

لكن مارش Marsh سنة 1994 قام بتحليل بين المقياسين عامليا واستطاع التوصل الى تحديد

14 سؤالا تصلح كمقياس للتطبيق على الرياضيين، ولكل سؤال 5 بدائل.

ويتضمن بعد التنافسية 6 أسئلة وبعد التمه

على مقياس مدرج من 5 تدريجات: بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا.

صدق الاختبار:

بعد قيامه بدمج الاختبارين المذكورين سابقا فإنه توصل الى حساب صدق المقياس الذي استنتجه والذي يضم 14 سؤالا فقط.

ثبات الاختبار:

لقد قام كذلك بقياس ثبات الاختبار عن طريق معامل ألفا والذي بلغ 0.92 بالنسبة للتنافسية، و0.92 بالنسبة للتمكن أو التفوق.

تصحيح الاختبار:

أسئلة توجه التنافسية: هي: 1، 2، 3، 6، 10، 11.

أسئلة توجه التمكن أو التفوق هي: 4، 5، 7، 8، 9، 12، 13، 14.

ويتم تصحيح كل بعد على حدة كما يلي:

بدرجة كبيرة جدا = 5، بدرجة كبيرة = 4، بدرجة متوسطة = 3، بدرجة قليلة = 2، بدرجة قليلة

جدا = 1.

قياس

استخبار توجه المهمة وتوجه الإيجو(الأنا):

قام جون نيكولاس Nicholas وجوان دودا Dodal (1992) بتصميم مقياس في المجال الرياضي يقيس الفروق في كل من توجه المهمة وتوجه الإيجو وذلك في ضوء مقياس سابق لنيكولاس وآخرين (1989) في مجال التدريس. أو التعليم لتلامذة الثانوية.

تحتوي الصورة الأصلية على 7 أسئلة لبعدها توجه المهمة و6 أسئلة لبعدها توجه الإيجو. ولقد قام بتعريبها الدكتور محمد حسن علاوي والإقتصار على 6 أسئلة لكل بعد من البعدين المذكورين.

صدق الاختبار:

لقد أسفرت نتائج التحليل العاملي لأسئلة الاختبار عن تأكيد صدق تكوينه الفرضي . كما تم الحصول على الصدق المرتبط بالمحك لكل من بعدي الاستخبار عن طريق ارتباطهما الجوهرية ببعض المقاييس التي تقيس بعض الأبعاد المتشابهة.

ثبات الاختبار:

بلغ معامل ألفا للإتساق الداخلي 0.82 بالنسبة لبعدها المهمة، و0.89 بالنسبة لبعدها الإيجو عندما طبق على 123 لاعبا في كرة السلة .

كما بلغ معامل ألفا 0.62 لبعده نوجه

تطبيقه على 198 لاعبا يمارسون رياضات مختلفة.

تصحيح الاختبار:

أسئلة توجه المهمة هي: 1، 3، 5، 7، 9، 11.

وأسئلة توجه الذات هي: 2، 4، 6، 8، 10، 12.

ويتم تصحيح كل بعد على حدة حسب المقياس التالي:

بدرجة كبيرة جدا = 5، بدرجة كبيرة = 4، بدرجة متوسطة = 3، بدرجة قليلة = 2، بدرجة قليلة

جدا = 1.

استخبار السلوك التنافسي: Competitive Behavior Questionnaire

قامت بتصميمه دورتي هاريس (1984) Dorothy Harris. ويهدف للتعرف على السلوك

التنافسي للاعب الرياضي (أي أثناء إجراء المنافسات الرياضية أو بعدها) والذي يحتاج إلى

الرعاية والتوجيه والتدريب على المهارات النفسية.

واعتمادا على صورته الأصلية والمتضمنة 50 سؤالا قام الدكتور محمد حسن علاوي

باقتباس المقياس وترجمته واختصاره إلى 20 سؤالا تؤدي إلى ثلاث بدائل.

صدق الاختبار:

أكدت هاريس أن صدق الاختبار يدرس عن طريق الصدق المرتبط بالمحك بمقرنته ببعض

الاختبارات المتشابهة وكذلك آراء المدربين مما يؤكد تدعيم الصدق المرتبط بالمحك.

ثبات الاختبار:

بالاعتماد على التطبيق وإعادةه على

بين أسبوع الى ثلاثة أشهر، فأسفرت النتائج على معاملات نبات براوحت بين 0.61

و0.74 ، وبلغ معامل ألفا 0.78 .

تصحيح اختبار:

يتضمن الاختبار 20 سؤالاً، منها 9 أسئلة في اتجاه السلوك التنافسي الإيجابي وهي كما يلي:

2، 3، 6، 8، 10، 11، 12، 13، 17.

وتصحح كما يلي:

دائماً = 1 ، أحياناً = 2 ، أبداً = 3.

كما يتضمن الاختبار 11 سؤالاً سلبياً في اتجاه السلوك التنافسي السلبي وأرقامها كما يلي:

1، 4، 5، 7، 9، 14، 15، 16، 18، 19، 20.

وتصحح كما يلي:

دائماً = 3 ، أحياناً = 2 ، أبداً = 1.

يتم جمع درجات جميع العبارات وكلما كانت الدرجة الكلية عالية كلما دل ذلك على حاجة

المفحوص للتدريب على المهارات النفسية.

قياس العدوانية كسمة من سمات الشخصية من خلال السلوك الداخلي أو الخارجي.

وقياسها كحالة نفسية تحدث في ظروف المنافسة.

قائمة العدوان العام:

صمم محمد حسن علاوي قائمة لقياس العدوان العام كسمة تشتمل على أربعة أبعاد للعدوان

وهي:

التهجم والاعتداء:

أصحاب الدرجات العالية في هذا البعد يتميزون بالعنف البدني ضد الآخرين ولا يستطيعون التحكم في اندفاعهم نحو ايداء الآخرين وقد يبادرون بالاعتداء عند إحساسهم بالاعتداء ضدهم أو عندما يشعرون بالغضب أو المضايقة بحيث يعرفون بأن لهم استعداد واضح للاعتداء على الغير عندما يمتلكهم الانفعال ، كما قد يشعرون بالارتياح عندما يعتدون على الأشخاص الذين لا يميلون إليهم.

العدوان اللفظي:

أصحاب الدرجات العالية في هذا البعد يستخدمون لغة عنيفة أو كلمات جارحة عندما يغضبون أو يفقدون أعصابهم وقد يميلون إلى رفع أصواتهم والحديث بعصبية ويستعملون ألفاظا غير مناسبة والتهديد اللفظي لمن يضايقهم.

سرعة الاستثارة:

أصحاب الدرجات العالية في هذا البعد يف

الارتباك في المواقف الصعبة وتظهر عليهم علامات الغضب والذفررة ويصعب عليهم التحكم في انفعالاتهم.

العدوان غير المباشر:

أصحاب الدرجات العالية في هذا البعد يسقطون غضبهم على الآخرين عندما يشعرون بالإحباط ويقومون بإلقاء الأشياء أو تكسيرها عندما يفقدون أعصابهم فينتابهم البكاء نتيجة انتقادات رؤسائهم أو زملائهم وقد يعتدون على مصدر خارجي غير المصدر الأصلي المسبب للإحباط أو الغضب وقد تكون استجاباتهم غير محددة الاتجاه.

تصحيح الاختبار:

تتكون القائمة من 40 سؤالاً منها الموجبة ومنها السالبة، تتوزع بالتساوي 10 لكل بعد من الأبعاد، تكون الإجابة فيها على مقياس خماسي. وتتوزع هذه الأسئلة كما يلي:

1. أسئلة بعد التهجم:

الأسئلة الموجبة في اتجاه البعد وهي: 1، 13، 17، 25، 33، 37.

الأسئلة السالبة عكس اتجاه البعد وهي: 5، 9، 21، 29.

2. أسئلة بعد العدوان اللفظي:

الأسئلة الموجبة في اتجاه البعد وهي: 6، 10، 13، 22، 30، 38.

الأسئلة السالبة عكس اتجاه البعد وهي: 2، 18، 26، 34.

3. أسئلة بعد الاستئارة:

الأسئلة الموجبة في اتجاه البعد وهي: 3، 11، 19، 23، 27، 35.

الأسئلة السالبة عكس اتجاه البعد وهي: 7، 15، 31، 39.

4. أسئلة بعد العدوان الغير مباشر:

الأسئلة الموجبة في اتجاه البعد وهي: 8، 12، 20، 28، 32، 40.

الأسئلة السالبة عكس اتجاه البعد وهي: 4، 16، 24، 36.

يتم تصحيح الأسئلة الموجبة في جميع الأبعاد كما يلي:

أوافق بدرجة كبيرة جدا = 5 ، بدرجة كبيرة = 4 ، بدرجة متوسطة = 3 ، بدرجة قليلة = 2 ،
بدرجة قليلة جدا = 1 .

بينما تصحح الأسئلة السالبة كما يلي:

أوافق بدرجة كبيرة جدا = 1 ، بدرجة كبيرة = 2 ، بدرجة متوسطة = 3 ، بدرجة قليلة = 4 ،
بدرجة قليلة جدا = 5 .

مقياس العدوان الرياضي:

قام الدكتور محمد حسن علاوي بتصميم مقياس العدوان الرياضي الخاص بالمجال الرياضي

في ضوء بعض المقاييس السابقة للعدوان لدى الرياضيين.

فالدرجات العالية في المقياس تشير الى اللاعب الرياضي الذي يغلب عليه طابع الخشونة

والعنف في مواجهة منافسيه والرغبة في إيذائهم والمبادرة بالتعدي عليهم .

صدق الاختبار:

تم التحقق من الصدق المرتبط بالمحك عند تطبيق المقياس بالتلازم مع بعض الاختبارات المتشابهة التي تقيس بعد العدوان الرياضي أو العداوة Hostilité. وكانت النتائج ارتباطات مقبولة.

ثبات الاختبار:

بلغ معامل ألفا للمقياس 0.86 عند تطبيقه على مجموعة من الرياضيين في مختلف الاختصاصات.

تصحيح الاختبار:

الأسئلة الموجبة في اتجاه البعد والتي تشير إلى السلوك العدواني للاعب هي: 3، 1، 4، 6، 7، 9، 10، 11، 13، 14، 15، 17، 18، 19، 20، 22، 23.

ويتم تصحيحها على النحو التالي:

دائما = 5، غالبا = 4، أحيانا = 3، نادرا = 2، أبدا = 1.

الأسئلة السالبة في غير اتجاه البعد والتي تشير إلى السلوك غير العدواني للاعب هي: 2، 5، 8، 12، 16، 21، 24.

ويتم تصحيحها على النحو التالي:

دائما = 1، غالبا = 2، أحيانا = 3، نادرا = 4، أبدا = 5.

قياس الـ

إختبار القلق التنافسي الرياضي:

يتكون اختبار القلق التنافسي لصاحبه شبيلبيرجر (1971)، من مقياسين هما:

1. مقياس القلق كسمة:

هو قياس الفروق الفردية في قلق السمة التنافسي، أي مدى استعداد الرياضي للاستجابة للمواقف الرياضية التنافسية بمستويات مختلفة من شدة حالة القلق. وسنعمد على الصورة (أ) وتخص الرياضيين الذين يفوق سنهم 14 سنة سواء أكانوا ذكورا أم إناثا. يتكون هذا المقياس من 20 مفردة لكل منها 4 بدائل، وفيها يطلب من المفحوص كيف يشعر بصفة عامة.

وكما يشير اليه الدكتور محمد حسن علاوي: "مقياس القلق كسمة يمكن استخدامه كأداة بحث للتعرف على الأفراد الذين يختلفون في استعداداتهم للاستجابة للعناء النفسي Psychological stress بمستويات مختلفة من شدة حالة القلق".¹

2. مقياس القلق كحالة:

وهو الصورة المختصرة لمقياس القلق كحالة لشبيلبيرجر، ويهدف لقياس قلق الحالة في المواقف العامة، وأيضا إستجابات قلق الحالة سواء قبل أو أثناء أو بعد المنافسات أو التدريبات الرياضية.

¹محمد حسن علاوي، موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر: القاهرة 1998، ط1، (ص315).

يتكون هذا المقياس من 20 مفردة لكل

شعوره في لحظات معينة من الوقت.

ثبات الاختبار:

استخدمت طريقة إعادة الاختبار عند حساب معامل ثبات الصورة الأصلية وذلك على عينة من طلبة جامعة "بندرليت" بعد ساعة واحدة من التطبيق الأول، ثم بعد 20 يوما. ولقد أثبتت النتائج أن معامل الثبات لمقياس سمة القلق يبدو مرتفعا بدرجة معقولة، تتراوح بين 0.73، 0.86. بينما تبدو معاملات ثبات مقياس حالة القلق منخفضة نسبيا ، تتراوح بين 0.16 ، 0.54.

الصدق:

لقد ارتبط مقياس سمة القلق بكل من مقياس القلق لكاتل ومقياس القلق الصريح لتيلور وقائمة الصفات الانفعالية لتسكerman وذلك عند حساب الصدق التلازمي.

ولحساب صدق مقياس حالة القلق ، استخدم صدق التكوين الفرضي على عينة من 977 طالبا بكلية جامعة فلوريدا.

تصحيح الاختبار:

إن الدرجات المفترضة لكلا المقياسين تتراوح بين 20 كحد أدنى الى 80 كحد أقصى.يجيب المفحوص على كل الأسئلة وذلك باختيار واحدة من البدائل الأربعة:

بالنسبة لمقياس القلق كحالة:

1أبدأ، 2 بدرجة قليلة، 3بدرجة متوسطة، 4 بدرجة كبيرة.

وبالنسبة لمقياس القلق كسمة:

1 أبدا تقريبا، 2 أحيانا، 3 غالبا، 4 دائما تقريبا.

بالنسبة لمقياس القلق كحالة توجد به عشر (10) عبارات معكوسة هي: 1، 2، 5، 8، 10، 11،

15، 16، 19، 20.

أما مقياس القلق كسمة فتوجد به سبع (7) أسئلة معكوسة هي: 1، 6، 7، 10، 13، 16، 19.

قياس الثقة بالنفس:

لقياس الثقة بالنفس في الوسط الرياضي يستخدم علماء النفس في مجال الرياضة مجموعة من المقاييس سنعتمد على أهمها في دراستنا هذه حيث سنحاول تقديم وصفا موجزا لها وهي:

مقياس الثقة الرياضية كسمة:

يهدف هذا المقياس للتعرف على مدى ثقة الرياضي بنفسه عادة عندما يتنافس في نشاطه الرياضي، ويصلح للتطبيق على الجنسين. حيث أن التعرف على مستوى ثقة الرياضي بنفسه يمكن المرابين من توجيهه نفسيا بما يتماشى مع مخططاتهم.

صممت هذا الاختبار روبين فيلي (1986) Vealey تحت عنوان : " قائمة قياس سمة الثقة الرياضية" « Trait Sport Confidence Inventory » . قام بترجمتها للغة العربية الدكتور محمد حسن علاوي سنة (1995).

تحتوي القائمة على 13 ثلاثة عشر سؤالاً ولكل سؤال سلم قياس من تسع درجات يختار المفحوص واحدة منها.

صدق الإختبار:

لقد تم التأكد من الصدق التلازمي وذلك بمقارنته مع مقاييس أخرى مثل مقياس قلق المنافسة الرياضية ومقياس فاعلية الذات البدنية ومقياس " روتر" للتحكم الداخلي والخارجي، ومقياس

روزنبرج لتقدير الذات ، حيث طبقت على

صدق التكوين الفرضي بعد مقارنتها ببعض النتائج الدالية لاداء عدد 48 جمبار يا.

ثبات الاختبار:

حسب الدكتور محمد حسن علاوي ، بلغ معامل ألفا 0.93 عندما طبقت القائمة على 109 من الرياضيين بالمدارس الثانوية، و 110 بالجامعات . وعند إعادة التطبيق وصل المعامل إلى 0.86 بعد يوم واحد ، و 089 بعد أسبوع ، و 0.83 بعد شهر من التطبيق.

تصحيح الاختبار:

لتصحيح الاختبار يتم جمع الدرجات التي يختارها اللاعب في كل الأسئلة ومقارنتها بالدرجة العظمى وهي (117) وكلما اقترب اللاعب من هذه الدرجة كلما تميز بمستوى كبير من سمة الثقة النفسية.

مقياس الثقة الرياضية كحالة:

هو من تصميم روبين فيلي (1986) ويسمى قائمة قياس حالة الثقة الرياضية (State Sport confidence Inventory). وتعريب الدكتور محمد حسن علاوي (1995).

يهدف هذا المقياس للتعرف على مستوى ثقة الرياضي بنفسه في زمن معين وغالبا ما يكون إما قبل المباريات أو بعدها. ويصلح للتطبيق على الجنسين ويساعد على التعرف على ثقة الرياضي لأجل توجيهه نفسيا.

ويهدف كذلك للتعرف على توجه الرياض

المنافسات الرياضية، ويصلح للتطبيق على الرياضيين من الجنسين.

ويتكون المقياس من 13 مفردة وهي نفس المفردات التي ورد ذكرها في قائمة سمة الثقة

الرياضية ولها نفس عدد البدائل أي (7) بدائل.

تصحيح الاختبار:

لتصحيح الاختبار يتم جمع الدرجات التي يختارها اللاعب في كل الأسئلة ومقارنتها بالدرجة

العظمى وهي (117) وكلما اقترب اللاعب من هذه الدرجة كلما تميز بمستوى كبير من حالة

الثقة النفسية.

صدق الاختبار:

لقد تم التأكد من الصدق التلازمي عندما قورن بالمحكات الأخرى حيث طبق قائمة حالة قلق

المنافسة الرياضية لمارتنز على عينة عددها 199 لاعبا رياضيا ، حيث أسفرت النتائج على

وجود ارتباطات سلبية مع اختبار مارتنز، إضافة الى ذلك التأكد من صدق التكوين.

ثبات الاختبار:

لا يمكن استعمال أسلوب إعادة الاختبار لأن القائمة تقيس حالة والتي يصعب إعادة قياسها:

لكن رغم ذلك فقد بلغ معامل ألفا 0.95 عند تطبيق القائمة على نفس العينات التي طبقت عليها

قائمة سمة الثقة الرياضية.

قياس الطلاقة النفسية:

مقياس الطلاقة النفسية كحالة: The flow state scale:

هو مقياس طوره جاكون Jackson ومارش March (1996)، وقد أعده في صورته العربية : صدقي نور الدين محمد². وهو يدرس الحالة النفسية الإيجابية عالية المستوى التي تحدث للرياضي عندما يدرك التوازن بين التحديات المرتبطة بموقف معين وقدرته الذاتية للإنجاز أو مواجهتها. وقد صمم هذا المقياس لتكون إجابته بعد مسابقة رياضية خاصة ، بالإضافة لتقدير خبرة الطلاقة في تلك المنافسة.

للمقياس تسعة أبعاد فرعية تتضمن 36 مفردة، ولكل مفردة خمس بدائل (5)، يتم الإجابة عليها من 1 إلى 5.

صدق الاختبار:

لقد تم حساب صدق الاختبار باستخدام التحليل العاملي الذي أكد الأبعاد، وحسب كذلك الاتساق الداخلي بين الأبعاد.

ثبات الاختبار:

لقد تم حساب ثبات الاختبار بالاعتماد على معامل ألفا حيث توصل مستواه إلى درجة (0.83).

مقياس الطلاقة النفسية كسمة: The Trait flow scale:

صدقي نور الدين محمد، علم نفس الرياضة: المكتب الجامعي الحديث، جامعة حلوان، الطبعة الأولى 2004.²

h وهو مقياس طوره جاكون ومارش

العربية الباحث : صدقي نور الدين محمد.³

يهدف إلى قياس ميل الفرد لإدراك التوازن بين التحديات التي يواجهها خلال المنافسات الرياضية وقدراته الذاتية للإنجاز أو مواجهة هذه التحديات. يتكون المقياس من 36 مفردة ولكل مفردة خمس (5) بدائل تقدر من 1 إلى 5.

صدق وثبات الاختبار:

لقد تم حساب ثبات وصدق الاختبار بنفس الأساليب التي استخدمت في مقياس الطلاقة كسمة وهي التحليل العاملي ومعامل ألفا.

ب. الإستمارة:

نظرا لأننا قد اعتمدنا في بحثنا على بعض الفرضيات التي تحتاج إلى معطيات تتضمن آراء الناجحين في الرياضة كان لابد من إنشاء استمارة بسيطة تهدف إلى جمع هذه المعطيات إضافة إلى بعض المعطيات الشخصية الضرورية. فلقد احتوت على أسئلة مبنية وأسئلة مفتوحة قدمناها لهؤلاء اللاعبين كآخر إجراء بعد تطبيق الاختبارات. وتوجد الاستمارة ضمن قائمة الملاحق.

³ صدقي نور الدين محمد ، علم نفس الرياضة، المكتب الجامعي الحديث، الطبعة الأولى 2004 ، جامعة حلوان.

الأساليب الإحصائية المستعملة:

لقد اعتمد الباحث على أهم وسيلة متوفرة للقيام بالتحاليل الإحصائية وهي ما يسمى بأحزمة

SPSS حيث تمكننا من خلالها تطبيق الأساليب الإحصائية التالية:

1. ارتباط برسون.
2. النسبة التائية للعينة الوحيدة Test « T » pour échantillon unique.
3. النسبة كا2 لتحليل الأسئلة المغلقة.
4. التحليل العاملي لتحليل مدى تشبع الاختبارات بالعوامل المشتركة.
5. تحليل المحتوى للأسئلة المفتوحة والاعتماد على النسبة المئوية.

الفصل العاشر: عرض النتائج وتحليلها

عرض نتائج الفرضية العامة.

عرض نتائج الفرضيات الأساسية:

- عرض نتائج الفرضية الأساسية الأولى.
- عرض نتائج الفرضية الأساسية الثانية.
- عرض نتائج الفرضية الأساسية الثالثة.
- عرض نتائج الفرضية الأساسية الرابعة.

عرض وتحليل الأسئلة المفتوحة.

عرض نتائج الفرضيات الخاصة.

" ترتبط المحددات النفسية (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية،

الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

تعتبر الفرضية الموسومة بالفرضية العامة جوهر الموضوع المدروس والخاص بالمحددات النفسية الستة (الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية) باعتبارها كسمة أو كحالة.

ونظرا لسعتها الكبيرة كان لابد من تجزئتها إلى فرضيات أساسية أربعة تتفرع كل منها إلى فرضيات فرعية لمحاولة الإجابة عنها إضافة إلى بعض الفرضيات الخاصة والمرتبطة بكل اختبار بوصفه كسمة أو كحالة. وما يمكن أن نلاحظه هو صعوبة تقديم التحليل الإحصائي لهذه الفرضية ولكننا يمكن أن نستنتج الملاحظات التالية:

إن التحليل الإحصائي باستخدام ارتباط بيرسون وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 وصلت مجموع الارتباطات الدالة إلى الثلث.

وأما باستخدام التحليل العاظمي فقد ثبت بأن هذه المحددات مشبعة بعوامل كثيرة.

ونستنتج في الأخير أن هذه المحددات رغم وجود بعض الارتباطات بينها أو بين أبعادها فإنه لا يمكن بأية حال اعتبارها تعمل موحدة للتأثير على الناجحين في الرياضة بل يمكن القول بأن توفرها لدى الرياضيين قد يساهم في نجاحهم.

جدول رقم (6) يبين العوامل المستخرجة

الستة (الشخصية، الدافعية ، العدوانية ،

وكحالة عند الناجحين في الرياضة.".

Matrice des composantes^a

	Composante					
	1	2	3	4	5	6
A11	.471	.212	-.121	.191	.192	.473
A12	.667	-.229	-8.78E-02	.382	7.855E-02	.221
A13	.468	.241	-5.86E-02	.298	.442	.197
A21	.128	.601	-.511	-.143	.216	-.321
A22	.102	.613	-.338	-.195	.507	-.181
A31	-.483	.432	-.156	.415	-.263	.197
A32	-.449	.412	-.102	.466	-.226	-.108
A33	-.495	.455	.304	-.162	.243	.108
A34	-.511	.477	.277	.239	4.347E-03	-.121
A4	-.477	2.297E-02	.355	-.335	.210	8.971E-02
A5	.576	.238	.557	.189	.208	-6.58E-02
A6	.624	.375	.429	-1.06E-02	-.161	-9.16E-02
B1	-.526	.158	.240	-5.15E-02	-7.16E-02	-7.55E-02
B21	.496	.261	-.120	-.459	-.349	.236
B22	.264	.495	-.332	-.339	-.305	.328
B3	-.431	.460	3.844E-02	.127	-.219	.230
B4	-.423	2.526E-02	.449	-.264	.206	.393
B5	.654	.243	.512	7.548E-02	-.118	-6.15E-02
B6	.566	.310	.245	-.127	-.297	-.291

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 6 composantes extraites.

وباستخدام التحليل العاملي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية
principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الستة كسمة وكحالة مشبعة بستة (6)
عوامل بما لا يدع مجالاً للشك.

إن يمكن الإقرار بعد هذا العلاج الإحصائي رفض الفرضية العامة التي تدعي ارتباط هذه
المحددات ووضع فرضية صفرية عكسها وهي أنه لا ترتبط المحددات النفسية عند الناجحين في
الرياضة.

وسنحاول فيما يلي أن نحلل الفرضيات التي سوف تتجزأ إلى فرضيات أساسية وفرضيات فرعية.

عرض نتائج الفرد

عرض نتائج الفرضية الأساسية الأولى:

ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية ، العدوانية ، القلق، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.

جدول رقم (7) يبين الارتباط بين المحددات

الدافعية A21, A22، العدوانية A33, A34،

الطلاقة النفسية (A6) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات	الإرتباط	الدلالة الإحصائية
A11 – A12	22.28	21.47	2.74	2.95	88	0.19	ارتباط دال
A11 – A13	22.28	21.12	2.74	3.4	88	0.33	ارتباط دال
A11 – A6	22.28	132.9	2.74	23.02	88	0.29	ارتباط دال
A12 – A13	21.47	21.12	2.95	3.4	88	0.39	ارتباط دال
A12 – A31	21.47	25.33	2.95	5.5	88	- 0.22	سلبى دال
A12 – A32	21.47	26.6	2.95	5.4	88	-0.25	سلبى دال
A12 – A33	21.47	30.12	2.95	4.83	88	- 0.77	سلبى دال
A12 – A34	21.47	24.56	2.95	5.76	88	- 0.39	سلبى دال
A12 – A4	21.47	46.22	2.95	9.98	88	- 0.39	سلبى دال
A12 – A5	21.47	89.96	2.95	20.93	88	0.32	ارتباط دال
A12 – A6	21.47	132.9	2.95	23.02	88	0.28	ارتباط دال
A13 – A5	21.12	89.96	3.4	20.93	88	0.35	ارتباط دال
A21 – A22	26.51	34.74	3.38	4.15	88	0.64	ارتباط دال
A31 – A32	25.03	26.6	5.5	5.4	88	0.51	ارتباط دال
A31 – A33	25.33	30.12	5.5	4.83	88	0.24	ارتباط دال
A31 – A34	25.33	24.56	5.5	5.76	88	0.45	ارتباط دال
A32 – A34	26.6	24.56	5.4	5.76	88	0.44	ارتباط دال
A33 – A34	30.12	24.56	4.83	5.76	88	0.51	ارتباط دال
A5 – A6	89.96	132.9	20.93	23.02	88	0.58	ارتباط دال

تظهر نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث وباستخدام ارتباط بيرسون وجود

ارتباطات قليلة بين الاختبارات التي تقيس المحددات النفسية الستة المشار إليها في الفرضية حيث

يقدر عدد هذه الارتباطات تسعة عشر (19) من بين

ما يمثل الثلث المرتبط فقط.

فنستنتج من ذلك التحليل الإحصائي المقدم في الجدول رقم () أعلاه التسعة عشر ارتباطات فنستخلص منه أنه لا يمكن أن نؤكد على وجود ارتباطات دالة بين المحددات النفسية الستة السابقة الذكر وهو ما لا يسمح لنا بقبول الفرضية الأساسية الأولى بكاملها لأننا لا يمكن قبول فرضية ترتبط فيها ثلث النتائج.

جدول رقم (8) يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاظمي من المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية ، العدوانية ، القلق، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.

Matrice des composantes^a

	Composante			
	1	2	3	4
A11	.489	.358	3.985E-03	.161
A12	.766	-2.99E-02	-6.63E-02	.343
A13	.495	.458	-2.05E-02	.141
A21	3.623E-02	.675	-.493	-.299
A22	1.510E-03	.754	-.309	-.408
A31	-.550	.318	-8.18E-02	.533
A32	-.548	.314	-.164	.537
A33	-.562	.367	.380	-.205
A34	-.630	.403	.360	.213
A4	-.482	-8.51E-02	.379	-.378
A5	.523	.352	.579	4.397E-02
A6	.492	.362	.534	3.697E-03

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 4 composantes extraites.

وباستخدام التحليل العاظمي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية Les composantes

principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الستة مشبعة بأربع عوامل بما لا

يدع مجالاً للشك.



Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

فبالرغم من وجود بعض الارتباطات بين جو

نؤكد على الارتباط الكامل لهذه الاختبارات وبإلذ

كما يلي: " لا ترتبط المحددات النفسية الستة : الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية

والطلاقة النفسية كسمة عند الناجحين في الرياضة لعدم وجود عامل مشترك بينها.

عرض نتائج الفرضية الأساسية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة: الشخصية، الدافعية، العدوانية كسمة عند الناجحين في الرياضة."

جدول رقم (9) يبين الارتباط بين المحددات النفسية الستة (الشخصية A11, A12, A13،

الدافعية A21, A22، العدوانية A31, A32, A33, A34، القلق A4، الثقة بالنفس A5،

الطلاقة النفسية A6) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات	الارتباط	الدلالة الإحصائية
A12 – A11	22.28	21.47	2.74	2.95	88	0.32	ارتباط دال
A13 – A11	22.28	21.24	2.74	3.29	88	0.39	ارتباط دال
A13 – A12	21.47	21.24	2.95	3.29	88	0.40	ارتباط دال
A31 – A12	21.47	25.33	2.95	5.50	88	- 0.26	ارتباط دال
A32 – A12	21.47	26.6	2.95	5.40	88	- 0.25	ارتباط دال
A33 – A12	21.47	30.12	2.95	4.83	88	- 0.48	ارتباط دال
A34 – A12	21.47	24.56	2.95	5.76	88	- 0.40	ارتباط دال
A22 – A 21	26.39	34.74	3.46	4.15	88	0.65	ارتباط دال
A32 – A31	25.33	26.6	5.50	5.40	88	0.52	ارتباط دال
A33 – A31	25.33	31.12	5.50	4.83	88	0.25	ارتباط دال
A34 – A31	25.33	24.56	5.50	5.76	88	0.46	ارتباط دال
A34 – A32	26.6	24.56	5.4	5.76	88	0.45	ارتباط دال
A34 – A33	30.12	24.56	5.5	5.76	88	0.52	ارتباط دال

تظهر نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث وباستخدام ارتباط بيرسون وجود ارتباطات

قليلة بين الاختبارات التي تقيس المحددات النفسية الثلاثة : الشخصية والدافعية والعدوانية المشار إليها

في الفرضية حيث يقدر عدد هذه الارتباطات ثلاثة

يعادل 36/13 وهو ما يمثل الثلث المرتبط فقط.

فنستنتج من ذلك التحليل الإحصائي المقدم في الجدول رقم () أعلاه الثلاثة عشر ارتباطات
فنستخلص من ذلك أنه لا يمكن أن نؤكد على وجود ارتباطات دالة بين المحددات النفسية الثلاثة
السابقة الذكر وهو ما لا يسمح لنا بقبول الفرضية الفرعية الأولى بكاملها لأننا لا يمكن قبول فرضية
ترتبط فيها ثلث النتائج.

**جدول رقم(10) يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية
الثلاثة (الشخصية، الدافعية ، العدوانية) كسمة عند الناجحين في الرياضة.**

Matrice des composantes^a

	Composante		
	1	2	3
A11	-.361	.490	.350
A12	-.714	.183	.417
A13	-.335	.592	.299
A21	.147	.761	-.346
A22	.176	.829	-.326
A31	.637	.120	.520
A32	.645	.120	.451
A33	.674	8.378E-02	-.197
A34	.783	4.744E-02	.183

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 3 composantes extraites.

وباستخدام التحليل العاملي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية Les composantes
principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الثلاثة تتحكم فيها ثلاث عوامل بما
لا يدع مجالاً للشك.

فبالرغم من وجود بعض الارتباطات بين جوانب هذه الاختبارات إلا أنه لا يمكن بأية حال
أن نؤكد على الارتباط الكامل لهذه الاختبارات وبالتالي نرفض الفرضية ونعوضها بفرضية
صفيرية كما يلي: " لا ترتبط المحددات النفسية الثلاثة : الشخصية والدافعية والعدوانية كسمة عند
الناجحين في الرياضة لعدم وجود عامل مشترك بينها.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الثاني.

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (القلق A4 ، الثقة بالنفس A5 ، الطلاقة النفسية A6) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

جدول رقم (11) يبين الارتباط بين المحددات النفسية الثلاثة القلق A4، الثقة

بالنفس A5، الطلاقة النفسية A6) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات	الإرتباط	الدلالة الإحصائية
A5 – A4	46.22	89.96	9.98	20.93	98	- 0.11	سلبى غير دال
A6 – A4	46.22	132.9	9.98	23.02	88	- 0.13	سلبى غير دال
A6 – A5	89.96	132.9	20.93	23.02	88	0.58	ارتباط دال

تظهر نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث وباستخدام ارتباط بيرسون وجود ارتباطات سلبية بين الاختبارات التي تقيس المحددات النفسية الثلاثة : القلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية المشار إليها في الفرضية حيث يقدر عدد هذه الارتباطات السلبية إثنان (2) وارتباط إيجابي واحد. وهو ما يجعلنا نستنتج أنه كلما زاد القلق نقصت الثقة النفسية ، وكلما زاد القلق نقصت تبعاً لذلك الطلاقة النفسية فزاد التوتر والاضطراب.

جدول رقم(12) يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية

الثلاثة(القلق، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

Matrice des composantes^a

	Composante
	1
A4	-.335
A5	.868
A6	.872

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 1 composantes extraites.

وباستخدام التحليل العاملي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية Les composantes

principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الثلاثة مشبعة بعامل واحد بما لا يدع

مجالاً للشك.

فالارتباط السلبي واضح تمام الوضوح حيث أن القلق يعطي نتيجة سلبية بينما يكون

موجبا بالنسبة للثقة والطلاقة النفسية.

ورغم ذلك كله يمكن الإقرار باتحاد هذه المحددات وبالتالي نقبل الفرضية بكاملها

لاعتبار نتائج الارتباط السلبي الدال للقلق.

عرض نتائج الفرضية الأساسية الثانية:

" ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية B1 ، الدافعية B21 ، العدوانية B3 ، القلق B4 ، الثقة ، النفس B5 ، الطلاقة النفسية B6) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

جدول رقم (13) يبين الارتباط بين المحددات النفسية الستة (الشخصية B1 ، الدافعية B2 ،

العدوانية B3 ، القلق B4 ، الثقة بالنفس B5 ، الطلاقة النفسية B6) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات	الارتباط	الدلالة الإحصائية
B22 – B21	24.38	21.31	3.51	3.3	88	0.52	ارتباط دال
B3 – B1	38.46	64.55	3.74	11.83	88	0.31	ارتباط دال
B4 – B1	38.46	42.48	3.74	11.14	88	0.27	ارتباط دال
B4 – B3	64.55	42.48	11.83	11.14	88	0.23	ارتباط دال
B5 – B21	24.38	88.81	3.52	22.67	88	0.33	ارتباط دال
B6 – B21	24.38	133.4	3.52	16.87	88	0.35	ارتباط دال
B6 – B5	88.81	133.4	22.67	16.87	88	0.50	ارتباط دال

تظهر نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث وباستخدام ارتباط بيرسون وجود

ارتباطات قليلة بين الاختبارات التي تقيس المحددات النفسية الستة المشار إليها في الفرضية حيث

يقدر عدد هذه الارتباطات سبعة (7) من بين واحد وعشرون (21) محاولة أي ما يعادل 21/7 وهو

ما يمثل الثلث المرتبط فقط ورغم وجود بعض الارتباطات السلبية الغير دالة إحصائياً.

فستنتج من ذلك التحليل الإحصائي المقدم

فستخلص من ذلك أنه لا يمكن أن نؤكد على و

السابقة الذكر وهو ما لا يسمح لنا بقبول الفرضية الأساسية الأولى بكاملها لأننا لا يمكن قبول
فرضية ترتبط فيها ثلث النتائج.

جدول رقم(14) يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العائلي من المحددات النفسية الستة)
الشخصية، الدافعية ، العدوانية ، القلق، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كحالة عند الناجحين في
الرياضة."

Matrice des composantes^a

	Composante		
	1	2	3
B1	-.489	.524	.234
B21	.736	.314	-.287
B22	.538	.454	-.555
B3	-.336	.690	-6.73E-02
B4	-.446	.472	.196
B5	.659	.131	.548
B6	.664	.206	.494

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 3 composantes extraites.

وباستخدام التحليل العائلي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية Les composantes

principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الستة مشبعة بثلاث عوامل بما لا

يدع مجالاً للشك.

فبالرغم من وجود بعض الارتباطات بين جوانب هذه الاختبارات إلا أنه لا يمكن بأية حال أن

نؤكد على الارتباط الكامل لهذه الاختبارات وبالتالي نرفض الفرضية ونعوضها بفرضية صفرية

كما يلي:" لا ترتبط المحددات النفسية الستة : الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية

والطلاقة النفسية كحالة عند الناجحين في الرياضة لعدم تشبعها بعامل مشترك واحد بينها.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية B1 ، الدافعية B2 ، العدوانية B3) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

جدول رقم (15) يبين الارتباط بين المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية B1 ،

الدافعية B2 ، العدوانية B3) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

المتغيرات	م1	م2	ع1	ع2	درجات	الإرتباط	الدلالة الإحصائية
B21 – B1	38.46	24.38	3.74	36.52	88	- 0.19	سلبى غير دال
B22 – B1	38.46	21.31	3.74	3.30	88	- 0.12	سلبى غير دال
B3 –B1	38.46	64.55	3.74	11.83	88	0.30	ارتباط دال
B22 –B21	24.38	21.31	3.52	3.30	88	0.51	ارتباط دال
B3 – B21	24.38	64.55	3.52	11.83	88	-0.07	سلبى غير دال
B3– B22	21.31	64.55	3.30	11.83	88	0.05	غير دال

تظهر نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث وباستخدام ارتباط بيرسون وجود ارتباطات

قليلة بين الاختبارات التي تقيس المحددات النفسية الثلاثة : الشخصية والدافعية والعدوانية المشار إليها

في الفرضية حيث يقدر عدد هذه الارتباطات إثنان (2) من بين ستة محاولات أي ما يعادل 6/2

وهو ما يمثل الثلث المرتبط فقط.

فالإرتباط سلبى بين اختبار السلوك التنافسي وأبعاد اختبار التوجه نحو المهمة ونحو الذات حيث أنه

كلما ارتفع السلوك التنافسي نقص معه التوجه نحو المهمة أو نحو الذات.

ويرتبط السلوك التنافسي مع العدوان الرياضي أي كلما كان المستوى التنافسي قويا كلما زاد العدوان الرياضي.

ويرتبط سلبيا التوجه نحو المهمة مع العدوان الرياضي أي أنه كلما زاد التوجه نحو المهمة نقص معه العدوانية ولا يرتبط توجه الذات مع العدوان الرياضي.

جدول رقم(16) يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العاملي من المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية، الدافعية ، العدوانية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

Matrice des composantes^a

	Composante	
	1	2
B1	-.545	.582
B21	.819	.265
B22	.752	.453
B3	-.307	.784

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 2 composantes extraites.

Les composantes الأساسية باستخدام التحليل العاملي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية

principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الثلاثة مشبعة بعاملين بما لا يدع

مجالا للشك.

فنستنتج من ذلك التحليل الإحصائي المتمثل في الارتباط والتحليل العاملي أعلاه فنستخلص من ذلك

أنه لا يمكن أن نؤكد على وجود ارتباطات دالة بين المحددات النفسية الثلاثة السابقة الذكر وهو ما لا

يسمح لنا بقبول الفرضية الفرعية الأولى بكاملها لأننا لا يمكن قبول فرضية ترتبط فيها ثلث النتائج.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (القلق B4 ، الثقة بالنفس B5 ، الطلاقة النفسية B6) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

جدول رقم (17) يبين الارتباط بين المحددات النفسية الثلاثة (القلق B4، الثقة بالنفس B5، الطلاقة النفسية B6) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات	الإرتباط	الدالة الإحصائية
B5 – B4	42.48	88.81	11.14	22.67	هجرية	- 0.08	سلبى غير دال
B6 – B4	42.48	133.4	11.14	16.87	88	- 0.18	سلبى غير دال
B6 – B5	88.81	133.4	22.67	16.87	88	0.50	ارتباط دال

إن نتائج التحليل الإحصائي المعتمد على ارتباط بيرسون تظهر جليا بما لا يدع مجالا للشك في مستوى 0.01 الارتباط السلبى بين كل من القلق كحالة والثقة النفسية كحالة من جهة، وبين القلق كحالة والطلاقة النفسية كحالة من جهة أخرى . ونعني بذلك أنه كلما زاد قلق اللاعبين في المنافسات نقصت على إثره الثقة النفسية والطلاقة النفسية في أن واحد.

وما يدل على ذلك حدوث ارتباط دال بين الثقة النفسية والطلاقة النفسية في نفس المستوى وفي درجة حرية 88 بما لا يدع مجالا للشك.

جدول رقم (18) يبين العوامل المستخرجة بالتحليل العائلي من المحددات النفسية الستة (القلق، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة.

Matrice des composantes^a

	Composante
	1
B4	-.399
B5	.817
B6	.856

Méthode d'extraction : Analyse en composantes principales.

a. 1 composantes extraites.

وباستخدام التحليل العائلي المتمثل في استخراج التجمعات الأساسية Les composantes principales تظهر النتائج الإحصائية أن المحددات النفسية الثلاثة مشبعة بعامل واحد بما لا يدع مجالاً للشك.

فنستنتج من كل ما سبق أن الارتباط قائم بين الاختبارات الثلاثة رغم كونه سلبياً فهو دال إلى أبعد الحدود ورغم ذلك كله يمكن الإقرار باتحاد هذه المحددات وبالتالي نقبل الفرضية بكاملها لاعتبار نتائج الارتباط السلبى الدال للقلق.

عرض نتائج الفرضية

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

"يوجد فروق غير دالة بين المحددات النفسية الستة كسمة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية، الفلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) مقارنة بالمحددات النفسية الستة كحالة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية، الفلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

عرض نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

"يوجد فروق غير دالة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

جدول رقم (19): يبين المقارنة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة.

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
B1 - A11	22.28	38.46	2.74	3.74	88	-29.78	فروق دالة
B1 - A12	21.47	38.46	2.95	3.74	88	-28.46	فروق دالة
B1 - A13	21.12	38.46	3.40	3.74	88	-30.08	فروق دالة

من الجدول السابق تظهر نتائج التحليل الإحصائي الذي استخدم فيه النسبة التائية وجود فروق دالة

بين أبعاد الشخصية كسمة ونتائج اختبار الثقة كحالة في مستوى 0.05 ودرجات حرية 88. وتظهر

النسبة التائية سلبية لأن متوسطات أبعاد اختبار الشخصية كسمة أقل بكثير من متوسط من نتائج اختبار

الشخصية كحالة.

ونستنتج من ذلك كله ونظرا للفرق الكبير بين الاختبارين عدم تحقيق الفرضية ورفضها والتأكيد

على وجود فروق دالة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة عند الناجحين في الرياضة.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

" يوجد فروق غير دالة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

جدول رقم (20): يبين المقارنة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة.

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
B21 – A21	26.51	24.38	3.38	3.52	88	4.39	فروق دالة
B22 – A21	26.51	21.31	3.38	3.30	88	13.22	فروق دالة
B21 – A22	34.74	24.38	4.15	3.52	88	19.30	فروق دالة
B22 – A22	34.74	21.31	4.15	3.30	88	27.54	فروق دالة

من الجدول السابق تظهر نتائج التحليل الإحصائي الذي استخدم فيه النسبة التائية وجود فروق دالة

بين أبعاد اختبار الدافعية كسمة ونتائج أبعاد اختبار الدافعية كحالة في مستوى 0.05 ودرجات حرية

88. وتظهر النسبة التائية ارتفاع متوسطات أبعاد اختبار الدافعية كسمة أكثر من نتائج اختبار أبعاد

اختبار الدافعية كحالة.

ونسنتج من ذلك كله ونظرا للفرق الكبير بين الإختبارين عدم تحقيق الفرضية ورفضها والتأكيد

على وجود فروق دالة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة عند الناجحين في الرياضة.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الثالثة:

" يوجد فروق غير دالة بين العدوانية كسمة والعدوانية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

جدول رقم (21): يبين المقارنة بين العدوانية كسمة والعدوانية كحالة.

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
B3 – A31	25.33	64.55	5.50	11.83	88	-34.56	فروق دالة
B3 – A32	26.60	64.55	5.40	11.83	88	-32.06	فروق دالة
B3 - A33	30.12	64.55	4.83	11.83	88	-29.16	فروق دالة
B3 – A34	24.56	64.55	5.76	11.83	88	-32.98	فروق دالة

من الجدول السابق تظهر نتائج التحليل الإحصائي الذي استخدم فيه النسبة التائية وجود فروق دالة

بين أبعاد اختبار العدوانية كسمة ونتائج اختبار الدافعية كحالة في مستوى 0.05 ودرجات حرية

88. وتظهر النسبة التائية سلبية لأن متوسطات أبعاد اختبار الدافعية كسمة أقل بكثير من متوسط نتائج

اختبار الدافعية كحالة.

ونستنتج من ذلك كله ونظرا للفرق الكبير بين الإختبارين عدم تحقيق الفرضية ورفضها بالتأكيد

على وجود فروق دالة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة عند الناجحين في الرياضة.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الرابعة:

" يوجد فروق غير دالة بين القلق كسمة والقلق كحالة عند الناجحين في الرياضة"

جدول رقم (22): يبين المقارنة بين القلق كسمة والقلق كحالة.

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
B4 –A4	46.22	42.48	9.98	11.14	88	2.99	فروق دالة

من الجدول السابق تظهر نتائج التحليل الإحصائي الذي استخدم فيه النسبة التائية وجود فروق دالة

بين اختبار القلق كسمة ونتائج اختبار القلق كحالة في مستوى 0.05 ودرجات حرية 88. وتظهر النسبة

التائية ايجابية لأن متوسط اختبار القلق كسمة أكبر من متوسط اختبار القلق كحالة.

ونستنتج من ذلك كله ونظرا للفرق الكبير بين الاختبارين عدم تحقيق الفرضية ورفضها بالتأكيد على

وجود فروق دالة بين القلق كسمة والقلق كحالة عند الناجحين في الرياضة.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الخامسة:

" يوجد فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة والثقة الرياضية كحالة عند الناجحين في الرياضة"

جدول رقم (23): يبين المقارنة بين الثقة النفسية كسمة والثقة النفسية كحالة.

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدالة الإحصائية
B5 – A5	89.96	88.81	2.93	22.67	88	0.68	فروق غير دالة

من الجدول السابق تظهر نتائج التحليل الإحصائي الذي استخدم فيه النسبة التائية وجود فروق غير

دالة بين اختبار الثقة النفسية كسمة ونتائج اختبار الثقة النفسية كحالة في مستوى 0.05 ودرجات حرية

88. وتظهر النسبة التائية موجبة لأن متوسط اختبار الثقة النفسية كسمة أكبر من متوسط من اختبار

الثقة النفسية كحالة.

ونستنتج من ذلك كله ورغم الفرق الموجود بين الاختبارين عدم تحقيق الفرضية ورفضها والتأكيد

على وجود فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة والثقة النفسية كحالة عند الناجحين في الرياضة.

عرض نتائج الفرض

" يوجد فروق غير دالة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة"

جدول رقم (24): يبين المقارنة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة.

المتغيرات	1م	2م	1ع	2ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدالة الإحصائية
B6 – A6	132.9	133.4	23.02	16.87	88	-0.26	فروق غير دالة

من الجدول السابق تظهر نتائج التحليل الإحصائي الذي استخدم فيه النسبة التائية وجود فروق غير دالة بين اختبار الطلاقة النفسية كسمة ونتائج اختبار الطلاقة النفسية كحالة في مستوى 0.05 ودرجات حرية 88. وتظهر النسبة التائية موجبة لأن متوسط اختبار الثقة النفسية كسمة أقل نوعاً ما من متوسط اختبار الثقة النفسية كحالة.

ونستنتج من ذلك كله ورغم الفرق الموجود بين الاختبارين عدم تحقيق الفرضية ورفضها والتأكيد

على وجود فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة والثقة النفسية كحالة عند الناجحين في الرياضة.

عرض نتائج الفرضية الأساسية الرابعة:

"يوجد عوامل مختلفة للنجاح الرياضي"

تحليل السؤال الخامس:

"هل يجري انتقاء رياضي النخبة على أساس موضوعي (صحيح)؟"

جدول رقم (25): يبين نتائج السؤال الخامس.

المتغيرات	نعم	لا	لا أدري	درجات	النسبة "كا2"	الدلالة
السؤال 5 QU	53	17	19	2	27.59	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي للسؤال الخامس والذي نعتبره يجيب عن الفرضية الأساسية الرابعة نوعاً ما إضافة للفرضيات الأخرى وباستخدام النسبة كا2 تدل نتائجه على أن كا2 المحسوبة 27.59 وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 2 تفوق بكثير النسبة كا2 الجدولية .

وبالتالي نستنتج من ذلك أن الفرق واضح تمام الوضوح بين بدائل السؤال مما يجعلنا نؤكد أن إجابات الناجحين بنعم هي أهم الإجابات على السؤال المطروح أي أن أغلبهم مقتنع بوجود عوامل موضوعية للنجاح الرياضي. فتأكد الفرضية.

عرض نتائج الفرضية الفرعية

" العمل يؤدي للنجاح الرياضي "

تحليل السؤال الأول:

هل النجاح الرياضي يأتي بالعمل؟

جدول رقم (26): يبين نتائج السؤال الأول.

المتغيرات	نعم	لا	لا أدري	درجات	النسبة "كا2"	الدلالة
السؤال 1 QU	84	2	3	2	149.28	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي للسؤال الأول والذي نعتبره يجب عن الفرضية الفرعية باستخدام النسبة كا2 تدل نتائجه على أن كا2 المحسوبة 149.28 وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 2 تفوق بكثير النسبة كا2 الجدولية .

وبالتالي نستنتج من ذلك أن الفرق واضح تمام الوضوح بين بدائل السؤال مما يجعلنا نؤكد أن إجابات الناجحين بنعم هي أهم الإجابات على السؤال المطروح أي أن أغلبهم مقتنع بأن العمل هو أساس النجاح الرياضي فنتأكد الفرضية.

وبالتالي نستنتج من ذلك أن الفرق واضح تمام

إجابات الناجحين بنعم هي أهم الإجابات على الس

الإمكانيات المادية .

وفي الأخير يمكن أن نلاحظ أن هناك إجابات موجبة لصالح توفر الإمكانيات المعنوية وقد توفر

لسهولة الحصول عليها بينما إجابات رافضة لتوفر الإمكانيات المادية وذلك لصعوبة الحصول عليها.

إذن فرغم عدم توفر هذه الإمكانيات فالنجاح ممكن لديهم لوجود عوامل أو دوافع أخرى وبالتالي

يمكن رفض الفرضية جزئيا وعدم قبولها كليا.

عرض نتائج الفرضي

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

" ليس للحظ دور في النجاح الرياضي

جدول رقم (28): يبين نتائج السؤال الثاني.

المتغيرات	نعم	لا	لا أدري	درجات	النسبة "كا2"	الدلالة
السؤال 2 QU	53	20	16	2	27.79	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي للسؤال الأول والذي نعتبره يجيب عن الفرضية الفرعية الثالثة

باستخدام النسبة كا2 تدل نتائجه على أن كا2 المحسوبة 27.79 وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 2

تفوق بكثير النسبة كا2 الجدولية .

وبالتالي نستنتج من ذلك أن الفرق واضح تمام الوضوح بين بدائل السؤال مما يجعلنا نؤكد أن

إجابات الناجحين بنعم هي أهم الإجابات على السؤال المطروح أي أن أغلبهم مقتنع بأن الحظ له دور

في النجاح الرياضي وبالتالي نرفض الفرضية.

عرض نتائج الفرضية الفرعية الرابعة:

" للمحسوبية دور في النجاح الرياضي "

تحليل السؤال الرابع:

"هل توجد محسوبية في انتقاء رياضيي النخبة؟"

جدول رقم (29): يبين نتائج السؤال السادس.

المتغيرات	نعم	لا	لا أدري	درجات	النسبة كا	الدالة
السؤال 6 QU	35	28	26	2	1.5	فروق غير دالة

إن التحليل الإحصائي للسؤال الأول والذي نعتبره يجب عن الفرضية الفرعية الرابعة باستخدام النسبة كا2 تدل نتائجه على أن كا2 المحسوبة 1.5 وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية تقل عن النسبة كا2 الجدولية .

وبالتالي نستنتج أنه رغم الفرق الموجود بين بدائل السؤال مما يجعلنا نؤكد أن إجابات الناجحين بنعم هي أهم الإجابات على السؤال المطروح أي أن أغلبهم مقتنع بأن المحسوبية له دور في النجاح الرياضي واعتبارا للفروق الغير الدالة بين إجابات الناجحين في الرياضة فلا يمكن التأكيد وقبول هذه الفرضية.

السؤال السابع(7):

ما هو الأساس الموضوعي لانتقاء رياضيي النخبة؟

جدول رقم (30): يبين ترتيب إجابات الناجحين على السؤال السابع .

النسبة المئوية	التكرار	الأساس الموضوعي
47.19%	42	1. العمل والجهد
42.69%	38	2. المهارة واللعب الجيد
23.59%	21	3. الأخلاق والانضباط
16.85%	15	4. القدرات الجسمية والشخصية
8.98%	8	5. التدريب الجيد
7.86%	7	6. الخبرة

إن تحليل المحتوى المشكل في الجدول أعلاه يظهر أن الناجحين في الرياضة يعتقدون بنسبة كبيرة 47.19 % بأن العمل والجهد هما أساس انتقاء رياضيي النخبة.

يأتي في المرتبة الثانية المهارة واللعب الجيد بنسبة 42.69 % .

أما المرتبة الثالثة فهي تخص الأخلاق والانضباط بنسبة 23.59 % .

وفي المرتبة الرابعة نجد القدرات الجسمية والشخصية بنسبة 16.85 %.

وفي المرتبة الخامسة التدريب الجيد بنسبة 8.98 % .

أما المرتبة السادسة والأخيرة فنجد الخبرة بنسبة 7.86 % .

وتجدر الإشارة إلى أننا قد أغفلنا مجموعة من الإجابات الشخصية التي لم تتكرر إلا عند فرد أو فردين.

السؤال الثامن(8):

ما هي الصعوبات التي تواجهك كرياضي من النخبة؟

جدول رقم (31): يبين ترتيب إجابات الناجحين على السؤال الثامن.

النسبة المئوية	التكرار	الصعوبات
33.70 %	30	1. الحاجات المادية
13.48 %	12	2. الدراسة وقلة الوقت
13.48 %	12	3. نقص الثقة وقلة الخبرة والحوافز
12.35 %	11	4. صعوبة الحركات وقلة التدريبات
21.34 %	19	5. لا يوجد صعوبات

إن تحليل محتوى إجابات عينة البحث تعطينا النتائج التالية ردا على سؤال يتعلق بذكر الصعوبات التي تعيق ممارسات الناجحين في الرياضة.

فمن الصعوبات الكبيرة عدم توفير الحاجات المادية لهؤلاء الرياضيين بنسبة 33.70 % .

وتأخذ الدراسة وقلة الوقت المرتبة الثانية من الصعوبات بنسبة 13.48 % .

وفي المرتبة الثالثة نجد نقص الثقة في النفس وقلة الخبرة وقلة الحوافز المعنوية بنسبة 13.48% .

بينما تتدرج في المرتبة الرابعة صعوبات الحركة قلة التدريبات بنسبة 12.35 % .

أما المرتبة الخامسة في هذا الترتيب فيخص الأفراد الذين أجابوا بصراحة عدم وجود صعوبات في ممارساتهم الرياضية بنسبة 21.34 % .

وتجدر الإشارة إلى أننا قد أغفلنا مجموعة من الإجابات الشخصية التي لم تتكرر إلا عند فرد أو فردين.

السؤال التاسع (9):

ما هي المشاكل التي تعاني منها في ممارساتك ؟

جدول رقم (32): يبين ترتيب إجابات الناجحين على السؤال التاسع .

النسبة المئوية	التكرار	المشاكل
52.80 %	47	1. قلة الإمكانيات المادية
14.60 %	13	2. مشاكل الدراسة والعمل
12.35 %	11	3. نقص التحضيرات للمنافسات
11.23 %	10	4. مشاكل شخصية وعائلية
6.76 %	6	5. مشاكل تسيير الفريق
11.23 %	10	6. لا يوجد مشاكل

إن تحليل محتوى إجابات عينة البحث تعطينا النتائج التالية ردا على سؤال يتعلق بذكر المشاكل التي يعاني منها الناجحون في الرياضة.

وأول المشكلات التي أخذت مكانتها بين إجاباتهم هي مشكل قلة الإمكانيات بكل أنواعها فكانت الإجابة بنسبة 52.80 % .

وتأتي في المرتبة الثانية مشاكل الدراسة والعمل بنسبة 14.60 % لوجود عدد من المتمدرسين في المتوسطات أو الثانويات.

أما في المرتبة الثالثة فيؤكد بعضهم على نقص التحضيرات بنسبة 12.35 % .

بينما تترتب في المرتبة الرابعة مشاكل شخصية وعائلية تعيق العمل بنسبة 11.23 % .

أما مشاكل تسيير الفريق فتأتي في المرتبة الأخيرة بنسبة 6.76 % .

لكن مع ذلك هناك مجموعة من الرياضيين أصروا بعدم وجود مشاكل يعانون منها وقد تفسر إجاباتهم بتخوفهم أو لأسباب من النوع بنسبة 11.23 % .

وتجدر الإشارة إلى أننا قد أغفلنا مجموعة من الإجابات
فرددين.

اقتراحات الناجحين في الرياضة:

جدول رقم (33): يبين ترتيب اقتراحات الناجحين على حل مشاكلهم.

النسبة المئوية	التكرار	الاقتراحات
40.44 %	36	1. توفير الإمكانيات المادية
12.35 %	11	2. الإهتمام أكثر بالرياضيين
11.23 %	10	3. الشخص المناسب في المكان المناسب
11.23 %	10	4. توفير الإمكانيات المعنوية
5.61 %	5	5. التعاون

بعد تحليل محتوى إجابات عينة البحث محل الدراسة تظهر النتائج أن الاقتراح أي تكرر كثيرا هو

توفير الإمكانيات المادية بنسبة 40.44 % .

ويأتي في المرتبة الثانية الاعتناء أكثر بالرياضيين ولم يحدد بالضبط معنى هذا الاعتناء بنسبة

12.35 % .

وفي المرتبة الثالثة يؤكدون على وضع الشخص المناسب في المكان المناسب بنسبة 11.23 % .

وفي المرتبة الرابعة نجد توفير الإمكانيات المعنوية بنسبة 11.23 % .

وفي المرتبة الأخيرة يؤكد بعضا منهم على التعاون في الفريق بنسبة 5.61 %.

وتجدر الإشارة إلى أننا قد أغفلنا مجموعة من الإجابات الشخصية التي لم تتكرر إلا عند فرد أو

فرددين.

عرض نتائج الفرضيات الخاصة:

1. الفرضية الأساسية الأولى:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بشخصية معينة".

جدول رقم (34): يبين المقارنة بين أبعاد الشخصية كسمة (A11، A13، A12) وكحالة B1 مع المتوسط الفرضي للمقياسين.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A11	22.25	20	2.74	88	7.86	فروق دالة
A12	21.47	20	2.95	88	4.70	فروق دالة
A13	21.62	20	3.40	88	3.12	فروق دالة
B1	38.46	20	3.74	88	-3.88	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لأبعاد الشخصية الذي يزيد بقليل عن المتوسط الفرضي 20.

وكذلك التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لاستخبار السلوك التنافسي 38.46 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 20.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى معتدل من الأنماط المزاجية ومستوى عال من السلوك التنافسي في المنافسات الرياضية. وهذا ما يجعلهم يتميزون بشخصيات مميزة وهو ما تؤكد الفرضية الأساسية الأولى.

أ.الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة يتميزون
(المزاجية)

جدول رقم (35): يبين المقارنة بين أبعاد الشخصية كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A11	22.25	20	2.74	88	7.86	فروق دالة
A12	21.47	20	2.95	88	4.70	فروق دالة
A13	21.62	20	3.40	88	3.12	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجها عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لأبعاد الشخصية الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 20.

ففي بعد قوة عمليات الاستثارة **A11**: درجات الرياضيين غير مرتفعة في هذا البعد مما يجعلنا نقر بأن هؤلاء الرياضيين لا يتميزون بسرعة الاستثارة والانفعالات القوية ولديهم سرعة التحكم في الانفعالات والرغبة في المشاركة في منافسات متتالية وهو ما تدل عليه نتائجهم.

أما في بعد قوة عمليات الكف **A12**: فيشير هذا البعد إلى أنهم غير قادرين على الامتناع عن أداء ما والصبر والمثابرة والقدرة على ضبط النفس وعدم السيطرة على الانفعالات قبل المنافسة وإظهار تعبيرات انفعالية وصعوبة العودة للحالة الطبيعية بعد الاستثارة.

أما المرونة الشخصية **A13**: فدرجات الرياضيين في هذا البعد تشير أنهم غير قادرين على سرعة التكيف والمواءمة وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة والقدرة على الاشتغال في أكثر من عمل في وقت واحد وعدم سرعة الاندماج والتفاهم مع الآخرين.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى معتدل من الأنماط المزاجية في المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

ب. الفرضية الفرعية الثانية:

"الناجحون في الرياضة يسلكون سلوكات تنافسية شخصية." (استخبار السلوك التنافسي).

جدول رقم(36): يبين المقارنة بين استخبار السلوك التنافسي كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
B1	38.46	20	3.74	88	-3.88	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لاستخبار السلوك

التنافسي **B1** 38.46 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 20.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من السلوك التنافسي في المنافسات

الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

2. الفرضية الأساسية الثانية:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بدافعية عالية."

جدول رقم (37): يبين المقارنة بين اختبار الدافعية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي للاختبارين.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A21	26.51	18	3.38	88	23.75	فروق دالة
A22	34.74	24	4.15	88	24.40	فروق دالة
B21	24.38	18	3.52	88	17.09	فروق دالة
B22	21.31	18	3.30	88	9.49	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لاختبار إدراكات النجاح في بعده **A21، A22** الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

والتحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه كذلك عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس التوجه نحو المهمة **B21** ونحو الذات **B22** الذي يزيد عن المتوسط الفرضي 18.

فلاحظ أن الناجحين في الرياضة يتميزون بدافعية عالية تتمثل في التنافسية والحب التفوق إضافة إلى التوجه نحو المهمة التي تحقق الأهداف الرياضية في المنافسات رغم ميلهم إلى التوجه نحو الذات نوعاً ما.

فنستنتج من ذلك في الأخير أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الدافعية سواء في الظروف العادية أو المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الأساسية الثانية.

أ.الفرضية الفرعية الأولى:

" الناجحون في الرياضة يتميزون بأنماط دافعية الإنجاز." (استخبار إدراكات النجاح).

جدول رقم (38): يبين المقارنة بين اختبار الدافعية كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
A21	26.51	18	3.38	88	23.75	فروق دالة
A22	34.74	24	4.15	88	24.40	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لاستخبار إدراكات

النجاح الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

فالسطر الأول من الجدول يبين المقارنة بين بعد التنافسية (A21) حيث أن متوسطه الحسابي

26.51 مقارنة بالمتوسط الفرضي 18 يدل التحليل الإحصائي المتمثل في النسبة التائية على وجود

فروق دالة بينهما في مستوى 0.05 ودرجات حرية 88.

أما السطر الثاني من الجدول فيبين المقارنة بين بعد التفوق (A22) حيث أن متوسطه الحسابي

34.74 مقارنة بالمتوسط الفرضي 24 يدل التحليل الإحصائي المتمثل في النسبة التائية على وجود

فروق دالة بينهما في مستوى 0.05 ودرجات حرية 88.

فنستنتج من ذلك ورغم الفارق البسيط بينهما أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من

دافعية الإنجاز في المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

ب. الفرضية الفرعية الثانية:

الناجحون في الرياضة يتوجهون
ونحو الذات).

جدول رقم (39): يبين المقارنة بين متوسط الدافعية كحالة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
B21	24.38	18	3.52	88	17.09	فروق دالة
B22	21.31	18	3.30	88	9.49	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجها عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس التوجه نحو المهمة ونحو الذات الذي يزيد عن المتوسط الفرضي 18.

فيظهر أن متوسط بعد التوجه نحو المهمة **B21** 24.38 يفوق المتوسط الفرضي 18 وبمقارنة النسبة التائية المحسوبة 17.09 مع النسبة التائية الجدولية فإن الفروق دالة بينهما في نفس المستوى المذكور أعلاه.

وكذلك أن متوسط بعد التوجه نحو الذات **B22** 21.31 أكبر بقليل من المتوسط الفرضي 18 لكن النسبة التائية تؤكد وجود فروق دالة بينهما.

وفي الأخير لا يسعنا إلا أن نلاحظ أن الناجحين في الرياضة غالبا ما يتوجهون نحو المهمة مع وجود ميل إلى التوجه نحو الذات .

فنستنتج من ذلك ورغم الفارق الموجود بينهما أن الناجحين في الرياضة يتوجهون نحو المهمة وهو المطلوب في المنافسات الرياضية وأخيرا هو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

3. الفرضية الأساسية الثالثة:

"الناجحون في الرياضة لا يتميزون بالعدوانية."

جدول رقم (40): يبين المقارنة بين متوسط العدوانية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي للاختبارين.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدالة الإحصائية
A31	25.33	30	5.50	88	-8.02	فروق دالة
A32	26.60	30	5.40	88	-5.75	فروق دالة
A33	30.12	30	4.83	88	0.24	فروق غير دالة
A34	24.56	30	5.76	88	-8.90	فروق دالة
B3	64.55	63	11.83	88	1.23	فروق غير دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للعدوان العام في أبعاده المختلفة والذي يقل بكثير عن المتوسط الفرضي 30 ولصالح المتوسطات الحقيقية.

وكذلك التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق غير دالة بين المتوسط الحسابي للعدوان الرياضي **B3** 64.55 الذي لا يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 63.

فنستنتج من ذلك كله أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بمستوى عال من العدوان في الظروف العادية والمنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

الناجحون في الرياضة أقل عدد
العدوان العام).

جدول رقم (41): يبين المقارنة بين متوسط العدوانية كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الإختبار.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A31	25.33	30	5.50	88	-8.02	فروق دالة
A32	26.60	30	5.40	88	-5.75	فروق دالة
A33	30.12	30	4.83	88	0.24	فروق غير دالة
A34	24.56	30	5.76	88	-8.90	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للعدوان الرياضي في أبعاده المختلفة والذي يقل بكثير عن المتوسط الفرضي 30.

فمتوسط التهجم **A31** = 25.33 أقل من المتوسط الفرضي 30 فالنسبة التائية سالبة -8.02 والفروق دالة لصالح المتوسط الحقيقي.

ومتوسط العدوان الفظ **A32** = 26.60 أقل من المتوسط الفرضي 30 فالنسبة التائية سالبة -5.95 والفروق دالة لصالح المتوسط الحقيقي.

ومتوسط سرعة الإشتارة **A33** = 30.12 تقارب المتوسط الفرضي 30 فالنسبة التائية 0.24 والفروق غير دالة لصالح المتوسط الحقيقي.

ومتوسط العدوانية الغير مباشرة **A34** = 24.56 أقل من المتوسط الفرضي 30 فالنسبة التائية سالبة -8.90 والفروق دالة لصالح المتوسط الحقيقي.

فنتنتج من ذلك كله أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بمستوى عال من العدوان العام في الظروف العادية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

ب. الفرضية الفرعية الثانية :

" الناجحون في الرياضة أقل عدوانية في المنافسات الرياضية"

جدول رقم (42): يبين المقارنة بين متوسط العدوانية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الإختبار.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
B3	64.55	63	11.83	88	1.23	فروق غير دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجها عن وجود فروق غير دالة بين المتوسط الحسابي للعدوان

الرياضي **B3** 64.55 الذي لا يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 63.

فنستنتج من ذلك ورغم الفارق البسيط بينهما أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بمستوى عال

من العدوان الرياضي في المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

4. الفرضية الأساسية الرابعة:

الناجحون في الرياضة لا يتميزون بالقلق.

جدول رقم (43): يبين المقارنة بين القلق كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبارين.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A4	46.22	50	9.98	88	-3.16	فروق دالة
B4	42.48	50	11.14	88	-6.36	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للثقة النفسية **A4**

الذي يقل بكثير عن المتوسط الفرضي 50.

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للقلق **B4** 42.48

الذي يقل بكثير عن المتوسط الفرضي 50.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بمستوى عال من القلق في الظروف

العادية والمنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

أ. الفرضية الفرعية الأولى:

الناجحون في الرياضة أقل قلقاً في الظروف العادية. (قائمة القلق كسمة).

جدول رقم (44): يبين المقارنة بين القلق كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A4	46.22	50	9.98	88	-3.16	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجها عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للثقة النفسية A4

46.22 الذي يقل بكثير عن المتوسط الفرضي 50.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بمستوى عال من القلق في الظروف

العادية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

ب.الفرضية الفرعية الثانية :

الناجحون في الرياضة أقل قلقا في المنافسات الرياضية.(قائمة القلق كحالة).

جدول رقم (45): يبين المقارنة بين القلق كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
B4	42.48	50	11.14	88	-6.36	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للقلق **B4** 42.48

الذي يقل بكثير عن المتوسط الفرضي 50.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بمستوى عال من القلق في المنافسات

الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

5. الفرضية الأساسية الخامسة.

الناجحون في الرياضة يتميزون بالثقة بالنفس.

جدول رقم (46): يبين المقارنة بين متوسط الثقة النفسية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي لنفس الاختبارين.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات الحرية	النسبة "ت"	الدلالة الإحصائية
A5	89.96	65	20.93	88	11.24	فروق دالة
B5	88.81	65	22.67	88	9.90	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للثقة النفسية A5 89.96 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 65.

وكذلك التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للثقة النفسية B5 88.81 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 65.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الثقة النفسية في الظروف

العادية والمنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

أ.الفرضية الفرعية الأولى:

الناجحون في الرياضة أكثر ثقة بأنفسهم في الظروف العادية. (قائمة سمة
الثقة الرياضية).

جدول رقم (47): يبين المقارنة بين متوسط الثقة النفسية كسمة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
A5	89.96	65	20.93	88	11.24	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للثقة النفسية A5

89.96 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 65.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الثقة النفسية في الظروف

العادية وهو ما تؤكدته الفرضية الفرعية الثانية.

ب.الفرضية الفرعية الثانية :

جدول رقم (48): يبين المقارنة بين متوسط الثقة النفسية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات الحرية	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
B5	88.81	65	22.67	88	9.90	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للثقة النفسية **B5**

88.81 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 65.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الثقة النفسية في المنافسات

الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

6. الفرضية الأساسية السادسة:

الناجحون في الرياضة يتميزون بالطلاقا النفسية.

جدول رقم(49): يبين المقارنة بين متوسط الطلاقة النفسية كسمة وكحالة مع المتوسط الفرضي للاختبارين.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
A6	132.11	108	23.02	88 حرية	10.20	فروق دالة
B6	133.42	108	16.87	88	14.21	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للطلاقا النفسية كسمة **A6** 132.11 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 108.

وكذلك التحليل الإحصائي لعينة البعث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للطلاقا النفسية كحالة **B6** 133.42 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 108.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الطلاقة النفسية في الظروف العادية وفي المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الأساسية السادسة.

أ.الفرضية الفرعية الأولى:

الناجحون في الرياضة لهم طلاقة نفسية عالية في الظروف العادية. (مقياس
الطلاقة كسمة).

جدول رقم (50): يبين المقارنة بين متوسط الطلاقة النفسية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس
الاختبار.

المتغيرات	1م	2م	1ع	درجات	النسبة"ت"	الدلالة الإحصائية
A6	132.11	108	23.02	88 حرية	10.20	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05

و درجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للطلاقة النفسية

كسمة **A6** 132.11 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 108.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الطلاقة النفسية في الظروف

العادية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

ب.الفرضية الفرعية الثانية :

الناجحون في الرياضة لهم طلاقة نفسية عالية في المنافسات الرياض (مقياس الطلاقة النفسية كحالة).

جدول رقم (51): يبين المقارنة بين متوسط الطلاقة النفسية كحالة والمتوسط الفرضي لنفس الاختبار.

المتغيرات	م1	م2	ع1	درجات	النسبة "ت"	الدالة الإحصائية
B6	133.42	108	16.87	88 هكرية	14.21	فروق دالة

إن التحليل الإحصائي لعينة البحث باستخدام النسبة التائية للعينة الوحيدة وفي مستوى 0.05 ودرجات حرية 88 قد أسفرت نتائجه عن وجود فروق دالة بين المتوسط الحسابي للطلاقة النفسية كحالة **B6** 133.42 الذي يزيد بكثير عن المتوسط الفرضي 108.

فنستنتج من ذلك أن الناجحين في الرياضة يتميزون بمستوى عال من الطلاقة النفسية في المنافسات الرياضية وهو ما تؤكد الفرضية الفرعية الثانية.

الفصل الحادي عشر:

مناقشة النتائج والتوصيات.

مناقشة نتائج الفرضية العامة.

مناقشة نتائج الفرضيات الأساسية:

- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى.
- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية.
- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثالثة.
- مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الرابعة.

مناقشة عامة.

التوصيات.

" ترتبط المحددات النفسية (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق،

الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

لقد انطلق البحث من خلال تحديد المتغيرات التي تدخل ضمن المحددات النفسية بشكل ما حيث وقع اختيارنا على ستة متغيرات توقعنا أن تكون لها دور في هذه المحددات. لكن التحليل الإحصائي أسفر على وجود ارتباطات ضعيفة بين هذه المتغيرات وصلت مجموع الارتباطات الدالة إلى الثلث. و باستخدام التحليل العاملي فقد ثبت بأن هذه المحددات مشبعة بعوامل كثيرة.

وهو ما جعلنا نستنتج في الأخير أن هذه المحددات رغم وجود بعض الارتباطات بينها أو بين أبعادها فإنه لا يمكن بأية حال اعتبارها تعمل موحدة للتأثير على الناجحين في الرياضة بل يمكن القول بأن توفرها لدى الرياضيين قد يساهم في نجاحهم.

لكن عند اعتمادنا على فرضيات أساسية تتفرع عنها فرضيات فرعية أظهرت النتائج وجود علاقات يمكن تفسيرها بما يوحي بوجود علاقة ارتباطيه وخصوصا عند تقسيم هذه المتغيرات الستة إلى مجموعتين تضم كل مجموعة ثلاث متغيرات: المجموعة الأولى تتكون من الشخصية والدافعية والعدوانية، بينما تضم المجموعة الثانية كل من القلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية. وعلى هذا الأساس أسفرت النتائج على عدم وجود ارتباط بين متغيرات المجموعة الأولى بينما ارتبطت متغيرات المجموعة الثانية.

وهو ما يؤكد التحليل العاملي الذي أظهر تشبع المجموعة الأولى بعوامل كثيرة بينما أظهر تشبع المجموعة الثانية بعامل واحد.



Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

ورغم ذلك لا يمكن الجزم بوجود علا

ارتباطات قليلة وضعيفة إضافة إلى تشبعها بعو

الفرضيات الأساسية والفرعية المولية.

"ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة، النفس)

بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

لمناقشة هذه الفرضية يجب العودة إلى التحليل الإحصائي المرتبط بها حيث تأكد من خلاله بأن الارتباط غير قائم بين هذه المتغيرات الستة كسمة عند الناجحين في الرياضة. لأنه من خلال 66 محاولة إرتباطية لم نتحصل إلا على 19 ارتباط وهو يمثل ثلث التحليل وبالتالي غير كاف لتعميم النتيجة .

وما يؤكد هذا الطرح هي نتائج التحليل العاملي حيث أظهرت أن هذه المتغيرات تتقاسمها أربع تجمعات أساسية وبالتالي فهي لا شترك في عنصر واحد أو عامل واحد يجمع بينها. فالمتغيرات الثلاثة الأوائل (الشخصية والدافعية والعدوان) كل منها يمثل عاملا مستقلا ويوجد ارتباط داخلي بين أبعادها، بينما ترتبط المتغيرات الثلاثة الباقية لتكون عاملا واحدا أو تجمعا أساسيا واحدا.

نستنتج في الأخير ونظرا للنتائج السابقة والتي ظهر منها ارتباط نصف هذه المتغيرات وتكوين تجمعات أساسية كثيرة تدل على عدم وجود وحدة واحدة أو عاملا واحدا يجمع بين كل هذه المتغيرات ، أنه لا يمكن قبول هذه الفرضية ورفضها جملة وتفصيلا وتعويضها بما يلي: "لا ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة".

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية) كسمة عند

الناجحين في الرياضة."

إن نتائج التحليل الإحصائي لأجوبة الناجحين في الرياضة والتي أجريت على مستويين:
الارتباط والتحليل العاملي لا تدل على وجود علاقة ارتباطيه وعاملية بين المتغيرات
الثلاثة(الشخصية،الدافعية، العدوانية) كسمة أو بين أبعادها.

فبعد محاولات الربط بين هذه المتغيرات والتي وصلت في مجملها الى ست وثلاثون
(36)ارتباطا لم تتحصل إلا على ثلاثة عشر(13) ارتباطا ، أربعة(4) منها سالبة. فنظرا
لعدم شمولية الارتباط ماعدا الثلث فإننا نقر بعدم وجود ارتباط بين هذه المتغيرات.
أما باستعمال التحليل العاملي فإن العلاقة بين هذه المتغيرات تظهر من خلال وجود
ثلاث(3) تجمعات أساسية هي في حد ذاتها تظهر أن كل متغير مستقل عن المتغيرات
الأخرى.

فنستنتج في الأخير بأن الفرضية الفرعية الأولى التي تقرر وجود علاقة ارتباطيه بين
المحددات النفسية الثلاثة:(الشخصية، الدافعية، العدوانية) لا يمكن قبولها نظرا للأسباب
السابقة فنقول بأنه لا ترتبط هذه المحددات النفسية الثلاثة كسمة عند الناجحين في الرياضة.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) كسمة عند الناجحين في الرياضة."

إن نتائج التحليل الإحصائي لأجوبة الناجحين في الرياضة والتي أجريت على مستويين: الارتباط والتحليل العامي وجود علاقة ارتباطيه وعاملية بين المتغيرات الثلاثة (القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) كسمة.

فارتباط بيرسون قد أظهر وجود علاقة ارتباطية بين هذه المتغيرات لكنها سالبة بين القلق والثقة النفسية والقلق والطلاقة النفسية. مما يدفعنا للقول بأنه كلما زاد القلق كسمة نقص معه الثقة النفسية كسمة، وكلما زاد القلق كسمة نقصت الطلاقة النفسية كسمة وهو أمر طبيعي في سلوك الإنسان. بينما ترتبط الثقة بالنفس مع الطلاقة النفسية نظرا لوجودهما في نفس المستوى.

أما باستعمال التحليل العاملي فإن النتائج تشير الى وجود علاقة كبيرة بين هذه المتغيرات فتكون تجمعا أساسيا واحدا بينها رغم العلاقة السالبة الكامنة بينها.

فنستنتج في الأخير وجود ارتباط بين هذه المتغيرات رغم أنه ارتباط سلبي ويظهره التحليل العاملي بأكثر دقة في وجود عامل واحد يجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة. وبالتالي يمكن أن نقبل الفرضية المطروحة ونقول بأن المحددات النفسية الثلاثة كسمة ترتبط مع بعضها عند الناجحين في الرياضة.

الفرضية

" ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة."

لمناقشة هذه الفرضية يجب العودة الى التحليل الإحصائي المرتبط بها حيث تأكد من خلاله بأن الارتباط غير قائم بين هذه المتغيرات الستة كحالة عند الناجحين في الرياضة. لأنه من خلال 21 محاولة إرتباطية لم نتحصل إلا على 7 ارتباطات وهو يمثل ثلث التحليل وبالتالي غير كاف لتعميم النتيجة .

وما يؤكد هذا الطرح هي نتائج التحليل العاملي حيث أظهرت أن هذه المتغيرات تتقاسمها ثلاث تجمعات أساسية وبالتالي فهي لا تشترك في عنصر واحد أو عامل واحد يجمع بينها. فالمتغيرات الثلاثة الأوائل (الشخصية والدافعية والعدوان) كل منها يمثل عاملا مستقلا ويوجد ارتباط داخلي بين أبعادها، بينما ترتبط المتغيرات الثلاثة الباقية لتكون عاملا واحدا أو تجمعا أساسيا واحدا.

نستنتج في الأخير ونظرا للنتائج السابقة والتي ظهر منها ارتباط نصف هذه المتغيرات وتكوين تجمعات أساسية كثيرة تدل على عدم وجود وحدة واحدة أو عاملا واحدا يجمع بين كل هذه المتغيرات ،أنه لا يمكن قبول هذه الفرضية ورفضها جملة وتفصيلا وتعويضها بما يلي: "لا ترتبط المحددات النفسية الستة (الشخصية، الدافعية، العدوانية،القلق،الثقة النفسية،الطلاقة النفسية) كحالة عند الناجحين في الرياضة".

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية) كحالة عند

الناجحين في الرياضة."

إن نتائج التحليل الإحصائي لأجوبة الناجحين في الرياضة والتي أجريت على مستويين: الارتباط والتحليل العائلي لا تدل على وجود علاقة ارتباطية وعاملية بين المتغيرات الثلاثة (الشخصية، الدافعية، العدوانية) كحالة أو بين أبعادها.

فبعد محاولات الربط بين هذه المتغيرات والتي وصلت في مجملها إلى ستة (6) ارتباطات لم تتحصل إلا على ارتباطين موجبين دالين وثلاث ارتباطات سالبة غير دالة . فنظرا لعدم شمولية الارتباط ماعدا اثنين فإننا نقر بعدم وجود ارتباط بين هذه المتغيرات.

أما باستعمال التحليل العائلي فإن العلاقة بين هذه المتغيرات تظهر من خلال تشبعهما بعاملين أو تجمعين أساسيين حيث تظهر أن كل متغير يعمل مستقلا عن المتغيرات الأخرى.

فنستنتج في الأخير بأن الفرضية الفرعية الأولى التي تقر وجود علاقة ارتباطية بين

المحددات النفسية الثلاثة: (الشخصية، الدافعية، العدوانية) كحالة لا يمكن قبولها نظرا للأدلة

السابقة فنقول بأن هذه المحددات النفسية الثلاثة كسمة لا ترتبط عند الناجحين في الرياضة.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

"ترتبط المحددات النفسية الثلاثة (القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية)

كحالة عند الناجحين في الرياضة."

إن نتائج التحليل الإحصائي لأجوبة الناجحين في الرياضة والتي أجريت على مستويين: الارتباط والتحليل العاملي تؤكد وجود علاقة ارتباطيه وعاملية بين المتغيرات الثلاثة (القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) كحالة.

فارتباط بيرسون قد أظهر وجود علاقة إرتباطية بين هذه المتغيرات لكنها سالبة بين القلق والثقة النفسية والقلق والطلاقة النفسية في المنافسات الرياضية. مما يدفعنا للقول بأنه كلما زاد القلق أثناء المنافسات نقص معه الثقة النفسية، وكلما زاد القلق نقصت الطلاقة النفسية وهو أمر طبيعي في سلوك الإنسان. بينما ترتبط الثقة بالنفس مع الطلاقة النفسية نظرا لوجودهما في نفس المستوى.

أما باستعمال التحليل العاملي فإن النتائج تشير الى وجود علاقة كبيرة بين هذه المتغيرات فتكون تجمعا أساسيا واحدا بينها رغم العلاقة السالبة الكامنة بينها.

فنستنتج في الأخير وجود ارتباط بين هذه المتغيرات رغم أنه ارتباط سلبي ويظهره التحليل العاملي بأكثر دقة في وجود عامل واحد يجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة. وبالتالي يمكن أن نقبل الفرضية المطروحة ونقول بأن المحددات النفسية الثلاثة كحالة ترتبط مع بعضها عند الناجحين في الرياضة.

الفرضية الإ

"يوجد فروق غير دالة بين المحددات النفسية الستة كسمة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) مقارنة بالمحددات النفسية الستة كحالة (الشخصية ، الدافعية، العدوانية، القلق ، الثقة بالنفس ، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة."

من خلال الطرح الذي نقدمه في هذه الفرضية فإن المحددات النفسية الستة كسمة ومقارنتها بالمحددات النفسية الستة كحالة لا تتضح إلا من خلال التفاصيل التي سنقدمها من خلال الفرضيات الفرعية الستة الموالية.

ومع ذلك يمكن لنا أن نقدم بعض الملاحظات الشاملة التي لها علاقة بهذه المحددات والفرضيات المطروحة.

فالفروق دالة بما لا يدع مجالاً للشك بين المحددات التالية: الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق كسمة مقارنة بنفس هذه المحددات كحالة أي أنهما لا يتأثران ببعضهما. وهي تتحوا عكس الفرضية الأساسية الثالثة.

والفروق غير دالة بين الثقة النفسية والطلاقة النفسية كسمة مقارنة بنفس هذين المحددين كحالة. فهي تتحوا نحو الفرضية الأساسية الثالثة.

إذن نستنتج من ذلك كله أن أربع محدّدات كسمة لا تقترن بنفس هذه المحددات كحالة، بينما تقترن اثنتين فقط بينهما وبالتالي فإذا كانت غالبية الإجابات عكس الفرضية فإنه من الواجب الإقرار برفض هذه الفرضية.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية

"يوجد فروق غير دالة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة عند الناجحين في

الرياضة"

استنادا إلى نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث والتي يتأكد من خلالها وجود فروق

دالة بين الشخصية كسمة والشخصية كحالة.

ونستنتج من ذلك أن إجابات الناجحين في الرياضة لا تتحوا نحو الفرضية وعلى أساسها

يمكن رفضها بل الإقرار بوجود فروق دالة بين الشخصية كسمة وكحالة أي أن تميز رياضيي

النخبة بالشخصية هو سلوك يكتسبه الفرد منذ سنين قبل وصوله الى المراتب العالية ولكن قد لا

يؤثر على شخصيته كحالة أثناء المنافسات الرياضية أو العكس.

مناقشة نتائج

" يوجد فروق غير دالة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة عند الناجحين في

الرياضة"

استنادا الى نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث والتي يتأكد من خلالها وجود فروق

دالة بين الدافعية كسمة والدافعية كحالة.

ونستنتج من ذلك أن إجابات الناجحين في الرياضة لا تتحوا نحو الفرضية وعلى أساسها

يمكن رفضها بل الإقرار بوجود فروق دالة بين الدافعية كسمة وكحالة أي أن تميز رياضيي

النخبة بالدافعية هو سلوك يكتسبه الفرد منذ سنين قبل وصوله إلى المراتب العالية ولكن قد لا

يؤثر على الدافعية كحالة أثناء المنافسات الرياضية أو العكس.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثالثة:

" يوجد فروق غير دالة بين العدوانية كسمة والعدوانية كحالة عند الناجحين في
الرياضة"

استنادا الى نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث والتي يتأكد من خلالها وجود فروق
دالة بين العدوانية كسمة والعدوانية كحالة.
ونستنتج من ذلك أن إجابات الناجحين في الرياضة لا تتحوا نحو الفرضية وعلى أساسها
يمكن رفضها بل الإقرار بوجود فروق دالة بين العدوانية كسمة وكحالة أي أن تميز رياضيي
النخبة بالعدوانية هو سلوك يكتسبه الفرد منذ سنين قبل وصوله الى المراتب العالية ولكن قد لا
يعتبر عاملا في ظهور العدوانية كحالة أثناء المنافسات الرياضية أو العكس.

" يوجد فروق غير دالة بين القلق كسمة واتسق حثه حد الئاجين تي

الرياضة"

استنادا الى نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث والتي يتأكد من خلالها وجود فروق دالة بين القلق كسمة والقلق كحالة.

ونستنتج من ذلك أن إجابات الناجحين في الرياضة لا تتحوا نحو الفرضية وعلى أساسها يمكن رفضها بل الإقرار بوجود فروق دالة بين القلق كسمة وكحالة أي أن تميز رياضيي النخبة بالقلق هو سلوك يكتسبه الفرد منذ سنين قبل وصوله إلى المراتب العالية ولكن قد لا يعتبر عاملا في ظهور القلق كحالة أثناء المنافسات الرياضية .

وقد نفسر ذلك بتميز هؤلاء الرياضيين بسرعة الاستثارة التي لاحظناها في فرضيات أخرى.

" يوجد فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة وانسجة الرياضييه كحاله عند

الناجحين في الرياضة"

استنادا الى نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث والتي يتأكد من خلالها وجود

فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة والثقة الرياضية كحالة.

ونستنتج من ذلك أن إجابات الناجحين في الرياضة تنحوا نحو الفرضية وعلى أساسها لا

يمكن رفضها بل الإقرار بوجود فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة وكحالة أي أن تميز

رياضيي النخبة بالثقة النفسية هو سلوك يكتسبه الفرد منذ سنين قبل وصوله الى المراتب

العالية.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية السادسة:

" يوجد فروق غير دالة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة "

استنادا الى نتائج التحليل الإحصائي لإجابات عينة البحث والتي يتأكد من خلالها وجود

فروق غير دالة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة.

ونستنتج من ذلك أن إجابات الناجحين في الرياضة تتحوا نحو الفرضية وعلى أساسها لا

يمكن رفضها بل الإقرار بوجود فروق غير دالة بين الطلاقة النفسية كسمة وكحالة أي أن

تميز رياضيي النخبة بالطلاقة النفسية هو سلوك يكتسبه الفرد منذ سنين قبل وصوله الى

المراتب العالية.

"يوجد عوامل مختلفة للنجاح الرياضي"

هذه الفرضية تطرح فكرة أساسية وهي أن النجاح الرياضي تحكمه عوامل عديدة

ومن بين هذه العوامل:

العمل كأساس للنجاح الرياضي وهو شيء بديهي إلا أن في أذهان الرياضيين لا

يكفي للوصول إلى مراتب عالية .

وتوفير الإمكانيات المادية والمعنوية يعتبر عاملا إضافيا للنجاح الرياضي

وخصوصا الجانب المادي الذي يؤدي دورا فعالا في النجاح الرياضي وهو صعب

التحقيق أما الجانب المعنوي فهو سهل التوفير .

ويتضح من خلال التحليل الإحصائي لإجابات أفراد العينة أن هناك عوامل أخرى

قد لا تحضرا بالإجماع لكنها تفيد بما لا يدع مجالا للشك أن هناك على الأقل عاملين

لهما دور في النجاح الرياضي وهما الحظ والمحسوبة.

ونستنتج من كل ذلك في الأخير إلى أن النجاح الرياضي تحكمه عوامل مختلفة

ومن بينها العمل وتوفير الإمكانيات المادية والمعنوية إضافة إلى عوامل أخرى

غيرها.

وبالتالي يمكننا أن نقر بصحة الفرضية الأساسية الرابعة وعدم رفضها بل

وسيجري توضيحها بالتفصيل في الفرضيات الفرعية الأربعة التالية.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى

" العمل يؤدي للنجاح الرياضي "

للإجابة على هذه الفرضية طرح السؤال (الأول)المباشر على عينة الناجحين في الرياضة كما

يلي: هل النجاح الرياضي يأتي بالعمل؟ وله ثلاث بدائل:نعم، لا، لا أدري.

لقد أجاب الناجحون في الرياضة بأغلبية ساحقة بنعم وبما لا يدع مجالاً للشك وبوجود فروق

دالة بين البدائل الثلاثة لصالح النعم.

ذلك ما يجعلنا نستنتج أن الرياضيين يؤمنون بأن العمل يؤدي للنجاح الرياضي ويؤمنون

بأشياء أخرى غير العمل كما سنراه في الفرضيات الأخرى. وبالتالي فإننا لا يمكننا رفض

الفرضية الفرعية الأولى وقبولها جملة وتفصيلاً.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية:

" توفير الإمكانيات المادية والمعنوية يؤدي للنجاح الرياضي "

للإجابة على صحة هذه الفرضية طرح سؤالين (الثالث والرابع) على عينة البحث ولكل

سؤال ثلاث بدائل: نعم، لا، لا أدري.

فبالنسبة للسؤال الثالث حيث سألنا عينة البحث هل تتوفر لديهم الإمكانيات المادية

؟ فكانت الإجابات في أغلبها تنفي وجود الإمكانيات .

وبالنسبة للسؤال الرابع هل تتوفر لكم الإمكانيات المعنوية فكانت أغلبها لصالح

النعم. وهذا يمكن أن يفسر على أساس أن الإمكانيات المعنوية المتمثلة في التشجيع

اللفظي لا يحتاج إلى مجهودات كبيرة للقيام به بينما توفير الإمكانيات يحتاج إلى

كثير من المجهود والنشاط وليس من السهل توفيره.

إن يمكن أن نستنتج مما سبق أننا نقبل جزءا من هذه الفرضية والمتمثل في

توفير الإمكانيات المعنوية لسهولةها، بينما نرفض الجزء الآخر منها وهو الإقرار

بعدم توفر الإمكانيات المادية.

" ليس للحظ دور في النجاح الرياضي "

للإجابة على هذه الفرضية طرح السؤال (الثاني)المباشر على عينة الناجحين في الرياضة
كما يلي: هل الحظ له دور في النجاح الرياضي؟فكانت الإجابات لصالح النعم لأكثر من النصف
مما يدل على أن رياضيي النخبة يؤمنون بدور الحظ في حياتهم الرياضية.
ذلك ما يجعلنا نستنتج من خلال الفرق الواضح في الإجابات أنه يجب رفض الفرضية القائلة
بعدم وجود الحظ في الوسط النخبوي الرياضي، ونقبل عكسها أي للحظ دور في النجاح
الرياضي وذلك حسب هؤلاء الرياضيين.

مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الرابعة:

" ليس للمحسوبية دور في النجاح الرياضي "

للإجابة على صحة هذه الفرضية طرح سؤالين (الخامس والسادس) على عينة البحث ولكل سؤال ثلاث بدائل: نعم، لا، لا أدري.

فبالنسبة للسؤال الخامس: هل يجري انتقاء رياضيي النخبة على أساس موضوعي؟ نصف المجموعة فقط أجابوا بنعم بينما تقاسمت الإجابات الباقية بين لا ولا أدري. ورغم أن الفروق دالة بين الإجابات لصالح النعم إلا أن إجاباتهم تشوبها نوع من عدم الصراحة لأسباب أخرى.

أما السؤال السادس أو المباشر: هل توجد محسوبية في انتقاء رياضيي النخبة؟ فقد توزعت إجابات العينة على البدائل الثلاثة: نعم، لا، لا أدري. فكانت الفروق غير دالة بينها رغم وجود فارق بسيط للنعم.

فبالرغم من ذلك فإننا وبإقرار من إجابات الرياضيين نستنتج أنه لا يمكن قبول الفرضية القائلة بعدم وجود محسوبية في النجاح الرياضي. وبالتالي نرفض الفرضية الفرعية الرابعة ونقر بكل تحفظ وجود محسوبية داخل الوسط النخبوي الرياضي.

مناقشة نتائج الفرضيات الخاصة:

1. مناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى:

"الناجحون في الرياضة يتميزون بشخصية معينة."

إن نتائج التحليل الإحصائي لتطبيق اختبار قائمة الأنماط المزاجية على الناجحين في الرياضة

تشير إلى ما يلي:

أن المتوسط الحسابي للأبعاد الثلاثة والتي هي: قوة عمليات الاستثارة وقوة عمليات الكف

والمرونة الشخصية أكبر من المتوسط الفرضي من جهة ومن جهة أخرى وجود فروق دالة

بينهما عند حساب النسبة التائية.

فعمليات الاستثارة أرفع بقليل من المتوسط ورغم ذلك فهم لا يتميزون بسرعة الاستثارة

والانفعالات القوية ولهم سرعة التحكم في انفعالاتهم ورغبتهم متوسطة بالنسبة للمشاركة في

منافسات متتالية.

أما في عمليات الكف فإن متوسطهم أقل من عمليات الاستثارة مما يدل على أنهم غير

قادرين على الصبر والمثابرة وضبط النفس وعدم السيطرة على انفعالاتهم قبل المنافسة.

أما المرونة الشخصية فهم غير قادرين على سرعة التكيف والمواعاة وسرعة الاستجابة

للمواقف المتغيرة والقدرة على الاشتغال في أكثر من عمل في وقت واحد وسرعة الاندماج مع

الآخرين.

وعند تطبيق اختبار السلوك التنافسي للناجحين في الرياضة تدل النتائج على أن متوسطهم

الحسابي يقل بقليل عن المتوسط الفرضي من جهة ومن جهة ثانية فإن النسبة التائية سلبية

والفروق دالة بينهما.

ونظرا لأن نتائجهم غير مرتفعة أو قريبة م

قبولها بشيء من التغيير وهو أن هؤلاء الرياضيين يسلكون سلوكات تنافسية شخصية معتدلة في ظروف المنافسة أو قبلها وهذه الشخصية تظهر في أبعاد الأنماط المزاجية التي لا تتعدى المتوسط مما يدل على أن هؤلاء لا يمتازون بشخصية قوية تساعد على تخطي بعض الصعوبات التي قد تواجههم قبل المنافسات أو بعدها مما يستوجب المتابعة والتحضير النفسي المستمر قبل وأثناء وبعد المنافسات وخصوصا ذات المستوى العالي.

"الناجحون في الرياضة يتميزون بـ"

إن نتائج التحليل الإحصائي لتطبيق اختبار قائمة الأنماط المزاجية على الناجحين في الرياضة تشير إلى ما يلي:

أن المتوسط الحسابي للأبعاد الثلاثة والتي هي: قوة عمليات الاستثارة وقوة عمليات الكف والمرونة الشخصية أكبر من المتوسط الفرضي من جهة ومن جهة أخرى وجود فروق دالة بينهما عند حساب النسبة التائية.

فعمليات الاستثارة أرفع بقليل من المتوسط ورغم ذلك فهم لا يتميزون بسرعة الاستثارة والانفعالات القوية ولهم سرعة التحكم في انفعالاتهم ورغبتهم متوسطة بالنسبة للمشاركة في منافسات متتالية.

أما في عمليات الكف فإن متوسطهم أقل من عمليات الاستثارة مما يدل على أنهم غير قادرين على الصبر والمثابرة وضبط النفس وعدم السيطرة على انفعالاتهم قبل المنافسة.

أما المرونة الشخصية فهم غير قادرين على سرعة التكيف والمواعمة وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة والقدرة على الاشتغال في أكثر من عمل في وقت واحد وسرعة الاندماج مع الآخرين.

نستنتج من كل ذلك أنه لا يمكننا رفض هذه الفرضية بل الإبقاء عليها كما هي ولكن تستدعي هذه النتائج الإقرار بأن هؤلاء الرياضيين باختلاف مستوياتهم ونجاحاتهم يحتاجون إلى متابعة وتحضير نفسي قبل الزج بهم في المنافسات المختلفة.

"الناجحون في الرياضة يستحون سلوكيات تنافسية شخصية."

إن التحليل الإحصائي لنتائج تطبيق اختبار السلوك التنافسي للناجحين في الرياضة تدل على أن متوسطهم الحسابي يقل بقليل عن المتوسط الفرضي من جهة ومن جهة ثانية فإن النسبة التائية سلبية والفروق دالة بينهما.

ونظرا لأن نتائجهم غير مرتفعة أو قريبة من المتوسط فإننا لا يمكن رفض الفرضية ويمكن قبولها بشيء من التغيير وهو أن هؤلاء الرياضيين يسلكون سلوكيات تنافسية شخصية في ظروف المنافسة لكنها سلوكيات معتدلة قد يحتاجون إلى التدريب على المهارات النفسية.

2. مناقشة نتائج الفرضية الأولى

" الناجحون في الرياضة يتميزون بدافعية عالية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في مقياس دافعية الإنجاز والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في الظروف العادية وفي بعدي التنافسية والتفوق.

ورغم وجود فروق دالة بين متوسط البعدين والمتوسط الفرضي إلا أننا نلاحظ أن متوسط بعد التفوق أكبر من متوسط بعد التنافسية.

وعلى هذا الأساس نستنتج أن الناجحين في الرياضة لهم رغبة كبيرة للتفوق رغم وجود رغبة أقل منها للتنافسية. وذلك ما هو مطلوب عند جميع الرياضيين وخصوصا الناجحون منهم.

ووجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في مقياس التوجه نحو المهمة ونحو الذات والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في ظروف المنافسة الرياضية سواء في بعد المهمة أو بعد الذات.

ورغم وجود فروق دالة بين متوسط البعدين والمتوسط الفرضي إلا أننا نلاحظ أن متوسط بعد المهمة أكبر من متوسط بعد الذات.

وعلى هذا الأساس نستنتج أن الناجحين في الرياضة يتوجهون نحو المهمة وذلك ما هو مطلوب عند جميع الرياضيين وخصوصا الناجحون منهم مما يدفعنا لتأكيد



Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

الفرضية بكل تحفظ ورفضها جزئياً
الرياضة لا يتميزون بدافعية عالية بل
المتوسط.

أ. مناقشة نتائج الفرضيات

"الناجحون في الرياضة يتميزون بأنماط دافعية الإنجاز."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في مقياس دافعية الإنجاز والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في الظروف العادية وفي بعدي التنافسية والتفوق.

ورغم وجود فروق دالة بين متوسط البعدين والمتوسط الفرضي إلا أننا نلاحظ أن متوسط بعد التفوق أكبر من متوسط بعد التنافسية.

وعلى هذا الأساس نستنتج أن الناجحين في الرياضة لهم رغبة كبيرة للتفوق رغم وجود رغبة أقل منها للتنافسية. وذلك ما هو مطلوب عند جميع الرياضيين وخصوصا الناجحون منهم مما يدفعنا لتوكيد الفرضية وعدم رفضها حيث تؤكد النتائج على أن الناجحين في الرياضة يتميزون بأنماط دافعية الإنجاز سواء في رغبتهم للتنافس أو رغبتهم للتفوق.

ب. مناقشة نتائج الفرضية

"الناجحون في الرياضة يتوجهون نحو المهمة."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في مقياس التوجه نحو المهمة ونحو الذات والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في ظروف المنافسة الرياضية سواء في بعد المهمة أو بعد الذات.

ورغم وجود فروق دالة بين متوسط البعدين والمتوسط الفرضي إلا أننا نلاحظ

أن متوسط بعد المهمة أكبر من متوسط بعد الذات.

وعلى هذا الأساس نستنتج أن الناجحين في الرياضة يتوجهون نحو المهمة وذلك

ما هو مطلوب عند جميع الرياضيين وخصوصا الناجحون منهم مما يدفعنا لتوكيد

الفرضية بتحفظ وعدم رفضها حيث تؤكد النتائج على أن الناجحين في الرياضة

يتوجهون نحو المهمة أكثر من توجههم نحو الذات وهو ما يمكن أن يضاف

للفرضية.

"الناجحون في الرياضة لا يميرون بالعدوانية".

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار القلق والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في الظروف العادية. وبما أن نتائج التحليل الإحصائي لأبعاد الثلاثة الاختبار كسمة :التهجم،العدوان اللفظي، العدوان الغير مباشر متوسطها أقل من المتوسط الفرضي وبوجود فروق دالة بينها ، باستثناء بعد سرعة الاستثارة لتقارب المتوسطين ووجود فروق غير دالة بينهما.

وكذلك نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار العدوانية كحالة والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في ظروف المنافسة الرياضية.

فإننا نقر بأن متوسط الناجحين في الرياضة يقل بكثير عن المتوسط الفرضي أو يعادله في هذا الاختبار أو لا يفوقه كثيرا، فنستنتج من ذلك أن هؤلاء لا يتميزون بالعدوانية كسمة وتميزهم بالعدوانية في ظروف المنافسة الرياضية ناتج عن تميزهم بسرعة الاستثارة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة لا يتميزون بالعدوانية رغم سرعة استثارتهم .

أ. مناقشة نتائج الفرضي

"الناجحون في الرياضة أقل عدوانية في الظروف العادية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار القلق والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في الظروف العادية. وبما أن نتائج التحليل الإحصائي لأبعاد الاختبار الثلاثة: التهجم، العدوان اللفظي، العدوان الغير مباشر متوسطها أقل من المتوسط الفرضي وبوجود فروق دالة بينها ، باستثناء بعد سرعة الاستثارة لتقارب المتوسطين ووجود فروق غير دالة بينهما.

فإننا نقر بأن متوسط الناجحين في الرياضة يقل بكثير عن المتوسط الفرضي أو يعادله في هذا الاختبار، فنستنتج من ذلك أن هؤلاء لا يتميزون بالعدوانية كسمة ، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة أقل عدوانية في الظروف العادية.

"الناجحون في الرياضة أقل عدوانية في المنافسات الرياضية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار العدوانية والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في ظروف المنافسة الرياضية.

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة أكبر من المتوسط الفرضي في هذا الاختبار، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء لا يتميزون بعدوانية كبيرة في ظروف المنافسة وذلك لأن الفروق غير دالة بين المتوسطين، ورغم ذلك يمكن أن نؤكد عدم تحقيق الفرضية ورفضها وهي أن الناجحون في الرياضة ليسوا أقل عدوانية في المنافسات الرياضية.

"الناجحون في الرياضة لا يتميزون بأسس".

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار القلق والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار سواء في الظروف العادية أو في ظروف المنافسة الرياضية.

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يقل بكثير عن المتوسط الفرضي في كلا الاختبارين، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء لا يتميزون بالقلق كسمة وكحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة أقل قلقاً في المنافسات الرياضية وفي الظروف العادية.

"الناجحون في الرياضة أقل قلقاً في الظروف العادية".

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار القلق والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في الظروف العادية. وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يقل بكثير عن المتوسط الفرضي في هذا الاختبار، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون بطلاقة نفسية عالية كسمة ، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة أقل قلقاً في الظروف العادية.

ب مناقشة نتائج الفرضي

"الناجحون في الرياضة أقل قلقا في المنافسات الرياضية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار القلق والمتوسط الفردي لهذا الاختبار في ظروف المنافسة الرياضية.

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة أقل بكثير من المتوسط الفرضي في هذا الاختبار، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء لا يتميزون بالقلق كحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة أقل قلقا في المنافسات الرياضية.

"الناجحون في الرياضة يتميزون بثقة بانفسهم".

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار الثقة النفسية والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار سواء في الظروف العادية أو في ظروف المنافسة الرياضية.

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي في كلا الاختبارين، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون بثقة نفسية عالية كسمة وكحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة يتميزون بثقة نفسية عالية في المنافسات الرياضية أو في الظروف العادية.

أ. مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الأولى:

"الناجحون في الرياضة أكثر ثقة بأنفسهم في الظروف العادية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار الثقة النفسية والمتوسط الفرضي لهذا الاختبار في الظروف العادية.

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي في هذا الاختبار، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون بثقة نفسية عالية كسمة ، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة يتميزون بطلاقة نفسية عالية في الظروف العادية.

ب. مناقشة نتائج الفرضية الفرعية الثانية :

"الناجحون في الرياضة أكثر ثقة بأنفسهم في المنافسات الرياضية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار الثقة النفسية والمتوسط الفردي لهذا الاختبار سواء في ظروف المنافسة الرياضية.

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي في هذا الاختبار، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون بثقة نفسية عالية كحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة أكثر ثقة بأنفسهم في المنافسات الرياضية.

6. مناقشة نتائج الفرضية الأولى

"الناجحون في الرياضة يتميزون بانصرته النفسية".

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار الطلاقة النفسية والمتوسط الفردي لهذا الاختبار سواء في الظروف العادية أو في ظروف المنافسة الرياضية .

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي في كلا الاختبارين، فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون بطلاقة نفسية عالية وكحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة يتميزون بطلاقة نفسية عالية في المنافسات الرياضية أو في الظروف العادية.

أ. مناقشة نتائج الفرضي

"الناجحون في الرياضة لهم طلاقة نفسية عالية في الظروف العادية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار الطلاقة النفسية والمتوسط الفردي لهذا الاختبار .
وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون بطلاقة نفسية عالية كسمة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي أن الناجحون في الرياضة يتميزون بطلاقة نفسية عالية في غير المنافسات الرياضية الرياضية أي في الظروف العادية.

ب. مناقشة نتائج الفرضية

"الناجحون في الرياضة لهم طلاقة نفسية عالية في المنافسات الرياضية."

لقد أسفرت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام النسبة التائية على وجود فروق دالة بين

المتوسط الحقيقي المتمثل في اختبار الطلاقة النفسية والمتوسط الفردي لهذا الاختبار .

وبما أن متوسط الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي فإننا نستنتج من ذلك

أن هؤلاء يتميزون بطلاقة نفسية عالية، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها

وهي أن الناجحين في الرياضة يتميزون بطلاقة نفسية عالية أثناء المنافسات الرياضية.

العلاقة الإرتباطية والتحليل العاملي:

لقد أظهرت هذه الدراسة في جانبها النظري والميداني ارتباط نصف المتغيرات الستة وهي الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاق النفسية كسمة وتكوين تجمعات (أو عوامل) أساسية كثيرة تدل على عدم وجود وحدة واحدة أو عدم تشعبها بعامل واحد يجمع بين كل هذه المتغيرات.

كما أظهرت الدراسة من خلال النتائج الإحصائية وجود علاقة ارتباطية ضعيفة جدا بين المتغيرات الثلاثة وهي الشخصية والدافعية والعدوانية كسمة ويؤكد التحليل العاملي بأكثر دقة في عدم وجود عامل واحد يجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة.

وأظهرت النتائج الإحصائية وجود علاقة ارتباطية سلبية بين المتغيرات الثلاثة خصوصا بين القلق وعلاقته بالمتغيرين الآخرين ألا وهما الثقة النفسية والطلاق النفسية كسمة ومعناه أنه كلما زاد القلق نقصت الثقة النفسية والطلاق النفسية، ويظهره التحليل العاملي بأكثر دقة في وجود عامل واحد يجمع بين هذه المتغيرات الثلاثة وذلك راجع للارتباط السالب الذي ذكرناه.

ولقد أظهرت الدراسة أيضا ارتباط نصف هذه المتغيرات الستة كحالة وهي الشخصية والدافعية والعدوانية والثقة النفسية والطلاق النفسية وتكوين تجمعات أساسية كثيرة تدل على عدم وجود وحدة واحدة أو عاملا واحدا يجمع بين كل هذه المتغيرات.

ويظهر التحليل الإحصائي لأجوبة الناجحين في الرياضة والتي أجريت على مستويين: الارتباط والتحليل العاملي أنه لا توجد علاقة ارتباطية وعاملية بين المتغيرات الثلاثة (الشخصية، الدافعية، العدوانية) كحالة أو بين أبعادها.

بين المتغيرات الثلاثة (القلق والثقة النفسية والطلاق النفسية) كحالة أو بين أبعادها.

إذن نستنتج من كل ما سبق أن المحددات النفسية لا تمثل وحدة كاملة تتحد لتكون كلا واحدا توقعنا أن يكون هو العامل النفسي لكن الدراسة أظهرت أن هناك نوع من الارتباط يجمع بين هذه المتغيرات وهو ارتباط ضعيف في المجموعة الأولى وهي الشخصية والدافعية والعدوانية وسلبية بالنسبة للمجموعة الثانية المتكونة من القلق والثقة النفسية والطلاق النفسية.

من الدراسات السابقة في الموضوع لم نعثر على عمل يسير في هذا التوجه لكن هناك بعض الدراسات تشير إلى تداخل بعض من هذه المتغيرات مثل الدراسات حول الشخصية التي تؤكد أن الشخصية لها علاقة مع بعض المتغيرات غير التي ذكرناها مثل دور الذكاء في دراسة نادية غريب حمودة (1995)، ودراسة فلا يشمان (1981) Fleishman الذي يربطها ببعض القدرات العقلية.

المقارنة بين متغيرات البحث كسمة ومتغيرات البحث كحالة:

في محاولتنا لإيجاد العلاقة بين السمة والحالة بالنسبة لمتغيرات البحث أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

وجود فروق دالة بين الشخصية كسمة والشخص

وجود فروق دالة بين الدافعية كسمة والدافعية

وجود فروق دالة بين العدوانية كسمة والعدوانية كحالة.

وجود فروق دالة بين القلق كسمة والقلق كحالة. وهو ما لا تؤكد دراسة حمدي محمد عوجة

الذي يؤكد وجود فروق غير دالة بين كل من مستوى قلق السمة ومستوى قلق الحالة وبين

التحصيل العملي.

لقد أسفرت نتائج الدراسة التي قام بها كل من مارتينز وسيمون **Martens & Seimon**

حيث طبق اختبار قلق المنافسة الرياضية مارتينز وقائمة الحالة الأصلية لشبيلبرجر على عينة

قوامها 115 طالبا متخصصين في الملاكمة بجامعة الينوى [الولايات المتحدة الأمريكية على

وجود ارتباط دال إحصائيا بين اختبار قلق المنافسة الرياضية ودرجات حالة القلق العادية في

الموقف المطمئن، بالإضافة إلى وجود ارتباط دال إحصائيا بين اختبار قلق المنافسة الرياضية

ودرجات حالة القلق قبل الامتحان في الموقف الضاغط.

بينما أسفرت الدراسة على وجود فروق غير دالة بين الثقة النفسية كسمة والثقة الرياضية

كحالة. ووجود فروق غير دالة بين الطلاقة النفسية كسمة والطلاقة النفسية كحالة.

العوامل الأخرى:

لقد أسفرت الدراسة من خلال التحليل الإحصائي لإجابات أفراد العينة أن هناك عوامل أخرى قد لا تحض بالإجماع لكنها تفيد بما لا يدع مجالاً للشك أن هناك على الأقل عاملين لهما دور في النجاح الرياضي وهما الحظ والمحسوبة.

ونستنتج من ذلك أن النجاح الرياضي تحكمه عوامل مختلفة ومن بينها العمل وتوفير الإمكانيات المادية والمعنوية إضافة إلى عوامل أخرى غيرها.

مدا تميز الناجحين ببعض السمات:

شخصية الناجحين:

لقد أسفرت الدراسة أن هؤلاء الرياضيين يسلكون سلوكات تنافسية شخصية معتدلة في ظروف المنافسة أو قبلها وهذه الشخصية تظهر في أبعاد الأنماط المزاجية التي لا تتعدى المتوسط مما يدل على أن هؤلاء لا يمتازون بشخصية قوية تساعدهم على تخطي بعض الصعوبات التي قد تواجههم قبل المنافسات أو بعدها مما يستوجب المتابعة والتحضير النفسي المستمر قبل وأثناء وبعد المنافسات وخصوصا ذات المستوى العالي.

وفي هذا الإطار يؤكد كل من نياز وكوكس (Nias et Cox (1982) أنهما لم يتمكنوا في دراستهما للموضوع من إثبات تغيير في شخصية الرياضيين الذين يمارسون المستويات العالية أو حتى في إطار النشاطات الرياضية العادية أو لأجل التسلية.

ويستنتج الباحث صاك وجود تباين بسيط عن المعدل فيما يخص بعض سمات الشخصية وتخص فقط أفرادا بعيدين عن المعدل.¹

يؤكد روشل (Rushall(1968 أن نتائج دراساته تفيد بأن الشخصية ليست عاملا دالا على النجاح الرياضي.²

أسفرت الدراسات التي قام بها ريموند توماس على أن النتائج التي توصل إليها هذا الباحث لا تسمح على حد قوله بوجود ارتباطات بين الشخصية والممارسة الرياضية.³

¹. FC. Bakker, OP cite(67).

². Item, (p53).

³. Raymond Thomas, OP cité, (55).

وكذلك أسفرت نتائج دراسة ماجدة محمد إسماعيل (1979) على أن هناك فروقا دالة إحصائيا لصالح الطالبات المتفوقات في الرياضة وذلك في متغيرات الشخصية والشخصية المبتكرة والذكاء.²

دافعية الناجحين:

وأسفرت الدراسة كذلك على أن الناجحين في الرياضة يتوجهون نحو المهمة وذلك ما هو مطلوب عند جميع الرياضيين وخصوصا الناجحون منهم مما يدفعنا لتوكيد الفرضية بكل تحفظ ورفضها جزئيا حيث تؤكد النتائج على أن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بدافعية عالية بل يمكن أن نقول بأنهم يتميزون بدافعية فوق المتوسط، فهم يحتاجون إلى متابعة وتحضير نفسي مستمر يسمح لهم بالاستمرار في بذل الجهود المناسبة للوصول إلى مستويات أعلى أو على الأقل الإبقاء على المستوى الذي وصلوا إليه.

¹ محمد سعد فرغلي، دراسة المتفوقين رياضيا وبعض سماتهم الشخصية، ماجستير كلية التربية، جامعة الأزهر، القاهرة 1976، (بتصرف).

² ماجدة محمد إسماعيل، مقارنة بعض متغيرات الشخصية والتحصيل الحركي في تمارين الجمباز والتعبير الحركي للطالبات، رسالة دكتوراه كلية التربية، جامعة حلوان القاهرة، 1979، (بتصرف).

Intoxiqué على الممارسة، و32% منهم يعتبرون أنفسهم مدمنين بقوة.¹

استطاع الباحثان دانليفي و ريس (Dunleavy et Rees (1979) بعد مقارنة مجموعة من الممارسين للرياضة التنافسية ومجموعة من الممارسين للرياضة الترفيهية أن يتوصلا إلى أن أسباب الإنجاز مرتفعة أكثر في الرياضة التنافسية.²

عدوانية الناجحين:

أسفرت الدراسة بأن الناجحين في الرياضة لا يتميزون بالعدوانية كسمة وتميزهم بالعدوانية في ظروف المنافسة الرياضية ناتج عن تميزهم بسرعة الاستثارة، وبالتالي يمكن أن نؤكد أن الناجحون في الرياضة لا يتميزون بالعدوانية رغم سرعة استثارتهم . وهو ما تؤكدته الدراسات السابقة في الموضوع حيث طبق ستون 1950 Stone اختبار تفهم الموضوع (TAT) على لاعبي كرة القدم الأمريكية فكانت نتائجها أن العدوانية تقل بعد مرحلة المنافسات.

واعتمد كل من جونسون وهيوتون وغيرهما (Johnson & Hutton..(1954) على اختبار الرورشاخ وتطبيقه على مجموعة من رياضيي المستويات العالية بهدف تحديد مستوى العدوانية لديهم. فكانت النتيجة أنهم لم يلاحظوا وجود عدوانية قصوى لديهم.

وبعد تطبيق هوسمان (Husman(1955) لستة لوائح من اختبار تفهم الموضوع على لاعبي كرة القدم الأمريكية بغية تقدير العدوان العام لهم يؤكد في نتائجه ما توصل إليه ستون Stone

¹. Item (p31).

². Item, (p20)

قبله، ويضيف إلى ذلك أن المدافعين في هذه
مستوى من العدوانية مقارنة برياضيي العاب ال

قلق الناجحين:

كما كان متوقعا في الفرضيات المرتبطة بموضوع القلق فقد اتضح بأن متوسط الناجحين في
الرياضة يقل بكثير عن المتوسط الفرضي في كلا الاختبارين، فنستنتج من ذلك أن هؤلاء لا
يتميزون بالقلق كسمة وكحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد ما ذكر في الفرضية وهي أن الناجحون
في الرياضة أقل قلقا في المنافسات الرياضية وفي الظروف العادية.

يؤكد كروول (Kroll 1979)¹ في دراساته العديدة حول القلق ويستنتج أنه يوجد لدى
الرياضيين قلق أقل من غير الرياضيين. وهذه الملاحظة تشير لديه أنه بإمكان الرياضيين
السيطرة على القلق أو التقليل منه.

لقد أسفرت نتائج الدراسة التي قام بها مارفن Marvin²: على عينة من الأفراد قوامها
592 طالبا حيث طبق مقياس قلق السمة لشيبيليرجر عن وجود فروق دالة إحصائية بين كل من
سمة القلق وتعلم المهارات الحركية إضافة إلى عدم تأثر سمة القلق والقدرة الحركية على كمية
التعلم للمهارات الحركية.

الثقة الرياضية للناجحين:

لقد أسفرت الدراسة من خلال تحليل نتائج اختبار الثقة النفسية كسمة وكحالة أن متوسط
الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي في كلا الاختبارين، فإننا نستنتج من ذلك

¹ .R.Thomas, op cité (p65).

² . C. Marvin, The influence of treat anxiety Knowledge of results and physical working
capcity upon the amonts of Learning of Motors skills, diss.abst.vol.34, pp9-10, 1974.

أن هؤلاء يتميزون بثقة نفسية عالية كسمة
وعدم رفضها وهي أن الناجحين في الرياضة ي
أو في الظروف العادية.

الطلاقة النفسية للناجحين:

لقد أسفرت الدراسة من خلال تحليل نتائج اختبار الطلاقة النفسية كسمة وكحالة أن متوسط
الناجحين في الرياضة يفوق بكثير المتوسط الفرضي فإننا نستنتج من ذلك أن هؤلاء يتميزون
بطلاقة نفسية عالية كسمة وكحالة، وبالتالي يمكن أن نؤكد تحقيق الفرضية وعدم رفضها وهي
أن الناجحين في الرياضة يتميزون بطلاقة نفسية عالية في غير المنافسات الرياضية أي في
الظروف العادية.

التوصيات:

في البداية نوصي بالاهتمام أكثر بالناجحين في الرياضة من طرف إطارات الرياضة بمختلف مستوياتهم في المسؤولية لأن ذلك يعتبر حافزا لهم. إن توفير الإمكانيات لا يقتصر على الإمكانيات المعنوية ما لم يصاحبه توفير للإمكانيات المادية بمختلف أنواعها وخصوصا للرياضيين المتمدرسين. حاجة هؤلاء الرياضيين كبيرة فيما يخص التحضير النفسي الذي أصبح أساس الرياضة الحديثة.

العمل على وضع بروتوكولات أو برامج خاصة يمكن على أساسها تدخل المختص النفسي في مختلف النشاطات الرياضية وخصوصا لرياضيي النخبة. العمل على نشر الثقافة النفسية في الأوساط الرياضية بين المربين والمدربين وإطارات التسيير والمناصرين ولفت نظرهم لأهمية الجوانب النفسية وكيفية التحكم في بعض الجوانب الانفعالية.

العمل على توفير الأجواء الموضوعية الملائمة لممارسة الرياضة وانتقاء وتوجيه اللاعبين خاصة أصحاب المستويات العالية.

اقتصر هذا العمل على بعض المحددات النفسية والتي تمثلت في الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية، وهذا ما يجعلنا نأمل في توسيع دراستنا على محددات نفسية أخرى وفي أعمال مستقبلية لإنشاء الله.



Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

المراجع

المراجع العربية.

المراجع الأجنبية.

المراجع العربية:

1. أسامة كامل راتب ، تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
2. د.أحمد أمين فوزي، ود، طارق محمد بدر الدين، سيكولوجية الفريق الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، الطبعة الأولى، 2001.
3. د. إخلص محمد عبد الحفيظ وآخرون، علم النفس الرياضي، الدار العالمية للنشر والتوزيع، الأهرام، 2004.
4. د. أسامة كامل راتب، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
5. د. أسامة كامل راتب، قلق المنافسة (ضغوط التدريب - احتراق الرياضي)، دار الفكر العربي، 1997.
6. د. أحمد أمين فوزي، مبادئ علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، الطبعة الأولى 2003.
7. براهيم محمد، الدافعية وأثرها في تحقيق الرضا الوظيفي، رسالة دكتوراه الدولة، تحت إشراف الأستاذ الدكتور أحمد معروف، 2005/2004 جامعة وهران، الجزائر.
8. د.رمضان محمد القدافي، الشخصية، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1980.

9. لازاروس، ترجمة سيد محمد غنيم،
الجامعية، 1982.
10. عبد الرحمن عدس ومحي الدين توك، علم النفس العام، مكتبة
الأقصى، 1981.
11. د. عبد الحميد محمد الهاشمي، أصول علم النفس العام، ديوان المطبوعات
الجامعية، الجزائر 1982.
12. علي السلمي، إدارة الأفراد والكفاءة الإنتاجية، مكتبة غريب، القاهرة، الطبعة
الثانية، 2، 1986.
13. د/عمرو بدران، قسم علم النفس الرياضي - جامعة المنصورة - مصر، موقعه في
الإنترنت.
14. سيد خير الله، مفهوم الذات، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 1981.
15. سهام محمد عبد الله، العلاقة بين سمات الشخصية والتحصيل الحركي، ماجستير،
كلية التربية الرياضية، القاهرة 1974.
16. سلوى محمد عسل، دراسة تحليلية للقياسات الجسمية والصفات البدنية للمتفوقات
في سباقات الميدان والمضمار بكلية التربية الرياضية بجامعة حلوان، رسالة
دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان القاهرة، 1980.
17. د. صدقي نور الدين محمد، علم نفس الرياضة، المكتب الجامعي الحديث،
الإسكندرية، الطبعة الأولى، 2004.
18. قمرأوي محمد، العنف والعدوانية في الرياضة، في مجلة علم النفس وعلوم التربية،
إصدار مخبر علم النفس وعلوم التربية، جامعة وهران، 2008.
19. د. محمود عبد الفتاح عنان، د. مصطفى حسين باهي، مقدمة في علم نفس
الرياضة، مركز الكتاب للنشر، 2000.

20. د. محمد العربي شمعون، التدر

العربي، 1996.

21. د. محمد عادل رشدي، علم النفس التجريبي الرياضي، الدار الجماهيرية

للنشر والإشهار، 1986.

22. د. محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة،

الطبعة السابعة، 1992

23. محي الدين عبد الجليل، دراسة بعض سمات الشخصية والميول المرتبطة بالمتفوق

في المعاهد العالية للتربية الرياضية، ماجستير، كلية التربية الرياضية، القاهرة،

1974.

24. محمد سعد فرغلي، دراسة المتفوقين رياضيا وبعض سماتهم الشخصية، ماجستير

كلية التربية، جامعة الأزهر، القاهرة 1976.

25. ماجدة محمد إسماعيل، مقارنة بعض متغيرات الشخصية والتحصيل الحركي في

تمرينات الجمباز والتعبير الحركي للطالبات، رسالة دكتوراه كلية التربية، جامعة

حلوان القاهرة، 1979.

26. نادية غريب حمودة، مقارنة سمات الشخصية للطالبات المتفوقات وغير المتفوقات

في الجمباز بكلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، في مجلة بحوث التربية

الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، العدد 35-36، أبريل 1995

القاهرة.

27. هول كاليفين ولندزي جاردينر، ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون، نظريات الشخصية،

الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر، القاهرة 1971، ص 18.

المراجع الأجنبية:

1. C. Marvin, **The influence of treat anxiety Knowiedge of results and physical working capacity upon the amounts of Learning of Motors skills**, diss.abst.vol.34.1980.
2. E. Thil et Philipe Fleurance, **Guide pratique de la préparation psychologique du sportif**.
3. FC. Bakker, **Psychologie et pratiques sportives**, Vigot 1992.
4. Gay Missoum, **l'adaptation psychologique à la haute performance**, sciences et motricité .1987.
5. G. Rioux, E. Thill, **compétition sportive et psychologie**, Chiron sport ,1984.
6. <http://www.badnia.net/vb/index.php>.
7. Jean Robert Fuyard et marc L'évêques, **du test psychologique à son informatisation, l'exemple du Q.P.S.**, sciences et motricité, **1992**.
8. Louis Fernandez, **les dossiers du vainqueur : La motivation**, les cahiers de l'Insep, N° 8, Paris 1990.
9. Michel Bouet, **les motivations des sportifs**, éd. universitaire ,1969.

nt J. Gratty, traduit par Michel

Bouet, **Psychologie sportive et compétition**, éd.

universitaire.1972.

11..M. Reuchlin, **la psychologie différentielle**, puf, 3eme
édition, 1980.

12.Michel Bouet, **Motivation**, In traité de psychologie
expérimentale, Tome v, PUF 1963.

13.. R. Thomas, G. Missoum, Jean Rivolier, **la psychologie du
sport de haut niveau**, PUF, 1987.

14.Raymond Thomas, **éducation physique et sportive**, PUF
1983.

15.-----, **Psychologie du sport**, PUF .1983.

16.-----, **préparation psychologique du sportif**,
vigot Paris, 1994.

17.W. HABER ?, **Introduction à la psychologie de la
personnalité**, PUF, 1980.

18.www.psy.com. (**conférence sur l'estime de soi** de Joe-
Ann Benoît),

19.Y. Burton, **Relationship of personality traits in motors**,
A.vol 31 N° 2.1975. .

1. أبعاد ورموز الاختبارات المستعملة في البحث.
2. اختبار الأنماط المزاجية. (كراسة الأسئلة)
3. اختبار السلوك التنافسي. (كراسة الأسئلة)
4. اختبار إدراكات النجاح. (كراسة الأسئلة)
5. اختبار توجه المهمة وتوجه الإيجو. (كراسة الأسئلة)
6. مقياس تحليل الذات (العدوان العام). (كراسة الأسئلة)
7. مقياس العدوان الرياضي. (كراسة الأسئلة)
8. قائمة تقييم الذات (قلق السمة). (كراسة الأسئلة)
9. قائمة تقييم الذات (قلق الحالة). (كراسة الأسئلة)
10. قائمة سمة الثقة الرياضية. (كراسة الأسئلة)
11. قائمة حالة الثقة الرياضية. (كراسة الأسئلة)
12. مقياس سمة الطلاقة النفسية. (كراسة الأسئلة)
13. مقياس حالة الطلاقة النفسية. (كراسة الأسئلة)
14. استمارة.

أبعاد ورموز الاختبارات النفسية

ضمن أحزمة البرامج الإحصائية SPSS

الإختبارات النفسية كسمة:

- A1** 1. قائمة الأنماط المزاجية:
- A11** أ. بعد قوة عمليات الإثارة.
- A12** ب. بعد قوة عمليات الكف.
- A13** ج. بعد ديناميكية العمليات العصبية.
- A2** 2. إستخبار إدراكات النجاح:
- A21** أ. بعد التنافسية:
- A22** ب. بعد التمكن (أو التفوق):
- A3** 3. مقياس تحليل الذات (العدوان العام)
- A31** أ. بعد التهجم:
- A32** ب. بعد العدوان اللفظي:
- A33** ج. بعد سرعة الإستثارة:
- A34** د. بعد العدوان الغير مباشر:
- A4** 4. قائمة تقييم الذات (قلق السمة).
- A5** 5. قائمة سمة الثقة الرياضية.
- A6** 6. مقياس سمة الطلاقة النفسية.

الاختبارات النفسية كحالة:

- B1** 1. اختبار السلوك التنافسي:
- B2** 2. اختبار توجه المهمة وتوجه الذات:
- B21** أ. بعد توجه المهمة:
- B22** ب. بعد توجه الذات:
- B3** 3. مقياس العدوان الرياضي:
- B4** 4. قائمة تقييم الذات (قلق الحالة).
- B5** 5. قائمة حالة الثقة الرياضية:
- B6** 6. مقياس حالة الطلاقة النفسية:

إعداد: محمد حسن علاوي.

اللقب:

الاسم:

العمر:

الرياضة الممارسة:

الفريق الرياضي:

التعليمات :

- في الصفحات التالية بعض العبارات التي تشير إلى مواقف في مواقف المنافسة الرياضية أو في المواقف الرياضية بصفة عامة.
- المطلوب منك وضع علامة + أمام كل عبارة بما يناسب مع درجة تطابقها على حقيقتك ، وعما إذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة أو بدرجة متوسطة أو بدرجة قليلة.
- لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة وإنما المهم هو مدى تطابقك لدرجة تطابق كل عبارة على حقيقتك.
- لا تترك عبارة بدون إجابة وضع علامة واحدة أمام كل عبارة.

بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	المهارات
			1- يمكنني استعادة هويتي بسرعة بعد أداء التمرين.
			2- يمكنني أن أتحكم في التفاعلات بمجرد أن يطلب المدرب ذلك علي.
			3- يصعب علي سرعة التفاعل في المنهج مع اللاعبين الجدد في الفريق.
			4- أستطيع أداء مهارات العزمية لبعضي بسهولة في ظروف المنافسة اضعف.
			5- أستطيع أن أقبل بحدود الملاحظات العادة التي يوجهها لي المدرب.
			6- يسهل علي الاندماج في التدريب بعد فترة القطار طويلة.
			7- يصعب علي الأداء في المنافسة الرياضية عندما يحتاج المدربون.
			8- ينتهني الضيق عند انتظار بداية المنافسة.
			9- أستطيع أن أتعامل بسرعة مع زملائي الجدد في الفريق.
			10- أداني في المنافسة أفضل بكثير من أدائي في التدريب.
			11- أستطيع أن أسطر علي الخطرات التي تزداد قبل بداية المنافسة الصعبة والهامة.
			12- يمكنني إتقان المهارات العزمية الجديدة بسرعة.
			13- أستطيع الإتزان في منافسات متتالية بدون فترات راحة طويلة.
			14- أستطيع عدم إظهار تعبيرات الفرح عند فوزي في المنافسة.
			15- حائتي المزاجية تتأثر بحالة زملائي في الفريق.

درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	الملاحظات
			16. من السهل على أن أترب بعد ساعات بدون ملل.
			17. أستطيع أن أسطر على أصابعي بسرعة عندما يتخطى المعلم لورا خلفنا - من وجهة نظري - ضدني.
			18. يسهل على بعد انتهاء التدريب تغيير ملابس بسرعة.
			19. أستطيع الإحتفاظ بحيويتي خلال المناظرات القوية المتتالية.
			20. التغيير المتلاحق في مواعيد التدريب أو المناظرات يضاهيني.
			21. أستطيع الإجابة بسرعة على الأسئلة الفاضحة من مدرسي.
			22. أستطيع أن أعود إلى حالتي الطبيعية بسرعة بعد هزيمتي في المناظرة الرياضية.
			23. من السهولة استقلالي أو إثرائي أثناء المبارات.
			24. عندما يواجهني المدرب بتغيير خطة اللعب في المناظرة والتي سبق لي إتقانها فإلني أجد صعوبة في تنفيذ ذلك.
			25. يمكنني أن أستعيد حيويتي بسرعة بعد منافسة قوية أو بعد التدريب العنيف.
			26. يبدو على الاستعجال وعدم الحسب خلال فترة التسعين قبل الترافني في المناظرة.
			27. يمكنني بسرعة التجاوب مع أي مدرب.
			28. تظهر الفعالي بصورة واضحة عند هزيمتي في المناظرة.
			29. لا يظهر على وجهي الانفعال عندما يثقتني مدرس.
			30. أعود بسرعة على أي ملعب جديد أتلقن عليه.

إستخبار السلوك التنافسي

إعداد : نورثي هاريس

إقتباس : محمد حسن عاتوي .

اللقب:

الاسم:

العمر:

الرياضة الممارسة:

الفريق الرياضي:

التعليمات:

- فيما يلي بعض الأنواع من السلوك التي قد تقوم بها أو تحدث لك في المنافسة الرياضية.
- أرسم علامة + في الخانة المناسبة لحالتك أمام كل عبارة من العبارات المذكورة، ولا تترك أي عبارة بدون إجابة.
- لاحظ أنه لا توجد عبارات صحيحة والخير خاطئة وإنما المهم هو إجابتك بما يتناسب مع حالتك.

أخطاء المناظرة

			1. ينخفض مستوى أدائي في المناظرة التي يشاهدها بعض الأشخاص المهمين.
			2. عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المناظرة فإني لا أجد صعوبة في استعادة تركيز الشبان.
			3. تزيد قلبي في نفسي كلما اقترب موعد المناظرة.
			4. أخطئ نفسي عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المناظرة.
			5. عندما يتخلفني مدربي أو أحد زملائي أثناء المناظرة فإني أجد صعوبة في تركيز الشبان طوال الفترة الباقية من المناظرة.
			6. يظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المناظرة.
			7. في المناظرة الهامة أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة.
			8. قبل إشرافي في المناظرة لأحتاج التعزيز من الوقت لكي أستعد نفسيًا ولعنها.
			9. يتتابني الخلق الشديد قبل إشرافي في مناظرة هامة.
			10. عندما نسوء الأمور في المناظرة فإن ذلك لا يسبب لي الإرباك أو القلق.
			11. أدائي في المناظرة التريخية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب.
			12. أثناء المناظرة عندما أعتقد أن التحكم قد أخطأ في بعض قراراته بالنسبة لي أو لزملائي فإني لا أتعلم.
			13. بعد انتهاء المناظرة أستطيع أن أفكر في ما حدث في المناظرة.
			14. أفتسي من احتمال إسباتي أثناء إشرافي في المناظرة.
			15. أعانق تجنب التفكير في المناظرة القادمة لأن ذلك يسبب لي العزيم من الخلق.
			16. قبل إشرافي في المناظرة ميلترة أشعر بأنني لا أستطيع تذكر أي شيء.
			17. مستوى أدائي ثابت في المناسبات وفي حدود أقصى قدراتي.
			18. بعد انتهاء المناظرة أشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل.
			19. أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المناظرة.
			20. أرتكب بعض الأخطاء في الملاحظات الحساسة في المناظرة.

أخطاء			
			1. ينخفض مستوى أدائي في المنافسة التي يشاهدها بعض الأشخاص المهمين.
			2. عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فإني لا أجد صعوبة في استعادة تركيز انتباهي.
			3. تزيد قلبي في نفسي كلما اقترب موعد المنافسة.
			4. أخفق نفسي عندما أرتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة.
			5. عندما يتفاني مدربي أو أحد زملائي أثناء المنافسة فإني أجد صعوبة في تركيز انتباهي طوال الفترة الباقية من المنافسة.
			6. يظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة.
			7. في المنافسة الهامة أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة.
			8. قبل إشتراك في المنافسة لأحتاج التعزيز من الوقت لكي أستعد نفسيًا ولعنها.
			9. يتتابني القلق الشديد قبل إشتراك في منافسة هامة.
			10. عندما أسوء الأمور في المنافسة فإن ذلك لا يسبب لي الإرباك أو القلق.
			11. أدائي في المنافسة التريخية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب.
			12. أثناء المنافسة عندما أعتقد أن التحكم قد أخطأ في بعض المراته بالنسبة لي أو لزملائي فإني لا أتعلم.
			13. بعد انتهاء المنافسة أستطيع أن أتذكر كل ما حدث في المنافسة.
			14. أغشى من احتمال إسباني أثناء إشتراك في المنافسة.
			15. أعاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لأن ذلك يسبب لي العزيم من الضيق.
			16. قبل إشتراك في المنافسة مباشرة أشعر بالتي لا أستطيع تذكر أي شيء.
			17. مستوى أدائي ثابت في المناسبات وفي حدود أقصى قدراتي.
			18. بعد انتهاء المنافسة أشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل.
			19. أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المنافسة.
			20. أرتكب بعض الأخطاء في الملاحظات الحساسة في المنافسة.

استخبار إدراكات النجاح

القلماس | هربرت مارش
تعريب : سعيد حسن علقوي.

اللقب:.....
الاسم:.....
العمر:.....
الرياضة المحلوسة:.....
الطريق الرياضي:.....

التعليمات :

- « في الصفحات التالية بعض العبارات التي تشير الى سلوكك في مواقف المناقشة الرياضية أو في المواقف الرياضية بصورة عامة.
- « المطلوب منك وضع علامة + أمام كل عبارة بما يناسب مع درجة تطبيقها على حالتك، وعما إذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، أو بدرجة قليلة جداً.
- « لا توجد عبارات صحيحة والخير خاطئة وإنما المهم هو مستوى تعديك لدرجة التطبيق كل عبارة على حالتك.
- « لا تترك عبارة بدون إجابة وضع علامة واحدة أمام كل عبارة.

الأسئلة:

لما أشترك في منافسة رياضية فإنتهي أشعر بالعزوب من النجاح عند ما :

درجة قليلة جدا	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جدا	الأسئلة
					1. أشعر بانها الهزيمة الآخرين.
					2. أشعر أنني لست لائق.
					3. أشعر أنني أفضل من المنافسين الآخرين.
					4. أشعر أنني سعيد.
					5. أشعر أنني مستواري بقلبي.
					6. أشعر أنني بفرحة مع الآخرين.
					7. أشعر أنني أفضل.
					8. أشعر أنني على الصعوبات.
					9. أشعر أنني الشخصية.
					10. أشعر أنني في المنافسة.
					11. أشعر أنني أفضل من الآخرين.
					12. أشعر أنني أفضل من الآخرين.
					13. أشعر أنني تحقق الهدف الذي حددته لنفسي.
					14. أشعر أنني أفضل من أقربي السابق.

استخبار توجه المهمة وتوجه الإيجو.

تصميم: جون نيكولاس وجوان تودا.

تعريب: محمد حسن علاوي.

-: القالب
-: الاسم
-: العصر
-: الرياضنة الممارسة:
-: الفريق الرياضي:

التعليمات:

- في الصفحات التالية بعض العبارات التي تشير الى مواقعك في مواقع المناقشة الرياضية أو في المواقع الرياضية بصفة عامة.
- المطلوب منك وضع علامة + أمام كل عبارة بما يناسب مع درجة تطبيقها على حالتك، وعما إذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة ،أو بدرجة قليلة جداً.
- لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة وإنما المهم هو صدق تعبيرك لدرجة تطبيق كل عبارة على حالتك.
- لا تترك عبارة بدون إجابة وضع علامة واحدة أمام كل عبارة.

الأسئلة:

أشهر بلتي أكثر نجاحا في رياضتي عندما:

الدرجة أكثر نجاحا	الدرجة متوسطة	الدرجة أقل نجاحا	الدرجة أقل نجاحا	الدرجة أقل نجاحا	الدرجة أقل نجاحا
					1. أتعلم مهارة حركية جديدة وأحاول الترويب عليها حتى ألقها تماما.
					2. أكون اللاعب الوحيد الذي يستطيع أداء مهارة معينة.
					3. أتعرب بقوة ويغضب.
					4. أكون اللاعب بصورة أفضل من زملائي.
					5. أكتسب مهارة جديدة نتيجة بلتي العزيم من الجهد.
					6. لا يستطيع زملائي الأداء بدرجة أفضل مني.
					7. أعدل نفسي ما في طائفتي أثناء الأداء.
					8. يخطئ بعض زملائي في الأداء في حين أنني أقوم بالأداء الصحيح.
					9. أراقب على الترويب المستمر لإتقان بعض المهارات التي سبق لي تعلمها.
					10. عندما أسجل أكبر عدد من النقاط أو الأهداف أو التورز.
					11. أتعلم مهارة جديدة وألقها بسرعة.
					12. عندما أكون أفضل لاعب.

مقياس تحليل الذات (تعبير عن)

إعداد : محمد حسن عاتوي.

اللقب:

الاسم:

العمر:

الرياضة الممارسة:

الفريق الرياضي:

التعليمات:

- فيما يلي قائمة تحتوي على بعض العبارات التي يمكن أن تصف بها شعورك أو اتجاهك نحو نفسك أو نحو الآخرين في أثناء المواقف العسة في حياتك.
- المطلوب منك وضع علامة + أمام كل عبارة بما يناسب مع درجة تطبيقها على حالتك، واما إذا كانت العبارة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، أو بدرجة قليلة جدا.
- لا توجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة وإنما المهم هو مدى تطبيقك لدرجة تطبيق كل عبارة على حالتك.
- لا تترك عبارة بدون إجابة وضع علامة واحدة أمام كل عبارة.

العبارات				
الترجمة	الترجمة	الترجمة	الترجمة	الترجمة
				16. لا أفقد أعضائي التي التمرجة التي تقوم فيها بإلقاء الأثياء.
				17. بعض الأكتفاس يصلونني بالنس لشخص هجومي.
				18. ٧ أعدي على الناس الذين يحاولون مضايقتي.
				19. من السهولة استشارتي بصورة واضحة.
				20. في بعض المناسبات أظهر غضبي بالضرب على المائدة.
				21. ٧ أعدي على الناس الذين يحاولون مضايقتي.
				22. عندما يغاضبني بعض الناس بصوت عال فأتني أردد عليهم بالصوت العالي أيضا.
				23. يظن العم في عروفي إذا ضايقتي شخص ما.
				24. الناس الذين يظنون الأثياء عندما يغضبون أخيرهم مثل الأطفال.
				25. عندما الغضب أو أفعل فإني أكون مستعدا للإعتد على الشخص الذي الغضبي أو أثار تعذلاتي.
				26. ٧ أحاول أن أتلف بعض التهديدات للشخص الذي يسهن في مضايقتي.
				27. أصر في بعض المواقف أنني مثل وعاء من البارود قليل الانفجار.
				28. عندما تضيق أو أغضب فإني أسقط ذلك على أي شخص أتقنه.
				29. ٧ أستفهم الغضب البشري الدفاع عن حقوقي.
				30. ٧ أستطيع أن أمتع نفسي من التقاتل العاد عندما يختلف رأي البعض مع رأيي الشخصي.
				31. عندما يظنء البعض في حق فإني أستطيع أن أمتهم في تعذلاتي.
				32. إذا لم أستطع التيل من الشخص الذي ضايقتي فإني أحاول مضايقة أي شخص آخر.

الصفات					
درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً	
					33. أتعمر بالارتياح عندما أعتدي على بعض الأشخاص الذين لا أسبل إليهم.
					34. أسبل على الحديث بهدوء وأحاول عدم المسخية من أي شخص في بعض المناسبات مع الآخرين.
					35. أنا شخص يبدو على العصبية والتركيز في العديد من المواقف.
					36. إذا لم أستطع التيل من الشخص الذي يضايقتني فإني لا أحاول أن أسقط شخصي على الآخرين.
					37. إذا شعرت بنية شخص ما لي الإعتداء على فإني أبادر بالإعتداء عليه.
					38. عندما أأغضب فإني أستخدم بعض الكلمات العنيفة.
					39. أستطيع السيطرة على انفعالاتي في بعض المواقف.
					40. أعتقد أنني عندما لا أستطيع مواجهة انفعالات رؤسائي أو زملائي.

مقياس العنوان

إعداد: محمد حسن علوي.

التلقب:

الإسم:

العصر:

الرياضة الممارسة:

الفرق الرياضي:

التعليمات:

- فيما يلي عبارات تشير إلى بعض الحالات أو المواقف التي ترتبط بك كلاعب رياضي وخاصة أثناء المنافسة الرياضية.
- اقرأ كل عبارة جيدا وأجب عليها بما يتناسب مع اتجاهك نحو اللاعب المنافس أو اتجاهك القطعي أثناء المنافسة الرياضية وذلك بوضع إشارة + في الخلية المناسبة لاتجاهك القطعي نحو المنافس أثناء المنافسة الرياضية.
- لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، ولا تضع وقتا طويلا أمام أي عبارة وحاول أن تحدد اتجاهك القطعي بكل صدق وأمانة.

الأسئلة:

العبارات	دائما	غالباً	أحياناً	نقراً	أبداً
1. يغضب علي لعبي طابع الغشونة والعنف عندما يحاول البعض السطو لي.					
2. أثناء المنافسة لا أشعر بأي رغبة في إيذاء منافسي.					
3. ألقى وهول اللاعب لا بد أن يهاجم منافسه بعنف وغلشونة.					
4. أثناء المنافسة أشعر بأنني أصبحت شخصاً آخر أكثر عنفاً مما أكون عليه عادة.					
5. إذا استخدم منافسي الغشونة والعنف معي فإني أحاول توبيخه.					
6. أحاول استخدام التعب الخفيف لإرهاق منافسي.					
7. عندما أتوقع هزيمتي فإني أعب بغلشونة وعنف.					

العقوبات				
الهدف	الغرض	الوقت	الغرض	الهدف
				8. اعتقاد أنه لا يوجد سبب معقول للإعتداء على أي لاعب منطسي.
				9. بعض الزملاء يصلونني بلتني لاعب عنيف جدا في لعبي.
				10. في بعض المواقف أشعر برغبة في إغداء منطسي.
				11. إذا شعرت بنية لاعب منطسي في الاعتداء على فريقي أبتعد بالاعتداء عليه.
				12. لا أستفهم العلف البطني أثناء اشتراكي في المنافسة.
				13. أهد نفسي مخطرا لاستخدام العلف عندما يحاصرني منطسي.
				14. وبذائقي أن مدرس لا يقبل طريقة لعبي التي تتميز بعدم العشوائية.
				15. المنافسة الرياضية كالغرب تحتاج إلى الهجوم العنيف الذي يتميز بالعشوائية والعلف.
				16. بعض الزملاء يصلونني بلتني لاعب معصم في لعبي.
				17. يبدو أنني غير قادر على التحكم في دفاعي نحو إغداء منطسي الذي يحاول استنزائي أو مضايقتي.
				18. عندما يصيب منطسي أحد زملائي فبطني أنتم التزامني بأن أحوال إصابة هذا المنطسي أثناء اللعب.
				19. عندما أصاب بالإعياء أثناء المنافسة فبطني لا أحوال أن أعب بالعشوائية والعلف.
				20. أعب أن أكون عنيفا في لعبي لكي يخشاني منطسي.
				21. عندما يقوم البعض باستنزائي أثناء المنافسة فبطني لا أحوال أن أستخدم العلف معهم.
				22. إذا استخدم منطسي العشوائية معي فبطني أعتقد أنه من العدل استعمال العشوائية معه.
				23. إذا حاول منطسي إصابتي أثناء اللعب فبطني أحوال إصابته أيضا.
				24. لا أحوال استخدام العلف لإزهاب منطسي.

قائمة تقييم الذات { قلق السمة }

إعداد: تشارلز سبيترجر وجورسوش ولوشين.

تعريب: محمد حسن علاوي.

التعبير:

الأسم:

العمر:

الرياضة الممارسة:

الفرق الرياضي:

التعليمات:

- فيما يلي بعض العبارات التي يستخدمها الناس ليمسكوا أنفسهم. اقرأ كل عبارة وضع علامة + في الخلية المناسبة التي تنطبق مع حالتك التي تشعر بها بصفة عامة.
- لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة.
- لا تضيق وقتاً طويلاً أمام أي عبارة وحاول أن تعدد إجابة التي تبدو أنها تصف بدقة مشاعرك.

الأصناف

درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة القليلة	أيها	الصفات
				1. أشعر بمروءة.
				2. أشعب بسرعة.
				3. أشعر أنني أهدأ أكثر.
				4. أريد أن أكون سعيداً مثل الآخرين.
				5. أشعر ببعض الانتهاء لأنني لا أستطيع إتخاذ قرار بسرعة نظراً.
				6. أشعر باستقرار.
				7. أنا هادئ وأصلي بارتداد.
				8. أشعر بأن المتاعب تتراكم علي تدرجة أنني لا أستطيع التغلب عليها.
				9. أفتق كثيراً من الأشياء لا أستطيع حلها لأن أفتق منها.
				10. أنا سعيد.
				11. أؤمن في أهد الأمور بجدية.
				12. أشعر بعدم الثقة في نفسي.
				13. أشعر بالطمأنينة.
				14. أتحاول تجنب مواجهة مواجهة مشقة أو صعوبة.
				15. أشعر بالكتابة.
				16. أنا محتاج التبال.
				17. تصور في ذهني بعض أفكار غير هامة تضاهي.
				18. عندما أفتق في شيء لا أستطيع أن أهدء عن الأفكار.
				19. أنا شخص ثابت.
				20. أصبح في حالة توتر والارتباك عندما أفتق في حياتي الحارة.

قائمة تقييم الذات

إعداد : تشارلز سييلبرجر وجورسوش ولوشين.

تأريب : محمد حسن علاوي.

اللقب:

الاسم:

العمر:

الرياضة الممارسة:

الطريق الرياضي:

التعليمات :

- فيما يلي بعض العبارات التي يستخدمها الناس ليعطوا أنفسهم. اقرأ كل عبارة وضع علامة + في الخانة المناسبة التي تطابق مع حالتك التي تشعر بها الآن. أي في هذه الخانة بالذات.
- لا توجد إجابت صحيحة وأخرى خاطئة.
- لا تضع وقتاً طويلاً أمام أي عبارة وحاول أن تحدد إجابة التي تبدو أنها تصف بدقة مشاعرك.

الأسملة:

درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة أقلية	أيدا	أسملة
				1. أشعر بهدوء.
				2. أشعر بالاشمئزاز.
				3. أنا متوتر.
				4. أشعر بخوف.
				5. أشعر بالثقل في حائتي الطبيعية.
				6. أشعر بالارتباك.
				7. أشعر بتفريق من اهتمام سوء حظي.
				8. أشعر باستنزاف.
				9. أشعر بقلق.
				10. أشعر بالثقل مستريح.
				11. أشعر بثقل في نفسي.
				12. أشعر بالثقل عصبي.
				13. أنا مضطرب.
				14. أشعر بأن أعضائي متعبون.
				15. أحمس باسترخاء.
				16. أشعر براحة القلب.
				17. أنا متراحم.
				18. أشعر بتوتر زائد.
				19. أشعر بالفرح.
				20. أشعر بسرور.

قائمة سمة الثقة الرياضية

إعداد: روبين ليش.

تعريب: محمد حسن علوي.

التعبير:

الاسم:

العصر:

الرياضة المعمّسة:

الفريق الرياضي:

التعليقات:

- أرسب دائرة حول الرقم الذي تعتقد أنه مستطحة فعلا في تلك بنفسك في المواقف التنافسية التالية بالمطابقة باللاعب المثالي - من وجهة نظرك، والذي يستحق الدرجة القصوى في الثقة بالنفس في المجال الرياضي والتي تبلغ 9 درجات.

الأسئلة:

المهارات									المعارف									
9	8	7	6	5	4	3	2	1	1. عند أداء المهارات الحركية الضرورية لإجراء التايكوندو خلال المنافسة الرياضية.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	2. في الفترة على نطاق فرات حاسمة خلال المنافسة الرياضية.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	3. في الفترة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	4. في الفترة على تنفيذ خطط للجمعة في المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	5. في الفترة على التركيز بصورة جيدة لكي يحقق النجاح.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	6. في الفترة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي يحقق الفوز في المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	7. في الفترة على إنجاز أهداف المرتبطة بالمنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	8. في الفترة على أن تكون ناجحاً في المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	9. في الفترة على التفكير والإيجابية بنجاح أثناء أداء المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	10. في الفترة على مواجهة التحدي أثناء المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	11. في الفترة على أن تكون ناجحاً على أساس إعدادي لهذه المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	12. في الفترة على استمرار أداء الجيد لكي تكون ناجحاً في المنافسة.	9	8	7	6	5	4	3	2	1
9	8	7	6	5	4	3	2	1	13. في الفترة على محاولة النجاح حتى ولو كان المفضل أقوى مني.	9	8	7	6	5	4	3	2	1

قائمة حالة الثقة الرياضية

إعداد: روبين فلي.

تعريب: محمد حسن علاوي.

اللقب:

الاسم:

العمر:

الرياضة المحسنة:

الفريق الرياضي:

التعليمات:

- حاول أن تفكر في درجة ثقته في نفسك التي تولد بصورة ناجحة في المنافسة التي سوف تشترك فيها الآن أو بعد فترة قصيرة من الزمن.
- وحاول أن تتصور أن هناك لاعبا آخر معروفًا لديك سواء في فريقك أو في فريق آخر بأنه يتميز بأعلى درجات الثقة بالنفس في المجال الرياضي أي يستحق الدرجة العظمى وهي 9.
- والمطلوب منك أن تعدد الدرجة التي تستعملها بالمقارنة باللاعب الأخر الحاصل على الدرجة العظمى في الثقة بالنفس في مجال المنافسة الرياضية.
- فطبعًا إن أن تعدد درجاتك التي تستعملها (من 1 - 9) في ثقته في نفسك قبل اشتراكه في المنافسة مباشرة بالمقارنة بدرجة اللاعب الأخر المعول في الثقة بالنفس.
- وحاول أن تعدد بكل صدق وأمانة الدرجة التي تستعملها فعلا بالمقارنة بالزميل الأخر، ولا تحاول أن تعدد الدرجة التي تشملها الحصول عليها.

الإستعداد

المهارات								المهارات	
9	8	7	6	5	4	3	2	1	1. عند أداء المهارات المعرفية الضرورية لإجراء التفرغ خلال المنافسة الرياضية.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	2. في القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال المنافسة الرياضية.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	3. في القدرة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط النفسية.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	4. في القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	5. في القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي يحقق النجاح.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	6. في القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي يحقق الفوز في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	7. في القدرة على إنجاز أهدافي المرتبطة بالمنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	8. في القدرة على أن تكون ناجحاً في المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	9. في القدرة على أن يستمر ناجحاً.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	10. في القدرة على التفكير والإستجابة بنجاح أثناء المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	11. في القدرة على مواجهة التحديات أثناء المنافسة.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	12. في القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس أقوى مني.
9	8	7	6	5	4	3	2	1	13. في القدرة على القيام بأداء ناجح بعد فترتي وأداء أفضل.

مقياس سمة الطلاقة النفسية

إعداد: هندي نور الدين محمد.

اللقب:

الأسم:

العمر:

الرياضة الممارسة:

الفرق الرياضي:

التعليمات:

- أجب عن العبارات التالية التي ترتبط بمشاركتك خلال مشاركتك الرياضي وهي ترتبط بالتفكير ومشاركته التي تمر بها خلال مشاركتك في المنافسات الرياضية.
- فكر في كيف تشعر بها خلال مشاركتك التنافسية، ثم أجب على كل عبارة مستخدماً ميزان التقدير المطلق لها.
- ضع علامة + على الدرجة التي تخرج عن العبارة التي تمر بها عادة.
- لاحظ أنه لا توجد عبارة صحيحة أو عبارة خاطئة.

الأمثلة:

دائماً	أحياناً				عبارات السمة	
5	4	3	2	1		
5	4	3	2	1	أضطر ليقول التقديري ولكن مهارتي تسمح لي بمواجهته.	1
5	4	3	2	1	أزدي الحركات الصحيحة دون تفكير في محاولة ذلك.	2
5	4	3	2	1	أعرف تماماً ما أريد أن أفعله.	3
5	4	3	2	1	يتضح لي تماماً ما أريد أن أفعله في منافساتي.	4
5	4	3	2	1	أرجح التنافس بشدة على ما أفعله.	5
5	4	3	2	1	أشعر بالسيطرة الكاملة على ما أفعله عندما أنتقم.	6
5	4	3	2	1	ثم أركز مع ما يفكر فيه الآخرون بالنسبة لي.	7
5	4	3	2	1	يبدو لي أن الوقت يتغير بين البطء والسرعة.	8
5	4	3	2	1	استمتع حقاً بالعبارة الرياضية.	9
5	4	3	2	1	أفكر في كل ما للتحدى العظمى عندما أنتقم.	10
5	4	3	2	1	تبدو لي الأمور تحدث بصورة آتية.	11
5	4	3	2	1	إنصاحي قوي بما أريد عمله.	12
5	4	3	2	1	أعرف ما أؤديه جيداً.	13
5	4	3	2	1	لا يكون لدي جهد لأحفظ بتركيزي على ما يحدث.	14

دائماً	أحياناً				فقط أوقاتاً قليلة	أبداً
5	4	3	2	1		
5	4	3	2	1	شعر باستطاعتني السيطرة على ما أكتبه.	15
5	4	3	2	1	لا تكون خائفا بشأن أفعالي خلال المظاهرات.	16
5	4	3	2	1	شعر بالتناقص الكفائي لمواجهة المتطلبات العالية للمواقف.	17
5	4	3	2	1	أحب الشعور بذلك الأداء وأردت تكراره.	18
5	4	3	2	1	شعر بالتناقص الكفائي لمواجهة المتطلبات العالية للمواقف.	19
5	4	3	2	1	أزدي على نحو نسبي.	20
5	4	3	2	1	أعرف ما أريد إنجازه.	21
5	4	3	2	1	ذاتني الفكرة الجديدة عندما أزدى جيداً.	22
5	4	3	2	1	أرتكز على عائلتي.	23
5	4	3	2	1	أكون لدي شعور بالسيطرة تماماً.	24
5	4	3	2	1	أ أهتم بتلبية تقسيم نفسي.	25
5	4	3	2	1	أشعر بأن الوقت ينتهي بينما أكون أزدى.	26
5	4	3	2	1	أخيرة شعوري بالتكرار.	27
5	4	3	2	1	أتحدي ، ومهازني بشاويان في المستوى العالي.	28
5	4	3	2	1	أعلم الأخطاء تلقائياً عند التناقص دون حاجة للتفكير.	29
5	4	3	2	1	أهدافي تكون محددة تماماً.	30
5	4	3	2	1	أستحق القول أن طريقة أفعالي لأي مدى تكون جيدة.	31
5	4	3	2	1	أكون مركز تماماً على الواجب الذي ألتفت به.	32
5	4	3	2	1	أشعر بالتحكم التام في جسمي.	33
5	4	3	2	1	أدرك أن قلبي بشأن ما يفكر فيه الآخرون لي.	34
5	4	3	2	1	أشعر في الأخطاء تحدث بالعمق الباطني.	35
5	4	3	2	1	أجد الخبرة مفيدة جداً.	36

مقياس حالة الطلاب

إعداد: جاكسون ومارش

تعريب: أسدلي تور الدين محمد.

- اللقب:
- الاسم:
- العمر:
- الرياضة الممارسة:
- الفريق الرياضي:

التعليمات:

- أجب عن العبارات التالية التي ترتبط بمشاركك خلال اشراكك الرياضي. وهي ترتبط بالمشارك ومشاركك التي مررت بها خلال مشاركتك في المنافسات الرياضية.
- فكر في كيف شعرت بها خلال مشاركتك التنافسية. ثم أجب على كل عبارة مستخدماً ميزان التفكير المقترب لها.
- ضع علامة + على الدرجة التي تعبر عن الخبرة التي مررت بها .
- لاحظ أنه لا توجد عبارة صحيحة أو عبارة خاطئة.

الأسئلة:

العبارات المستطهـة	أبداً	بعضاً	كثيراً	بشكل كبير	دائماً
1 اضطررت لقول التعدي ولكن مهارتي سمحت لي بذلك.	1	2	3	4	5
2 أهدت الحركات الصحيحة دون تفكير في محاولة ذلك.	1	2	3	4	5
3 توقفت تماماً ما أريد أن أفعله.	1	2	3	4	5
4 وضح لي تماماً ما أريد أن أفعله في المنافسة.	1	2	3	4	5
5 ركزت انتباهي تماماً على ما أفعله.	1	2	3	4	5
6 ذهبت بالسيطرة الكاملة على ما أفعله .	1	2	3	4	5
7 لم أركز مع ما فكر فيه الآخرون بالتنمية لي.	1	2	3	4	5
8 بدى لي أن الوقت يتغير بين البدء والمراجعة.	1	2	3	4	5
9 استمتعت حقاً بالخبرة الرياضية.	1	2	3	4	5
10 قدراتي كلفني للتعدي العالي للموقف.	1	2	3	4	5
11 بدأت لي الأمور تحدث بصورة آلية.	1	2	3	4	5
12 كأي شخص أروي بما أريد فعله.	1	2	3	4	5

مستويات التقييم					
5	4	3	2	1	13 كنت عازفاً لما أزيد به جيداً.
5	4	3	2	1	14 لم يكن هناك جهد لأحفظ بتراكمي على ما حدث.
5	4	3	2	1	15 شعرت باستعراضي المبهرة على ما أظنه.
5	4	3	2	1	16 لم أكن قلقاً بشأن أدائي خلال المناظرات.
5	4	3	2	1	17 طريقة مرور الوقت تبدو مختلفة عن الطبيعي.
5	4	3	2	1	18 أصبحت أشعر بذلك الإناء وأردت تكراره.
5	4	3	2	1	19 شعرت بالتعاضد الكافي لتعويض المتطلبات العالية للمواقف.
5	4	3	2	1	20 أبيت على نحو أجنبي.
5	4	3	2	1	21 شعرت ما أردت إنجازه.
5	4	3	2	1	22 أعتنى الفترة الجديدة عندما كنت أزيد به جيداً.
5	4	3	2	1	23 كان لدي تركيز عالٍ.
5	4	3	2	1	24 كان لدي شعور بالمهارة تماماً.
5	4	3	2	1	25 لم أكن مهتماً بتقييم نفسي.
5	4	3	2	1	26 شعرت بأن الوقت ينتهي بينما أكون أزيد به.
5	4	3	2	1	27 نظيرة أشعرتني بالتكبرياء.
5	4	3	2	1	28 الشغلي ، ومهارتي غالباً متساويان في المستوى العالي.
5	4	3	2	1	29 فطنت الإنشاء لتفاني عند التفاوض دون حاجة للتفكير.
5	4	3	2	1	30 أهدافي كانت محددة تماماً.
5	4	3	2	1	31 بإمكانني القول أن طريقة أدائي لأي مدى كانت جيدة.
5	4	3	2	1	32 كنت مركزاً تماماً على الواجب المطلوب به.
5	4	3	2	1	33 شعرت بالتحكم التام في جسدي.
5	4	3	2	1	34 لم أكن قلقاً بشأن ما فكر فيه الآخرون لي.
5	4	3	2	1	35 أحياناً بدت الإنشاء تحدث بالمرعة البهينة.
5	4	3	2	1	36 وجدت الفترة مبهمة جداً.

Click Here to upgrade to Unlimited Pages and Expanded Features

اللقب:

الأسماء:

الجنس:

العمر:

المستوى الدراسي: ابتدائي متوسط ثانوي جامعي:

الرياضة الممارسة:

مستوى النجاح الرياضي: جهوي وطني دولي:

الجمعية الرياضية:

2) استمارة :

1. هل النجاح الرياضي يأتي بالعمز؟ نعم لا لاأخري
2. هل الخط له دور في النجاح الرياضي ؟ نعم لا لاأخري
3. هل تتوفر لك الإمكانيات المادية لممارسة الرياضة؟ نعم لا لاأخري
4. هل تتوفر لك الإمكانيات المعنوية لممارسة الرياضة؟ نعم لا لاأخري
5. هل يجري انتقاء رياضيي التلجة على أساس موضوعي(صحيح)؟ نعم لا لاأخري
6. هل توجد مسابقة في انتقاء رياضيي التلجة؟ نعم لا لاأخري
7. ما هو الأساس الموضوعي في نظرك؟

8. ما هي الصعوبات التي تواجهك كرياضي من التلجة؟

9. ما هي المشاكل التي تعاني منها في ممارستك؟

10. ما هي اقتراحاتك لحل هذه المشاكل؟



*Your complimentary
use period has ended.
Thank you for using
PDF Complete.*

[Click Here to upgrade to
Unlimited Pages and Expanded Features](#)

تحت إشراف: الأستاذ الدكتور ماحي إبراهيم

إعداد: قمر اوي محمد

وبمساعدة: الدكتورة كرزابي مريم من المعهد الوطني للتربية البدنية

والدكتور كمال بلان رئيس قسم الإرشاد النفسي بجامعة دمشق.

الكلمات المفتاحية:

المحددات النفسية: الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية، النجاح الرياضي، السمة، الحالة.

الملخص

إن الرسالة التي سنقدمها والموسومة بـ "المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي" تتبنى على مفهومين بارزين وأساسيين لإجراء الدراسة وهما المحددات النفسية والنجاح الرياضي. لكن بعد البحث والتفتيش في المراجع المتخصصة اتضح أنهما مفهومين واسعين تطلب منا أن نحددتهما تحديداً دقيقاً ألا وهما: المحددات النفسية التي يمكنها أن تشمل كل المجال النفسي للإنسان والتي حاولنا أن ننتقي بعضاً منها وهي: الشخصية والدافعية والعدوانية والقلق والثقة النفسية والطلاقة النفسية من جهة، والنجاح الرياضي من جهة أخرى الذي يعتبر مجالاً واسعاً.

ونظراً لعدم الاهتمام بهذا المجال النفسي المهم في الرياضة ارتأينا أن نقدم على عمل قد تكون له أهميته في أوساط الرياضة وذلك بهدف تفسير أو إبراز بعض الجوانب النفسية لدى الرياضيين وبالخصوص الناجحين منهم في الرياضات المختلفة.

ولأجل ذلك طرحنا إشكالية واسعة غطت كل الجوانب التي كان لا بد من التعرف عليها حيث كانت التساؤلات الأساسية ترمي إلى التفكير في وجود هذه المحددات في الأوساط الرياضية العالية في الجزائر ومدا توفرها لديهم كسمة ثم كحالة إضافة إلى التساؤلات حول العوامل المشتركة التي تجمع بينها بالنظر للارتباطات القائمة.

فهل بالتأكيد يكون للمحددات النفسية علاقة بالنجاح الرياضي؟

وهل يمكن التعرف على هذه المحددات؟ نظرياً وتطبيقياً؟

وهل هناك عوامل أخرى للنجاح الرياضي كالعامل وتوفير الإمكانيات والحظ والمحسوبة؟

وللإجابة على هذه التساؤلات وغيرها كان لابد
ذكر بعض منها في هذا الملخص وهي نابعة من الفرد
" ترتبط المحددات النفسية (الشخصية، الدافعية، ال
عند الناجحين في الرياضة."

فكان لابد من طرح فرضيات أساسية أربعة تدرس الارتباط بين المتغيرات الستة كسمة ثم كحالة
حيث تفرعت إلى فرضيات فرعية أخرى.

أما **الفرضيات الخاصة** فكانت تخص كل المحددات النفسية الستة على حدة والتي تأسست لأجلها
هذه الفرضيات التي تفرعت بدورها إلى فرضيات فرعية تدرس السمة وفرضيات فرعية تدرس
الحالة، والتي حاولت أن تجيب على مدى توفرها عند الناجحين في الرياضة.

اشتملت العينة المقصودة للبحث في بدايتها على 100 رياضي من الناجحين على مستوى ولايات
الغرب الجزائري وطبقت عليهم الاختبارات الستة كسمة وكحالة. أما العينة النهائية التي كانت إجاباتها
على كل الاختبارات كاملة فكانت 89 رياضيا.

لقد أسفرت الدراسة على أن المحددات النفسية لا تؤثر في الفرد كوحدة واحدة بسبب عدم ارتباطها
مع بعضها البعض من جهة، ومن جهة أخرى هي غير مشبعة بعامل واحد بل بمجموعة من العوامل
المختلفة. وأسفرت كذلك على أن الفروق دالة بين كل المحددات كسمة وكحالة بينما غير دالة بين سمة
الثقة النفسية والطلاقة النفسية وبين حالتيهما.

وأن الفرضية الأساسية الرابعة قد تحققت والتي تفيد بوجود عوامل للنجاح الرياضي، فرغم إدراك
الناجحين بقيمة العمل وتوفير الإمكانيات إلا أنهم يدركون وجود عامل الحظ والمحسوبية اللذان
يساهمان في النجاح بقسط وافر. أما الفرضيات الخاصة بكل محدد نفسي (أو متغير) فتؤكد أنه رغم
توفرها لذا الناجحين في الرياضة إلا أنها تدل على ضعفهم من الناحية النفسية مما يدفعنا لاستنتاج ما
هو واضح وهو غياب التحضير النفسي.

إذن في الأخير ننصح بالاهتمام بهذه الفئة من الرياضيين وذلك بتوفير الإمكانيات المادية للقيام
بمهامهم أحسن قيام والاهتمام كذلك بالجوانب النفسية وذلك بالعمل على تحضيرهم نفسيا
ملائما ومختلفا على التحضير العادي الذي يطبق على الرياضيين العاديين.