

دراسة مقارنة للصلاية العقلية لدى لاعبي منتخبات جامعة ديالى

م.د عمر رشيد حسين أ.م.د قحطان فاضل محمد رانية محمد احمد هجران قحطان

omar.rasheed@uodiyala.edu.iq

qahtan.fhadel@uodiyala.edu.iq

تاريخ التقديم: 2022/7/1

تاريخ القبول: 2022/7/17

تاريخ النشر: 2022/10/1



[this work is licensed under a creative commons attribution 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

المخلص:

تعد الصلاية العقلية من اهم الصفات التي يجب ان يتمتع بها اللاعب ، إذ أنها تأتي من ذاته وان حوافزها تكون ذاتية كما ان توجيه هذه الصلاية يكون ذاتيا ايضاً. فاللاعب لا يحتاج الى دافع خارجي لأن الدافع يكون ذاتياً او داخل اللاعب حيث يتمكن اللاعب من السيطرة الكاملة على نفسه ويكون ثابتاً وواقعياً في تحقيق اهدافه، فيكون اللاعب هادئاً ومسترخياً حتى في المواقف الصعبة او الضغوط كما يكون مركزاً وواثقاً وحذراً ومسؤولاً عن تصرفاته ، حيث يكون قادراً او مهيباً للتحرك وعادةً ما يكون مهيباً ومليناً بالطاقة، اما مشكلة البحث فتتبلور بالاسئلة الاتي (هل هناك فروق في الصلاية العقلية بين لاعبي منتخبات جامعة ديالى)؟ لذا وجب على الباحثين ايجاد جواب لهذه التساؤل، اما اهداف البحث هو التعرف على الصلاية العقلية للاعبي لعينة البحث وكذلك التعرف على الفروق في الصلاية العقلية لعينة البحث، اما فرض البحث فهناك فروق ذات دلالة احصائية للصلاية العقلية بين عينة البحث، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمة اهداف البحث وتكونت عينة البحث من (36) لاعباً (يمثلون منتخبات الالعاب الفرقية كرة سلة، كرة طائرة، كرة اليد) للعام الدراسي 2021-2022، وتم استخدام مقياس الصلاية العقلية المعد من (مهند طالب عبد 2012) بعد ما تم استخراج الاسس العلمية له، أما أهم الاستنتاجات فقد ظهرت ظهرت النتائج بوجود فروق في الصلاية العقلية بين لاعبي منتخبات جامعة ديالى ولصالح لاعبي منتخب جامعة ديالى بكرة اليد، من خلال استنتاجات البحث يوصي الباحثون استخدام مقياس الصلاية العقلية في معرفة مستوى الصلاية العقلية لدى لاعبي منتخبات الجامعات الاخرى واجراء دراسات مشابهة على متغيرات اخرى (نفسية – عقلية).
الكلمات المفتاحية : (الصلاية العقلية , لاعبي منتخب ديالى)

A comparative study of the mental toughness of Diyala University players

DrOmar Rashid Dr Qahtan Fadel. Rania Muhammad Hijran Qahtan

omar.rasheed@uodiyala.edu.iq

Abstract

Mental toughness is one of the most important qualities that a player must have, as it comes from himself, and its incentives are subjective, and directing this toughness is also subjective. The player does not need an external motive because the motive is subjective or within the player, where the player is able to fully control himself and be consistent and realistic in achieving his goals. Or is it ready to move, and it is usually prepared and full of energy? As for the research problem, it crystallizes with the following question (Are there differences in mental toughness among the players of Diyala University teams)? Therefore, the researchers must find an answer to this question. The research objectives are to identify the mental toughness of the research sample, as well as to identify the differences in the mental toughness of the research sample. As for the imposition of the research, there are

statistically significant differences for mental toughness between the research sample, and the researchers used the descriptive approach to suit the objectives of the research. The research sample consisted of (36) players (representing team games, basketball, volleyball, handball) for the academic year 2022-2021, and the mental toughness scale prepared by (Mohannad Talib Abd 2012) was used after the scientific bases were extracted for it. As for the most important conclusions, the results showed that there are differences in mental toughness between the players of the Diyala University teams and in favor of the players of the Diyala University team in handball. Other (psychological - mental).

Keywords: (mental hardness, Diyala national team players)

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

أن التخطيط العلمي الصحيح من أهم ركائز التطور الرياضي والوصول الى مراكز متقدمة، وان بلد الذي يواكب التطورات في اغلب العلوم و المعارف تكون خطواته بالاتجاه الصحيح في ارساء والبناء الرياضي ويكون التقدم على اسس قوية وسليمه ومن هذه العلوم علم النفس الرياضي ، فقد بدء العاملون الاهتمام بعلم النفس الرياضي حيث اتسع نطاقه و اصبح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بعلوم الرياضة الاخرى مثل التدريب الرياضي و فسيولوجيا الرياضة و الميكانيكا الحيوية و المناهج و طرائق التدريس وذلك للاستفادة من نظريته و تطبيقاته ، الامر الذي ادى الى تطور الاداء الرياضي و التفوق في المنافسات الرياضية، تعد الصلابة العقلية من اهم الصفات النفسية ومن العوامل المهمة التي تساعد اللاعب في السيطرة على حالته النفسية كتركيز الانتباه و التحكم في الانفعالات و عدم التوتر و الخوف الزائد و الثقة بالنفس و التصور العقلي ، وأن الاداء المثالي للاعب يتحقق من خلال تطوير مهاراته العقلية العديدة من اجل مواجهة المشكلات التي تعترضه اثناء المنافسة الرياضية وصولاً لأهداف العملية التدريبية المتمثلة بالأداء الأفضل وتحقيق النتائج المطلوبة، ومن المشكلات المهمة التي تواجه الرياضي اليوم هي حاجته الى اعداد عقلي، اذ لا تكفي الموهبة وحدها ولا قدراته الفنية و البدنية لكي يحقق التفوق و الانجاز الرياضي ، بل حاجته الى القوة العقلية و الايمان بالذات و بالقدرة على التركيز في وقت الشدة و كيفية مواجهة الضغوط النفسية خلال مواقف التدريب و المنافسات الرياضية. ومما تقدم تتضح أهمية الصلابة العقلية ودورها في عملية إعداد الرياضي من أجل الوصول الى أفضل مستوى ممكن، وتكمن أهمية البحث في التعرف على الفروق في الصلابة العقلية للاعبي المنتخبات جامعة ديالى،

2-1 مشكلة البحث

ونظراً لأهمية المهارات العقلية والاعداد العقلي في تطور المستوى الرياضي اذ كلما امتلك اللاعب قدرات مهارية و بدنية و عقلية بشكل متكامل استطاع الوصول الى الاداء الأفضل في المنافسات الرياضية، وإن تطور المستوى الرياضي يقتضي تكامل وانسجام تلك الجوانب ومنها الجانب العقلي ، وبما ان السمات العقلية من ركائز هذا التطور، فقد رغب الباحثون التعرف على مستوى الصلابة العقلية لمنتخبات جامعة ديالى،

3-1 اهداف البحث

1. هو التعرف على الصلابة العقلية للاعبي عينة البحث
2. التعرف على الفروق في الصلابة العقلية لعينة البحث،

3-1 فرض البحث

1. هناك فروق ذات دلالة احصائية للصلابة العقلية بين عينة البحث،

4-1 مجالات البحث

1-4-1 المجال البشري: فتمثل بلاعبي منتخبات جامعة ديالى (كرة السلة، كرة القدم صالات، كرة اليد)

1-4-2 المجال المكاني: هو قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في محافظة ديالى،

1-4-3 المجال الزمني: للفترة من 2022/3/15 ولغاية 2022/5/19

2- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملاءمته مشكلة البحث واهدافه "لان المنهج الوصفي من أفضل المناهج وأيسرها للوصول إلى تحقيق أهداف البحث، فالمسح يزود الباحث بمعلومات تمكنه من التحليل والتفسير واتخاذ القرارات، وتكشف له عن العلاقات بين المتغيرات المدروسة" (حسين و عبدالله:2009:233).

2 - 2 مجتمع البحث وعينة:

"المجتمع هو المجموعة الكلية او المجموعة الكاملة من الناس أو الاحداث أو الاشياء" (فايز واخرون:2009:86)، إذ تمثل مجتمع البحث الحالي بلاعبي (منتخبات جامعة ديالى) للعام الدراسي 2021-2022 والبالغ عددهم (44) لاعباً يمثلون منتخب كرة السلة (14) لاعباً ومنتخب كرة القدم صالات القدم صالات (14) لاعباً ومنتخب كرة اليد (16) لاعباً، اما العينة فهي " الجزء الذي يمثل مجتمع الاصل أو تعتبر النموذج الذي يجري عليه الباحث مجمل محور عمله" (ظافر الكاظمي:2012:84)، وبلغت عينة البحث (36) لاعباً بواقع (12) لاعب لكل منتخب، وبلغت نسبتها 81.82%، وجدول (1) يبين ذلك.

جدول (1)

يبين توزيع عينة البحث

ت	المنتخبات	العدد	الاستطلاعية	عينة البحث
1	منتخب كرة السلة	14	2	12
2	منتخب كرة القدم صالات	14	2	12
3	منتخب كرة اليد	16	4	12
	المجموع	44	10	36

2-3 الأجهزة والأدوات والوسائل المستخدمة في البحث :

2-3-1 وسائل جمع المعلومات :

- ❖ المصادر العربية والأجنبية .
- ❖ المقابلة.
- ❖ الملاحظة.
- ❖ الاستبانة

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

- ❖ حاسوب (لاب توب) نوع HP منشأ كوري .
- ❖ حاسبة يدوية نوع (CASIO).
- ❖ اقلام.

2-4-1 إجراءات البحث الرئيسية:

2-4-1: مقياس الصلابة العقلية:

استخدم الباحثون مقياس الصلابة العقلية المعد من قبل (مهند طالب 2012) الذي يتكون من (29) فقرة، بمفتاح اجابة خماسي ملحق (1) اذ تبلغ الدرجة العليا للمقياس (145) والدرجة الادنى (29) وبلغ الوسط الفرضي للمقياس النهائي (87).

2-4-2: الاسس العلمية للمقياس:

أولاً: صدق المحتوى

ان صدق المحتوى هو "الصدق المنطقي ويحسب هذا الصدق على فحص محتوى الاختبار وتحليل أسئلته لمعرفة مدى تمثيلها للسلوك الذي يقيسه الاختبار" (سليمان وهند:2016:145) وتم تحقيق هذا الصدق من خلال قيام الباحث بإعداد المقياس وتحديد أبعاده وفقراته بالاستعانة بمجموعة من الخبراء الملحق (1) لتحديد صلاحية الفقرات وبذلك حصل الباحثون على صدق المحتوى.

ثانياً: ثبات الاختبار

إن طريقة التجزئة النصفية تقيس التجانس الداخلي لفقرات المقياس إذ إن تجانس الفقرات "يدل على مدى انساق أداء المفحوصين على جميع الفقرات التي يتكون منها المقياس" (صفوت فرج:1997:314)، وقد استخدم الباحثون في إيجاد الثبات على جميع الفقرات والعلاقة بين الفقرات الفردية والزوجية، وهذه الطريقة لا تتطلب الا اجراء الاختبار مرة واحدة من خلال الاعتماد على بيانات عينة التجربة الاستطلاعية والبالغة (10) لاعباً وبلغ معامل الارتباط بين النصفين (0.86) الا أنّ هذه القيم تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذلك يتعين تعديل معامل الثبات وتصحيحه حتى نحصل على معامل ثبات الاختبار ككل، وعليه استعملت معادلة سبيرمان براون لتصحيح معامل الارتباط وبعد التصحيح أصبح معامل الثبات (0.92) وهو معامل ثبات عال يمكن اعتماده لتقدير ثبات الاختبار اذ يذكر لازاروس (Lazarus) ان معامل الثبات الذي يمكن الاعتماد عليه من (0.62 فما فوق) .

2-4-3 التجربة الرئيسية:

بعد أن استكمل الباحثون المتطلبات الأساسية لأجراء عملهم تفصيلياً وتم التأكد من ملائمة المقياس لعينة البحث، تم إجراء التجربة من الفترة من 9-11/4/2022 على لاعبي (منتخبات جامعة ديالى، كرة السلة، كرة القدم صالات، كرة اليد) وتم إدارة الاختبارات من قبل فريق العمل المساعد وبإشراف الباحثون.

2-5 الوسائل الإحصائية:

اعتماد الباحثون في العمليات الإحصائية على الحقيبة الإحصائية spss

1-3 الخاتمة

لغرض دراسة حقيقة الفروق بين مجاميع البحث الثلاث في الاختبارات البعدية، استخدم الباحثون اختبار (F) لتحليل التباين بين المجاميع الثلاث، وكما في الجدول (2)

جدول (2)

يبين تحليل التباين وقيمتي (F) المحسوبة والجدولية بين الاختبارات البعدية وللمجموعات الثلاث للاختبار البدني

المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (F) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
الصلابة العقلية	درجة	بين المجموعات	1422.89	2.00	711.44	9.553	0.001
		داخل المجموعات	2457.67	33.00	74.48		

يبين الجدول (2) لنا ان هناك فروق معنوية بين عينة البحث للمجاميع الثلاثة مما وجب على الباحثون الى ايجاد الفروق بين المجاميع من خلال استخدام اختبار (L.S.D).

جدول (3)

يبين قيم الوسط الحسابي و الانحراف المعياري ونسبة الخطأ لنتائج اختبار (L.S.D)

ت	المجموعات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
1	منتخب كرة اليد	134.500	10.194	2.943
2	منتخب كرة القدم للصالات	121.333	5.694	1.644
3	منتخب كرة السلة	121.000	9.332	2.694

جدول (4)

يبين قيم متوسط الفروق و نسبة الخطأ لنتائج اختبار (L.S.D)، لمعرفة اقل فرق معنوي

المجاميع	س ف	نسبة الخطأ	الدلالة
منتخب كرة اليد – منتخب كرة السلة	13.167*	0.001	معنوي
منتخب كرة اليد – منتخب كرة القدم	13.500*	0.001	معنوي
منتخب كرة السلة – منتخب كرة القدم	0.333	0.925	غير معنوي

يبين الجدول (4) قيم متوسط الفروق للأوساط و نسبة الخطأ و نسبة للمجاميع الثلاثة لمقياس الصلابة العقلية، اذا بلغ فرق الاوساط بين (منتخب كرة اليد ومنتخب كرة السلة) هو (13.167^*) وبنسبة خطأ (0.001) وهو اقل من مستوى الدلالة (0.05) وهذا مؤشر على معنوية الفروق بين المجموعتين و لصالح منتخب كرة اليد ، و بلغ فرق الاوساط بين (منتخب كرة اليد ومنتخب كرة القدم) هو (13.500^*) وبنسبة خطأ (0.001) وهو اقل من مستوى الدلالة (0.05) وهذا مؤشر على معنوية الفروق بين المجموعتين و لصالح منتخب كرة اليد، وبلغ فرق الاوساط بين (منتخب كرة السلة ومنتخب كرة القدم) هو (0.333) وبنسبة خطأ (0.925) وهو اكبر من مستوى الدلالة (0.05) وهذا مؤشر على انعدام معنوية الفروق بين المجموعتين.

2-3 مناقشة النتائج (L.S.D)

في الجدول (4) لاختبار (L.S.D) نلاحظ من قيم متوسط الفروق و نسبة الخطأ للصلابة العقلية ان هناك فرق بين لاعبي منتخب كرة اليد ولاعبي منتخب كرة السلة ولاعبي منتخب كرة القدم الصالات و لصالح لاعبي منتخب كرة اليد ويعزو الباحثون ذلك ان لاعبي كرة اليد يمتازون بصلابة عقلية عالية بسبب طبيعة المهارات الدفاعية والهجومية اضافة الى الاحتكاك اثناء اللعب وقانون اللعبة يسمح بالاحتكاك المباشر بالمنافس والادوات مما يجعلهم قادرين على الاستمرار بالاداء ونفس الصلابة على الرغم من الضغوطات اثناء المباريات، وهذا ما اكده (كارن) ان الصلابة العقلية للاعب الرياضي تعني التميز بالثقة التي تجعله يواجه اي موقف بدرجة عالية من الايجابية اثناء المنافسة ، والقدرة على الاستمرار باعلى درجة من القدرات و الامكانيات التي يمتلكها بغض النظر عن الضغوط في موقف المنافسة الرياضية. (Karen2022:41)

بينما لا يوجد فروق بين لاعبي منتخب كرة السلة ولاعبي منتخب كرة القدم الصالات و امتلاكهم الصلابة العقلية بنسبة اقل مما يمتلكه لاعبي منتخب كرة اليد بسبب تحدي المنافسة يكون اكبر بسبب والرم العالي في كرة اليد وهو المصدر الاول للضغوط النفسية إذ يتطلب ذلك اداء المهارات الاساسية المختلفة والالتزام بقواعد اللعب وتطبيق الاستراتيجيات اما المصدر الثاني لضغوط المنافسة هو المنافس فيحاول ان يتبع اللاعب للوصول الى افضل ما لديه فيحاول ان يلعب بخشونة و يستخدم الاحتكاك البدني وتعديل سرعة ايقاع المباراة سواء بالشدة العالية او المنخفضة ويهدف بذلك الى تحويل المسار البدني والايقاع في مصيدة الانذارات والطرد واضاعة الوقت وهذا ما لا يسمح به قانون لعبة كرة السلة والقدم.

توصل الباحثون في نهاية بحثهم الحالي إلى الاستنتاجات الآتية :

ظهرت النتائج بوجود فروق في الصلابة العقلية بين لاعبي منتخب كرة اليد ولاعبي منتخب كرة القدم صالات و لصالح لاعبي منتخب كرة اليد، وظهرت النتائج بوجود فروق في الصلابة العقلية بين لاعبي منتخب كرة اليد ولاعبي منتخب كرة السلة و لصالح لاعبي منتخب كرة اليد، اما بين لاعبي منتخب كرة القدم صالات ولاعبي منتخب كرة السلة فظهرت النتائج عدم وجود فروق بين المنتخبين.

من خلال استنتاجات البحث يوصي الباحثون استخدام مقياس الصلابة العقلية في معرفة مستوى الصلابة العقلية لمنتخبات جامعة ديالى و اجراء دراسات مشابهة على متغيرات اخرى (نفسية – عقلية)

المصادر العربية والأجنبية :

- عدنان حسين و يعقوب عبد الله أبو حلو ؛ الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية في البحوث العلوم التربوية والإنسانية ، ط1 : (عمان ، إثراء للنشر والتوزيع ، 2009م) ، ص 233 .
- فايز جمعة النجار وآخرون ؛ أساليب البحث العلمي منظور تطبيقي ، (عمان : دار الحامد للنشر والتوزيع ، 2009) ص86.
- ظافر هاشم الكاظمي ؛ التطبيقات العملية لكتابة الرسائل والاطارح التربوية والنفسية : (بغداد : دار الكتب والوثائق ، 2012) ص84..

REFERENCIAS

p41 Karen . A ; Mental Toughness , Brain Power for Sport , EBSCO , Publishing , 2002

الملاحق

ملحق (1)

مقياس الصلابة العقلية بالصيغة النهائية

ت	الفقرات	تتطبق علي دائماً	تتطبق علي غالباً	تتطبق علي أحياناً	تتطبق علي نادراً	تتطبق علي أبداً
1	أشعر أنني مثابر ولا استسلم للهزيمة					
2	ابذل جهدي لأحافظ على استمرار اللعب					
3	أتقبل عبارات الثناء و المدح من المدرب و زملائي دون انفعال					
4	أمتلك دافعية تجعل مستوى أدائي أفضل					
5	قبل المباراة أشعر بأن جسمي مشدود					
6	أتعامل بإيجابية مع ظروف المباراة					
7	التفكير بمستوى الفريق المنافس يفقدني التركيز					
8	أشعر بالحماس أثناء المباراة					
9	استطيع التخلص من أخطائي أثناء المباراة					
10	أمتلك الإدراك بأهمية التغلب على تحديات المنافسة					
11	أشعر في الثقة بنفس في المباراة					
12	يمكنني تحقيق أهدافي بممارستي التدريب يومياً					
13	أخشى أن يكون أدائي سيئاً في المباراة					
14	أشعر بالسعادة لتشجيعي من قبل الجمهور					
15	أشعر بعدم قدرتي على التركيز في اللحظات الأخيرة من المباراة					
16	أكون سعيداً عند تحقيق أهدافي في المباراة					
17	استطيع العودة سريعاً لحالتي الطبيعية بعد أي أخفاق أثناء المباراة					
18	أحافظ على هدوئي عند شعوري بالضغط أثناء المباراة					
19	أهتم بالعبارات المليئة بالإحباط من قبل المدرب و زملائي					
20	أشعر بنشاط و تفاؤل حيال التدريب و المنافسة					
21	أخشى من سوء الأداء نتيجة الضغط العصبي قبل المباراة					
22	أستطيع الاندماج وبسرعة مع أجواء المباراة					
23	توجيهات المدرب أثناء المباراة تشتت انتباهي					
24	استمتع بالمنافسة التي تتحدى قدراتي					

					رغبتي كبيرة بتحقيق الفوز مهما كان مستوى الفريق المنافس	25
					في المباريات المهمة اشعر باضطراب	26
					حماسي يساهم في تحسن أدائي في المباراة	27
					يمكنني التدريب باستمرار وبشدة عالية	28