

الاتصال الاجتماعي التفاعلي وعلاقته في تنظيم الذات للاعب كرة القدم فئة المتقدمين

م.د. محمد حاتم عبد الزهرة العبيدي

العراق. جامعة القادسية. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

MOHAMMED.ALOBAID@qu.edu.iq

الملخص

أن اللاعب في كرة القدم لا يكون سلوكه منعزلاً ولا يعتمد فقط على قدراته الفردية وإنما يكون من خلال تفاعل اللاعب مع أعضاء الفريق بما ينسجم والأداء العام للنادي أو الفريق الرياضي وينبغي اختيار اللاعبين الذين يستطيعون التفاعل معاً بدرجة كبيرة وكثيراً ما نلاحظ أن اللاعب يختار في الفريق على أساس امتيازه الفردي بغض النظر عن الحالة التي يستطيع التفاعل مع اللاعبين في الفريق الواحد وتجلت أهمية البحث من خلال التعرف على الاتصال الاجتماعي التفاعلي بين أعضاء الفريق الواحد (اللاعبين) وأثر ذلك في تنظيم ذات الفرد والتي تنعكس جميعها في أداء الفريق الرياضي داخل المستطيل الأخضر من خلال صيانة وحماية الفريق والمحافظة على تناغم الأداء، ومن أجل ذلك قام الباحث بأعداد مقياس تنظيم الذات وتعديله وكذلك مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي بعد ترجمته من قبل الباحث.

وبعد أن أصبح المقياسان جاهزان تم تطبيقهم على عينة البحث وعولجت البيانات احصائياً، وبذلك وصل الباحث الى الاستنتاجات التالية:

- 1- يتمتع لاعبو الدوري العراقي الممتاز بتنظيم الذات والاتصال الاجتماعي التفاعلي.
- 2- وجود ارتباط قوي بين تنظيم الذات ومجالاته (التحكم الذاتي - النزاهة - الضمير - التكيف) والاتصال الاجتماعي في حين كان الارتباط ضعيفاً مع مجال (الابتكار).

الكلمات المفتاحية : الاتصال الاجتماعي التفاعلي ، تنظيم الذات ، كرة القدم

Social and interactive communication and its relationship with the self-regulation of
the football advanced players

Lect.Dr.Mohmmad Hatam Abdulzaharaa Alobaidi

Iraq, University of Alqadissiya , college of physical education and sport sciences

MOHAMMED.ALOBAID@qu.edu.iq

Abstract

Footballer behavior must not be isolated and depend only on his individual abilities ,but there must be an interaction with the other team players in line with the general performance of the sport team or club . Thus, players should be selected according to their high degree of interaction . We normally observe that the player is selected in the team according to his individual excellence regardless of the situation in which he can interact with other team players. The research significance is demonstrated through identifying social and interactive communication among the team members (players) and its effect on the individual organization ,all of which are reflected in the sport team performance inside the green rectangle (stadium) through maintenance and protection of the team as well as maintaining the harmony of the performance. Therefore, the researcher prepared a measure of self-regulation and its amendment as well as measuring interactive and social communication after its translation by the researcher .After the two measures got ready , they have been applied to the research sample and data were processed statistically . Thus, the researcher concluded the following :

1. Premier league players enjoy self-regulation and interactive and social communication
2. There is a strong correlation between self-regulation and its fields (self-control , integrity, consciences , adaptation) and social communication , whereas, there is a weak correlation in the field of creativity

Keywords : interactive social communication , self-regulation, football

1- المقدمة :

تعد كرة القدم ومنذ بداياتها الأولى والتي استنفرت اهتمام العالم أجمع بكل مجتمعاته البشرية ولم تجاريها في شعبيتها وشهرتها ومتعتها أية لعبة أخرى، فما زالت اللعبة الأمتع في جميع الظروف وجميع الأماكن ولجميع الأعمار ولكلا الجنسين.

في ظل التطورات الكبيرة التي دخلت عالم تدريب كرة القدم وتقارب مستويات اللاعبين البدنية والمهارية وحتى الخطئية والذهنية، بدأ الاهتمام بعلم نفس الرياضة بوصفه العامل الفاصل لتحقيق التفوق للاعبين في أدائهم التنافسي. وحيث أن اللاعب في كرة القدم لا يكون سلوكه منعزلاً يعتمد فقط على قدراته الفردية وإنما يكون من خلال التفاعل للاعب مع أعضاء الفريق بما ينسجم والأداء العام للنادي أو الفريق الرياضي ويلاحظ غالباً أن جمع أحسن اللاعبين معاً قد لا ينتج عنه أحسن أداء للفريق ولضمان الوصول الى المزيد من فاعلية الفريق ينبغي اختيار اللاعبين الذين يستطيعون التفاعل معاً بدرجة كبيرة وكثيراً ما نلاحظ أن اللاعب يختار في الفريق على أساس امتيازه الفردي بغض النظر عن الحالة التي يستطيع التفاعل مع اللاعبين في الفريق الواحد ومع المدرب والمدرّب الناجح يستطيع أن يشعر بنوعية هذه العلاقات سواء في عمليات التدريب أو في أثناء المنافسة الرياضية.

وتتجلى أهمية البحث من خلال التعرف على الاتصال الاجتماعي التفاعلي بين أعضاء الفريق الواحد (اللاعبين) وأثر ذلك في تنظيم ذات الفرد والتي تنعكس جميعها في أداء الفريق الرياضي داخل المستطيل الأخضر من خلال صيانة وحماية الفريق والمحافظة على تناغم الأداء.

ومن خلال متابعة الباحث للبطولات الدولية لاحظ بروز العديد من المشاكل بين أعضاء الفريق الواحد (اللاعبين) وبين اللاعبين ومدريهم وذلك نتيجة عدم حدوث تواصل اجتماعي بين اللاعبين وعدم وجود تواصل بين اللاعب ومدربه بالشكل الأمثل، وتحدد مشكلة الدراسة الحالية بكونها محاولة علمية لمعرفة أبعاد (الاتصال الاجتماعي التفاعلي) بين لاعبي فريق كرة القدم وعلاقته بتنظيم الذات لديهم. ويهدف البحث الى

1- التعرف على واقع الاتصال الاجتماعي التفاعلي وتنظيم الذات لدى لاعبي الدرجة الممتازة لكرة القدم للموسم الكروي 2015-2016.

2- معرفة العلاقة بين الاتصال الاجتماعي التفاعلي وعلاقته بتنظيم الذات لدى لاعبي كرة القدم للموسم الكروي

2015-2016.

2- اجراءات البحث :

2-1 منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي (بأساليب المسح والعلاقات الارتباطية) لملائمته وطبيعة البحث.

2-2 مجتمع وعينة البحث :

تم تحديد مجتمع البحث متمثلاً بلاعبي أندية الدوري الممتاز لكرة القدم فئة (المتقدمين) المشاركين في بطولة الدوري العراقي الممتاز والمقامة على ملاعب الأندية وملاعب وزارة الشباب والرياضة، وكان عدد الأندية المشاركة (20) نادياً وعدد الأفراد الذين يمثلون المجتمع (400) لاعب. واشتملت عينة البحث على الآتي:-

2-2-1 عينة التجربة الاستطلاعية : وبلغ عدد أفرادها (10) لاعبين من ناديي (الديوانية - الاتفاق) تم اختيارهم بصورة عشوائية.

2-2-2 عينة الاعداد : وبلغ عددها (100) لاعباً وبنسبة (25%) من المجتمع الأصل لاعباً يتوزعون على الأندية التي تضمنها مجتمع البحث وبواقع (20) لاعباً لكل من الأندية التالية (الديوانية - الاتفاق - النجف - السماوة - بابل) وكما مبين في الجدول(1).

جدول (1)

يبين توزيع عينة الاعداد

ت	النادي	العينة الاستطلاعية	نسبتها	عينة البناء	نسبتها	النادي	عينة الاعداد	نسبتها
1	الديوانية	5	10%	20	25%	نفط الوسط	100	25%
2	الاتفاق	5		20		الميناء		
3	النجف	-		20		الجيش		
4	السماوة	-		20		الشرطة		
5	بابل	-		20		الزوراء		

2-2-3 عينة التطبيق : تحددت بلاعبي الأندية المشاركين ببطولة الدوري العراقي الممتاز لكرة القدم للموسم

2014-2015 وقد اشتملت على (100) لاعباً يتوزعون على الأندية التالية

(نفط الوسط - الميناء - الجيش - الشرطة - الزوراء) بواقع 20 لاعب من كل نادي.

2-3 الأدوات والأجهزة والوسائل المساعدة :

- المصادر والمراجع العلمية.

- المقابلة

- الاستبيان.

- لا بتوب نوع Dell

- لغرض توزيع الاستمارات وجمعها وتوضيح بعض الامور للاعبين وتسهيل بعض الإجراءات بعمل الباحث استعان الباحث بفريق العمل المساعد.

- المقاييس المستخدمة : استخدم الباحث مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي (المعدل) ومقياس تنظيم الذات (المعدل).

2-4 إجراءات أعداد مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي :

لجأ الباحث الى أعداد فقرات المقياس من خلال ترجمة المقياس الأصلي الخاص (ميلارد - ستيوارت) الى اللغة العربية من خلال مترجم أحدهما ترجم المقياس من اللغة العربية الى الانكليزية والآخر من اللغة الانكليزية الى العربية لغرض التأكد من صدق الترجمة.

2-4-1 صلاحية فقرات المقياس : لمعرفة صلاحية الفقرات، أعد الباحث استمارة استبانة تضمنت تعريف اجرائي مع بيان ميزان تقدير ثلاثي من البدائل (نعم، كلاً، أحياناً) للإجابة عن الفقرات واعطيت الدرجات (3، 2، 1) لهذه البدائل على التوالي للفقرات الايجابية والدرجات (3، 2، 1) للفقرات السلبية.

وتم عرضها على (12) خبير ومختص (ينظر ملحق 1) في اختصاص علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي، وبعد جمع آراء الخبراء على فقرات المقياس فقد تم استخدام اختبار كا² لعينة واحدة ، وعدت كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة (كا²) المحسوبة اعلى من الجدولية (3.84) عند درجة حرية (1) مستوى (0.05) وبذلك تبين بان الفقرات (31) فقرة من أصل (40) قد حققت دلالة معنوية نتيجة كبر قيمتها المحسوبة عن القيمة الجدولية لـ (كا²) وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2) يبين صلاحية فقرات مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي

نوع الدلالة	قيمة كا ²		عدد الخبراء		ت
	الجدولية	المحسوبة	لا يصلح	يصلح	
معنوية	3.84	12	0	12	6,5,4,3,2,1
غير معنوية		3	3	9	21,17,16
غير معنوية		1.33	4	8	26,25,24
غير معنوية		1.33	4	8	39,38,27
معنوية		8.33	1	11	11,10,9,8,7
معنوية		5.33	2	10	15,14,13,12

2-5 الأسس العلمية للمقياس :

2-5-1 الصدق الظاهري : تم استخراج الصدق عن طريق عرضة على مجموعة من الخبراء والمختصين.

2-5-2 ثبات المقياس: وقد تم ذلك وفق خطوتين هما:

أولاً: تم استخدام طريقة إعادة الاختبار عن طريق تطبيق المقياس على (40) لاعب وبعد فترة اسبوعين تم إعادة تطبيق الاختبار في نفس الظروف وحصل وبعد استخدام معادلة بيرسون بين درجات الاختبار الأول والثاني ظهرة قيمة معامل الارتباط جيدة جدا إذ بلغت (0.89).

ثانياً: الفا كرونباخ: تم الاعتماد على درجات التطبيق الثاني الى استخراج ثبات المقياس بهذه الطريقة وقد اظهرت قيمة معامل الفا كرونباخ جيدة جدا إذ بلغت (0.85).

بما ان الاختبار يعتمد على مفاتيح تصحيح لا يحتاج الى موضوعية وبهذا يكون المقياس جاهز للتطبيق النهائي بعد اجراء الاسس العلمية له وبعد إنهاء اجراءات مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي وتنظيم الذات وأجراء التجربة الاستطلاعية قام الباحث بأجراء التجربة الرئيسية من خلال توزيع الاستمارات الخاصة بالمقاييس (ينظر ملحق 3 و4) على بعض الأندية الرياضية في الدوري العراقي الممتاز للموسم الكروي 2015-2016.

2-6 اجراءات البحث الميدانية للمقياس :

لغرض تحقيق الهدف الاول من البحث وهو أعداد مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي لدى لاعبي كرة القدم في الدوري الممتاز اتبع الباحث الخطوات الاتية: -

2-6-1 إجراءات اعداد مقياس تنظيم الذات قيد الدراسة :

2-6-2 تحديد الظاهرة المدروسة :

أن الظاهرة التي يهدف البحث لقياسها هي اعداد مقياس تنظيم الذات لدى لاعبي كرة القدم المشاركين في الدوري العراقي الممتاز للموسم 2015-2016.

2-6-3 تحديد صلاحية فقرات المقياس :

تم صياغة (30) فقرة معدلة مع خمس بدائل للإجابة المفضلة وهي دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً يختار المستجيب ما ينطبق عليه منها) ينظر ملحق (2) بعدها تم عرض هذه الفقرات وبدائلها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين(ملحق 1) في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي، وباستخدام اختبار كا² لعينة واحدة تم تحديد مدى صلاحية هذه الفقرات، وعدت كل فقرة صالحة عندما تكون قيمة كا² المحسوبة اعلى من الجدولية عند درجة حرية (1) ومستوى (0.05) والبالغة (3.84)، وكما في الجدول(3).

جدول (3)

يبين قيمة كا² لفقرات مقياس تنظيم الذات

نوع الدلالة	قيمة كا ²		عدد الخبراء		ت
	الجدولية	المحسوبة	لا يصلح	يصلح	
معنوية	3.84	12	0	12	20,15,14,13,12,6,5,4,3,2,1
معنوية		8.33	1	11	22,23,21,17,16,11,10,9,8,7
معنوية		5.33	2	10	26,25,24,29,28,27,18,19,30

وبالتالي فان جميع فقرات المقياس تم قبولها.

2-6-4 التجربة الاستطلاعية :

من اجل التأكد من وضوح تعليمات المقياس المقترح ووضوح الفقرات للمستجيبين، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (10) لاعبين وقد اتضح من هذه التجربة ان تعليمات المقياس وفقراته واضحة ومفهومة.

2-6-5 التجربة الرئيسية :

قام الباحث بإجراء عملية تحليل إحصائي لفقرات المقياس وذلك لاختيار الفقرات الصالحة واستبعاد الفقرات غير الصالحة استنادا الى قوتها التمييزية، وكذلك لاستخراج مؤشرات الصدق والثبات للمقاييس، وذلك بتوزيع الاستمارات على عينة الاعداد بعد الانتهاء من أحد الوحدات التدريبية الرئيسية وطلب منهم الاجابة عن فقرات المقياس مع مراعاة الدقة في الاجابة والتأني وان تكون اجاباتهم ممثلة فعلا لما يعتقدون به، وكان ذلك في مكان اجراء وحداتهم التدريبية كلا بحسب النادي الذي ينتمي اليه.

2-6-6 التحليل الإحصائي لفقرات المقياس :

اولا : القوة التمييزية للفقرات:

للكشف عن القوة التمييزية لفقرات المقياس تم استخدام أسلوب المجموعتان الطرفيتان، فقد رتبت الدرجات الكلية التي حصل عليها المستجيبين بعد تصحيح المقياس تنازليا، بعدها تم تعيين 27% من الدرجات العليا و 27% من الدرجات الدنيا وبذلك كان العدد (27) لاعبا لكل من المجموعة العليا و الدنيا، وباستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين تم حساب معامل التمييز للفقرات، وتعد الدلالة معنوية عندما تكون قيمة (T) المحسوبة اعلى من قيمتها الجدولية البالغة (2.01) عند درجة حرية (52) وبمستوى دلالة (0.05)، وكما هو مبين في الجدول (4).

جدول (4) يبين قيم (T) للمجموعتين الطرفيتين والدلالة الإحصائية لفقرات المقياس

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة T المحسوبة	الدلالة
	س	ع	س	ع		
1	4.592	0.888	3.2068	1.346	4.319-	معنوي
2	4.222	1.339	3.448	0.985	2.190-	معنوي
3	4.703	0.724	2.413	0.824	10.953-	معنوي
4	4.296	0.608	2.103	0.900	10.533-	معنوي
5	4.0740	0.474	2.620	0.4938	11.164-	معنوي
6	3.925	0.675	2.275	0.751	8.515-	معنوي
7	4.111	0.320	1.827	0.384	24.503-	معنوي
8	3.444	0.640	2.0344	0.865	6.747-	معنوي
9	4.074	0.266	2.482	0.508	14.544-	معنوي
10	4.222	1.339	2.310	0.760	6.479-	معنوي
11	4.481	0.509	2.689	0.6037	11.928-	معنوي
12	4.851	0.362	2.206	0.559	21.129-	معنوي
13	4.037	0.337	2.586	0.779	8.812-	معنوي
14	4.777	0.423	2.103	0.673	17.795-	معنوي
15	4.222	1.339	1.965	1.375	6.058-	معنوي
16	3.407	0.636	1.344	0.483	13.736-	معنوي
17	4.037	0.979	1.517	0.784	10.593-	معنوي
18	3.925	0.615	1.5172	0.784	12.704-	معنوي
19	3.925	0.384	1.689	1.137	9.622-	معنوي
20	3.777	0.577	1.5172	0.508	15.653-	معنوي
21	3.851	0.5337	1.344	0.483	18.626-	معنوي
22	3.296	0.608	1.517	0.508	11.868-	معنوي
23	4.148	1.0267	1.517	0.508	12.258-	معنوي
24	4.555	0.847	1.344	0.483	17.722-	معنوي
25	4.333	1.270	2.896	1.896	3.0717-	معنوي
26	4.407	1.0834	2.931	0.529	6.401-	معنوي
27	3.925	0.266	2.655	0.768	8.021-	معنوي
28	4.333	1.270	3.517	1.089	2.309-	معنوي
29	4.851	0.362	3.241	0.786	9.636-	معنوي
30	4.222	1.339	3.448	0.985	2.190-	معنوي

ثانيا : معامل الاتساق الداخلي:

تم استخدام معامل الارتباط (بيرسون) بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية، مع مقارنة جميع القيم المستخلصة مع قيمتها الجدولية عند درجة حرية (98) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.19) حيث تبين أن جميع الفقرات تتمتع باتساق داخلي، وكما مبين في الجدول (5)

جدول (5)

يبين قيم معامل الاتساق الداخلي لدرجة الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس تنظيم الذات

معامل الارتباط (*)	ت	معامل الارتباط (*)	ت	معامل الارتباط (*)	ت	معامل الارتباط (*)	ت
0.47	24ف	0.43	17ف	0.35	9ف	0.23	1ف
0.32	25ف	0.26	18ف	0.40	10ف	0.47	2ف
0.37	26ف	0.30	19ف	0.21	11ف	0.34	3ف
0.31	27ف	0.27	20ف	0.33	12ف	0.33	4ف
0.33	28ف	0.39	21ف	0.36	13ف	0.39	5ف
0.44	29ف	0.38	22ف	0.27	14ف	0.33	6ف
0.48	30ف	0.45	23ف	0.28	15ف	0.23	7ف
				0.32	16ف	0.26	8ف

*تقارن مع القيمة الجدولية البالغة (0.19) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (98)

2-6-7 الخصائص السايكومترية للمقياس:

2-6-7-1 صدق المقياس:

أ- الصدق الظاهري : تم عرض فقرات المقياس المقترحة على مجموعة من المختصين (ملحق 1) وكما ورد في تحديد صلاحية الفقرات.

ب- صدق البناء:

أولاً: المجموعتان الطرفيتان : تم التحقق من ذلك عندما حسبت القدرة التمييزية للفقرات بأسلوب المجموعتان الطرفيتان وباستعمال الاختبار التائي (t-test).

ثانياً: الاتساق الداخلي : استخدم الباحث هذا المؤشر عندما استخرج معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

2-6-7-2 ثبات المقياس : وقد تم ذلك وفق خطوتين هما:

أولاً: تم استخدام طريقة إعادة الاختبار عن طريق تطبيق المقياس على (40) لاعب وبعد فترة اسبوعين من التطبيق الأول تم إعادة تطبيق الاختبار في نفس الظروف وبعد استخدام معادلة ارتباط بيرسون بين درجات الاختبار الأول الثاني ظهرت قيمة معامل الارتباط (0.90) وبهذا يتمتع المقياس بنسبة استقرار عالية مما يدل على ثبات المقياس. ثانياً: الفا كرونباخ: تم الاعتماد على درجات التطبيق الثاني لعينة (100) لاعب في استخراج ثبات المقياس بهذه الطريقة وقد اظهرت قيمة معامل الفا (0.89) وهي نسبة جيدة تدل على أن المقياس يتمتع بثبات عالي. 2-7 المعالجات الاحصائية : باستخدام الحقيبة الإحصائية الاجتماعية SPSS من خلال استخراج الاتي :

- 1- الوسط الحسابي.
- 2- الانحراف المعياري.
- 3- النسبة المئوية
- 4- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
- 5- اختبار (ت) للعينات المستقلة.
- 6- اختبار (كا²).
- 7- معادلة التصحيح لمعامل الارتباط بالتجزئة النصفية لـ (سبيرمان براون).
- 8- معادلة الفا كرونباخ.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل ومناقشة نتائج مقياس تنظيم الذات والاتصال الاجتماعي التفاعلي لدى لاعبي الأندية الرياضية للموسم الكروي 2015-2016.

لغرض تحقيق هدف البحث الأول وهو التعرف على واقع الاتصال الاجتماعي التفاعلي وتنظيم الذات لدى كل من المدرب ولاعبيه تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t الجدولية كما مبين في الجدول (6).

جدول (6)

يبين تنظيم الذات والاتصال الاجتماعي التفاعلي لدى لاعبي بعض الأندية الرياضية للموسم الكروي 2015-2016.

متغيرات الدراسة	وسط الفرضي	وسط حسابي	انحراف معياري	قيمة t المحسوبة	الدلالة
تنظيم الذات	90	107.27	24.01	7.157	معنوية
الاتصال الاجتماعي التفاعلي	46.5	57.15	15.18	6.979	معنوية

من خلال الجدول (6) كانت قيمة الوسط الحسابي لمتغير تنظيم الذات (107.27) وبانحراف معياري مقداره (24.01) في حين أن قيمة t الجدولية (7.157) وعند مقارنتها مع القيمة الجدولية (1.98) تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (99) والوسط الفرضي يتبين لنا أنها أعلى وهذا يدل على أن اللاعبين يمتازون بتنظيم الذات ويشير ذلك إلى أنهم يمتازون بالقابلية على التحكم بالسلوك الخاص ويصبح التنظيم ذاتياً حين يكون لدى الفرد أفكاره الخاصة حول ما يتضمنه السلوك المناسب وتوجه الأفكار تبعاً لذلك، والتي يتولد عنها إحساساً بالرضى الذاتي، وتعد بمثابة القوة المحركة والمنظمة لتوجيه الأفكار والمشاعر لتحقيق الأهداف وكما يشير بياجيه من أن التنظيم الذاتي جزء أساس في الحياة العقلية للإنسان ينمو ويتطور عبر التفاعل المستمر بينه وبين تنبيهات البيئة المحيطة مما يساعد اللاعبين على امتلاك عدة من السمات والخصائص والقدرة على التعبير عن المشاعر وأقامه علاقات ناجحة مع أعضاء الفريق الآخرين وكذلك يتميزون بالرضا عن الذات وتحمل المسؤولية بشكل واع وضبط النفس من خلال قدرة الفرد على إدارة حالاته الداخلية من حيث مصادر دوافعها وجميع ما ذكر فأنها تعتبر من العوامل المهمة في بناء الجماعة وتماسك الفريق الرياضي.

ومن خلال الجدول (6) يتبين لنا أن أعضاء الفريق الرياضي (للاعب كرة القدم) يمتازون بالاتصال الاجتماعي التفاعلي عند مقارنة قيمة الوسط الحسابي مع الوسط الفرضي وقيمة t المحسوبة ويعزو الباحث ذلك إلى أن الإنسان خاصة داخل التنظيمات الاجتماعية لا يكون سلوكه منعزلاً يعتمد على حاجاته الداخلية، حيث أن معظم الأنماط السلوكية تحدث خلال تفاعل الفرد مع الآخرين ومن خلال تأثره بسلوك الآخرين حيث أكدت بحوث علم النفس الاجتماعي على أنه عندما يتفاعل شخصان أو أكثر مع بعضهما فأن سلوكهم يتأثر إلى حد كبير بالتوقعات المتبادلة التي يضعها كل منهم في ذهنه قبل موقف التفاعل الاجتماعي (Bochner.1983.p126)

وكذلك كون التفاعل الاجتماعي موقف فيه تبادل للاتصال بين شخص وآخر أو بين شخص وآخرين، أو بين مجموعة من الأشخاص ويكون فيه التأثير متبادل بين كل منهم (محمد الحسانين، 1989، ص3)

والحديث بين أعضاء الفريق الرياضي هو من أهم رموز الاتصال بينهم، ليس فقط في اتصالاتهم خارج حدود الملعب ، ولكن أيضاً داخل حدود الملعب خلال التدريب والمباريات وكون الاتصال بين أعضاء الفريق الرياضي هو أحد الأسس لتماسك الجماعة من خلال قوة العلاقة الرابطة بين اللاعبين في أثناء حالات الأزمات ومقاومة الفريق الرياضي للقوى التي تؤدي الى تصدعه ، كحالات انعدام التواصل بين اللاعبين داخل الملعب وخارجه

(محمد حسن علاوي ، 1998، ص60)

2-3 عرض وتحليل ومناقشة نتائج الارتباط بين تنظيم الذات والاتصال الاجتماعي التفاعلي لدى لاعبي الأندية الرياضية للموسم الكروي 2015-2016.

لغرض تحقيق هدف البحث الثاني وهو التعرف على علاقة الارتباط بين الاتصال الاجتماعي التفاعلي وتنظيم الذات لدى اللاعبين تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وكما مبين في الجدول (7).

جدول (7)

يبين علاقة الارتباط بين متغير تنظيم الذات و(مجالاته) والاتصال الاجتماعي التفاعلي لدى اللاعبين

المجالات	معامل الارتباط	الدلالة	الحكم
التحكم الذاتي	0.201	0.043	معنوي
النزاهة	0.295	0.035	معنوي
الضمير	0.302	0.0212	معنوي
التكيف	0.364	0.0201	معنوي
الابتكار	0.134-	0.143	غير معنوي
المقياس ككل	0.665	0.000	معنوي

تنظيم الذات

من خلال الجدول (7) يتبين وجود علاقة ارتباط بين كل من تنظيم الذات ومجالاته والاتصال الاجتماعي التفاعلي) حيث كانت قيم معامل الارتباط معنوية كون أن مستوى الدلالة أقل من (0.05) باستثناء مجال الابتكار.

فالأعباء الذي يمتازون بالقدرة على التحكم الذاتي يكونون قادرين على السيطرة على انفعالاتهم والدوافع الفوضوية والذين يتمتعون بهذه الكفاية يتحكمون بمشاعرهم المندفعة، ومشاعر الضيق أو الحزن التي تتناهم بين الحين والآخر بشكل جيد ويكونون متماسكين وإيجابيين حتى في اللحظات الصعبة التي تعترض أنشطتهم ويفكرون بوضوح، ويحافظون على تركيزهم تحت الضغط وهذا ذو أثر إيجابي من ناحية الاتصال الاجتماعي التفاعلي مع بقية اللاعبين. ونجد علاقة ارتباط بين النزاهة والاتصال الاجتماعي التفاعلي ويعزو الباحث ذلك الى أن الرياضة قد عملت ولسوف تعمل على وضع الضوابط الاجتماعية الخاصة بها والتي يسهل نقلها لواقع السلوك الإنساني وعبر عمليات التنافس، من خلال تقديم أنماط تنافسية يحدها القبول من القيم الاجتماعية كالشرف والنبيل والتضحية والفداء وإنكار الذات والتعاون

وتحمل مسؤولية الأداء الشخصي، فالأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاية يفون بالتزاماتهم ووعودهم، ويحملون أنفسهم مسؤولية الوصول الى أهدافهم، ومنظمون وحريصون في عملهم .

وكذلك هناك علاقة ارتباط بين مجال التكيف مع الاتصال الاجتماعي وذلك يعود الى مرونة الفرد (ذو صفة التكيف) في التعامل مع عوامل التغيير التي يتعرض لها، أذ أن الأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاية يتعاملون ببسر مع التغيرات ويغيرون الأولويات، ويتغيرون بسرعة استجابة لطبيعة المتغيرات ويغيرون ردود فعلهم وخططهم لتناسب الظروف التي يعيشونها ولديهم المرونة أيضاً في طريقة رؤيتهم للأحداث.

في حين كان العلاقة سلبية بين الابتكار والاتصال الاجتماعي ويعود ذلك الى سمات المبتكر في كونه ثائر لكنه لا يعمل ضد المعايير القائمة إذ هو متوافق بناء لكنه ثائر هدام، وهو منطوي وفردى لكنه يشارك في الأنشطة ويتولى القيادة وهو أيضاً أكثر استعداداً لإظهار دوافعه "غير المعقولة" بخصوص الآخرين ولذلك يوصف بالشذوذ أحيانا (شبكة المعلوماتية، منتديات طاقتي غير المحدودة)

في حين هناك علاقة ارتباط بين مقياس تنظيم الذات ككل ومقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي والذي ينعكس بشكل تام على تماسك الفريق الرياضي من خلال تعلق أفراد الجماعة الرياضية بعضهم ببعض، وقيامهم بكل ما من شأنه خدمة الجماعة التي ينتمون إليها وتمكينها من تحقيق أهدافها في ظل أجواء من المحبة والتعاون والألفة والاحترام والشعور العالي بالمسؤولية.

ويتفق مع ما أشار له دارون Darwin حول التماسك بأنه " مصطلح يشير إلى المواقف التي يرتبط فيها الأفراد بروابط اجتماعية وثقافية عامة وهو صفة عامة تطلق على الجماعات الصغيرة حين تعمل على اجتذاب أعضائها وتدفعهم إلى الاحتفاظ بعضويتهم فيها "

ويضيف نيوكمب New Comb مفهوم آخر للدلالة على التماسك إذ عد مفهوم الروح المعنوية العالية مساوياً لمفهوم التماسك، ويرى وجود علاقة دائرية بين الروح المعنوية العالية من ناحية وبين التواصل والمشاركة في المعايير والاتجاهات والشعور بالرضا عند أعضاء الجماعة الرياضية من ناحية أخرى .

(عصام عبد الوهاب ، 1980،

ص44)

وهذا يبين أن لاعبي الأندية الرياضية للدوري العراقي الممتاز يتمتعون بقدر من تنظيم الذات والاتصال الاجتماعي التفاعلي الذي انعكس على تماسك أنديةهم واللاعب الذي يكتسب اتجاهات مقبولة نحو فريقه أو ناديه ، كالفخر والولاء ، سيعمل على تحسين مكانته من خلال تحسين دوره الاجتماعي مما يدفع زملاءه اللاعبين إلى القيام بأدوار مماثلة وهذا يعزز التماسك ووحدة الفريق غير أن الدور الأكبر في توفير هذا المناخ الاجتماعي السليم يتوقف على المربي والقائد الرياضي

وبذلك فإن اللاعب في الدوري العراقي الممتاز بالتواصل الاجتماعي بين اللاعبين على خلاف بعض الدوريات الأخرى العربية والعالمية والذي قد يكون لجانب الاحتراف أثر في حدوث هذه المشاكل بين اللاعبين .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- 1- يتمتع لاعبو الدوري العراقي الممتاز بتنظيم الذات والاتصال الاجتماعي التفاعلي.
- 2- تمتع اللاعبين بفعالية الاتصال الاجتماعي يساهم مدى تقبل الآخرين له ومدى أدراكه لمشاعر الآخرين نحوه وفهم لا حساسية أثناء الحديث معهم.
- 3- وجود ارتباط قوي بين تنظيم الذات ومجالاته (التحكم الذاتي- النزاهة- الضمير- التكيف) والاتصال الاجتماعي في حين كان الارتباط ضعيفاً مع مجال (الابتكار).
- 4-2 التوصيات :

- 1- أجراء دراسة على لاعبي المنتخب الوطني والمحترفين والمدربين.
- 2- أجراء دراسة حول الاتصال بين المدرب واللاعبين على كافة الأندية الرياضية في الدوري العراقي الممتاز أو الألعاب الرياضية الأخرى الفرقية والفردية.

المصادر

- أمين أنور الخولي، الرياضة والمجتمع، الكويت، عالم المعرفة، 1996
- عصام عبد الوهاب، العوامل البدنية والنفسية والاجتماعية المرتبطة بالمكانة الاجتماعية في الجماعات الرياضية، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان 1980.
- محمد بكر نوفل: الذكاء المتعدد في غرفة الصف، النظرية والتطبيق، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠٠٧.
- محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، القاهرة مركز الكتاب للنشر، 1998.
- محمد محمد الحسانين، بعض المتغيرات النفسية المرتبطة بالاتصال التفاعلي لدى بعض طلاب الجامعة، دراسة استطلاعية جامعة طنطا، كلية الآداب، 1989.
- مريم مهذول محمد الطائي، التنظيم الذاتي لدى التدريسي الجامعي ، مجلة كلية الآداب ، العدد 97.

- Bochner,Stephen,"Doctors, Patient and their cultures.In:"Pendelton and Hosler,1983,academic press
- <http://www.upower.net>

ملحق (1)

يوضح أسماء الخبراء والمختصين

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. حيدر عبد الرضا	استاذ	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. عبد العزيز حيدر الموسوي	استاذ	علم النفس	جامعة القادسية - كلية التربية - علم النفس
3	د. حسن علي حسين	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4	د. حسين عبد الزهرة	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	د. شيماء علي خميس	استاذ مساعد	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6	د. سلام هاشم حافظ	استاذ مساعد	علم النفس	جامعة القادسية - كلية الآداب - علم النفس
7	د. علي صكر	استاذ مساعد	علم النفس	جامعة القادسية - كلية التربية - علم النفس
8	د. طارق محمد بندر	مدرس	علم النفس	جامعة القادسية - كلية الآداب - علم النفس
9	د. أحمد عبد الكاظم	مدرس	علم النفس	جامعة القادسية - كلية الآداب - علم النفس
10	د. سلام محمد حمزة الكرعوي	مدرس	علم النفس الرياضي	جامعة بابل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
11	د. حيدر مهدي سلمان	مدرس	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
12	د. حيدر كريم سعد	مدرس	علم النفس الرياضي	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (2)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية الرياضية

م/ استبانة

الأستاذ الفاضلالمحترم

تحية طيبة :

يروم الباحث إجراء بحثه الموسوم :

(الاتصال الاجتماعي التفاعلي وعلاقته في تنظيم الذات للاعبين كرة القدم فئة المتقدمين)

ويتطلب ذلك تهيئة أداة لقياس تنظيم الذات Self-Regulation والذي عرفه جولمان Golman : (قدرة الفرد على إدارة حالته الداخلية من حيث مصادر دوافعها) ويشمل المجالات الفرعية الآتية: (التحكم الذاتي، النزاهة، الضمير، التكيف، الابتكار) (نوفل ، 2007 ، ص77)

ويتضمن المقياس (30) فقرة تصف تنظيم الذات موزعة على (5) مجالات تم تعديلها كي تتلاءم مع الجانب الرياضي.

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية في هذا المجال نود الاستشارة بآرائكم السديدة في مدى صلاحية المجالات المعدلة من خلال وضع علامة (✓) امام الفقرة وتحت أحد العبارتين (تصلح أو لا تصلح) لكل فقرة معدلة وإضافة أي تعديل تجدوه مناسباً.

علماً أن بدائل الإجابة هي (دائماً)، (غالباً)، (أحياناً)، (نادراً)، (أبداً) والتي تحمل التسلسل (1-5) لل فقرات الإيجابية و(1-5) لل فقرات السلبية وأن المقياس ومكوناته معتمد من بحث منشور لـ (مريم مهذول الطائي: بعنوان التنظيم الذاتي لدى التدريسي الجامعي) مجلة كلية الآداب/ العدد 97.

وتقبلوا فائق الشكر والامتنان من قبل الباحث لجهودكم العلمية.

اسم الخبير أو المختص:

اللقب العلمي:

مكان العمل:

التاريخ:

التوقيع:

الباحث

م.د. محمد حاتم عبد الزهرة

التحكم الذاتي Self-Regulation :

السيطرة على الانفعالات والدوافع الفوضوية فالأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاية يتحكمون بمشاعرهم المندفعة، ومشاعر الضيق أو الحزن التي تنتابهم بين الحين والآخر بشكل جيد أو يكون متماسكين وإيجابيين حتى في اللحظات الصعبة التي تعترض أنشطتهم ويفكرون بوضوح، ويحافظون على تركيزهم تحت الضغط.

ت	الفقرات	
	الاساسية	المعدلة
1	أفضل بين التفكير العاطفي والتفكير المنطقي.	أفضل بين التفكير العاطفي والعقلاني أثناء المنافسة.
2	أتحكم بمشاعر الضيق والحزن التي تنتابني.	لا أظهر مشاعر الضيق والحزن التي تنتابني أثناء المباراة.
3	أبقى متماسكاً وإيجابياً في اللحظات التي تعترض أنشطتي.	أبقى متماسكاً وإيجابياً في المواقف التي تعترض أنشطتي.
4	لدي القابلية على التفكير بوضوح.	لدي القابلية على التفكير بوضوح في جميع ظروف المنافسة.
5	أفقد السيطرة على انفعالاتي ودوافعي الفوضوية.	أفقد السيطرة على انفعالاتي ودوافعي في بعض المباريات.
6	أتحكم بنمط تفكيري لأساير الوضع الراهن.	أتحكم بنمط تفكيري لأساير الوضع الراهن للفريق أو النادي.

النزاهة Honesty

المحافظة على مستويات من الأمانة الأخلاقية، فالأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاية يتصرفون بشكل أخلاقي، ويبثون الثقة من خلال جدارتهم ومصداقيتهم، ويعترفون بأخطائهم، ويواجهون التصرفات غير الأخلاقية لغيرهم.

ت	الفقرات	
	الاساسية	المعدلة
1	أمتلك الموضوعية والتروي في اتخاذ ما يلزم.	أثريث في اتخاذ ما يلزم عند اللحظات الحرجة من المنافسة.
2	أقدر ذاتي على أساس مستوى جدارتي.	أتأمل ذاتي ومستوى عطائي أثناء المباراة وتقيم المدرب.
3	أمتلك الأدلة التي أدم بها رأيي ووجهات نظري.	دون تعديل
4	أتحمل مسؤولية الأداء الشخصي بمصداقية.	أتحمل مسؤولية أدائي أثناء المنافسة بمصداقية.
5	أنقاد الى المجاملات الخادعة.	دون تعديل
6	لا أراجع عن أفكاري في حال ثبوت خطئي.	لا أراجع عن أفكاري في حال ثبوت خطئي.

الضمير Conscience

تحمل مسؤولية الأداء الشخصي، فالأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاية يفون بالتزاماتهم ووعودهم، ويحملون أنفسهم مسؤولية الوصول الى أهدافهم، ومنظمون وحريصون في عملهم.

ت	الفقرات	
	الاساسية	المعدلة
1	أشعر بمسؤولية تجاه أهدافي بغية تحقيقها.	أشعر بمسؤولية تجاه تحقيق أهداف الفريق.
2	ألتزم وأكمل مهماتي بانتظام وإخلاص.	أكمل المهام التدريبية والخططية بانتظام وإخلاص.
3	ألتزم بوعودي تجاه الآخرين.	ألتزم بوعودي تجاه الفريق والمدرب.
4	أحرص على أمانة المعلومات خوفاً من اكتشاف يوماً.	أحرص على الالتزام بخطط الموضوعية.
5	أحقق نجاحاتي على حساب الآخرين.	أحقق طموحاتي على حساب الآخرين.

التكيف Adaptation

مرونة الفرد في التعامل مع عوامل التغيير التي يتعرض لها، أذ أن الأفراد الذين يتمتعون بهذه الكفاية يتعاملون ببسر مع التغيرات ويغيرون الأولويات، ويتغيرون بسرعة استجابة لطبيعة التغيرات ويغيرون ردود فعلهم وخططهم لتناسب الظروف التي يعيشونها ولديهم المرونة أيضاً في طريقة رؤيتهم للأحداث.

ت	الفقرات	
	الاساسية	المعدلة
1	أميل للمرونة بحثاً عن كمال الفكرة التي أريد التعبير عنها.	أميل للمرونة بحثاً عن تحقيق الفوز
2	أنظر الى الحياة نظرة مرنة وليست جامدة أو مطلقة.	أنظر الى الحياة نظرة متفائلة وليست جامدة أو مطلقة.
3	أغير أولوياتي استجابة لطبيعة التغيرات.	أغير أولوياتي استجابة لطبيعة المنافسة أو المباراة.
4	لدي الاستعداد لتعديل الموقف في حال ظهور معطيات جديدة.	لدي الاستعداد لتعديل أدائي في حال ظهور متغيرات جديدة في المنافسة.
5	أؤمن بأن المرونة الفكرية تعد ثورة لأطلاق الجديد.	أؤمن بأن المرونة الفكرية تعد أساس لعملية لبداية جديدة.
6	تفكيري قائم على الذاتية والآمال والرغبات.	دون تعديل
7	أميل الى التفكير الذي ينظر الى الأشياء بأنها سوداء أو بيضاء.	دون تعديل

الابتكار Creation

درجة الارتياح مع الأفكار الجديدة والطرائق الحديثة والمعلومات الجديدة التي يتعرض لها الفرد. أذ أن الافراد يتمتعون بهذه الكفاية يبحثون عن الآراء الجديدة من مصادر عدة، ويستمعون بالحلول الجديدة للمشكلات ويتبنون أفاقاً جديدة في تفكيرهم.

ت	الفقرات	
	الاساسية	المعدلة
1	أنظر خلف المعطيات والافتراضات الخفية لأرى الصورة الكلية.	أنظر الى الفوز والخسارة لأضع الصورة للمستقبل.
2	أميز الاتجاهات والتصورات والرؤى المختلفة التي تعالج المشكلة.	أميز الحلول المناسبة التي تعالج مواقف اللعب المختلفة.
3	انجذب للحدثاء والغموض في الأشياء غير المنظمة.	اميل للحدثاء والغموض في جميع المباريات او المنافسة.
4	أؤمن بأن النجاح يأتي من العقل الراغب في الاكتشاف.	أؤمن بأن الفوز يأتي من خلال المثابرة في التدريب.
5	لا أكتفي بما أقرأه في النص، بل أغوص لأكتشف مالم يقله النص أو ما يخفيه.	أبحث عن المعلومات لأكتشف ما لم يقال أثناء التدريب.
6	أعتمد على البديهة المألوفة.	دون تعديل

ملحق (3)

مقياس الاتصال الاجتماعي التفاعلي

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية الرياضية

عزيزي (اللاعب).

تحية طيبة

نضع بين يديك مجموعة من العبارات والتي يستهدف الباحث من خلال أجابتم عنها تحقيق هدف بحثه ، لما لذلك من أهمية كبيرة للبحث العلمي بشكل عام والجانب الرياضي بشكل خاص وكونكم تمثلون نخبة لاعبي أندية الدوري الممتاز بكرة القدم ، لذا يأمل الباحث تعاونكم في الإجابة عن جميع الفقرات بما يعكس آراءكم الحقيقة اتجاهها ، وذلك من خلال وضع أشاره (✓) أمام كل فقرة من الفقرات واسفل احد البدائل ضمن ميزان التقدير الثلاثي علماً أن الإجابة لن يطلع عليها سوى الباحث وتستخدم لغرض البحث العلمي ، مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة ..

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي.

في هذه الفقرة مثال توضيحي

ت	الفقرات	نعم	كلا	أحياناً
1	اشك في الآخرين بسهولة			✓

النادي:

الباحث

محمد حاتم العبيدي

ت	الفقرات	نعم	كلا	أحياناً
1	تأتي كلماتك بنفس الطريقة التي ترغبها في الحديث			
2	عندما تسأل سؤال غير واضح، هل تسأل الفرد لشرح لك ما يعنيه.			
3	عندما تحاول شرح شيء ما، هل يكون لدى الأفراد الآخرين نزعة لأن يضعوا كلمات استباقية لك			
4	تفترض ان الشخص الآخر يعرف ما تحاول قوله دون أن تشرح ما تعنيه حقاً؟			
5	تسأل الفرد الآخر ليخبرك عن شعوره تجاه النقطة التي تحاول إيضاها؟			
6	من الصعب عليك التحدث مع الآخرين؟			
7	في الحديث، تتحدث عن أشياء ذات أهمية لك وللفرد الآخر؟			
8	من الصعب التعبير عن أفكارك عندما تختلف عن الآخرين من حولك؟			
9	عندما تتحدث تحاول أن تضع نفسك مكان الآخرين؟			
10	لديك الميل لأن تتحدث أكثر من الفرد الآخر؟			
11	تنتبه الى الكيفية التي ربما تؤثر بها نغمة صوتك على الآخرين؟			
12	تمتنع عن قول شيئاً ما تعرف أنه سيؤذي الآخرين؟			
13	من الصعب عليك القبول بالنقد البناء من الآخرين؟			
14	عندما يجرح فرد ما شعورك، هل تناقش ذلك معه؟			
15	هل تعتذر فيما بعد لفرد ربما جرحته شعوره؟			
16	تقشل في الاتفاق مع الآخرين بسبب أنك تخشى عدم رضاهم؟			
17	عندما تنشأ مشكلة بينك وبين آخر، هل تستطيع مناقشتها بدون أن تكون غضبان؟			
18	أنت مقتنع بالطريقة التي تسوي بها الاختلافات مع الآخرين؟			
19	تصبح قلقاً عندما يقوم فرد ما بمدحك؟			
20	لديك ثقة بالأفراد الآخرين؟			
21	تميل لتغيير الموضوع عندما تدخل مشاعرك في المناقشة؟			
22	في الحديث تسمح للشخص الآخر أن ينهي كلامه قبل أن يصل ما يريد قوله؟			
23	تجد نفسك غير منتبه عندما تكون في حديث مع الآخرين؟			
24	تحاول الانصات الى المعنى عندما يتحدث شخص ما؟			
25	هل يبدو أن الآخرين أنهم ينصتون عندما تتحدث أنت؟			
26	في مناقشة ما من الصعب عليك رؤية الأشياء من وجهة نظر الشخص الآخر؟			
27	تتظاهر بأنك تتصت للآخرين في حين أنك لست كذلك؟			
28	في الحديث، تستطيع أن تميز بين ما يقوله شخص ما وما يبدو الشعور به.			
29	أثناء الكلام، تنتبه للكيفية التي يصل بها الآخرون لما يريدون قوله.			
30	تشعر أن الآخرين يتمنون لو كنت فرداً آخر مختلف.			
31	تعترف بأخطائك أمام الآخرين.			

ملحق (4)

مقياس تنظيم الذات

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية التربية الرياضية

عزيزي (اللاعب).

تحية طيبة

نضع بين يديك مجموعة من العبارات والتي يستهدف الباحث من خلال أجابكم عنها تحقيق هدف بحثه ، لما لذلك من أهمية كبيرة للبحث العلمي بشكل عام والجانب الرياضي بشكل خاص وكونكم تمثلون نخبة لاعبي أندية الدوري الممتاز بكرة القدم ، لذا يأمل الباحث تعاونكم في الإجابة عن جميع الفقرات بما يعكس آراءكم الحقيقة اتجاهها ، وذلك من خلال وضع أشاره (✓) أمام كل فقرة من الفقرات واسفل احد البدائل ضمن ميزان التقدير الخماسي علماً أن الإجابة لن يطلع عليها سوى الباحث وتستخدم لغرض البحث العلمي ، مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة..

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي.

في هذه الفقرة مثال توضيحي

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	اشك في الآخرين بسهولة			✓		

النادي:

الباحث

محمد حاتم عبد الزهرة

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	أفصل بين التفكير العاطفي والعقلاني أثناء المنافسة.					
2	أترى في اتخاذ ما يلزم عند اللحظات الحرجة من المنافسة.					
3	أشعر بمسؤولية تجاه تحقيق أهداف الفريق.					
4	أميل للمرونة بحثاً عن تحقيق الفوز.					
5	أنظر الى الفوز والخسارة لأضع الصورة للمستقبل.					
6	لا أظهر مشاعر الضيق والحزن التي تتناوبني أثناء المباراة.					
7	أتأمل ذاتي ومستوى عطائي أثناء المباراة وتقيم المدرب.					
8	أكمل المهام التدريبية والخططية بانتظام وإخلاص.					
9	أنظر الى الحياة نظرة متفائلة وليست جامدة أو مطلقة.					
10	أميز الحلول المناسبة التي تعالج مواقف اللعب المختلفة.					
11	أبقى متماسكاً وإيجابياً في المواقف التي تعترض أنشطتي.					
12	أتحكم بنمط تفكيري لأسير الوضع الراهن للفريق أو النادي.					
13	أغير أولوياتي استجابة لطبيعة المنافسة أو المباراة.					
14	أميل للحدثاة والغموض في جميع المباريات او المنافسة.					
15	أقدم أداءً بمستوى عالٍ من الطموح أثناء المنافسة.					
16	لدي القابلية على التفكير بوضوح في جميع ظروف المنافسة.					
17	أمتلك الأدلة التي أدم بها رأيي ووجهات نظري.					
18	تفكيري قائم على خبرتي الذاتية والآمال والرغبات.					
19	لدي الاستعداد لتعديل أدائي في حال ظهور متغيرات جديدة في المنافسة.					
20	أؤمن بأن الفوز يأتي من خلال المثابرة في التدريب.					
21	أعتمد على البديهة المألوفة.					
22	أتحمل مسؤولية أدائي أثناء المنافسة بمصادقية.					
23	ألتزم بعودي تجاه الفريق والمدرب.					
24	أؤمن بأن المرونة الفكرية تعد أساس لعملية لبداية جديدة					
25	أبحث عن المعلومات لأكتشف ما لم يقال أثناء التدريب.					

26	أفقد السيطرة على انفعالاتي ودوافعي في بعض المباريات.				
27	لا أراجع عن أفكاري في حال ثبوت خطئي.				
28	أحرص على الالتزام بخطط الموضوعية.				
29	أميل الى التفكير الذي ينظر الى الأشياء بأنها سوداء أو بيضاء.				
30	أحقق طموحاتي على حساب الآخرين.				

توزيع فقرات مقياس تنظيم الذات

المجالات	أرقام الفقرات
التحكم الذاتي	1-6-11-16-26-12
النزاهة	2-7-12-17-22-27
الضمير	3-8-12-18-23-28-30
التكيف	4-9-13-18-19-24-29
الابتكار	5-10-14-20-25-21