



Building and codifying a measure of psychological control and applying it to players of Premier League football clubs

Khaled Mortada Shaheen ^{*1} , Prof. Dr. Ahmed Kazem Fahd ² 

^{1,2} University of Basra. College of Physical Education and Sports Sciences, Iraq.

*Corresponding author: Khaledshaheen898@gmail.com

Received: 26-11-2024

Publication: 28-02-2025

Abstract

The process of controlling psychological pressures throughout the league period is not an easy process, but rather requires high efforts from coaches and players in order to build self-confidence and control the anxiety and tension resulting from these pressures. Thus, psychological control helps players maintain high performance, excellence, vitality and activity to achieve sporting achievement and reach the set goals. Hence the importance of research in constructing and codifying a measure of psychological control and applying it to Premier League football players. The aim of the research is to build and codify a psychological control measure for players of Iraqi Premier League football clubs. The research concluded that the psychological control measure prepared by the researchers is a good tool for detecting the level of psychological control among Iraqi Premier League football players. It was recommended to adopt the psychological control scale that was built by the researchers and to conduct other studies at age stages and benefit from it for future studies.

Keywords: Legalization, Measurement Of Psychological Control, Football.



بناء وتقنين مقياس الضبط النفسي وتطبيقه على لاعبي اندية الدوري الممتاز بكرة القدم

خالد مرتضى شاهين ، أ.د. احمد كاظم فهد

العراق. جامعة البصرة. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Khaledshaheen898@gmail.com

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٤/١١/٢٦ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٥/٢/٢٨

الملخص

أن عملية التحكم بالضغط النفسي طيلة فترة الدوري ليست بالعملية السهلة بل تتطلب مجهودات عالية من المدربين واللاعبين كي يتم التوصل الى بناء الثقة بالنفس والتحكم في القلق والتوتر الناجم عن هذه الضغوط وبالتالي يساعد الضبط النفسي اللاعبين في الحفاظ على الأداء العالي والتفوق والحيوية والنشاط لتحقيق الإنجاز الرياضي والوصول الى الأهداف المحددة. ومن هنا تكمن أهمية البحث في بناء وتقنين مقياس الضبط النفسي وتطبيقه على لاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم.

وهدف البحث بناء وتقنين مقياس الضبط النفسي على لاعبي اندية الدوري العراقي الدرجة الممتازة بكرة القدم واستنتج البحث مقياس الضبط النفسي الذي أعده الباحثان أداة جيدة للكشف عن مستوى الضبط النفسي لدى لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم.

وتم التوصية اعتماد مقياس الضبط النفسي الذي تم بناءه من قبل الباحثان وأجراء دراسات اخرى على مراحل عمرية والافادة منه للدراسات القادمة.

الكلمات المفتاحية: تقنين، قياس الضبط النفسي، كرة القدم

١-المقدمة:

ان التطور العلمي لا يتم ال من خلال دراسات علمية دؤوبة معتمدة على علوم عدة مترابطة فيما بينها ومرتبطة بممارسة الألعاب الرياضية وان من بين هذه العلوم المساهمة بشكل كبير في تطور الألعاب الرياضية بمختلف أنواعها وعند جميع الفئات الرياضية الممارسة لها هو علم النفس الرياضي.

(Al-hamdani & Salim. 2022)

ان المجهودات البدنية الملقاة على عاتق لاعب كرة القدم عادتاً ما تلقى بضلالها على الحالة النفسية لذلك اللاعب لان الحالة النفسية والمزاجية ماهي الا نتاج لتلك المجهودات البدنية التي يبذلها اللاعب خلال وقت التمرين او المنافسة إضافة الى ما يتحمله من أعباء نفسية عالية خارج المسار البدني كالقلق والاضطراب وانعدام الاتزان وغيرها، لذلك ما زالت كرة القدم تسيطر على مشاعر وذهنية الشارع الرياضي العالمي بشكل واسع دون غيرها من الرياضات الاخرى وذلك لشعبيتها بين الناس ومميزاتها الكثيرة وميول الافراد لها بشكل كبير سواء كانوا رياضيين ام غير رياضيين.

(JunjonGhotab & Fahd, 2021)

لذلك تعد عملية الضبط النفسي من العمليات المهمة التي يجب أن يتمتع بها لاعب كرة القدم والتي يصل من خلالها الى التركيز في التدريبات وتحقيق الأهداف التي تعكس صورها في المنافسات الرياضية مما يقلل الأخطاء عند اللاعب وتساعده في اتخاذ القرارات بعناية ودون تسرع، وهكذا يتطلب النشاط الرياضي من الرياضيين أبداء صفات نفسية لتحقيق نتائج عالية ومن جهة أخرى يعد هذا النشاط وسيلة قوية وفعالة لتطوير وبناء هذه الصفات النفسية

(Rabah. 2021)

أن عملية التحكم بالضغوط النفسية طيلة فترة الدوري ليست بالعملية السهلة بل تتطلب مجهودات عالية من المدربين واللاعبين كي يتم التوصل الى بناء الثقة بالنفس والتحكم في القلق والتوتر الناجم عن هذه الضغوط وبالتالي يساعد الضبط النفسي اللاعبين في الحفاظ على الأداء العالي والتفوق والحيوية والنشاط لتحقيق الإنجاز الرياضي والوصول الى الأهداف المحددة. ومن هنا تكمن أهمية البحث في بناء وتقنين مقياس الضبط النفسي وتطبيقه على لاعبي الدوري الممتاز بكرة القدم.

وان المنافسات الرياضية في مباريات كرة القدم مليئة بالصراعات النفسية ذات الاثار السلبية على أداء اللاعبين وهنا على اللاعب فرض ارادته للتغلب على تلك المواقف المختلفة التي يتعرض لها اللاعب باستمرار خلال عملية التنافس مع تباين السلوك الصادر عن كل لاعب وبحسب ما يمتلك ذلك اللاعب من سمات نفسية إيجابية قادرة على تجاوز تلك الصعوبات وهذا يعتمد دون ادنى شك على قدرة اللاعب على مواجهة المتغيرات وأجواء التنافس ويعتمد من جانب آخر على قدرة اللاعب على تجاوز الضغوط الحاصلة في المنافسة على اعتبار ان لعبة كرة القدم تتميز بالاستثارة الانفعالية العالية والقوية التي تتطلب من اللاعب امكانية عالية على ضبط النفس والتحكم في انفعالاته والسيطرة عليها.

نعم ان الحلول التي يهدف اليها الباحثان والطريقة التي ينبغي ان يضعها من اجل حل المشكلة البحثية التي تعترضه لابد ان تتناسب مع طبيعة تلك المشكلة وتعدّها أساساً عملياً وعلمياً في هذه الدراسة وإذا ما كانت الطريقة عشوائية وذات مسارات غير واضحة ودقيقة فأنها ستؤدي حتماً الى نتائج غير لائقة بالبحث وبمستوى الأداء للعينة المستهدفة المراد تطويرها، لذا سوف نتحّه في بناء مقياس الضبط النفسي للاعبين كرة القدم الدوري العراقي الممتاز.

ويهدف البحث الى:

- ١- بناء وتقنين مقياس الضبط النفسي على لاعبي اندية الدوري العراقي الدرجة الممتازة بكرة القدم.
- ٢- تطبيق مقياس الضبط النفسي على لاعبي اندية الدوري العراقي الدرجة الممتازة بكرة القدم.

٢-٢-٢ اجراءات البحث:

٢-١ منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

٢-٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

بما ان مجتمع البحث كبير نسبياً والمتمثل بأندية الدرجة الممتازة بكرة القدم والبالغ عددهم (٥٠٠) لاعب، استخدم الباحثان عينة بناء المقاسين بالطريقة العمدية من لاعبي أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم للموسم الرياضي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) والبالغ عددهم (١٢) نادي ومتمثلة بـ (الناصرية، ميسان، الغراف، عفك، الاتصالات، نفط الوسط، الحسين، امانة بغداد، المصافي، الكاظمية، الصناعات ك، الصناعة) حيث بلغ عدد اللاعبين (٢٦٠) لاعباً من أصل (٣٠٠) لاعباً. وتم اختيار عينة تطبيق المقياس بالطريقة العمدية من لاعبي نادي مصافي الجنوب الرياضي البالغ عددهم (٢٠) لاعباً.

وقد استخدم الباحثان (٢٠) لاعباً كعينة استطلاعية متمثلة بنادي البحري الرياضي بكرة القدم وكما مبين مابين ذلك في جدول (1).

جدول (1) يبين تفاصيل العينة وأسماء الأندية واعداد اللاعبين ونسبهم المئوية والافراد عينة البحث

العينة	النادي	عدد اللاعبين المشاركين	الاستمارات المستبعدة	عدد العينة الفعلية	النسبة المئوية
البناء	الغراف، الناصرية، المصافي، عفك نفط الوسط، الصناعة، الاتصالات، الكاظمية، الحسين، ميسان، امانة بغداد، الصناعات الكهربائية	٢٦٠	60	200	86.66%
الاستطلاعية	نادي البحري	20	0	20	100%
التطبيق	نادي مصافي الجنوب	٢٠	٠	٢٠	100%
المجموع	١٤ نادي	300	60	240	٨٨,٢٣%

حيث تم اهمال (٦٠) استمارة وكانت نسبتهم المئوية (٢٣,٠٧) من عينة البحث الكلية لعدم اكتمال الاجابة وذلك لورود اجابتين على نفس الفقرة والاجابة الغير كاملة على الاستبيان.

٢-٣-١ خطوات بناء المقياسين:

عند بناء المقياس هناك عدة خطوات يجب على الباحثان التقيد بها من اجل بناء المقياس على أسس علمية صحيحة وبما إن الدراسة الحالية تهدف الى بناء مقياس (الضبط النفسي) ومن ثم تطبيق المقياس على عينة من لاعبي أندية الدرجة الممتازة بكرة القدم ولأهمية هذا المقياس في دراستنا قام الباحثان بصياغة محاور و فقراته بطريقة واضحة ومفهومة وبصيغة المتكلم لكل لاعب من لاعبي اندية الدرجة الممتازة بكرة القدم (عينة البحث) وبشكل تقريرى معتمداً على ادبيات الظاهرة وكذلك المصادر والنظريات الخاصة بالضبط النفسي والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة.

فضلاً عن اعتمادنا طريقة ليكرت (Likert) في بناء المقياس كونها طريقة واسعة الاستعمال وتمتاز عن غيرها من أساليب البناء والتصحيح، ولا يحتاج الى عدد كبير من المحكمين وتتوفر فيها دقة الإجابة بسبب تعدد البدائل. (١٥٣-٤).

حيث استخدمه البحث وسيلة ليكرت (Likert) في بناء المقاييس حسب ما أوردها أيكين (Aiken) بما يلي (٦٠:٩).

- جمع عدد من الفقرات ذات العلاقة بالموضوع (موضوع الدراسة).
- وضع مدرج للاستجابة مكون من خمس درجات تبدأ من الأكثر شدة إذا كانت إيجابية والأقل شدة إذا كانت سلبية لتحديد موقف الفرد من كل فقرة وتمثل درجة الفرد الكلية حاصل جمع أوزانه على جميع الفقرات.
- تجربة المقياس على عينة تسمى عينة البناء وتصحيح استجاباتهم وفق الخطوة الثانية وترتيب استماراتهم تنازلياً حسب الدرجة التي يحصلون عليها، ثم إجراء تحليل الفقرات بالطرق الإحصائية المناسبة.

٢-٣-٢ تحديد مجالات المقاييس:

من الخطوات المهمة في بناء المقاييس في نظر الباحثان تحديد مجالات المقياس بشكل دقيق وهذا يعتمد على إمكانية الباحثان في الرجوع الى ادبيات السمة المراد قياسها وتم التوصل لخمس مجالات لمقياس الضبط النفسي ، ثم قام الباحثان بإعداد استبيان استطلاعي عرض على عدد من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (19) خبير ، من أجل استحصال موافقتهم على المجالات المناسبة أو تغييرها أو إضافة مجال أخرى لم نهتدي إليها وقام الباحثان بتحليل نتائج الاستبيان مستخدماً النسبة المئوية كمعيار القبول أو استبعاد أي مجال من المقياس والجدول (٢) يبين ذلك، وقد اعتمد الباحثان نسبة ٧٥% وهذا ما أكدته بلوم ان على الباحثان الحصول على موافقة بنسبة (٧٥%) فأكثر من آراء المحكمين في هذا النوع من الصدق"

جدول (٢) يبين آراء السادة الخبراء حول مجالات مقياس الضبط النفسي

ت	المجالات	عدد الخبراء الكلي	الخبراء		النسبة المئوية
			الموافقون	الغير موافقون	
١	التحكم بالبيئة الداخلية	١٩	١٩	٠	١٠٠%
٢	التحكم بالبيئة الخارجية		١٩	٠	١٠٠%
٣	السيطرة على الانفعالات		١٧	٢	٨٩%
٤	تقبل النقد من الآخرين*		١٢	٧	٦٣%
٥	تعزيز التفكير الإيجابي للاعب		١٧	1	٨٩%

٢-٣-٣ إعداد الصيغة أولية للمقياس:

من أجل بناء مقياس (الضبط النفسي) على اسس علمية صحيحة وتطبيقه على عينة من لاعبي كرة القدم الدوري العراقي الممتاز يحتاج منا الرجوع الى الدراسات السابقة في كل مجال من مجالات المقياس، وكذلك الرجوع الى الخطوات الأساسية في بناء المقاييس والمراجع والمصادر المتوفرة في مجال علم النفس الرياضي وكرة القدم وعلم التدريب الرياضي من اجل صياغة فقرات مناسبة لكل مجال من مجالات المقاييس، وهكذا عمد الباحثان على صياغة فقراته طبقاً للمجال الذي تنتمي اليه كل فقرة.

٢-٣-٤ عرض الصيغة الاولى للمقياس على المحكمين:

بعد الاطلاع على طرق بناء المقاييس والقواعد المتبعة في ذلك قام الباحثان بصياغة فقرات المقياس بلغة مناسبة وسهلة الفهم وبصيغة المتكلم لعينة البحث كون اعداد فقرات المقياس بصورته الاولى خطوة اساسية في بناء المقاييس وقد راعى الباحثان عند اعداد الصيغة الاولى للمقياس ذو الفقرات الإيجابي والسلبي لكل مجال من مجالات المقياس موزعة على مجالات الضبط النفسي بالشكل الاتي:

- فقرات مجالات مقياس (الضبط النفسي)

- التحكم بالبيئة الداخلية (١٧) فقرة.
- التحكم بالبيئة الخارجية (١٢) فقرة.
- السيطرة على الانفعالات (١٤) فقرة.
- تعزيز التفكير الإيجابي للاعب (١٤) فقرة.

وبعد ذلك تم عرض المقياس بصيغة الاولى على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين ليبدى كل منهم رايه وملاحظاته في كل فقرة كونها صالحة لقياس المجال الذي هي فيه لمقياس الضبط النفسي وبعد ما ابدى المحكمون اجاباتهم تم تحليل الفقرات باستخدام النسبة المئوية للتعرف على النسبة المقبولة لكل فقرة والبالغة (٧٥%) فأكثر اذ يذكر بنيامين عن بلوم ان نسبة (٧٥%) مناسبة لاختيار المتغير المطلوب أي بموافقة (١٥) من أصل (١٩) خبير حيث تكون قيمة معنوية.

حذف الفقرات ما دون النسبة المقبولة والجدول (٣) يبين النسبة المئوية لإجابة الخبراء والمحكمين على فقرات المقياس.

جدول (٣) يبين النسبة المئوية لموافقة الخبراء على فقرات مقياس الضبط النفسي

تسلسل الفقرة	التحكم بالبيئة الداخلية	تسلسل الفقرة	التحكم بالبيئة الخارجية	تسلسل الفقرة	السيطرة على الانفعالات	تسلسل الفقرة	تعزيز التفكير الإيجابي للاعب
١	%٦٨,٤٢	١	%١٠٠	١	%٥٧,٨٩	١	%١٠٠
٢	%١٠٠	٢	%٦٣,١٥	٢	%١٠٠	٢	%١٠٠
٣	%١٠٠	٣	%١٠٠	٣	%١٠٠	٣	%٩٤,٧٣
٤	%١٠٠	٤	%٩٤,٧٣	٤	%٦٣,١٥	٤	%١٠٠
٥	%١٠٠	٥	%١٠٠	٥	%١٠٠	٥	%٧٣,٦٨
٦	%٩٤,٧٣	٦	%١٠٠	٦	%١٠٠	٦	%١٠٠
٧	%١٠٠	٧	%٨٩,٤٧	٧	%٩٤,٧٣	٧	%٦٣,١٥
٨	%٨٤,٢١	٨	%١٠٠	٨	%٨٩,٤٧	٨	%٦٣,١٥
٩	%١٠٠	٩	%١٠٠	٩	%١٠٠	٩	%٥٧,٨٩
١٠	%١٠٠	١٠	%٧٣,٦٨	١٠	%١٠٠	١٠	%١٠٠
١١	%٩٤,٧٣	١١	%١٠٠	١١	%٩٤,٧٣	١١	%١٠٠
١٢	%٦٣,١٥	١٢	%١٠٠	١٢	%١٠٠	١٢	%٨٩,٤٧
١٣	%٥٢,٦٣				%١٠٠	١٣	%١٠٠
١٤	%٥٧,٨٩				%٧٣,٦٨	١٤	%٩٤,٧٤
١٥	%١٠٠						
١٦	%١٠٠						
١٧	%٩٤,٧٣						

من خلال الجدول (٣) وبعد عرض المقياس والاخذ بآراء السادة الخبراء والمتخصصين، حيث تم قبول نسبة ٧٥% فما فوق للفقرات المعتمدة وحذف الفقرات التي لم تحصل على نسبة اتفاق من قبل السادة الخبراء، وبذلك أصبح مقياس الضبط النفسي بصيغته الأولية يتكون (٤٤) فقرة موزعة على أربعة مجالات (التحكم بالبيئة الداخلية، التحكم بالبيئة الخارجية، السيطرة على الانفعالات، تعزيز التفكير الإيجابي للاعب) بواقع (١٣)، (١٠)، (١١)، (١٠) على التوالي.

٢-٣-٥ تجربة التطبيق الاولي للمقياسين:

قام الباحثان بتطبيق المقياس على لاعبي اندية الدوري الممتاز بكرة القدم والبالغ عددهم (٢٦٠) لاعباً من مجتمع البحث الكلي للفترة من (٢٠٢٤/٧/٢٧) ولغاية (٢٠٢٤/٨/٢٣) وبعد فرز استمارات الاستبيان واستبعاد الاستمارات المهملة والتأكيد على الاستمارات الصحيحة قد تبين ان العدد النهائي لعينة بناء المقياسين هي (٢٠٠) لاعب بعد ذلك تم إجراء التطبيقات الإحصائية التي من شأنها إظهار المقياس بالشكل اللائق وقد خللت الفقرات إحصائياً بإعطاء كل فقرة الوزن المناسب وفقاً لإجابة أفراد العينة على سلم التقدير المقياس ، وبناء على ان صياغة الفقرات كانت باتجاه الإيجابي والسلبي تم إعطاء أوزان الفقرات كما مبين بالجدول (٤) الآتي:

جدول (٤) يبين اتجاه الفقرات

البدائل	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
الاتجاه الايجابي	5	4	3	2	1
الاتجاه السلبي	١	٢	٣	٤	٥

٢-٤ تحليل الفقرات احصائياً:

يعد التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الضبط النفسي من المتطلبات المهمة والضرورية في عملية البناء لغرض حساب القوة التمييزية والاتساق الداخلي لفقرات المقياس، ويُعد أسلوب المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس أسلوبين مناسبين في عملية تحليل الفقرات ولغرض الحصول على فقرات ذات قوة تمييزية عالية بين الأفراد في السمة المراد قياسها ومعامل التمييز بين الأفراد ذوي المستويات العليا والدنيا أي قدرتها على التمييز بين الفروق الفردية للأفراد.

٢-٤-١ القوة التمييزية للفقرة:

وتعني القدرة على التمييز بين الأفراد ذوي المستويات العليا والأفراد ذوي المستويات الدنيا بالنسبة للسمة التي تقيسها الفقرة.

وإن اتخاذ المجموعتين المتطرفتين (العليا والدنيا) يتفق مع ما توصل إليه أبحاث ترمان كيللي (Terman Kelley) والتي هي من أكثر التقسيمات تميزاً لمستويات الامتياز والضعف التي تعتمد على تقسيم الدرجات الى طرفين علوي وسفلي بحيث يتألف القسم العلوي من (٢٧%) من درجات الطرف الممتاز ويقابلها النسبة نفسها من الطرف الضعيف.

والغرض من حساب الدرجة التائية هو الإبقاء على الفقرات المميزة وقد اتبع الباحثان الخطوات الآتية:

- اجراء تصحيح الاستمارات وحساب الدرجة الكلية لكل استمارة.
- قام الباحثان بترتيب الدرجات تنازلياً والتي حصلت عليها العينة المؤلفة من (٢٠٠) لاعباً لمقياس الضبط النفسي.
- تم اخذ (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا وتمثلها (٥٤) استمارة و(٥٤) تمثل الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات لمقياس الضبط النفسي.
- اتبع هذا الإجراء على أساس أن هذه النسبة تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من تمايز في الحجم وتوزع توزيعاً يقارب التوزيع الأعتدالي وبهذا تحصل على أفضل تقدير للقوة التمييزية. (١٠-٢٠٤)
- اعتمد الباحثان الاختبار التائي (T-Test) للدلالة الإحصائية مؤشراً لتمييز الفقرات.
- وبذلك حذفت الفقرة (٣-٣٩) من فقرات المقياس وبقيت (٤٢) تمثل الضبط النفسي وبتسلسل جديد.

٢-٤-٢ معامل الاتساق الداخلي:

استخدم معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس لان هذه الطريقة تفترض ان الدرجة الكلية تعد معياراً لصدق المقياس فتحذف الفقرة عندما تكون درجة ارتباطها بالدرجة الكلية واطئة على اساس ان الفقرة لا تقيس الظاهرة التي يقيسها المقياس وقد استخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الاتساق الداخلي لفقرات المقياس.

ان استخدام الاتساق الداخلي تميز المقياس بمميزات مهمة وهي:

- يبرز الترابط بين فقرات المقياس.
- اجراء الاتساق الداخلي يعد أحد أوجه صدق البناء.
- يجعل المقياس متجانساً بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس بأكمله.
- ويعتبر الاتساق الداخلي معياراً لصدق الاختبار لان درجات الارتباط تدل على ان كل فقرة تسير في المسار الذي تسير فيه الاختبارات ككل.

٢-٥ الأسس العلمية للمقياس:

استخدم الباحثان الاسس العلمية للمقياس (صدق المقياس، صدق المحتوى، صدق البناء، الموضوعية)

٢-٦ التطبيق النهائي للمقياس:

بعد اكمال إجراءات بناء مقياس السلوك الايجابي على وفق الأسس العلمية، بما يتلاءم مع البيئة العراقية وعينة البحث المتمثلة بلاعبي نادي مصافي الجنوب الرياضي بكرة القدم ٢٠٢٤/٢٠٢٥.

٢-٧ الوسائل الإحصائية: تم استخدام برنامج الاحصائي (Spss) وذلك لاستخراج

- الوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

- اختبار t.

- معامل الالتواء.

- النسبة المئوية.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١ الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t ومستوى الدلالة لمقياس الضبط النفسي لعينة التطبيق ومناقشتها:

جدول (٥) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t ومستوى الدلالة لمقياس الضبط النفسي

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
الضبط النفسي	١٦٩,١٠٠	٤,٢٨٠	٣,٧٦٢	٠,٠٠٢	معنوي

يبين جدول (٥) ان قيمة الوسط الحسابي (١٦٩,١٠٠) وبانحراف معياري قد بلغ (٤,٢٨٠) حيث كانت قيمة (t) المحسوبة للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية (٣,٧٦٢) وبمستوى خطأ (٠,٠٠٢) وهذا ما يدل على معنوية الفروق.

حيث يبين جدول (٥) الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والقيمة المعنوية لمقياس الضبط النفسي في عينة التطبيق ان لعبة كرة القدم تحتاج الى الجانب النفسي في كثير من المنافسات الرياضية وان عملية الضبط النفسي نرها ملازمة للاعب الرياضي وفي الآونة الاخيرة نشاهد هناك الكثير من اللاعبين انتهت حياتهم الكروية بسبب عدم السيطرة على المتغيرات النفسية المصاحبة للاعب والضبط هو عملية او القدرة على ضبط الاستجابة والتحكم بها ويمكن للاعب ان يدرك انه قادر على ان يتعامل مع المواقف التي تعرض لها بكل هدوء ليكون قادر على مواجهة الصعوبات والمشاكل العقلية والذهنية التي تواجهه الاعداد النفسي الجيد للاعب الكروي يساعده على سهول التحكم في المتغيرات النفسية التي تعترضه حيث عمل الباحثان على تهيئة عينة البحث من ناحية ضبط النفس في المواقف المتغيرة كون تصاعد التحديات والتنافسات وضغوط المباريات في هذه المرحلة يصبح عامل التحكم في الضبط النفسي عامل ضروري جداً ومهم بالنسبة للاعب الذي من خلاله يمكن المحافظة على التركيز وعدم ضмор العمليات العقلية واتخاذ القرارات الصحيحة وادارة التوترات التي تحدث في المنافسات والتي تؤثر على الاداء الرياضي، لذا عملية الضبط النفسي تساعد اللاعب في مواجهة الضغوط النفسية وتحقيق التوازن العاطفي لدى اللاعبين اضافة الى الدعم النفسي من قبل الكادر التدريبي والادارة وتوفير البيئة التدريبية و مستوى الإدراك الذاتي للاعبين وعملية تنظيم الدوافع لتحفيز الاداء في ضل الظروف الصعبة والعمل على استقرار الاداء لتحقيق الاهداف المطلوبة، كما أنه سيساعدهم على فهم اللعب وينمي الثقة بالنفس والتي هي من أهم العوامل المهمة في تحسين الأداء والنتائج الإيجابية. (Rabah. 2021)

4-الاستنتاجات والتوصيات:

٤- ١ الاستنتاجات:

- ١- تمكن الباحثان من بناء مقياس الضبط النفسي وكذلك يعتبر اداة لقياس الظاهرة.
- ٢- يعد مقياس الضبط النفسي الذي أعده الباحثان أداة جيدة للكشف عن مستوى الضبط النفسي لدى لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم.

٤- ٢ التوصيات:

- ١- اعتماد مقياس الضبط النفسي الذي تم بناءه من قبل الباحثان وأجراء دراسات اخرى على مراحل عمرية والافادة منه للدراسات القادمة.
- ٢- مساعد اللاعبين للوصول الى الحالة النفسية العالية من خلال استخدام عمليات الضبط النفسي.
- ٣- توفير المتطلبات اللازمة للاعب من اجل ان يقدم كل ما لديه للفريق وابعاده عن التوترات والمشاكل الإدارية في النادي.

المصادر

- باسم نزهت السامرائي وطارق البلدي: بناء مقياس الاتجاهات نحو مهنة التدريس، المجلة العربية للبحوث التربوية، العدد ٥٧، العدد ٢٠، ١٩٨٧.
- بلوم بنيامين وآخرون: تقييم الطالب التجميعي والتكويني، (ترجمة محمد أحمد أمين المفتي وآخرون)، مطابع المكتب المصري الحديث، القاهرة، ١٩٨٣.
- سعد جلال: القياس النفسي والتربوي، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٦٧.
- عبد الرحمن العيسوي: القياس والتجربة في علم النفس والتربية، دار المعارف الجامعية، ١٩٧١.
- ليلي السيد فرحان: القياس المعرفي الرياضي، ط١، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠١.
- محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ط٧، ٢٠٠٩.
- محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٩.
- موسى النبهان: أساسيات القياس في العلوم السلوكية: ط١، عمان، دار الشروق للنشر والتوزيع، ٢٠٠٤.

–Alken L. R Attitude measurement and research– in payn, D.A. CEDR esnt Development in Afferire measurement. p.p.t– anfrancitco Josseye. Bass lne pub 1980.

–Anastasia, A: (1976). Psychological testing. New York: Mailman .

–Show, Marvin E. Scales for measure ment of Attitudes New York: MC–Grow–Hill. (1974)

–Stanly, Julian C.S Hpolsins, Isennth D. Eductional and psychological Measurement and Evalution (1972) ed Engle wood cliffs New Jersey: prentice Hall, Inc:

–Al–hamdani, T. M., & Salim, D. M. (2022). A Study of the Relationship Between the Emotional Suppression of Coaches and the Psychological Resilience of Players from the Point of View of the Players of the Northern Region Football Clubs in Iraq Thamer. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 32(2), 67–82.

–Al–reda, M. A., & Al–, F. H. A. (2021). The manifestations of social deviation according to the field of Iraq Football manipulating the ages of the players among the players) Clubs for the period from (2003–2011. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 31(2), 251–266.

–JunjonGhotab, A., & Fahd, A. K. (2021). The relationship of the practical self with the transformational leadership of football coaches. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 31(2), 183–191.

<https://jsrse.edu.iq/index.php/home/article/view/57/50>

–Rabah, L. ben. (2021). The role of using psychological preparation programs to raise the level of sports performance of football players. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 31(2), 155–161.

–Saleh, N. A. (2024). Psychological resilience and its relationship to self–confidence for female students of the College of Physical Education and Sports Sciences / University of Diyala. International Journal of Sports, Health and Physical Education, 34(4), 300–312.
<https://doi.org/10.33545/26647559.2024.v6.i2a.138>