



## الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي العاب القوى في العراق

بحث تقدم به

أ.م.د نغم خالد نجيب الخفاف  
naghamkhalid@uomosul.edu.iq

طالب الماجستير فادي عيسى اسحاق  
Fadisaqa36@yahoo.com

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية.

### مستخلص البحث

هدف البحث الى التعرف على كل من الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي العاب القوى في العراق، والتعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي العاب القوى في العراق، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث، اشتمل مجتمع البحث على لاعبي العاب القوى المشاركين في بطولة اندية ومؤسسات العراق لألعاب القوى لفئة الرجال والشباب والناشئين وكلا الجنسين للموسم الرياضي (2018 - 2019) والبالغ عددهم (905) لاعباً، اذ يمثلون (52) نادي، اما عينة البحث بلغت (109) لاعباً، موزعين على (18) نادي ينتمون إلى ثمان محافظات، وبواقع (5-1) اندية لكل محافظة، وبالنسبة الى عينة التطبيق البالغ عددهم (40) لاعباً، بواقع (4) أندية، اذ يمثلون نسبة (36,69%) من عينة البحث، فقد تم اختيارهم بطريقة عمدية لانهم يمثلون المنطقة الجنوبية والمنطقة الشمالية ومنطقة الفرات الاوسط ضمن الأندية المشاركة في البطولة لألعاب القوى في العراق، وتم استخدام مقياسي الصلابة النفسية المعد من قبل (فرحان، 2017)، ومقياس التوجه نحو المنافسة المعد من قبل (علاوي، 1998)، اللذان اعتمادهما الباحثان كأداة لجمع البيانات، وتم اعتماد الخطوات والإجراءات العلمية في صدق وثبات المقياسين، واستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) للحصول على النتائج (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط لبيرسون، ومعادلة سيبرمان- براون، واختبار (ت)، والنسبة المئوية، والمتوسط الفرضي، واستنتج الباحثان بأن لاعبي العاب القوى في العراق يتميزون بأنهم يمتلكون الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة، وتوجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى عينة البحث.

## Abstract

### The quality of the training environment and its relation to the psychological rigidity of athletics players in Iraq

#### Researchers

Dr. Nagham Khalid Najeeb Al- Khafaf

FadiEsa Isaac Al-Musa

#### Abstract

##### The research aims at:

- Identify both psychological rigidity and the trend towards competition among athletes in Iraq.
- Identify the relationship between psychological rigidity and the trend towards competition among athletes in Iraq.

The researchers used the descriptive method in the survey method for its suitability and the nature of the research. The research community included athletics players participating in the Iraqi athletics clubs and institutions championship for men, youth and young men and both sexes for the sports season (2018 - 2019) and the number (905) players, as they represent (52) A club. As for the research sample, it reached (109) players, distributed among (18) clubs belonging to eight governorates, by (1-5) clubs for each governorate, and with regard to the application sample of (40) players, by (4) clubs. They represent (36,69%) of the research sample, they were chosen deliberately because they represent the southern region, the northern region, and the middle Euphrates region among the clubs participating in the athletics championships in Iraq, The psychological hardness measures prepared by (Farhan, 2017), and the competition orientation measure prepared by (Allawi, 1998), which the researchers adopted as a tool for data collection, and the scientific steps and procedures were adopted in the validity and consistency of the two measures, and the researchers used the statistical bag SPSS )) To obtain the results (mean, standard deviation, Pearson's simple correlation coefficient, Spearman-Brown equation, T-test, percentage, hypothesis), the researchers reached a number of conclusions as follows:

- Athletics in Iraq are distinguished for having solidity and a competitive approach.
- There is a significant correlation between psychological rigidity and competition orientation in the research sample.

**Key word:** alsalabat alnafsia

## الفصل الاول

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

يعد علم النفس الرياضي من المجالات التي تسهم في تحقيق متطلبات الافراد بصورة عامة واللاعبين بصورة خاصة من خلال تطوير العلاقة ما بين ما تطلبه الفعالية الرياضية وما يسعى الى تحقيقه كل من القائمين على العملية التدريبية للاعبين سواء بالألعاب الفردية او الجماعية على حد سواء من توفير كافة الامكانيات وتسخيرها من اجل ان يحقق رياضتها الانجاز في المنافسات الرياضية.

اذ تزايد الاهتمام بدراسة الصلابة النفسية خصوصا في عملية التدريب والمنافسة, لما لها من أهمية واسعة بالوقت الحاضر " لان اللاعب قد يكون مستعدا بدنيا ومهاريا قبل المنافسة ولكن اثناء المنافسة قد يفقد هذه الامكانيات البدنية والمهارية من جراء البيئة التدريبية الغير مناسبة مما يتعرض الى المواقف الضاغطة " (غفوري، 2012، 2)، اذ نجد ان لاعبي العاب القوى يتعرضون الى الكثير من الضغوط النفسية اثناء المنافسة اكثر من الالعاب الجماعية وهذا يؤدي الى استنفاد الطاقة, اذ يتطلب بذل جهد اضافي للاعب يختلف عن الجهد المبذول في الالعاب الجماعية, فلذا لا بد ان يمتلك اللاعب الصلابة النفسية بهدف الوصول الى النتائج المطلوبة.

وكلما زادت ثقة الرياضي بنفسه لامتلاكه المؤهلات البدنية والفنية والنفسية التي تساعده في الدخول للمنافسة، فإنه سيتوجه نحوها بكل حماس لوجود الحافز أو الدافع وبالمقابل عندما يفتقد ذلك فإنه سيبحث عن المبررات التي يراها سبب الفشل أو عدم الاهتمام (حسين ومنصور، 2012، 167)، ولان التوجه نحو المنافسة الرياضية له من الأهمية الشيء الكثير كونه عاملاً حاسماً في تحقيق الانجازاتمن خلال الوقوف على مدى توفر الامكانيات قبيل المنافسات واثناها وبعدها.

ولذا تعدالالعاب الفردية بصورة عامة والالعاب القوى بصورة خاصة من أهم الالعاب التي لا تخلو من المواقف الضاغطة, وهذه تجعل اللاعب والمدرّب أمام تحديات تحتم عليهم مواجهتها ومحاولة تذليل تلك المواقفلكي يتمكن من التوجه نحو المنافسة بكل عزيمة و ارادة.

وفي ضوء ما تقدم فان أهمية البحث تتجلى في النقاط الآتية:

- معرفة درجة الصلابة النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي العاب القوى في العراق, والتي تعد من المواضيع المهمة كونها تعتبر من البحوث القلائل التي تتصدى لموضوعي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة, الامر الذي يسهم في الاثراء العلمي للباحثين المهتمين بهذا الموضوعين , اذ يمكن ان يشكل هذا البحث اطارا مرجعيا لهم لإجراء ابحاث اخرى على عينات مختلفة.



## 1-2 مشكلة البحث:

أن كثرة المواقف الضاغطة التي تواجه اللاعب في الموسم الرياضي سواء في أثناء التدريب أم المنافسة يحتم عليه الاستجابة لتلك المواقف بحكمة لأن مواجهتها بشكل سلبي سيؤدي إلى خلل في مستوى أداء اللاعب، وهذا يحدث إرباك في تفكيره نتيجة تلك المواقف الضاغطة وبالتالي ضياع جهده أثناء توجيهه للمنافسة، لذا فإن الصلابة النفسية لا يمكن تجاهلها في أي نشاط رياضي لأنها تعد إحدى المؤشرات التي تسهم في الوصول للأداء الأمثل ليكون بالمستوى المطلوب لخوض المنافسة الرياضية، وإن تحقيق المطالب الإيجابية للاعبين تتطلب تطوير مهاراتهم وانفعالاتهم وخبراتهم ومساعدتهم على التكيف في خوض غمار المنافسات ومسايرة التطور الرياضي في العصر الحديث، وتعد كل من الصلابة والتوجه إحدى مظاهر التدريب والأداء الناتج عن العديد من العوامل التي يرجع بعضها إلى اللاعب نفسه من حيث إمكانياته وقدراته المختلفة، ومن خلال البحث في الدراسات السابقة في هذا المجال لاحظ الباحثان نقل الدراسات التي تطرقت لهذا الموضوع الحيوي، لذا سعى الباحثان لدراسة هذين المتغيرين وفق إطار جديد وحديث ينسجم مع التطور الحاصل في ألعاب القوى في مختلف الدول المتقدمة، ومن هنا تبلورت لدى الباحثان مشكلة البحث من خلال محاولة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل تتوافر لدى لاعبي ألعاب القوى العراقي صلابة نفسية عالية أو واطئة أم متوسطة؟
- هل تتوافر لدى لاعبي ألعاب القوى العراقي توجه نحو المنافسة؟
- ماهي علاقة الصلابة النفسية بالتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي ألعاب القوى في العراق؟

## 1-3 أهداف البحث :

- 1- التعرف على الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي ألعاب القوى في العراق.
- 2- التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي ألعاب القوى في العراق.

## 1-4 فرضية البحث:

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى لاعبي ألعاب القوى في العراق.

## 1-5 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: لاعبي ألعاب القوى (فئة الشباب) في العراق.
- 2-5-1 المجال الزمني: للمدة من 2018/12/16 الى 2019/6/25.
- 3-5-1 المجال المكاني: ملاعب ومضمار الساحة والميدان (بغداد- الموصل- سلیمانانية- البصرة- كركوك).



## 6-1 تحديد المصطلحات :

1-الصلابة النفسية وقد عرفها كل من:

- (فاتح وريحاني، 2015) "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة ". (فاتح وريحاني، 2015، 5)

- (نعمة واخرون ، 2016)" هي عملية التكيف السليم والجيد في اوقات الشدة اوالضغوط والصدمات مع بقاء الامل والثقة بالنفس، والقدرة على التحكم بالمشاعر والتنظيم العاطفي والقدرة على حل المشاكل وفهم مشاعر الاخرين والتعاطف معهم، وهي امتلاك مجموعة سمات تساعد على مواجهة مصادر الضغوط، منها القدرة على الالتزام والقدرة على التحدي والقدرة على التحكم في الامور الحياتية ". (نعمة واخرون، 2016، 13)

- ويعرف الباحثان الصلابة النفسية نظرياً:

هي شعور ايجابي يتسم بالالتزام والضبط العالي على الاحداث الضاغطة المحيطة به والظهور بصحة نفسية وجسمية جيدة.

- كما يعرف الباحثان الصلابة النفسية إجرائياً:

تقاس الصلابة النفسية إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها اللاعب من خلال الإجابة على فقرات مقياس الصلابة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

2-التوجه نحو المنافسة وقد عرفها كل من:

- (حسين ومنصور، 2012)" تعبير عن مدى قدرة وامكانية اللاعب على تحديد مستوى المهمة وكيفية استخدام قابلياته لمواجهة ظروف المنافسة والتغلب عليها وصولاً الى لتحقيق الانجاز" (حسين ومنصور، 2012، 169)

- (حكيم، 2014)" وهو يشير الى ميل اللاعبين الى الكفاح نحو تحقيق هدف معين في الرياضة " (حكيم، 2014، 58)

- ويعرف الباحثان التوجه نحو المنافسة نظرياً:

هو الرغبة في التنافس والنجاح وتحقيق الانجاز كنتيجة للترجمات التدريبية لدى اللاعب.

- كما يعرف الباحثان التوجه نحو المنافسة إجرائياً:

يقاس التوجه نحو المنافسة إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها اللاعب من خلال الإجابة على فقرات مقياس التوجه نحو المنافسة المستخدم في هذه الدراسة.



## الفصل الثاني

### 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

#### 2-1 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته وطبيعة البحث.

#### 2-2 مجتمع البحث وعينته :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي العاب القوى المشاركين في بطولة اندية ومؤسسات العراق لألعاب القوى لفئة الرجال والشباب والناشئين وكلا الجنسين للموسم الرياضي (2018 - 2019) والبالغ عددهم (905) لاعباً، اذ يمثلون (52) نادي، اما عينة البحث بلغت (109) لاعباً، موزعين على (18) نادي ينتمون إلى ثمان محافظات، وبواقع (5-1) اندية لكل محافظة، وبالنسبة الى عينة التطبيق البالغ عددهم (40) لاعباً، بواقع (4) أندية، اذ يمثلون نسبة (36,69%) من عينة البحث، فقد تم اختيارهم بطريقة عمدية لانهم يمثلون المنطقة الجنوبية والمنطقة الشمالية ومنطقة الفرات الاوسط ضمن الأندية المشاركة في البطولة لألعاب القوى في العراق.

#### 2-3 أداتي البحث:

#### 2-3-1 مقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة:

استخدم الباحثان مقياس الصلابة النفسية الذي اعدته (فرحان، 2017) وطبقته على لاعبي العاب القوى ذوي الاحتياجات الخاصة، اذ تالف المقياس من (29) فقرة، موزع على (3) ابعاد، وتتم الاجابة على فقرات المقياس من خلال ثلاثة بدائل، اذ شملت عبارات ايجابية وسلبية عند تصحيح المقياس يتم إعطاء الإجابات الدرجات (3, 2, 1) للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية، واقتربت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (29-87) درجة، اما بالنسبة لمقياس التوجه نحو المنافسة الذي اعدده (علاوي، 1998)، اذ تالف المقياس من (12) فقرة، تقيس النزعة او الميل للتفاؤل في المنافسة الرياضية، موزعة على (4) فقرات تشير إلى النزعة التفاؤلية، و(4) فقرات تشير إلى عكس النزعة التفاؤلية، والاربع فقرات الاخرى تم وضعها لإخفاء هدف الاختبار ولا يتم تصحيحها، وتتم الاجابة على فقرات المقياس من خلال اربعة بدائل، وهي (أوافق بشدة، أوافق، غير موافق، غير موافق بشدة) وتعطي اوزان الدرجات (4, 3, 2, 1) للفقرات في اتجاه النزعة للتفاؤل وتسمى الفقرات الايجابية، والعكس للفقرات التي عكس النزعة وتسمى الفقرات السلبية، فضلا عن هناك اربع فقرات لا يتم تصحيحها ولا تمنح اي درجة، اذ تصبح الدرجة الكلية للمقياس (32) درجة. (علاوي، 1998، 73).



### 2-3-1-1 صدق المقياس:

تحقق الباحثان من صدق المقياسين عبر الصدق الظاهري (المحكمن).

### 2-3-1-1-1 الصدق الظاهري للمقياس:

عمد الباحثان الى التحقق من صدق المقياسين (الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة) باستخدام الصدق الظاهري الذي هو ملائمة المقياس لما وضع من مدى وضوح التعليمات وصلاحيه العبارات, إذ تم عرض المقياسين على عدد من الخبراء من ذوي الخبرة والاختصاص لتحقيق الصدق الظاهري للاختبارات وهو نوع من انواع صدق المحتوى, وقد حظي بنسبة قدرها (90%) من موافقة السادة الخبراء.

### 2-3-1-2 التجربة الاستطلاعية:

تم إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (5) لاعبين, وتم اختيارهم من مجتمع البحث, وكان الهدف من التجربة هو ما يأتي:  
- التعرف على ملائمة الفقرات المعدة لهذا الغرض.  
- مدى وضوح الفقرات للمستجوبة.

### 2-3-1-3 ثبات المقياس:

تعد الأداة ثابتة اذا أعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة لمرات عديدة (العجيلي وآخرون, 1990, 143) وبغية الحصول على ثبات المقياسين قام الباحثان بتوزيع المقياسين على عينة من (30) لاعباً كاختبار اولي ثم اعيد الاختبار نفسه بعد مرور (10) ايام من الاختبار الاول على العينة نفسها, وبعد جمع البيانات تمت معالجتها احصائيا باستخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون ظهرت قيمة (R) المحتسبة (0,84) لمقياس الصلابة النفسية وقيمة (R) المحتسبة لمقياس التوجه نحو المنافسة بلغت (0,89), وهذا يدل على وجود ارتباط وبالتالي وجود معامل ثبات لكلا المقياسين.

### 2-4 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحثان البرنامج الإحصائي (Spss) من اجل أيجاد الوسائل الإحصائية الخاصة بمتغيرات البحث وتم حساب (الوسط الحسابي, والانحراف المعياري, وقانون النسبة المئوية, ومعامل الارتباط البسيط-بيرسون), واختبار (T) لعينة واحدة (عمر وآخرون, 2001, 88-90).

## الفصل الثالث

### 3- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

بعد جمع البيانات التي حصل عليها الباحثان وللتحقق من صحة فرضية البحث رصدت نتائج مقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة للاعبي العاب القوى في العراق, تم تحليل البيانات إحصائيا على النحو التالي:

1-4 عرض نتائج ملاءمة مقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لعينة البحث :



اراد الباحثان التأكد من مدى ملاءمة مقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة للعينة عن طريق معادلة معامل الالتواء لـ(كارل بيرسون), والجدول (1) يبين ذلك.

### الجدول (1)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمنوال ومعامل الالتواء لإجابات عينة البحث

معامل الالتواء	المنوال	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	وحدة القياس	العينة	المعالم الإحصائية المقاييس
0,59-	73	4,497	70,325	درجة	40	الصلابة النفسية
0,46-	25	2,635	23,775			التوجه نحو المنافسة

يتبين من الجدول (1) ان قيم الاوساط الحسابية لإجابات عينة البحث للاعبين القوي في العراق على مقياس الصلابة النفسية بلغت (70,325) درجة، وانحراف معياري مقداره (4,497) درجة، فيما بلغ قيمة المنوال (73) درجة، وعليه بلغت قيمة معامل الالتواء (-0,59) درجة، بينما مقياس التوجه نحو المنافسة بلغ (23,775) درجة، وانحراف معياري مقداره (2,635) درجة، فيما بلغ قيمة المنوال (25) درجة، وعليه بلغت قيمة معامل الالتواء (-0,46) درجة، مما سبق تشير النتائج إلى ملائمة المقياسين (الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة) للعينة، وأن التوزيع اقرب إلى الطبيعي، إذ يشير (الاطرقجي، 1980) إلى أنه " يعد الالتواء طبيعياً والاختبارات ملائمة للعينة إذا وقع معامل الالتواء بين  $(1 \pm)$  ".

### 2-3 عرض نتائج تقييم درجة الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى عينة البحث :

لأجل تقييم درجة مقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى عينة البحث قام الباحثان بإيجاد درجة المتوسط الفرضي للمقياسين (\*)، ومقارنتها بدرجة الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على المقياس، إذ جرى اعتماد الدرجة الكلية للمقياسين أساساً في التعرف على درجة الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى افراد العينة والجدول (2) يبين تفاصيل ذلك.

(\*) المتوسط الفرضي للمقياس:

= مجموع أوزان البدائل × عدد الفقرات ÷ عدد البدائل (علاوي، 1998، 146)



الجدول (2)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي للمقياسين وقيمة اختبار (t) المحتسبة وقيمة (sig) لعينة البحث

المعالم الإحصائية المقياس	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة اختبار (t)	قيمة (sig)
الصلابة النفسية	40	70,325	4,497	58	17,333	0.000
التوجه نحو المنافسة		23,775	2,635	20	9,058	0.000

\*معنوي عند مستوى معنوية  $\geq (0.05)$

يتبين من الجدول (2) ان قيم الاوساط الحسابية لاجابات عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية بلغت (70,325) درجة، وبانحراف معياري قدره  $(4,497 \pm)$  درجة، ولمقياس التوجه نحو المنافسة بلغت (23,775) درجة، وبانحراف معياري قدره  $(2,635 \pm)$  درجة. وعند اختبار معنوية الفروق بين وسط درجات العينة، والوسط الفرضي لمقياس الصلابة النفسية بلغت (58) درجة، وبلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة واحدة (17,333) درجة، اما الوسط الفرضي لمقياس التوجه نحو المنافسة بلغت (20) درجة، وبلغت قيمة اختبار (t) المحتسبة لعينة واحدة (9,058) درجة، اما قيمة (sig) فقد بلغت للمقياسين (0,000) على التوالي، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى الخطأ البالغة (0.05)، مما يدل على وجود فروق معنوية، ولمصلحة الوسط الحسابي لتلك المقياسين.

وعند إجراء مقارنة بين الوسط الحسابي والمتوسط الفرضي للمقياسين، تبين أن أفراد عينة البحث من اللاعبين الذين تم تطبيق المقياسين عليهم يمتلكون درجة عالية من الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة وفقاً لمعايير المقياسين المعتمدة، ويعزو الباحثان تلك النتائج إلى طبيعة الفعالية الرياضية (العب القوي) كونها من الالعاب الفردية ومانتطلبه من اداء فردي، فضلاً عن طريقة التدريب والمناهج والوحدات التي يتلقاها اللاعب جعلته اكثر صلابة واكثر قدرة في تحمل ومواجهة العقبات والمشكلات التي تتعرضه، واثارة قدراته الكامنة في جميع المواقف التنافسية الضاغطة وهذا ما يجعل اللاعب اكثر فعالية في مواجهتها كونه يتعامل مع مصادر الضغط بصورة مباشرة، وهذا يتفق مع راي (راتب, 2004) " في كون الالعاب الفردية تنتم فيها بعض الصفات والخصائص التي تعزز لدى اللاعبين قدراتهم على مواجهة الضغوط والمثابرة والكفاح والكفاءة من خلال العمل على دعمهم وتحرير كل ما يمتلكون من طاقة وامكانيات لبذل اقصى جهد والوصول الى المستوى الذي ينشده اللاعب لنفسه ". (راتب, 2004, 52)

وهذا ما يشير اليه أيضا (البطش, 2018) " ان الصلابة النفسية تؤثر في تفكير الفرد وإدراكه للأحداث الضاغطة فهي توجهه الى التفكير بطريقة إيجابية معتقداً بقدرته في مواجهة الأحداث



الضاغطة فتتغير نظرتة وتصبح أكثر واقعية بالنسبة للأحداث الضاغطة، وهنا يكتسب الفرد خبرة تجعله ينظر للأحداث بأنها فرصة للنمو والتطوير ". (البطش، 2018، 30)

ويعزو الباحثان النتائج التي تم التوصل اليها في متغير التوجه نحو المنافسة، إلى تفاؤل اللاعبين وميلهم إلى الكفاح من أجل تحقيق الانجاز، كون اللاعبين لديهم امكانيات وقدرات واستعدادات لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية وتحقيق نتائج ايجابية، وهذا يتفق مع (الحيالي وآخران، 2018) ان الرياضي يتفاعل عندما يتوقع النجاح في تحقيق الرغبات المستقبلية، ولهذا نلاحظ بان اللاعبين ذوي التفاؤل او التوجه المرتفع يكونون اكثر ايجابية في تفكيرهم فيما يخص انفسهم واحداث المنافسات والبطولات وظروفها والبيئة التي يعيشون فيها، وهم يركزون على النجاح والتوافق السليم، وهم اكثر ايمانا بإمكانية وصولهم لغاياتهم وتحقيق طموحاتهم ولديهم فرص كبيرة في الوصول إلى اهدافهم.(الحيالي واخران، 2018، 162)

2-3 عرض نتائج التعرف الى العلاقة بينالدرجة الكلية لمقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى عينة البحث :

قام الباحثان بايجاد العلاقة بين الدرجة الكلية لمقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة، وذلك من خلال حساب معامل الارتباط البسيط (لبيرسون) بين درجتى المقياسين، وكما مبين في الجدول (3).

### الجدول (3)

يبين معامل الارتباط البسيط (لبيرسون) بين الدرجة الكلية لمقياسي الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى عينة البحث

المؤشرات الاحصائية	العينة	قيمة المحتسبة (R)	قيمة (sig)
الصلابة النفسية	40	*0,409	0,000
التوجه نحو المنافسة			

\*معنوي عند مستوى معنوية (0,05) وبدرجة حرية (ن-2)= 38 وقيمة (R) الجدولية (0,304)

يتبين من الجدول (3): انه تم استخدام معامل الارتباط البسيط (R) لمعرفة العلاقة بين المتوسطات لمقياس الصلابة النفسية ومقياس التوجه نحو المنافسة، اذ بلغت قيمة (R) المحتسبة (0,409)، وبلغت قيمة مستوى الاحتمالية (0,000)، وهي قيمة اصغر من قيمة مستوى المعنوية (0,05)، مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية بين المقياسين.

ويعزو الباحثان النتائج التي توصل اليها بوجود علاقة ارتباط بين الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة الى ان لاعبي العاب القوى يبذلون جهودا كبيرة واضافية نحو تحقيق الاهداف التي وضعوها لأنفسهم، فضلاً عن توجيه سلوكهم في ان يكونوا الافضل من خلال مواجعتهم للأحداث



الضاغطة، وهذا يتفق مع (المفرجي, 2008) " ان الفرد الذي يواجه الاحداث ويحاول تغييرها باستمرار نحو الافضل هو شعور ايجابي يتسم بالتفاؤل, فضلا عن كونه محفزا في بيئته ودافعا قويا له نحو الانجاز ". (المفرجي, 2008, 23)

#### الفصل الرابع

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-4 الاستنتاجات :

1. يتميز لاعبو العاب القوى في العراق بأنهم يمتلكون الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة.
2. توجد علاقة ارتباط ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية والتوجه نحو المنافسة لدى عينة البحث.

##### 2-4 التوصيات:

1. ضرورة تنظيم الية العمل في الاندية الرياضية وفق توقيتات زمنية محددة ومخطط لها مسبقا وتنفيذها والالتزام بها من قبل القائمين على العملية التدريبية.
2. ضرورة تعزيز الحالة النفسية للرياضي من خلال برامج ارشادية تهدف الى زيادة الوعي وتحمل المسؤولية ومن ثم زيادة دافعيته نحو الانشطة الرياضية المختلفة بصورة فعالة.
3. ضرورة توفير المعسكرات التدريبية الخارجية لزيادة قدرات اللاعبين والتحدي في المنافسات ومن ثم تحقيق الانجاز.

#### المصادر

1. الاطرقي، محمد علي ( ١٩٨٠): " الوسائل التطبيقية في الطرق الإحصائية "، دار الطليعة للطباعة والنشر، الطبعة (1) ، بيروت
2. البطش، إسلام محمد علي (2018): " فاعلية برنامج ارشادي نفسي ديني لرفع مستوى الصلابة النفسية لدى زوجات الشهداء "، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية، الجامعة الإسلامية بغرة.
3. حسين، اياد منصور ومنصور، فاضل دحام (2012): " دراسة مقارنة للتوجه نحو المنافسة بين اللاعبين المتقدمين بكرة القدم وكرة السلة "، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد (2)، المجلد (5)، جامعة ديالى.
4. حكيم، حمزاوي (2014): " الثقة بالنفس والتوجه نحو المنافسة الرياضية وعلاقتها بمستوى أداء الفريق الوطني الجزائري لكرة القدم "، أطروحة دكتوراه منشورة، معهد التربية البدنية والرياضية - سيدي مجد عبد الله- زرادة، جامعة الجزائر.
5. الحياي، علي عبد الاله واخران (2018): التفاؤل الرياضي والطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي للاعبين كرة السلة، مجلة الثقافة الرياضية، العدد (8)، المجلد (1)، جامعة تكريت.



6. راتب، اسامة كامل (2004): " تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي "، دار الفكر العربي ، القاهرة.
7. العجيلي، صباح حسين وآخرون (1990): " التقويم والقياس "، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر، بغداد.
8. علاوي، محمد حسن (1998): " موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين "، دار الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
9. عمر، محمد صبري واخران (2001): " الاحصاء التطبيقي التربية البدنية والرياضية "، الطبعة (2)، مصر.
10. غفوري، حكمت عبد العزيز (2012): " دراسة مقارنة في الصلابة النفسية بين لاعبي دوري النخبة بكرة القدم لأندية بغداد "، مجلة العلوم الرياضية، العدد (2)، المجلد (4)، جامعة ديالى.
11. فاتح، لوم التربية، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة.
12. المفرجي، سالم محمد (2008): " الصلابة النفسية والامن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة ام القرى بمكة المكرمة "، بحث منشور في مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية، العدد (19)، جامعة مينا.
13. نعمة، محمد وآخرون (2016): " الذكاء الانفعالي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى أطباء مستشفى الديوانية "، بحث منشور، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة القادسية.

## الملحق (1)

## مقياس الصلابة النفسية

ت	الفقرة	دائما	احيانا	ابدا
1	هناك التزام واضح بتنفيذ رسالة الفريق وأهدافها.			
2	استثمر امكانياتي بطريقة مسؤولة تجاه زملائي.			
3	اسعى إلى أخذ زمام المبادرة في مجال استحداث اهداف لنفسي كلاعب.			
4	الجا إلى تحمل المخاطرة بعد الهزيمة التي انا سببها.			
5	أجد الحلول المناسبة لي اثناء المنافسة الرياضية.			
6	ارى انخفاض مستوى ادائي الفني سبب هزيمتي في المنافسة.			
7	أظهر التزاما تاما بالأنظمة والتعليمات الصادرة من فريقي الرياضي.			
8	امتلك القدرة في المحافظة على وزني.			
9	اشعر بالانسجام مع زملائي داخل الفريق في المنافسة.			
10	هناك جهد واضح من قبلي في دعم فريقي وزملائي من اجل الفوز في المنافسات.			

11.	اتقبل المبادرات الجديدة وإن كانت نتائجها غير مضمونة العوائد.
12.	احاول ان لا أشعر بالقلق في اثناء المنافسة.
13.	هناك التزام مستمر من قبلي في الحضور مواعيد التدريبات قبل الموعد المقرر.
14.	تقبل الهزيمة في المباراة يشكل عنصراً جوهرياً في استراتيجيتي لتحقيق النجاح.
15.	توجد روح التعاون بيني وبين زملائي داخل النادي.
16.	أشعر بالرغبة والاستعداد في مواجهة المنافس.
17.	اركز في التمارين لغرض الفوز في المنافسة.
18.	لدي القدرة على التخطيط للتحكم في احداث المنافسة لتحقيق الانجاز الرياضي.
19.	استطيع تلبية احتياجات فريقي للتغلب على ضغوط المنافسة بما يفوق توقعاتهم.
20.	اعمل على إدامة السلوك القويم لأكون قدوة لغيري من اللاعبين في النادي.
21.	التعامل الأخلاقي هو السمة المميزة لعلاقتي مع زملائي في النادي.
22.	استسهل مواجهة الخصم في المنافسة.
23.	ان سبب هزيمتي في اي منافسة ترجع لأسباب خاصة بي.
24.	اسعى للتأثير على زملائي في المنافسة لتعزيز وجودي .
25.	امتلك القدرة للأفاق على علاجي عند اصابتي
26.	ينتابني الخوف من الإصابة في المنافسة.
27.	اشعر اني اتحمل المسؤولية اتجاه زملائي واقدم النصح والمشورة لهم.
28.	اتحمل مسؤولية القرارات التي تصدر عني.
29.	أستطيع التعبير عن آرائي الشخصية داخل فريقي الرياضي.

## مقياس التوجه نحو المنافسة

ت	العبارات	اوافق	اوافق بشدة	غير موافق	غير موافق بشدة
1.	أتوقع الفوز في الكثير من المنافسات الرياضية.				
2.	أنا لا أ غضب بسرعة أثناء المنافسة الرياضية.				
3.	إذا كانت هناك أمور سيئة يمكن أن تحدث في المنافسة الرياضية فإنها سوف تحدث.				
4.	أنظر للجانب الإيجابي بالنسبة للمنافسات الرياضية.				
5.	أنا متفائل بالنسبة لأدائي في المنافسات الرياضية.				



				أحاول أن أرتقي بمستواي الرياضي .	6.
				أقضي وقت فراغي في التفكير في المنافسة الرياضية القادمة.	7.
				أتوقع بعدم فوزي في المنافسة الرياضية التي أشترك فيها.	8.
				في المنافسة الرياضية لا تسير الأمور دائماً بالصورة التي أتمناها.	9.
				أهتم بصورة واضحة بمعرفة كل شيء عن المنافسين الآخرين.	10.
				أعتقد إن كل هزيمة تمر بي في المنافسات الرياضية عبارة عن حالة لا تستمر طويلاً .	11.
				في الكثير من المنافسات الرياضية لا أتوقع الفوز .	12.