

“المناعة النفسية وعلاقتها بالتردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الفني جلوس”

¹الدكتور / إبراهيم على الأنصاري

المقدمة ومشكلة البحث:

خطوات نجاح أي نشاط رياضي في أي مجتمع، يجب أن يتبع الأسلوب المناسب والصحيح الذي يهدف أساساً إلى الارتقاء بهذا النشاط ويصبح الامتداد الفعلي لممارستها وصولاً إلى أعلى المستويات من خلال الأساليب التدريبية والطرائق العلمية المستخدمة في جميع متطلبات ذلك النشاط، بما في ذلك الاستخدام المناسب للصفات البدنية والحركية والنفسية والاجتماعية.

وتعد لعبة الكرة الطائرة من أكثر الألعاب الجماعية التي تحقق فرص الممارسة والمنافسة والترويح، مما جذب إليها أنظار العالم من الأطفال والشباب وكبار السن من الجنسين وذلك لما تتميز به من إثارة ومهارات فنية ذات طابع مميز وخاص، ولقد نالت اهتمام الباحثين فحظيت بنصيب وافر من الأبحاث العلمية في المجال الرياضي بهدف تطوير القدرات البدنية والمهارية والخططية للاعبين للوصول بهم إلى أفضل المستويات. (64:5)

وفي هذا الصدد يشير " سعد الجميل " (2006) أن الكرة الطائرة في بداية ظهورها استخدمت كلعبة ترويحوية للحفاظ على مستوى اللياقة البدنية للاعبي ألعاب القوى وقضاء وقت الفراغ وفي بداية القرن السابق تحولت لعبة الكرة الطائرة من جانبها الترويحوي إلى لعبة المسابقات ، إذ أن بعض من شعوب آسيا طورت قانون في مجال الكرة الطائرة بما يتناسب مع مواصفاتهم الجسمانية من حيث ارتفاع الشبكة وعدد اللاعبين داخل الملعب ، كما تطور قانون الكرة الطائرة في الولايات المتحدة والمكسيك من حيث قاعدة الدوران للاعبين وهكذا استمرت لعبة الكرة الطائرة بالتطور إلى أن وصلت للقانون الحالي للعبة (10 : 51) .

ورياضة الكرة الطائرة جلوس هي أحد الرياضات التي اشتقت من رياضة الكرة الطائرة والتي أعدت خصيصاً ليمارسها الأشخاص المعاقين حركياً بخلل حركي (بتر - شلل) في احد الرجلين أو كلاهما معاً وقد وضعت قوانين خاصة بتلك الرياضية لتتناسب مع طبيعة تلك الإعاقة وهي رياضة مدرجة على جدول الألعاب الاولمبية البارالمبية. (1:6)

والكرة الطائرة (جلوس) نشاط ترويحوي تنافسي يمارسها المعاقين بدنياً (شلل وبتر) من وضع الجلوس على المقعدة بهدف شغل وقت فراغهم او المنافسة وتحقيق البطولات وهى من الالعاب التي يقبل عليها الكثير من المعاقين لما لها من خصائص تميزها عن غيرها من الالعاب الاخرى والتي منها عدم

¹ أستاذ مشارك - كلية التربية الأساسية - قسم التربية البدنية - الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب - دولة الكويت.

الاحتكاك المباشر مع الفريق الخصم وهي اليوم تمارس كنشاط تنافسي على المستوى المحلي والأفريقي والدولي (الأولمبي والعالمي) كما انها تمارس في الاندية والمراكز التابعة للمجلس الاعلى للشباب والرياضة بجميع المحافظات ويشرف عليها الاتحاد المصري لرياضات المعاقين. (8:7)

ولقد اصبحت نقص الامكانيات البشرية والمادية مطلباً أساسياً لممارسة غالبية الأنشطة الرياضية عامة والكرة الطائرة بشكل خاص بل مجملها بدليل أنه لا يمكن ممارسة أي نشاط رياضي إلا بتوفر الإمكانيات الرياضية سواء كانت منشأة رياضة أم أداة رياضية. (94:4)

تميزت البحوث الحديثة بإيجاد علاقات بين الجوانب النفسية والأداء المهارى من خلال تفاعل اللاعب مع بيئته الرياضية يؤثر فيها وتؤثر فيه، وهذا التفاعل لا يقتصر على مجرد الاستجابة للمواقف الرياضية المتعددة فحسب بل يمتد إلى تحسين الأداء المهارى للاعبين والوصول بهم إلى المستويات العليا، إذ لابد من التأكيد على الجوانب النفسية لما لها من تأثير فعال خاصة في الألعاب الفردية والتي تحتاج إلى تركيز عالٍ معتمدة في ذلك على قدرات اللاعب الفردية، او الجماعية والتي تتضمن أداء سلاسل من الحركات مختلفة حيث تجمع بين القوة والمرونة والسرعة والبراعة، مما يجعلها من أكثر الرياضات تأثراً بالنواحي النفسية للاعبين وخاصة الأداء الحركي على أجهزة تتطلب جرأة وشجاعة وتركيز ودقة عالية كجهاز عارضة التوازن. (64:11)

ويتميز العصر الحالي بأنه عصر الضغوط النفسية والقلق، الأمر الذي يتطلب من جميع القائمين على الرياضة الإهتمام بمواجهة الضغوط النفسية والعوامل المسببة لها، والتصدي لها من خلال مساعدة اللاعب على التكيف مع الواقع الذي نعيش فيه وصولاً به إلى الصحة النفسية السليمة. (16 : 9)(61:19)

الى أن إمكانية تحقيق التفوق الرياضي والأداء المميز لا يتحقق من خلال توافر الجوانب البدنية والمهارية والخططية فقط بل أيضاً لابد من توافر الجوانب النفسية. (78 : 24)

وأن علم النفس الرياضي من العلوم الضرورية للنهوض بعملية التعليم والتدريب والمنافسة ويظل العامل النفسي هو المتغير الحاسم في الأداء الرياضي، فقد أكدت البحوث والدراسات النفسية الحديثة على أن الإخفاقات الرياضية وعدم الحصول على نتائج رياضية مرجوة ترجع إلى عوامل وأسباب نفسية كثيرة، الأمر الذي يدعوا للإهتمام بهذا الجانب في التعليم والتدريب والتحليل. (17 : 115)(61:20)

ويعد التردد النفسي صفة من الصفات النفسية المهمة التي تلعب دوراً أساسياً وفعالاً في التحكم والسيطرة على الأداء الرياضي، والذي يؤثر بدوره في مستوى الإنجاز، فهو لا يصاحب الفرد الرياضي في

جميع الأوقات وإنما يظهر مع الأداءات المختلفة الصعوبة والتي تتطلب الحسم في تحديد القرار بالأداء المطلوب أو بتركه. (23: 109)

لذا يعتبر التردد النفسي من الحالات المهمة التي تلعب دوراً فعالاً في التحكم في الإنجاز الرياضي، ومن الجوانب الأساسية في تعليم وتدريب المهارات الحركية، لأن الإعداد النفسي الجيد يساهم في التغلب على الكثير من الإنفعالات والصراعات والأزمات النفسية التي يمر بها اللاعب أو التي يتعرض لها خلال أجواء المنافسات العالية وتعلم المهارات الصعبة. (28 : 111)

كما يشير Beth Athanas (2000م) أن التردد النفسي "Frequency psych" هو سبب كثير من حالات الفشل في المجال الرياضي ويمكن أن تكون أسباب هذا التردد في اللاعب نفسه أو قد تكون من مصادر خارجية، واللاعب دائماً يحتاج إلى تأكيد ذاته وهذا التأكيد يأتي من خبرات النجاح التي يحصل عليها من خلال تزايد ثقته بنفسه ولكن اكتساب الثقة بالنفس ليس بالعمل السهل فأساسه المزاج النفسي الإيجابي الذي يعد مقدمة أسباب تفاؤله. (18: 13)

ويعرف جولد دي "Gould, D" (2004م) التردد النفسي بأنه حالة نفسية يوصف بها الرياضي عندما لا يستطيع الأداء لأسباب مختلفة كالخوف وعدم الثقة بالنفس أو الملل. (21: 145)

ويذكر جون لوفكويك John Lefkowitz (2013) إلى ضرورة إعداد اللاعبين للتنافس من خلال تعبئة طاقته بأقصى مستوى، فالمهارات النفسية تلعب الدور الأكبر أثناء التنافس. (28: 89) ويشير جولد McKenna, (2010) على أن المناعة النفسية هي الأهم في تحقيق الإنجاز الرياضي. (26: 293)

ويضيف جيمس لوهر Jimes Loehr (2003م) إلى أن المدربين والرياضيين يؤكدوا على أن المهارات النفسية التي تعكس المناعة النفسية تساهم بنسبة لا تقل عن 50% في تحقيق الانجاز الرياضي. (22: 52)

ويرى "إبراهيم عبد الحميد" (2010) إلى إنها أقصى مستوى نفسي طبيعي أو متطور نستطيع الوصول إليه، وهي تكسب الرياضيين قدرة على التحمل مقارنة بمنافسيهم أثناء التنافس الرياضي أو التدريب أو أسلوب الحياة، وذلك من خلال تطوير التركيز والثقة والثبات تحت ضغط. (1: 209)

وتشير حنان درع (2017م) أن المناعة النفسية هي القدرة على ثبات الأداء المثالي عندما تشتد ضغوط المنافسة، وهذه تتطلب تقنية جيدة ومهارات نفسية وتضيف إلى أن عدم ثبات الأداء أثناء المنافسات يعزى بالدرجة الأولى إلى المتغيرات النفسية والتي يأتي في مقدمتها محددات الصلابة العقلية،

فالألعاب الذي يمتلك الصلابة العقلية يستطيع أن يؤدي بثبات، مع مراعاة أن الصلابة العقلية سمة مكتسبة وليست وراثية. (29: 9)

أن المناعة النفسية هي الحافة النفسية الطبيعية التي تمكن المبارز من الأداء بثبات وأفضل من منافسيه مع الاحتفاظ بالثقة والمرونة والتحكم والتركيز والتصميم تحت ضغط. (3: 209)

ويرى "إبراهيم عبد ربه" (2006م) إلى أن المناعة النفسية تعنى الوصول إلى الأداء المثالي والأقصى بغض النظر عن ظروف التنافس ويضيف أن مشكلات الصلابة العقلية نستطيع اكتشافها بسهولة في المجال الرياضي (2: 209)

ويرى الباحث ان أعداد اللاعبين في المجال الرياضي رأس مال أي مجتمع متحضر وذلك من خلال توظيف مجال التدريب الرياضي للارتقاء بالمستوى الرياضي لأنه يحتوى على جوانب هامة تشكل مع بعضها سلسلة قوية من الوحدات لا يتم احدها بصورة منفردة بل يمكن تحقيق أفضل النتائج للحصول على المراكز الأولى في المحافل الرياضية والبطولات الاولمبية من خلال العمل ككل أو كوحدة واحدة هذا الانجاز ما هو إلا حصيلة جهود كثيرة وعمليات معقدة لذلك فان نتائج التدريب لن تتحقق دون أن يكون هناك تخطيط علمي متكامل وتنظيم واضح يحدد المستويات والواجبات والأدوار إضافة إلى ضرورة وجود الموارد المالية التي تسمح بتنفيذ الخطط والبرامج الموضوعية على أكل وجه وان لفئة المعاقين جلوس طبيعة خاصة في حجب الإعاقة عن ممارسة الأنشطة بكفاءة عالية الامر الذي يؤثر نفسيا على مستواهم البدني والصحي هذا ما دفع الباحث الى التعرف على الخصائص النفسية التي قد تؤثر على فئة المعاقين جلوس في الكرة الطائرة والمحاولة في تحسينها وادماجهم في أوجه الأنشطة الرياضية بدولة الكويت.

هدف البحث

استهدفت الدراسة التعرف على المناعة النفسية وعلاقتها بالتردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الفني جلوس.

تساؤلات البحث

- ما هو مستوى المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة الفني جلوس؟
- ما هو مستوى التردد لدى لاعبي الكرة الطائرة الفني جلوس؟
- هل توجد علاقة بين المناعة النفسية والتردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الفني جلوس؟

بعض المصطلحات الواردة في البحث

الكرة الطائرة (جلوس)

نشاط ترويحي تنافسي يمارسها المعاقين بدنياً (شلل وبتر) من وضع الجلوس على المقعدة بهدف شغل وقت فراغهم او المنافسة وتحقيق البطولات وهى من الالعاب التي يقبل عليها الكثير من المعاقين لما لها من خصائص تميزها عن غيرها من الالعاب الاخرى (8:18)

المناعة النفسية:

قدرة الفرد على التخلص من أسباب الضغوط النفسية والإحباط والتهديدات والمخاطر والأزمات النفسية عن طريق التحصين النفسي بالتفكير الإيجابي وضبط الانفعالات والابداع وحل المشكلات وزيادة فاعلية الذات وتركيز الجهد نحو الهدف وتحدي الظروف وتغييرها والتكيف مع البيئة. (64:10)

التردد النفسي

أن التردد النفسي صفة نفسية تنتاب الرياضي في أوقات معينة دون غيرها خلال الأداء فهي يختلف من رياضة لأخرى. (61:26)

خطوات إجراءات البحث

منهج البحث

أستخدم الباحث المنهج الوصفي للدراسات الوصفية وذلك نظرا لطبيعة البحث وتحقيقا لأهدافه وتساؤلاته.

مجتمع وعينة البحث

أشتمل مجتمع البحث على لاعبي الكرة الطائرة جلوس بأندية الكويت للموسم (2021م-2022) وقد استخدم الباحث لاعبي الكرة الطائرة للمعاقين جلوس من نادي الكويتي للمعاقين.

أدوات وأجهزة جمع البيانات:

أولاً: الأدوات الخاصة بالجانب النفسي:

مقياس التردد النفسي للاعبي الكرة الطائرة جلوس.

- أولاً: خطوات بناء مقياس التردد النفسي للاعبي الكرة الطائرة جلوس:

- قام الباحث بالاطلاع على المراجع العلمية المتخصصة في مجالات علم النفس العام، علم النفس التربوي، علم النفس الرياضي لمراجعة الأطر النظرية لتصميم مقياس التردد النفسي. (4)، (30)، (32)
- من خلال الاستعراض النظري لتلك المقاييس أمكن التوصل إلى تحديد (10) عوامل للتردد النفسي وهما: (الثقة بالنفس - الثبات الانفعالي - التوتر النفسي - الشجاعة - الجرأة - الحالة التدريبية - دافعية التدريب - السمات الشخصية - الدافعية - تركيز الانتباه).

- تم عرض هذه العوامل (10) على السادة الخبراء المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي ومجال الجمناز لإبداء الرأي في مدى مناسبة تلك العوامل أو عدم مناسبتها أو إضافة عوامل أخرى أو تعديل أي منها. مرفق (3)، مرفق (4)

- بعد عرض العوامل السابق ذكرها على مجموعة الخبراء تم حذف العوامل الآتية (الدافعية - التوتر النفسي - الشجاعة - السمات الشخصية) وقام الباحث بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل عامل من

العوامل المتفق عليها من جانب مجموعة الخبراء وهي: (الثقة بالنفس - الثبات الانفعالي - الجرأة - الحالة التدريبية - تركيز الانتباه - دافعية التدريب) وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري لكل عامل.

- وقد استخدم الباحث طريقة ليكرت لتصميم وتصحيح المقياس وذلك بوضع جميع العبارات في قائمة تحتوي على ميزان تقدير ثلاثي متدرج للإجابة عليه وأيضاً لم يقم الباحث بتحديد زمن للإجابة.

- تمثل درجات المقياس مجموع الدرجات التي تحصل عليها اللاعب للإجابة على جميع العبارات حيث يتم حساب درجات المقياس من خلال استجابة من أربعة اختيارات ذات قيمة عددية (4، 3، 2، 1) لكل عبارات المقياس حيث تحسب الدرجة كما يلي:

جدول (1)
ميزان التقدير لمقياس التردد النفسي

نوع العبارات	موافق بشدة	موافق	غير موافق	غير موافق بشدة
عبارات إيجابية	4	3	2	1
عبارات سلبية	1	2	3	4

- استطلاع رأي الخبراء حول تحديد عوامل التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس.

- عرض عبارات كل بُعد من أبعاد مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس في صورته الأولية على مجموعة من الخبراء بهدف تحديد العبارات المناسبة وكذلك التأكد من صياغتها وميزان التقدير المناسب للعبارات، مع إضافة ما يروونه مناسباً ولم يتناوله الباحث.

- وعليه فقد بلغ عدد عبارات المقياس 40 عبارة تقيس 6 عوامل للتعرف على أثر التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس والتي تتضح بالجدول التالي رقم (3).

جدول (3)

مجموع وأرقام العبارات الإيجابية والسلبية لمقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس

م	العوامل	أرقام العبارات		المجموع
		الإيجابية	السلبية	
1	الثقة بالنفس	31-19-13-1	25-7	6
2	الثبات الانفعالي	32-26-20-14-2	8	6
3	الجرأة	33-15-9-3	27-21	6
4	الحالة التدريبية	34-16-10-4	28-22	6
5	تركيز الانتباه	29-23-11-5	38-35-17	7
6	دافعية التدريب	40-39-37-36-24-18-12-6	30	9
المجموع الكلي		29	11	40

تتم الاستجابة على عبارات المقياس بأحد الاختيارات التالية: موافق بشدة - موافق - غير موافق - غير موافق بشدة، كبداية للإجابة على عبارات المقياس، حيث أن مدى مقياس التقدير المكون من أربع نقاط مناسب تمامًا لينتج تشتتًا كافيًا للتقديرات ويعكس الفروق الفردية بين اللاعبين وذلك بهدف التمييز بين أفراد العينة، ويحصل المفحوص على (1-2-3-4) على الترتيب للعبارة المصاغة في الاتجاه الإيجابي، أما بالنسبة للعبارات السلبية فيتم عكس ذلك حيث يحصل المفحوص على (1-2-3-4) على الترتيب، ويحتوي المقياس على 29 عبارة إيجابية و 11 عبارة سلبية، وللمقياس درجة كلية تتراوح ما بين 160 درجة كحد أقصى و 40 درجة كحد أدنى، مع ملاحظة أن درجة المقياس الكلية عكسية بمعنى أن زيادة درجة اللاعب واقتربها من الحد الأقصى (160) درجة تدل على أن اللاعب لديها تردد نفسي منخفض والعكس صحيح كلما قلت درجة اللاعب واقتربها من الحد الأدنى (40) درجة كلما دل ذلك على أن اللاعب لديها تردد نفسي عالي.

التحليل السيكمومتري للمقياس:

المعاملات العلمية:

أولاً: الصدق:

أستخدم الباحث طريقتين لحساب صدق المقياس:

1- صدق المحتوى. 2- صدق الاتساق الداخلي.

أولاً: صدق المحتوى:

- قام الباحث بعرض المقياس على (7) سبعة أستاذاً من أساتذة علم النفس)، حيث بين لهم الباحث الهدف من الدراسة ووضع تعريفاً للمقياس وكذلك تعريفاً لكل بُعد من أبعاد المقياس ومجموع العبارات التي تندرج تحت ذلك البُعد، وكذلك الحكم على كل عبارة من حيث:
- مدى ملائمة العبارة لمقياس البُعد.
 - مدى مناسبة الصياغة اللغوية لكل عبارة وإذا كان هناك تعديل.
 - أي تعديلات أو اقتراحات يراها المحكم.

تم تحديد نسبة 70% من آراء المحكمين لكل عبارة حتى تظل في المقياس وقد حصلت جميع العبارات على ما لا يقل عن نسبة 70% من آراء المحكمين وقد أخذ الباحث بما اقترحوه من تعديلات داخل العبارات لكي تلائم أبعاد المقياس حتى وصل المقياس للصورة النهائية له. مرفق (7، 8)

ثانياً : صدق الاتساق الداخلي:

للتحقق من صدق المقياس قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس وذلك بتطبيق المقياس على عينة عشوائية قوامها (8) لاعبين من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية للبحث وتم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي إليه وكذلك معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بُعد والدرجة الكلية للمقياس والجداول (4 ، 5) توضح ذلك.

جدول (4)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس والدرجة الكلية للبُعد الذي تمثله

معاملات الارتباط بين كل عبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه									الأبعاد
1	7	13	19	25	31	-	-	-	الثقة بالنفس
.981*	.832*	.759*	.709*	.679*	.987*	-	-	-	
2	8	14	20	26	32	-	-	-	الثبات الانفعالي
.811*	.657*	.833*	.689*	.833*	.813*	-	-	-	
3	9	15	21	27	33	-	-	-	الجرأة
.781*	.960*	.744*	.760*	.967*	.781*	-	-	-	
4	10	16	22	28	34	-	-	-	الحالة التدريبية
.868*	.758*	.747*	.706*	.694*	.758*	-	-	-	
5	11	17	23	29	35	-	-	-	تركيز الانتباه
.765*	.700*	.741*	.795*	.698*	.875*	-	-	-	
6	12	18	24	30	36	37	39	40	دافعية التدريب
.899*	.765*	.841*	.699*	.840*	.851*	.782*	.711*	.857*	

قيمة (ر) الجدلية عند مستوى (0.05) = 0.666

يتضح من جدول (4) ما يلي:

- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بُعد الثقة بالنفس والدرجة الكلية للبُعد ما بين $(-0.679^* - 0.987^*)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبُعد.
- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بُعد الثبات الانفعالي والدرجة الكلية للبُعد ما بين $(-0.657^* - 0.833^*)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبُعد.
- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بُعد الجرأة والدرجة الكلية للبُعد ما بين $(-0.744^* - 0.967^*)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبُعد.
- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بُعد الحالة التدريبية والدرجة الكلية للبُعد ما بين $(-0.694^* - 0.868^*)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبُعد.
- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بُعد تركيز الانتباه والدرجة الكلية للبُعد ما بين $(-0.698^* - 0.875^*)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبُعد.
- تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات بُعد دافعية التدريب والدرجة الكلية للبُعد ما بين $(-0.699^* - 0.899^*)$ وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للبُعد.

جدول (5)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لأبعاد مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس والدرجة الكلية للمقياس

م	أبعاد المقياس	معامل الارتباط
1	الثقة بالنفس	0.669^*
2	الثبات الانفعالي	0.706^*
3	الجرأة	0.816^*
4	الحالة التدريبية	0.798^*
5	تركيز الانتباه	0.859^*
6	دافعية التدريب	0.673^*

قيمة (ر) الجدلية عند مستوى $(0.05) = 0.666$

يتضح من جدول (5) أنه تراوحت معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس ما بين (0.669^* : 0.859^*) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على صدق المقياس.
ثانياً: معامل الثبات:

لحساب ثبات المقياس استخدم الباحث الطريقتين التاليتين:

1- طريقة إعادة التطبيق. 2- طريقة التجزئة النصفية.

أولاً : طريقة إعادة التطبيق:

- للتأكد من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام طريقة إعادة التطبيق وذلك بتطبيق المقياس على عينة قوامها (8) لاعبين من مجتمع البحث ومن غير العينة الأساسية وبفاصل زمني قدره (15) خمسة عشر يوماً بين التطبيقين الأول والثاني وتم حساب معاملات الارتباط بين التطبيقين والجدول (6) يوضح ذلك.

- قام الباحث بإجراء معامل ثبات مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس في المهارة قيد البحث على عينة قوامها (8) لاعبين، واستخداماً لطريقة التجزئة النصفية تم إجراء معامل الارتباط بين العبارات الفردية، العبارات الزوجية للوصول إلى ثبات نصف الاختبار، ثم استخدام معامل سبيرمان براون للحصول على الثبات الكلي للمقياس.

جدول (6)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول وإعادة التطبيق لبيان معامل الثبات لمقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المعاملات الإحصائية أبعاد المقياس
	ع±	س	ع±	س	
.843*	2.96	19.25	2.73	19.00	الثقة بالنفس
.907*	1.77	19.63	1.60	19.00	الثبات الانفعالي
.896*	2.07	22.00	2.70	20.88	الجرأة
.841*	2.42	19.13	2.50	18.38	الحالة التدريبية
.986*	3.99	20.25	3.20	19.38	تركيز الانتباه
.826*	3.42	31.50	4.02	29.88	دافعية التدريب

* معنوي عند مستوى $0.05 = 0.666$

يتبين من جدول (6) وجود ارتباط ذو دلالة إحصائية بين التطبيق وإعادة التطبيق لأبعاد مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس قيد البحث وذلك عند مستوى معنوية 0.05 مما يشير إلى ثبات المقياس.

جدول (7)

معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس

المقياس	معامل الارتباط
التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس	.965*

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.666$

يتضح من جدول (7) معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس التردد النفسي للاعبين للاعبين الكرة الطائرة جلوس (.965*) وهو معامل ارتباط دال إحصائياً مما يدل على ثبات المقياس. ثانياً: التجزئة النصفية:

قام الباحث بإجراء معامل ثبات مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس علي عينة قوامها (8) لاعبين، واستخداماً لطريقة التجزئة النصفية تم إجراء معامل الارتباط بين العبارات الفردية، العبارات الزوجية للوصول إلي ثبات نصف الاختبار، ثم استخدام معامل سبيرمان براون للحصول علي الثبات الكلي للمقياس.

جدول (8)

معامل الارتباط باستخدام التجزئة النصفية لمقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس

معامل الارتباط النصفية	العبارات الزوجية		العبارات الفردية		المعاملات الإحصائية المحددات
	ع +	س /	ع +	س /	
.958*	6.481	61.00	5.756	65.500	مقياس التردد النفسي

*قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى الدلالة $0.05 = 0.666$

يتضح من جدول (8) ثبات مقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس حيث كانت درجة معامل الارتباط بطريقة التجزئة النصفية لسبيرمان وبراون (.958*) مما يدل علي وجود ارتباط عال بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية لمقياس التردد النفسي للاعبين الكرة الطائرة جلوس قيد البحث.

-مقياس المناعة النفسية (إعداد الباحث)

يهدف هذا المقياس إلى معرفة مدى مستوى المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس وينقسم المقياس إلى (10) ابعاد في صورته الأولية وتم عرض ابعاد المقياس المقترح على السادة الخبراء لبيان ارتباطها بالمناعة النفسية.

جدول (9)

آراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس المناعة النفسية المقترح

ن=10

م	المحاور	موافق	غير موافق	نسبة الاتفاق
1	التعامل مع الأحداث المؤلمة	10	-	%100
2	مقاومة الفشل	8	2	%80
3	التعبير عن الذات بصور إيجابية	10	-	%100
4	التعامل مع الزملاء	3	7	%30
5	التفكير الإيجابي	9	1	%90
6	القدرة على حل المشكلات	10	-	%100
7	تقدير الذات	9	1	%90
8	المبادرة الذاتية	9	1	%90
9	العلاقات الاجتماعية	2	8	%20
10	الثقة بالذات	9	1	%90

يتضح من جدول (9) وجود نسبة اتفاق الخبراء حول محاور مقياس المناعة النفسية لاعبي الكرة الطائرة جلوس حيث تراوحت نسبة اتفاق الخبراء من (20% الى 100%) وتم اعتماد المحاور التي اتفق عليها الخبراء بنسبة (80%) فما فوق وبذلك تم الإبقاء على (8) محاور واستبعاد محورين (4-9) وبذلك يتكون المحاور المكونة للمقياس (8) محاور أساسية.

2-اطلع الباحث على العديد من الدراسات والمراجع العلمية حول محاور وعبارات مستوى المناعة النفسية وتم تحديد عبارات مكونة لكل محور حيث ضم محور التعامل مع الأحداث المؤلمة (7) عبارات، مقاومة الفشل (7) عبارة، ومحور التعبير عن الذات بصور إيجابية (7) عبارات، واحتل محور التفكير الإيجابي (7) عبارات، ومحور القدرة على حل المشكلات (7) عبارات، وحصل محور تقدير الذات (7) عبارات، ومحور المبادرة الذاتية على (7) عبارات، ومحور الثقة بالذات (7) عبارات وتم عرض تلك العبارات على السادة الخبراء لتحديد مدى مناسبتها للمحور المكون لاستمارة قياس مستوى المناعة النفسية.

جدول (10)

أراء السادة الخبراء حول عبارات مقياس المناعة النفسية

ن = 10

التعامل مع الأحداث المؤلمة			مقاومة الفشل			التعبير عن الذات بصور إيجابية			التفكير الإيجابي		
م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة
1	10	%100	1	10	%100	1	9	%90	1	8	%80
2	9	%90	2	8	%80	2	6	%60	2	8	%80
3	9	%90	3	8	%80	3	8	%80	3	5	%50
4	5	%50	4	6	%60	4	8	%80	4	10	%100
5	8	%80	5	10	%100	5	8	%80	5	10	%100
6	8	%80	6	10	%100	6	5	%50	6	7	%70
7	5	%50	7	10	%100	7	10	%100	7	10	%100
القدرة على حل المشكلات			تقدير الذات			المبادرة الذاتية			الثقة بالذات		
م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة
1	10	%100	1	8	%80	1	5	%50	1	10	%100
2	8	%80	2	9	%90	2	10	%100	2	10	%100
3	8	%80	3	10	%100	3	5	%50	3	10	%100
4	10	%100	4	8	%80	4	10	%100	4	5	%50
5	6	%60	5	5	%50	5	9	%90	5	10	%100
6	6	%60	6	10	%100	6	8	%80	6	8	%80
7	10	%100	7	5	%50	7	8	%80	7	8	%80

يتضح من جدول (3) أنه انحصرت أراء السادة الخبراء من (50% إلى 100%) لعبارات مقياس المناعة النفسية وقد ارتضى الباحث نسبة (80% الى 100%) لقبول العبارات قيد البحث وبذلك تم استبعاد عبارات أرقام (4-7) لمحور التعامل مع الأحداث المؤلمة، وعبارة (4) لمحور مقاومة الفشل، وعبارات (2-6) لمحور التعبير عن الذات بصور إيجابية، وعبارات (3-6) لمحور التفكير الإيجابي، وعبارات (5-6) لمحور القدرة على حل المشكلات ، وعبارات (5-7) لمحور تقدير الذات ، وعبارات (1-3) لمحور المبادرة الذاتية ، ومحور عبارات (4) لمحور الثقة بالذات.

أ - حساب معاملات الصدق:

- صدق مقياس المناعة النفسية:

لإيجاد معامل الصدق لمقياس المناعة النفسية قام الباحث باستخدام طريقة معامل الارتباط بيرسون لكل عبارة من عبارات مقياس المناعة النفسية والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه وذلك في الفترة من 2021/2/10 كما في جدول (11)،(12)

جدول (11)

"معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات مقياس المناعة النفسية

والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه"

ن = 10

التعامل مع الأحداث المؤلمة			مقاومة الفشل			التعبير عن الذات بصورة إيجابية			التفكير الإيجابي		
م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة
1	0.780	دال	1	0.741	دال	1	0.745	دال	1	0.746	دال
2	0.840	دال	2	0.765	دال	2	---	---	2	0.762	دال
3	0.77	دال	3	0.716	دال	3	0.856	دال	3	---	---
4	---	---	4	---	---	4	0.847	دال	4	0.739	دال
5	0.685	دال	5	0.780	دال	5	0.765	دال	5	0.733	دال
6	0.772	دال	6	0.840	دال	6	---	---	6	---	---
7	---	---	7	0.77	دال	7	0.841	دال	7	0.733	دال
القدرة على حل المشكلات			تقدير الذات			المبادرة الذاتية			الثقة بالذات		
م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة	م	معامل الارتباط	الدالة
1	0.716	دال	1	0.746	دال	1	---	---	1	0.732	دال
2	0.766	دال	2	0.725	دال	2	0.765	دال	2	0.700	دال
3	0.746	دال	3	0.746	دال	3	---	---	3	0.691	دال
4	0.725	دال	4	0.725	دال	4	0.856	دال	4	---	---
5	---	---	5	---	---	5	0.847	دال	5	0.736	دال
6	---	---	6	0.777	دال	6	0.765	دال	6	0.754	دال
7	0.739	دال	7	---	---	7	0.762	دال	7	0.710	دال

قيمة (ر) الجدولية عند $0.05 = 632.0$

يتضح من جدول (11) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين مجموع الدرجات الكلية لمحاور مقياس المناعة النفسية كانت أكبر من قيمة (ر) الجدولية مما يدل على أن وجود ارتباط بين عبارات المقياس وبين محاور المقياس.

جدول (12)

معاملات الارتباط بين درجات كل محور لمقياس المناعة
النفسية والدرجة الكلية للمقياس

ن = 20

م	المحاور	عدد العبارات	معامل الارتباط	الدالة
1	التعامل مع الأحداث المؤلمة	5	0.84	دال
2	مقاومة الفشل	6	0.78	دال
3	التعبير عن الذات بصور إيجابية	5	0.73	دال
4	التفكير الإيجابي	5	0.72	دال
5	القدرة على حل المشكلات	5	0.75	دال
6	تقدير الذات	5	0.82	دال
7	المبادرة الذاتية	5	0.77	دال
8	الثقة بالذات	6	0.76	دال

قيمة (ر) الجدولية عند $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (12) أن معاملات الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 مما يدل على صدق المقياس لما وضع من أجله.

ب- حساب معاملات الثبات:

- ثبات مقياس المناعة النفسية للأطفال:

لإيجاد معامل الثبات لمحاور مقياس المناعة النفسية قام الباحث باستخدام طريقة "التجزئة النصفية" لإجابات عينة الدراسة بالنسبة لكل بُعد باستخدام معادلة سبيرمان - براون Spearman-Prawn, وجتمان Guttman لإيجاد معامل الارتباط بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية لكل مقياس وذلك في 2021/2/12 والجدول التالية توضح ذلك.

جدول (13)

معامل الثبات بالتجزئة النصفية لمحاور مقياس المناعة النفسية

ن = 300

م	عدد المحاور	عدد العبارات	التجزئة النصفية	
			سبيرمان	جتمان
1	التعامل مع الأحداث المؤلمة	5	0.75	0.69
2	مقاومة الفشل	6	0.87	0.85
3	التعبير عن الذات بصور إيجابية	5	0.72	0.75
4	التفكير الإيجابي	5	0.76	0.73
5	القدرة على حل المشكلات	5	0.75	0.72
6	تقدير الذات	5	0.74	0.81
7	المبادرة الذاتية	5	0.75	0.80
8	الثقة بالذات	6	0.72	0.75

قيمة (ر) الجدولية عند $0.05 = 0.632$

يتضح من جدول (13) أن معاملات الارتباط للمحاور بين نصفي المقياس قد تراوحت ما بين (0.72-0.87) بمعادلة سبيرمان - براون وقد تراوحت بين (0.69 - 0.85) بمعادلة جتمان مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

مفتاح تصحيح المقياس

تم حصر الاستجابات لعينة البحث بمقياس ثنائي (إيجابي - سلبي)

العبارات	غير موافق	موافق
العبارات	0	1

خطوات البحث:

أ. الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بأجراء دراسة استطلاعية لأدوات جمع البيانات حيث قام بتطبيقها على عينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية في الفترة من 10 / 2 / 2021 إلى 25 / 2 / 2021م وذلك بغرض التعرف على مدى مناسبتها وعلاقتها بالتطبيق على تلك العينة.

ب . تطبيق البحث:

بعد تحديد العينة واختبار أدوات جمع البيانات والتأكد من صدقها وثباتها قام الباحث بتطبيقها على جميع أفراد العينة قيد البحث وكانت فترة التطبيق من 28 / 3 / 2021 إلى 5 / 5 / 2021م.

ج . تصحيح استمارات الاستبيان:

بعد الانتهاء من التطبيق قام الباحث بتصحيح الاستمارات طبقاً للتعليمات الموجودة والموضحة سابقاً وبعد الانتهاء من عملية التصحيح قام الباحث برصد الدرجات وذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً .

الأسلوب الإحصائي المستخدم:

بعد جمع البيانات وجدولتها تم معالجتها إحصائياً ، ولحساب نتائج البحث استخدم الباحث الأساليب الإحصائية الآتية :

. النسبة المئوية.

. معامل الارتباط .

. الوزن النسبي.

وقد ارتضى الباحث مستوى دلالة عند مستوى (0.05) كما استخدم الباحث برنامج Spss لحساب بعض المعاملات الإحصائية.

عرض ومناقشة النتائج

جدول (14)

التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² للاعبين
الكرة الطائرة جلوس في مقياس التردد النفسي

ن=40

م	البعد	دائماً		أحيان		أبداً		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	كا ²
		ك	%	ك	%	ك	%			
1	الثقة بالنفس	20	50	5	12.5	15	37.5	97	85.62	17.62
2		15	37.5	7	17.5	18	45	96	81.36	12.63
3		10	25	20	50	10	25	101	84.36	17.39
4		15	37.5	15	37.5	10	25	109	81.32	18.32
5		10	25	25	50	5	12.5	115	84.00	18.62
6		10	25	25	50	-	-	125	79.36	16.52
1	الثبات الانفعالي	12	30	10	25	-	-	117	84.36	21.25
2		14	28	12	30	-	-	122	87.69	12.63
3		14	28	9	22.5	17	42.5	94	78.28	19.32
4		15	37.5	10	25	15	37.5	92	74.34	18.32
5		16	40	15	37.5	9	22.5	98	70.81	10.36
6		17	42.5	10	25	13	32.5	101	81.32	17.62
1	الجرأة	20	20	12	30	8	20	106	78.32	13.52
2		21	52.5	11	27.5	8	20	108	78.58	10.64

10.78	74.68	103	20	8	17.5	7	62.5	25		3
12.32	79.35	108	17.5	7	20	8	52.5	21		4
10.62	75.97	111	20	8	20	8	60	24		5
10.85	75.82	123	12.5	5	25	10	62.5	25		6
10.69	77.00	140	15	6	22.5	9	62.5	25	الحالة التدريبية	1
11.96	72.65	98	42.5	7	22.5	9	60	24		2
17.62	77.69	92	20	8	15	6	65	26		3
12.32	81.35	101	22.5	9	27.5	11	50	20		4
19.32	78.39	98	20	10	22.5	9	52.5	21		5
17.32	81.36	97	20	10	20	8	55	22		6
17.32	84.58	103	20	10	25	10	50	20		7
16.32	78.92	108	20	10	20	8	55	22	تركيز الانتباه	1
13.52	71.62	114	12.5	5	17.5	7	70	28		2
17.36	76.24	106	12.5	5	35	14	52.5	21		3
14.32	77.20	117	12.5	5	12.5	5	75	30		4
17.65	76.31	109	20	10	25	10	50	20		5
11.62	73.62	113	20	10	25	10	50	20		6
16.38	77.25	98	20	10	12.5	5	62.5	25	دافعية التدريب	1
14.62	71.32	97	22.5	9	25	10	52.5	21		2
13.52	79.32	92	7.5	3	22.5	9	70	28		3
11.62	91.58	98	32.5	13	25	10	42.5	17		4
12.68	94.25	100	30	12	20	8	50	20		5
12.85	88.21	102	22.5	9	25	10	52.5	21		6
10.34	87.36	124	7.5	3	30	12	62.5	25		7
10.47	74.52	118	10	4	35	14	55	22		8
11.65	78.31	94	17.5	7	30	12	52.5	21		9

قيمة كا2 الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 5.99$

يتضح من جدول (14) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا2 لأراء عينة البحث حول مقياس التردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

جدول (15)

التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² للاعبين الكرة الطائرة جلوس في مقياس المناعة النفسية

ن=40

م	البعد	دائما		أحيانا		أبدا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	كا ²
		ك	%	ك	%	ك	%			
1	التعامل مع الأحداث	20	50	5	12.5	15	37.5	97	85.62	17.62
2		15	37.5	7	17.5	18	45	96	81.36	12.63
3		10	25	20	50	10	25	101	84.36	17.39
4		15	37.5	15	37.5	10	25	109	81.32	18.32
5		10	25	25	50	5	12.5	115	84.00	18.62
1	مقاومة الفشل	10	25	25	50	-	-	125	79.36	16.52
2		12	30	10	25	-	-	117	84.36	21.25
3		14	28	12	30	-	-	122	87.69	12.63
4		14	28	9	22.5	17	42.5	94	78.28	19.32
5		15	37.5	10	25	15	37.5	92	74.34	18.32
6		16	40	15	37.5	9	22.5	98	70.81	10.36
1	التعبير عن الذات	17	42.5	10	25	13	32.5	101	81.32	17.62
2		20	20	12	30	8	20	106	78.32	13.52
3		21	52.5	11	27.5	8	20	108	78.58	10.64
4		25	62.5	7	17.5	8	20	103	74.68	10.78
5		21	52.5	8	20	7	17.5	108	79.35	12.32
1	التفكير الإيجابي	24	60	8	20	8	20	111	75.97	10.62
2		25	62.5	10	25	5	12.5	123	75.82	10.85
3		25	62.5	9	22.5	6	15	140	77.00	10.69
4		24	60	9	22.5	7	42.5	98	72.65	11.96
5		26	65	6	15	8	20	92	77.69	17.62
1	القدرة على حل المشكلة	20	50	11	27.5	9	22.5	101	81.35	12.32
2		21	52.5	9	22.5	10	20	98	78.39	19.32
3		22	55	8	20	10	20	97	81.36	17.32
4		20	50	10	25	10	20	103	84.58	17.32
5		22	55	8	20	10	20	108	78.92	16.32
1	تقدير الذات	28	70	7	17.5	5	12.5	114	71.62	13.52
2		21	52.5	14	35	5	12.5	106	76.24	17.36
3		30	75	5	12.5	5	12.5	117	77.20	14.32
4		20	50	10	25	10	20	109	76.31	17.65
5		20	50	10	25	10	20	113	73.62	11.62

قيمة كا² الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

يتضح من جدول (15) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² لأراء عينة البحث حول مقياس المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

تابع جدول (15)

التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² للاعبي الكرة الطائرة جلوس في مقياس المناعة النفسية

ن=40

م	البعد	دائما		أحيانا		أبدا		الوزن النسبي	الأهمية النسبية	كا ²
		ك	%	ك	%	ك	%			
1	المبادرة الذاتية	24	60	16	40	-	-	138	74.62	13.28
2		20	50	14	35	6	15	91	79.35	11.20
3		25	62.5	15	37.5	-	-	133	77.85	10.95
4		20	50	15	37.5	5	12.5	112	79.32	9.85
5		20	50	15	37.5	5	12.5	111	79.35	17.32
1	الثقة بالذات	18	45	20	50	2	5	119	78.28	16.99
2		20	50	19	37.5	1	2.5	125	79.65	14.62
3		19	37.5	20	50	1	2.5	123	74.36	15.32
4		21	52.5	17	42.5	2	5	110	79.62	12.38
5		21	52.5	18	45	1	2.5	113	79.28	12.41
6		28	70	10	25	2	5	119	77.80	10.10

قيمة كا² الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 5.99

يتضح من جدول (15) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² لأراء عينة البحث حول مقياس المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

جدول (16)

معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس التردد النفسي والمناعة النفسية لدى
لاعبي الكرة الطائرة جلوس (ن=40)

قيمة الارتباط (ر)								ابعاد مقياس التردد النفسي
ابعاد مقياس المناعة النفسية								
الثقة بالذات	المبادرة الذاتية	تقدير الذات	القدرة على حل المشكلة	التفكير الإيجابي	التعبير عن الذات	مقاومة الفشل	التعامل مع الاحداث	
0.341	0.423	0.352	0.641	0.351	0.483	0.451	0.495	الثقة بالنفس
0.328	0.341	0.382	0.551	0.258	0.507	0.398	0.427	الثبات الانفعالي
0.333	0.347	0.583	0.452	0.561	0.404	0.541	0.314	الجرأة
0.328	0.328	0.571	0.432	0.555	0.419	0.333	0.415	الحالة التدريبية
0.314	0.331	0.458	0.284	0.415	0.621	0.258	0.514	تركيز الانتباه
0.374	0.328	0.405	0.462	0.436	0.518	0.415	0.547	دافعية التدريب

قيمة ر الجدولية عند مستوي دلالة (0.05) = 0.173

يتضح من جدول (16) انه توجد علاقة ارتباطية طردية بين جميع ابعاد مقياس التردد النفسي للاعبي الكرة الطائرة جلوس وبين مقياس المناعة النفسية عينة البحث.

مناقشة النتائج

يتضح من جدول (14) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² لأراء عينة البحث حول مقياس التردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

ويرى الباحث انه تعتبر التردد النفسي مشكلة من مشكلات العصر الحديث التي تؤثر علي الفرد تأثيراً واضحاً في مختلف مجالات وأنشطة الحياة، والتي تنشأ كرد فعل لتأثيرات مختلفة بالغة القوة والتي تحدث نتيجة العوامل الخارجية، وهي تؤدي إلى إجهاد إنفعالي وتظهر هذه التردد والاضطرابات النفسية نتيجة التهديد والخطر، وعادة ما تؤدي إلى تغيرات في العمليات العقلية والحيوية وتحولات انفعالية كثيرة وسلوك لفظي وحركي قاصر، وتؤدي أيضاً إلي هدم مستوى طموح الفرد التي تعتبر بمثابة القوة المجددة للنشاط والطاقة.

ولقد أصبحت مشكلة التردد النفسي من ضغوط الحياة والانفعالات من أخطر الظواهر المعقدة التي تهدد حياة الإنسان المعاصر في تفاعله وتعامله مع البيئة المحيطة به، وما يترتب عليها من آثار نفسية سلبية، فالحياة العصرية تتميز بتعرض الإنسان لكثير من مواقف الفشل والإحباط في تحقيق رغباته وإشباع حاجاته، فينفعّل الإنسان نتيجة لذلك ويتألم لما يطلب منه، مما يؤدي إلي وقوعه تحت وطأة الضغوط النفسية وسيطرة الانفعالات علي كل نشاط يقوم به (1 : 22) .

الى إن إنسان هذا العصر يعيش الضغوط بمختلف أشكالها والتي تؤثر سلبا علن عملية اتخاذ القرار والتي تتناسب عكسيا مع مستوى التردد النفسي ، لذا سمي عصرنا الحالي بعصر الضغوط حيث يعاني كل فرد من الضغوط ولكن بدرجات متفاوتة من شخص لآخر ومن مكان إلي آخر ومن مهنة إلي أخرى ، ومهنة التربية الرياضية بصفة خاصة من المهن التي تزخر بالعديد من المثيرات الضاغطة داخل نطاق العمل وخارجها والتي تؤثر سلبياً علي مستوى أداء الفرد وتحد من طموحاته وإنجازاته ، الأمر الذي يستلزم الاهتمام بالتعرف علي تلك الضغوط والتصدي لها ومواجهتها لتوفير المناخ التربوي المناسب للعاملين في المجال الرياضي لكي يؤدوا عملهم بأعلى درجات الكفاءة وصولاً لتحقيق أهداف التربية الرياضية (16 : 9) .

فلكل بيئة عمل ظروفها الخاصة المميزة لها والتي تجعلها إما أكثر تعرضا للضغط أو أقل من ذلك، بناءً علي ما يتوفر فيها من عوامل مادية مناسبة أو غير مناسبة أو علاقات جيدة وحميدة كما أن استمرار الضغط في ظروف معينة يمكن أن يؤدي إلي اختلال السلوك أو عدم التوافق، وباستمرار الضغط يتبعه العديد من الاستجابات الجسمية والنفسية غير الصحية (20 : 77) .

يتضح من جدول (15) التكرار والنسبة المئوية والوزن النسبي والأهمية النسبية وقيمة كا² لأراء عينة البحث حول مقياس المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

وتعد المناعة النفسية أحد الجوانب الهامة في منظومة الدوافع الانسانية وتظهر هذه الاهمية في جميع المجالات حيث تبرز هذه الاهمية في المجال التربوي من خلال الدور الرئيسي للمناعة النفسية في حقوق عملية التعلم وذلك لأنها تساعد على تركيز الانتباه وتأخير الشعور بالإجهاد الذهني لدى الممارسين مما يؤدي الى زيادة تحصيلهم المهارى والرقمي. (14:2)

وتعد المناعة النفسية أحد الجوانب الهامة في منظومة الدوافع الإنسانية وتظهر هذه الأهمية في جميع المجالات، حيث تبرز هذه الأهمية في المجال الرياضي من خلال الدور الرئيسي للمناعة النفسية في حدوث عملية التدريب، وذلك لأنها تساعد على تركيز الانتباه وتأخير الشعور بالتعب لدي المتسابقين مما يؤدي إلي زيادة تحصيلهم وتحقيقهم للتفوق المهارى. (19:7)

وأن المناعة النفسية بشكل عام هي استعداد الإنسان التام للقيام بعمل أو سلوك معين كمحصلة أو نتيجة لوجود طاقة أو دافع يدفعه للقيام بذلك العمل لإشباع حاجة معينة، ويمكن تعريفها على أنها "عملية تغير ناشئة في نشاط الكائن الحي من خلال السلوك والاستثارة وذلك لتحقيق الهدف المراد". (6: 134)

على أن المناعة النفسية تساعد في انجاز عملية التعليم حيث تمثل دوافع السلوك منزلة كبيرة في علم النفس لأنها تمثل الأسس العامة لعملية التدريب وطرق التكيف مع العالم الخارجي واكتساب الخبرات

المختلفة وتحقيق الأهداف والصحة النفسية ويؤثر تنظيم الدوافع وإشباعها على التنظيم العام للشخصية وتكيفها^{0(18: 212-214)}

يتضح من جدول (16) انه توجد علاقة ارتباطية طردية بين جميع ابعاد مقياس التردد النفسي للاعب الكرة الطائرة جلوس وبين مقياس المناعة النفسية عينة البحث.

ويعتبر مستوى المناعة النفسية التي يتسم بها المدرب من بين أهم العوامل التي يمكن أن تؤثر في الانتباه فعلي سبيل المثال فإن اللاعب الذي يتميز بسمة الأنسبائية يكون أكثر وعياً واستجابة للمثيرات المختلفة للاعبين او الجمهور و بالتالي القدرة علي الانتباه لها و علي العكس من ذلك فإن لاعب الكرة الطائرة جلوس الذي يتسم بسمة الثقة بالنفس يكون أكثر وعياً بالمثيرات الخارجية و بالتالي الانتباه لها بصورة واضحة كما أن اتسام المدرب بسمة الخوف من الفشل من الأمور التي تؤثر بصورة سلبية على الانتباه كما أن السمات المزاجية المميزة للمدرب و ما قد يرتبط بها من شدة أو بطء الاستجابات الانفعالية يمكن أن تؤثر علي مستوي انتباهه.

ومن المعروف أن العوامل الوراثية تتفاعل مع العوامل البيئية من اللحظة الأولى من حياة الفرد لتسهمان معاً في تحديد وتكوين صفته المختلفة التي تؤثر على سلوكه على شخصيته في المستقبل، هذا التفاعل عبارة عن علاقة وظيفية متبادلة بين استعداداته الطبيعية المهيئة للاستجابة للمثيرات الداخلية والخارجية من جانب أحد ما ينبعث من مثيرات البيئة المحيطة التي تستثير تلك الاستعدادات الكامنة، بقدر يتفاعل اللاعب ويستجيب لتلك المثيرات وفقاً لاستعداداته، بقدر ما يثير سلوكه وتتغير الخصائص المميزة لشخصيته. (29:31)

أن العمليات النفسية التي يستخدمها اللاعب بشكل متكرر في مختلف ظروف و مواقف التدريب والمنافسات تلبية للمتطلبات التي تفرضها طبيعة النشاط الرياضي الممارس ، تصبح بعد فترة من الممارسة الفعلية كخصائص مكتسبه تميز سماته الشخصية و قدراته العقلية من، و تصبح كأساس نفسي يسهم في رفع فاعلية ذلك النشاط من الجانب الآخر فقد أثبتت بعض الدراسات النفسية أنه كلما زادت عدد سنوات ممارسة اللاعب الفعلية في نشاط رياضي معين ، كلما تحسنت سماته الشخصية وقدراته العقلية المرتبطة بمهارات وخطط اللعب الخاصة بهذا النشاط ، اما العوامل النفسية مثل قوة الإرادة و العزم و التصميم و الجرأة و تحمل المسؤولية و القدرة علي ضبط النفس و بذل الجهد و التضحية من أهم الأسس التي يعتمد عليها السلوك الخطي ، و تعتبر من أهم الأسس التي يعتمد عليها السلوك الخطي ، و تعتبر من العوامل الهامة للنجاح في تحقيق خطة اللعب المطلوب تطبيقها في أثناء المنافسة و غالبا ما ينتج عن ضعف ثقة الفرد في قوته الذاتية ، و الخوف والفرع (الذي ينتج غالبا بسبب عدم معرفة الفرد جيد الإمكانيات بسبب نقص الخبرات مثلا) عدم قدرة الفرد علي تحقيق خطة اللعب الموضوعة. (29:88)، (27:235).

الحالة السيكولوجية للمدرب إثناء التدريب تختلف عن حالته أثناء التنافس ، حيث يتطلب التدريب الرياضي مجموعة من القدرات النفسية تختلف عن تلك القدرات المطلوبة للتنافس ، و من ثم أصبح الإعداد النفسي العام للتنافس مطلباً أساسياً من متطلبات الإعداد النفسي العام للرياضيين و التي تستوجب اكتسابهم لمجموعة من المهارات النفسية الأساسية التي تساعدهم علي التكيف مع ظروف التنافس بالفدر الذي يؤدي إلي خفض مستوى القلق العام المرتبط به ، كما تساعدهم في التغلب علي الضغوط النفسية المرتبطة بالتنافس مما يؤهلهم للتحكم و السيطرة علي أدائهم في الظروف الانفعالية غير المعتادة في حياتهم التدريبية الرياضيون المتمرسون يعلمون أن سنوات الخبرة الرياضية قد علمتهم استراتيجيات اللعبة و المهارات النفسية ، وأنهم قد اكتسبوا المهارات النفسية و بعض الرياضيين لم يتعلموا قط تلك المهارات النفسية بسبب عملية المحاولة والخطأ غير الفعالة ، وبالنسبة للآخرين ، فأنهم يحتاجون إلي وقت طويل حتى يتعلموا المهارات النفسية ، حتى أنهم عندما يتقونها تكون مهاراتهم البدنية قد انخفضت بصورة كبيرة (126،125:30).

كما يلعب الإعداد النفسي الذي يقوم به الجهاز الفني ومعاونة دورا كبيرا في تكوين شخصية اللاعب، ويبدأ هذا الإعداد من الصفر على أن يكون المبدأ الأساسي أنه يجب أن يستمتع باللعب كطفل ويؤدي كرجل وهذا يجعل اللاعب مشاركا في المسؤولية ، ولا شك أن الصفات الإرادية كالعزيمة ، التصميم ، المثابرة ، المبادأة ... الخ ، هي عناصر أساسية لتطبيق خطط اللعب الممتازين ، وهي الفصيل في تحديد نتائج المباريات بين الفرق الممتازة ، يتمثل الإعداد النفسي الرياضي في مجموعة الإجراءات العلمية التربوية المحددة سلفا عن طريق الأخصائي النفسي الرياضي تبعا للمتطلبات الرياضية بصفة عامة والممارسة النوعية للنشاط التخصصي من جهة و استعدادات الرياضي و بروفيلا النفسي من جهة أخرى ، و ذلك بهدف تطوير دوافعه و تنمية مهاراته العقلية و سماته الانفعالية لتحمل الأعباء البدنية و النفسية للتدريب و التكيف مع ظروف التنافس من اجل استطاعة الرياضي تحقيق أفضل مستوى ممكن له من الأنجاز الرياضي (43:3)،(292:27)

وأن كل نشاط رياضي يتطلب ضرورة تحلي ممارسيه ببعض السمات النفسية المحددة للنشاط حتى يستطيع التحكم في سلوكه واخضاعه لسيطرته ويظهر ذلك بوضوح في تصرفاته خلال مواقف اللعب المختلفة. (14:16)

أن هناك صفات وقدرات نفسية ثابتة يجب أن يمتلكها اللاعبون او المدربين و هي الثقة بالنفس والإمكانيات الذاتية والقدرة علي التصرف المناسب في المباراة بصورة مستقلة ، الروح القتالية اللازمة لتعبئة الإمكانيات الذاتية في كل مباراة ، القدرة علي الوصول إلي نتائج ممتازة رغم الصعوبات ، إحساس كل رياضي بالمسؤولية و الرغبة في العمل لحل المشكلات ، التصميم و الاستعداد للمخاطرة ، القدرة علي

سرعة التغلب تجاه المواقف المثيرة والعميقة ، القدرة علي اتخاذ القرارات لتحقيق النتائج وعدم التردد ، القدرة علي تركيز الانتباه ، المثابرة علي التحكم في النفس في المباراة و خاصة عند الاحتكاك بالمنافس ، السيطرة علي النفس مهما كان قرار الحكم لصالح الفريق المنافس ، التركيز في متطلبات الأداء الخططي ، القدرة علي الاسترخاء وهدوء الأعصاب ، لذا فقد رأى الباحث أن لكل من الذكور والإناث له شخصيته التي تميزه لذا، فحاجاتهم وقدراتهم وميولهم و اتجاهاتهم و قيمهم و دوافعهم و طموحاتهم تختلف بسبب الجنس وكذلك العوامل الوراثية والخصائص المكتسبة من البيئة الرياضية.

الاستخلاصات

1.التوصل الى مقياس لقياس مستوى التردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

2.التوصل الى مقياس المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

3.وجود مستوى عالي من التردد النفسي لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

4.وجود مستوى مرتفع من المناعة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة جلوس.

التوصيات

- ضرورة الاهتمام بالنواحي الإدارية الخاصة بلاعبي الكرة الطائرة جلوس.
- الاهتمام من قبل اتحاد الكرة الطائرة للمعاقين التي تواجه لاعبي الكرة الطائرة جلوس.
- الاهتمام بتحسين الأوضاع الفنية والادارية بشكل كبير بلاعبي الكرة الطائرة جلوس.

المراجع

- 1- إبراهيم شوقي عبد الحميد (2010م): "الدافعية للإنجاز وعلاقتها بكل من توكيد الذات وبعض المتغيرات الديموجرافية، بحث علمي منشور، مجلة كلية الآداب، جامعة القاهرة.
- 2- إبراهيم عبد ربه (2006م): المهارات النفسية والأداء الرياضي، بحث غير منشور، مشارك في المؤتمر الأول للتدريب وعلم النفس الرياضي، كلية التربية الرياضية، جامعة تشرين، سوريا.
- 3- احمد عبد المنعم باشا (2011م): الصلابة العقلية وعلاقتها بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبين المستويات الرياضية العليا، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- 4- أسامة كامل راتب: (2000م) علم النفس الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 5- أسامة كامل راتب (2000م): تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 6- امجد عبد اللطيف إبراهيم (2006م): تأثير ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية على تقديرات الذات للاعبي الكرة الطائرة المعاقين حركيا (جلوس)، بحث علمي منشور، بمركز الارشاد النفسي، جامعة القاهرة.
- 7- امجد عبد اللطيف إبراهيم (2005): دراسة عاملية لمهارة الارسال في الكرة الطائرة المعاقين حركياً (جلوس) طبقاً لقانون تعديل منطقة الارسال، المؤتمر السنوي الثاني عشر، مركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس.
- 8- جميل كاظم جواد: بناء مقياس التردد النفسي لدى متعلمي السباحة عند أداء مهارة القفز العامودي إلى الماء (على القدمين)، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد الأول، العدد التاسع، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، 2008م.
- 9- حنان محمد درع (2017م): التردد النفسي وعلاقته بأداء مهارة الدرجة الأمامية على عارضة التوازن لطالبات المرحلة الثالثة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، للبنات، جامعة بغداد العراق.
- 10- سعد حماد الجميل (2006) : الكرة الطائرة مبادئها وتطبيقاتها الميدانية ، المعتز للنشر والتوزيع ، عمان.

- 11- صدقي نور الدين محمد (2004م): علم نفس الرياضة - المفاهيم النظرية - التوجيه والإرشاد النفسي، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية.
- 12- عامر سعيد الخيكاني، عمار مكي، أيمن هاني الجبوري (2014م): التردد النفسي وعلاقته بدقة الرمية الحرة للاعبي منتخب جامعة الكوفة بكرة السلة، المجلة الدولية للبحوث الرياضية المتقدمة، المجلد الأول، العدد الثالث، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، العراق.
- 13- علاء كاظم عرموط (2015م): التردد النفسي وعلاقته بدقة أداء مهارة الضرب الساحق من المنطقة الخلفية بالكرة الطائرة، المؤتمر العلمي الدولي الثاني، المجلد الأول، العدد الثالث، كلية التربية البدنية، جامعة بغداد العراق.
- 14- مصباح عبد الله مصطفى (2014م) الصلابة العقلية وعلاقتها بمهارة حائط الصد في الكرة الطائرة، بحث علمي منشور، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
- 15- نغم صباح حاتم (2014م): مستوى التردد النفسي وعلاقته بدقة التهديف بكرة القدم، مجلة الرياضة المعاصرة، المجلد الـ 13، العدد الثاني، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات، جامعة بغداد، العراق.

ثانيا: المراجع الأجنبية

- 16- Adamiec, M. & Kozusznik, B.(2010).The efficient managerial activity sequence, the right trait ina right moment. Polish Psychological Bulletin, 27, 2, 175-182
- 17- Aldo Nadi (2011): on fencing , publishers printed in the united state of America.
- 18- Beth athanas (2016): fencing to win or fencing to don't lose , Human kinetic book , England
- 19- Ender, S.C (2011) "The impact of peer helper training program on the maturity and maturity and self-confidence of under graduate students, Dissertation Abstracts International. Vol. 42. No. 10, April, (p4298-4299).
- 20- Horn by, A. (2008): Ox Ford advanced learners Dictionary of current, London, Oxford Univ.
- 21- Gould, D., Dieffenbach, K., & Moffett, A. (2012): Psychological characteristics and their development in Olympic champions. Journal of Applied Sport Psychology, 14, PP172-204.
- 22- Jimes Loehr (2013): The New Toughness Training for Sports. New York, New York: Penguin Books, USA.

- 23- John H, Ballon F, Theodorakis Y, Auwelle YV.(2014): Combined effect of goal setting and self-talk in performance of a soccer-shooting task , Percept Mot Skills. Feb;98(1):pp89-99.
- 24- Jolly Ray (2013) : Mental Toughness , Level III Hockey Coaching Course , Karnataka State Hockey Association, Bangalore.
- 25- John Lefkowitz, David R. McDuff, Corina Riismandel,(2013) : Mental toughness training manual for soccer , United Kingdom: Article Sports Dynamics
- 26- Jones AM, Harwood C, Terry PC, Karageorghis CI (2012): Confirmatory factor analysis of the Test of Performance Strategies (TOPS) among adolescent athletes. J Sports Sci. Sep; 22(9):803-12.
- 27- - McKenna, E. (2010). Business psychology and organizational behavior: A student's handbook. 3rd ed., Philadelphia: Psychology press
- 28- Simon C. Middleton, Herb W. Marsh, Andrew J. Martin, Garry E. Richards, and Clark Perry (2014): Discovering Mental Toughness: A Qualitative Study of Mental Toughness in Elite Athletes, Third International Biennial, self Research Conference, Self-Concept, Motivation and Identity : Where to from here? July 4-7,Berlin,Germany.