



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة ديالى

كلية التربية الاساسية / قسم التربية الرياضية

الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتهاما بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستيك الفني

أطروحة مقدمة الى

مجلس كلية التربية الاساسية - جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في فلسفة علوم التربية

الرياضية

من قبل

سنارية جبار محمود السعدي

المشرف

أ. د. فرات جبار سعد الله

2013م

المشرف

أ. د. غازي صالح محمود

1434 هـ



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

قُلْ يِعْبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنفُسِهِمْ
 لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ
 الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ

سُورَةُ الزُّمَرِ (الزُّمَرُ)



اقرار المشرفين

نشهد بان أعداد الاطروحة الموسومة ((**الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتهما بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني**)) المعدة من قبل طالبة الدكتوراه ((سنا رية جبار محمود)) كانت تحت إشرافنا في جامعة ديالى - كلية التربية الأساسية قسم التربية الرياضية وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في علوم التربية الرياضية .

المشرف

أ . د فرات جبار سعد الله

المشرف

أ.د غازي صالح محمود

بناءً على التوصيات المتوافرة نرشد الاطروحة للمناقشة .

أ . د نبيل محمود شاكر

معاون العميد للشؤون العلمية والدراسات العليا

كلية التربية الأساسية - جامعة ديالى

2013 / / م



اقرار المقوم اللغوي

اشهد أن الاطروحة الموسومة ((**الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتهاما بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني**)) المعدة من قبل طالبة الدكتوراه ((**سنا رية جبار محمود**)) قد صحتها من الناحية اللغوية بحيث أصبحت بأسلوب علمي خالٍ من الأخطاء والتعابير اللغوية والنحوية غير الصحيحة ولأجله وقعت .

التوقيع :

الاسم : **ابراهيم رحمن حميد الاركي**

التاريخ : 2013 / /



اقرار لجنة المناقشة والتقويم

نشهد أننا أعضاء لجنة المناقشة والتقويم قد أطلعنا على هذه الاطروحة الموسومة ((**الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتها بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني**)) المعدة من قبل طالبة الدكتوراه ((سنارية جبار محمود)) وناقشنا الطالبة في محتوياتها وفيما له علاقة بها ونقر أنها جديرة بالقبول لنيل شهادة الدكتوراه في علوم التربية الرياضية .

التوقيع	التوقيع	التوقيع
عضو لجنة	عضو لجنة	عضو لجنة
أ.د اميرة عبد الواحد	أ.م.د فردوس عبد المجيد	أ.م.د لقاء غالب ذياب
2013 / /	2013 / /	2013 / /

التوقيع	التوقيع
رئيس اللجنة	عضو لجنة
أ.د عامر سعيد الخيكاني	أ.د عكلة سليمان الحوري
2013 / /	2013 / /

صادق عليها مجلس كلية التربية الرياضية جامعة ديالى/ بجلسته المنعقدة بتاريخ 2013/ /

أ.م.د حاتم جاسم عزيز

عميد كلية التربية الاساسية جامعة ديالى

2013 / / م



الإهداء

إلى عبد الله نور الظلام وخير الأنام اقتداءً

مرسول الله محمد (ﷺ)

إلى من مد على الأفق جناحاً وارتدى مجد الحضارات

وشاحاً بلدي وموطني الجرح

ستنهض كالعتقاء بأذن الله

إلى سندي وقوتي وملاذي بعد الله الى الروح التي

سكنت مروحي

نروحي الغالي (عدي) حُباً ووفاءً

إلى الذي كان يحشني لسواق . . . الامرتقاء

والدي الغالي [حفظه الله] حُباً و أمتنانا

إلى مرمر الطيبة والإنسانية وشلال الحنان . . الدافق

والدتي الغالية (حفظها الله) إخلاصاً ووفاءً

إلى من يجمع بين سعادتي وفرحي الى من أظهر و الى

(أخواتي) تقديراً ومودةً واعتزازاً

ما هو اجمل من الحياة

إلى وهجي الشعلة التي تشتعل لتنير لي طريقي

(يوسف واحمد) احتضاناً وفخراً

سنارية





شكر وامتنان

الحمد لله جل جلاله والشكر له على آلائه وكرمه والصلاة والسلام على الهادي الامين وشفيع الرحمة المهداة سيدنا محمد صلى الله تعالى عليه واله وأصحابه اجمعين .

الحمد لله رب العالمين الذي اعانني على اتمام هذه الرسالة لتخرج الى حيز الوجود بأجمل وأبهى صورة وان يطيب لي وأنا اخط الاسطر الاخيرة من هذا الجهد اتقدم بالشكر والامتنان الى الذي ساهموا في إظهارها الى حيز الوجود اذ تتقدم الباحثة اولاً شكرها الى المشرفين الفاضلين الاستاذ الدكتور غازي صالح محمود الذي كان اباً وأستاذاً ومشرفاً مثابراً انعم الله عليه بطول العمر وجمال الخلق الذي لم يبخل جهداً اتجاه الباحثة سواء بالمصادر العلمية او بالمشاركة العلمية والعملية في جميع مراحل البحث فجزاه الله خير الجزاء وأثابه خير الثواب فكنت محظوظة به ، كما كان واجب علي ان اتقدم بالعرفان الى الاستاذ الدكتور فرات جبار الذي اشرف على هذه الجهد وأرشدني بتوجيهاته العلمية التي زادتته قوة ورسانة.

وتتقدم الباحثة بشكرها وتقديرها ووفائها لعمادة كلية التربية الأساسية قسم التربية الرياضية وفي مقدمتها الاستاذ الدكتور نبيل محمود شاكر لاحتضانه دفعة طلاب الدكتوراه وطول صبره وقدرته العلمية التي وهبها لهم فجزاه الله خير الجزاء والأستاذ المساعد الدكتور الذي فارق الكلية لكن يبقى في قلوبنا وذاكرتنا الدكتور اياد حميد والى جميع الاداريين والفنيين وعلى رأسهم الحجية نغم التي كانت متعاطفة مع جميع الطلاب وبمثابة الام فوقها الله عز وجل .

وتتقدم الباحثة بالتقدير والامتنان الى الاساتذة الافاضل رئيس وأعضاء لجنة المناقشة على قبولهم مناقشة الاطروحة وعلى توجهاتهم القيمة التي تزيد من الرصانة العلمية لهذه الاطروحة ولا يفوتني ان اتقدم بوافر الشكر وعظيم التقدير الى الاساتذة في كلية التربية الرياضية جامعة ديالى ولاسيما منهم أ.م.د ماجدة حميد ، أ.م.د كامل عبود ، أ.م.د مجاهد حميد ، أ.م.د مها صبري، أ.م.د نبراس كامل هدايت، أ.م.د الاء زهير ، أ.م.د سنان عباس ، أ.م.د لقاء غالب م.درشا طالب م.د سعد عباس والى السيد محمود مجيد والى جميع الاداريين والفنيين على



ما قدموه للباحثة من تسهيل مهمة للبحث طول مدة الدراسة فجزاهم الله كل الجزاء كما نتقدم الباحثة بكل الحب والامتنان والوفاء الى المدرس الدكتور محمد وليد الخشالي الذي كان نعم الاستاذ والزميل والأخ في توجيهاته العلمية ولا يبخل بأي مشورة علمية فأن شاء الله ينال السعادة من كل ينبوع في الحياة وحفظه الله من كل مكروه امين رب العالمين الى الذي لا تنساه الذاكرة وبه تتغذى العمليات العقلية ومعه يكون البحث العلمي وعلم النفس الرياضي بتطور مستمر وكان نعم القدوة والأستاذ والزميل الذي له معزه خاصة على قلبي اقدم وافر شكري وتقديري له دكتور عكلة سليمان الحوري اعترافاً .

تقدم الباحثة كل الاحترام للذي يعجز القلم ان يخط شكره وتقديره الى العم والقدوة الدكتور محمد جسام عرب الذي لم يبخل أي مشورة علمية وعملية تخدم البحث فجزاه الله خير الجزاء. وشعوراً بالفضل والعرفان فأن الباحثة تسجل شكرها وتقديرها الى جميع زملاء الدراسة من طلبة الدكتوراه ومنهم (م.د سحر حر، م.د ليزا رستم ، م.د امال صبيح ، م.د حسام محمد ، م.د عادل عباس ، م.دعمار جبار ، م.دعمر سعد ، م.د فراس منعم ، م.د حاتم شوكت م.د قصي حاتم ، م.د ضياء حمود ، م.د احمد شاكر ، م.د عثمان محمود ، م.د نبراس علي) كل الحب والاحترام والتواضع ان شاء الله .

ووفاءً مني ان اسجل امتناني وتقديري الى فريق العمل المساعد (اياد نجف النجيفي رئيس الاتحاد ، أ.م.د اسماعيل ابراهيم اتحاد الجمناستك / بغداد والى السيد نبيل مهدي رئيس اتحاد فرعي للجمناستك / ديالى والى الحكام (نبيل ، فيصل ، والمدرس المساعد رياض عبد الرضا والمدربين في اتحاد الجمناستك / ديالى عماد حسين ومهند صباح) و (مدربي نوادي بغداد احمد عويد ، ونهاد ، وموفق جبار والى الحكم الدولي رعد جاسم) فأشكرهم كل الشكر والامتنان لما قدموه لي من مساعدة عملية في اجراء التجربة الرئيسية للبحث فجزاهم الله خير الجزاء .



ووفاءً مني وتقديري الى صديقاتي العزيزات (شيماء سامي ، شيماء حسون ، زينب صباح ،
فردوس عبد الحميد ، حنان عبوب) حباً ووفاءً .

وشعوراً بالفضل والعرفان تتوجه الباحثة ان تشكر جميع المراكز التدريبية والأندية في
محافظات القطر كافة لما ابدوه لي من عون بإعطاء لاعبيه وإجراء التجربة الرئيسية للبحث فلم
يخلوا بأي طلب قدم لهم من قلبي حفظهم الباري عز وجل .

تقديراً من الباحثة وعتزازاً الى الدكتورة الفاضلة في قسم الارشاد النفسي بشرى عناد التميمي
التي كانت نعمة الاخت والزميلة في المسيرة الدراسية فحفظها الله من كل مكروه .

تتقدم الباحثة بثنائها للذي صاغ الايام سالماً لأرتقي بها نحو العلا شغاف قلبي زوجي الحبيب
والى الفراشات الطائرة ومستقبل الأمة اولادي يوسف و احمد بارك الله فيهما

تتقدم الباحثة بكل حزن وألم الى روح اخيها التي ازهقت من اجل هذا الوطن الحبيب اكراماً

والى من أتمنى ان تبقى صورهم في عيوني اخواتي وأزواجهم واولادهم تقديراً

وأخيراً تقف الباحثة عاجزة عن التعبير الى من كلله الله بالهيبة والوقار الى من علمني العطاء
بدون انتظار..الى من احمل اسمه بكل افتخار أرجو من الله ان يمد في عمرك لتتري ثماراً قد

حان قطفها بعد طول انتظار وتبقى كلماتك نجوم أهتدي بها اليوم والغد والى الابد. ابي الغالي

والى ملاكي في الحياة الى معنى الحب ومعنى الحنان والتفاني وبسمة الحياة وسر الوجود

الى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي الى اغلى الحبايب امي الحبيبة

كما تتقدم الباحثة بثنائها الى من قدموا الدعم لها عمي وعمتي

وفي الختام تتقدم الباحثة الى جميع من قدم المساعدة لها ، وممن لم يسنح المجال لذكرهم في

هذه الصفحة وأخر دعوانا ان الحمد لله رب العالمين .



ملخص الاطروحة باللغة العربية

عنوان الاطروحة

((الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتها بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني))

المشرف	المشرف	الباحثه
أ. د فرات جبار سعد الله	أ. د غازي صالح محمود	سنارية جبار محمود

اشتملت الاطروحة على خمسة ابواب : وقد تضمن الباب الاول مقدمة وأهمية البحث إن تقدم المجتمعات الإنسانية رهن بمدى الاهتمام بالتنمية البشرية التي من أهم ركائز التنمية العامة . وهذا الأمر يقودنا إلى الاهتمام بمعرفة طبيعة التكوين النفسي للقوى البشرية الداخلة كعنصر فعال في هذه التنمية ، والتركيز على خصائص شخصيتها ، وذلك لان معرفة القوى النفسية المؤثرة في سلوك أو استجابات الأفراد كالشعور بالذنب و الصلابة النفسية أمر يساعد على إمكانية التعامل السليم معهم من اجل دفعهم في عملية البناء والتطوير لتحقيق افضل نتائج و الوصول الى منصات التتويج لتحقيق الاهداف المراد تحقيقها .

أن الشعور بالذنب حكم اليم ينصب على حدث في الماضي و يؤثر على مشاعر الضمير التي لا تحكم على الماضي بل على المستقبل ، وبذلك يشكل وظيفة تحذيرية يوجه الأفعال المقبلة للشخصية.

والصلابة النفسية هي احد اهم العوامل و السمات الشخصية الايجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الاداء و تحقيق الانتصارات الرياضية حيث المواقف الصعبة التي تواجه الكثير من الرياضيين والتي تسبب الكثير من العوائق امام تحقيق الانجاز و بالوقت نفسه تعد حافزاً في



مواجهة التحديات و اكتشاف مواطن القوة و التحدي الامثل للوصول الى المستويات المطلوبة لذا كلما استطعنا الارتقاء بمستويات الصلابة النفسية لدى الرياضيين كلما استطعنا الانتصار على الضغوطات النفسية التي تواجه الفرد الرياضي سواء كانت داخلية ام خارجية و تحقيق الانجاز .

اذ اكد الكثير من العاملين في هذا المجال ان الافراد الاكثر صلابة نفسية هم الاكثر صموداً لمقاومة المصاعب و الانجاز اذ ان الصلابة النفسية و مكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية و النفسية للفرد و ان هذه السمة هي الشخصية التي يجب ان تنشأ من خلال تشجيع الاباء للأبناء و المرين و المدربين للاعبين لمعرفة كيفية تقييم اي مواقف يتعرضون لها فتهيئ لهم الالتزام و التحكم و التحدي و ادراك النجاح و تحقيقه في جميع المواقف التي يتعرضون لها .

فان قدرة الفرد على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية و القدرة على التكيف مع التحديات و الصعوبات و التعامل مع الاحباط و الاخطاء و الصدمات النفسية و المشاكل اليومية من اهم ما يجب الاشارة اليه و الاهتمام به و خاصة في الرياضات التي تتطلب استمرار في الثبات النفسي مثل رياضة الجمناستك و خاصة الحركات الارضية .

ان الحركات الارضية هي من الحركات الاساسية لفعاليات الجمناستك و ان من اهم متطلباتها هي الربط بين حركة و اخرى مع المصاحبة بالموسيقى اذا ان الدرجة النهائية التي تعطى لكل مشترك تحتسب على الصعوبات و الربط الكبير بين حركة و اخرى (الاداء) وهذا يعتمد على امكانية اللاعب البدنية والحركية والمهارية فضلاً عن الحالة النفسية التي يتمتع بها .

تكمن اهمية البحث في ان هاتين الظاهرتين لم تتالا القصد الوافر من الدراسة والبحث في مجال الالعاب الفردية التي تعتمد على الجهد والأمكانيات الفردية للاعب وحالته النفسية كون كل منهما يؤثر على طبيعة الفعالية ونتائجها سلباً وإيجاباً من هنا جاءت فكرة البحث لاعطاء مؤشرات عن واقع اللاعبين العراقيين في هذه الفئة العمرية وفي لعبة الجمناستك الفني .



اما مشكلة البحث / من خلال الزيارات الميدانية التي قامت بها الباحثة كونها تدريسية في كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى .

لبعض مراكز وأندية تدريبية للجمناستك الفني وجدت ان :

1-توجد ظواهر نفسية مؤثرة ايجابية وسلبية لم تدرس بشكل علمي في المجال الرياضي وتعتمد على التحليل الشخصي للمدربين واللاعبين لذا من الضروري الاهتمام بهذه الفئة من لاعبي الجمناستك وتسليط الضوء عليها ودراستها بعمق .

2-لا توجد مقاييس نفسية لهذه الظواهر وان وجدت فهي لا تنطبق على البيئة العراقية او على العبة نفسها وعليه ارتأت الباحثة بناء مقاييس لهاتين الظاهرتين .

3-التعرف على العلاقة بين الظاهرتين ومجالاتها بنتائج لاعبي الجمناستك الفني على بساط الحركات الأرضية في بطولة العراق للموسم 2012 .

اما اهداف البحث هي

- 1- بناء مقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي الجمناستك الفني .
- 2 - التعرف على علاقة مجالات الشعور بالذنب والصلابة النفسية لدى اللاعبين (عينة البحث) .
- 3 - التعرف على الشعور بالذنب و الصلابة النفسية لدى لاعبي الجمناستك الفني .

وقد اشتمل المجال البشري / لاعبو الاندية والمراكز التدريبية المشاركين في بطولة العراق للموسم الرياضي 2012 في لعبة الجمناستك الفني/ فئة المتقدمين .

اما المجال الزمني / فتمثل في الفترة 2012/1/10 ولغاية 2013/6/23 .

اما المجال المكاني / قاعة سمير خماس / بغداد ، قاعة النشاط الرياضي / كركوك .

اما الباب الثاني / فقد تضمن المحاور الاتية (مفهوم الشعور بالذنب ، المدارس والنظريات

للشعور بالذنب ، مراحل تطور الشعور بالذنب ، الشعور بالذنب واثاره على



الرياضيين ، مفهوم الصلابة النفسية ، نظريات الصلابة النفسية ، السمات الشخصية ذو الصلابة النفسية ، الصلابة النفسية والأداء الرياضي ، مفهوم لعبة الجمناستيك ، بساط الحركات الارضية ، وقد اشتمل الباب على ست دراسات سابقة)

اما الباب الثالث / فقد اشتمل على منهجية البحث واجراءاته الميدانية ، اذ استخدم المنهج الوصفي بالطريقة العلاقات الارتباطية لملامته طبيعة المشكلة وتكونت العينة من (170) لاعباً من اندية ومراكز تدريبية في لعبة الجمناستيك اما وسائل جمع المعلومات فهي (المصادر والمراجع العربية والأجنبية ، استمارة تفريغ البيانات والمعلومات ، مقياس الشعور بالذنب ، مقياس الصلابة النفسية) اما الوسائل الاحصائية ، فقد اقتصر على استخدام نظام (SPSS) لمعالجة البيانات احصائياً حيث تم استخدام القوانين الاتية بحسب أسمائها (الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الخطاء المعياري ، معامل الالتواء ، معامل ارتباط بيرسون ، مربع كاي - χ^2 ، الوسيط ، اختبار t للعينات المستقلة متساوية الاعداد ، قانون الدلالة المعنوية ، معامل الفا كرونباخ ، معامل سبيرمان - براون)

اما الباب الرابع / فقد تضمن عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وأسلوب استخدام التحليل العامل لكل من مقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية وترتيب نتائج اللاعبين في الجمناستيك الفني وذلك لتحقيق أهداف البحث .

اما الباب الخامس / فقد اشتمل على أهم الاستنتاجات الاتية :

- 1- تم التوصل الى بناء مقياس الشعور بالذنب للاعبين الجمناستيك الفني في العراق وبواقع (61) فقرة وفقاً للأسس العلمية والبحثية لبناء المقاييس النفسية .
- 2- تم التوصل الى بناء مقياس الصلابة النفسية للاعبين الجمناستيك الفني في العراق وبواقع (44) فقرة وفقاً للأسس العلمية والبحثية لبناء المقاييس النفسية .
- 3- ان مجالات كل مقياس تقيس المجال الذي وضعت من أجله .



- 4- وجود علاقة ارتباط بين مجال الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين .
- 5- وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين مجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين .
- 6- وجود علاقة ارتباط معنوية بين مجال الالتزام ونتائج اللاعبين .
- 7- وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين مجال التحكم والتحدي .

ومن اهم التوصيات فكانت ما يأتي :

- 1- ضرورة اهتمام مدربي الجمناستك في العراق اثناء فترات الاعداد والمنافسات في عمليات الارشاد والاعداد النفسي والتعرف على مستوى الشعور بالذنب لدى اللاعبين.
- 2- ضرورة اعطاء اللاعب فرصة ليعبر عن ما بداخله من عوامل نفسية ضاغطة لواقع المواقف التي يتعرض لها اثناء التدريب والمنافسة من قبل المدرب .
- 4- تطبيق المقياسين بصورة دائمة للاستفادة منها في عملية الاعداد النفسي القصير وبعيد المدى .
- 5- مقارنة مستوى الشعور بالذنب والصلابة النفسية لدى الرياضيين في المستويات المختلفة (دولي _ اولمبي _ محلي _ ناشئ) .
- 6- اجراء مقياس الصلابة النفسية والشعور بالذنب على دراسات مختلفة والاعاب فردية مختلفة حصراً .
- 7 - اعتماد مقياس الشعور بالذنب والصلابة النفسية لتحديد مستوى هاتين الظاهرتين لدى اللاعبين .



قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع	ت
1	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	إقرار المشرفين	
4	إقرار المقوم اللغوي	
5	إقرار لجنة المناقشة والتقويم	
6	الإهداء	
7	شكر وامتنان	
10	ملخص الاطروحة باللغة العربية	
15	قائمة المحتويات	
22	قائمة الجداول	
26	قائمة الإشكال	
27	قائمة الملاحق	
28	الباب الأول	
29	التعريف بالبحث	- 1
29	المقدمة وأهمية البحث	1-1
30	مشكلة البحث	2-1
31	اهداف البحث	3-1
31	فروض البحث	4-1
31	مجالات البحث	5-1
31	المجال البشري	1-5-1



31	المجال الزمني	2-5-1
31	المجال المكاني	3-5-1
32	تحديد المصطلحات	6-1
32	الشعور بالذنب	1-6-1
32	الصلابة النفسية	2-6-1
33	الباب الثاني	
35	الدراسات النظرية والدراسات المشابهة	-2
35	الدراسات النظرية	1-2
35	مفهوم الشعور بالذنب (Guilt feeling)	1-1-2
36	المدارس والنظريات التي تفسر طبيعة الشعور بالذنب	2-1-2
40	تعقيب على النظريات التي تناولت الشعور بالذنب	3-1-2
42	مراحل تطور الشعور بالذنب	4-1-2
43	الشعور بالذنب وأثاره على الرياضيين	5-1-2
48	كيف يحدث الشعور بالذنب للرياضيين	6-1-2
51	مفهوم الصلابة النفسية (Hardiness)	7-1-2
52	نظريات الصلابة النفسية	8-1-2
55	السمات الشخصية ذوي الصلابة النفسية	9-1-2
57	خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمنخفضة	10-1-2
59	المضامين التطبيقية للصلابة النفسية	11-1-2
61	الصلابة النفسية والأداء الرياضي	12-1-2
66	مفهوم لعبة الجمناستيك	13-1-2
67	بساط الحركات الأرضية	14-1-2



69	علاقة الشعور بالذنب والصلابة النفسية بالحركات الأرضية في لعبة الجمناستك الفني	15-1-2
70	الدراسات السابقة	2-2
70	سامي غنيم محمد مطاوع	1-2-2
71	منتهى مطشر عبد الصاحب	2-2-2
72	سمية مصطفى احمد اسماعيل	3-2-2
73	دراسة كومبي	4-2-2
74	دراسة نانسي وجين	5-2-2
74	دراسة لين وجون	6-2-2
78	الباب الثالث	
81	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	- 3
81	منهج البحث	1- 3
81	مجتمع البحث وعينته	2- 3
81	مجتمع البحث	1-2- 3
82	تجانس العينة	2-2-3
82	عينة البحث	3-2-3
84	الوسائل البحثية والأجهزة والأدوات المستخدمة	3- 3
84	الوسائل البحثية (وسائل جمع المعلومات)	1-3-3
84	الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث	2-3-3
85	خطوات تصميم وبناء المقاييس النفسية وإجراءات الميدانية	4- 3
86	إجراءات بناء المقاييس النفسية	1-4-3
86	تحديد أهداف المقاييس النفسية	1-1-4-3



86	تحديد مجالات المقياسين	2-1-4-3
87	تحديد صلاحية مجالات المقياسين (مقياس البحث) واستقلالها	3-1-4-3
87	اعداد الصيغة الأولى للمقياس	4-1-4-3
88	جمع وإعداد وصياغة فقرات المقياس النفسية	5-1-4-3
90	تحديد أسلوب صياغة فقرات المقياس	6-1-4-3
90	تحديد واختبار بدائل الإجابة	5-3
93	تحديد صلاحية مجالات المقياسين	6-3
97	تحديد صلاحية فقرات مقياس الشعور بالذنب	1-6-3
102	تحديد صلاحية فقرات مقياس الصلابة النفسية	2-6-3
107	مفاتيح تصحيح المقياسي	7-3
108	شروط وتعليماته تطبيق المقياس	8-3
108	شروط تطبيق المقياس	1-8-3
108	تعليمات المقياس	2-8-3
109	التجربة الاستطلاعية	9-3
110	موضوعية الاستجابة	10-3
113	التجربة الرئيسة (التطبيق الأولي للمقياسين)	11-3
114	تحليل الفقرات إحصائياً	12-3
114	التوزيع الطبيعي للعينة	13-3
119	المجموعتان الطرفيتان	14-3
126	عرض نتائج الاتساق الداخلي	15-3
131	الخصائص القياسية (السايكومترية) لمقياسي الشعور والصلابة	16-3
132	صدق المقياس	1-16-3



134	ثبات المقياس	2-16-3
135	طريقة التجزئة النصفية	17-3
136	الموضوعية	18-3
137	الطريقة المستخدمة وكفاءتها في تحليل البيانات	19-3
139	التحليل العاملي لمقاييس البحث	20-3
139	التحليل العاملي لمقياس الشعور بالذنب	1-20-3
149	تفسير العوامل المقبولة لمتغيرات البحث	2-20-3
149	تفسير عوامل الشعور بالذنب	3-20-3
157	التحليل العاملي لمقياس الصلابة النفسية	4-20-3
165	تفسير عوامل مقياس الصلابة النفسية	5-20-3
171	التجربة الرئيسية (تطبيق الثاني للمقياسين)	21-3
173	الوسائل الاحصائية	22-3
174	الباب الرابع	
176	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	- 4
176	عرض نتائج مجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين لعينة البحث وتحليلها	1-4
177	عرض نتائج ارتباط مجالات الشعور بالذنب للبحث ونتائج اللاعبين وتحليلها	1-1-4
178	عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب للبحث وتحليلها	2-1-4
179	عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث	3-1-4



180	عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب (اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، اتجاه الذات ، اتجاه الآخرين)	4-1-4
181	مناقشة مجالات مقياس الشعور بالذنب وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة البحث	5-1-4
184	عرض نتائج مجالات الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين لعينة البحث وتحليلها	2-4
185	عرض نتائج ارتباط مجالات الصلابة النفسية للبحث ونتائج اللاعبين وتحليلها	1-2-4
186	عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية للبحث وتحليلها	2-2-4
186	عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث	3-2-4
187	عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الصلابة النفسية (الالتزام ، التحكم ، التحدي) وتحليلها	4-2-4
188	مناقشة مجالات مقياس الصلابة النفسية وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة البحث	5-2-4
190	عرض نتائج مقياس الشعور بالذنب والصلابة النفسية ونتائج اللاعبين لعينة البحث وتحليلها	3-4
191	عرض نتائج ارتباط مجالات الشعور بالذنب والصلابة النفسية للبحث ونتائج اللاعبين	1-3-4
192	عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب و الصلابة النفسية للبحث وتحليلها	2-3-4



193	عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب والصلابة النفسية قيد البحث	3-3-4
194	عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب (اتجاه مخالفة الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، اتجاه الذات اتجاه الآخرين) ومجالات الصلابة النفسية (الالتزام ، التحكم ، التحدي)	4-3-4
195	مناقشة مجالات مقياس الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة البحث	5-3-4
197	الباب الخامس	
198	الاستنتاجات والتوصيات	- 5
198	الاستنتاجات	1-5
198	التوصيات	2-5
200	المصادر العربية والأجنبية	
209	الملاحق	
5-1	ملخص الاطروحة باللغة الإنكليزية	



قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
83	عينة البحث ونسبها المئوية	1
87	مجالات المقياسين بعد التعديل	2
92	قبول بدائل الاجابة بحسب (كا ²) والنسبة المئوية باتفاق اراء الخبراء والمختصين	3
93	نتائج اختبار (كا ²) لأراء الخبراء حول صلاحية المجالات لمقياس الشعور بالذنب	4
94	نتائج اختبار (كا ²) لأراء الخبراء حول صلاحية المجالات لمقياس الصلابة النفسية	5
95	مجالات الشعور بالذنب ونسبها المئوية وأهميتها النسبية وعدد الفقرات لكل مجال	6
96	مجالات الصلابة النفسية ونسبها المئوية وأهميتها النسبية وعدد الفقرات لكل مجال	7
98	نتائج اختبار (كا ²) لأراء الخبراء حول صلاحية الفقرات لمقياس الشعور بالذنب	8
104	نتائج اختبار (كا ²) لأراء الخبراء حول صلاحية الفقرات لمقياس الصلابة النفسية	9
107	مفتاح الفقرات الايجابية والسلبية	10
111	الفقرات الاصلية والمكررة وقيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في تحديد موضوعية الاستجابة	11
116	قيم التوزيع الاعتدالي للعينة وتكرارات فئات مقياس الشعور بالذنب	12
118	قيم التوزيع الاعتدالي للعينة وتكرارات فئات مقياس الصلابة النفسية	13
121	الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ونسبة الخطاء ومعنويتها في حساب القوة التمييزية لمقياس الشعور بالذنب	14



124	الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ونسبة الخطاء ومعنويتها في حساب القوة التمييزية لمقياس الصلابة النفسية	15
127	معامل الارتباط الفقرة (الاتساق الداخلي) بالدرجة الكلية لمقياس الشعور بالذنب	16
129	معامل الارتباط الفقرة (الاتساق الداخلي) بالدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية	17
130	تسلسل فقرات مقياس الشعور بالذنب التي ستخضع للتحليل العاملي	18
131	تسلسل فقرات مقياس الصلابة النفسية التي ستخضع للتحليل العاملي	19
140	مصفوفة البيانات الأولية لمقياس الشعور بالذنب	20
142	مصفوفة العلاقات الارتباطية لمقياس الشعور بالذنب	21
144	مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس الشعور بالذنب (مصفوفة الانموذج الاولى)	22
147	مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الشعور بالذنب (مصفوفة الانموذج النهائية)	23
150	صياغة الفقرات وقيم تشبعاتها على العوامل المقبولة لمقياس الشعور بالذنب	24
157	مصفوفة البيانات الأولية لمقياس الصلابة النفسية	25
159	مصفوفة العلاقات الارتباطية لمقياس الصلابة النفسية	26
161	مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس الصلابة النفسية (مصفوفة الانموذج الاولى)	27
164	مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الصلابة النفسية (مصفوفة الانموذج النهائية)	28
166	صياغة الفقرات وقيم تشبعاتها على العوامل المقبولة لمقياس الصلابة النفسية	29
176	البيانات الوصفية لعينة البحث لمجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين وتحليلها	30
177	الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط البسيط بين نتائج ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث	31



178	معاملي الارتباط المتعدد والتحديد والخطاء المعياري والتقدير بين نتائج ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث	32
179	تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق نموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث	33
180	قيم الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب قيد البحث في نتائج اللاعبين وأخطائها المعيارية ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق	34
184	البيانات الوصفية لعينة البحث لمجالات الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين وتحليلها	35
185	الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط البسيط بين نتائج ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث	36
186	معاملي الارتباط المتعدد والتحديد والخطاء المعياري والتقدير بين نتائج ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث	37
186	تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق نموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث	38
187	قيم الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الصلابة النفسية قيد البحث في نتائج اللاعبين وأخطائها المعيارية ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق	39
190	البيانات الوصفية لعينة البحث في مقياسي الشعور بالذنب والصلابة النفسية ونتائج اللاعبين وتحليلها	40
190	الايوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط البسيط بين نتائج اللاعبين ومقياسي الشعور بالذنب والصلابة النفسية قيد البحث	41
192	معاملي الارتباط المتعدد والتحديد والخطاء المعياري والتقدير بين نتائج ومقياسي الشعور بالذنب و الصلابة النفسية قيد البحث	42
193	تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق نموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومقياسي الشعور بالذنب والصلابة النفسية قيد البحث	43



194	قيم الحد الثابت والميل (الأثر) لمقياسي الشعور بالذنب و الصلابة النفسية قيد البحث في نتائج اللاعبين وأخطائها المعيارية ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق	44
-----	--	----



قائمة الأشكال

الصفحة	عنوانه	رقم الشكل
64	التعرض للضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض	1
65	العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة	2
68	بساط الحركات الأرضية	3



قائمة الملاحق

الصفحة	عنوانه	رقم الملحق
210	المقابلات الشخصية التي اجرتها الباحثة	1
212	أسماء الخبراء والمختصين	2
213	تحديد صلاحية مجالات مقياس الشعور بالذنب	3
214	تحديد صلاحية مجالات مقياس الصلابة النفسية	4
215	استبانته لتحديد الاهمية النسبية لمجالات مقياس الشعور بالذنب	5
217	استبانته لتحديد الاهمية النسبية لمجالات مقياس الصلابة النفسية	6
219	مقياس الشعور بالذنب و بصورته النهائية	7
221	مقياس الصلابة النفسية بصورته النهائية	8
223	الاندية والمراكز التدريبية في المحافظات كافة لاتحاد الجمناستك الفني	9

الباب الاول

1 - **التعريف بالبحث .**

1-1 **المقدمة واهمية البحث .**

2-1 **مشكلة البحث .**

3-1 **فروض البحث.**

4-1 **أهداف البحث .**

5-1 **مجالات البحث .**

1-5-1 **المجال البشري .**

2-5-1 **المجال الزماني .**

3-5-1 **المجال المكاني .**

6-1 **تحديد المصطلحات .**



1- التعريف بالبحث :

1-1 المقدمة وأهمية البحث :

إن تقدم المجتمعات الإنسانية رهن بمدى الاهتمام بالتنمية البشرية التي من أهم ركائز التنمية العامة . وهذا الأمر يقودنا إلى الاهتمام بمعرفة طبيعة التكوين النفسي للقوى البشرية الداخلة كعنصر فعال في هذه التنمية ، والتركيز على خصائص شخصيتها ، وذلك لان معرفة القوى النفسية المؤثرة في سلوك أو استجابات الأفراد كالشعور بالذنب و الصلابة النفسية أمر يساعد على إمكانية التعامل السليم معهم من اجل دفعهم في عملية البناء والتطوير لتحقيق افضل نتائج و الوصول الى منصات التتويج لتحقيق الاهداف المراد تحقيقها .

أن الشعور بالذنب حكم اليم ينصب على حدث في الماضي و يؤثر على مشاعر الضمير التي لا تحكم على الماضي بل على المستقبل، وبذلك يشكل وظيفة تحذيرية يوجه الأفعال المقبلة للشخصية.

ان علم النفس الرياضي لا ينكر جوانب الحياة الضاغطة السلبية التي تواجه الفرد في حياته الخاصة او من خلال مسيرته الرياضية بل يعترف بوجود المعاناة الانسانية و الانحرافات و الاضطرابات المتعددة لدى آلاف من الافراد الاسوياء و هو يهدف الى دراسة الجوانب الايجابية و السلبية للحياة الانسانية كي تتوفر ادبيات ثرية عن مكونات الظواهر المختلفة و التي تساهم في وجود نوع من انواع التوازن و التكامل في مجالات علم النفس.

والصلابة النفسية هي احد اهم العوامل و السمات الشخصية الايجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الاداء و تحقيق الانتصارات الرياضية حيث المواقف الصعبة التي تواجه الكثير من الرياضيين والتي تسبب الكثير من العوائق امام تحقيق الانجاز و بالوقت نفسه تعد حافزاً في مواجهة التحديات و اكتشاف مواطن القوة و التحدي الامثل للوصول الى المستويات المطلوبة لذا كلما استطعنا الارتقاء بمستويات الصلابة النفسية لدى الرياضيين كلما استطعنا الانتصار على الضغوطات النفسية التي تواجه الفرد الرياضي سواء كانت داخلية ام خارجية و تحقيق الانجاز .



اذ اكد الكثير من العاملين في هذا المجال ان الافراد الاكثر صلابة نفسية هم الاكثر صموداً لمقاومة المصاعب و الانجاز اذ ان الصلابة النفسية و مكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية و النفسية للفرد و ان هذه السمة هي الشخصية التي يجب ان تنشأ من خلال تشجيع الاباء للأبناء و المربين و المدربين للاعبين لمعرفة كيفية تقييم اي مواقف يتعرضون لها فتهيئ لهم الالتزام و التحكم و التحدي و ادراك النجاح و تحقيقه في جميع المواقف التي يتعرضون لها .

فان قدرة الفرد على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية و القدرة على التكيف مع التحديات و الصعوبات و التعامل مع الاحباط و الاخطاء و الصدمات النفسية و المشاكل اليومية من اهم ما يجب الاشارة اليه و الاهتمام به و خاصة في الرياضات التي تتطلب استمرار في الثبات النفسي مثل رياضة الجمناستك و خاصة الحركات الارضية .

ان الحركات الارضية هي من الحركات الاساسية لفعاليات الجمناستك و ان من اهم متطلباتها هي الربط بين حركة و اخرى مع المصاحبة بالموسيقا اذا ان الدرجة النهائية التي تعطى لكل مشترك تحسب على الصعوبات و الربط الكبير بين حركة و اخرى (الاداء) وهذا يعتمد على امكانية لاعب البدنية والحركية والمهارية فضلاً عن الحالة النفسية التي يتمتع بها .

تكمن اهمية البحث في ان هاتين الظاهرتين لم تتالا القصد الوافر من الدراسة والبحث في مجال الالعاب الفردية التي تعتمد على الجهد والأماكنيات الفردية للاعب وحالته النفسية كون كل منهما يؤثر على طبيعة الفعالية ونتائجها سلباً وإيجاباً من هنا جاءت فكرة البحث لاعطاء مؤشرات عن واقع اللاعبين العراقيين في هذه الفئة العمرية وفي لعبة الجمناستك الفني .

2-1 مشكلة البحث :

من خلال الزيارات الميدانية التي قامت بها الباحثة كونها تدريسية في كلية التربية الرياضية ، جامعة ديالى .

لبعض مراكز وأندية تدريبية للجمناستك الفني وجدت ان :



- 1- توجد ظواهر نفسية مؤثرة ايجابية وسلبية لم تدرس بشكل علمي في المجال الرياضي وتعتمد على التحليل الشخصي للمدربين واللاعبين لذا من الضروري الاهتمام بهذه الفئة من لاعبي الجمناستك وتسليط الضوء عليها ودراستها بعمق .
- 2- لا توجد مقاييس نفسية لهذه الظواهر وان وجدت فهي لا تنطبق على البيئة العراقية او على العبة نفسها وعليه ارتأت الباحثة بناء مقياسين لهاتين الظاهرتين .
- 3- التعرف على العلاقة بين الظاهرتين ومجالاتها بنتائج لاعبي الجمناستك الفني على بساط الحركات الأرضية في بطولة العراق للموسم 2012 .

3-1 اهداف البحث :

- 1- بناء مقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي الجمناستك الفني .
- 2 - التعرف على علاقة مجالات الشعور بالذنب والصلابة النفسية لدى اللاعبين(عينة البحث) .
- 3 - التعرف على الشعور بالذنب و الصلابة النفسية لدى لاعبي الجمناستك الفني .

4-1 فروض البحث :

- 1- هناك علاقة ارتباطيه بين مجالات الشعور بالذنب ومجالات الصلابة النفسية بنتائج اللاعبين في الجمناستك الفني على بساط الحركات الارضية .
- 2- هناك علاقة ارتباط معنوية بين مجالات الشعور بالذنب والصلابة النفسية بنتائج اللاعبين في الجمناستك الفني على بساط الحركات الارضية

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : لاعبو الاندية والمراكز التدريبية المشاركين في بطولة العراق للموسم الرياضي 2012 في لعبة الجمناستك الفني / فئة المتقدمين .
- 2-5-1 المجال الزمني : تمثل في المدة 2012/1/10 ولغاية 2013/6/23 .
- 3-5-1 المجال المكاني : قاعة سمير خماس / بغداد ، قاعة النشاط الرياضي / كركوك .



6-1 تحديد المصطلحات :

1-6-1 الشعور بالذنب :

شعور انفعالي مؤلم يوخز الضمير على عمل اقترفه الفرد وله تأثير عليه ويقاس من خلال الدرجة التي تحصل عليها الطالبة على مقياس الشعور بالندم او الذنب.(1)

التعريف الاجرائي للباحثة / الاحساس بالخطأ في السلوك الذي يتضمن صراعاً نفسياً بسبب تعارض الأفكار أو السلوك مع المعايير الأخلاقية والاجتماعية ويقاس من خلال الدرجة التي تحصل عليها الفرد على مقياس الشعور بالذنب .

2-6-1 الصلابة النفسية :

هي المتغيرات النفسية والبيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة ، والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها .(2)

التعريف الاجرائي للباحثة / اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته و قدرته على استخدام كل المصادر النفسية و البيئية المتاحة ليدرك و يفسر و يواجه بفاعليته احداث الحياة الضاغطة .

(1) هيثم احمد الزبيدي ؛ الشعور بالذنب المصابين ببعض الأمراض السايكوسوماتية ، رسالة ماجستير ، (كلية الآداب ، جامعة بغداد . 1999) .

(2) ممدوحة سلامة ؛ المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية .(1991) ، ص 475 - 496 .

الباب الثاني

- 2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة
- 1-2 الدراسات النظرية
- 1-1-2 مفهوم الشعور بالذنب (Guilt feeling)
- 2-1-2 المدارس والنظريات التي تفسر طبيعة الشعور بالذنب
- 3-1-2 تعقيب على النظريات التي تناولت الشعور بالذنب
- 4-1-2 مراحل تطور الشعور بالذنب
- 5-1-2 الشعور بالذنب وأثاره على الرياضيين
- 6-1-2 كيف يحدث الشعور بالذنب للرياضيين
- 7-1-2 مفهوم الصلابة النفسية (Hardiness)
- 8-1-2 نظريات الصلابة النفسية
- 9-1-2 السمات الشخصية لذوي الصلابة النفسية
- 10-1-2 خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمنخفضة
- 11-1-2 المضامين التطبيقية للصلابة النفسية
- 12-1-2 الصلابة النفسية والأداء الرياضي
- 13-1-2 مفهوم لعبة الجمناستيك
- 1-13-1-2 تعريف لعبة الجمناستيك
- 2-13-1-2 أهميتها وفوائدها
- 3-13-1-2 أجهزة الجمناستيك
- 14-1-2 بساط الحركات الأرضية

15-1-2 علاقة الشعور بالذنب والصلابة النفسية بالحركات الارضية في لعبة

الجمناستك الفني

2-2 الدراسات المشابهة

1-2-2 سامي فنييم محمد مطاوع (2003/الشعور بالذنب)

2-2-2 منتهى مطشر عبد الصاحب (2011/الشعور بالذنب)

3-2-2 سمية مصطفى احمد اسماعيل (2007/الصلابة النفسية)

4-2-2 دراسة كومبي (2008/الصلابة النفسية)

5-2-2 دراسة نانسي (2010/الصلابة النفسية)

6-2-2 دراسة لين وجون (2010/الصلابة النفسية)



2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :

1-2 الدراسات النظرية

1-1-2 مفهوم الشعور بالذنب (Guilt feeling)

تعرض الباحثة مفاهيم متعددة من بناء أفكار العلماء في الموسوعات والمصادر على وفق اختصاصات متعددة في علم النفس وصولاً لمفهوم محدد تعتمده الباحثة " (1)

1- موسوعة ويستر (Webster 1994) مع ويليامز بايبي (1994 Will iams Byb)

عرف الشعور بالذنب بأنه شعور انفعالي ينطوي على صراع ينتج عن ادراك فعل خطأ او انتهاك قانون او معايير اجتماعية وأخلاقية او خروج عن مبدأ او عدوان يصدر عن الفرد على الآخرين (نفسياً - بدنياً) ويصاحبه شعور بالمسؤولية وشعور بالندم ولوم الذات وانه مستحق للعقوبة نتيجة ما ارتكبه من أفعال " (2)

2- الموسوعة الأمريكية (American Encyclopedia) يعرف الشعور بالذنب بأنه

حالة وجدانية تصاحب أدراك الفرد بأنه تجاوز للمبادئ والقيم التي استدخلها في مرحلة الطفولة في أثناء عملية المنشئة الاجتماعية ويخفف الفرد شعوره بالذنب عندما يعترف بخطاه او يقوم بتعويضاً عنه " (3)

3 - الموسوعة البريطانية (Encyclopedia Britsnnica) يتفق سول (seul) مع

كارول (carrol) انه شكل من أشكال القلق يستثيره شعور بالخوف من الضمير الإنساني حيال ما فعله مخالفاً للمبادئ او ينوي الانسان فعله " (4)

4 - الشعور بالذنب هو حالة خاصة من القلق لا تظهر الا في السنة الرابعة من العمر

ويثيرها سلوك الفرد وتوقعه لمخالفة سلوك او كسر معيار من المعايير " (5)

(1) Deeuer .I (1982) dictionary of psychology Bungum Books

(2) Webster. L . (1994) Wepsters Encyclopedia new Revised Edition , Gramercy Books new York .

(3) Williams , C . By bee , J . (1994) what do children fey Guilty About : Develop mental and Gender Differences Develop mental psychology , viol 30 (5) .

(4) Encyclopedia Americana (1979) American Corporation international Edition Vo . 1 . 13 U . S . A .

(5) كونجر و جون ، واخرون : سيكولوجية الطفولة والشخصية ، (ترجمة) احمد عبد العزيز سلامة وجابر عبد الحميد : (القاهرة ، دار



5 - الشعور بالذنب جزء من مشاعر الحزن وسمة مألوفة لنواحي الحزن بشكل خاص وله علاقة بالإخفاق وهو الشكل المعتاد من لوم الذات⁽¹⁾

2-1-2 المدارس والنظريات التي تفسر طبيعة الشعور بالذنب :

من خلال اطلاع الباحثة على المصادر العلمية المتعددة والتي تناولت الدراسة والتفسير في مجال علم النفس لهذه الظاهرة النفسية المهمة التي تعد من أهم المكونات لشخصية الانسان الذي عدها بعض العلماء ذا اصل انفعالي وجداني وعقلي واجتماعي ومعرفي وثقافي وغريزي وديني ولكل تطور له ارتباط وعلاقة ببعض المتغيرات كا العنف والعدوان والجنس والعلاقات الشخصية والخجل .

1- الشعور بالذنب في منظور التحليل النفسي (Psycho – Analysis perspective)

قدم العالم فرويد (Freud) 1939 ، بحسب نظريته البنائية لشخصيته وذلك بافتراضه ان هناك ثلاثة قوى أساسية في الشخصية هي ألهو (icl) وألانا (Ego) والانا الأعلى (Super Ego) التي تتفاعل باستمرار فيما بينها واذا واختل التوازن بين هذه القوى ستصاب الشخصية بالاضطراب والقلق " (2)

وقضية الصراع بين الأنا والانا الأعلى بعنصريها (الضمير والانا) فا الأنا الأعلى يقاوم كلا من ألهو والانا معاً (يمثل القيم والمبادئ) ويحاول ان يعطل مبدأ اللذة والواقع ويعامل الأنا بشكل مثالي ويرى الأنا انه برى وانه يتحمل المسؤولية لا يستطيع ان يعرف سببها ويحاول الأنا التخلص من النقد المؤلم الذي يوجهه الأنا العليا فيشعر بالذنب " (3)

(1) Marina , V . (1997) Survivor guilt and chronic illeness Australian and new Zealand Journal of psychiatry , Vol33 N 3 .

(2) قاسم حسين صالح ؛ الشخصية بين التنظير والقياس : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، 1988) ، ص 122 .

(3) محمد إبراهيم سغان ؛ الشعور بالذنب ، (القاهرة ، مطبعة عين شمس ، 1995) ، ص 238 .



والشعور بالذنب عند فرويد هو شكل من أشكال الشعور بالقلق الخلفي (قلق حيال توقع العقاب) بسبب حدوث انتهاك أخلاقي أو اعتداء سلوكي حيث يتحول هذا القلق من خلال قدرة الفرد على الكبت لشعوره بالذنب " (1)

يسعى (الهو) الى اشباع جميع رغباته وبدون تأجيل وفقاً لمبدأ اللذة وهو لاشعوري ويحتوي على الغرائز البيولوجية الجنسية والعدوانية وعلى الرغبات والدوافع الطفولية المكبوتة " (2)

2- الشعور بالذنب من منظور السلوكية (Behavioral perspective)

يعد اتجاه المنظور السلوكي اليوم أكثر اتساعاً ومرونة بالقياس لعهد (واطسون) ومازال السلوكيون المعاصرون يدرسون المثيرات والاستجابات الملاحظة والتعلم وأنهم يهتمون بصورة متزايدة بدراسة الظواهر المعقدة التي لا يمكن ملاحظتها مثل المشاركة الوجدانية والثقة والشخصية .

والشعور بالذنب من هذه الظواهر النفسية لتفسير حدود السلوك المقبول الذي من خلالها يتم تحقيق ذات الانسان الواقعية والمثالية ومدى التقارب بينها . ان الشعور بالذنب يرجع للخبرات الناتجة عن فشل الانسان في تعلم سلوك مناسب او الأداء بشكل مثالي او صعوبة التميز بين ما هو خير وما هو شر ان مستوى الشعور بالذنب يزداد بزيادة الجزاءات التي تحدثها الذات على النفس وذلك لاعطاء قيمة للاخرين في تحديد الجزاءات باعتبارهم مرجعاً جزئياً " (3)

وبذلك يرى علماء السلوكيون ان تعلم أي سلوك هو عبارة عن استجابة لمثيرات وتتسأ هذه الاستجابة من مصادر البيئة الخارجية او مصادر داخل الفرد نفسه مثل الدوافع وترتبط الاستجابات بالمثيرات على أساس الثواب والعقاب في الاستجابات التي تؤدي الى الثواب

(1) Levit , E . E (1980) the psychogy of Anxiety Lawrence Elbaum Associates , Publishers . New Jersey.

(2) احمد عكاشة ؛ الطب النفسي المعاصر : (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1996) ، ص 129 .

(3) محمد إبراهيم سفيان ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 202 .



تبقى في الخبرة او الذخيرة السلوكية للفرد اما الاستجابات التي ترتبط او تقترب بالعقاب فأنها تستبعدا وبعد الشعور بالذنب من وجهة نظرهم استعداداً سلوكياً يكسبه الفرد في مرحلة الطفولة " (1)

3- الشعور بالذنب من منظور الجشطات :

العالم بيرلز (Perls) صاحب نظرية العلاج الجشطاتي يرى ان الشعور بالذنب ينشأ حين يضطرب الاندماج بين الأشخاص ويشعر الفرد انه مسؤول عن هذا الاضطراب لقبول أفعال غير قادر على أدائها او استيعابها " (2)

والنظرية الجشطالية تحدد ان الشعور بالذنب ناتج من اضطراب بين الفرد والمحيطين به (التوافق الاجتماعي) فيعجز عن التواصل معهم ومحاولة لاسترضائهم لان الشعور بالذنب لا ينبع من الفرد ذاته وانما من شعوره بالفشل في الاستجابة للآخرين للتجاوب معهم . وبهذه الحالة يفقد الفرد كل الأدوار المركزية المنسجمة مع ذاته والتعامل مع الآخرين بخيبة أمل كبيرة ، وهذا دليل على فقدان بعض من الخصائص لشخصيته لاظهار سلوكه في أنماط متعددة لطرق التعلم الاجتماعي .

4- الشعور بالذنب من المنظور الوجودي (Existentialism Perspective)

العالم الوجودي هيدجر (Heidegger) يذكر ان الشعور بالذنب ينبع أساساً من قصور الانسان عن الوفاء بما يمليه عليه ضميره من مسؤولية تجاه حسن اختياراته على الأقل اتجاه اتخاذ القرارات وردود أفعال حيال المواقف التي يتعرض لها وان الشعور بالذنب ذو خاصية أصلية للوجود الإنساني ويقول ان الإنسان يشعر بالذنب الذي هو نتاج احتجاز او تعطيل إمكانياتنا وقدراتنا لنصبح مذنبين لا نفسنا مذنبين في حق ذواتنا وسيتبع الشعور بالذنب في المنظور الوجودي هو تقييم الفرد للآخرين من خلال نظرته الفردية القاصرة دائماً والتي تجعله يعجز عن ابصار الحقيقة أمام الآخرين ويسقط عليهم من ذاته المذنبية ومن هذا المنطلق فإن

(1) منتهى مطشر عبد الصاحب ؛ الشعور بالذنب وعلاقته بالاكنتاب ، (عمان ، صفاء للنشر والتوزيع ، 2011) ، ص 46 .

(2) جون ماكوري + (ترجمة) امام عبد الفتاح ؛ الوجودية - عالم المعرفة ، (الكويت ، عالم المعرفة ، 1982) ، ص 86 .



البشر جميعهم مذنبون لأنه ليس منا من استكمل تحقيق إمكانياته وقدراته وليس منا من لم يقصر يوماً في نظرتة للآخرين .

ان الشعور بالذنب شعور بالمسؤولية حيال مهام يجب ان تتجز وإمكانات يجب ان تستثمر فعلى امتداد حياة الانسان هناك دائماً إنجازات لم تتم وطموحات لم تتحقق وفرض توجد لكي يحقق الانسان من خلالها وجوده ولم تستغل لذا لا بد من فرص توجد ليحقق من خلالها الانسان وجوده وعندئذ يمكنه التخفيف من شعوره بالذنب " (1)

ويرى الوجوديون ان الشعور بالذنب هو ظاهره من ظواهر الألم النفسي التي يمكن مقارنتها بالألم الجسدي يعبر عن وجود خطأ في السلوك او هو نظام تحذير بوجود ما يستدعي التصحيح في الذات عليه فالشعور بالذنب يمثل شكل واحد من الوجود الخلقى يستدعي قيام المرء بالتعويض عن الإساءة ومحاولة الحياة وفقاً للمثاليات " (2)

5- الشعور بالذنب من المنظور الاجتماعي (Social Perspective)

يرى أصحاب هذه النظرية عن طريق التعلم الاجتماعي تكتسب الكثير من الأنماط السلوكية والخصائص الشخصية للفرد وان أول أوامر يتلقاها الطفل في البيت تستقر في نفسه وتنقش في ذاكرته وتظهر في سلوكه " (3)

فوجهة نظرهم تؤكد ان الشعور بالذنب استعداداً سلوكياً يكتسبه الفرد في مرحلة الطفولة من خلال ما يتعرض له من خبرات وتؤكد نظرية التعلم الاجتماعي ان ضمير الطفل وقيمة الأخلاقية ليست نظرية اذ يولد الطفل في هذا العالم بدون أخلاق وعن طريق النمذجة يتم اكتساب هذه الأخلاق فيبني الطفل قيمه ومعتقداته وقدرته على السيطرة الذاتية وتعمل أشكال التعزيز التي يواجهها الطفل على تثبيت هذه القيم والمعتقدات ويؤكد (باندورا) على أهمية

(1) Boss , M ,(1963): psychoanalysis and Oaseins Analysis Basic Books gnc . Publishers New York .

(2) منتهى مطشر عبد الصاحب ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 40 .

(3) حسن مصطفى عبد المعطي وهدي احمد : علم النفس النمو الظاهر والتطبيق ، ط 3 ، (القاهرة ، دار الضياء للطباعة والنشر ، 2000)



توقيت المكافأة والعقوبة اذ يفترض ان العديد من الاباء يكونون بأنفسهم ضمير الطفل بمعنى مشاعر الذنب لديه او ميوله لمعاقبة ذاته وبنجاح اكبر حين يقومون بحجب المكافأة أكثر من استخدام أساليب العزل والعقاب المباشر " (1)

6- الشعور بالذنب من المنظور المعرفي (Cognitive Perspective)

يؤكد علماء المنظور المعرفي ان هناك علاقة وطيدة ومتبادلة بين الضمير والنمو الأخلاقي وهو جزء مكمل لعملية النضج لدى الأفراد ضمن أطار خبرة العمر ومثابته لعمليات النمو العقلي والمعرفي والفكري والصفات وبعض السمات الأخلاقية لدى الأفراد لا يمكن ان تنمو مرة واحدة عند الانسان ولكنها تمر بعدة مراحل من النمو والنضج والتهديب حسب المعايير الذاتية داخل النفس وهو الضمير الذي ينضج عندما يستطيع ان يميز وقيم الأخلاق على أساس المواقف التي يتعرض أليها والاعتبارات المتعلقة بالتعاون الإنساني والاحترام المتبادل وهذا مشروط بالتطور الإدراكي لتقييم الأخلاق " (2)

2-1-3 تعقيب على النظريات التي تناولت الشعور بالذنب :

من خلال المفاهيم والتفسيرات الأساسية للنظريات والاتجاهات المتعددة التي تناولت الشعور بالذنب ممكن ان يكون تعقيبا متوازعا للباحثة في المجال الرياضي لما يتاح لنا من اختيارات علمية ورياضية على كل الاراء التي طرحت في هذه النظريات في رؤيتها للشعور بالذنب .

- **التحليل النفسي :** النظرية تؤكد ان الشعور بالذنب استعدادا سلوكيا يكتسبه الرياضي في مرحلة الطفولة من خلال ما يتعرض له من خبرات في أثناء التنشئة الاجتماعية والتركيبية البنائة للشخصية وطريقة تأثر الطفل بأساليب معاملة وتربية الوالدين ونمو القوى الأساسية في الشخصية (ألهو ، الأنا ، الأنا الأعلى) ومدى اختلال التوازن بين هذه القوى الثلاث ستصاب الشخصية بالاضطراب والقلق او عدم الاتساق بين الذات والخبرات المتراكمة .

(1) منتهى مطشر عبد الصاحب : مصدر سبق ذكره ، 2011 ، ص 47 .

(2) Mosher . L & Abramson (1977) : Personality . correlates of the Mosher Guilt scales Journal of .



- **السلوكية** : يعد الشعور بالذنب استعدادا سلوكيا يكتسبه الفرد في مراحل حياته من خلال ما يتعرض له من خبرات على وفق البيئة التي يعيش بها وعمليات التعلم والاكساب في هذه الخبرات من خلال الأنماط السلوكية والخصائص الشخصية للفرد . عند شعور الفرد او الرياضي بالشعور بالذنب نتيجة الوقوع في أخطاء السلوك او الأداء الرياضي في أثناء المنافسة وهذا يكون خفيفا يمكن اصلاحه ومرة أخرى بعد المنافسة عندها يحاسب الفرد نفسه على جميع الفرص التي ضاعت والأخطاء التي أدت الى الهزيمة وهي محاولات متكررة للوصول للمثالية وتقييم الذات .

- **الجشطات** : هي مواجهة ضعف في سلم التوافق الاجتماعي لدى الفرد او الرياضي قد تكون بسيطة وعابرة او تكون لها أبعاد جماعية ومتعددة الاطراف مما يجعله أمام العجز التام في التواصل مع كل الافراد المحيطة به فيصاب بالفشل في الاستجابة للآخرين او التجاوب معهم وبذلك يظهر الشعور بالذنب بعد حالة الاضطراب والضعف في الاندماج بين الآخرين والأصعب من ذلك عندما يشعر الفرد انه كان مسؤولا عن ذلك ،وذلك لقبوله أفعال غير قادر على أدائها او استيعابها .

- **الوجودية** : الشعور بالذنب حالة دائمية يتعرض اليها الفرد في كل حين ولا بد منه فهو شعور ايجابي يجعل الفرد يستعيد من أخطائه فيعمل الفرد دائما على التخفيف من مستواها حتى لا يشعر بان الذنب كبيرا يحمله معه فترة طويلة .

ويعد الشعور بالذنب خبرة داخلية او ذاتية لها علاقة باتخاذ القرارات أي أنهم جعلوا الذنب متعلقا بالإرادة وذلك حينما يواجه الانسان خيارين خيار الماضي او المستقبل فاذا اختار الماضي فانه سيكون شخصاً غير أصيل لعدم اتخاذ قرار وشعوره بضياح الفرص وبالتالي يتولد لديه الشعور بالذنب اما اذا اختار المستقبل فإنه اختياره سيضعه أمام مستقبل مجهول وبالتالي سوف تتولد لديه مشاعر القلق .

- **المعرفي** : ويؤكد أصحاب المنظور المعرفي على ان الشعور بالذنب عملية ادراكية معرفية ترتبط بتطور الأحكام الخلقية تبعاً لمراحلها .



2-1-4 مراحل تطور الشعور بالذنب :

قسم الشعور بالذنب هو فمان (Hoffman) على عدة مراحل هي :-

1- مرحلة الرضاعة :

في هذه المرحلة لا يمتلك الأطفال فيها أحساس واضح باستقلال هويتهم او تأثير سلوكهم مع الاخرين ، لهذا فمن المستحيل ان يكون لديهم أحساس بالذنب لإيذائهم الاخرين .

2- مرحلة الطفولة المبكرة :

في هذه المرحلة يحس الطفل بأنه منفصل جسدياً عن الاخرين لكنه حتى الان لا يمتلك فهماً عميقاً لهم (الحالات الداخلية لهم) لذا فهو يشعر بالذنب عندما يقوم بإيذاء الأشخاص الاخرين جسدياً لكنه لا يشعر بالذنب للشعور العاطفي الذي يلحق الاخرين .

3- مرحلة الطفولة الوسطى :

مع الفهم المتزايد للآخرين (الحالات الداخلية لهم) فإن الطفل يتطور لديه الاحساس بالذنب الناجم عن الضرر العاطفي الذي يلحق بالآخرين .

4- مرحلة المراهقة الى سن الرشد :

في هذه المرحلة يدرك الفرد المفاهيم المجردة ولذا فهو يحس بالذنب حتى على الأمور الأكثر عمومية مثل الجوع والظلم والفاقة ويرافق الشعور بالذنب بعض المظاهر السلوكية مثل الاستجابات الانفعالية (الحشوية) التلطف بمشاعر الذنب او ربما الميل الى البحث عن عقاب الذات .



2-1-5 الشعور بالذنب وأثاره على الرياضيين :

يتفق كلاً من (ستين stein) مع (منال جاب الله) بأنه تختلف استثارة المشاعر في حياة اللاعبين في الأنشطة الرياضية والمنافسات لاختلاف الأفراد فيما بينهم من حيث أبداء الشعور بالذنب والندم وكذلك اختلاف المواقف التي تثير فيهم هذه المشاعر وكذلك اختلاف الدور الذي تلعبه هذه المشاعر في حياتهم وفقاً للقيم والمعايير والمبادئ على النحو الآتي " (1) (2)

1- الشعور بالذنب ايجابياً بناءً :

وله فوائده في تقليل الخطأ وغير ذلك من الفوائد التي تستفيد منها شخصية الرياضي حيث تكون ذات مواصفات ايجابية واعية وواثقة من نفسها وان الشعور بالذنب يمكن ان يكون ايجابياً اذا ساعدنا على التحسس والتعلم وفوائده كثيرة منها :

- يوجه ويحرك الانسان وسلوكه ودوافعه واتجاهاته ويؤدي لضبط وانسجام اجتماعي والتزام خلقي بالمبادئ والقوانين ويزيد من المسؤولية الاجتماعية والشعور بالتواضع .
- يؤدي لحشد أقصى إمكانيات الرياضيين واستثارة قدراتهم .
- يحقق للرياضي التقارب بين ذاته الواقعية وذاته المثالية .
- شعور طبيعي وانفعالي سوي ومكون من مكونات الشخصية والضمير .
- يعدل الميول والاتجاهات العدوانية ومنها (العنف ، استخدام القوة) ويشجع على تجنب ارتكاب الأخطاء .
- طبيعته وقائية ضد مهددات تقدير الذات ويقظة اتجاه المبادئ والمعايير الاجتماعية .
- اخطاؤنا دروس تعليم لنا (لماذا أخطأت وكيف تجنبت الخطأ المشابه) " (3)

(1) Stein . E . V . (1969) Guilt Theory and Therapy Geerge Allen & unwin L , D .

(2) منال جاب الله : فاعلية العلاج بالمعنى في تخفيف الشعور بالذنب لطلاب الجامعة ، اطروحة دكتوراه ، (كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 1998) .

(3) May ,R & Angel J (1985) Contrasting Experinces of shamme and Guilt American Behaviorah scientists vol 27 (6) .



2- الشعور بالذنب سلبياً هداماً :

يعد هذا النوع من الشعور بالذنب محاولات لبناء شخصية ضعيفة ذات سمات لا تؤمن بتصحيح الذات وعدم الاعتراف بالأخطاء السلوكية مع ضعف في الاتزان الانفعالي أحياناً الميل الى العنف والعدوانية وذو طاقات مكبوتة وعدم استغلال الفرص مع ارتفاع مستويات الأنانية والتردد في اتخاذ القرار وضعف في تحمل المسؤولية وانخفاض في الثقة بالنفس وتقلب المزاج يميل الى الخجل والامبالاة والبكاء تكرر هذه الصفات تؤدي الى ظاهرة الاكتئاب النفسي " (1)

ويؤكد لوكو وهيرشي (Lugo & Hershey) ان الشعور بالذنب يمكن ان يكون ايجابياً كما أسفلنا ويساعد الرياضيين على التحسس والتعلم في مجال البيئة الرياضية التي هم جزء منها وفي مواجهة دائمة ومستمرة معها ألا أنه في اغلب الأحيان يكون الشعور بالذنب سلبياً فمن المستحيل تقريباً تقادي كل المحرمات والتوقعات التي يضعها المجتمع والبيئة التي يعيش بها كل فرد ويتواصل معها في الفشل المستمر في الأداء العالي والحصول على انجازات رياضية عالية في المنافسات او أرضاء الجمهور والصحافة والمدرّب مثلاً يمكن ان يؤدي الى زيادة العبء الاضافي للشعور بالذنب وهناك حقيقة أخرى يواجهها اللاعبون تأخذ الجانب البايولوجي مدخلاً مهماً في ترسيم سلوك وانفعال اللاعبين والمعاناة الحقيقية للشعور بالذنب وغالباً ما تكون أعمار اللاعبين في ذروة المواجهة مع النشاطات الجنسية الحقيقية والمتخيلة لتكون أمامهم مصدراً للشعور بالذنب وخاصة لدى الرياضيين الواعيين او الملتزمين دينياً وهذا يؤدي الى عجز في هذا الجانب في الذنب غير الضروري (أي المرتفع) ممكن ان يكون تدميراً لكن إذا كان الشعور بالذنب تأديبياً فقد يمنع الفرد من تكرار السلوك نفسه في المستقبل .

(1) Lugo , James o . and Hershey , Gerald L , (1976) ; Living psychology , Macmillan publishivg co . Inc , newYork .



اذ يتفق علماء النفس على ان وظيفة الشعور بالذنب ينبغي ان تكون في سياق اجتماعي حضاري ووفق المعايير الأخلاقية ، ومن المواقف التي تؤدي الى الشعور بالذنب ادراك الفرد انه قام بعمل يتعارض مع الضمير او ان هذا العمل لا يتناسب والاحكام الاجتماعية والاخلاقية السائدة وهذه الحالة هي شعور سوي وايجابي ذو قيمة تهذيبية كبيرة للفرد تثير فيه بعض الخصائص والسمات والمميزات المحددة يعرفها الفرد ويدركها بوضوح كالتورط في كذب او نميمة او تجاوز او تقصير مع زملاءه في التدريب او المنافسة " (1)

وهذه الحالة لا تظهر في مرحلة عمرية محددة او معينة وانما في مراحل حياته المختلفة وتستثار حين يسيطر على الفرد توقع او شعور لمخالفة قاعدة اجتماعية سائدة او خرق لمعيار من المعايير ، وبالتالي فأن هذا الخرق سوف يؤدي الى حالة من عدم الاستقرار والقلق وبراوده أحساس بالشعور بالذنب . (2)

وقد يحدث الشعور بالذنب نتيجة ارتكاب الفرد عملاً عدوانياً إزاء لاعب او مدرب او حكم بالضرب او الكلام حيث يشعر بعدها هذا الرياضي بالذنب لمدة قصيرة وقد تطول هذه المدة (3) ويمكن ان ينبع هذا الشعور نتيجة الاخفاق في تحقيق ما توقع منا فهو ينشأ في أثناء الطفولة مثلاً الممارسة الأولى للألعاب الرياضية عندما لا نستطيع ان نتفادى المحرمات التي يضعها الاباء والمجتمع فالطالبة التي مارست الرياضة دون علم الاباء رغم تحفيز الاباء بعدم الممارسة فأنها سوف تشعر في الاخفاق بالالتزام بتعلم القواعد الانموذجية ستشعر بالذنب في انتهاكها القواعد والمحرمات فاذا كان الاباء صارمين جداً حتى التفكير بالمحرمات يجلب الشعور بالذنب ويكون الضمير قاسياً جداً بحيث يشكل حركة الطفل ونشاطه ويشعر بالخجل والمذلة والاشمئزاز من الذات .

(1) راجح احمد عزت ؛ الامراض النفسية والعقلية اساليبها وعلاجها واثارها الاجتماعية ، القاهرة ، دار المعارف ، 1964 ، ص137 .

(2) كونجز ،جون وموسن واخرون ؛ سيكولوجية الطفولة والشخصية ، (ترجمة) احمد عبد العزيز وجابر عبد الحميد ، (القاهرة ، دار الحكمة ، 1970)،ص290 .

(3) هيثم احمد الزبيدي ؛ مصدر سبق ذكره ، ص4 .



ونظراً لأهمية موضوع الشعور بالذنب فقد حظي باهتمام العديد من الباحثين بالدراسة والبحث ومن هذه الدراسات ما تناول اثر الاحساس بالذنب مع الصحة النفسية والجسمية فقد أشارت البحوث الحديثة الى ان الشعور الحاد او الدائم بالذنب يؤدي الى الاصابة بعدد من الامراض العضوية والجسدية منها " (1)

1- الذبحة الصدرية (Angina Pectoris)

2- ارتفاع ضغط الدم (Hypertension)

3- تهيج القولون (Irritable Syndrome)

او الاصابة ببعض الامراض النفسية الدائمة مثل الاصابة بالوهم ومن ثم ظهور الوسواس المرضية او اعتقاد الفرد بأنه أصبح مستهدفاً من الاخرين وبالتالي تولد لديه شعور بعدم القدرة على اتخاذ القرار بشأن الأمور الخاصة به وانه غير قادر على التفكير وتتملكه حالة من اليأس (2).

وكذلك كرهه لذاته وتعرضه الى عدد من الاضطرابات النفسية ، وكشف بحث جديد لمجموعة من الباحثين في المؤتمر السنوي لجمعية الامراض النفسية البريطانية المنعقد في مدينة (وينج ستر) ان الناس الذين يشعرون بوغز الضمير تجاه ملذات الحياة أنما يضررون بصحتهم ونقل قدرة جهازهم المناعي على مقاومة الامراض ، وتقيد الدراسات السريرية ان ترك المصاب بالشعور الحاد والدائم بالذنب من دون علاج نفسي يؤدي في كثير من الحالات الى الاصابة بعدد من الامراض الجسدية وانه يترتب على ذلك أضرار فعلى المستوى الفرد يتضح ان هناك تعقيداً متزايداً في حالته النفسية نفسية سلبية على علاقاته الأسرية والاجتماعية والمهنية . اما على مستوى المجتمع فأن وجود نسبة المصابين بالشعور بالذنب مهما كانت قليلة فأنها ضعفاً او خسارة في طاقات

(1) هيثم احمد الزبيدي : مصدر سبق ذكره ، 1999 ، ص 2 .

(2) جاسم فياض الشمري : الشعور بالذنب لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة اداب المستنصرية ، العدد 37 ، 2001 ، ص 237 .



عدد من أفرادهم ، وتؤثر سلباً على سيرة تطور المجتمع وخطته التنموية فضلاً عن انشغال مؤسسات المجتمع الخدمية ، الطبية ، الطبية النفسية في توفير ما يحتاج إليه هؤلاء من خدمات " (1) (2)

وهناك نوع آخر من الدراسات بحثت عن مصادر الشعور بالذنب وقد وجدت ان من أهم مصادر الشعور بالذنب هي الأسرة وخصوصاً الآباء والأمهات فضلاً عن المجتمع بمختلف فئاته والمعايير الاجتماعية والدينية التي يكتسبها الطفل من خلال عملية التنشئة الاجتماعية ومعرفة قائمة المسموحات والممنوعات وبالتالي المخالفة التي تؤدي الى مشاعر الذنب وعن طريق التقليد والمحاكاة يتم ادخال سلوكيات وأساليب في تناول الأسباب وراء الخطأ مما يولد مشاعر الذنب والألم النفسي اتجاه ذات الفرد اذا ان نواهي وأوامرها وضوابطها ووصاياها وتوجيهاتها وتحذيرها هي التي تحدد درجة نقاوة الضمير أي درجة الشعور بالذنب " (3)

اما في البيئة الرياضية فهناك عدة عوامل فاعلة تعمل على تعرض الرياضيين واللاعبين الشعور بالذنب وتمثل هذه العوامل (المدرب ، الهيئة الادارية للنادي ، الصحافة ، الجمهور) احياناً نلتقي مع ما ذكر في أعلاه قوانين وأنظمة المجتمع والأسرة مما تزيدها تعقيداً على حالة اللاعب النفسية وتجعله أمام مشاعر الحزن والضيق كسمة مألوفة بشكل خاص في حياته مما تؤدي الى الاخفاق المتكرر حتى يصل الى الفشل وهو الشكل المعتاد من لوم الذات والارباك وعدم الرضا " (4)

(1) حسن محمود شمال ؛ سيكولوجية الفرد في المجتمع ، (القاهرة ، مطبعة الافاق العربية ، 2001) ، ص 306 .

(2) حميدة سميسم ؛ الحرب النفسية ، (بغداد ، مطبعة دار الكتب ، 2000) ، ص 245 .

(3) ابراهيم كاظم العظماوي ؛ معالم سيكولوجية - الطفولة والفتوة والشباب ، ط 1 (بغداد ، مطبعة دار الشؤون الثقافية ، 1988) ، ص 305 .

(4) سيد صبحي محمد ؛ الرضا لمن يرضى ، دراسة في الصحة النفسية ، (القاهرة ، المطبعة التجارية الحديثة ، 1987) ، ص 267 .



2-1-6 كيف يحدث الشعور بالذنب للرياضيين :

هناك استفسارات عديدة ممكن ان تتوضح من خلال التعرف على كيفية حدوث هذه الظاهرة النفسية للرياضيين وكيف يواجهونها في اثناء المنافسات الرياضية وبعدها وقبل ممارسة الأنشطة الرياضية والاجابة على ذلك تحتاج التعرف على طبيعة الممارسة الرياضية ، وهي متطلبات واقعية للتدريب المتواصل ودخول المنافسات الرياضية من خلالهما يتعلم الرياضي المهارة - الخطة - الالتزام الأخلاقي التربوي في تطبيق مجالات ممارسة الألعاب الرياضية وحسب القواعد والقوانين لغرض البناء المهاري ومستوى الاداء مع مواجهة البيئة الرياضية (الجمهور ، الزملاء ، المدرب ، الذات) وخلال هذه الممارسة يحدث الشعور بالذنب اذ لا يتم قبل النشاط ولكنه يحدث أثناء وبعد النشاط " (1)

وفي اثناء ممارسة النشاط الرياضي تحدث أخطاء بسيطة تستلزم من اللاعب اصلاح هذه الأخطاء البسيطة بطرق ومحاولات تأخذ جوانب متعددة في بناء أساليب التعلم والممارسة العملية الفعلية لمستوى الأداء وطبيعة والغرض تلافي الأخطاء واصلاحها عن طريق اللاعب نفسه او المدرب (التغذية الراجعة) وهي حالة متقدمة نحو ادراك الخطأ البسيط واصلاحه وهناك نوع ثان من الأخطاء هو الأخطاء الكبيرة والتي من خلالها تثير مشاعر اللاعب بالشعور بالذنب وخاصة في اثناء وبعد المنافسات الرياضية السبب يعرفه الفرد وأحيانا الشعور بالذنب السبب لا يعرفه الفرد (صراعات لانا) .

وقد تكون مشاعر الذنب عابرة تمر على كل فرد وتختفي مثل الانفعالات وبعضها لا يكون عابراً وتكون مدته طويلة يتحمله الفرد يحتاج الى قدرات عقلية عالية جداً ليفهم ويدرك الموقف بشكل سليم حتى يتخطاها بقوة مثل تأنيب النفس ولوم الذات والندم على الخطأ ، لذا يجب حسن استغلال هذه المواقف والفرص المتاحة بالوقت المناسب وحسن اختيار البدائل والتوقعات

(1) سامي غنيم محمد مطاوع : بناء مقياس الشعور بالذنب للرياضيين ، اطروحة دكتوراه ، (القاهرة ، جامعة حلوان ، 2003) ، ص40 .



فالمنافسات الرياضية غنية بالسلوك والأفعال لمواجهة المواقف السريعة والمرتفعة الشدة فيها جميع خبرات ومهارات وفكر اللاعب المكتسبة بالتدريب تحت ضغط وجود منافس تحكّمها اختيارات حتمية فقد يختار الماضي الذي يؤدي للشعور بالذنب والأسى على الفرص التي ضاعت وقد يختار المستقبل فيمتلكه القلق الذي ينبع من عجزه عن التنبؤ بالمجهول رغم ان الفرد لا يستطيع التحكم في تغيرات حياته إلا أنه مسؤول عن ضبط استجاباته واختياراته وأنشطته " (1)

مواجهة ذاته ونفسه ومحاسبتها عما حصل عليه من أخطاء وسلوكيات تتحول الى مشاعر ظاهرة التحدي في مواجهات المنافسة الفردية في الألعاب الرياضية والتي يرتبط مستوى أدائها مع مراكز الرياضيين في المنافسة يجعل من لاعبي الجمناستك ومعتقدات مؤلمة وحزينة او حالة من الرضا من الرضا والارتياح كلا حسب ما سبقه من أداء حزين الساعات الطويلة والشاقة في التدريب للوصول الى المستوى الأمثل في الأداء لكن ذلك لا تخلو على قدر من الاتزان الانفعالي لإدامة الثقة بالنفس فتعزيز الروح المعنوية لتوفير درجات ثابتة في سلم النتائج الايجابية والسارة للرياضيين ولكنها لا تخلوا أحياناً من ارتكاب لبعض الأخطاء الفنية والبسيطة وهذه صفة دائمية تقريباً أمام كل لاعبي الجمناستك ثمن هذه الأخطاء غير محسوبة والمتوقعة تحرك كل الدوافع الذاتية والنفسية للشعور بالخطأ ولوم الذات ومحاسبتها وأحياناً تكون ظاهرة ايجابية وصحية اذا كان خطأ اللاعب والشعور بالذنب واقعياً ممكن اصلاحه والإفادة منه .

لا يوجد لاعب في كل الألعاب الرياضية تخلو حياته وسلوكه في أثناء التدريب والمنافسات من الخطأ وبعض المشاكل التي تؤدي لعدم استغلال أقصى قدراته وإمكانياته التي وصل اليها والوقوع في منحدرات الخطأ والمشاكل هي أسباب واقعية لظهور مشاعر الذنب وهي حالة

(1) كوفيل - (ترجمة) محمد الزيايدي : الامراض النفسية ، (القاهر ، مكتبة سعيد رأفت ، جامعة عين الشمس ، 1998 ، ص 211 .



سريعة الظهور ليس لها وقت محدد او معلوم في أثناء المنافسات الرياضية لانها مرتبطة بعدة عوامل منها :

1-العوامل الداخلية : هي العوامل الوظيفية والفسولوجية والاجتماعية والانفعالية ومستوى

قدرتها وشدتها على سمات اللاعب وأفكاره وخبراته ودوافعه ومستوى القلق وغيرها .

2 - العوامل الخارجية : دائما تكون العوامل الخارجية (الجمهور ، الحكام ، المنافس ،

الاجهزه والأدوات ، الطقس ، الملعب ، الوقت) مرتبط في بيئة المنافسات الرياضية

وهي بيئة دينامية ذات طابع موقفي غير متكرر تحتاج الى خبرات عالية جداً

لاستغلال كل مستجدات العوامل الخارجية وحالاتها الطارئة بحكمة ودراية عاليتين

وأحيانا يكون للمدرب نصيب مشترك مع الرياضي في ترويض هذه العوامل لحسن

استغلال المواقف والفرض أول بأول مع حساب كل البدائل والتوقعات لتحقيق الهدف

في المنافسة.

ومما سبق يتضح لنا اللاعب الرياضي وسط هذه المحددات والصعوبات ومهما كان على

مستوى عال وقدر من الاتزان الانفعالي فلا بد ان يرتكب بعض الأخطاء او لا يستطيع ان

يقدم بما عليه من دور في أول او أثناء المنافسة لا سباب واضحة او غير واضحة او يسيء

للآخرين او تصرف غير سليم في الفرص المتاحة له او تصرف بشكل غير مثالي وفقاً

لإمكانياته التي لم يحسن استغلالها او وفقاً لمبادئه ينتج عنه عدم تحقيق سبق له او لفريقه من

انجازه فيقوم بمراجعة نفسه وتصاحب هذه المراجعة آلام وندم وحزنه ومعاناة او رضا او ارتياح

كلا حسب ما سبقه من أعمال .

الشعور بالذنب يجد اللاعب نفسه فيها فاشلاً في تحقيق إمكانياته فاللاعب قد يختار من

القرارات التي تحكمها خيارات حتمية فقد يختار الحاضر الذي يؤدي للشعور بالذنب والأسى

على الفرص التي ضاعت . وقد يختار المستقبل فيتملكه القلق الذي يتبع من عجزه عن التنبؤ

بالمجهول ، رغم ان اللاعب أحيانا لا يستطيع التحكم في تغيرات حياته الرياضية والاجتماعية



الا انه مسئول عن ضبط استجاباته واختياراته وأنشطته ، الشعور بالذنب ليس شعوراً معوقاً في حد ذاته فالشعور بالذنب مكون رئيسي من مكونات شخصية الرياضيين ذو أصول وثوابت انفعالية وعقلية واجتماعية وخبرة مشتركة بالرغم من واختلاف المجتمعات والثقافات ، لان ممارسة الأنشطة الرياضية والألعاب المختلفة وكذلك المنافسة فهي قائمة على المحاولات الدائمة والمستمرة مهما كانت نتيجة المحاولات فالرياضي لا يفقد الأمل ويقوم بمحاولات جديدة حتى يكتب لها النجاح والتفوق في تحقيق الأهداف وهذا ما يميز المجال الرياضي بالديناميكية الدائمة⁽¹⁾

والألعاب الفردية في المنافسات الرياضية لها خصوصية في رسم خارطة موقع اللاعبين في تحقيق الفوز او الخسارة بما يتناسب وإمكانيات وأداء اللاعبين في كل منافسة ولم تسمى أبداً هناك لعبة او فعالية باسم لاعب واحد على مدار سنوات البطولات العالمية للألعاب الرياضية كافة .

7-1-2 مفهوم الصلابة النفسية (Hardiness)

رأت الباحثة من الا جدر أن تعرض مفاهيم مختلفة من أفكار العلماء في المراجع والمصادر على وفق اختصاصات متعددة في علم النفس وصولاً لمفهوم محدد تعتمده الباحثة .

1- ويشير محمد العربي شمعون (2007) ان الصلابة بشكل عام مفهوم متعدد الأبعاد

(Multi Dimensions) فهو مثلث الأبعاد ويتضمن الصلابة البدنية ، الصلابة

العقلية ، الصلابة الانفعالية .ويمكن تعريف الصلابة Toughness بأنها القدرة على اتساق

الأداء في اتجاه الحدود القصوى للموهبة والمهارة بغض النظر عن ظروف المنافسة وتتميز

الصلابة بالمرونة وسرعة الاستجابة ، القوة ، التكيف تحت الضغوط .

2 - أما رأي سنجر وآخرين (Singer et al) 2001 ، ان الصلابة هي سمة تضم مجموعة

متألفة من الخصائص النفسية (Constellation of Characteristics) هي الالتزام



Commitment ويقصد به التعهد النفسي بانجاز الأهداف مع العزم والإصرار والتحكم
Control ويقصد به اعتقاد الفرد انه باستطاعته التأثير في مجريات أحداث الحياة .
والتحدي Challenge يقصد به اعتقاد الفرد ان التغيير أكثر طبيعية من الثبات كما انه
شيق وايجابي ويعطى قوة دافعة للنمو الإضافي .

3- عرفها كوزي (Cozzi 1991) أنها متغير نفسي يساعد الفرد على تحمل الضغوط
والاحباطات ومواجهتها بنجاح حتى يتم تحقيق الأهداف .

4 - اما فلورين واخرون (Florian et al 1995) فعرفوا الصلابة النفسية على انها متغير
داخلي يعدل او يخفف من تأثير الضغوط على الصحة الجسمية والنفسية .

8-1-2 نظريات الصلابة النفسية :

1- نظرية يونيج التحليلية (Yang Theory) (1875 - 1961) :

يعد كارل كوستاف يونيج مؤسس علم النفس التحليلي تتسم نظريته للنوع البشري بأنها تقدمية
فهو يرى ان الافراد يستمرون في التحسن نحو المستقبل ليس للامام فحسب بل للأعلى وهذا
ما اسماه بالتحقيق الأسمى وهذا من شأنه ان يجعل الفرد يتعايش مع تجارب الاحداث ويتوقع
حدوثها لان نظرة الفرد للمستقبل وحالته النفسية هي التي تحدد تحركاته في تحقيق وجوده
الذاتي" (1)

وقد ميز (يونيج) الشخص القوي الصلب بأنه يحاول ان يتطور ويتوسع ويتغير نحو الأفضل
والأشخاص الصلبون هم أشخاص متعاونون لانهم يخلقون بتعاونهم حماساً وقوة لا حد لها في
مواجهة الظروف الصعبة لان تعاون لا يثير الروح المعنوية والنفسية بداخلهم ويحفزها فحسب
بل يخلق الكفاءة العالية ويضاعف المقدرة ويقوي العزيمة والمقاومة وهذا التماثل بين الافراد هو
توليف الأمور ومشاطرت مجرياتها والعادات والتقاليد والقوانين وأساليب الحياة ، اذن وان
بحسب وجهة نظر (يونيج) ان ما يزيد الفرد صلابة ويجعله أكثر قدرة على تغيير الأوضاع

(1) سالم عبد الله المبرجي ، عبد الله علي ابو عراد الشهري ؛ الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى
بمكة المكرمة : بحث منشور في مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية ، (جامعة المنيا ، أكتوبر ، 2008) .



هو بمواجهتها من خلال التوجه نحو المستقبل والمساندة والمشاركة والتعاون والالتزام وتحمل المسؤولية " (1)

2- نظرية كارين هورناي (Karin Horney) (1882 – 1952) :

ترى (هورناي) ان البيئة الاجتماعية لها دور أساس في تشكيل شخصية الانسان وتحديد مدى توافقها وشعورها بالكفاية او عدمه ومن خلال علاقة الفرد مع ذاته ومع الاخرين ومن خلال الحب والتقبل والشعور بالقوة والصلابة النفسية والانجاز .

فالفرد الذي يشبع حاجاته من خلال البيئة الاجتماعية تخلق لديه توجهات ايجابية وهي التعايش مع الاخرين والعمل معهم بكل ارادة وصلابة في مواجهة كل الظروف والشعور بالقوة في مواجهة العالم الخارجي والشخص الذي يثبت على هذه الحالة تتسم شخصيته بالصلابة وعدم الاتكالية على الاخرين في سد حاجاته النفسية والبيولوجية .

اما بالنسبة للتوقعات فقد أعد (هورناي 1942) ان التوقعات الايجابية او المتفائلة احدى المبادئ المهمة المستخلصة من نظريتها ويتضمن ماياتي (ان الانسان لديه القدرة على التغيير) فقد عدت الشخصية الانسانية شخصية صلبة ليست جامدة في تكوينها على خبرات الطفولة وتعزو ذلك الى الضبط وقوة الارادة والميول القوية الكافية للابتعاد عن الاندفاعات المتصارعة البعيدة عن السيطرة " (2)

3- نظرية التوقع لفرورم (Expectancy Theory) (1900 – 1980) :

وهي من النظريات التي اهتمت بكيفية نشوء السلوك الانساني وكيفية توجيهه وتحريكه واستمراره وتوقفه وأطلق على هذه النظرية ومثيلاتها بنظريات الدافعية ، وتعد هذه النظرية من أكثر نظريات التوقع في تفسير الدافعية وأهميتها والتي قدمها (فرورم) واعدها عملية توجه الاختيارات (Choices) نحو القيام بنشاط معين او العدول عن القيام به من بين عدة بدائل مختلفة لنشاط ارادي ومفهوم ويشير التوقع الى (قوة اعتقاد الفرد بان تصرفاً معيناً يؤدي الى

(1) كمال دسوقي ؛ النمو التربوي للطفل والمراهق ، (دار النهضة العربية ، بيروت ، 1979) .

(2) كارين هورناي : نظرية في الانفعالات ، (ترجمة) سامي محمود ، (دار المعرفة ، القاهرة ، 1965) .



نتائج معينة) أي انه يتعلق بالفرصة المتاحة والمحتملة لحدوث شيء ما تسبب في نشوء سلوك .ويأخذ هذا التوقع قيمة تمتد من الصفر ، وتشير الى قلة احتمال وجود فرصة في الحصول على نتيجة معينة سوف تتحقق عن السلوك او التصرف المزمع القيام به ،وعندما تكون قيمة الاحتمالات لدى الفرد منخفضة سوف تترتب عليها دافعية وأداء منخفض وهكذا فإن التوقع يمكن النظر اليه على أساس انه يمثل صورة للاحتمالات (probability) وان التوقع يمثل أدراك الشخص مدى صعوبة او سهولتها أداء مهمة ما احتمالات تحقيقها

وان الأفراد تزداد صلابتهم ودافعيتهم ويزداد مستوى أدائهم عندما يعتقدون او يجدون ان الأعمال التي يقومون بها جذابة (Ahractive) وذات فائدة لهم ولغيرهم وهي التي تشعرهم بأنهم قادرين على انجازها والتغلب على صعوباتها وعلى النحو الاتي :

الأداء هو محصلة الدافعية مضروبة في مقدرة الفرد النفسية والجسدية $d = (f \times m)$ يمكن القول ان الصلابة النفسية والشخصية تتبع من اعتقاد الفرد وادراكه في الوصول الى ناتج معين لتصرفه او سلوكه يتحدد على أساس المفاضلة بين النتائج المحتملة لتصرفاته ومستوى أدائه وكذلك على أساس درجة ونوع ادراكه فان ناتج معين في الأداء سوف يترتب عليه تحقيق ناتج معين من المكافأة المادية والمعنوية فأذن الأساس الذي تعتمده نظرية التوقع هو الناحية الإدراكية للفرد وأكثر فروم (Fromm) على ان الوعي بالواقع الموجود وباستمرارية تقدمه يساعد على تغيير الواقع نحو الأفضل لكن ليس بالضرورة ان ما يتوقعه الفرد يحدث بالفعل ففي أحيان كثيرة هناك تباين بين الإدراك الفعلي للشيء كما هو بالواقع وبين الإدراك المتوقع للشيء كما هو مفترض او محتمل ويعد فروم هذا التباين بين الإدراك الواقعي وغير الواقعي المصدر الأساسي لاستثارة والتحفيز نحو القيام بعمل ما .

كما رأى فروم اننا نمتلك قوة داخلية وحافزاً للنمو والتطور وتحقيق إمكاناتنا وبعدها مهمتنا الأساسية في الحياة والتي يمكن ان تكون فيها على وفاق تام مع الاخرين ومع أنفسنا والتي تتمثل بالاستثمار الكامل والمستمر لطاقتنا النفسية وقابليتنا البدنية .



9-1-2 السمات الشخصية ذوي الصلابة النفسية :

بينت الدراسات والبحوث ان هناك ثلاث سمات ميزت من يتسم بالصلابة النفسية وهي

(كويازا)⁽¹⁾

1- الالتزام (Commitment) : تعني قدرة الفرد على المشاركة والالتزام بجميع النشاطات

الحياتية او نزعة الفرد لربط حياته بصورة كاملة في ظروف الحياة المتعددة بما فيها العمل والعائلة والعلاقات الشخصية والأعراف الاجتماعية . ان الأشخاص الملتزمين يلجأون الى الآخرين عندما تصادفهم ضغوط الحياة ومشكلاتها عند الحاجة وهم عون في الشدائد والنوائب وأنهم بهذه العلاقة يؤمنون بأن ذلك سندا لهم في تخفيف الضغوط مما يزيدهم رغبة في عدم ترك الوسط الاجتماعي ، وكذلك فإن من سمات الشخص الملتزم التمتع بالاستقلال الذاتي والشجاعة وتحمل المسؤولية⁽²⁾

2- السيطرة (التحكم) (Control) : ان هؤلاء الأفراد قادرون على ضبط الأحداث او

التأثير فيها بخبراتهم الخاصة وهذا يعني احساس الفرد بالاعتقاد بأنه قادر على التأثير في مجرى الأحداث وهولا الأفراد بصحة أفضل من أقرانهم الذين لا يمتلكون هذا الاحساس وكذلك يتسمون بدرجة عالية من الصلابة النفسية بما يكون ذوي التحكم الداخلي ويشير مفهوم التحكم والسيطرة او الضبط الى كيفية أدراك الفرد لمواجهة الأحداث في حياتهم وكيف يدرك البيئة ويسيطر عليها .

أنواع التحكم او السيطرة هناك نوعان من التحكم هما :-

- التحكم الداخلي .

- التحكم الخارجي .

(1) Kobasa , Suzanne . C . (1982) Hardness & healthy A prospective study . g . of personality and Socialpsy chology .

(2) زيد بهلول سمين : الأمن والتحكم النفسيان وعلاقتها بالصحة النفسية ، أطروحة دكتوراه ، (بغداد ، المستنصرية ، 1997) ، ص 80 .



يعزى الفرد انجازاته وأعماله السلبية او الايجابية الى المقدره او الصدفة او الاخرين فهذا يتدرج تحت فئة ذوي مركز التحكم الخارجي وبالعكس فان الأشخاص الذين ينسبون التغيرات الحاصلة السلبية والايجابية في انجازاتهم لجهودهم فانهم يصفون ضمن فئة ذوي مركز التحكم الداخلي .

ومن المعلوم ان مفهوم التحكم الداخلي او الخارجي شأنه شأن الأبعاد النفسية الأخرى يتوزع على مقياس مستمر وتشير الدراسات الى ان الأفراد ذوي الدرجة العالية في التحكم الداخلي يتمتعون بدرجة عالية من الرضا الوظيفي وقل اغتراباً من بيئة العمل وأكثر اندماجاً في مهامهم الوظيفية وأكثر قدرة على مواجهة الضغوط " (1)

وفي المقابل فان الافراد ذوي الدرجة العالية في التحكم الخارجي يقعون في الجانب السلبي من هذه المتغيرات الى جانب أنهم يعزون أدائهم غير المرضي الى رؤسائهم المباشرين او زملاء لهم في العمل فالتحكم هو مدى اعتقاد الفرد انه بإمكانه ان يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم ما يأتي:

- 1 - القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة .
 - 2 - التحكم المعرفي : أي القدرة على التفسير والتقدير للأحداث الضاغطة .
 - 3 - القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز والتحدي .
- 3 - **التحدي (Challenge)** : هو التصور المبني على ان حالة التغيير وعدم الاستقرار حالة حتمية يجب التعامل معها واستثمار ذلك للنمو الشخصي . أي ان الضغوط وحالات التهديد فرص يمكن استثمارها لصالح الفرد وان التحدي الذي يتمسك بهؤلاء الأشخاص مبني على الثقة بالنفس والتصميم الذاتي . وان ذوي الصلابة العالية ينضجون بدرجة عالية نتيجة خبراتهم الجديدة . وهو كذلك اعتقاد الفرد . أما ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري أكثر من كونه تهديداً له مما يساعده على المبادأة واكتشاف البيئة ومعرفة

(1) Robbins , S . (1997) Essentials of orgin zarion behavior (5 thed) upper sadder River . N .G . pentice Help .



المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد في مواجهة الضغوط بفاعلية وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على سلامة الأداء النفسي للفرد على الرغم من التعرض لإحداث سلبية ضاغطة " (1)

10-1-2 خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة والمنخفضة :

الصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومته وقائي يقلل من الاصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للضغط وتزيد من استخدام الفرد لأساليب المواجهة الفعالة واستخدام لمصادر الشخصية والتنشئة الاجتماعية المناسبة تجاه الظروف الضاغطة .

أولا : خصائص ذوي الصلابة المرتفعة

حددت كوبازا (1983) وكذلك مادي وآخرون (1998) الى ان أهم خصائص ذوي

الصلابة المرتفعة هي :

- وجود نظام ديني وقيمي لديهم يقيهم من الوقوع في الانحراف او الأمراض النفسية او الادمان .
- الالتزام والمساندة للآخرين عند الحاجة
- المبادرة والنشاط .
- المثابرة وبذل الجهد والقدرة على التحمل والعمل تحت الضغوط .
- القدرة على الانجاز والابداع .
- الميل والقيادة .
- القدرة على الصمود والمقاومة .
- التفاؤل والتوجه الايجابي نحو الحياة .
- القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة .
- الهدوء والقدرة على التنظيم الانفعالي والتحكم بها .
- أدراك التحكم الداخلي .
- التحكم المعرفي في القدرة على التفسير والتقدير لاحداث الضاغطة .



- الاعتقاد بأن النجاح في الحياة يعود للعمل والمجهود وليس لعوامل الحظ والصدفة.
 - القدرة على تحقيق الذات .
 - شعور عالي بالثقة بالنفس وتقدير الذات .
 - توقع المشكلات والاستعداد لها .
 - القدرة على إتقان العمل والتجديد والارتقاء .
 - الشعور بالرضا واعتبار الاحداث الضاغطة أمراً طبيعياً وليس تهديداً لهم .
 - الممارسات الصحية (نظام غذائي ، ممارسة الرياضة ، عدم التدخين ... الخ)
- وترى الباحثة في خصائص ذوي الصلابة المرتفعة :

هناك ترابط أساسي وفعال في بعض الخصائص لذوي الصلابة النفسية المرتفعة وخاصة في البيئة الرياضية الا وهي التوافق الفعال في مظاهر الشخصية السوية ولديه تحمل عالٍ والتعامل مع الضغوط والآلام والمشاق وكل الصعاب المحتملة ومواجهتها لحلها وعدم انتظار حدوثها ووضع الأهداف المستقبلية مع الاستفادة من خبرات الفشل في التدريب والمنافسات الرياضية لتزيده قوة وامتعة وتطوير ذاته لكل ما لا يرغب فيه من مواقف وأحداث طارئة بالإضافة لبعض الخصائص التالية :

- القدرة على تحمل الإحباط والفشل .
- قدرة الرياضي على ضبط النفس .
- القدرة على مقاومة الأمراض النفسية والجسمية .
- القدرة على الانجاز والابداع .
- القدرة على الصمود والمقاومة .
- الصلابة النفسية المرتفعة تعطي معنى خاص ليعيش الفرد بوجوده ويتحمل مسؤولية أعماله الخاصة بكل دارية وثقة وهدوء .



ثانيا :خصائص ذوي الصلابة المنخفضة

- التشاؤم والتوجه السلبي نحو الحياة ، لا وجود أهداف مستقبلية لديهم .
- شخصية ضعيفة يتبع الاخرين لا يستطيع اتخاذ القرار والاختيار .
- يؤمن بالصدفة وضربة الحظ في أعماله كسول يعتمد على الاخرين .
- شعور ضعيف بالثقة بالنفس وتقدير الذات .
- لا يتحمل الضغوط وعدم المقدرة على التحكم في الانفعالات
- ضعيف الارادة والصمود والمقاومة .
- يتسمون بالاحباط والخجل عرضة للأمراض الجسمية والنفسية .
- اعتبار الأحداث الضاغطة تهديداً لحياته ولا يملك أي استعداد لها .
- الشعور بعدم الرضا عن الذات وعدم الاستفادة من خبرات الفشل .

وترى الباحثة في خصائص ذوي الصلابة المنخفضة :

فأنهم يتصفون من حيث بنيتهم النفسية وقدراتهم بعدم تحمل الازمات والمشكلات حيث لا يمكنهم التعلم من التجارب السابقة التي يمرون بها مما يبعدهم بالمشاركة وبجميع النشاطات الحياتية مما تزيد الفرد التعرض الى الضغوط لابتعادهم عن الوسط الاجتماعي والعلاقات الشخصية فتمثل في اتصافهم بعدم الشعور بهدف لا أنفسهم ولا معنى لحياتهم يتفاعلون مع بيئتهم بايجابية ويتوقعون التهديد والخوف المستمر والضعف في مواجهة الاحداث الضاغطة المتغيرة ويفضلون ثبات الاحداث الحياتية وليس لديهم اعتقاد بضرورة التجديد والارتفاع كما انهم سلبيون في تفاعلهم مع الاخرين وعاجزون عن تحمل الأثر السلبي للاحداث الضاغطة

11-1-2 المضمن التطبيقية للصلابة النفسية :

من أهم المتغيرات التي تساعد الفرد على الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية في مواجهة الضغوط هو الصلابة النفسية ويمكن الاستفادة منها في المجالات الآتية " (1)



1- **النشأة الاجتماعية** : ان نمو الصلابة النفسية يتوقف على طبيعية العلاقات بين الوالدين وأبنائهم وتشجيعهم على اتخاذ القرارات بأنفسهم في حل المشكلات المناسبة لهم والمبادرة والاستكشاف والاقترام والتحدي يجعلهم أكثر صلابة وشعوراً بالقيمة والفاعلية ويكون لديهم صلابة نفسية فلا بد من أساليب التنشئة وأشعار الأبناء بالدفع الذي يمثل قاعدة الامن والأمان والتحكم والتحدي وتحقيق الذات .

2- **البرامج الوقائية والإرشادية والعلاجية** : يجب ان تركز البرامج الوقائية والإرشادية والصلابية على الخبرات التي من شأنها ان تزيد من الصلابة النفسية وتساعد الفرد على التحدي والتحكم والمثابرة ومقاومة الضغوط .

3- **العلاقات مع الآخرين** : ان الصلابة النفسية عندما تتفاعل مع المساندة الاجتماعية فإن الآثار السلبية للضغوط النفسية تقل كثيراً لدى الفرد ومن ثم فيجب إعطاء الأبناء الثقة في أنفسهم وفي الآخرين وتعلمهم طلب العون من الآخرين عند الحاجة مع الالتزام الأخلاقي تجاه الذات والآخرين .

4- **مجالات أخرى** : يمكن ان تفيد الصلابة النفسية ومكوناتها (الالتزام ، السيطرة ، التحكم) في الكثير من مجالات الحياة الأخرى منها على سبيل المثال .

- التخلص من الوزن الزائد .

- مقاومة الأمراض الجسمية وسرعة الشفاء منها .

- النجاح المهني والدراسي .

- التغلب على فقدان والفشل سواء أكان فشل في العلاقات ام في الدراسة والعمل

- النجاح في الألعاب والمسابقات الرياضية والمنافسة فيها .

- تدريبات القيادة والادارة .

- في تنمية القدرة والابداع .



- في المهمة التي تتطلب التعرض لضغوط مستمرة (الطبيب ، المحامي ، رجال الأعمال)

- في مرحلة المراهقة والشباب للمساعدة في تحقيق الأهداف وهوايتهم من خلال التحكم والتحدي والمثابرة .

12-1-2 الصلابة النفسية والأداء الرياضي :

أشارت دراسات علمية متعددة الى ان الرياضي او من يمارس الألعاب الرياضية يتميزون من غيرهم بسمة الصلابة النفسية من خلال قدرتهم الفائقة واللامحدودة على مجابهة الصعاب وعدم التكوين في حالات الفشل والهزيمة او عدم التوفيق في اللعب والمنافسات الرياضية والقدرة على تحمل النقد اللاذع دون فقدانه لاتزانه وبعض السمات لشخصيته وعدم الحاجة الى حماس وتشجيع الاخرين اليه في عمليات التدريب والمنافسات وبراها فرصة مهمة لتعزيز ذاته نحو كل حالات والمواقف الصعبة والسلبية بينما يسعى اللاعب الأخر الى تجنب هذه المواقف الصعبة لأنه يرى فيها تهديداً له .

اذن الصلابة النفسية في المجال الرياضي لها ارتباط وثيق بالقوة والتحمل والتصميم اذ ان الرياضي لا يستسلم بسرعة او بسهولة في اثناء المواقف الصعبة والحرجة ولكنه يسعى دائماً لتحسين قدرته على المقاومة لدرجة الإرهاق ويتمسك بأهدافه بغض النظر عن قيمة الوقت والجهد وهذه لها مؤشرات حاسمة على الدوافع وتحفيز كل حالات الاستعداد للانجاز طبقاً للفروق الفردية المختلفة في مواجهة الضغوطات المختلفة التي تتفاوت في أنواعها وشدتها .

وللصلابة النفسية أهمية كبيرة لدى الرياضيين بصفة عامة وتظهر بشكل خاص عند لاعبي الجمناستك لانهم يواجهون أصعب مراحل الضغوط النفسية في أثناء المنافسات الرياضية مهما تكن ساعات التدريب الطويلة والمضنية ولكن خطأ طارئ في المنافسة يجعل لاعبي الجمناستك أمام مواجهة مباشرة مع درجات الفشل والإحباط واذ اشارت الدراسات والبحوث الى وجود ارتباط ايجابي بين درجات اللاعبين في الصلابة النفسية ومستوى قدرتهم على التكيف كما انها من العوامل المخففة للإصابات بالأمراض ، وان لاعبي الجمناستك المحترفين وذوي



الخبرة العالية في الملاعب العالمية يتميزون بالصلابة والتحمل النفسي وهم أقل اضطراباً مزاجياً وأقل توتراً واكتئاباً وغضباً وتعباً وارتباكاً ولديهم شعور عال جداً في النشاط والتدريب والإصرار على إتاحة الفرصة الجديدة للتعرض والبقاء تحت دائرة الضوء والمنافسة المستمرة ويمكن تنمية الصلابة النفسية لدى لاعبي الجمناستك بما يأتي :

- تعويد اللاعبين المبتدئين على الجرأة والشجاعة وطرد كل حالات الخوف والتردد .
- التدريب والممارسة لكل المواقف التي ترتبط بوجود بعض العقبات او الصعاب التي يكثر حدوثها أثناء المنافسات الرياضية مثل تدريب لاعب ضد منافس قوي ذي قدرات عالية في أداء الحركات المختلفة .
- تقريب كل حالات الاضطرابات الفيزيائية والتدرج بالصعاب كالتدريب بالجو الحار او البارد والتكيف معها بشكل دائم .
- الكفاح في حالات الخوف او بعض الاصابات الرياضية والابتعاد عن ردود الفعل وما لها من تأثيرات جوهرية تجاه تأثيرات الاجهادات النفسية والتي تحدث في مراحل مختلفة هي :

- 1- مرحلة الإنذار او التنبيه للمواقف الضاغطة : بحيث يستنفر الجسم كل أعضائه بسرعة لمواجهة المواقف الضاغطة في افراز هرمونات الغدد الصماء مما يتركب عليها زيادة كل من سرعة ضربات القلب وحصول التنفس وتوتر في العضلات وزيادة في نسبة سكرالدم.
- 2- مرحلة المقاومة : يحاول جسم اللاعب في هذه المرحلة إصلاح كل من أنواع الضرر والقلق والخوف التي واجهها في المرحلة الأولى ويبدأ في تعزيز كل أساليب المواجهة والتحدي لكل حالات الضغوط النفسية والمواقف الضاغطة والتخلص منها وإزالة كل الأعراض المسببة لها لتفادي أضرارها المتعددة مع تسخير سبل النجاح والتقدم لإزالة العوائق والمواقف الضاغطة .

- 3- مرحلة الإنهاك : هناك فترات مستمرة تواجه الرياضي لكل حالات الضغوط والصعاب المتكررة عليه تضعف من مواطن القوة والمقاومة لكل المواقف الضاغطة لفترات طويلة



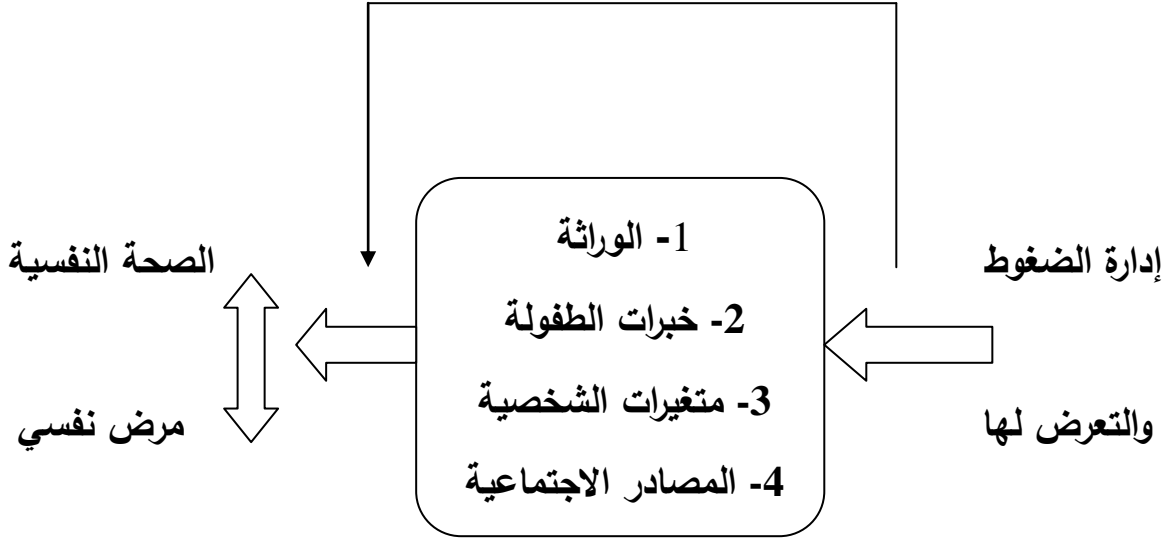
وبذلك تصل قدرة الجسم على التوافق منهكة لكل حالات الدفاع والمقاومة مما يواجهه الرياضي من خلال هذه المرحلة بعض المشاكل الصحية والوظيفية منها الصداع المستمر وقلة النوم وارتفاع ضغط الدم ، الفرصة ، الأزمات النفسية والعقلية مما يشكل تهديداً لصحة اللاعب ويصبح عاجزاً وضعيفاً لا يستطيع المقاومة ويتحمل مواقف الضغط لذلك من كل واجب في أثناء التدريب والمنافسة الرياضية يتطلب معرفة الخصائص الشخصية للاعب من الناحية النفسية والبدنية وان جهد التدريب لا ينجم فقط عن حجم التدريب وكثافته ولا من طول فترات الاستراحة وتكرار التدريب ورتابة الجهد وانما يتعين بحالة الرياضي النفسية والبدنية الآتية .

ان درجة تحمل النفسي للاعب تعتمد على ما يأتي " (1)

- 1- درجة تكوين خصائصه الشخصية وبضمنها أبعاد وتوجه نشاطه مثل (المواقف ، الاهتمامات ، الاحتياجات ، الأهداف)
- 2- تركيب الشخصية ونوع خصائصها .
- 3- الوضع النفسي الجسدي .

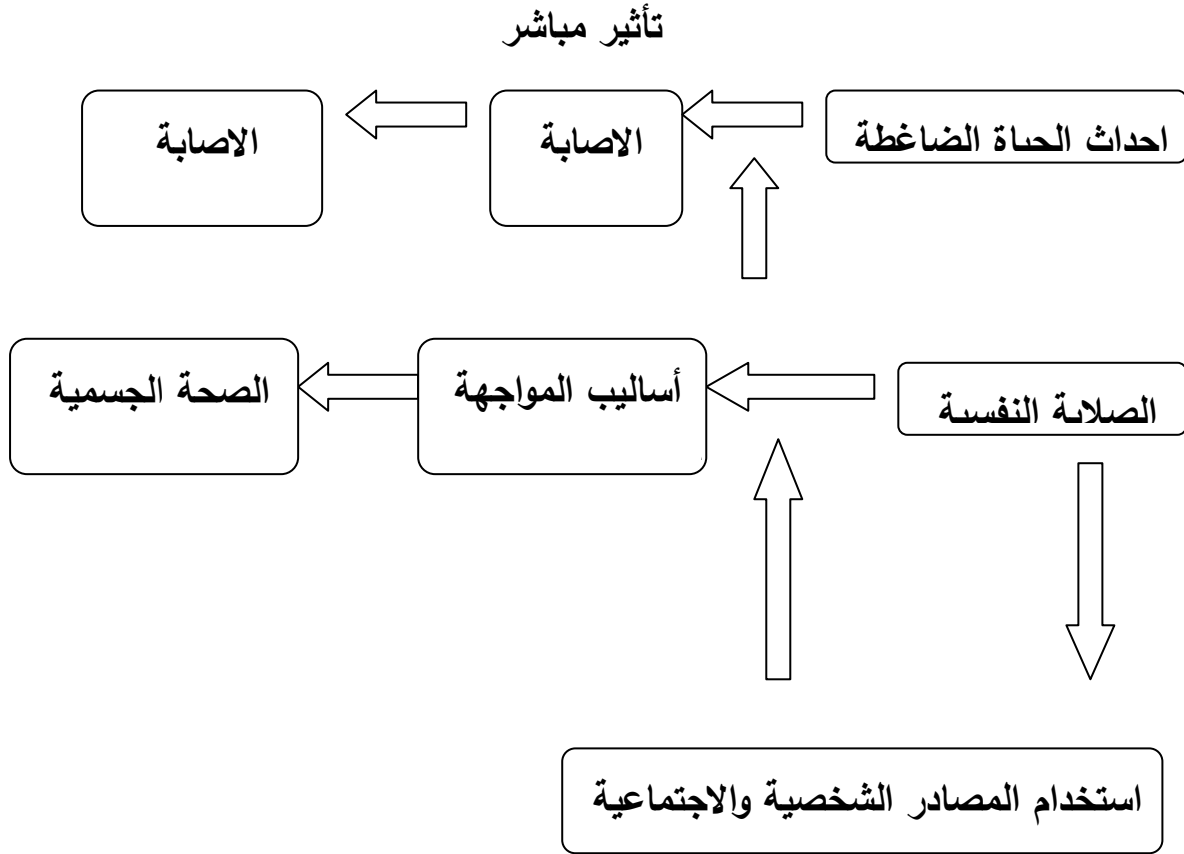


نموذج كوبازا في الصلابة النفسية



شكل (1)

التعرض للضغوط النفسية وعلاقتها بالأمراض (1)



شكل (2)

العلاقة بين الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة (1)



13-1-2 مفهوم لعبة الجمناستك :

1-13-1-2 **تعريف الجمناستك** : (هي أحد الأنشطة البدنية الفردية حيث يشترك الفرد باللعب بمفرده وبالتالي تعتمد على قدراته) ولعبة الجمناستك أهمية كبيرة في برامج التربية الرياضية سواء في الكلية أو المدرسة أو في المؤسسات التربوية مثل الأندية ومراكز الشباب.

2-13-1-2 **اهميتها وفوائدها** : وترجع أهمية لعبة الجمناستك في أنها تساعد الفرد الممارس لأنشطتها على إشباع حاجاته المباشرة للنشاط كما يسهل للممارسين باختلاف سنهم وجنسهم اختيار ما يلاءم مع كل مرحلة سنوية فتجد جمباز الألعاب لسن الابتدائية وللمبتدئين على حد سواء وجمباز البطولات لمن تفوق في أداء مهارات ذات مستوى عال. ورياضة الجمباز يكن ممارستها في المراحل السنوية الأولية. وبالتالي يستطيع الفرد أن يجد فيها ما يسهم في تنمية أوجه عديدة من الصفات البدنية والنفسية .

اما فوائدها هي :

- 1- تطوير القدرات البدنية والحركية كالقوة والسرعة والمطاولة والرشاقة والتوازن والتوافق والمرونة .
- 2- ترفع من مستوى الحالة النفسية لدى اللاعب بحيث يكون تأثيرها ايجابياً عليه أثناء البطولة .
- 3- تطور لدى اللاعب الاعتماد على النفس والشجاعة والتصميم والمثابرة واحترام الذات .

13-1-2-3 اجهزة الجمناستك .

اجهزة الرجال ستة اجهزة والنساء اربعة اجهزة .



14-1-2 بساط الحركات الأرضية :

تؤدي هذه الحركات على بساط مربع الشكل مساحته (12 × 12) ومغطى ببساط مصنوع من الإسفنج الفليني سماكته 54 ملم تقريبا، يقوم فيها اللاعب بأداء سلسلة حركة مدتها ما بين (60 ثا - 90 ثا) بالنسبة للذكور وللإناث ما بين (دقيقة وعشر ثوان الى دقيقة وثلاثين ثانية) مع المصاحبة الموسيقية. حيث يقوم اللاعب بأداء سلسلة من الحركات التي تتطلب التوازن والمرونة والقوة وتتضمن الوقوف على اليدين والوثبات والقلبات في الهواء والدورانات . (1)

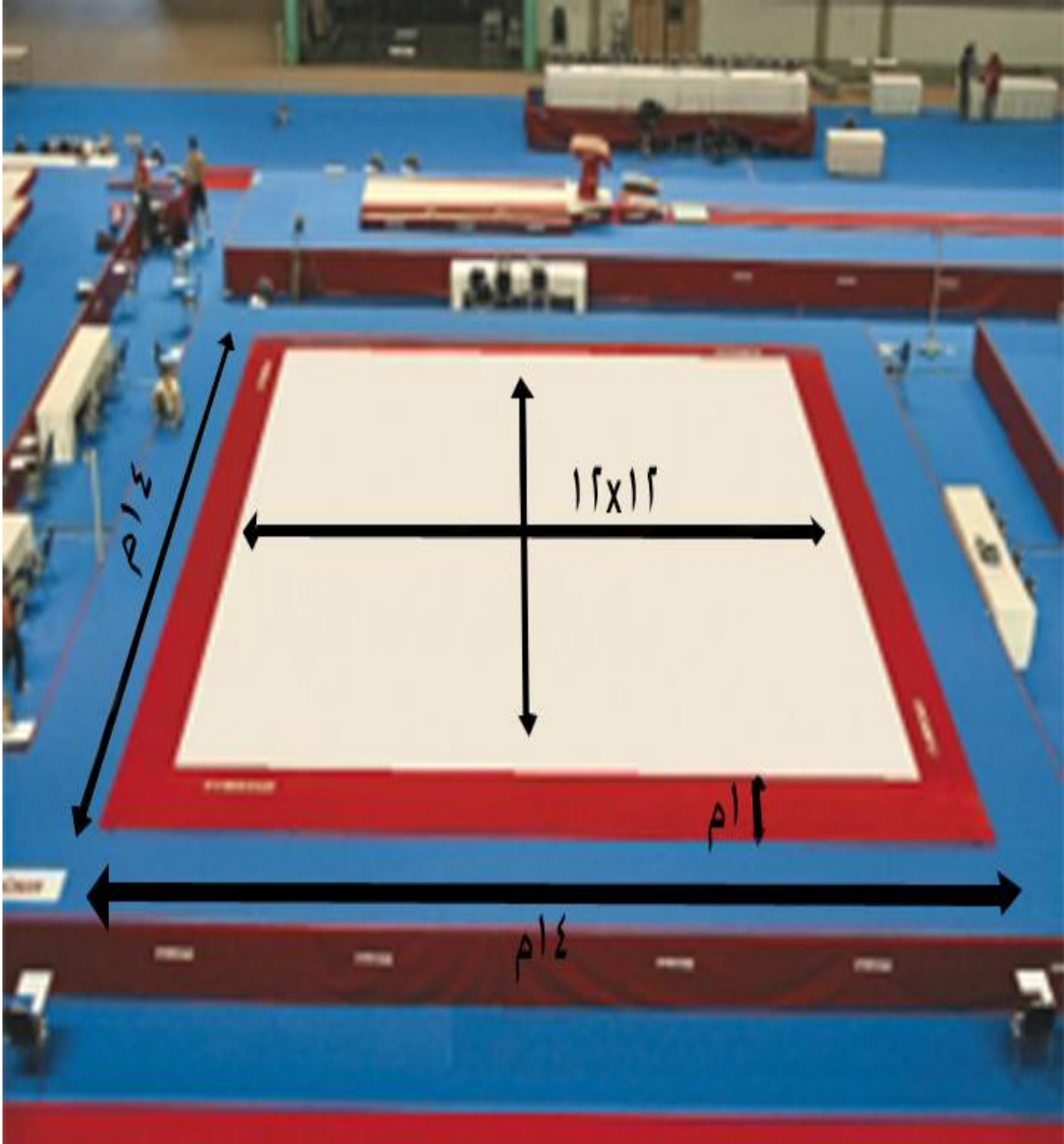
وتعد الحركات الأرضية هي الركيزة الأساسية الهامة لممارسة لعبة الجمناستك، اذ يبدأ الفرد في تعلمها في سن مبكر اذا تم مقارنتها بالعمر والسن التعليمي لبقية أجهزة الجمناستك، ومن جانب آخر نجد ان طبيعة العمل والأداء الحركي على الأجهزة هي نفس طبيعة الأداء على الأرض ومن هنا كانت أهمية الحركات الأرضية في أنها تخدم الأداء على اختلاف الأجهزة فأن الدورة الهوائية التي تؤدي على الأرض يكرر أدائها ولكن على جهاز آخر، وهذا يقودنا الى القول بأن الحركات والمهارات المؤداة على الارض يمكن ادائها على بساط الحركات الارضية .

ومن حيث الشكل والمحيط ومتطلبات الجهاز فيكون كالآتي :

الشكل: يكون السطح مستوياً ولا يزيد ارتفاعه عن 12 سم عن سطح الأرض ويكون على شكل مربع مساحته (12×12 م²) المحيط : يجب ان يكون محيط الجهاز مستوياً أيضاً وموضوعاً بشكل أفقي غير قابل للتكسر ولا يقل عرضه عن 2 م .

متطلبات الغطاء : السطح الخارجي يجب ان يكون مغلفاً بمادة مرنة لينة غير قابلة للتحجر وغير قابلة للاشتعال عند الاحتكاك وغير محدثة أي صوت عند اداء التمارين عليها ،ويكون لونه الأحمر والأزرق .

(1) محاضرات الجمناستك الفني للمرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، 2013 .



شكل (3)

بساط الحركات الأرضية



2- 1 - 15 علاقة الشعور بالذنب والصلابة النفسية بالحركات الارضية في لعبة

الجمناستك الفني :

نظراً لقلّة الدراسات في هاتين الظاهرتين بصورة عامة وانعدام الدراسة بالنسبة للشعور بالذنب بصورة خاصة فترى الباحثة ان الشعور بالذنب لدى لاعبي الجمناستك على بساط الحركات الارضية ذات طابع مميز حيث ان اللاعب عند قيامه بالحركات بالسلاسل الحركية على البساط الارضي كالدورات والقلبات الهوائية وهذا ناتج من انسياب الحركات بالسلاسل الحركية حيث يشعر اللاعب بالسرور وهو يؤدي على هذا البساط هذا من جانب اما من جانب اخر فأن شعوره بالذنب عندما يخطأ في أي حركة من السلسلة المطلوبة او يتناسى أي حركة في السلسلة فهذا يؤثر على درجته فشعوره بالذنب هو شعور ذاتي ينتابه بعد انتهائه من البطولة ، فعلاقة الشعور بالذنب لدى لاعبي الجمناستك على بساط الحركات الارضية شعور لايد منه ولكل لاعب وهذا الشعور بالمستقبل قد يؤدي به الى نتائج افضل .

اما علاقة الصلابة النفسية بلاعب الجمناستك على بساط الحركات الارضية فيمكن تفسيره ما هو الا مقاومة وقوة للاعب على هذا البساط لكي يتمكن من اداء السلسلة بشكل جيد وعلى كافة بساط الحركات الارضية فهذا كله يعتمد على التحكم بالذاكرة (العمليات العقلية) والالتزام بالحركات المطلوبة في السلسلة والتحدي لهذا البساط الواسع المساحة وللجمهور ايضاً الذي يكون محط انظار الذي يشاهدون هذا اللاعب على بعد فيجب ان يكون لديه صلابة نفسية بجميع مجالاتها حتى يستطيع ان يصل الى مستوى افضل .



2-2 الدراسات السابقة :

الدراسات ذات الصلة بالشعور بالذنب

1-2-2 سامي غنيم محمد مطاوع : بناء مقياس الشعور بالذنب للرياضيين ، أطروحة

دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة القاهرة ، 2003 .

أهداف البحث :

1- التعرف على الفروق بين لاعبي الألعاب ذات الاحتكاك والألعاب بدون احتكاك في مستوى الشعور بالذنب .

2- التعرف على الفروق بين اللاعبين واللاعبات في مستوى الشعور بالذنب .

3- التعرف على الفروق بين لاعبي المراكز المختلفة في لعبة كرة القدم وكرة اليد (حراس المرمى - المدافعين - المهاجمين) في مستوى الشعور بالذنب .

عينة البحث:

اختار الباحث عينة قوامها (539) لاعب ولاعبة بالأسلوب العشوائي الطبقي اذ بلغت نسبة العينة حوالي 16% من المجتمع الأصلي وأخذت العينة من 20 نادي من أندية القاهرة للموسم الرياضي 2000 - 2001 .

نتائج البحث :

1- اهمية المجال النفسي في الرياضة الذي يعتبر من أفضل الميادين التجريبية لعلم النفس العام والاجتماعي والصحة النفسية والافادة من الدراسات النفسية والصحة النفسية والاجتماعية في المجال الرياضي (لحل مشاكلنا في الرياضة وقد يكون لدينا الحل لمشاكل العلوم الأخرى)

التوصيات:

1- إجراء المزيد من البحوث التطبيقية النوعية ومقارنة مستوى مشاعر الذنب للاعبين في الألعاب المختلفة .



2- تطبيق المقياس بصورة دائمة ومستمرة لمعرفة مدى ثبات استجابات اللاعبين (هل هي سمة ام حالة)

3- القاء محاضرات لتعريف الرياضيين بضرورة حدوث الأخطاء وكيفية التغلب عليها وكذلك الشعور بالذنب وما علينا الا تقليل مستواه بالأفكار الايجابية العقلانية .

2-2-2 **منتهى مطشر عبد الصاحب** (الشعور بالذنب وعلاقته بالاكنتاب) ، كتاب ، كليات (العلوم ، الصيدلة ، العلوم السياسية ، الإعلام) ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، 2011 .

أهداف البحث:

1- بناء مقياس الشعور بالذنب وقياس الاكنتاب لدى طلاب وطالبات الجامعة .

2 - معرفة علاقة الشعور بالذنب والاكنتاب لدى طلاب وطالبات الجامعة .

عينة البحث:

اختارت الباحثة عينة قوامها (425) طالب وطالبة تم اختيار عينة عشوائية تطبيقية اذ بلغت نسبة العينة حوالي 20% من المجتمع الأصلي وأخذت العينة من اربعة كليات منهما كليتان في التخصص العلمي هما كلية العلوم وكلية الصيدلة ، وكليتان في التخصص الانساني هما كلية الاعلام وكلية العلوم السياسية وتم اختيار الاقسام والشعب عشوائياً ايضاً .

نتائج البحث :

الاهتمام بالمجال النفسي وخاصة (الشعور بالذنب) الذي يعد من اهم المظاهر النفسية للافراد بشكل عام والرياضيين بشكل خاص.

التوصيات:

1- اجراء المزيد من البحوث التطبيقية النوعية ومقارنتها بمظاهر نفسية اخرى .

2- تطبيق المقياس بصورة دائمة ومستمرة لمعرفة مدى ثبات استجابات الافراد الاسوياء وغير الاسوياء .



3- يجب ان تكون ندوات ومحاضرات مستمرة لمعرفة الافراد عن سماتهم ومعرفة ميولهم النفسية من حيث الاكتئاب او الشعور وهل هي حالة مرضية ام نفسية .

الدراسات ذات الصلة بالصلاية النفسية:

3-2-2 **سمية مصطفى احمد اسماعيل** (الصلاية الذهنية وعلاقتها بنتائج مباريات البطولة العربية ودورة الألعاب العربية) ، مصر ، 2007 ، للرجال ، في كرة السلة ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .

أهداف البحث :

1- التعرف على طبيعة العلاقة بين محاور الصلاية الذهنية قيد البحث ونتائج مباريات المنتخب المصري في البطولة العربية لكرة السلة 2007 .

2- التعرف على طبيعة العلاقة بين محاور الصلاية الذهنية قيد البحث ونتائج مباريات المنتخب المصري في دورة الألعاب العربية الحادية عشر 2007 .

3- التعرف على الفروق بين البطولة العربية 2007 ودورة الالعاب العربية الحادية عشر 2007 في استجابات اللاعبين على محاور مقياس الصلاية الذهنية قيد الدراسة

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي المنتخب المصري الأول لكرة السلة وبلغ عددهم (12 لاعب) وهم نفس اللاعبين المشتركين في البطولة العربية (2007) والتي أقيمت بالاسكندرية في الفترة من 27 / 10 / 2007 الى 7 / 11 / 2007 ، ودورة الألعاب العربية الحادية عشر 2007 بالاسكندرية أيضاً خلال الفترة من 14 - 2007/11/22

نتائج البحث :

1- توجد علاقة ارتباطية غير دالة إحصائياً بين محاور الصلاية الذهنية قيد البحث ونتائج مباريات المنتخب المصري في البطولة العربية لكرة السلة 2007 .



2- توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة بين البطولة العربية ودورة الألعاب العربية الحادية عشر 2007 في استجابات لاعبي المنتخب المصري لكرة السلة على محاور مقياس الصلابة الذهنية قيد البحث ولصالح استجابات دورة الألعاب العربية الحادية عشر 2007 اذ كانت أقل الفروق في الطاقة السلبية وأكبرها في الثقة بالنفس

التوصيات :

1- ضرورة احتواء البرامج التدريبية على الاعداد النفسي للاعبين بجانب الاعداد البدني والمهاري والخططي .

2- ان يهتم المدرب بالنسبة للاعبين كرة السلة بأبعاد الصلابة الذهنية والمتمثلة في تحكم الاتجاه - الطاقة الايجابية ،مستوى الدافعية ،التصور والتخيل ،تحكم الانتباه ،الطاقة السلبية ،الثقة بالنفس .

3- إجراء دراسات أخرى متشابهه على رياضات جماعية وفردية مختلفة .

2-2-4 **دراسة كومبي** (دراسة مقارنة للصلابة النفسية بين لاعبات الجمناستك ولاعبات التزلج الفني لعينة من كلية الجامعات) .

اهداف الدراسة : قياس الصلابة النفسية لدى لاعبات الجمناستك ولاعبات التزلج الفني من طالبات الجامعات

نتائج الدراسة :

1- يتمتع طالبات الجامعات الرياضيين بمستوى عالٍ من الصلابة النفسية .

2- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين لاعبات الجمناستك ولاعبات التزلج الفني " (□)



5-2-2 دراسة نانسي وجين (الصلابة النفسية لدى لاعبي ولاعبات الجمناستك دراسة

مقارنة) 2010 .

اهداف الدراسة :

- 1- قياس الصلابة النفسية لدى لاعبي ولاعبات الجمناستك .
- 2- مقارنة الصلابة النفسية لدى لاعبي الجمناستك ولاعبات الجمناستك .

نتائج البحث :

- 1- تتوسع عينة البحث بمستوى متوسط من الصلابة النفسية .
- 2- هناك فرق في الصلابة النفسية بين لاعبي ولاعبات الجمناستك ولصالح لاعبي الجمناستك اذ اثبتت النتائج ان اللاعبين اكثر صلابة من اللاعبات " (1)

6-2-2 دراسة لين وجون (الصلابة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى لاعبات

الجمناستك)

اهداف الدراسة :

- 1- قياس الصلابة النفسية لدى لاعبات الجمناستك .
- 2- قياس مفهوم الذات لدى لاعبات الجمناستك .
- 3- تعرف العلاقة بين الصلابة النفسية ومفهوم الذات لدى لاعبات الجمناستك .

نتائج الدراسة :

- 1- تمتع لاعبات الجمناستك بمستوى عالٍ من الصلابة النفسية .
- 2- تمتع لاعبات الجمناستك بمفهوم ايجابي عن الذات .
- 3- هناك علاقة طردية وايجابية بين الصلابة النفسية ومفهوم الذات لدى لاعبات الجمناستك " (2)

(1) Nancy, L & Jean, K. (2010) : Hardness in sport psychologg , J . S .P No. (20) .

(2) Lean , N . & Jhon , S . S . (2009) : Self concept , hardnes In sport psychologg , J . S . P . No (14) .



مناقشة الدراسات السابقة :

من خلال عرض الدراسات السابقة أمكن التوصل الى مجموعة من الملاحظات في ضوء نقاط الاتفاق والاختلاف بين الدراسات تلك وبين الدراسة الحالية :

1- هدفت الدراسات السابقة في متغير الشعور بالذنب الى بناء مقياس الشعور بالذنب وعلى عينات مختلفة فنلاحظ عند دراسة سامي غنيم على عينة من الرياضيين وعلى الالعاب باحتكاك وبدون احتكاك وعلى الرياضيين المصريين ولم يتطرق الى رياضة الجمناستك اما الدراسة الحالية فقد تم بناء المقياس على لاعبي الجمناستك للبيئة العراقية اما دراسة منتهى مطشر فقد تناولت بناء مقياس لطلاب وطالبات الجامعات في العراق (العلوم، الصيدلة، العلوم السياسية، الاعلام) وهذا مختلف عن الدراسة الحالية هذه اوجه الاختلاف بين الدراستين .

2- اما اوجه التشابه فاتفقت كلا الدراستين مع الدراسة الحالية في بناء مقياس الشعور بالذنب ولكن على عينات وألعاب مختلفة .

3- اما الدراسات السابقة في متغير الصلابة النفسية فقد هدفت دراسة سمية مصطفى الى التعرف على الصلابة الذهنية ومباريات المنتخب المصري بكرة السلة وهذا مختلف عن الدراسة الحالية قيد البحث التي هدفت الى بناء مقياس الصلابة النفسية على لاعبي الجمناستك الفني في العراق .

4- اما الدراسات الاجنبية التي تناولت متغير الصلابة النفسية وهي ثلاث دراسات منها دراسة نانسي هي دراسة مقارنة بين لاعبي ولاعبات أي اناث وذكور للعبة الجمناستك اما الدراسة الحالية فهي للاعبين فقط وعلى البيئة العراقية وهذا اختلاف بين الدراستين ، اما التشابه فهي للعبة الجمناستك فقط .

5- وترى الباحثة دراسة لين وجون (الصلابة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى لاعبات الجمناستك) اذ كان هناك علاقة ارتباط بين مفهوم الذات والصلابة النفسية وهذا مختلف عن الدراسة قيد البحث حيث اجريت على علاقة الارتباط بين الصلابة النفسية



والشعور بالذنب على لاعبي الجمناستك وليس لاعبات وهذا مختلف تماماً لأن الاناث تختلف عن الذكور في صلابتهم النفسية ومهاراتهم الفنية لهذه اللعبة ،اما التشابه فهي للعبة الجمناستك فقط .

6- اما دراسة كومبي فهي دراسة مقارنة للصلاية النفسية على لاعبات الجمناستك ولاعبات التزلج الفني في كليات الجامعات اذ هذه الدراسة تختلف عن الدراسة الحالية لأنها لاعبات الكليات والجامعات والعينة من الاناث اما الدراسة الحالية فهي من الذكور ولاعبي مراكز وأندية تدريبية في العراق فهذه اوجه الاختلاف اما التشابه فهو لعبة الجمناستك فقط .

الاستفادة من الدراسات السابقة :

لقد استفادت الباحثه من الدراسات السابقة وكيفية اختيارهما اذ اختارت عينة عشوائية متمثلة بنسبة متقاربة للاعبين على اساس النسبة الكلية من مجتمع البحث .
وقد اختارت دراستين بالنسبة للشعور بالذنب احدهما طلاب الجامعة والأخرى الرياضيين للألعاب الفرقية وقد اختارت الباحثه لاعبي الجمناستك للألعاب الفردية من اندية ومراكز تدريبية في العراق اما الصلاية النفسية فقد اختارت الدراسة العربية لاعبي كرة السلة لدوره الاعباب العربية والدراسات الاخرى الاجنبية لاعبات الجمناستك وقد اختارت الباحثه لاعبي الجمناستك للألعاب الفردية من اندية ومراكز التدريبية في العراق ، وأيضاً استفادت الباحثه من الوسائل الاحصائية التي استخدمتها الدراسات السابقة والتي يمكن حصرها (تحليل التباين و مربع كاي و معاملات الارتباط) .

اما نتائج الدراسات فكانت لمتغير الشعور بالذنب للدراستين السابقتين هو التأكيد على الاهتمام بالمجال النفسي في الرياضة الذي يعد من اهم ميادين علم النفس والاجتماع والصحة النفسية والمجال الرياضي ومن بينهم الشعور بالذنب الذي يكون من اهم المظاهر النفسية للأفراد بشكل عام والرياضيين بشكل خاص ، اما الدراسة الحالية فقد كانت نتائجها ان الشعور بالذنب



يكون افضل في الالعب الفرقيه عنه من الالعب الفرديه وهذا امر مهم بالنسبة للمدربين
والمدرسين في مجال علم النفس الرياضي .
اما نتائج الدراسات السابقه لمتغير الصلابه النفسيه فهو توجد فروق معنويه بين لاعبات
الجمناستك وطلاب الجامعه وفي الالعب الفرقيه بكرة السلة هذه نتائج الدراسات .

الباب الثالث

- 3 - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية
- 3 - 1 منهج البحث
- 3 - 2 مجتمع البحث وعينته
- 3 - 1-2 مجتمع البحث
- 3-2-2 تجانس العينة
- 3-2-3 عينة البحث
- 3 - 3 الوسائل البحثية والأجهزة والأدوات المستخدمة
- 3-3-1 الوسائل البحثية (وسائل جمع المعلومات)
- 3-3-2 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث
- 3 - 4 خطوات تصميم وبناء المقاييس النفسية وإجراءات الميدانية
- 3-4-1 إجراءات بناء المقاييس النفسية
- 3-4-1-1 تحديد أهداف المقاييس النفسية
- 3-4-1-2 تحديد مجالات المقاييس
- 3-4-1-3 تحديد صلاحية مجالات المقاييس (مقاييس البحث) واستقلالها
- 3-4-1-4 اعداد الصيغة الأولية للمقياس
- 3-4-1-5 جمع وأعداد وصياغة فقرات المقاييس النفسية
- 3-4-1-6 تحديد أسلوب صياغة فقرات المقياس
- 3-5 تحديد واختبار بدائل الإجابة
- 3-6 تحديد صلاحية مجالات المقاييس

- 1-6-3 تحديد صلاحية فقرات مقياس الشعور بالذنب
- 2-6-3 تحديد صلاحية فقرات مقياس الصلابة النفسية
- 7-3 مفاتيح تصحيح المقياس
- 8-3 شروط وتعليماته تطبيق المقياس
- 1-8-3 شروط تطبيق المقياس
- 2-8-3 تعليمات المقياس
- 9-3 التجربة الاستطلاعية
- 10-3 موضوعية الاستجابة
- 11-3 التجربة الرئيسية (التطبيق الأولي للمقياسين)
- 12-3 تحليل الفقرات إحصائيا
- 13-3 التوزيع الطبيعي للعينة
- 14-3 المجموعتان الطرفيتان
- 15-3 عرض نتائج الاتساق الداخلي
- 16-3 الخصائص القياسية (السايكومترية) لمقياسي الشعور والصلابة
- 1-16-3 صدق المقياس
- 2-16-3 ثبات المقياس
- 17-3 طريقة التجزئة النصفية
- 18-3 الموضوعية
- 19-3 الطريقة المستخدمة وكفاءتها في تحليل البيانات

التحليل العاملي للمقاييس البحث	20-3
التحليل العاملي لقياس الشعور بالذنب	1-20-3
تفسير العوامل المقبولة لمتغيرات البحث	2-20-3
تفسير عوامل الشعور بالذنب	3-20-3
التحليل العاملي لقياس الصلابة النفسية	4 -20-3
تفسير عوامل مقياس الصلابة النفسية	5-20-3
التجربة الرئيسية (التطبيق الثاني للمقياسين)	21 -3
الوسائل الاحصائية	22 -3



3 - منهجية البحث واجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث :-

ان إجراءات البحث من جمع بيانات وتحليلها واستخلاص النتائج يعتمد على طبيعة المنهج (منهج البحث) ونوعه ،اذ ان كل منهج له وظيفة وخصائص معينة يستخدمها الباحث بما يتلائم مع أهداف بحثه وهذا يتوقف على طبيعة دراسة أي مشكلة في البحث العلمي حيث تلزم الباحث ان تقوم باختيار منهجية مناسبة لحل تلك المشكلة لذا استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية، اذ ان الدراسات الوصفية تحدد او تقرر الشيء كما هو عليه أي تصف ما هو كائن او ما هو حادث " (1)

والمنهج هو (السمة الغالبة على مجموعة من الظواهر الفكرية او السلوكية) " (2)

3-2 مجتمع البحث وعينته :

3-2-1 مجتمع البحث :

من اجل انجاز او تحقيق أهداف البحث يجب معرفة مجتمع الأصلي للبحث من حيث الخصائص والظواهر المراد دراستها والإمكانيات الفنية اللازمة والوقت لتلك الدراسة ولا يمكن استخدام أي وسيلة ما لم يتم وصف مجتمع الدراسة بدقة متناهية ويمكن تعريف المجتمع على انه (مجموعة العناصر والأفراد الذين ينصب عليهم الاهتمام في دراسة معينة او مجموعة المشاهدات او القياسات التي تم جمعها عن تلك العناصر) " (3)

اذ يتكون مجتمع الاصل من لاعبي الجمناستك المتقدمين المشاركين في بطولة الاندية بالعراق الذين يمثلوا مجتمع الاصل تمثيلاً صادقاً وعددهم (170) لاعباً .

(1) عامر إبراهيم قنديلجي ؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات ،(بغداد ، مطابع دار الشؤون الثقافية العامة، 1993)، ص 85 .

(2) سعيد اسماعيل حسيني ؛ قواعد أساسية في البحث العلمي ، ط 1، (بيروت ، مؤسسة الرسالة للطبع ، 1994)، ص 62 .

(3) حمد صبحي ابو صالح ؛ الطرق الإحصائية ، ط 1، (الأردن ، عمان ، دار المعارف للتوزيع والنشر ، 2000)، ص 249 .



2-2-3 تجانس العينة :

بعد ما حددت موضوعية الاستجابة كان لا بد من تحديد التجانس بين أفراد عينة البحث من حيث العمر التدريبي ولمعرفة مدى تجانس عينة البحث وحسب التدريب المنظم في بدء ممارسة الألعاب الرياضية بشكل عام ولعبة الجمناستك بشكل خاص لأن ممارستها تؤثر وتتأثر بجوانب نفسية كثيرة عند كل لاعب ولجميع الفئات العمرية فضلا عن تأثيرها على الجانب المهاري.

3-2-3 عينة البحث :

ان اختيار العينة من الخطوط المهمة بجميع عناصرها اذ تلزم الباحثة الى تحديد مجتمع بحثها بناءً على المشكلة التي اختارتها العينة هي جزء من المجتمع يكون اختيارها على وفق قواعد خاصة لكي تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً ودقيقاً " (1)

وعليه لجأت الباحثة لاختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من لاعبي لعبة الجمناستك الفني على بساط الحركات الارضية لجميع محافظات العراق المشاركون في بطولة العراق التي اقامها الاتحاد العراقي المركزي للعام (2012 - 2013) والمتمثل ب(22) مركزاً تدريبياً والبالغ عددهم (170) لاعباً توزعت عينة البحث كما يلي :

(20) استطلاعية و(100) عينة لبناء المقاييس النفسية و(50) عينة تطبيق المقاييس النفسية وكما يبين في الجدول .

(1) محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب ؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ،



جدول (1)

مجتمع البحث وعينته ونسبها المئوية

تطبيق	بناء	استطلاعية ثانية	استطلاعية أولى	عدد اللاعبين	الاندية والمراكز التدريبية	محافظات
50	100		4	18	ثلاث مراكز تدريبية	بغداد
				12	اثنان مركز تدريب	الانبار
			1	6	نادي ديالى	ديالى
			1	6	مركز تدريبي	واسط
			2	8	مركز تدريبي	بابل
			2	16	اثنان مركز تدريب	كربلاء
				7	مركز تدريبي	النجف
		2	10	7	نادي الديوانية	ديوانية
		3		8	مركز تدريبي	المتنى
		1		6	مركز تدريبي	ذي قار
		1		16	اثنان مركز تدريب	ميسان
		3		7	مركز تدريبي	البصرة
		10		10	المجموع	
					7	مركز تدريبي
				7	مركز تدريبي	اربيل
				7	مركز تدريبي	كركوك
				15	اثنان مركز تدريب	صلاح الدين

اذ كانت النسبة المئوية لمجتمع البحث للاعبين (93 %) والعينة الاستطلاعية الاولى والثانية

هي (11.76 %) اما عينة البناء فكانت (58.823 %) وعينة التطبيق (29.411 %)



3 - 3 الوسائل البحثية والأجهزة والأدوات المستخدمة :

للوصول الى بيانات أكثر دقة على الباحثة ان تراقب عملية سير تحقيق أهدافها التي وضعتها لبحثها الذي تسعى الى ايجاد حلولاً لمشكلتها الحالية ، اذ استخدمت الباحثة وسائل بحثية وأجهزة وأدوات في كل مرحلة من مراحل بحثها.

وان جميع هذه الوسائل والأدوات وأجهزة البحث يمكن الافادة منها للحصول على معلومات تخدم البحث والتي بدورها تسهم في حل مشكلة البحث وتعد الأدوات التي تستخدمها الباحثة عنصراً أساسياً تستعين بها لحل مشكلة بحثها .

وهي الوسيلة او الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلة ما ومن الوسائل البحثية " (1) والأدوات والأجهزة التي استخدمتها الباحثة في إجراءات بحثها هي .

1-3-3 الوسائل البحثية (وسائل جمع المعلومات) :

استعانت الباحثة في جمع بيانات هذه الدراسة بالوسائل الاتية :

1- المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية

2- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

3- المقابلات الشخصية . ملحق رقم (1)*

4- الزيارات الميدانية

5- استنباه استطلاع آراء الخبراء والمختصين حول تحديد

2-3-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :

1-حاسبة (لابتوب) نوع (HP) .

2- حاسبة الكترونية يدوية نوع (ENKO)

(1) سعد جلال ؛ القياس النفسى (الاختبارات والمقاييس) ، (القاهرة ، الفكر العربي ، 1985) ، ص 253 .

(*) ملحق رقم (1)



- 3- كاميرا تصوير يابانية الصنع عدد (1) (SONY)
- 4- ساعة توقيت يدوية صينية الصنع عدد (3) نوع (ZHIDA)
- 5- استمارات تفريغ البيانات
- 6- اقلام جاف

3 - 4 خطوات تصميم وبناء المقاييس النفسية وإجراءاتها الميدانية :

لتحديد الأسس الأولية لبناء المقاييس النفسية (قيد الدراسة) اعتمدت الباحثة على المصادر والأدبيات والدراسات السابقة والنظريات النفسية التي وضعها علماء النفس والمختصين في مجال الشعور بالذنب و الصلابة النفسية (متغيرات البحث) ومن هذه المقاييس مقياس الشعور بالذنب فقد استعانت الباحثة بمقياس (سامي غنيم محمد مطاوع) بناء مقياس الشعور بالذنب للرياضيين وقد اجراه على عدد من الالعاب الفرقية منها (سلة ، طائرة ، يد) وفردية (سكواش ، كراتية ، مبارزة) وهذا مختلف عن الدراسة الحالية فيما يخص اللعبة والعينة والبيئة " (1)

اما النظريات التي تم الاعتماد عليها هي نظرية من منظور الجشطالت ، من منظور الوجودية ، من منظور السلوكية ، من المنظور المعرفي ، من المنظور الاجتماعي ، هذا ما يخص مقياس الشعور بالذنب اما مقياس الصلابة النفسية استعانة الباحثة على مقياس (عماد محمد مخيمر) وهو استبيان الصلابة النفسية الذي اعده والمكون من عدة دراسات ولم تتناول أي دراسة على عوامل نفسية مختلفة ولم يتم التطرق الى الرياضة وخاصة لعبة الجمناستيك وهذا مختلف عن الدراسة الحالية " (2) فتناولت الباحثة النظريات الخاصة بالصلابة النفسية وهي نظرية بونج التحليلية وكارين هورناي ، التوقع لفروم والتي أخذت الدور الرئيس في صياغة فقرات المقاييس النفسية المذكورة والاعتماد على تفسير ومفهوم هذه النظريات وعلاقتها بمتغيرات البحث لغرض تحديد الإجراءات الصحيحة على منهجية البحث والتي يتم تحديدها وهي كما يأتي:

(1) سامي غنيم محمد : بناء مقياس الشعور بالذنب ، مصدر سبق ذكره ، ص 20 .
 (2) عماد محمد مخيمر : استبيان الصلابة النفسية ، مصدر سبق ذكره ، ص 17 .



3-4-1 إجراءات بناء المقاييس النفسية :

عند بناء أي مقياس يجب تحديد المفهوم ثم اشتقاق المجالات من التعريف (المفهوم) وعلى الباحثة أتباع خطوات معينة تسهم في بناء المقاييس النفسية بحيث تدل على أسس علمية دقيقة وذلك للوصول الى تحقيق أهداف البحث التي تسعى لحل المشكلة الحالية ابتداء من الهدف الأول والمتمثل في بناء مقاييس الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتهاما بترتيب نتائج اللاعبين في الجمناستك الفني على بساط الحركات الأرضية .

3-4-1-1 تحديد أهداف بناء المقاييس النفسية :

- 1- لعدم ملائمة المقاييس السابقة للعينة الحالية .
- 2- اختلاف البيئة والمجتمع .
- 3- خصوصية لعبة الجمناستك وخاصة الحركات الأرضية .

3-4-1-2 تحديد مجالات المقاييس :

لغرض تحديد مجالات المقاييس والمحاور المقترحة للمقياسين وعرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي اعتمدت الباحثة المصادر والمراجع العربية والأجنبية وتفسيراتها والإطلاع عليها بدقة مع استطلاع ذوي العلم والمعرفة من خلال المقابلات الشخصية^(*) تم تحديد المجالات الآتية بالنسبة لمقياس الشعور بالذنب هي (مشاعر الذنب اتجاه مخالفة القوانين والقواعد والقيم والأخلاق والمبادئ الرياضية ، مشاعر الذنب اتجاه الذات ، مشاعر الذنب اتجاه الآخرين، مشاعر الذنب اتجاه المواقف والأخطاء الفنية) اما مقياس الصلابة النفسية فهو (الالتزام ، القدرة في التحكم في العمليات العقلية ، تحدي النفس لا ثباتها) .

(*) انظر ملحق (1)



3-1-4-3 تحديد صلاحية مجالات المقياسين (مقياس البحث) واستقلالها :

لأجل التعرف على صلاحية الابعاد المقترحة لمقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية حيث تم عرضها على الخبراء في أستانه^(*) على ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي والاختبار والقياس والتعلم الحركي لبيان مدى استقلالية كل بعد عن الابعاد الأخرى وقد أخذت الباحثة بالملاحظات المهمة التي أبداها السادة الخبراء في عدم صلاحية بعض مجالات وتعديل مجالات أخرى وكما في الجدول الآتي:

جدول (2)

مجالات المقياسين بعد التعديل

المجالات التي أدمجت	المجالات التي عدلت	المجالات التي حذفت	المقياس
الشعور بالذنب اتجاه الذات مع بعد مفهوم الذات . الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد والقوانين مع بعد القيم الأخلاقية .	الشعور بالذنب اتجاه الآخرين بعد ما كان الشعور بالذنب مع الآخرين . الشعور بالذنب اتجاه المواقف والأخطاء الفنية بعدما كان الشعور بالذنب مع مواقف اللعب .	الشعور بالقناعة والرضا . تقبل الذات غير المشروط .	الشعور بالذنب
التحكم مع بعد السيطرة . الالتزام مع بعد الضبط الانفعالي .	القدرة على التحكم بالعمليات العقلية بعدما كان التحكم . التحدي بعدما كان قوة الإرادة .	الصمود ، التأني ، الثقة بالنفس . القدرة على تحمل المسؤولية.	الصلابة النفسية

4-1-4-3 اعداد الصيغة الأولية للمقياس :

من الضروري أعداد المقاييس النفسية لكي تنطبق على عينة البحث والتي يجب ان تخضع للمعالجة الإحصائية ، ولكي نستخرج النتائج لابد من تهيئة الصيغ او الطرق الأولية للمقاييس ومن اجل انجاز هذه المقاييس توجد العديد من الاعتبارات الواجب مراعاتها عند ذلك وهي :-



3-4-1-5 جمع وأعداد وصياغة فقرات المقاييس النفسية :

وعند جمع فقرات المقاييس النفسية يجب أعداد صياغتها بما يناسب طبيعة معنى كل متغير او عنصر وكذلك المرحلة التدريبية او العمر التدريبي لعينة البحث وما يرتبط بممارسة الألعاب الفردية وخاصة (الجمناستك) واعتمدت الباحثة على كل المعلومات والتفسيرات العلمية والنظرية التي تجمعت لديها ساعدت الباحثة في رسم الاختبار الصحيح لأسلوب كتابة الفقرات في المقاييس النفسية وفق اساليب الوضوح والسهولة في المعنى والمضمون مع اختيار كلمات كل فقرة لاختصار في عدد الكلمات والدقة والشمولية في المعنى والمضمون وهذا الاسلوب في صياغة الفقرات اسلوب (ليكرت) يعد من الاساليب الشائعة والمتبعة في بناء المقاييس النفسية حيث يتميز بما يلي (1)

1 - سهولة استعمالها

2 - ارتفاع درجة الثبات والصدق للمقياس

3 - تقلل من درجة التخمين وعامل الصدفة

4 - تعد طريقة ليكرت من أفضل الطرق في التنبؤ بالسلوك او الظاهرة " (2)

اذ أجرت الباحثة استطلاعها على الكثير من الدراسات والمراجع التي لها علاقة واستطاعت من جمع عبارات المقاييس وصقلها بحيث تخدم لاعبي الجمناستك اعتماداً على الاجراءات والمقاييس في الدراسات الاتية :

(1) خير الدين علي عويس : دليل البحث العلمي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990) ، ص 161 .

(2) شاكر مبر جاسم : نظم التوجيه المهني والارشاد التربوي المقارن ، (العراق ، مطابع التعليم العالي ، جامعة البصرة ، 1990) ، ص 144 .



اولاً:- الدراسات التي اطلعت عليها الباحثة ذات الصلة بموضوع الشعور بالذنب .

- 1- سامي غنيم محمد مطاوع (بناء مقياس الشعور بالذنب) للألعاب الفردية ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة القاهرة ، 2003 .
- 2- منتهى مطشر عبد الصاحب (الشعور بالذنب وعلاقته بالاكتئاب) ، كتاب ، كليات (العلوم ، الصيدلة ، العلوم السياسية ، الإعلام) ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان ، 2011 .

ثانياً:- الدراسات التي اطلعت عليها الباحثة ذات الصلة بموضوع الصلابة

النفسية :

- 1- سمية مصطفى احمد اسماعيل (الصلابة الذهنية وعلاقتها بنتائج مباريات البطولة العربية ودورة الألعاب العربية) ، مصر ، 2007 ، للرجال ، في كرة السلة ، بحث منشور ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، 2008 .
- 2- أمل علي خليل حسن (الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة) بحث منشور ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، 2007
- 3- سالم عبد الله المفرجي ، عبد الله علي أبو عراد الشهري (الصلابة النفسية والأمن النفسي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى) مكة المكرمة ، بحث منشور في مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الإنسانية ، جامعة المينا ، العدد 19 ، اكتوبر ، 2008 .
- 4- غادة الشواف (الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية والابداع في مرحلة المراهقة في المملكة العربية السعودية) رسالة ماجستير غير منشورة ، البحرين ، جامعة الخليج العربي ، 2010 .



6-1-4-3 تحديد أسلوب صياغة فقرات المقياس :

ان فقرات المقاييس هي العامود الأساس الذي تبنى عليه المقاييس ، لذا يجب ان تكون كل فقرة ذا صياغة علمية دقيقة لها دلالة سيكولوجية تمثل فعلا مجالات المقياس ، وفي ضوء ذلك يجب الانتباه عند صياغة العبارات او الفقرات ان تتبع طريقة مبسطة تتضمن طريقة كتابة الفقرات ووضوح معناها ، اذ يجب الأخذ بنظر الاعتبار ان تراعي في طريقة صياغة الفقرات ما يأتي :-

- 1 - ان تكون الفقرة معبرة عن فكرة واحدة وقابلة لتفسير واحد . (1)
- 2 - ان تكون بصيغة المعلوم لفهم الواقع المعمول به .
- 3 - الابتعاد عن استخدام أسلوب النفي لمنع ضياع معنى الفقرة .
- 4 - ان يتكون المقياس من فقرات ايجابية وأخرى سلبية وسبب هذا التنوع التحقيق من نزعة المستجيب للإجابة الأولى . (2)
- 5 - ان تكون بلسان المتكلم لتوضيح عما يشعر بداخله من ردود أفعال .
- 6 - مدى ارتباط العبارات بالإبعاد التي تنتمي إليها .
- 7 - ان تكون قصيرة بقدر المستطاع مما يساعد على القراءة والاستجابة ومن دون تعقيد .

5-3 تحديد واختبار بدائل الإجابة :

قامت الباحثة في الكشف والتقصي على الكثير من الدراسات السابقة ، ورأت ان كل الباحثين يحددون بدائل الاجابة المستخدمة ثنائية الاجابة او ثلاثية الاجابة او خماسية او البدائل او الاختيار من متعدد او غيرها من البدائل الأخرى ، ولكي يكون البحث أكثر رصانة ترى الباحثة

(1) رجاء محمد ابو ، نادية محمد شريف ، الفروق الفردية وتطبيقاتها التربوية ، ط 2 ، (الكويت دار القلم ، 1989) ، ص 134 .
 (2) عبد الجليل ابراهيم الزويبي (وآخرون) ، الاختبارات والمقاييس النفسية ، (الموصل ، جامعة الموصل ، 1984) ، ص 69 .



انه يمكن تحديد البدائل حيث تحدد أهم فقراتها من قبل الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي والاختبار والقياس وعلم الاجتماع الرياضي (*).

وتختلف وجهات النظر باختلاف الدول من اجل التزود بتلك الفائدة الى الباحثة والبحث وهذا يأتي بطريقة استخدام (الاستبيان الاستطلاعي) حيث ان الاستبانة هي ((وسيلة من وسائل جمع البيانات من خلال إجابة الأفراد على الأسئلة المتضمنة وذلك من خلال الكتابة او وضع علامة في المكان المخصص للإجابة))⁽¹⁾

بعدها يتم جمع البيانات وتفريقها واستبعاد الاستبانة التي فيها نقص في التأشير ، اذ تم الاعتماد على (22) استبانة من مجموع (27) خبيراً وتم استبعاد (5) استبانات لا تتضمن كافة التأشيرات هذا بالنسبة للصلابة النفسية ، أما الشعور بالذنب فتم الاعتماد على (22) استبانة من مجموع (27) خبيراً ومختص واستبعاد (5) من الاستبانات لا تتضمن كافة التأشيرات كافة وبعد ان استخدمت الباحثة قانون الأهمية النسبية الذي أعدته الباحثة تم قبول البدائل التي حققت درجة أهمية (57.5) فأكثر وأهمية نسبية (52.272) % أو أكثر واستبعاد الأقل من ذلك وحسب القانون الآتي :-

$$\text{القيمة القصوى للاتفاق} = \text{عدد الخبراء} \times \text{القيمة القصوى للأهمية}$$

$$110 = 5 \times 22 =$$

$$\text{نصف القيمة القصوى للاتفاق} = 110 \div 2 = 55$$

$$\text{نصف القيمة القصوى للمدى} = 5 \div 2 = 2.5$$

$$\text{درجة الأهمية} = \text{نصف القيمة القصوى للاتفاق} + \text{نصف القيمة القصوى للأهمية}$$

$$57.5 = 2.5 + 55 =$$

$$\text{الأهمية النسبية} = 57.5 \div 110 \times 100 = 52.272 \%$$

(* ملحق (2)

(1) عبد الله فلاح المتبول وعديان يوسف الحثوم : مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية ، ط 1 ، (الامارات العربية المتحدة ، الشارقة ، مكتبة الجامعة ، 2010) ، ص 161 .



ويعد فرز البيانات تبين ان البدائل الرباعية والخماسية هي التي حققت عند الخبراء والمختصين نسبة قبول عالية ولأجل اختيار البدائل الأكثر أهمية التي تتناسب مستوى اللاعبين للعبة الجمناستيك ، تم اختيار البدائل الخماسية في كلا المقياسين لأنها حققت نسبة قبول أعلى من البدائل الأخرى وكما مبين في القيم ضمن الجدول الآتي :

جدول (3)

قبول بدائل الإجابة حسب (كا²) والنسبة المئوية باتفاق آراء الخبراء والمختصين

قبول البدائل	كا ²	لايصلح	يصلح	بدائل الاجاب	ت
√	0.18	12	10	ثلاثي البدائل (مناسب - مناسب لحد ما - غير مناسب)	1
	0	11	11	رباعي البدائل (تنطبق علي دائماً- تنطبق علي كثيراً - تنطبق علي قليلا - لا تنطبق علي أبداً)	2
	8,908	4	18	خماسي البدائل (تنطبق علي كبيرة جداً - تنطبق علي بدرجة كبيرة - تنطبق علي بدرجة متوسطة - لا تنطبق علي - لا تنطبق علي نهائياً)	3

ان البدائل الخماسية هي من الطرق ذات البدائل المتعددة في طريقة (ليكرت) وان لهذه الطريقة أهمية كبيرة في بناء المقاييس النفسية وان لها عدة مميزات منها (1)

1- لأنها لا تحتاج الى جهد كبير في حساب قيم الفقرات .

2 - تميزها بالمرونة لكثرة البدائل لكل فقرة .

3 - توفر قياس أكثر تجانساً.

(1) محمد جاسم الياسري : الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية ، ط 1 ، (النجف الاشرف ، دار ضياء للطباعة والتصميم ، 2010) ،



3-6 تحديد صلاحية مجالات المقياسين .

بسبب تعدد المقاييس (كثرة عباراتها) وتقليل جهود الخبراء والمختصين ووقتهم في تحديد صلاحية مجالات المقياس وبالتالي يؤدي الى عدم ملئ الاستبيان بصورة صحيحة وكاملة اقتصادا للجهد والوقت رأَت الباحثة ان من الأنسب عرض مجالات وفقرات المقاييس باستمرار استبيان واحدة وللخبير نفسه (*)، وبعدها قامت الباحثة بعرض مقياسي (الشعور بالذنب والصلابة النفسية) لتحقيق الدقة والعمل القليل اعتماداً هذه المقاييس على جوانب نفسية متعددة وعلوم مختلفة مثل علم النفس الرياضي وان هذا يكلف مجهوداً كبيراً في القراءة والاستجابة وفي ضوء ذلك توزعت المقاييس على المختصين والخبراء وحسب الترتيب الآتي :

(مقياس الشعور بالذنب - مقياس الصلابة النفسية) وعلى ذلك تم توزيع المقاييس على الخبراء وكان عددهم الكلي (22) خبيراً وبصورة معتدلة وان كل مقياس توزع على (22) خبير من خبراء واختصاصات علم النفس الرياضي والاختبار والقياس وعلم النفس التربوي داخل العراق على بعض المحافظات ولكي تحدد صلاحية مجالات المقياسين والجدول التالي يبين ذلك :

جدول (4)

نتائج اختبار (كا²) لأراء الخبراء حول صلاحية المجالات لمقياس الشعور بالذنب

ت	مجالات الشعور بالذنب	عدد الخبراء	المقبولة	غير المقبولة	قيمة كا ² المحسوبة	قيمة كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
1	مفهوم الذات	22	7	15	2.9	*3.84	غير معنوي
2	القيم الاخلاقية	22	9	13	0.72		غير معنوي
3	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة	22	17	5	6.54		معنوي
4	الشعور بالقناعة والرضا	22	8	14	1.63		غير معنوي
5	الشعور بالذنب اتجاه	22	20	2	14.72		معنوي



						المواقف والأخطاء الفنية	
معنوي		8.90	4	18	22	الشعور بالذنب اتجاه الذات	6
غير معنوي		0.72	13	9	22	تقبل الذات غير المشروط	7
معنوي		4.54	6	16	22	الشعور بالذنب اتجاه الآخرين	8

جدول (5)

نتائج اختبار (كا²) لأراء الخبراء حول صلاحية المجالات لمقياس الصلابة النفسية

ت	مجالات الصلابة النفسية	عدد الخبراء	المتميزة	غير المتميزة	قيمة كا ² المحسوبة	قيمة كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
1	قوة الارادة	22	7	15	2.9	3.84	غير معنوي
2	تحمل المسؤولية	22	8	14	1.63		غير معنوي
3	تحدي النفس لاثباتها	22	18	4	8.90		معنوي
4	الضبط الانفعالي	22	7	15	2.9		غير معنوي
5	القدرة على التحكم في العمليات العقلية	22	17	5	6.54		معنوي
6	الالتزام	22	20	2	14.72		معنوي

* قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية 1-2 = 1 ومستوى دلالة (0.05) تساوي (3.84)

وفي ضوء ذلك أصبح عدد المجالات لمقياس الشعور بالذنب (4) ومقياس الصلابة النفسية (3) ، ولتقدير نسبة اتفاق الخبراء لكل مجال من هذه المجالات في قياس الشعور بالذنب وقياس الصلابة النفسية ،قامت الباحثة بعرض المجالات لكلا المقياسين على مجموعة من الخبراء والمختصين وطلبت منهم تحديد الأهمية النسبية للمجالات في مقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية على وفق مقياس متدرج يتكون من (1-10) درجات ،وتعطي الدرجة (10) للمجال الأكثر أهمية ،والدرجة (1) للمجال الأقل أهمية في تمثيل مقياس الشعور بالذنب ومقياس



الصلابة النفسية (*) واستخرجت الأهمية النسبية لكل مجال ثم قسمت الأهمية النسبية على المجموع الكلي للأهمية النسبية لكل المجالات وبالباغاة (61-348) لمقياس الشعور بالذنب و(271-361) لمقياس الصلابة النفسية وبذلك حصل على النسبة المئوية للأهمية النسبية لكل مجال ولكل المقياسين ، ولا يجاد عدد الفقرات لكل مجال بحسب أهميته النسبية اقترحت الباحثة (79) فقرة لمقياس الشعور بالذنب و(64) فقرة لمقياس الصلابة النفسية وبضرب النسبة المئوية للأهمية النسبية لكل مجال من مجالات مقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية في عدد الفقرات الكلي للمقياس وتقسيم الناتج على (100) تم تحديد عدد الفقرات لكل مجال بحسب أهميته النسبية بعد تقريب الناتج الى اقرب عدد صحيح. كما في الجدول الاتي .

جدول (6)

مجالات الشعور بالذنب ونسبها المئوية وأهميتها النسبية وعدد الفقرات لكل مجال

اهمية كل مجال (1 - 10)					مجالات الشعور بالذنب	ت
عدد الفقرات بعد التقريب	عدد الفقرات	النسبة المئوية للأهمية النسبية	الاهمية النسبية للمجال	الدرجة التي حصل عليها المجال		
16	6.063	26.333	91.8	202	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة	1
15	5.270	25.033	87.27	192	الشعور بالذنب اتجاه المواقف والأخطاء الفنية	2
15	4.792	24.250	84.54	186	الشعور بالذنب اتجاه الذات	3
15	4.873	24.382	85	187	الشعور بالذنب اتجاه الاخرين	4
61	0.998	99.998	348.61	767	المجموع	

(*) انظر ملحق (4)



جدول (7)

مجالات الصلابة النفسية ونسبها المئوية وأهميتها النسبية وعدد الفقرات لكل مجال

اهمية كل مجال (10-1)					مجالات الصلابة النفسية	ت
عدد الفقرات بعد التقريب	عدد الفقرات	النسبة المئوية للأهمية النسبية	الاهمية النسبية للمجال	الدرجة التي حصل عليها المجال		
14	14.297	32.495	88.18	194	تحدي النفس لاثباتها	1
15	14.740	33.501	90.909	200	القدرة على التحكم في العمليات العقلية	2
15	14,961	34.003	92.272	203	الالتزام	3
44	43.998	99.999	271.361	597	المجموع	

الدرجة الكلية للمجال = عدد الخبراء × أعلى درجة في الأهمية⁽¹⁾

$$220 = 10 \times 22 =$$

مجموع درجات المجال

$$100 \times \frac{\text{الدرجة الكلية للمجال}}{\text{مجموع درجات المجال}} = \text{الاهمية النسبية للمجال}$$

الدرجة الكلية للمجال

الاهمية النسبية للمجال

$$100 \times \frac{\text{النسبة المئوية للمجال}}{\text{مجموع النسب المئوية للمجالات}} = \text{النسبة المئوية للمجال}$$

مجموع الأهمية النسبية لجميع المجالات



النسبة المئوية للمجال × عدد الفقرات الكلي

$$\text{عدد الفقرات} = \frac{\text{النسبة المئوية للمجال} \times \text{عدد الفقرات الكلي}}{100}$$

100

1-6-3 تحديد صلاحية فقرات مقياس الشعور بالذنب :

لخبرة الباحثة في مجال التدريس والتدريب في لعبة الجمناستك وإطلاعها على الكثير من الدراسات حول موضوع الشعور بالذنب من حيث مفهومه ونظرياته المفسرة والمقاييس التي لها علاقة بالموضوع ومن خلال الاعتماد على نظرية (العلاج الجشطالتي)^(*) في صياغة الفقرات وما تتضمن هذه النظرية من جوانب شعورية يشعر الفرد انه مسؤول عن اختلاف او اضطراب يحدث بين التكامل والاندماج وبين الأشخاص مع قبول الفرد أفعال لا يستطيع ان يحققها لشعوره بالذنب ، تم صياغة عبارات المقياس على ان تلائم البيئة او المجتمع العراقي ولرياضية الجمناستك بشكل خاص وما تلائم قدرة استيعاب اللاعبين لهذه الفقرات ، وبعد تأكد الباحثة من عدم طرح موضوع الشعور بالذنب على لاعبي الجمناستك جاهدة في التقصي والاستطلاع داخل وخارج العراق عن موضوع الشعور بالذنب في الجمناستك حيث صيغت الكثير من عبارات المقياس وبعد التأكد من دقتها وذات معنى واضح ومنوع بين عبارات ايجابية وسلبية للابتعاد عن نمطية الإجابة بعد ما بلغ عدد عباراته النهائية (61) عبارة لمقياس الشعور بالذنب ، اذ تم تنسيقها ضمن استمارة استبيان وعرضها على الخبراء والمختصين لتحديد صلاحيتها . ولترتيب و تنسيق الاستبيانات وتفرغ بياناتها تم الاعتماد على (22) استمارة استبيان واستبعاد (5) استمارات لعدم اكتمالها في تحديد صلاحية جميع العبارات ، وبعد استخدام قانون (كا2) تم تحديد قيم عبارات مقياس الشعور بالذنب ، وبعد الاعتماد على القيمة الجدولية في تحديد معنوية القبول

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ; المقياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط1 : (القاهرة ، دار الفكر العربي

، 1999) ص 319 .

(*) الشعور بالذنب ينشأ حين يضطرب الاندماج بين الأشخاص ويشعر الفرد انه مسؤول عن هذا الاضطراب لقبوله افعال غير قادر على أداها او استيعابها .



والبالغ قيمتها (3.84) تحت درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) ومقارنتها مع القيم المحسوبة تم تحديد صلاحية العبارات وكما في الجدول الآتي :

جدول (8)

نتائج اختبار (كا²) لأراء الخبراء حول صلاحية الفقرات لمقياس الشعور بالذنب

مستوى الدلالة	قيمة كا ² الجدولية	قيمة كا ² المحسوبة	غير التميزين	التميزين	عدد الخبراء	مجالات الشعور بالذنب		
						الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق وقواعد وقوانين اللعبة		
معنوي	3.84	18.18	1	21	22	يضايقني مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة	1	
معنوي		22	-	22	22	احترم العادات والتقاليد السائدة بالمجتمع الرياضي	2	
معنوي		8.9	4	18	22	ألوم نفسي إذا حصلت على فوز غير مستحق	3	
معنوي		14.72	2	20	22	أتمنى إصابة المنافس الذي يتفوق علي أثناء الفردي أجهزة	4	
معنوي		14.72	2	20	22	استغل انشغال الحكام لأداء الحركات واسبب لهم حجب الرؤية	5	
معنوي		18.18	1	21	22	أواجه مسؤولية الخسارة	6	
معنوي		14.72	2	20	22	استخدم لهجة عنيفة عندما يثير المدرب غضبي في البطولة	7	
معنوي		18.18	1	21	22	افقد الهدوء عندما أجادل نفسي بعد الخسارة	8	
معنوي		22	-	22	22	أكون حساسا إذا انتقدني مدربي أكثر من زملائي	9	
معنوي		14.72	2	20	22	اغضب عند سماع أي تعليق جارح بعد خطئي	10	
معنوي		8.9	4	18	22	اشعر بالتهيج إذا تسبب سوء تصرفاتي هزيمة فريقي	11	
معنوي		11.6	3	19	22	أستطيع الهروب من نفسي إذا تصرفت بقسوة مع الآخرين	12	
معنوي		14.72	2	20	22	احتال على قانون اللعبة إذا واجهتني لحظات عصبية بالبطولة	13	
معنوي		18.18	1	21	22	أقاتل من اجل البقاء إذا استخف بي منافسي	14	
			الشعور بالذنب اتجاه الذات					
معنوي		22	-	22	22	22	ابكي عندما يضيع مني الفوز	15
معنوي		22	-	22	22	22	اشعر بالارتباك في مواقف المواجهة	16
معنوي		14.72	2	20	22	22	أستطيع التركيز على الأداء في وجود الجمهور	17
معنوي		14.72	2	20	22	22	أفكارني مثالية اتجاه الآخرين	18
معنوي		18.18	1	21	22	22	اشعر بالإحباط عندما أخطأ في البطولة	19
معنوي	6.64	5	17	22	22	أنا راضي عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين	20	



معنوي	11.6	3	19	22	أجيد تغيير أدائي ليتناسب مع مواقف اللعب الجديد	21
معنوي	18.18	1	21	22	ثقتي العالية بالنفس تضيع علي فرصة الفوز المتاحة	22
غير معنوي	2.9	7	15	22	الخوف من الفشل يوصلني لعدم التركيز في البطولة	23
معنوي	18.18	1	21	22	أتأخر في العودة لحالتي الطبيعية بعد الهزيمة	24
معنوي	14.72	2	20	22	اندفاعي بالأداء يسبب لي بعض المشكلات أثناء البطولة	25
معنوي	14.72	2	20	22	ألوم نفسي عند ارتكاب الأخطاء المهارية	26
معنوي	18.18	1	21	22	أقبل النقد من زملائي والمدرّب بعد الخسارة	27
معنوي	18.18	1	21	22	احدد أهدافي المناسبة لقدراتي في المستقبل	28
معنوي	18.18	1	21	22	أثق بقدراتي المهارية والبدنية لاتخاذ القرار الحاسم في البطولة	29
معنوي	8.9	4	18	22	قبل أن اشترك في البطولة اشك من عدم توفيقني فيها	30
الشعور بالذنب اتجاه الآخرين						
معنوي	22	-	22	22	ألوم نفسي عندما اخفق في مساعدة زملائي	31
معنوي	14.72	2	20	22	اشعر بأن مسؤوليتي كابتن في الفريق مناسبة لإمكانياتي	32
معنوي	14.72	2	20	22	اندم عند إنذاري خلال اللعب لخطئي ارتكبته	33
غير معنوي	2.9	7	15	22	اشعر بالذنب عندما أنصاب والحق الأذى لفرريقي	34
معنوي	11.6	3	19	22	اعجز عن فهم احتياجات اللاعبين الآخرين	35
معنوي	18.18	1	21	22	اعتذر للزملاء بقاعة البطولة لأخطائي البسيطة	36
معنوي	18.18	1	21	22	اشعر بالندم عندما تسوء علاقتي مع إدارة النادي	37
معنوي	22	-	22	22	عدم تحقيقي الفوز يشعرنني بالذنب اتجاه جمهورنا	38
معنوي	22	-	22	22	اندم لعدم تنفيذي لتعليمات المدرّب	39
معنوي	11.6	3	19	22	يصعب علي التفاهم مع اللاعبين الجدد في الفريق	40
معنوي	8.9	4	18	22	أتضايق عندما لا يقبل المدرّب سلوكي الرياضي مع الآخرين	41
غير معنوي	2.9	7	15	22	إنهاء الأداء في البطولة أتألم عندما اشعر باقتراب الهزيمة	42
معنوي	11.6	3	19	22	يتملكني الشعور بعدم المبالاة للآخرين أثناء البطولة	43
معنوي	18.18	1	21	22	يزداد شعوري بالألم عندما تكثر أخطائي مع الآخرين	44
الشعور بالذنب اتجاه المواقف والأخطاء الفنية						
معنوي	14.72	2	20	22	شعوري بالذنب للخطأ في البطولات الدولية اقل من المحلية	45
معنوي	22	-	22	22	شعوري بالذنب بسبب أخطائي يؤدي إلى تحسين أدائي مستقبلا	46



معنوي	18.18	1	21	22	أحاول أن أنسى أخطائي السابقة وأركز على البطولة القادمة	47
معنوي	14.72	2	20	22	ألوم نفسي بقدر يتناسب مع أخطائي	48
معنوي	22	-	22	22	شعوري بالفوز ينسيني الإحساس بالذنب للأخطاء	49
معنوي	22	-	22	22	أتوقع جميع احتمالات الفوز والخسارة	50
معنوي	22	-	22	22	بعد البطولة اشعر أنني قادر على الأداء بصورة أفضل	51
معنوي	11.6	3	19	22	تفكيري في البطولات القادمة يزيد من حماسي للتدريب	52
معنوي	18.18	1	21	22	أقارن أدائي بالأداء الأمثل للرياضيين الآخرين	53
معنوي	22	-	22	22	اندم على الفرص الضائعة في البطولة	54
معنوي	18.18	1	21	22	اغضب عندما افشل في الظهور بمستوى غير مقبول	55
معنوي	18.18	1	21	22	ادعي الإصابة خوفاً من تكرار أخطائي في مهارة ما	56
معنوي	11.6	3	19	22	اندم بشدة لهزيمتي وضياح مكافئة الفوز	57
معنوي	22	-	22	22	اشعر بحاجتي لتبرير أخطائي على بساط الحركات الأرضية	58
غير معنوي	1.6	8	14	22	افقد تركيزي عندما أؤدي حركة غير مطلوبة	59
غير معنوي	1.6	8	14	22	اعتذر عندما أخطأ وأكون غير موفق في الأداء	60
معنوي	18.18	1	21	22	أفضل الابتسام في مواجهة خطأ الآخرين أثناء البطولة	61

* قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية (1-2) = 1 ومستوى دلالة (0.05) تساوي (3.84)

من الجدول السابق يتبين هناك (56) عبارة من مجموع (61) عبارة حققت دلالة معنوية نتيجة كبر قيمتها المحسوبة عن القيمة الجدولية ل(كا²) البالغة (3.84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) باستثناء العبارات الخمسة هي: (23,34,42,59,60) لأنها حققت قيمة محسوبة اقل من قيمتها الجدولية وعلى ضوء ذلك حققن دلالة غير معنوية وبعد . الاطلاع على آراء المختصين على استمارات الاستبيان وما أبدوا به من ملاحظات وتعديلات ، أخذت الباحثة ما اتفق عليه معظم المختصين في إعادة بناء بعض العبارات وهي تعديلات طفيفة .
وأخرى لم تعتمد الباحثة لان فيها عدداً قليلاً من استمارة الاستبانة ومن هذه الملاحظات التي اعتمدها الباحثة لتكون ابسط واقل كما يأتي :



- 1- عبارة رقم (1) تصبح يضايقني مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة بعدما كانت يضايقني مخالفتي للقوانين .
- 2 - عبارة (4) أتمنى إصابة المنافس الذي قد يتفوق علي أثناء الفردي أجهزة بعدما كانت أتمنى إصابة المنافس الذي يتفوق علي.
- 3 - عبارة رقم (5) تصبح استغل انشغال الحكام لأداء الحركات واسبب لهم حجب الرؤية بعدما كانت استغل انشغال الحكام لأداء الحركات واسبب لهم إحراج عدم الرؤية .
- 4 - عبارة رقم (6) تصبح أواجه مسؤولية الخسارة بعدما كانت عنده الخسارة أواجه المسؤولية المترتبة علي .
- 5 - عبارة رقم (7) تصبح استخدم لهجة عنيفة عندما يثير المدرب غضبي بعدما كانت استخدم لهجة عنيفة عندما يثير المنافس غضبي لهزيمتي .
- 6 - عبارة رقم (9) . تصبح أكون حساسا اذا انتقدي مدربي أكثر من زملائي بعدما كانت أكون حساسا اذا انتقدي مدربي أكثر من زملائي نتيجة تصرفاتي .
- 7 - عبارة رقم (10) تصبح اغضب عند سماع أي تعليق جارح بعد خطئي بعدما كانت عندما أخطئ يمتلكني الغيظ عند سماع أي تعليق جارح .
- 8 - عبارة رقم (16) تصبح اشعر بالارتباك في مواقف المواجهة بعدما كانت اشعر بالخجل في مواقف المواجهة
- 9 - عبارة (17)تصبح أستطيع التركيز على الأداء في وجود الجمهور بعدما كانت أستطيع التركيز أثناء الاداء في وجود الجمهور .
- 10- عبارة رقم (18) تصبح أفكاري مثالية اتجاه الآخرين بعدما كانت أفكاري دائما مثالية
- 11- عبارة رقم (22) تصبح ثقتي العالية بالنفس تضيع علي فرصة الفوز المتاحة بعدما كانت قلقي يضيع علي فرصة الفوز المتاحة .



12-عبارة رقم (24) تصبح اتخر في العودة الى حالتي الطبيعية بعد الهزيمة بعدما كانت يصعب عودتي لحالتي الطبيعية بعد الهزيمة .

وبعد فرز نتائج استبانات مقياس الشعور بالذنب نستخلص ما يأتي :

1- تم قبول (61) فقرة من فقرات مقياس الشعور بالذنب والبالغ عددها (79) فقرة واستبعاد (18) فقرة وهي (6,8,9,10,17,28,31,33,35,37,51,54,60,63,68,70,75,77) .

2- أجراء تعديل في تنسيق و صياغة (12) فقرة من فقرات مقياس الشعور بالذنب .

3 - بعد حذف الفقرات المستبعدة وإعادة تنظيم تسلسل الفقرات الايجابية البالغة (42) فأن أرقام هذه العبارات هي

(1,2,3,7,13,15,16,19,20,21,22,23,24,25,26,34,36,38,39,40،

41,42,43,44,46,47,49,52,55,56,57,58,59,61,62,64,65,66,67,69,73,78،

4- بلغ عدد الفقرات السلبية للمقياس (19) عبارة فأن ارقام هذه العبارات هي

(4,5,11,12,14,18,27,29,30,32,45,48,50,53,71,72,74,76,79)

3-6-2 تحديد صلاحية فقرات مقياس الصلابة النفسية :

بعد الاطلاع والبحث على الكثير من دراسات ومصادر في بعض الجامعات العربية والعراقية خاصة حول موضوع الصلابة النفسية ،ظهر وحسب علم الباحثة ليس هناك ما يدرس في هذا الموضوع على لاعبي الجمناستك ،فسعت الباحثة جاهدة في صياغة مجالات وعبارات المقياس لتلائم البيئة او المجتمع العراقي ولرياضة الجمناستك خاصة اذ اعتمدت الباحثة على الكثير من الدراسات التي لها علاقة بهذا الموضوع والنظريات المفسرة للصلابة النفسية ومنها النظرية الوجودية التي تعتبر اللبنة الأولى للوجود البشري الذي يسعى دائما عن وجوده بالحياة ومنها الحياة الرياضية ، وفي ضوء ذلك أخذت صياغة مجالات المقياس وعباراته لتواصل تطوير المجال الرياضي وخاصة لاعبي الجمناستك اذ تلائم إمكاناتهم وعمرهم التدريبي وممارستهم للألعاب الرياضية وهذا يتوقف على نواحي فكرية واجتماعية وحركية



ومهارية ليواصلوا تطورهم في المستقبل ،اذ تم تحديد مجموعة من المجالات التي تركز على فهم النظرية الوجودية للصلاية النفسية ، اذ ان التقصي الدقيق يحتاج الى مشاركة جميع الجوانب ومنها (البحث عن الموضوع الذي له علاقة ، الباحث في تنظيم المجالات او المحاور ورأي الخبراء في تحديد الصلاية لهذه المحاور او المجالات ،التحليل ألعالمي الذي له دور فعال في تنظيم دقة هذه المجالات) وبعدها تم تحديد محاور او مجالات المقياس البالغ مجموعها (3) مجالات اذ صيغت هذه العبارات لتلائم مفهوم هذه المجالات لترتقي للمفهوم الكلي للمقياس في قياس الصلاية النفسية .

بعد ان اتضح التنوع في وضع فقرات المقياس الايجابية والسلبية في الصياغة اذ بلغ مجموع الفقرات (64) فقرة وبعد إجراء عملية التنظيم في الاستبيان وتفريغ بياناتها تم الاعتماد على (22) استمارة واستبعاد (5) استمارة من المجموع البالغ (27) استمارة لعدم اكتمالها في تحديد صلاحية جميع الفقرات ،وبعد ان استخدمت الباحثة (كا²) تم تحديد القيم المحسوبة لصلاحيتها مجالات المقياس وفقراته ، وبعد تحديد القيمة الجدولية البالغة (3.84) ومقارنتها مع القيم المحسوبة عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) تم تحديد مجالات وفقرات المقياس ، اذ ان أي قيمة محسوبة تزيد عن الجدولية قد حققت دلالة معنوية والأقل لم تحقق الدلالة كما في الجدول الاتي الذي يبين ذلك:



جدول (9)

نتائج اختبار (كا²) لأراء الخبراء حول صلاحية الفقرات لمقياس الصلابة النفسية

مستوى الدلالة	قيمة كا ² الجدولية	قيمة كا ² المحسوبة	غير لمتميزين	المتميزين	عدد الخبراء	مجالات الصلابة النفسية	
						الالتزام	
معنوي	3.84	22	-	22	22	1	مهما كانت صعوبة المهارة فأنتني أستطيع أداؤها بنجاح
معنوي		22	-	22	22	2	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم
معنوي		22	-	22	22	3	أضع خططي المستقبلية وأنا متأكد من قدرتي على تنفيذها
معنوي		18.18	1	21	22	4	أعالج ما ارتكبه من أخطاء أثناء البطولة
معنوي		14.72	2	20	22	5	طموحي ان أكون أحسن لاعب في اللعبة
معنوي		18.18	1	21	22	6	تشجيع والدي يحسن أدائي في التدريب والبطولات
معنوي		14.72	2	20	22	7	أتحمل المسؤولية الكاملة في الأداء
معنوي		11.6	3	19	22	8	حضور عائلتي في قاعة البطولة يساعدني على تقديم أداء مميز
معنوي		11.6	3	19	22	9	اشعر بالسعادة عندما تحفزني عائلتي على الاشتراك في التدريب
غير معنوي		1.6	8	14	22	10	كثيرا ما أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي في أثناء البطولة
معنوي		8.9	4	18	22	11	أبادر لحل أي مشكلة تواجه الزملاء في اثناء التدريب
غير معنوي		2.9	7	15	22	12	اهتمامي بنفسني يقلل من فرصة الاهتمام بالآخرين
معنوي		18.18	1	21	22	13	لدي قيم ومبادئ معينة التزم بها وأحافظ عليها
معنوي		18.18	1	21	22	14	مشاكلي العائلية تقلل من تركيزي في التدريب
معنوي		8.9	4	18	22	15	ابدي رأي بصراحة إزاء أدائي أثناء التدريب والبطولة
معنوي		14.72	2	20	22	16	قوة المنافسة تزيد لي الشعور بالفوز دائما
القدرة على التحكم في العمليات العقلية							
معنوي		11.6	3	19	22	17	أتحكم في ضيقي وغضبي عند الفشل وأستطيع تخطي الفشل بسهولة
غير معنوي		1.6	8	14	22	18	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة ليس لها معنى
معنوي		14.72	2	20	22	19	نجاحي يعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة
معنوي		11.6	3	19	22	20	كل ما يحدث لي في البطولة هو نتيجة تخطي
معنوي		18.18	1	21	22	21	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي



معنوي	3.84	18.18	1	21	22	تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	22
معنوي		14.72	2	20	22	حياة الأفراد تتأثر بقوة خارجية غير مسيطر عليها	23
معنوي		14.72	2	20	22	الحياة بكل ما فيها تستحق ان أحيها	24
معنوي		14.72	2	20	22	أسيطر على انفعالاتي في إثناء التدريب والبطولة	25
معنوي		11.6	3	19	22	أخشى الفشل قبل ان تبدأ البطولة	26
معنوي		14.72	2	20	22	اتقبل انتقادات الجمهور لمستوى أدائي بروح معنوية عالية	27
معنوي		11.6	3	19	22	اشعر بالإحباط لعدم موافقة عائلتي على المشاركة في البطولات الخارجية	28
معنوي		18.18	1	21	22	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة	29
تحدي النفس لإثباتها							
غير معنوي	3.84	1.6	8	14	22	أستطيع اجتياز جهاز اللعب على الرغم من صعوبة حركاته اتجاهي	30
معنوي		8.9	4	18	22	أحب التحدي واستمتع باللحظات الحرجة أثناء الأداء	31
معنوي		22	-	22	22	ان متعة الرياضة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة متطلباتها	32
معنوي		14.72	2	20	22	المشكلات تستنفر قواي على التحدي	33
معنوي		14.72	2	20	22	ارغب التنوع في أساليب التدريب	34
معنوي		14.72	2	20	22	تكون أعصابي قوية من حديد أثناء البطولة	35
معنوي		11.6	3	19	22	لدي استعداد للتدريب والبطولات طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في رياضي	36
معنوي		22	-	22	22	قوة إرادتي تدفعني للأداء الجيد في البطولة	37
معنوي		18.18	1	21	22	اشعر بالميل للعب في حالة وجود تحدي	38
معنوي		14.72	2	20	22	ارفض الاستسلام للتعب عند اشتراكي في البطولة او التدريب	39
معنوي		8.9	4	18	22	اشعر بان لدي القدرة على هزيمة أي منافس	40
معنوي		14.72	2	20	22	افضل انجاز المهمات الصعبة على المهمات السهلة	41
معنوي		22	-	22	22	التدريبات الصعبة تشعرني بالتحدي	42
معنوي		14.72	2	20	22	لدي القدرة على الاسترخاء خلال الاشتراك في المنافسة الهامة	43
معنوي		11.6	3	19	22	عندما تكون كل الامور تحدي فاني لا افقد شجاعتي في واجهتها والتغلب عليها	44

* قيمة (كا²) الجدولية عند درجة حرية (2-1 = 1) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (3.84)



من الجدول السابق يتبين ان مجالات مقياس الصلابة النفسية البالغ عددهم (3) حققت دلالة معنوية نتيجة كبر قيم (كا2) المحسوبة عن قيمتها الجدولية البالغة (3.84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) وتبين ان هناك (40) من فقرات المقياس البالغ مجموعها (44) فقرة حققت دلالة معنوية وان (4) فقرات لم تحقق الدلالة المعنوية نتيجة قلة قيمها المحسوبة عن القيمة الجدولية ل(كا2) وهذه الفقرات هي (10,12,18,30) ان هناك العديد من معلومات وملاحظات لم تعتمد عليها الباحثة لان لها عدد قليل في استمارة الاستبانة، وللوصول الى تنظيم وتسلسل العبارات نهائيا وبعد حذف فقرات وإعادة صياغتها ليصبح المقياس جاهزا للعمليات والإجراءات والمعالجات الإحصائية ولتحديد طبيعة الفقرات الايجابية والسلبية ضمن مجالات المقياس فيمكن استخلاص ما أفرزته نتائج استبيانات مقياس الصلابة النفسية الى ان :

1- تم قبول (44) فقرة من فقرات مقياس الصلابة النفسية والبالغ عددها (64) فقرة واستبعاد (20) فقرة وهي

(60,59,57,56,54,50,47,46,43,40,37,30,28,26,23,20,14,13,9,7)

2- اجراء تعديل في تنسيق وصياغة (10) فقرات من فقرات مقياس الصلابة النفسية

3- بعد حذف العبارات المستبعدة وإعادة تسلسل الفقرات الايجابية البالغة (35) فقرة والتي

تتضمن الأرقام الآتية (1، 2، 3، 4، 5، 6، 8، 10، 11، 15، 17، 19، 21،

22، 25، 27، 29، 33، 34، 36، 41، 42، 44، 45، 48، 49، 51، 52، 53،

55، 58، 61، 62، 63، 64)

4- اما الفقرات السلبية فهي 9 فقرات تتضمن الأرقام الآتية

(12,16,18,24,31,32,35,38,39)



7-3 مفاتيح تصحيح المقياسي :

هناك مجموعة من البحوث قد اطلعت عليها الباحثة ووجدت عندما يصحح المقياس يجب ان تكون هناك تعليمات وإجراءات في بناء المقياس في التجربة الرئيسة ،يعني ذلك تحديد مفاتيح الإجابة بعد تنفيذ التجربة الميدانية ،اذ يعد مفاتيح التصحيح هو النواة التي يعتمد عليها لتشخيص الإجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس ،وبما ان المقاييس خماسية الأبعاد وبعد ان تم الأهمية النسبية لبدائل الإجابة واختيار البديل الأكثر أهمية والمناسبة للاعبين الجمناستك وأيضا كل مقاييس البحث تضمنت عبارات ايجابية وأخرى سلبية ،وفي ضوء ذلك حدد مفاتيح تصحيح الفقرات في ضوء تسلسل المحاور (محاور الإجابة) وطبيعة فقراتها كما في الجدول الاتي:

جدول (10)

مفتاح الفقرات الايجابية والسلبية المقياسي

مفتاح التصحيح	تصحيح الفقرات السلبية	مفتاح التصحيح	تصحيح الفقرات الايجابية
5	ينطبق عليـة كثيراً	1	ينطبق عليـة كثيراً
4	ينطبق عليـة بدرجة كبيرة جداً	2	ينطبق عليـة بدرجة كبيرة جداً
3	ينطبق عليـة بدرجة متوسطة	3	ينطبق عليـة بدرجة متوسطة
2	ينطبق عليـة قليلاً	4	ينطبق عليـة قليلاً
1	لا ينطبق عليـة ابداً	5	لا ينطبق عليـة ابداً

وعلى أساس ذلك أصبح تصحيح المقاييس في ضوء مفهوم الفقرات مع المقياس ،ان المعالجات الإحصائية من القدرة التمييزية والاتساق الداخلي والتحليل العاملي والعلاقات الارتباطية وغيرها من المعالجات الأخرى ،تعتمد على قيم التصحيح لكل فقرة اذ توضح هذه المعالجات مدى ارتفاع وانخفاض وارتباط هذه القيم مع القيم الأخرى من نفس الفقرات .



8-3 شروط وتعليمات تطبيق المقياس :

عند البدء في عمل أي بحث ، يجب ان تكون شروط وتعليمات مهمة يعتمدها الباحث للارتقاء بالمستوى المطلوب لإجراءات ذلك البحث ، ويجب ان تكون التعليمات ذات دراية معرفية الى كل الأشخاص الذين لهم علاقة بذلك البحث ومن ضمنها (الباحث ، عينة البحث ، فريق العمل المساعد) حتى يكون الجميع لهم معرفة بمتطلبات البحث المنشود ، وعلى أساس ذلك اتخذت الباحثة مجموعة من الشروط والتعليمات لتعتمدها في بحثها وهي ما يأتي :

1-8-3 شروط تطبيق المقياس :

- 1- يجب ان تراعي الظروف الفيزيائية (درجة حرارة - تهوية - إنارة)
- 2- يتم التأكيد على ضرورة عدم ذكر الاسم لأن الهدف من المقياس هو لأغراض البحث العلمي فقط .
- 3- إثارة دافعية الأفراد وذلك من خلال المحادثة مع أفراد العينة ولمدة لا تتجاوز (3) دقائق من قبل الباحثة وفريق العمل المساعد .
- 4- توحيد موقف التطبيق أي عندما يعطى او ينفذ المقياس الأول في قاعة مغلقة يجب ان يكون الثاني نفس الأجواء .

2-8-3 تعليمات المقياس :

أ- تعليمات لفريق العمل المساعد :

- 1- تسجيل أكثر وائل وقت مستنفذ في استجابة العينة على المقياسين .
- 2- على فريق العمل ان يجيب على الأسئلة التي تطرح من قبل أفراد العينة وذلك لتفسير مفهوم ومعنى بعض العبارات اذا استوجب الأمر بذلك .
- 3- يجب جلوس أفراد العينة بشكل منتظم مع ترك مسافة بين كل فرد من العينة وآخر ولمسافة متر (1) وذلك لحجب الرؤية في استجابة اللاعبين بعضهم البعض .



ب- تعليمات لأفراد العينة (عينة البحث) :

- 1- يجب ان تقرأ العبارات بشكل جيد قبل الإجابة عنها .
- 2- لا يحق لأفراد العينة ان يستعينوا بزميلهم عند الإجابة لأن استجاباتهم تعبر عن شخصية اللاعب بمفرده .
- 3- لا يسمح لأفراد العينة ترك أي عبارة بدون إجابة .

9-3 التجربة الاستطلاعية :

بهدف التحقق عن مدى وضوح فقرات المقياس والكشف عن الفقرات الغامضة او الصعبة الفهم بهدف اعادة صياغتها او لغتها او مضمونها بالنسبة لعينة بناء المقاييس ، كان لا بد من إجراء تجربة استطلاعية كخطوة أولية من إجراءات التجربة الرئيسية وذلك للكشف عن مجريات العمل المطلوب ، اذ قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية التي هي (عبارة عن تجربة مصغرة أولية مشابهة للتجربة الرئيسية يقوم بها الباحث قبل قيامه بالتجربة الرئيسية بهدف الوقوف على الأخطاء وتلافيها) (1)

وبإشراف من الباحثة وفريق العمل المساعد(*) :

أجريت التجربة الاستطلاعية يوم الأحد المصادف (13 / 6 / 2012) وعلى عينة بلغ عددهم (20) لاعباً من الأعمار (12) فما فوق وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو :-

- 1 - التأكد من سلامة فقرات المقياس لغوياً .
- 2 - معرفة كفاءة فريق العمل المساعد .
- 3 - مدى وضوح أسئلة المقياس لعينة البحث .
- 4 - احتساب زمن الإجابة والوقت الكلي الذي يستغرقه اللاعب في الإجابة عن فقرات

المقياس .

(1) وجيه محبوب واحمد بدري حسين ؛ البحث العلمي ، (بغداد ، مكتبة العادل للطباعة ، 2002) ، ص 35 .

(*) م . م رياض عبد الرضا

مدرب العاب مهند صباح

مدرب نادي ديالى عماد حسين



5 - الإجابة عن التساؤلات والاستفسارات .

وبعد اجراء التجربة الاستطلاعية تحقق الباحث من جميع أهداف التجربة وتبين ما يأتي:

- 1 - كان المقياس مناسباً لعينة البحث حيث تم الإجابة على جميع فقراته .
 - 2 - حدثت حالة واحدة وتم معالجتها هي هناك لاعبي من (صلاح الدين) لا يفهمون المقياس باللغة العربية مما تطلب من فريق العمل ومنهم مدربهم وتحت إشراف الباحثة بأن يترجم لهم باللغة التركمانية حيث تم المعالجة بهذه الصورة
 - 3- كانت درجة حرارة الطقس تتراوح بين (29-31) درجة مئوية .
 - 4- حدد الوقت الملائم للإجابة عن فقرات المقياس من قبل العينة ، وقد حدد الوقت المستغرق لقياس الشعور بالذنب بين(18-20) دقيقة وبمتوسط مقداره (19) دقيقة تقريباً أما مقياس الصلابة النفسية فقد حدد الاجابة عنه(18-19) دقيقة وبمتوسط مقداره(18.5) دقيقة تقريباً .
 - 5- تم توزيع مقياس الصلابة النفسية وذلك لمعرفة تحدي اللاعب وصلابته ولمنع تأثير وقت وجهد استجابة هذا المقياس على المقياس الاخر .
 - 6 - تم توزيع مقياس الشعور بالذنب وذلك لمعرفة شعور اتجاه ذاتهم من الأخطاء التي حصلت ضمن أدائهم للجهاز المعين .
 - 7 - حددت موضوعية الاستجابة بتكرار بعض الفقرات لكل مقياس .
- ومن اجل توضيح كيف تتحقق هذه الأهداف وخاصة موضوعية الاستجابة يكون ما يأتي :

10-3 موضوعية الاستجابة :

قامت الباحثة بحساب درجة موضوعية الاستجابة هو الحصول بالقدر المستطاع من الجدية في الإجابة على فقرات المقياس من أفراد العينة والمتابعة المباشرة على درجة الإجابات والابتعاد عن الإجابات المكرره والتخمينية لكون هذه العملية تؤثر في النتائج . اذ ان تعدد الإجابة مع



الأسلوب المتبع ووجود مفتاح التصحيح يدل على موضوعية المقياس وما يلائم الفئات العمرية لعينة البحث .

اذ تم تحديد موضوعية الاجابة ضمن أهداف التجربة الاستطلاعية لأجل اجراء بعض التعديلات اذا استوجب الأمر في إعادة صياغة بعض الفقرات ومعرفة مدى تفهم العينة لمعنى الفقرات لكي يستطيعوا فهمها بشكل واضح وهذا سوف يساعدهم في الاجابة عن الفقرات بدقة أكثر .

ولمعرفة درجة (فهم العينة لمعنى الفقرات) اعتمدت الباحثة الاسلوب الأكثر شيوعاً في البحوث النفسية اذ لجأت الباحثة الى صياغة (3) فقرات لمقياس الشعور بالذنب و(4) فقرات لمقياس الصلابة النفسية بطريقة منافية لها وتم توزيعها بواقع (1) فقرة لكل مجال وبطريقة عشوائية وغير معروفة له وكما بين في الجدول.

جدول (11)

الفقرات الأصلية والمكررة وقيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في تحديد موضوعية

الاستجابة

مقياس الشعور بالذنب			
الفقرات المكررة	ت	الفقرات الأصلية	ت
يضايقتني مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة	5	انتضايق عندما لا يقبل المدرب سلوكي الرياضي مع الاخرين	41
تفكيري في البطولة القادمة يزيد من حماسي للتدريب	37	أحاول ان أنسى أخطائي السابقة وأركز على البطولة القادمة	47
اندفاعي بالاداء يسبب لي بعض المشكلات اثناء البطولة	20	الخوف من الفشل يوصلني لعدم التركيز في البطولة	23
مقياس الصلابة النفسية			
الفقرات المكررة	ت	الفقرات الأصلية	ت
أستطيع اجتياز جهاز اللعب على الرغم من صعوبة حركاته اتجاهي	39	مهما كانت صعوبة المهارة فأنتني أستطيع أدائها بنجاح	1
لدي قيم ومبادئ معينة التزم بها واحافظ عليها	10	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم	2
اشعر بالسعادة عندما تحفزني عائلتي على الاشتراك في التدريب	4	تشجيع والدي يحسن أدائي في التدريب والبطولات	6



لدي القدرة على الاسترخاء خلال الاشتراك في المنافسة الهامة	40	لدي استعداد للتدريب والبطولات طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في لعبتي	36
---	----	--	----

من الجدول السابق الذي يبين الفقرات الأصلية التي يجيب اللاعب عنها عن طريق بدائل الاجابة وتأخذ رقم الاجابة عن الفقرة الأصلية اما الفقرات المكررة فتعني بانها تشابه بالمعنى ولكنها تختلف بالصياغة وهل اللاعب كانت اجابته بنفس الاجابة على الفقرات الأصلية (ام لا) فاذا كانت نفسها فيدل على موضوعية الاستجابة اما اذا كانت لا فيعني ان الاجابة ليست موضوعية والجدول يوضح على ان الفقرات جميعها موضوعية ولكلا المقياسين . وبعد تنظيم البيانات في تحديد موضوعية الاستجابة عند جميع المقاييس فيكون كالآتي :

أولاً - تحديد موضوعية الاستجابة عن مقياس الشعور بالذنب :-

بعد تنظيم وتدقيق الاستمارات المعروضة على عينة التجربة الاستطلاعية والتي كان عددهم (20) لاعباً في لعبة الجمناستك الفني ، تبين ان هنالك استمارتين لم يكتمل المجيب في الاجابة عن جميع الفقرات ، وعلى ضوء ذلك استبعدنا هاتين الاستجابتين وأصبح العدد الكلي (18) استمارة حققت الموضوعية في الاستجابة وهذا ما يشكل نسبة (90) % من هدف استجابة أفراد العينة على فقرات مقياس الشعور بالذنب وهي نسبة عالية في فهم العينة على فقرات المقياس واستجابتهم بصدق عليه.

ثانياً - تحديد موضوعية الاجابة على مقياس الصلابة النفسية :

بعد تنظيم الاستمارات وتدقيقها تبين ان هناك (4) استمارات لم يكتمل المجيبون في الاجابة عن جميع فقرات المقياس وبذلك تم استبعادهن وأصبح العدد الكلي (16) استمارة خضعت في كشف الموضوعية وبعد أتباع الخطوات السابقة في تحديد موضوعية الاجابة تم استبعاد هذه الاستمارات البالغ عددها (4) وعند ذلك أصبح العدد (16) استمارة وهذا ما يشكل نسبة (80) % وهي نسبة عالية في صدق أفراد العينة في استجابتهم على مقياس الصلابة النفسية.



3-11 التجربة الرئيسية (التطبيق الأولي للمقياسين)

الغرض من اجراء التجربة الرئيسية هو تطبيق المقاييس النفسية (الشعور بالذنب والصلابة النفسية) على لاعبي الجمناستك الفني على بساط الحركات الارضية بصيغتها النهائية بهدف تحليل فقرات المقاييس النفسية (قيد الدراسة) احصائياً والتعرف على القدرة التمييزية لفقرات المقياس بعد ان تأكدت الباحثة من عدة اجراءات مهمة هي:

- 1 - مدى فاعلية اجراءات التجربة الاستطلاعية بعد ان حققت أهدافها الضمنية .
- 2 - كشف موضوعية الاستجابة لأفراد عينة البحث .

تم إجراء تنفيذ إجراءات التجربة الرئيسية على عينة قوامها (100) لاعب جمناستك في تاريخ (2012/6/23) ، اذ تضمنت التجربة الرئيسية كل من إجراءات بناء المقاييس على عينة البحث من اجل ضبط توقيتات وإجراءات البحث حدد وقت إجراءات التجربة الرئيسية في كل الأندية والمراكز الرياضية الخاصة بالجمناستك الفني وفي جميع محافظات القطر وكان وقتها من التاسعة صباحاً ولغاية الثانية عشر ظهراً في البطولة أي ثلاثة أجهزة يتم اختبارها وبعدها استراحة ثم يتم تكلمة البطولة على الأجهزة الثلاثة الأخرى من الساعة الرابعة عصراً الى الساعة مساء وذلك للمحافظة على درجة الحرارة والإضاءة ، وتم المحافظة على الظروف الفيزيائية بقدر المستطاع ، وحددت درجة الحرارة من (35-40) درجة مئوية ، قد استغرقت البطولة يوم واحد على جهاز بساط الحركات الأرضية صباحاً ومساءً وتم توزيع استمارات المقياسين على لاعبي الجمناستك الفني قبل وبعد البطولة واستغرق وقت الاجابة على المقياسين (45-60)دقيقة لـ(100) لاعب .



3-12 تحليل الفقرات إحصائياً :

تحليل فقرات المقياس النفسي إحصائياً هو الأسلوب السائد والأكثر استخداماً لا عطاء كل مجالات التفحص وتنقية كل الفقرات من الشوائب والأخطاء العلمية واللغوية من خلال الكشف عن مدى دقة الفقرات في قياس ما أعدت لقياسه والهدف من تحليل فقرات المقياس إحصائياً هو تحسين نوعية الاختبار من خلال اكتشاف ضعف الفقرة ومن ثم العمل على إعادة صياغتها او استبعادها ان لم تكن صالحة (1)

وهناك أساليب عديدة للتحليل الإحصائي وقد اعتمدت الباحثة أسلوب المجموعتان الطرفيتان والاتساق الداخلي لأجل استخراج ما يتضمن التحليل الإحصائي لمتغيرات البحث من حيث المجموعتين الطرفيتين والاتساق الداخلي ، ومن الأمور المهمة هو توضيح التوزيع الطبيعي للعينة على متغيرات البحث قبل تحديد القدرة التمييزية (المجموعتان الطرفيتان) اذ وجدت الباحثة يكون هذا أدق مما لو تم استخراج القدرة التمييزية قبل التأكد من التوزيع الطبيعي لأن هذا التوزيع يبين لنا من القدرة العالية عن القدرة الواطئة والقدرة التمييزية تؤكد هذا التوضيح ولأجل التوضيح لتبين صورة أكثر وضوحاً وفهماً وذا معنى واضح يجب مراعاة ما يأتي :-

3-13 التوزيع الطبيعي للعينة :

على الرغم من ان الوسائل الإحصائية التي تعتبر مساعدة في معالجة البيانات والجداول هي التي تساهم في عرض هذه البيانات فعليه ان التحليل الإحصائي يدل على مدى قبول تلك البيانات ومدى معنويتها في القبول وكان لا بد من عرض البيانات أولاً وبعدها استدلالها ثانياً عن طريق تحليلها وتغييرها ، وبعد تصحيح المقياس وتبويب ما أفرزته من البيانات والتي استخلصت (61) فقرة للمقياس من مجموع (79) فقرة لمقياس الشعور بالذنب بعد استبعاد (18) فقرة منها غير معنوية وفقرتان لكشف موضوعية الاستجابة ومن مجموع (64) فقرة لمقياس الصلابة النفسية بعد استبعاد منها (20) فقرة منها غير معنوية و فقرة واحدة لكشف موضوعية الاستجابة ولأجل

(1) محمد عبد السلام احمد ؛ المقياس النفسي والتربوي ، (القاهرة ، مكتبة النهضة العربية ، 1980) ، ص 43 .



معرفة مدى التوزيع الطبيعي لأفراد عينة البحث ومدى تمثيل العينة لمجتمع البحث وما يصدر من حكم على المجتمع من خلال العينة ولأجل عرض ذلك فيجب عرض البيانات المستخلصة من إجراءات البحث الميدانية والمستخرجة من تطبيق مجموعة من الوسائل الإحصائية عند تطبيق كل مقياس من مقاييس البحث .

أولاً - التوزيع الطبيعي لعينة مقياس الشعور بالذنب :

بعد تحديد فقرات مقياس الشعور بالذنب والتي خضعت للتجربة الرئيسة والبالغ عددها (61) فقرة ، وبعد ان تم اختيار عينة البناء والبالغ عددها (100) لاعب جمناستك وبعد فرز البيانات تم استكمال جميع اللاعبين في الاجابة على جميع فقرات المقياس من قبل لاعب حيث تم الاعتماد على (100) استمارة من مقياس الشعور بالذنب مثلها(100)لاعب وبعد إجراء عملية تصحيح فقرات المقاييس (1، 2، 3، 4، 5 - 5، 4، 3، 2، 1) للفقرات السلبية والايجابية على التوالي بين أدنى درجة يمكن ان يحصل عليه اللاعب لمقياس الشعور بالذنب هو (1) درجة ، وأعلى درجة يمكن ان يحصل عليه هو (5) درجة وبعد تنظيم الاستمارات وما تضمنت من تبويب للقيم تبين ان درجات اللاعبين (لاعبي الجمناستك) تراوحت بين (35-135) درجة وبوسط حسابي مقداره (79.51) وبانحراف معياري(21,02) ووسيط مقداره (78.5) ومعامل التواء(0.221) وتم عرض التوزيع الطبيعي للعينة على هيئة الفئات التكرارية وضمن شكل المدرج التكراري والجدول يبين ذلك :



جدول (12)

قيم التوزيع الأعتدالي للعينة وتكرارات فئات مقياس الشعور بالذنب

التكرارات	الفئات
10	54-35
30	74-55
43	94-75
7	114-95
10	135-115
وسط حسابي = 79.51	
وسيط = 78.5	
انحراف معياري = 21,02	
معامل الالتواء = 0.221	

للمساهمة في تحديد مدى التوزيع الطبيعي للعينة متضمن الجدول السابق تحديد قيم الفئات وتكراراتها وتحديد قيم الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأجل الاعتماد على قيم أفراد العينة وإخضاعها للتحليل العملي لا تمام عملية المقياس وعندما ننظر الى قيم معامل الالتواء نجدها منخفضة وان هذا الانخفاض في القيمة اذا دل على شيء فيدل على حسن اختيار العينة من جانب والتوزيع الأعتدالي لعينة البحث من جانب آخر ،



وبعدها إمكانية تعميم النتائج على مجتمع البحث اذ ان (كلما كان حجم العينة كبير كان التعميم على المجتمع أكثر ثباتاً وأكثر دقة) (1).

وهذا يؤكد على ان (كلما اقترب الالتواء من الصفر كان التوزيع اعتدالي) (2).
وانه (كلما كانت قيمة معامل الالتواء تقترب من الصفر كان المنحنى يقترب من التوزيع الاعتدالي) (3).

ومن اجل توضيح شكل توزيع العينة في اجباتهم على فقرات مقياس الشعور بالذنب ضمن فئاتهم من خلال تحديد اعلى قيمة في الاستجابة وطرح منها ادنى قيمة مع تقسيم الناتج على عدد المستويات وكما ياتي : $135 - 35 = 100$ ، $100 \div 20 = 5$ (عدد الفئات المطلوبة) = 5 طول الفئة وتم تحديد التكرارات عند كل فئة ، والتي يرتفع قليل جداً عند المجموع العليا .
ثانياً : التوزيع الطبيعي للعينة على مقياس الصلابة النفسية :

بعد ان تم فرز نتائج الاجابة عن عينة البناء وتم الاعتماد على (100) استمارة من استمارات الصلابة النفسية و ذلك لأكمال اللاعبين على هذه الاستمارات في الاجابة عن جميع فقرات المقياس تم الاعتماد على (100) استمارة من استمارات الصلابة النفسية والتي تمثل (100) لاعباً ، وتم الاعتماد على تصحيح المقياس والتي حددت بأقل مجموع يمكن ان يحصل عليه اللاعب (1) درجة وأعلى مجموع (5) درجة وبعد ترتيب القيم تصاعدياً حددت درجات اللاعبين على مقياس الصلابة النفسية ما بين درجة وبوسط حسابي بلغ مقداره (49.15) درجة وبانحراف معياري بلغ (8.642) ووسيط (50.000) ومعامل الالتواء (0.001) درجة وكذلك تم تحديد طول الفئة من خلال تحديد أعلى قيمة حصل عليها اللاعبين والبالغة (74) وطرح

(1) عبد المنعم أحمد الدردير : الإحصاء البارامترى واللابارمترى في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ، (القاهرة ، عالم الكتب ، 2002) ، ص 27 .

(2) مروان عبد المجيد إبراهيم : الإحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات بحوث التربية البدنية والرياضية ، (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000) ، ص 339 .

(3) عبد المنعم أحمد الدردير : مصدر سبق ذكره ، ص 66 .



منها أقل قيمة والبالغة (24) وتقسيم الناتج على عدد الفئات المطلوبة ومن ثم إضافة الناتج من أدنى قيمة لحين الوصول الى أعلى قيمة وبأطوال فئات متساوية .

وفي ضوء هذه الطريقة تم تحديد طول الفئة البالغة (5) درجات مع تكراراتها عند استجابة اللاعبين على المقياس وبعد فرز نتائج الإجابة وحددت قيم الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والخطأ المعياري وقيمة الالتواء ومن أجل بيان هذه القيم بشكل أكثر دقة فإن هذا الجدول يبين الآتي :

جدول (13)

قيم التوزيع الأعتدالي للعينة وتكرارات فئات مقياس الصلابة النفسية

التكرارات	الفئات
1	28 - 24
4	34 - 29
9	39 - 35
13	44 - 40
20	49 - 45
28	54 - 50
17	59 - 55
3	64 - 60
4	69 - 65
1	74 - 70
	وسط حسابي = 49.15
	وسيط = 50.000
	انحراف معياري = 8.642
	معامل الالتواء = 0.001

وبعد النظر الى قيم الجدول السابق وخاصة منها قيم معامل الالتواء نجدها منخفضة وهذا يدل على حسن اختيار العينة وملائمة فقرات المقاييس للاعبين فضلا عن ان انخفاض قيمة معامل



الالتواء يدل على التوزيع الأعتدالي للعينة وأن الإشارات السالبة لمعامل الالتواء يدل على تمركز افراد عينة البحث بنسبة أكثر بقليل في المنطقة التي تنخفض فيها قيم استجابة اللاعبين ، وهذا مؤشر الى أن قيمة الوسط الحسابي تكون أقل من قيمة الوسيط ، ومن اجل عرض التوزيع الأعتدالي بأشكال هندسية اخترنا المدرج التكراري ليكون أكثر وضوحاً في تحديد قيم الفئات التكرارية لمقياس الصلابة النفسية والتي ترتفع قليلاً تكراراتها عند المجموعة الدنيا .

3-14 المجموعتان الطرفيتان :

ان أي فقرة لها قدرة التميز بين اللاعبين وخاصة اللاعب الذي حصل على درجة عالية او واطئة على كل فقرة لدى اللاعبين فلا بد من أبقاء الفقرات ذات التميز العالي والذي تمثل الفقرات الجيدة منها والتي بدورها تشارك أيضاً في تحقيق التوزيع الطبيعي على كل فقرة لدى اللاعبين عند تحقيق الاجابة العالية او الواطئة والتي تتضمن بينها القيم المتوسطة وعليه فلا بد من الاعتماد على طريقة المجموعتين الطرفيتين والتي يطلق عليها في تحليل البنود (المقارنة الطرفية او القدرة التمييزية او الصدق ألتمايزي في التوزيع الأعتدالي) والتي تظهر بين المجموعتين العليا والدنيا او بين الاجابة العالية والإجابة الواطئة والتي تستخدم في الجوانب الحركية للتمييز بين الجيدين وغير الجيدين او بين المجموعتين المرتفعة والمنخفضة .

اذ ان قدرة تميز الفقرة يشير إليها احد المصادر على أنها (قدرة الفقرة على التمييز بين مجموعات متباينة تعد أهم دلالة تصف على فقرة من فقرات المقياس من خلال تميزها بين المتفوقين وغير المتفوقين وهي من الطرق المستخدمة لإيجاد صدق المقياس تبعاً لصدق البناء اوالمفهوم من خلال التأكد من مدى تناسق وتكامل مفرداته بحيث تكون كلا متناسقاً مترابطاً⁽¹⁾ وترى الباحثة ان القدرة التمييزية هي قدرة الفقرة على التميز بين الأشخاص الذين يتمتعون بدرجة مرتفعة من السمة وبين الأشخاص الذين يتمتعون بدرجة منخفضة من السمة نفسها لقد

(1) عبد الرحمن محمد العيسوي : المقياس والتجريب في علم النفس والتربية ، (الاسكندرية ، دار المعارف الجامعة ، 1985)، ص 50 .



تم استخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين لحساب تميز جميع الفقرات التي تحتويها مقياس البحث ويكون على النحو التالي :

أولاً : المجموعتان الطرفيتان لفقرات مقياس الشعور بالذنب :

بعد ان حددت عينة البحث التي تضمنت أكمال الاجابة على جميع فقرات مقياس الشعور بالذنب والبالغ عددها (100) لاعباً وبعدها تم ترتيب قيم الاجابة (تصاعدياً) واختيار نسبة (27)% من نتائج الاجابة إجابة أفراد العينة ضمن المجموعة العليا وهم من الذين حصلوا على درجات عالية ونسبة (27) % من المجموع الكلي لإجابة أفراد العينة على مقياس الشعور بالذنب محددة بالاجابات الدنيا .

وتمثلت هذه النسب المئوية لأفراد القدرة التمييزية (54) % (27) % للمجموعة العليا + 27 % للمجموعة الدنيا = 54 % للمجموعتين العليا والدنيا) ، ان النسبة المتبقية والعدد المتبقي من أفراد العينة بلغ (46) % متمثلة بـ (46) لاعب يشكلون النسبة والعدد المتوسط عند استجابة الأفراد .

ولأجل تحديد مقدار القيم المحسوبة بين المجموعتين في استجابتهم على فقرات مقياس الشعور بالذنب ومدى تجانس أفراد المجموعتين في الاستجابة لكي تؤثر بعض المؤثرات في مقدار الاستجابة مثل (مستوى التدريب او المشاركة) او غيرها من المؤثرات ذات العلاقة بمقدار الاستجابة فلا بد من تحديد قيم الاستجابة مع تحديد الدلالة الإحصائية لمعنوية هذه الاستجابة عند كل من المجموعتين كما في الجدول الاتي :



جدول (14)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ونسبة الخطأ ومعنويتها في حساب القوة التمييزية لمقياس الشعور بالذنب

الدلالة الاحصائية	قيمة T		العليا		الدنيا		الفقرة
	نسبة الخطأ	المحسوبة	ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	17.246	0.897	3.963	0.000	1.000	F1
معنوي	0.000	12.323	0.921	3.185	0.000	1.000	F2
معنوي	0.000	38.326	0.492	4.629	0.000	1.000	F3
معنوي	0.000	31.200	0.000	5.000	0.579	1.518	F4
معنوي	0.000	35.907	0.000	5.000	0.509	1.481	F5
معنوي	0.000	19.992	0.818	4.148	0.000	1.000	F6
معنوي	0.000	35.907	0.000	5.000	0.509	1.481	F7
معنوي	0.000	41.359	0.465	4.703	0.000	1.000	F8
معنوي	0.000	23.694	0.747	4.407	0.000	1.000	F9
معنوي	0.000	22.213	0.797	4.407	0.000	1.000	F10
معنوي	0.000	38.326	0.492	4.629	0.000	1.000	F11
معنوي	0.000	46.334	0.000	5.000	0.423	1.222	F12
معنوي	0.000	46.334	0.000	5.000	0.423	1.222	F13
معنوي	0.000	23.694	0.747	4.407	0.000	1.000	F14
معنوي	0.000	21.698	0.724	4.296	0.266	1.074	F15
معنوي	0.000	31.000	0.577	4.444	0.000	1.000	F16
معنوي	0.000	20.191	0.800	4.111	0.000	1.000	F17
معنوي	0.000	17.146	0.897	3.963	0.000	1.000	F18
معنوي	0.000	24.287	0.681	4.185	0.000	1.000	F19
معنوي	0.000	17.152	0.863	3.851	0.000	1.000	F20
معنوي	0.000	18.735	0.832	4.000	0.000	1.000	F21
معنوي	0.000	32.613	0.572	4.592	0.000	1.000	F22
معنوي	0.000	25.495	0.679	4.333	0.000	1.000	F23
معنوي	0.000	32.196	0.423	4.777	0.395	1.185	F24
معنوي	0.000	22.780	0.718	4.148	0.000	1.000	F25



معنوي	0.000	76.438	0.266	4.925	0.000	1.000	F26
معنوي	0.000	22.292	0.751	4.222	0.000	1.000	F27
معنوي	0.000	19.061	0.807	3.963	0.000	1.000	F28
معنوي	0.000	27.943	0.640	4.444	0.000	1.000	F29
معنوي	0.000	16.837	0.891	3.888	0.000	1.000	F30
معنوي	0.000	22.478	0.675	4.074	0.192	1.037	F31
معنوي	0.000	26.589	0.622	4.185	0.000	1.000	F32
معنوي	0.000	36.486	0.506	4.555	0.000	1.000	F33
معنوي	0.000	23.659	0.675	4.074	0.000	1.000	F34
معنوي	0.000	17.542	0.833	3.814	0.000	1.000	F35
معنوي	0.000	17.542	0.833	3.814	0.000	1.000	F36
معنوي	0.000	17.716	0.847	3.888	0.000	1.000	F37
معنوي	0.000	39.661	0.480	4.660	0.000	1.000	F38
معنوي	0.000	19.992	0.818	4.148	0.000	1.000	F39
معنوي	0.000	27.266	0.492	4.629	0.423	1.222	F40
معنوي	0.000	16.901	0.797	3.592	0.000	1.000	F41
معنوي	0.000	14.076	1.039	3.814	0.000	1.000	F42
معنوي	0.000	20.829	0.729	3.925	0.000	1.000	F43
معنوي	0.000	20.636	0.718	3.851	0.000	1.000	F44
معنوي	0.000	32.648	0.500	4.407	0.192	1.037	F45
معنوي	0.000	28.493	0.594	4.259	0.000	1.000	F46
معنوي	0.000	19.880	0.735	3.814	0.000	1.000	F47
معنوي	0.000	27.837	0.636	4.407	0.000	1.000	F48
معنوي	0.000	18.478	0.854	4.037	0.000	1.000	F49
معنوي	0.000	18.478	0.854	4.037	0.000	1.000	F50
معنوي	0.000	19.992	0.818	4.148	0.000	1.000	F51
معنوي	0.000	107.000	0.000	5.000	0.192	1.037	F52
معنوي	0.000	19.277	0.828	4.074	0.000	1.000	F53
معنوي	0.000	27.837	0.636	4.407	0.000	1.000	F54
معنوي	0.000	37.282	0.000	5.000	0.500	1.407	F55
معنوي	0.000	25.574	0.492	4.629	0.463	1.296	F56



*قيمة (t) تبلغ (1.671) عند درجة حرية (52) وبمستوى دلالة (0.05)

من الجدول (14) ظهرت قيم (t) المحسوبة بين المجموعتين العليا والدنيا في جميع الفقرات كانت بقيم مختلفة ، اذ حددت أدنى قيمة (14.076) وأقصى قيمة (107.000) اذ كانت جميع استجابة المجموعة الدنيا الاجابة على لا تنطبق على نهائيا والمجموعة العليا على الاجابة تنطبق على بدرجة كبيرة جدا حيث ان جميع الفقرات كانت قيمها المحسوبة اعلى من الجدولية ، وهذا يدل على قدرة الفقرات في الدلالة التمييزية عند الاستجابة بين المجموعتين اذ ان " كلما كانت القيمة المحسوبة اكبر من الجدولية كانت هناك فروق معنوية تشير لقدرة الاختبار التمييزية او التعريفية "(1)

علماً ان فقرات المقياس جميعها (61) فقرة دخلت الى مربع كا² خرجت (56) فقرة وذلك عن طريق استخدامها لقانون كا²

وعلى هذا الاساس نلاحظ ان (56) فقرة حققت دلالة معنوية أي جميع فقرات المقياس التي دخلت الى القدرة التمييزية .

ثانياً : عرض نتائج المجموعتين الطرفيتين لفقرات مقياس الصلابة النفسية .

بعدها تم الاعتماد على جميع استمارات مقياس الصلابة النفسية من عينة البناء والبالغ عددها (100) استمارة من الاستمارات التي اجابة عليها اللاعبين لجميع فقراتها ومن ثم ترتيب قيم الاجابة من الأعلى الى الأسفل . واختيار نسبة (27) % من نتائج العينة في المجموعة العليا ونفس النسبة في المجموعة الدنيا والتي مثلت هذه النسب عدد (100) لاعب في كل مجموعة وان العدد المتبقي من اللاعبين والبالغ عددهم (46%) لاعباً يمثلون العدد المتوسط في الاجابة ولأجل تحديد مقدار (t) ضمن اجابة المجموعتين على فقرات مقياس الصلابة النفسية حيث الجدول الاتي يوضح ذلك .



جدول (15)

الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين العليا والدنيا والقيمة التائية المحسوبة ونسبة الخطأ ومعنويتها في حساب القوة التمييزية لمقياس الصلابة النفسية

الدلالة الاحصائية	قيمة T		العليا		الدنيا		الفقرة
	نسبة الخطأ	المحسوبة	ع	س	ع	س	
معنوي	0.000	17.542	0.833	3.814	0.000	1.000	F1
معنوي	0.000	22.091	0.775	4.296	0.000	1.000	F2
معنوي	0.000	23.604	0.733	4.333	0.000	1.000	F3
معنوي	0.000	41.359	0.463	4.703	0.000	1.000	F4
معنوي	0.000	37.282	0.500	4.592	0.000	1.000	F5
معنوي	0.000	23.618	0.741	4.370	0.000	1.000	F6
معنوي	0.000	35.345	0.506	4.444	0.000	1.000	F7
معنوي	0.000	27.928	0.620	4.333	0.000	1.000	F8
معنوي	0.000	37.282	0.500	4.592	0.000	1.000	F9
معنوي	0.000	35.588	0.492	4.370	0.000	1.000	F10
معنوي	0.000	21.524	0.751	4.111	0.000	1.000	F11
معنوي	0.000	25.516	0.693	4.407	0.000	1.000	F12
معنوي	0.000	20.191	0.800	4.111	0.000	1.000	F13
معنوي	0.000	23.618	0.741	4.370	0.000	1.000	F14
معنوي	0.000	39.661	0.480	4.666	0.000	1.000	F15
معنوي	0.000	21.884	0.729	4.074	0.000	1.000	F16
معنوي	0.000	19.349	0.693	4.407	0.465	1.296	F17
معنوي	0.000	28.444	0.506	4.555	0.362	1.148	F18
معنوي	0.000	35.588	0.492	4.370	0.000	1.000	F19
معنوي	0.000	28.909	0.506	4.444	0.320	1.111	F20
معنوي	0.000	20.191	0.800	4.111	0.000	1.000	F21
معنوي	0.000	20.950	0.629	4.370	0.446	1.259	F22
معنوي	0.000	50.076	0.395	4.814	0.000	1.000	F23
معنوي	0.000	28.032	0.509	4.518	0.362	1.148	F24



معنوي	0.000	36.486	0.506	4.555	0.000	1.000	F25
معنوي	0.000	22.160	0.764	4.259	0.000	1.000	F26
معنوي	0.000	25.610	0.668	4.296	0.000	1.000	F27
معنوي	0.000	38.326	0.492	4.629	0.000	1.000	F28
معنوي	0.000	32779	0.492	4.370	0.192	1.037	F29
معنوي	0.000	26.349	0.506	4.444	0.395	1.185	F30
معنوي	0.000	18.179	0.800	4.222	0.362	1.148	F31
معنوي	0.000	37.282	0.500	4.592	0.000	1.000	F32
معنوي	0.000	32.880	0.509	4.481	0.192	1.037	F33
معنوي	0.000	38.326	0.492	4.629	0.000	1.000	F34
معنوي	0.000	19.851	0.833	4.185	0.000	1.000	F35
معنوي	0.000	24.052	0.636	4.407	0.320	1.111	F36
معنوي	0.000	21.250	0.769	4.148	0.000	1.000	F37
معنوي	0.000	24.987	0.554	4.333	0.362	1.148	F38
معنوي	0.000	27.534	0.577	4.444	0.266	1.074	F39
معنوي	0.000	31.619	0.541	4,296	0.000	1.000	F40

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (52) ومستوى دلالة (0.05) تبلغ (1.671)

من الجدول السابق بينت قيم (t) المحسوبة بين المجموعتين العليا والدنيا في استجابتهم على جميع فقرات مقياس الصلابة النفسية كانت ما بين قيم متباينة بين العالي والواطي حيث تراوحت بين (17.542) تبين اوطئ قيمة و(41.359) تبين اعلى قيمة وكل هذه القيم هي اكبر من قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (52) ومستوى دلالة (0.05) البالغة (1.671) ، وهذا يدل ان فقرات المقياس ميزت بين المجموعتين العليا والدنيا ، وبالتالي قدرة فقرات المقياس في التمييز تعميمها على المجتمع الذي اختيرت منه العينة .

ترى الباحثة ان بين ما حققه البحث من معنوية أغلب الفقرات في مقاييس البحث هو نتيجة ما يأتي :-

1 - قدرة الفقرات في التمييز بين المجموعتين العليا والدنيا وهذا اذا دل على شئ فيدل على معناه.



2 - كان انتقاء بدائل الاجابة منطبق على عينة البحث بشكل كبير .

3 - الانحراف المعياري لل فقرات كان قليل لان البدائل ليست كثيرة مما أدى الى سرعة

المجيب في الاجابة على الفقرات والأهام من ذلك ان تكون البدائل مناسبة للعينة

3-15 عرض نتائج الاتساق الداخلي :

توجد العديد من الطرق في تحليل فقرات المقاييس النفسية ومن هذه الطرق هو معامل الاتساق الداخلي ، اذ يعد ((الاتساق الداخلي من الأنواع الأكثر انتشاراً في مجال مقاييس التربية الرياضية حيث تتحقق عندما تكون الصفة المراد قياسها تشمل على عدة اختيارات وحاصل جمع درجات هذه الاختيارات الفرعية تعطي صورة عن درجة الاختيار ككل وكلما كان معامل الارتباط لدرجات الاختيارات الفرعية بالدرجة الكلية للاختيار عالياً كلما دل على توافر الاتساق الداخلي للاختبار ككل)) (1)

وفي ضوء ذلك فإن الاتساق الداخلي يستخدم في تحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها للظاهرة السلوكية وهذه الطريقة تميزت بالاتي : (2)

1 - تقدم الينا مقياساً متجانساً في فقراته ، بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل .

2 - القدرة التمييزية للفقرة تكون مشابهة لقوة المقياس التمييزية .

3 - القدرة على أبراز الترابط بين فقرات المقياس .

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط 2 ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001) ، ص 222 .

(2) اميرة حنا مرقص : بناء وتقنين مقياس الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد أطروحة دكتوراه ، (كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2001) ، ص 58 .



أولاً : عرض نتائج معامل الاتساق الداخلي لمقياس بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية لمقياس الشعور بالذنب.

بما ان الاتساق الداخلي يحدد مدى تجانس الفقرات ضمن الظاهرة السلوكية، التي تتمثل بمعنوية الارتباط بين درجة الفقرة والمجال الذي تنتمي اليه ودرجة المقياس كله وفي ضوء ذلك فلا بد من تحديد قيم العلاقات الارتباطية بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وعليه تم استخدام معامل الارتباط (بيرسون) لاستخراج قيم هذه العلاقات ولأجل تحديد الدلالة المعنوية اذ اعتمدت الباحثه على مقارنة بين نسبة الخطاء وهي الاصغر عند مقارنتها مع مستوى الدلالة (0.05) و (0.01) .

جدول (16)

معامل الارتباط الفقرة (الاتساق الداخلي) بالدرجة الكلية للمقياس (الشعور بالذنب)

الفقرة	معامل الارتباط	نسبة الخطأ	الفقرة	معامل الارتباط	نسبة الخطأ
F 1	0.278*	0.000	F 29	0.246*	0.002
F 2	0.390**	0.000	F 30	0.666*	0.000
F 3	0.302**	0.002	F 31	0.116	0.251
F 4	0.421*	0.249	F 32	0.007	0.945
F 5	0.324*	0.681	F 33	0.380*	0.220
F 6	0.109	281	F 34	0.595*	0.315
F 7	0.057	574	F 35	0.488*	0.490
F 8	0.241*	0.368	F 36	0.323*	0.217
F 9	0.091	0.367	F 37	0.559*	0.451
F 10	0.212*	0.297	F38	0.492*	0.262
F 11	0.108	0.286	F 39	0.319*	0.209
F 12	0.313*	0.400	F 40	0.404*	0.534
F 13	0.121	0.232	F 41	0.091	0.369
F 14	0.159	0.114	F 42	0.699*	0.000
F 15	0.124	0.217	F 43	0.377*	0.798
F 16	0.252*	0.000	F 44	0.114	0.257
F 17	0.400*	0.695	F 45	0.252*	0.313
F 18	0.349*	0.551	F 46	0.87	0.391
F 19	0.272**	0.006	F 47	0.409*	0.296
F 20	0.063	0.531	F 48	0.565*	0.421
F 21	0.062	0.542	F 49	0.26	0.795
F 22	0.031	0.757	F 50	0.434	0.287



0.261	0.113	F 51	0.598	0.555*	F 23
0.049	0.197*	F 52	0.000	0.219*	F 24
0.444	0.352	F 53	0.233	0,087*	F 25
0.500	0.597	F 54	0.024	0.225*	F 26
0.438	0.078	F 55	0.312	0.424*	F 27
0.877	0.016	F 56	0.298	0.687*	F 28

** معنوي عند مستوى دلالة (0.01)

* معنوي عند مستوى دلالة (0.05)

القيمة الجدولية عند درجة حرية (52) ومستوى دلالة (0.05) ومستوى دلالة (0.01)

ثانياً : عرض نتائج معامل الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية :-

لمقياس الصلابة النفسية .

بما ان مقياس الصلابة النفسية يتضمن العديد من المجالات وهذه المجالات تقيس مدى امتلاك اللاعب لسمة او صفة الصلابة النفسية وهذه المجالات لا تخلوا من فقرات والتي بدورها تشير للعديد من هذه الفقرات الى ما يحتويه كل مقياس في قياس الصلابة النفسية ومن اجل معرفة الاتساق الداخلي بين درجة الفقرات والمقياس ككل ، هنالك عدة أساليب في تحليل فقرات المقياس وأن العلاقة بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية واحده من بين هذه الأساليب ، ولتحديد مدى قياس الفقرات نحو الاتجاه الذي يقيسه المقياس عند السمة المقاسة ، استخدم معامل الارتباط (بيرسون) بين درجة الفقرة ودرجة المقياس ، مستخدمين معها معادلة الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط مع مقارنة جميع القيم المستخلصة مع قيمتها الجدولية عند درجة حرية (48) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (50) ، وبذلك نجد أن القيم المستخلصة حققت دلالة معنوية نتيجة كبر قيمها المحسوبة عن قيمتها الجدولية والجدول الآتي يبين ذلك :



جدول (17)

معامل الارتباط الفقرة (الاتساق الداخلي) بالدرجة الكلية للمقياس (الصلابة النفسية)

نسبة الخطأ	معامل الارتباط	الفقرة	نسبة الخطأ	معامل الارتباط	الفقرة
0.001	0.318**	F 21	0.004	0.349	F 1
0.019	0.234*	F 22	0.003	0.222**	F 2
0.005	0,276**	F 23	0.003	0.298**	F 3
0.005	0.277**	F 24	0.016	0.241*	F 4
0.000	0.365**	F 25	0.009	0.261**	F 5
0.133	0.151	F 26	0.007	0.266**	F 6
0.235	0.311*	F 27	0.018	0.237*	F 7
0.038	0.207*	F 28	0.000	0.417**	F 8
0.045	0.201*	F 29	0.006	0.275*	F 9
0.175	0.137	F 30	0.000	0.370**	F 10
0.002	0.309**	F 31	0.006	0.272**	F 11
0.008	0.263**	F 32	0.502	0.068	F 12
0.113	0.160	F 33	0.069	0.183	F 13
0.339	0.478*	F 34	0.000	0.449**	F 14
0.001	0.322**	F 35	0.000	0.344**	F 15
0.163	0.140	F 36	0.000	0.244*	F 16
0.000	0.362**	F 37	0.393	0.86	F 17
0.005	0.276**	F38	0.126	0.154	F 18
0.047	0.200*	F 39	0.595	0.054	F 19
0.047	0.200*	F 40	0.004	0.322*	F 20

** معنوي عند مستوى دلالة (0.01)

* معنوي عند مستوى دلالة (0.05)

القيمة الجدولية عند درجة حرية (52) ومستوى دلالة (0.05) ومستوى دلالة (0.01)



جدول (18)

تسلسل فقرات مقياس الشعور بالذنب التي ستخضع للتحليل العاملي

الفقرات	ت	الفقرات	ت
احدد أهدافي المناسبة لقدراتي في المستقبل	18	يضايقني مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة	1
أثق بقدراتي المهارية والبدنية لاتخاذ القرار الحاسم في البطولة	19	احترم العادات والتقاليد السائدة بالمجتمع الرياضي	2
قبل أن اشترك في البطولة اشك من عدم توفيقني فيها	20	ألوم نفسي إذا حصلت على فوز غير مستحق	3
اندم عند إنذاري خلال اللعب لخطئ ارتكبه	21	أتمنى إصابة المنافس الذي يتفوق علي أثناء الفردي أجهزة	4
اشعر بالذنب عندما أنصاب والحق الأذى لفريقي	22	استغل انشغال الحكام لأداء الحركات واسبب لهم حجب الرؤية	5
اعجز عن فهم احتياجات اللاعبين الآخرين	23	افقد الهدوء عندما أجادل نفسي بعد الخسارة	6
اعتذر للزملاء بقاعة البطولة لأخطائي البسيطة	24	اغضب عند سماع أي تعليق جارح بعد خطئي	7
اشعر بالندم عندما تسوء علاقتي مع إدارة النادي	25	أستطيع الهروب من نفسي إذا تصرفت بقسوة مع الآخرين	8
عدم تحقيقي الفوز يشعرنني بالذنب اتجاه جمهورنا	26	اشعر بالارتباك في مواقف المواجهة	9
اندم لعدم تنفيذي لتعليمات المدرب	27	أستطيع التركيز على الأداء في وجود الجمهور	10
يصعب علي التفاهم مع اللاعبين الجدد في الفريق	28	أفكاري مثالية اتجاه الآخرين	11
إثناء الأداء في البطولة أتألم عندما اشعر باقتراب الهزيمة	29	اشعر بالإحباط عندما اخطأ في البطولة	12
يتملكني الشعور بعدم المبالاة للآخرين أثناء البطولة	30	الخوف من الفشل يوصلني لعدم التركيز في البطولة	13
شعوري بالذنب للخطأ في البطولات الدولية اقل من المحلية	31	أتأخر في العودة لحالتي الطبيعية بعد الهزيمة	14
أحاول أن أنسى أخطائي السابقة وأركز على البطولة القادمة	32	اندفاعي بالأداء يسبب لي بعض المشكلات أثناء البطولة	15
ألوم نفسي بقدر يتناسب مع أخطائي	33	ألوم نفسي عند ارتكاب الأخطاء المهارية	16
تفكيرني في البطولات القادمة يزيد من حماسي للتدريب	34	أقبل النقد من زملائي والمدرب بعد الخسارة	17

الجدول السابق يبين من خلاله ترتيب فقرات مقياس الشعور بالذنب التي ستخضع إلى إجراءات التحليل العاملي المساهم في تحديد قيم العلاقات الارتباطية بين هذه الفقرات للمشاركة في بناء مقياس الشعور بالذنب للاعبين الجمناستك . ومن أجل توضيح فقرات مقياس الصلابة النفسية التي ستخضع إلى التحليل العاملي ضمن ترتيبها النهائي للمساهمة في بناء المقياس وتحديد مجالاته فإن الجدول الآتي يبين ذلك :-



جدول (19)

تسلسل فقرات مقياس الصلابة النفسية التي ستخضع للتحليل العاملي

الفقرات	ت	الفقرات	ت
تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	17	مهما كانت صعوبة المهارة فأنتي أستطيع أداؤها بنجاح	1
حياة الأفراد تتأثر بقوة خارجية غير مسيطر عليها	18	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم	2
الحياة بكل ما فيها تستحق ان أحيها	19	أضع خططي المستقبلية وأنا متأكدا من قدرتي على تنفيذها	3
أسيطر على انفعالاتي إثناء التدريب والبطولة	20	أعالج ما ارتكبه من أخطاء أثناء البطولة	4
اتقبل انتقادات الجمهور لمستوى أدائي بروح معنوية عالية	21	طموحي ان أكون أحسن لاعب في اللعبة	5
اشعر بالإحباط لعدم موافقة عائلتي على المشاركة في البطولات الخارجية	22	تشجيع والدي يحسن أدائي في التدريب والبطولات	6
أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة	23	أتحمل المسؤولية الكاملة في الأداء	7
أحب التحدي واستمتع باللحظات الحرجة أثناء الأداء	24	حضور عائلتي في قاعة البطولة يساعدني على تقديم أداء مميز	8
ان متعة الرياضة تكمن في قدرة الفرد على مواجهة متطلباتها	25	اشعر بالسعادة عندما تحفزني عائلتي على الاشتراك في التدريب	9
ارغب التنوع في أساليب التدريب	26	كثيرا ما أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي أثناء البطولة	10
تكون أعصابي قوية من حديد أثناء البطولة	27	أبادر لحل أي مشكلة تواجه الزملاء اثناء التدريب	11
قوة إرادتي تدفعني للأداء الجيد في البطولة	28	مشاكلي العائلية تقلل من تركيزي في التدريب	12
اشعر بالليل للعب في حالة وجود تحدي	29	ابدي رأي بصراحة إزاء أدائي أثناء التدريب والبطولة	13
ارفض الاستسلام للتعيب عند اشتراكي في البطولة او التدريب	30	قوة المنافسة تزيد لي الشعور بالفوز دائما	14
اشعر بان لدي القدرة على هزيمة أي منافس	31	كل ما يحدث لي في البطولة هو نتيجة تخطيطي	15
		أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	16

3-16 الخصائص القياسية (السايكومترية) لمقياسي الشعور والصلابة

الخصائص القياسية (السايكومترية) هي من اهم مؤشرات صدق وثبات المقاييس النفسية ومن اهم المفاهيم في مجال الاختبارات والقياس اذ تعتمد عليها دقة البيانات او الدرجة التي تحصل عليها المقاييس النفسية .

ان الخصائص القياسية لمقاييس البحث تعد البنية الأساسية لها وان الصدق والثبات من أهم هذه الخصائص وعلى أساس ان الصدق أهم من الثبات التي تشير اليه الكثير من المصادر منها علم



النفس والاختبارات حيث ان كل مقياس صادق يجب ان يكون ثابت وليس كل مقياس ثابت يكون صادقاً وبرهان ذلك ان المقياس الثابت يكون مترابطاً ومتجانساً في فقراته لكن يقيس سمة غير التي اعد لقياسها وعليه أهتم المختصين بالمقاييس النفسية الأكثر دقة في تحديد الخصائص القياسية (السايكومترية) للمقياس وفقراتها التي تكون كمؤشر واضح على دقة قياس ما وضع لقياسه ويجب ان تكون عملية القياس بأخطاء قليلة قدر المستطاع وكان لا بد من تحديد الصدق والثبات بأكثر من أسلوب لضمان صدق المقياس وثباته وكما يلي :-

3-16-1 صدق المقياس :

يعد صدق المقياس هو مفهوم حاسم في مجال القياس ويتعلق القياس فيما اذا كان الاختبار يقيس او لا يقيس ما وضع من أجله اذ يشير الصدق الى " المدى الذي يستطيع المقياس قياس ما وضع فعلاً لقياسه " (1)

ولتوضيح صدق الاختبار " هو مدى صلاحية الاختبار لقياس هدف وجانب محدد ،وتبدو هذه الصلاحية في أشكال متعددة ومن الجدير بالذكر ان الصدق لا يكون مطلقاً في المقاييس النفسية أي لا يخضع للكل او العدم بل ان قيمة معامل الصدق تختصر بين الصفر والواحد وبين الواحد عدد صحيح " (2)

وللصدق انواع متنوعة يختارها الباحثون بجمع الادلة لزيادة الثقة في قياس ما اعد لقياسه وبذلك ارتأت الباحثة الى استخدام ثلاثة انواع من الصدق لضمان صدق المقياس وهما :

أولاً : صدق المحتوى (صدق المحكمين . والخبراء) .

بعد التحقق من صدق المحتوى عن طريق عملية (التحليل المنطقي) لمضمون أداة القياس معتمداً على حكم فردي حيث يعد حكم الفرد مجهوداً مستقلاً بذاته وعملية الحكم على صدق المحتوى تكون كاملة منطقياً وتحكمياً يؤديه مجموعة من الخبراء والمختصين اذ يتم تحديد هدف

(1) احمد سليمان عودة : اساسيات البحث العلمي والعلوم الانسانية ، ط2 ، (الاردن ، مكتبة النشاء ، 1992)،ص97.

(2) احمد سليمان عودة : القياس والتقويم في العملية التدريسية ، (عمان ، دار الثقافة والنشر ، 1990)،ص133 .



فريق الخبراء في عملية الحكم على مدى تمثيل فقرات الاختبار للمحتوى الذي اشتقت منه . (1)
 اما صدق المحكمين فما هو الا (حكم الخبراء والمختصين) اذ استخدمت الباحثة هذا الصدق
 عن طريق الأخذ بآراء الخبراء والمختصين في مدى صلاحية فقرات ومجالات المقاييس في
 قياس الصفات التي تقيسها مقاييس البحث المتمثلة في كل من الشعور بالذنب والصلابة
 النفسية.

ثانياً : صدق البناء :

يعد صدق البناء من اهم وسائل تحليل المقياس استناداً الى القياس النفسي للظاهرة المراد قياسها
 او في ضوء مفهوم نفسي معين (2)
 لأنه يعتمد على التحقيق التجريبي من مدى تطابق درجات الفقرات مع الخاصية او المفهوم
 المراد قياسه (3)

ثالثاً : الصدق العاملي :

هو أحد أدق أنواع الصدق باستخدام التحليل العاملي اذ يعد الصدق العاملي شكلاً متطوراً
 ومعقداً من أشكال الصدق ففي هذا الأسلوب نستخدم التحليل العاملي للحصول على تقدير كمي
 لصدق الاختبار في شكل معامل إحصائي هو تشعب الاختبار على العامل الذي يقيس المجال
 المعين . (4)

ان التحليل العاملي في مقاييس علم النفس يستخدم لتحديد تشعب الفقرات على المقياس في تحديد
 صدق الفقرات في قياسها للمعنى الذي وضع المقياس لقياسه وأيضاً تحديد مجالات المقياس في
 تحديد مفردات معنى المقياس ومن ضمن المصادر والبحوث المهمة بالتحليل العاملي في تحديد

(1) احمد سليمان عودة : القياس والتقويم للعملية التدريسية ، ط 2 ، (الاردن ، اربد ، دار الامل ، 1993) ، ص 383 .

(2) Cronbach . L , J . Essentials of psychological Testinh , 3thed , (New York : Harper & Row , 1970)
 P.105 .

(3) فؤاد ابو حطب واخرون : التقويم النفسي ، ط 3 ، (القاهرة ، مكتبة الانجلوا المصرية ، 1987) ، ص 157 .

(4) محمد عبد السلام احمد : المقياس النفسي والتربوي ط 2 ، (القاهرة، المجلد الأول، مكتبة النهضة المصرية ، 1981) ، ص 59 .



هذا النوع من الصدق (الصدق العاملي) اذ عرف التحليل العاملي بأنه " مجموعة من الخطوات الإحصائية تهدف الى تحديد العلاقات الارتباطية بين جميع المتغيرات لأظهار تشعبها بأقل عدد ممكن من العوامل التي تصف الظاهرة التي تقيسها المتغيرات ذات الدلالة المعنوية " (1)

تبرز أهمية التحليل العاملي بمحاور ثلاثة هي :-

* إيجاد العلاقات الارتباطية بين جميع المتغيرات الداخلة في التحليل العاملي .
* اختصار عدد المتغيرات المعنية بالبحث من خلال تشعب المتغيرات ذات الدلالة المعنوية في العوامل المقبولة .

* تحديد ما تسعى في قياسه من خلال المتغيرات المعنية .

هناك عدة مراحل مهمة فلا بد للباحثة ان تمر بها لتعطي حل نموذج للتحليل العاملي الذي يحقق هذا النوع من الصدق ومن هذه المراحل هي :-

1 - إيجاد مصفوفة البيانات الأولية .

2 - إيجاد مصفوفة الارتباطات البينية .

3 - تقدير الحل الأولي (تحديد مصفوفة العوامل قبل التدوير) .

4 - تقدير الحل النهائي (تحديد مصفوفة العوامل بعد التدوير) .

وفي بحثنا هذا سنطبق هذه المراحل بإسهاب كامل لبيان كيف تم حل النموذج خلال مقاييس البحث (الشعور بالذنب والصلابة النفسية) وكالاتي :-

3-16-2 ثبات المقياس :

يعد احد الخصائص السيكومترية للمقاييس النفسية المهمة التي تعبر عن دقة المقياس او الاختبار في قياسه لما يدعي ان يقيسه . ويقصد به " مدى الثقة او الاتقان او الاتساق الذي

(1) رائد عيد الامير عباس : نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4-5) سنوات ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2006 .



يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع من اجلها " (1) ويستخرج الثبات بطرق متعددة منها التجزئة النصفية ومعادلة الفاكرونباخ وكيورد وريتشاردسون وغيرها من الطرق (2) واعتمدت الباحثة باستخدام طريقتين للحصول على ثبات المقياس المرشح للتطبيق هما :

3-17 طريقة التجزئة النصفية :

تعتمد هذه الطريقة على تجزئة الاختبار المطلوب ثباته الى جزئين متكافئين بعد تطبيقه على مجموعة واحدة . وهناك عدة طرائق لتجزئة الاختبار ، فقد يستخدم النصف الاول من الاختبار مقابل النصف الاخر ، او قد تستعمل الفقرات ذات الارقام الفردية مقابل الفقرات ذات الارقام الزوجية (3)

وقد اعتمدت الباحثة هذه الطريقة نظرا الى كونها لا تتطلب الا اجراء الاختبار لمرة واحدة على وفق هذه الطريقة التي تقيس التجانس الداخلي لفقرات المقياس .

وهذه الطريقة تعتمد على تجزئة المقياس الى جزئين متكافئين وبعد تطبيقه على مجموعة واحدة ثم قسمت فقرات المقياس الى نصفين فقرات فردية وفقرات زوجية ، وبعد ان تأكدت الباحثة من التجانس النصفى (F) تم استخراج معامل الارتباط بين مجموعة درجات النصفين بطريقة بيرسون من القيم الخام ، وبلغ معامل الارتباط بين النصفين (0.82) لمقياس الشعور بالذنب و(0.85) لمقياس الصلابة النفسية الا ان هذه القيم تمثل معامل ثبات نصف الاختبار لذلك يتعين تعديل معامل الثبات وتصحيحه حتى نحصل على معامل ثبات الاختبار ككل وعليه استعملت معادلة سبيرمان براون لتصحيح معامل الارتباط والتي تكون بالصيغة الاتية :

(1) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ مصدر سبق ذكره ، (2001) ، ص 291 .

(2) عبد الرحمن محمد العيسوي : الاختبارات والمقاييس النفسية والعقلية ، (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 2003)، ص 110 .

(3) صلاح الدين محمود علام : القياس و التقويم النفسى والتربوي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي . 2000)، ص 450 .



$$\frac{0.85 \times 2}{0.85 + 1} = r \quad , \quad \frac{0.82 \times 2}{0.82 + 1} = r$$

r = قيمة معامل الثبات الكلي للثبات

$r = 0.82$ = قيمة معامل ثبات درجات نصف الاختبار بالنسبة للشعور بالذنب .

$r = 0.85$ = قيمة معامل ثبات درجات نصف الاختبار بالنسبة للصلابة النفسية .

وبعد التصحيح أصبح معامل الثبات (0.90) للشعور (0.91) للصلابة وهو معامل ثبات عالٍ يمكن الاعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار اذ يذكر لازارز ان معامل الثبات الذي يمكن الاعتماد عليه يتراوح ما بين (0.62 - 0.93) .

18-3 الموضوعية :

تعني التحرر من التميز او التعصب وعدم ادخال العوامل الشخصية فيما يصدر الباحث من احكام ، فالموضوعية تقتضي ان تصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلاً لا كما نريدها أن تكون (1)

وقد قامت الباحثة بعرض استمارات استبيان (لبناء مقياس الشعور بالذنب ومقياس الصلابة النفسية) على مجموعة من عينة الدراسة والذين تم استبعادهم من التجربة الرئيسية فكانت لديهم واضحة من ناحية معنى الفقرات لديهم وبذلك قد حققت موضوعية الاختبار (المقياس) والتي يقصد بها " عدم تدخل ذاتية الباحث ومعتقداته في نتائج الاختبار " (2)

(1) مروان عبد المجيد ابراهيم : تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العاملي ، (عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع، ط 1 ، 2001)، ص 91 .

(2) عبد الله عبد الرحمن ومحمد احمد عبد الدايم : مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية ، ط 2 ، (الكويت ، مكتب الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999) ، ص 153 .



3-19 الطريقة المستخدمة وكفاءتها في تحليل البيانات .

قامت الباحثة باستخدام طريقة (المكونات الأساسية لهوتلنج) (principal comp on cnrs) (Hot telling) والتي تعد من أكثر الطرق استخداماً في التحليل العاملي وأيضاً تقبلها لمحك كايزر ، اذ ان هذه الطريقة تقوم على استخلاص العوامل بحيث يساهم العامل الأول بأكبر قدر ممكن من التباين المشترك للفقرات والثاني غير المرتبط بالعامل الأول يكون متعامل (Orthogonal) بأكبر قدر من التباين المتبقي وهكذا لبقية العوامل وباستطاعة معرفة كفاءة هذه الطريقة من طريق تحديد بعض المؤشرات او المتغيرات المستخدمة في البحث اذ اعتمدت الباحثة أساليب كان لابد ان تستخدمها في بحثها وهي كالآتي :

1- تحديد قيمة التباين المفسر (الاشتراكيات) .

2- تحديد قيمة التباينات الخاصة .

3- أجمالي التباين المفسر

اولا / تحديد قيمة التباينات المفسرة (الاشتراكيات) .

هو قيمة التباين الذي تفسره العوامل المستخلصة والتي تمثل مجموع مربعات تشبعات كل فقرة من فقرات المقياس اذ ان زيادة قيمة التباين المفسر لأي من الفقرات يدل على قدرة تفسير الاختلاف الحاصل قيمة خلال المشاهدات المتعددة فضلا عن تفسير تأثيره على العوامل المشتركة وتفاعله مع بقية الفقرات .

ففي جدول (26) ان قيمة التباين المفسر (الاشتراكيات) للفقرة العشرون بلغ (.758) وهذا يعني ان (80) % من التباين لهذه الفقرة ساهمت في تفسير عوامل المقياس أي ان قيمة التباين المفسر للفقرة الواحدة تراه الباحثة هو مجموع مربعات قيم الفقرة ضمن العوامل المستخلصة .



ثانيا/ قيمة التباين الخاص :

يمكن ان تعرف التباين الخاص على انه قيم التباين الخاص للفقرة الذي لا يمكن العوامل المستخلصة تفسيره بحيث لا تتأثر العوامل التي تتفق وراء دراسة السمة المقاسة وان قيمة التباين الخاص لكل فقرة يساوي واحداً مطروحاً منه مجموع التباينات المفسرة على اعتبار مجموع التباين لكل مؤشر يساوي واحد . (1)

وهذا يعني ناتج من (1- التباين المفسر) مثل (1- 0.758) .

ثالثا/ اجمالي التباين المفسر :

ان قياس كفاءة التحليل العاملية تتم ما يفسره النموذج من تباين اجمالي ولهذا ارتأت الباحثة في حساب القيم العينية التي تزيد عن الواحد لتحديد عدد العوامل المستخلصة والبالغ عددها (13) عامل لمقياس الشعور بالذنب (9) عامل أيضا لمقياس الصلابة النفسية ومنها تم استخراج التباين الإجمالي المفسر من خلال تطبيق القانون الآتي :

مجموع التباين المفسر

_____ = التباين الإجمالي المفسر

عدد الفقرات

ومنها بلغت قيمة الاجمالي المفسر لمقياس الشعور بالذنب (22.624) ولمقياس الصلابة النفسية بلغ (19.482) أي ان النسبة المئوية للتباين الاجمالي (22.624) % و(19.482) % تفسر العوامل المستخلصة ولمعرفة ما يفسر كل عامل من العوامل المستخلصة من التباين الاجمالي الذي يكسبه الاهمية النسبية بالمقارنة مع العوامل الاخرى استخدمت الباحثة معادلة الاهمية النسبية للعامل من خلال المعادلة الآتية :-

(1) رائد عبد الامير عباس : قوة الأنا وعلاقتها بالاتزان الانفعالي ومستوى الطموح لدى ناشئ الألعاب الفردية في ، (بابل ، أطروحة دكتوراه ، 2011) .



قيمة الجذر الكامن للعامل

$$\frac{\text{مجموع التباين المفسر}}{\text{الاهمية النسبية للعامل}} =$$

مجموع التباين المفسر

فمثلاً من خلال الجدول (26) يتبين ان قيمة الاهمية النسبية للعامل الاول بلغت

(0.41628) وهي ناتجة من قسمة القيمة العينية (الجذر الكامن) للعامل الاول على

مجموع القيم العينية للعوامل (مجموع التباين المفسر) والمتمثلة

8.110

$$0.41628 = \frac{\text{مجموع التباين المفسر}}{19.482}$$

19.482

3-20 التحليل العاملي لمقاييس البحث .

3-20-1 التحليل العاملي لمقاييس الشعور بالذنب .

أولاً: اعداد مصفوفة البيانات الاولية لمقاييس الشعور بالذنب .

لكي تعد مصفوفة بيانات أولية فيجب ان ترتب وتنظم البيانات التي استخلصت عند إجابة جميع عينة البحث على مقياس الشعور بالذنب بشكل يسهل علينا معالجتها إحصائياً باستخدام التحليل العاملي اذ قامت الباحثة باستخراج كل من قيم الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والخطأ المعياري ومعامل الالتواء والجدول الاتي يوضح ذلك .



جدول رقم (20)

مصفوفة البيانات الاولية لمقياس الشعور بالذنب

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ت	معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ت
0.617	2.000	1.305	2.460	F 18	1.087	2.000	1.320	2.050	F1
0.736	2.000	1.251	2.300	F 19	1.241	2.000	1.035	1.830	F2
0.320	3.000	1.382	2.630	F 20	0.581	2.000	1.507	2.480	F3
0.428	2.000	1.320	2.440	F 21	-0.658	4.000	1.510	3.680	F4
0.689	2.000	1.431	2.350	F 22	-0.618	4.000	1.495	3.360	F5
0.095	3.000	1.447	2.810	F 23	0.201	3.000	1.492	2.790	F6
0.664	2.000	1.303	2.280	F 24	0.680	2.000	1.416	2.450	F7
0.912	2.000	1.220	2.160	F 25	-0.080	3.000	1.501	3.130	F8
1.065	2.000	1.242	2.050	F 26	0.437	2.000	1.380	2.560	F9
0.990	2.000	1.265	2.120	F 27	0.665	2.000	1.314	2.360	F10
0.117	3.000	1.435	2.830	F 28	0.811	2.000	1.247	2.330	F11
0.662	2.000	1.378	2.400	F 29	0.479	2.000	1.313	2.450	F12
0.124	3.000	1.365	2.880	F 30	0.551	2.000	1.288	2.340	F13
1.269	1.000	1.302	1.980	F 31	0.439	2.000	1.343	2.550	F14
0.514	2.000	1.233	2.290	F 32	-0.055	3.000	1.456	3.020	F15
0.202	3.000	1.338	2.690	F 33	0.641	2.000	1.320	2.350	F16
0.736	2.000	1.320	2.290	F 34	0.195	3.000	1.597	2.820	F17

* قيمة الوسيط عند الفقرة (31) تساوي (1) وعند الفقرات (1 ، 2 ، 3 ، 7 ، 9 ، 10 ، 11 ، 12 ، 13 ، 14 ، 16 ، 17 ، 18 ، 19 ، 21 ، 22 ، 24 ، 25 ، 26 ، 27 ، 29 ، 32 ، 34) تساوي (2) أما الفقرات (6 ، 8 ، 15 ، 17 ، 20 ، 28 ، 30 ، 33) تساوي (3) أما فقرات (4 ، 5) تساوي (4) .

ثانيا : أيجاد مصفوفة الارتباطات البينية بين فقرات مقياس الشعور بالذنب .

ان التحليل العاملي يسعى للتعبير عن معاملات ارتباطيه بين فقرات المقياس اذ تم استخدام معامل ارتباط (بيرسون) لتحديد العلاقات بين فقرات مقياس الشعور بالذنب وكما موضح في الجدول (22) يلاحظ من الجدول ان المصفوفة تتضمن (561) معامل ارتباط (لم تحسب الخلايا القطرية) منها (68) معامل ارتباط معنوي بنسبة مئوية بلغت (12.12 %) ، (493)



معامل ارتباط غير معنوي بنسبة مئوية بلغت (87.87 %) كما تضم المصفوفة (52) معامل ارتباط دال موجب وبنسبة مئوية (76.470 %) و(16) معامل ارتباط دال سالب وبنسبة (23.25) % .



جدول (21)

مصفوفة العلاقات الارتباطية لمقياس الشعور بالذنب



ثالثاً : أيجاد مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس الشعور بالذنب (مصفوفة الأنموذج الأولية) من اجل استخدام التحليل العاملي والذي يستخدم (تقليل او تصغير البيانات الكبيرة من العوامل المرتبطة مع بعضها الى أعداد تحليلية من هذه العوامل) وعن طريق استخدام طريقة المكونات الأساسية (principal comp on cnrs) في تحليل مصفوفة معاملات الارتباطات البينية التي وضحها (هوتلنج Hot telling 1933) اذ كان مزايا هذه الطريقة (ان تؤدي الى تشبعات دقيقة ، وان كل عامل يستخرج أقصى كمية من التباين أي ان مجموع مربعات تشبعات العامل تصل أقصى درجة بالنسبة لكل عامل وتؤدي الى أقل قدر ممكن من البواقي اذ ان المصفوفة العاملة تختزل الى أقل عدد من العوامل المتعاهدة (غير المرتبطة) اذ أصبحت هذه الطريقة من بين أكثر الطرق انتشاراً وذلك لدقة نتائجها بالمقارنة ببقية الطرق . (1)

وعن طريق استخدام هذه الطريقة تم الحصول على مصفوفة الأنموذج العاملة في الجدول (22) والتي أظهرت بأن هناك (13) عاملاً يتحكم بالشعور بالذنب لدى لاعبي الجمناستك الفني . ومن الجدول يتبين ان العامل الاول فسر القيمة العينية(الجزر الكامن) مقدار (3.225) والعامل الثاني (2.538) والعامل الثالث (2.353) والعامل الرابع (1.957) والعامل الخامس (1.818) والعوامل الاخرى من العامل السادس ولغاية العامل الثالث عشر حدد بالقيم التالية (1.737) (1.551) (1.415) (1.385) (1.285) (1.170) (1.149) (1.044) نجد ان جميع هذه العوامل فسرت ما مقداره (22.627) من قيم التباين المفسر وبالإضافة الى ذلك يشير الجدول الى قيم النسب التراكمية والنسب المئوية للتباين المفسر للمقياس وللعوامل وبلغت قيم النسب التراكمية والتي ازدادت وحسب تراكم قيم الجذور الكامنة تدريجياً لكل عامل مع العوامل السابقة لها وكما يأتي وبحسب تسلسل العوامل (9.486) ، (16.950) (23.871) (29.626) (34.973) (40.082) (44.643) (48.804) (52.877) (56.657) (60.097) (63.477) (66.546) اما من اذ النسب المئوية(نسبة التباين المفسر) والتي



اعتمدت على القيمة العينية للعامل مقسوم على عدد فقرات المقياس بلغت بالقيم التالية (9.486) (7.464) (6.921) (5.755) (5.347) (5.109) (4.561) (4.161) (4.072)

(3.780) (3.440) (3.379) (3.070) وان النسبة المئوية للتباين للمفسر للمقياس بلغت (66.55) والجدول ايضا حدد فيه قيم التباين المفسر (الاشتركيات) لكل فقرة من فقرات المقياس أي مقدار ما فسرت واشتركت به الفقرات في تمثيل مقياس الشعور بالذنب ، ويبين الجدول ايضا قيم التباين الخاص لكل فقرة من فقرات مقياس الشعور بالذنب والناجمة من (1- قيمة التباين المفسر للفقرة) فنجد الفقرة الاولى من مقياس الشعور بالذنب شاركت بمقدار (0.725) وهذا يعني التباين الخاص لها يساوي (0.275) كما في الجدول الاتي:

جدول (22)

مصفوفة العوامل قبل التدوير لمقياس الشعور بالذنب (مصفوفة الأنموذج الأولية)

التباين الخاص	التباين المفسر	العوامل المستخلصة												الفقرات	
		الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	التاسع	العاشر	الحادي عشر	الثاني عشر		
.275	.725	.110	.086	.282-	.165	.146-	.010	.414	.045-	.291-	.096-	.480	.245-	.139	F1
.345	.655	.142	.172-	.233-	.140	.003	.047	.031	.069	.193-	.352-	.244	.241-	.495	F2
.37	.630	.011	.128	.061	.354	.089	.193-	.179	.183	.218-	.346-	.376	.123-	.223	F3
.362	.638	.050-	.176	.150-	.143	.202	.013-	.015-	.218	.114-	.573	.163	.050-	.321-	F4
.389	.611	.143	.085-	.468	.010-	.208-	.052-	.055	.137	.375-	.252	.279	.120-	.006-	F5
.347	.653	.027	.225	.067	.004	.278-	.158	.161	.423-	.232	.373	.099	.288-	.068-	F6
.255	.745	.276	.118-	.108	.057-	.271	.197-	.132	.277-	.536	.043-	.005	.379-	.017-	F7
.283	.717	.087	.343	.193-	.118	.178-	.133-	.267	.425	.306	.136	.001	.027	.355-	F8
.318	.682	.035	.127-	.107-	.191	.115	.326	.400	.147-	.212	.037-	.076	.489	.156	F9
.185	.815	.214	.408	.177-	.187-	.456	.124	.230-	.037-	.385-	.245	.049-	.092	.201	F10
.264	.736	.163	.340-	.076	.300-	.060	.173	.219-	.160	.215	.146	.243	.485-	.170	F11
.313	.687	.040	.003-	.010	.167-	.122-	.105	.042	.264-	.128-	.482	.539	.043	.136	F12
.311	.689	.044	.137	.174-	.401-	.218-	.301	.311	.137-	.284	.180-	.290-	.107	.121	F13
.325	.675	.102	.023	.376-	.091	.234-	.140	.323-	.241	.149	.004	.116	.492	.004	F14
.293	.707	.212	.018-	.012	.372-	.122	.328	.053-	.321	.105-	.105-	.342	.393	.051-	F15
.293	.707	.481	.017	.089	.391	.076-	.240	.048-	.025-	.025-	.200	.148-	.036-	.430	F16
.322	.678	.330	.169	.134	.120	.337	.320-	.276-	.068-	.219	.011-	.236-	.278	.174	F17
.384	.616	.183-	.106	.085	.249-	.181	.144-	.367	.163	.194	.237	.245	.135-	.340	F18



.451	.549	.068-	.191	.053	.029	.012-	.096	.037-	.346-	.130-	.343	.337-	.069-	.348	F19
.295	.705	.046	.128	.436	.079-	.130-	.252-	.130	.118	.026-	.034	.296	.532	.083-	F20
.373	.627	.100	.050-	.116	.069	.340-	.097-	.134-	.130-	.164	.045-	.111	.322	.540	F21
.3	.700	.070-	.103-	.017-	.337-	.091	.007	.257	.120	.354-	.040-	.308-	.066	.507	F22
.292	.708	.275-	.309	.111	.021	.069	.133	.148-	.154-	.311	.231-	.517	.197	.009	F23
.369	.631	.214-	.144-	.264-	.137	.147	.296-	.044-	.159-	.089	.224	.211	.129-	.470	F24
.414	.586	.226	.035-	.186-	.172-	.146-	.263-	.169	.285	.147	.227	.077-	.022-	.436	F25
.369	.631	.360-	.130-	.067-	.119	.013-	.087-	.157-	.087	.090	.223	.130-	.196	.560	F26
.327	.673	.005	.160	.074	.136-	.287-	.213-	.158-	.046	.153	.103-	.050	.195	.627	F27
.418	.582	.023	.232-	.159-	.070	.059	.114	.188-	.134-	.219	.348	.438	.223	.134-	F28
.337	.663	.180-	.127	.187	.149	.253	.291	.217	.096	.029-	.119	.142-	.226	.515	F29
.337	.663	.062	.304-	.116	.090	.393	.056	.312	.162-	.089	.061-	.148	.471	.095-	F30
.426	.574	.082-	.112	.010	.123-	.028-	.130	.360-	.311-	.191-	.323-	.328	.140-	.166	F31
.33	.670	.166-	.106-	.138	.050	.067	.215	.185-	.603	.260	.158	.045	.214-	.143	F32
.329	.671	.047	.319	.003	.074-	.264	.045	.034-	.110	.313	.301-	.273	.389-	.249	F33
.375	.625	.038-	.067	.240	.290	.107-	.504	.003-	.182	.133	.051-	.186-	.320-	.143	F34
	22.627	1.044	1.149	1.170	1.285	1.385	1.415	1.551	1.737	1.818	1.957	2.353	2.538	3.225	القيمة العينية
		3.070	3.379	3.440	3.780	4.072	4.161	4.561	5.109	5.347	5.755	6.921	7.464	9.486	نسبة التباين
		66.546	63.477	60.097	56.657	52.877	48.804	44.643	40.082	34.973	29.626	23.871	16.950	9.486	نسبة التراكم

رابعاً: ايجاد مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الشعور بالذنب (الأنموذج النهائية):

من أجل تحديد الصدق العاملي لفقرات مقياس الشعور بالذنب في قياس ما يقيسه المقياس من سمة محددة للاعبين الجمناستك ، ومن خلال استخدام طريقة الفاريماكس في تدوير العوامل من أجل الحصول على التركيب البسيط مع الاحتفاظ بالتعامد بين العوامل ، تم الحصول على (13) عامل لمصفوفة عوامل الشعور بالذنب بعد التدوير وكما مبين في جدول (23) .

إذ يتبين من خلال الجدول أن قيم (القيمة العينية) الجذر الكامن ، والأهمية النسبية، ونسبة التباين المفسر ، والنسب التراكمية عند كل عامل تغيرت عن مصفوفة العوامل قبل التدوير ، إلا أن مجموع هذه القيم وما حققته العوامل من مجموع للتباين المفسر ومجموع الأهمية النسبية ومجموع النسب المئوية بقيت نفسها عند مصفوفة العوامل قبل وبعد التدوير والبالغة (22.627) وبنسبة تباين (66.545) ، وهذا ما يحقق التركيب البسيط للمصفوفة ضمن طريقة الفاريماكس،



إذ بلغت قيمة الجذر الكامن للعامل الأول بـ (2.460) والعامل الثاني (1.964) والعامل الثالث (1.910) والعامل الرابع (1.839) أما العوامل الأخرى من العامل الخامس ولغاية العامل الثالث عشر فحددت بالقيم الآتية (1.737) (1.717) (1.704) (1.695) (1.641) (1.624) (1.493) (1.441) (1.402) أما من حيث الأهمية النسبية للعوامل والتي رتبنا بشكل تنازلي وحسب قيم الجذور الكامنة للعوامل مقسوماً على قيمة التباين المفسر الكلية ، فقد حقق العامل الأول أهمية نسبية مقدارها (10.87) والعامل الثاني (8.679) والعامل الثالث (8.44) والعامل الرابع (8.127) ومن العامل الخامس لغاية العامل الثالث عشر بالقيم الآتية (7.676) (7.588) (7.530) (7.49) (7.225) (7.177) (6.598) (6.368) (6.196) فضلاً عن ذلك يشير الجدول إلى قيم النسبة التراكمية والنسبة المئوية للتباين المفسر للعوامل ، إذ رتبنا النسب التراكمية تصاعدياً وفقاً لتراكم قيم الجذور الكامنة تدريجياً لكل عامل مع العوامل السابقة لها وحسب تسلسل العوامل وكما يأتي (7.236) (13.014) (18.630) (24.039) (29.148) (34.197) (39.208) (44.192) (49.019) (53.795) (58.185) (62.423) (66.546) أما قيم النسب المئوية للتباين المفسر فأنها رتبنا تنازلياً والتي اعتمدت على قيم الجذور الكامنة للعوامل مقسوماً على عدد فقرات المقياس وبلغت وحسب تسلسل العوامل بالقيم الآتية (5.778) (5.616) (5.409) (5.109) (5.049) (5.012) (4.984) (4.827) (4.776) (4.390) (4.237) (4.124) وحدد الجدول أيضاً قيم التباين المفسر (الاشتركيات) لكل فقرة من فقرات المقياس ومقدار ما فسرت واشتركت به الفقرات في تمثيل مقياس الشعور بالذنب ، فضلاً عن قيم التباين الخاص ، ونجد بأن قيم التباين المفسر في جميع الفقرات عالية ، وهذا ما يشير إلى تفسير الفقرات العالي في تمثيل المقياس والتباين الخاص لها كان واطناً دليلاً على تباينها المفسر العالي .



جدول (23)

مصفوفة العوامل بعد التدوير لمقياس الشعور بالذنب مصفوفة الأنموذج النهائية

التباين الخاص	التباين المفسر	العوامل المستخلصة												الفقرات	
		الثالث عشر	الثاني عشر	الحادي عشر	العاشر	التاسع	الثامن	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني		الأول
.275	.725	.090	.081	.027-	.057-	.005	.092-	.071	.070	.083-	.008	.170	.802	.095-	F1
.345	.655	.172-	.045-	.007	.061	.088-	.137	.291-	.028	.148	.033-	.053-	.662	.210	F2
.37	.630	.142	.303-	.022-	.010	.194	.027	.033	.080	.061	.060	.255-	.628	.073	F3
.362	.638	.044	.319-	.251	.151-	.051-	.020	.408	.122	.042-	.074-	.347	.072-	.363-	F4
.389	.611	.688	.173-	.034-	.075-	.143-	.098	.084-	.049	.002-	.147-	.151	.126	.029-	F5
.347	.653	.134	.294	.042-	.177	.126	.085	.125	.005-	.548-	.099-	.403	.013-	.066-	F6
.255	.745	.103-	.029	.117-	.824	.007	.025-	.001-	.085	.158-	.052	.024	.042-	.057-	F7
.283	.717	.004-	.082	.099-	.001	.011	.011	.825	.019	.068	.073-	.031-	.008	.094-	F8
.318	.682	.119-	.212	.025-	.070-	.041	.053	.057	.002-	.028	.756	.127	.085	.116	F9
.185	.815	.047-	.029-	.878	.092-	.017-	.073-	.099-	.067	.055	.063-	.055	.000	.064-	F10
.264	.736	.001	.008	.080-	.415	.127-	.353	.256-	.215	.262	.320-	.365	.016	.018-	F11
.313	.687	.300	.050	.136	.069-	.072	.116-	.109-	.180	.112-	.017	.686	.141	.067	F12
.311	.689	.180-	.778	.029-	.028	.022-	.003	.038	.067	.018-	.108	.099-	.091-	.113	F13
.325	.675	.249-	.016	.047	.307-	.068	.010	.273	.300-	.383	.056	.250	.065-	.361	F14
.293	.707	.211	.200	.217	.127-	.115	.013	.027-	.010	.702	.156	.167	.000	.015-	F15
.293	.707	.089	.035-	.314	.122	.295-	.448	.003-	.263-	.214-	.161	.081	.182	.341	F16
.322	.678	.063-	.266-	.382	.347	.013	.120-	.084	.142-	.004	.158	.237-	.283-	.367	F17
.384	.616	.102	.046	.032	.163	.049	.027	.116	.727	.028-	.045	.090	.112	.081	F18
.451	.549	.033-	.096	.341	.106-	.134-	.104	.191-	.085	.544-	.017-	.035	.137-	.150	F19
.295	.705	.594	.081-	.060-	.116-	.206	.265-	.203	.063	.190	.233	.023-	.135-	.249	F20
.373	.627	.086	.040	.065-	.026-	.051	.010	.126-	.048-	.047-	.123	.094	.049	.751	F21
.3	.700	.012	.228	.210	.216-	.396-	.024-	.319-	.413	.056	.069	.299-	.088	.150	F22
.292	.708	.011-	.006	.043-	.017	.800	.008-	.001-	.055	.090	.128	.146	.030	.127	F23
.369	.631	.321-	.328-	.010	.078	.037-	.107-	.134-	.374	.227-	.004	.257	.218	.282	F24
.414	.586	.042-	.098	.067	.123	.416-	.008-	.237	.334	.070	.107-	.046	.114	.427	F25
.369	.631	.262-	.226-	.005	.271-	.093-	.151	.123-	.338	.125-	.089	.043	.133-	.485	F26
.327	.673	.035	.097	.048	.027-	.104	.014-	.063-	.182	.020	.122-	.086-	.051	.765	F27



.418	.582	.081-	.186-	.048-	.032	.122	.057-	.044	.071-	.133	.197	.667	.105-	.017	F28
.337	.663	.014	.015	.290	.205-	.019	.371	.091-	.348	.128-	.436	.156-	.001	.192	F29
.337	.663	.068	.086-	.050-	.112	.025	.185-	.085-	.020	.172	.739	.053	.066-	.108-	F30
.426	.574	.019-	.042	.105	.017-	.425	.058-	.482-	.135-	.034	.243-	.082	.229	.079	F31
.33	.670	.060-	.201-	.098-	.002	.004-	.620	.131	.295	.282	.167-	.053	.125-	.034	F32
.329	.671	.148-	.058	.144	.438	.415	.227	.022	.245	.119	.177-	.126-	.294	.041	F33
.375	.625	.006	.106	.058-	.002-	.048	.745	.014-	.080-	.155-	.021-	.132-	.047	.049-	F34
	22.624	1.402	1.441	1.493	1.624	1.641	1.695	1.704	1.717	1.737	1.839	1.910	1.964	2.460	القيمة العينية
		4.124	4.237	4.390	4.776	4.827	4.984	5.012	5.049	5.109	5.409	5.616	5.778	7.236	نسبة التباين
		66.546	62.423	58.185	53.795	49.019	44.192	39.208	34.197	29.148	24.039	18.630	13.014	7.236	نسبة ا لتراكم
		6.196	6.368	6.598	7.177	7.225	7.49	7.530	7.588	7.676	8.127	8.44	8.679	10.87	الأهمية النسبية

خامساً/ شروط قبول العامل :-

اعتمدت الباحثة على الشروط التالية في تفسير جميع عوامل متغيرات الدراسة وكالاتي:-

1- يقبل العامل الذي يتشعب عليه ثلاث متغيرات دالة على الاقل ،ذلك طبقا لمحك جيلفورد

$$(0.30 \pm)^{(1)}$$

2 - يتم تفسير العوامل في ضوء التشعبات الكبرى التي تساوي او تزيد على $(0.50 \pm)$ مع

الاستعانة بالتشعبات المتوسطة $(0.40 \pm)$.

3- يتم تفسير العوامل في ضوء النتائج بعد التدوير المتعامد⁽²⁾ .

4 - اتباع تعليمات ثرستون التي تتضمن الاقتصاد في الوصف العاملي للنواحي الفريدة

،اختلاف تشعبات العوامل ، التفسيرات التي لها معنى⁽³⁾

(1) صفوت فرج ،التحليل العاملي في العلوم السلوكية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980) ،ص151 .

(2) عبد الكريم قاسم ، بناء بطارية اختبار المهارات الهجومية لكرة اليد ، (اطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية ، 1997) ، ص 57 ،

(3) محمد مصدق محمود ، بناء بطارية اختبار للمهارات الاساسية لكرة الماء : المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، (جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين ، المجلد الاول ، 1999)، ص 257 .



3-20-2 تفسير العوامل المقبولة لتغيرات البحث :

لكي نعطي العوامل المستخلصة من التحليل العاملي دعماً علياً وأكثر وضوحاً وفهماً اتبعت الباحثة ضوابط مهمة في قبول العوامل ومن بينها اعتمادها على مصفوفة العوامل بعد التدوير في تفسير العوامل ويقبل العامل الذي يتشعب عليه ثلاث فقرات دالة على الأقل وتعد الفقرة متشعبة تشعب عالي على العامل اذا حققت تشعب يساوي او يزداد عن (± 0.40) وهي قيمة تشعب مهمة كما أشارت إليها إحدى المصادر وهي ان التشعبات من (0.40) تعد تشعبات مهمة في قبول الفقرات . (1)

وان تشبعت الفقرة على أكثر من عامل فيتم اختيار التشعب الأعلى لها لها على احد العوامل وعلى هذا الأساس فسرت عوامل متغيرات البحث على النحو الاتي :

3-20-3 تفسير عوامل الشعور بالذنب :

بعد ان اتبعت الباحثة الكثير من الضوابط الخاصة في قبول العامل اذ اعتمدت على مصفوفة بعد التدوير لعوامل مقياس الشعور بالذنب والتي احتوت على (13) عامل وتم قبول منها (6) عوامل تشبعت على كل عامل منها (3) فقرات وأكثر وبقيمة تشعب للفقرة الواحدة من (± 0.4) وأكثر وهما العامل الاول والثاني والرابع والخامس والثامن والعاشر .

وبلغ عدد فقرات المتشعبة على جميع عوامل مقياس الشعور بالذنب (19) فقرة موزعة (4) فقرات على العامل الاول و (3) فقرات على العامل الثاني و الرابع والخامس والثامن والعاشر ، ومن أجل تحديد قيم تشبعت هذه الفقرات على العوامل المقبولة مع إمكانية تحديد طبيعة معنى الفقرات لتحديد المجال الذي يحتويهما وإعطاء مسميات لهذه المجالات . جدول رقم (24) يبين قيم تشعب الفقرات وصياغتها على العوامل المقبولة لتسهيل عملية التفسير .

(1) حمزة محمد دودين : التحليل الإحصائي المتقدم للبيانات باستخدام SPSS ، ط 1 ، (عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، 2010)،



جدول (24)

صياغة الفقرات وقيم تشبعاتها على العوامل المقبولة لمقياس الشعور بالذنب

العوامل	الفقرات	التشبع	المجال
العامل الأول	اتقبل النقد من زملائي والمدرّب بعد الخسارة	0.765	الشعور بالذنب اتجاه الذات
	اجيد تغيير أدائي ليتناسب مع موافق اللعب الجديد	0.751	الشعور بالذنب اتجاه الذات
	ألوم نفسي عند ارتكاب الأخطاء المهارية	0.485	الشعور بالذنب اتجاه الذات
	اندفاعي بالأداء يسبب لي بعض المشكلات أثناء البطولة	0.427	الشعور بالذنب اتجاه الذات
العامل الثاني	يضايقتني مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة	0.802	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
	احترم العادات والتقاليد السائدة بالمجتمع الرياضي	0.662	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
	ألوم نفسي اذا حصلت على فوز غير مستحق	0.628	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
العامل الرابع	اكون حساسا اذا انتقدني مدربي أكثر من زملائي	0.756	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
	قبل ان اشترك في البطولة اشك من عدم توفيقني فيها	0.739	الشعور بالذنب اتجاه الذات
	اثق بقدراتي المهارية والبدنية لاتخاذ القرار الحاسم في البطولة	0.430	الشعور بالذنب اتجاه الذات
العامل الخامس	ابكي عندما يضيع مني الفوز	0.702	الشعور بالذنب اتجاه الذات
	أواجه مسؤولية الخسارة	0.548	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
	اشعر بالإحباط عندما أخطأ في البطولة	0.544	الشعور بالذنب اتجاه الذات
العامل الثامن	اشعر بالذنب عندما أنصاب والحق الأذى لفرريقي	0.745	الشعور بالذنب اتجاه الآخرين
	اشعر بأن مسؤوليتي كابتن في الفريق مناسبة لإمكانياتي	0.620	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
	اشعر بالارتباك في موافق المواجهة	0.448	الشعور بالذنب اتجاه الذات
العامل العاشر	استخدم لهجة عنيفة عندما يثير المدرّب غضبي في البطولة	0.824	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
	اندم عند انذاري خلال اللعب لخطي ارتكبتّه	0.438	الشعور بالذنب اتجاه الذات
	اشعر بالتهيج اذ تسبب سوء تصرفاتي هزيمة فرريقي	0.415	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة



من خلال الجدول (24) الذي بين قيم تشبع الفقرات ضمن العوامل المقبولة بعدما اتبعنا مجموعة من الشروط في قبول العوامل والفقرات المتضمنة لمجالات الشعور بالذنب للاعبين الجمناستك الفني اذ ظهرت (6) عوامل تم قبولها على اساس كل عامل تشبعت فيه عدد من الفقرات ذات تشبع عالي في ضوء ذلك يمكن ان نفسر هذه العوامل بشكل واضح وموجز وكما يأتي :

تفسير العامل الاول :

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الاول بعد التدوير المتعامد والذي يتضح فيه ان عدد الفقرات المشبع على العامل قد بلغت (4) فقرات ذات تشبعات عالية بنسبة (11.764 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة بـ (2) كبرى (2) متوسطة .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلى التشبعات على العامل هي :-

- اتقبل النقد من زملائي والمدرّب بعد الخسارة (0.765)

- اجيد تغيير أدائي ليتناسب مع موافق اللعب الجديد (0.751)

ونظراً ان افضل الفقرات تتعلق بسمة الذات بفقرة (اتقبل النقد من زملائي والمدرّب بعد الخسارة) لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل (اتجاه الذات) ان الباحثة ترى ان سمة الذات تعد من اهم السمات النفسية استخداماً في الجمناستك الفني وخاصة مهارات بساط حركات الأرضية اذ ان اللاعب يقف امام هذا الجهاز بمفرده فلا بد له ان يكون قادر على اداء الحركات بمفرده خاصة بذاته اذ تناسب حاجة اللاعب للتعبير عن ما بداخله من عوامل نفسية وطاقات نفسية مختلفة فالذات يعني " هو الشعور والوعي بكينونة الفرد نتيجة التفاعل مع البيئة وتنمو للنضج والتعلم⁽¹⁾



ان حاصل ما توصلت اليه الباحثة قد تتفق مع ما اشار اليه (ريان واخرون 1990) " ان تقدير الذات ليس متغيراً معرفياً فقط بل متغيراً دافعيّاً لحث الفرد دائماً لبذل لمزيد من الجهد للحفاظ على الصور الموجبة للذات ويشعر الفرد بالقلق والذنب ان لم ينجح " (1)

تفسير العامل الثاني :

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الثاني بعد التدوير المتعامد والذي يتضح فيه ان عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية بنسبة (8.823 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (3) كبرى .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلى التشبعات على العامل هي :-

- يضايقني مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة (0.802)

- احترام العادات والتقاليد السائدة بالمجتمع الرياضي (0.662)

- الوم اذا حصلت على فوز غير مستحق (0.628)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بالأخلاق والقواعد مثلاً بفقرة (احترام العادات والتقاليد السائدة بالمجتمع الرياضي) لذا تقترح الباحثة تسمية هذا العامل بـ (مخالفة الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة) اذ ترى الباحثة ان المبادئ الاخلاقية والاجتماعية والرياضية ما هي الا حصيلة انظمة مقبولة في المجتمع فصلاً عن قواعد السلوك والتصرف والضمير هو المنفذ الوحيد لممارسة هذا النظام لوظائفه بالنسبة لفعل ما ، وفي لعبة الجمناستك الاخلاق والقوانين عامل مهم جداً بما يتعلق به من صعوبة المهارات التي تحتاج الى صبر واخلاق عالية من اللاعب الى المدرب ربما يتلفظ الفاظ غير مناسبة عليه اثناء التدريب لغرض تعليمه وهذا يتطلب المبادئ الاخلاقية والالتزام بالقوانين من قبل اللاعب .



فالمبادئ الاخلاقية " هي شعور داخلي ناتج من وعلى الفرد بأنه يسلك على نحو خطأ او انه تجاوز لمعايير شخصية او دينية او انتهاك مبدأ اخلاقياً او اجتماعياً . (1)

وقد توصلت الباحثة الى اتفاق مع نظرية محدودية الاخلاق الذي اكد عليها نيسان nisan 1985 " انه عند مواجهة الافراد لنوع من الصراع الاخلاقي فإنهم يميلون لاتاحة فرصة بدرجة قليلة لتحقيق قدرًا من التوازن الاخلاقي " (2)

تفسير العامل الرابع :

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الرابع بعد التدوير المتعامد والذي يتضح فيه ان عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية بنسبة (8.823 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (2) كبرى (1) متوسطة .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلى التشبعات على العامل هي :-

- اكون حساساً اذا انتقدني مدربي اكثر من زملائي (0.756)

- قبل ان اشترك في البطولة اشك من عدم توفيقى فيها (0.739)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بسمة الذات والأخلاق والقواعد فان هذين المجالين قد تم تفسيرهما في العامل الاول والثاني من قبل الباحثة .

تفسير العامل الخامس :

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الخامس بعد التدوير المتعامد والذي يتضح فيه ان عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية بنسبة (8.823 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (3) كبرى .

(1) Webster , L.(1985) : Lexicon Webster Dictionary ; the Delair Publishing Company Inc.

(2) Nisan, M (1985) : Moral Balance: The Effects of prior Behavior on Decision in Moral Conflict , British Journal of Social Psychology , No . 29 .



ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلى التشبعات على العامل هي :-

- ابكي عندما يضيع مني الفوز (0.702)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بسمة الذات والأخلاق والقواعد فان هذين المجالين قد تم تفسيرهما في العامل الاول والثاني والرابع من قبل الباحثة .

تفسير العامل الثامن :

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الثامن بعد التدوير المتعامد والذي يتضح فيه ان عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية بنسبة (8.823 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (2) كبرى (1) متوسطة .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلى التشبعات على العامل هي :-

- اشعر بالذنب عندما أنصاب والحق الاذى لفرقي (0.745)

- اشعر بأن مسؤوليتي كابتن في الفريق مناسبة لأمكانياتي (0.620)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بسمة الذات والأخلاق والقواعد وفي الفقرة الثانية والثالثة ما عدا الفقرة الاولى التي تتعلق بالآخرين وهي (اشعر بالارتباك في مواقف المواجهة) لذي تقترح الباحثة تسمية هذا العامل بـ الشعور بالذنب باتجاه الآخرين ، اذ ترى ان المواجهة مرتبطة بفرد او مجموعة من الافراد الذين يشكلون عبئاً على الفرد اللاعب ومنهم سواء كان الجمهور او اللاعب الاخر او حتى جهاز اللعب فبالنسبة الى لاعب الجمناستك يشعر بالارتباك والقلق عند مواجهته لجهاز اللعب ، فيشعر بعدم تحمله المسؤولية امام هذا الجهاز اذا لم يوفق في ادائه وينتابه شعور بأن المدرب لم يعطيه التدريب الكافي لمواجهة هذا الجهاز واجتيازه ولربما يكون الجمهور ايضاً تأثيره على اللاعب ولا يستطيع ان يواجههم وهذا يكون خطأ عليه مع الاخر وشعوره بعدم تحمل المسؤولية .



فمشاعر الذنب اتجاه الآخر "هي الاخطاء والمواقف مع الآخر التي تساعد على ارتفاع مستوى الشعور بالذنب الرياضي " (1)

وقد تتفق الباحثة مع ما اشار اليه ريتشارد شافت 1980 الى المسؤولية الاجتماعية ما هي الأ شعور بالذنب الاجتماعي والقدرة على تحمله والقيام به ومظاهر نقص المسؤولية الاجتماعية هو الاغتراب ومن مظاهره للامبالاة وللأهداف - الضياع ، واللاقوة - الانطواء ،فقدان الهوية - احتكار الذات . (2)

تفسير العامل العاشر :

نلاحظ من خلال الجدول اعلاه الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل العاشر بعد التدوير المتعامد والذي يتضح فيه ان عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية بنسبة (8.823 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة بـ(2) كبرى (1) متوسطة .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلى التشبعات على العامل هي :-

- استخدم لهجة عنيفة عندما يثير المدرب غضبي في البطولة (0.824)

ونظرا الى ان افضل الفقرات تتعلق بسمة الذات والأخلاق والقواعد والآخريين فان هذه المجالات قد تم تفسيرهما في العامل الاول والثاني والرابع والخامس والثامن من قبل الباحثة

تفسير العوامل المستبعدة في البحث :

ان من اهم شروط قبول العامل هو ان يقبل العامل الذي ينشعب عليه ثلاث متغيرات (الفقرات) داله على الاقل ، وذلك طبقان لمحك جلفورد ($0.30 \pm$) وأيضا يتم تفسير عوامل في ضوء التشبعات الكبرى التي تساوي او تزيد على ($0.50 \pm$) مع الاستعانة بالتشبعات المتوسطة

(1) دافيد مارتين : ترجمة صلاح مخيمر ، العلاج السلوكي ، (مكتبة الانجلو المصرية ، 1973)، ص 399 .

(2) Shaft , R,H-Gieck & Brown , R,S (1982) : Burnout syndrome among Athletic Trainers Athletic Training , 17 (1) Spring 36.



($0.40 \pm$) وبعدها تم تفسير العوامل المقبولة وتوضيحها على اساس محك جلفورد يمكن ان نوضح العوامل المستبعدة وتسلسلها .

العامل الثالث :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه فقرتين هما (12 - 28) وبتشبعات (0.667 , 0.686) وهذا لا يجوز لأنه اقل من ثلاثة فقرات فتم استبعاده .

العامل السادس :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه ثلاث فقرات هما (18 - 22 - 24) وبتشبعات (, 0.413 0.727 , 0.374) و لكن هذه التشبعات غير كافية لقبول العامل بسبب الفقرة (24) لأنها متوسطة ومن شروط قبول العامل ان يقبل تشبعات كبرى او تساوي او تزيد على ($0.50 \pm$) مع الاستعانة بالتشبعات المتوسطة ($0.40 \pm$) لذا استبعد العامل .

العامل السابع :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه فقرتين هما (8 - 31) وبتشبعات (0.482 , 0.825) وهذا لا يمكن ان يقبل العامل لأنه قد تشبع على فقرة واحدة كبرى والثانية متوسطة فتم استبعاده .

العامل التاسع :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه فقرة واحدة هي (23) وبتشبع (0.800) وهذا مخالف لشروط قبول العامل فتم استبعاده

العامل الحادي عشر :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه فقرتين هما (10 - 17) وبتشبعات (0.382 , 0.878) وهذا لا يمكن لانه اقل من ثلاثة فتم استبعاده .

العامل الثاني عشر :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه فقرة واحدة هي (13) وبتشبع (0.778) وهذا مخالف لشروط قبول العامل فتم استبعاده .



العامل الثالث عشر :

تم استبعاده وذلك لأنه تشبع عليه فقرتين هما (5 - 20) ويتشبعات (0.688 , 0.594) وهذا لا يمكن ان يقبل العامل لأنه قد تشبع على فقرة واحدة كبرى والثانية متوسطة فتم استبعاده .

3-20-4 التحليل العاملي لمقياس الصلابة النفسية .

أولاً : أعداد مصفوفة البيانات الأولية لمقياس الصلابة النفسية .

لكي تعد مصفوفة بيانات أولية فيجب ان ترتب وتنظم البيانات التي استخلصت عند إجابة جميع عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية بشكل يسهل علينا معالجتها إحصائياً باستخدام التحليل العاملي اذ قامت الباحثة باستخراج كل من قيم الوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري والخطأ المعياري ومعامل الالتواء والجدول الاتي يوضح ذلك .

جدول (25)

مصفوفة البيانات الأولية لمقياس الصلابة النفسية

معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ت	معامل الالتواء	الوسيط	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	ت
0.127	3.000	1.308	2.690	F17	0.705	2.000	1.276	2.190	F1
0.148	3.000	1.313	2.750	F18	0.704	2.000	1.357	2.420	F2
0.737	2.000	1.310	2.330	F19	0.511	2.000	1.351	2.530	F3
0.449	2.000	1.274	2.650	F20	0.261	3.000	1.526	2.710	F4
0.173	3.000	1.372	2.790	F21	0.471	2.000	1.472	2.550	F5
0.518	2.000	1.416	2.560	F22	0.636	2.000	1.454	2.370	F6
0.542	2.000	1.314	2.520	F23	0.170	3.000	1.359	2.700	F7
0.563	2.000	1.405	2.380	F24	0.477	2.000	1.359	2.490	F8
0.314	3.000	1.448	2.680	F25	0.531	2.000	1.473	2.510	F9
0.338	3.000	1.301	2.680	F26	0.355	2.000	1.226	2.520	F10
0.507	2.000	1.272	2.580	F27	0.400	2.000	1.388	2.480	F11
0.304	3.000	1.363	2.670	F28	0.465	2.000	1.410	2.520	F12
0.374	2.000	1.441	2.680	F29	0.578	2.000	1.331	2.380	F13
0.553	2.000	1.321	2.480	F30	0.670	2.000	1.380	2.450	F14
0.399	2.500	1.322	2.640	F31	0.355	3.000	1.276	2.740	F15
					0.044	3.000	1.360	2.870	F16



*قيمة الوسيط عند الفقرات (1، 2، 3، 5، 6، 8، 9، 10، 11، 12، 13، 14، 19، 20، 22، 23، 24، 27، 29، 30، 31) تساوي (2) اما الفقرات (4، 7، 15، 16، 17، 18، 21، 25، 26، 28) فقيمة الوسيط تساوي (3) .

ثانياً : ايجاد مصفوفة الارتباطات البينية بين فقرات مقياس الصلابة النفسية .

ان التحليل العاملي يسعى للتعبير عن معاملات ارتباطيه بين فقرات المقياس اذ تم استخدام معامل ارتباط (بيرسون) لتحديد العلاقات بين فقرات مقياس الصلابة النفسية وكما موضح في الجدول (25) يلاحظ ان المصفوفة تتضمن (465) معامل ارتباط (لم تحسب الخلايا القطرية) منها(265) معامل ارتباط معنوي بنسبة مئوية بلغت (56.989 %) (200) معامل ارتباط غير معنوي بنسبة مئوية بلغت (43.010 %) كما تضم المصفوفة (265) معامل ارتباط دال موجب وبنسبة مئوية (56.989 %) و(صفر) معامل ارتباط دال سالب ومنها معامل ارتباط غير دال موجب (184) وبنسبة مئوية (92 %) و(16) معامل ارتباط غير دال سالب وبنسبة مئوية (8 %) .



جدول (26)

مصفوفة العلاقات الارتباطية لمقياس الصلابة النفسية



ثالثاً : أيجاد مصفوفة عوامل الصلابة النفسية قبل التدوير (مصفوفة الأنموذج الأولية) ان الهدف من التحليل العاملي في المقاييس النفسية هو أيجاد العلاقات الارتباطية بين فقرات المقياس لإظهار العوامل الكامنة وراء هذه العلاقات اذ ان عملية تجميع عدد من المتغيرات المترابطة في متغير واحد أكبر هو ما يقوم به التحليل العاملي وتسمى المتغيرات الأكبر بالعوامل لتمييزها عن المتغيرات العادية .⁽¹⁾

وعن طريق استخدام طريقة المكونات الأساسية (Principal components) في تحليل مصفوفة معاملات الارتباطات البينية اذ تم وصول الباحثة الى مصفوفة الأنموذج الأولية لمقياس الصلابة النفسية حيث ظهرت نتائجها (9) عاملاً تشبعت على المقياس بنسب متفاوتة والجدول (27) يوضح ذلك .

ومن الجدول نفسه تبين ان العامل الاول فسر القيمة العينية(الجذرالكامن) مقدار (4.322) والعامل الثاني (2.558) والعامل الثالث (2.274) والعامل الرابع (2.218) والعامل الخامس (1.918) والعوامل الاخرى من العامل السادس ولغاية العامل التاسع حدد بالقيم التالية (1.833) (1.501) (1.479) (1.378) نجد ان جميع هذه العوامل فسرت ما مقداره (19.481) من قيم التباين المفسر وبالإضافة الى ذلك يشير الجدول الى قيم النسب التراكمية والنسب المئوية للتباين المفسر للمقياس وللعوامل وبلغت قيم النسب التراكمية والتي ازدادت وبحسب تراكم قيم الجذور الكامنة تدريجيا لكل عامل مع العوامل السابقة لها وكما يلي وبحسب تسلسل العوامل (13.944) (22.195) (29.532) (36.687) (42.874) (48.788) (53.631) (58.401) (62.845) اما من اذ النسب المئوية (نسبة التباين المفسر) والتي اعتمدت على القيمة العينية للعامل مقسوم على عدد فقرات المقياس بلغت بالقيم التالية (13.944) (8.251) (7.337) (7.155) (5.347) (6.187) (5.914) (4.770) (4.444) وان النسبة المئوية للتباين المفسر للمقياس بلغت (66.55) والجدول

(1) حمزة محمد دودين : التحليل الاحصائي المتقدم للبيانات باستخدام spss ، ط 1 ، (عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، 2010) .



ايضا حدد فيه قيم التباين المفسر (الاشتراكيات) لكل فقرة من فقرات المقياس أي مقدار ما فسرت واشتركت به الفقرات في تمثيل مقياس الصلابة النفسية ، ويبين الجدول أيضا قيم التباين الخاص لكل فقرة من فقرات مقياس الصلابة النفسية والناجحة من (1- قيمة التباين المفسر للفقرة) فنجد الفقرة الاولى من مقياس الشعور بالذنب شاركت بمقدار (0.679) وهذا يعني التباين الخاص لها يساوي (0.321) كما في الجدول الاتي :

جدول (27)

مصفوفة عوامل الصلابة النفسية قبل التدوير (مصفوفة الانموذج الأولية)

التباين الخاص	التباين المفسر	العوامل المستخلصة									الفقرات
		التاسع	الثامن	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	
.321	.679	-.346	.332	-.044	.021	.114	.471	-.022	.164	.429	F1
.474	.526	.149	.087	.077	.270	-.075	.147	.104	.394	.473	F2
.457	.543	-.004	.103	.183	-.100	-.042	.252	.196	.590	.194	F3
.459	.541	.291	.053	.033	.109	.292	.109	.330	.116	.470	F4
.338	.662	.190	-.079	-.084	.126	-.077	.130	.379	.153	.638	F5
.449	.551	.153	-.140	-.189	.098	-.030	.392	.320	.225	.393	F6
.34	.660	.135	.210	.047	.343	-.166	.072	.088	.605	.268	F7
.383	.617	.104	.335	.035	-.215	.079	.136	.007	.315	.568	F8
.425	.575	.016	-.144	.165	.046	.105	.111	.254	.277	.600	F9
.442	.558	-.171	.083	.046	.119	.543	-.015	.453	-.072	.012	F10
.365	.635	.064	.146	.097	-.012	-.002	.248	-.029	.053	.731-	F11
.258	.742	.123	-.126	.074	.824	.105	.083	.050	.080	.001-	F12
.244	.756	-.079	.128	.037	.766	.039	-.043	.078	.115	.350	F13
.328	.672	-.216	-.003	.157	.117	-.020	.054	.197	.232	.701	F14
.303	.697	.610	.073	.409	.065	.151	.069	-.163	.011	.307	F15
.374	.626	.103	.757	.056	-.022	.016	-.001	.121	.124	.089	F16
.284	.716	.125	.050	.252	-.036	.768	-.074	-.004	.196	.020-	F17
.287	.713	.077	-.069-	-.063	.103	.750	.310	-.113	-.088	.091	F18
.409	.591	-.063	.002	.260	.261	.063	.094	-.100	.060	.651	F19
.242	.758	-.039	.015	-.103	.149	.306	.051	.006	.778	.146	F20



.509	.491	.085	-.014	-.042	.104	.124	.588	.190	.200	.184	F21
.307	.693	.076	-.073	.126	-.107	.130	.769	.008	.100	.191	F22
.459	.541	.089	-.188	.467	-.021	-.099	.129	.107	.413	.264	F23
.322	.678	-.330	.180	.317	-.056	.065	.316	.369	.408	.162	F24
.306	.694	.075	.110	.739	.132	.226	.049	.165	.016	.180	F25
.387	.613	.111	.229	.306	.208	-.276	.531	.218	-.065-	.034	F26
.418	.582	.074	-.231-	.199	-.148	-.003	.120	.565	.247	.260	F27
.459	.541	.150	.288	.015	.080	-.011	.007	.355	.015	.550	F28
.449	.551	.032	.211	.099	.120	-.008	.194	.651	.053	.132	F29
.309	.691	.611	.270	-.023	.061	.063	.332	.338	.107	.010-	F30
.412	.588	-.013	.327	.007	.114	-.050	-.021	.489	.422	.217	F31
	19.481	1.378	1.479	1.501	1.833	1.918	2.218	2.274	2.558	4.322	القيمة العينية
		4.444	4.770	4.843	5.914	6.187	7.155	7.337	8.251	13.944	نسبة التباين
		62.845	58.401	53.631	48.788	42.874	36.687	29.532	22.195	13.944	نسبة ا لتراكم

رابعاً : أيجاد مصفوفة عوامل الصلابة النفسية بعد التدوير (مصفوفة الانموذج النهائية) :

نظراً لأهمية تدوير العوامل ، اعتمدت الباحثة ذلك من أجل الحصول على التركيب العاملي البسيط التي لم يحققها البناء العاملي قبل التدوير ، وبذلك استخدمت الباحثة طريقة الفاريماكس varimax ، لإتاحة الفرصة في تفسير العوامل بشكل أكثر وضوحاً من المصفوفة الأولية قبل التدوير ، ونتيجة تقبل طريقة الفاريماكس فكرة البناء البسيط مع الاحتفاظ بالتعامد بين العوامل ، والتي تؤدي إلى أفضل الحلول التي تستوفي خصائص البناء البسيط ، واستخدمت الباحثة هذه الطريقة في تسهيل عملية تفسير العوامل من خلال الحصول على مصفوفة بعد التدوير لعوامل الصلابة النفسية والبالغ عدد عواملها (9) عوامل وكما مبين في جدول (28) إذ يتبين من خلال الجدول أن قيم القيمة العينية (الجزر الكامن) ونسبة التباين المفسر والأهمية النسبية والنسب التراكمية عند كل عامل تغيرت عن مصفوفة العوامل قبل التدوير إلا أن مجموع هذه القيم وما حققته العوامل من مجموع للتباين المفسر ومجموع الأهمية النسبية ومجموع



النسب المئوية بقيت نفسها عند مصفوفة العوامل قبل وبعد التدوير والتي بلغت (19.482) ونسبة تباين (62.845)، وهذا ما يحقق التركيب البسيط للمصفوفة ، إذ بلغت قيمة القيمة العينية (الجذر الكامن) للعامل الأول بـ (8.110) والعامل الثاني (1.962) والعامل الثالث (1.711) والعامل الرابع (1.543) أما العوامل الأخرى أبتداء من العامل الخامس ولغاية العامل التاسع فحددت بالقيم (1.479) (1.296) (1.184) (1.150) (1.047) أما من حيث الأهمية النسبة للعوامل والتي رتبت بشكل تنازلي وبحسب قيم الجذور الكامنة للعوامل مقسوماً على قيمة التباين المفسر الكلية ، فقد حقق العامل الأول أهمية نسبية مقدارها (41.628) والعامل الثاني (10.070) والعامل الثالث (8.782) والعامل الرابع (7.920) ومن العامل الخامس لغاية العامل التاسع بالقيم الآتية (7.591) (6.652) (6.077) (5.902) (5.374) وكذلك يشير الجدول إلى قيم النسب التراكمية والنسبة المئوية للتباين المفسر للعوامل، إذ رتبت قيم النسب التراكمية تصاعدياً وبحسب تراكم قيم الجذور الكامنة تدريجياً لكل عامل مع العوامل السابقة لها وبحسب تسلسل العوامل وكما يأتي (26.162) (32.490) (38.009) (42.987) (47.758) (51.939) (55.757) (59.468) (62.845) أما قيم النسبة المئوية للتباين المفسر فأنها رتبت تنازلياً لاعتمادها على قيم الجذور الكامنة للعوامل مقسوماً على عدد فقرات المقياس ورتبت بحسب تسلسل العوامل بالقيم الآتية (26.162) (6.329) (5.518) (4.978) (4.771) (4.181) (3.818) (3.711) (3.377) وحدد الجدول أيضاً قيم التباين المفسر (الاشتراكيات) لكل فقرة من فقرات المقياس ومقدار ما فسرت واشتركت به الفقرات في تمثيل مقياس الصلابة النفسية ، فضلا عن قيم التباين الخاص لهذه الفقرات .



جدول (28)

مصفوفة عوامل الصلابة النفسية بعد التدوير (مصفوفة الانموذج النهائية)

التباين الخاص	التباين المفسر	العوامل المستخلصة									الفقرات
		التاسع	الثامن	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	
.321	.679	.308	.038	.442	-.119	-.145	-.230	.131	-.051	.529	F1
.474	.526	-.089	.156	-.004	-.021	.016	-.004	-.207	-.121	.660	F2
.457	.543	-.011	.252	-.146	-.027	-.224	.015	.246	-.150	.569	F3
.459	.541	-.234	-.194	.032	.078	.092	.036	-.026	.221	.618	F4
.338	.662	-.253	-.266	-.019	-.072	.141	-.070	-.120	-.171	.673	F5
.449	.551	-.235	-.103	.029	-.344	.129	-.056	.074	-.095	.576	F6
.34	.660	-.099	.371	.000	-.022	-.110	.210	-.212	-.225	.601	F7
.383	.617	-.124	.094	.222	.298	-.097	-.247	.132	-.092	.599	F8
.425	.575	-.075	-.174	-.169	-.012	-.096	-.197	-.086	.000	.675	F9
.442	.558	.108	-.403	.071	-.025	-.229	.311	.103	.419	.207	F10
.365	.635	.029	-.061	.178	.145	.145	-.390	-.080	-.071	.627	F11
.258	.742	.092	.128	-.064	-.342	.162	.354	-.555	.263	.261	F12
.244	.756	.174	-.009	.152	-.118	.004	.255	-.637	.039	.466	F13
.328	.672	.120	-.213	-.030	.037	-.170	-.223	-.207	-.175	.677	F14
.303	.697	-.142	.249	-.171	.375	.403	-.143	-.113	.336	.369	F15
.374	.626	.089	.165	.396	.454	.005	.313	.172	-.090	.305	F16
.284	.716	-.078	.059	-.061	.217	-.312	.047	.085	.715	.195	F17
.287	.713	-.048	-.047	.244	-.182	-.034	-.159	.046	.746	.173	F18
.409	.591	.188	-.044	.014	.090	.040	-.312	-.370	.054	.554	F19
.242	.758	-.242	.340	.025	-.170	-.544	.070	-.064	.115	.487	F20
.509	.491	-.001	.081	.094	-.365	.130	-.029	.222	.120	.511	F21
.307	.693	.130	.161	.030	-.330	.229	-.306	.390	.194	.453	F22
.459	.541	.059	.181	-.482	.039	-.051	-.135	.024	-.059	.495	F23
.322	.678	.345	.012	-.102	-.058	-.307	.094	.317	-.079	.579	F24
.306	.694	.383	.003	-.348	.334	.085	.075	-.019	.336	.434	F25
.387	.613	.369	.140	-.023	-.110	.469	.178	.181	-.112	.385	F26
.418	.582	-.122	-.273	-.404	-.070	-.049	.046	.243	-.079	.505	F27
.459	.541	-.085	-.259	.163	.242	.134	.074	-.060	-.123	.583	F28
.449	.551	.088	-.273	-.018	-.029	.104	.401	.212	-.074	.496	F29
.309	.691	-.296	.152	.077	.033	.420	.353	.294	.140	.408	F30



.412	.588	-.060	-.042	.046	.095	-.208	.385	.071	-.234	.565	F31
	19.482	1.047	1.150	1.184	1.296	1.479	1.543	1.711	1.962	8.110	القيمة العينية
		3.377	3.711	3.818	4.181	4.771	4.978	5.518	6.329	26.162	نسبة لتباين
		62.845	59.468	55.757	51.939	47.758	42.987	38.009	32.490	26.162	نسبة التراكم
		5.374	5.902	6.077	6.652	7.591	7.920	8.782	10.070	41.628	الأهمية النسبية

3-20-5 تفسير عوامل مقياس الصلابة النفسية :

بعد ان اتبعت الباحثة الكثير من الضوابط الخاصة في قبول العامل اذ اعتمدت على مصفوفة بعد التدوير لعوامل مقياس الصلابة النفسية والتي احتوت على (9) عوامل وتم قبول (5) عوامل تشبعت على كل عامل منها (3) فقرات وأكثر وبقيمة تشبع للفقرة الواحدة من (± 0.40) وأكثر وهما العامل الاول والثاني والثالث والرابع والخامس وبلغ عدد فقرات المتشعبة على جميع عوامل مقياس الشعور بالذنب (23) فقرة موزعة، (9) فقرات على العامل الاول و (4) فقرات على العامل الثاني و (3) فقرات على العامل الثالث و (4) فقرات على العامل الرابع و (3) فقرات على العامل الخامس ومن أجل تحديد قيم تشبعت هذه الفقرات على العوامل المقبولة مع إمكانية تحديد طبيعة معنى الفقرات لتحديد المجال الذي يحتويهما وإعطاء مسميات لهذه المجالات فالجدول (28) يبين ذلك:



جدول (29)

صياغة الفقرات وقيم تشبعاتها على العوامل المقبولة لمقياس الصلابة النفسية

العوامل	الفقرات	التشبع	المجال
العامل الأول	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم	0.473	الالتزام
	أعالج ما ارتكبته من أخطاء أثناء البطولة	0.470	الالتزام
	طموحي ان أكون أحسن لاعب في اللعبة	0.638	الالتزام
	حضور عائلتي في قاعة البطولة يساعدني على تقديم أداء مميز	0.568	الالتزام
	اشعر بالسعادة عندما تحفزني عائلتي على الاشتراك في التدريب	0.600	الالتزام
	ابادر لحل مشكلة تواجهه الزملاء اثناء التدريب	0.731	الالتزام
	مشاكلي العائلية تقلل من تركيزي في التدريب	0.701	الالتزام
	نجاحي يعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة	0.651	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	اشعر بالاحباط لعدم موافقة عائلتي على المشاركة في البطولات الخارجية	0.550	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
العامل الثاني	أضع خططي المستقبلية وأنا متأكد من قدرتي على تنفيذها	0.590	الالتزام
	أنحمل المسؤولية الكاملة في الأداء	0.605	الالتزام
	كل ما يحدث لي في البطولة هو نتيجة تخطيطي	0.778	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	الحياة بكل ما فيها تستحق ان أحيها	0.408	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
العامل الثالث	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة	0.651	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	أقبل انتقادات الجمهور لمستوى أدائي بروح معنوية عالية	0.565	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	أحب التحدي واستمتع باللحظات الحرجة أثناء الأداء	0.489	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
العامل الرابع	تأثيري ضعيف على الاحداث التي تقع لي	0.769	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	0.588	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	أخشى الفشل قيل ان تبدأ البطولة	0.531	القدرة على التحكم في العمليات العقلية
	مهما كانت صعوبة المهارة فأنتني أستطيع أدائها بنجاح	0.471	الالتزام



القدرة على التحكم في العمليات العقلية	0.768	اتحكم في ضيقي وغضبي عند الفشل وأستطيع تخطي الفشل بسهولة	العامل الخامس
القدرة على التحكم في العمليات العقلية	0.750	معظم اوقات حياتي تضيق في أنشطة ليس لها معنى	
الالتزام	0.543	كثيرا ما أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي أثناء البطولة	

من خلال الجدول (29) الذي بين قيم تشبع الفقرات ضمن العوامل المقبولة بعدما اتبعنا مجموعة من الشروط في قبول العوامل والفقرات المتضمنة لمجالات الصلابة النفسية للاعبي الجمناستك الفني حيث ظهرت (5) عوامل تم قبولها على اساس كل عامل تشبعت فيه عدد من الفقرات ذات تشبع عالي وعلى ضوء ذلك يمكن ان نفسر هذه العوامل بشكل واضح وموجز وكما يلي :

تفسير العامل الأول :

من الجدول أعلاه نرى الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الثاني بعد التدوير المتعامد اذ اصبحت فيه عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (9) فقرات ذات تشبعات عالية وبنسبة (29.03%) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (7) كبرى (2) متوسطة .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلاء التشبعات على العامل هي :-

- ابادر لحل مشكلة تواجه الزملاء اثناء التدريب (0.731)

- مشاكل العائلة تقلل من تركيزي في التدريب (0.701)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بالقدرة على التنفيذ والعهد مع النفس مثلاً (طموحي ان اكون احسن لاعب في اللعبة ، نجاحي يعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة) لذا تقترح الباحثة تسمية هذا المجال ب (القدرة على التحكم في العمليات العقلية ومجال الالتزام) اذ ترى ان التخطيط المستقبلي والقدرة على التنفيذ وعهود الفرد مع نفسه وكل ما يحدث للعب هو نتيجة تخطيطه وهذا كله يؤكد على تحكم اللاعب بعقله ونفسه من اجل الوصول الى النجاح ومن جانب رياضة الجمناستك تؤكد الباحثة على ضرورة التزام اللاعب بالتدريب المستمر الذي يؤدي الى مرونة عضلات الجسم وزيادة الرشاقة والتوازن لديه بما تتطلبه اللعبة وبالتالي يستطيع اللاعب ان



يتحكم بأجزاء جسمه على ضوء المهارات الفنية المطلوبة وعن طريق التزامه بالتدريب يمكن اللاعب بأن يخطط لمستقبله ويحاول التنفيذ والتحكم بعمليات العقلية للوصول الى افضل مستوى .
والالتزام : هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمة والآخريين من حوله .

اما التحكم : هو تحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم والقدرة على اتخاذ القرار ، القدرة على تفسير الاحداث ، القدرة على المواجهة الفعالة للضغوط (1)
وتتفق الباحثه مع (روبنز) على التحكم الداخلي او الخارجي شأنه شأن الابعاد النفسية الاخرى ، أي ان الافراد ذو الدرجة العالية في التحكم الداخلي يتمتعون بدرجة عالية من الرضا الوظيفي وقل اقتراباً من بيئة العمل وأكثر اندماجاً في مهامها الوظيفية أكثر قدرة على مواجهة الضغوط . (2)

تفسير العامل الثاني :

من الجدول أعلاه نرى الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الثاني بعد التدوير المتعامد اذ اصبحت فيه عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (4) فقرات ذات تشبعات عالية وبنسبة (12.903%) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (3) كبرى (1) متوسطة ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلاء التشبعات على العامل هي :-

- كل ما يحدث لي في البطولة هو نتيجة تخطيطي (0.778)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بالقدرة على التنفيذ والعهد مع النفس وتم تسميتهما من قبل الباحثه في مجالات القدرة على التحكم بالعمليات العقلية والالتزام وتم تفسيرهما في العامل الأول من قبل الباحثه .

(1) Kobasa ,S.C.(1979) : Stressful life events , personality and health : An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology, 37 , (1) pp . 1-11.

(2) Robbins , s . (1997) : Essentials of orgin zarion behavior (5 thed) upper saddere Rivr .N. G . Pentice Help .



تفسير العامل الثالث :

من الجدول أعلاه نرى الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الثالث بعد التدوير المتعامد اذ اصبحت فيه عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية ونسبة (9.677 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (2) كبرى (1) متوسطة .

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلاء التشبعات على العامل هي :-

- اجد صعوبة في تصحيح الاخطاء التي اقع فيها اثناء المنافسة (0.651)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بالقدرة على التنفيذ والالتزام فهذه المجالات تم تفسيرها في العامل الأول والثاني اما الفقرة الثالثة وهي (احب التحدي واستمتع باللحظات الحرجة اثناء الاداء) فهي تنسب الى مجال التحدي التي افترضته الباحثة وترى ان الفرد عندما يتحدى نفسه او الاخرين يدل على اثبات وجوده في الحياة بجميع جوانبها فيمكن ان يتحدى نفسه بالعلم او العمل او ممارسة الرياضة ليكون له وجود في الحياة هذا من جانب ومن جانب اخر هو ممارسة الرياضة ليكون له وجود في الحياة وتخص الباحثة ممارسة لعبة الجمناستك فهذا اللاعب يكون امام جهاز صامت لا يتحرك فيمكن ان يتحداه باجتيازه وأداء المهارات المطلوبة عليه ويكون افضل من ان يتحدى منافس (لاعب) الذي يتطلب منه معرفة شخصيته واما يدور بداخله ليستطيع ان يتحداه ، وبهذا يتمتعون بصحة جيدة للذين لديهم تحدي عالي .

والتحدي هو اعتقاد الفرد ان ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو ام مثير وضروري أكثر من كونه تهديداً له (1)

وتتفق الباحثة مع رأي كوباز (1983) ان الافراد الذين يشعرون بالتحدي يكون التفسير طردي للحياة ليس تهديداً لهم يحتفظون بصحتهم الحسية والنفسية عند مواجهة الضغوط أكثر من الذين بالتهديد يتوقعون الخطر كذلك فهم يشعرون بالاجابية وهم ينظرون للحياة على أنها مليئة بالخبرات المشوقة (المثيرة) وهم يسعون الى التغيير ولا يعتبرون ان التغيير تهديداً لهم بقدر ما هو اختبار لقوتهم وصلابتهم وقدرتهم على التحدي ، ولديهم القدرة على تحقيق الأهداف .

(1) Kobasa ,Cit, (1982)



تفسير العامل الرابع :

من الجدول أعلاه نرى الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الرابع بعد التدوير المتعامد اذ اصبحت فيه عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (4) فقرات ذات تشبعات عالية وبنسبة (12.903 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (3) كبرى و (1) متوسطة.

ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلا التشبعات على العامل هي :-

- تأثيري ضعيف على الاحداث التي تقع لي (0.769) ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بالقدرة على التنفيذ والعهد مع النفس وتم تسميتهما من قبل الباحثه في مجالات القدرة على التحكم بالعمليات العقلية والالتزام وتم تفسيرهما في العامل الأول والثاني والثالث من قبل الباحثه .

تفسير العامل الخامس :

من الجدول اعلاه نرى الترتيب التنازلي لتشبعات الفقرات بالعامل الرابع بعد التدوير المتعامد اذ اصبحت فيه عدد الفقرات المشبعة على العامل قد بلغت (3) فقرات ذات تشبعات عالية وبنسبة (9.677 %) من العدد الكلي للفقرات الخاضعة للتحليل والمتمثلة (3) كبرى ومن الملاحظة ان الفقرات التي حصلت على اعلاء التشبعات على العامل هي :-

- التحكم في ضيقي وغضبي عند الفشل واستطيع تخطي الفشل بسهولة (0.768)

- معظم اوقات حياتي تضيع في انشطة ليس لها معنى (0.750)

ونظراً الى ان افضل الفقرات تتعلق بالقدرة على التنفيذ والعهد مع النفس وتم تسميتهما من قبل الباحثه في مجالات القدرة على التحكم بالعمليات العقلية والالتزام وتم تفسيرهما في العامل الأول والثاني والثالث والرابع من قبل الباحثه .



تفسير العوامل المستبعدة في البحث :

ان من اهم شروط قبول العامل هو ان يقبل العامل الذي يتشبع عليه ثلاث متغيرات (الفقرات) داله على الاقل ، وذلك طبقان لمحك جلفورد ($0.30 \pm$) وأيضا يتم تفسير عوامل في ضوء التشبعات الكبرى التي تساوي او تزيد على ($0.50 \pm$) مع الاستعانة بالتشبعات المتوسطة ($0.40 \pm$) وبعدها تم تفسير العوامل المقبولة وتوضيحها على اساس محك جلفورد يمكن ان نوضح العوامل المستبعدة وتسلسلها .

العامل السادس :

تم استبعاده وذلك لانه تشبع عليه فقرتين هما (12 - 13) وبتشبعات (0.766 , 0.824) وهذا لا يجوز لانه اقل من ثلاثة فقرات فتم استبعاده.

العامل السابع :

تم استبعاده وذلك لانه تشبع عليه فقرتين هما (23 - 25) وبتشبعات (0.467 , 0.739) وهذا لا يجوز لانه اقل من ثلاثة فقرات فتم استبعاده .

العامل الثامن :

تم استبعاده وذلك لانه تشبع عليه فقرة واحدة هي (16) وبتشبع (0.757) وهذا لا يمكن ان يقبل العامل لانه قد تشبع على فقرة واحدة فتم استبعاده

العامل التاسع :

تم استبعاده وذلك لانه تشبع عليه فقرتين هما (15 - 30) وبتشبعات (0.610 , 0.611) وهذا لا يجوز لانه اقل من ثلاثة فقرات فتم استبعاده .

3-21 التجربة الرئيسية (التطبيق الثاني للمقياسين) :

قامت الباحثة بتطبيق مقاييس البحث مقياس (الشعور بالذنب والصلابة النفسية) على عينة التطبيق الذي بلغ عددهم (50) لاعبا بعدها نظمت المقاييس وبوبت إجابات اللاعبين وبين ان جميع اللاعبين تمت الإجابة على جميع فقرات المقاييس ولأجل تنسيق العمل وتسهيل المعاملات



الإحصائية تم الاعتماد على عدد متساوي من المقاييس الموزعة عند كل متغير من المتغيرات البحث وتم الاعتماد على (50) نسخة من كل مقياس من مقاييس البحث لتشمل (50) لاعباً والمتمثلة بعينة التطبيق .

ولتعدد خطوات البحث وخاصة منها إجراءات بناء المقاييس وكثرة المعالجات الاحصائية وما يتطلبه التحليل العاملي من تنظيم وترتيب البيانات المدخلة وتفسير ما استخلص منها في الخطوات السابقة في عملية البناء تم استثمار الوقت والجهد لتنظيم إجراءات البحث الميدانية ضمن خطوات متتالية محققة الدقة في النتائج ابتداء 3/11/ 2013 ولمدة يوم واحد لأكمال البطولة بهذا اليوم ، وتم استخراج ذلك من خلال الاعتماد على الوقت المستخلص من اجراء التجربة الرئيسة على وفق عدد الفقرات في تحديد الوقت احصائياً للمقاييس المعتمدة ضمن اجراءات التطبيق ، وذلك من خلال تقسيم وقت الاجابة في التجربة الاستطلاعية على عدد فقرات المقاييس في نفس التجربة ، وثم يتم تحديد وقت الاستجابة على فقرات المقياس المعتمدة في التطبيق وكما يأتي :-

معدل الوقت المستغرق للاجابة على مقياس الشعور بالذنب في التجربة الاستطلاعية كان (25) وعدد فقرات مقياس الشعور بالذنب (79) فقرة يكون $25 \div 41 = 0.60$ دقيقة وهي ما تعادل (30) ثانية وقت الاجابة على الفقرة الواحدة وعند ضرب الزمن المستغرق مع عدد الفقرات المستخرجة (19) يكون $(19 \times 0.60 = 11.4)$ معدل وقت الاجابة على مقياس الشعور بالذنب بصورته النهائية اما استغرقت العينة في الاجابة على مقياس الصلابة النفسية الذي (0.31) دقيقة أي ما يعادل (9) ثانية وقت الاجابة على الفقرة الواحد وعند ضرب الزمن المستغرق مع عدد الفقرات المستخرجة (23) فقرة يكون $(23 \times 0.31 = 7)$ دقيقة وهذه النسبة من الزمن القصير التي تدل على صلابة اللاعب وهذا ما اكدته نتائج البحث .



3-22 الوسائل الاحصائية :

اعتمدت الباحثة نظام (SPSS) Statistical package for social sciences

في استخدام القوانين الاحصائية حسب أسمائها التالية :-

- 1 - الوسط الحسابي
- 2 - الانحراف المعياري
- 3 - الخطأ المعياري
- 4 - معامل الالتواء
- 5 - معامل ارتباط بيرسون
- 6 - مربع كاي - χ^2
- 7 - الوسيط
- 8 - اختبار t للعينات المستقلة متساوية الاعداد
- 9 - قانون الدلالة المعنوية
- 10 - معامل الفا كرونباخ.
- 11 - معامل سبيرمان - براون
- 12- الارتباط المتعدد
- 13- معامل التحديد
- 14- الخطأ المعياري للتقدير
- 15- تحديد التباين
- 16- قيمة الميل والأثر

الباب الرابع

- 4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها
- 4 - 1 عرض نتائج مجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين لعينة البحث وتحليلها
- 4-1-1 عرض نتائج ارتباط مجالات الشعور بالذنب للبحث ونتائج اللاعبين وتحليلها
- 4-1-2 عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب للبحث وتحليلها
- 4-1-3 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث
- 4-1-4 عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب (اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، اتجاه الذات ، اتجاه الآخرين)
- 4-1-5 مناقشة مجالات مقياس الشعور بالذنب وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة البحث
- 4 - 2 عرض نتائج مجالات الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين لعينة البحث وتحليلها
- 4-2-1 عرض نتائج ارتباط مجالات الصلابة النفسية للبحث وتحليلها ونتائج اللاعبين
- 4-2-2 عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية للبحث وتحليلها
- 4-2-3 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث
- 4-2-4 عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الصلابة النفسية (الالتزام ، التحكم ، التحدي)
- 4-2-5 مناقشة مجالات الصلابة النفسية وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة البحث
- 4 - 3 عرض نتائج مقياس الصلابة النفسية والشعور بالذنب ونتائج اللاعبين لعينة البحث وتحليلها

1-3-4 عرض نتائج ارتباط مجالات الصلابة النفسية ومجالات الشعور بالذنب للبحث ونتائج

اللاعبين وتحليلها

2-3-4 عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات

الشعور بالذنب ومجالات الصلابة النفسية للبحث وتحليلها

3-3-4 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات

الشعور بالذنب ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث

3-3-4 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات

الشعور بالذنب ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث

4-3-4 عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب (اتجاه مخالفة الأخلاق

والقواعد وقوانين اللعبة ، اتجاه الذات ، اتجاه الآخرين) ومجالات الصلابة النفسية

(الالتزام ، التحكم ، التحدي)

5-3-4 مناقشة مقياس الشعور بالذنب و الصلابة النفسية وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة

البحث



4 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

4 - 1 عرض نتائج مجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين لعينة البحث

وتحليلها:

الجدول (30)

البيانات الوصفية لعينة البحث في مجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين وتحليلها

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	مستوى الخطأ	الالتواء
نتائج اللاعبين	درجة	7.71	4.111	10	0.581	-0.412
مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة	درجة	17.66	3.712	17	0.525	0.148
مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات	درجة	25.48	4.258	25	0.602	0.692
مجال الشعور بالذنب اتجاه الآخرين	درجة	4.72	1.874	4	0.265	0.503

يتبين من الجدول (30) قيم نتائج الاختبارات قيد الدراسة (مجالات المقياس) في ارقام نتائج اللاعبين على بساط الحركات الارضية حيث كان الوسط الحسابي والانحراف المعياري (7.71، $4.111 \pm$) والوسيط (10) وبنسبة خطأ (0.581) وكان الالتواء (-0.412) اذ بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة (17.66، $3.712 \pm$) والوسيط (17) وبنسبة خطأ بلغت (0.525) والالتواء (0.148) اما مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات فقد حقق وسطاً حسابياً وانحرافاً معيارياً مقداره (25.48، $4.258 \pm$) وبلغت قيمة الوسيط (25) وبنسبة خطأ (0.602) والالتواء (0.692)



اما مجال الشعور بالذنب باتجاه الآخرين فكان الوسط الحسابي والانحراف المعياري (4.72)، وبلغت قيمة الوسيط (4) وبنسبة خطأ (0.265) وبلغت قيمة الالتواء (0.503)

1-1-4 عرض نتائج ارتباط مجالات الشعور بالذنب للبحث ونتائج اللاعبين وتحليلها :

الجدول (31)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط البسيط بين نتائج ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	دلالة الارتباط
نتائج اللاعبين	درجة	7.71	4.111			
مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة	درجة	17.66	3.712	0.005	0.974	غير معنوي
مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات	درجة	25.48	4.258	-0.116	0.423	غير معنوي
مجال الشعور بالذنب اتجاه الآخرين	درجة	4.72	1.874	-.288*	0.043	معنوي

مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (50 - 2 = 48)

يتبين من الجدول (31) ان قيم نتائج اللاعبين على بساط الحركات الارضية التي بلغ الوسط الحسابي لها (7.71) وانحراف معياري مقداره (4.111) وقد حققت ارتباطات مختلفة منها معنوي وغير معنوي في اختبارات البحث (مجالات المقياس) فكان مجال الشعور بالذنب اتجاه الآخرين معنوياً ويعتبر اعلى ارتباط بين الاختبارات (مجالات البحث) فقد بلغ (-288*) وبنسبة خطأ مقداره (0.043) بينما جاء ارتباط مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات غير معنوي



وبلغ ارتباطه (-0.116) - ونسبة خطأ (0.423) اما مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة فقد كان ارتباطه غير معنوي ايضاً فقد بلغ (0.005) ونسبة خطأ مقداره (0.974) اذ كانت تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (48) .

2-1-4 عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب للبحث وتحليلها :

الجدول (32)

معامل الارتباط المتعدد والتحديد والخطأ المعياري للتقدير بين نتائج ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث

الخطأ المعياري للتقدير	معامل التحديد	الارتباط المتعدد	المتغيرات
4.031	.097	.312	نتائج اللاعبين

من خلال الجدول (32) يتبين ان معامل الارتباط المتعدد بين النتائج والاختبارات (مجالات المقياس) (مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق والقوانين وقواعد اللعبة، مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات، مجال الشعور بالذنب اتجاه الاخرين) قد بلغ (.312) وبمعامل تحديد مقداره (.097) وبخطأ معياري مقداره (4.031) .



3-1-4 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث

الجدول (33)

تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق نموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب قيد البحث

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	نسبة الخطأ
نتائج اللاعبين	بين	80.562	3	26.854	1.652	.190
	داخل	747.523	46	16.251		

يتبين من الجدول (33) ان قيمة F الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق انموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الشعور بالذنب (مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق والقوانين وقواعد اللعبة مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات مجال الشعور بالذنب اتجاه الاخرين) بلغت (1.652) وبنسبة خطأ مقداره (.190) مما يدل على معنويته عند مستوى خطأ (0.05) .



4-1-4 عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب (اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، اتجاه الذات ، اتجاه الآخرين) :

الجدول (34)

قيم الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الشعور بالذنب قيد البحث في نتائج اللاعبين وأخطائها المعيارية ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق

المتغيرات	بيتا B	الخطأ المعياري	قيمة t	نسبة الخطأ %
الحد الثابت	13.821	4.711	2.934	.005
مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة	-0.009	.155	-.060	.953
مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات	-.116	.135	-.855	.397
مجال الشعور بالذنب اتجاه الآخرين	-.636	.308	-2.067	.044

من خلال جدول (34) تم استعراض الحد الثابت اذا بلغ مقدار الأثر له (13.821) وبخطأ معياري مقداره (4.711) فقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (2.934) وبمستوى خطأ مقداره (0.005) ودل معنويته عند مستوى دلالة () اما في مجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة فبلغ مقدار الميل (-0.009) وبخطأ معياري مقداره (.155) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (-0.060) وبنسبة خطأ مقدارها (.953) اما مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات فقد بلغ مقدار الأثر (-.116) وبخطأ معياري مقداره (.135) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (-.855) وبخطأ معياري (.397) اما مجال الشعور بالذنب اتجاه الاخرين فقد بلغ مقدار الميل (-.636) وبخطأ معياري (.308) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (-2.067) وبنسبة خطأ مقداره (.044) .



5-1-4 مناقشة مجالات مقياس الشعور بالذنب وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة

البحث :

لقد تبين في الجداول (31/ 32/ 33/ 34) نتائج اللاعبين و(الاختبارات) مجالات مقياس الشعور بالذنب (الشعور بالذنب اتجاه الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، الشعور بالذنب اتجاه الذات ، الشعور بالذنب اتجاه الاخرين) الى ارتباطات مختلفة بين مجالات المقياس ونتائج اللاعبين ، اذ كانت القيم التي ظهرت لمجال الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق والقواعد وقوانين اللعبة تشير الى ارتباط غير معنوي بنتائج اللاعبين اذ انها سجلت وسطاً حسابياً (17.66) وهي قيمة وسطى نسبة الى مجالات المقياس الاخرى اذ كان معامل ارتباطها (0.005) وقد أكدت كثير من الدراسات والبحوث على القيم والاخلاق في رفع مستوى نتائج اللاعبين ولعلاقات الانسانية ومظاهره وعملياته (ذات طابع اجتماعي) في هذا المجال (الشعور بالذنب اتجاه الاخلاق والقيم والقواعد والقوانين للعبة) فهو يشارك بقدر متوسط لا بأس به من مجالات المقياس الاخرى التي تعبر عن تجاوز وانتهاك القيم والمبادئ الخلقية⁽¹⁾ وعلى الرغم من انها سجلت درجة غير معنوية في هذا المجال ، لكنه يأخذ دوراً فعالاً في الوحدات التدريبية اليومية للاعبين الجمناستك ، اذ ان التدريب اليومي يشمل ساعات طويلة تتراوح من (3-4) ساعات يومياً في الوحدة التدريبية وبهذا يُكوّن احتكاكاً مع اللاعبين الاخرين وتولد بينهم قيماً واخلاقاً وقوانين يجب ان يلتزم بها ويبقى هذا المجال له فائدة كبيرة .⁽²⁾

وتعزو الباحثة الى ان دور مجال الشعور بالذنب اتجاه القيم والاخلاق وقواعد ، وقوانين اللعبة في الجمناستك الفني ذات أهمية كبيرة وذلك بحسب الوحدة التدريبية اليومية اذ تزداد أهميته كلما طالت مدة التدريب اليومي وتعتبر لعبة الجمناستك هي من اصعب الرياضات الاخرى اذ

(1) Goldenson , R.M. (1984) : Dictionary of psychology and psychiatry Longman New York .

(2) عبد المنعم سليمان برهم ؛ موسوعة الجمناز العصري ،(عمان ، جامعة مؤتة ، دار الفكر للطباعة والنشر) ، ص 55 .



تتطلب من اللاعب بذل جهود كبيرة من القدرات البدنية هي (قوة ، رشاقة ، مرونة ، سرعة ، تحمل) لأداء المهارات الصعبة التي نص عليه قانون الجمناستك .

وانه يعطي فرصة للممارسين لاستغلال وقت فراغهم بطريقة بناءة لهم ولمجتمعهم فقد وضع المؤرخ الانجليزي ((نفويني)) انه من واحد وعشرين حضارة عظيمة يوجد تسع عشر منها انهارت من خلال الانحلال البطيء للمثل والمبادئ أكثر من انهيارها عن طريق غزو خارجي اذ ان التزام لاعبي الجمناستك ضمن الفريق في أثناء البطولات مختلفة العمل فهم يتعاونون مع بعضهم في التدريب من حيث إعادة الاجهزة كل واحد في موقعه وكل لاعب يقدم المساعدة لزميله من ناحية المهارات الصعبة المطلوبة عن طريق تعليمه واعادة المهارة اكثر من مرة لتقديم العروض معاً وهذا ينمي روح التعاون والتآزر بين الفريق الواحد وبهذا ان قيمة المبادئ والاخلاق يجب ان يتسم بها لاعبو الجمناستك . (1)

اما المجال الثاني للشعور بالذنب فقد ظهرت قيم الاختبار (مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات) تشير الى ارتباط غير معنوي ايضاً بنتائج اللاعبين اذ سجلت وسط حسابي (25.48) وهي اعلى قيمة سجلت لمجال الشعور بالذنب ، في حين كان معامل ارتباطها (0.116 -) فقد اشارت بعض البحوث الى اهمية هذا المجال القليل في مستوى نتائج اللاعبين فهو " ناتج عن قصور الفرد في اختباراته وردود أفعاله حيال المواقف التي يتعرض لها " (2)

وعلى الرغم من ان هذا المجال اظهر اقل نتائج للاعبين ، لكن يبقى ذو فائدة فيأخذ دوراً فعالاً في صراع بين اجهزة الذات (الهو _ الأنا _ الأنا الاعلى) للاعبي الجمناستك " لأنه التدريب اليومي للاعبي الجمناستك وصعوبة اداء مهاراته يشعر اللاعب بالمسؤولية الشخصية حيث اننا

(1) عبد المنعم سليمان برهم : مصدر سبق ذكره ، ص 74 .

(2) Hid egger, D.S.(1972) : Aggression , Displacement , and Gulf . Journal of and social psychology , Vol 30 personality .



نشعر بالذنب كلما كنا أكثر شعوراً بالمسؤولية وبذلك يصاحبه شعور بالمسؤولية الشخصية عن الأفعال والسلوك " (1)

وترى الباحثة ان أهمية مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات في بساط الحركات الارضية له دور ايجابي وذلك بحسب صعوبة المهارة اذ تزداد هذه الاهمية كلما كان اداء المهارات بصعوبات عالية مثل (القلبات الهوائية ، اللف ، الطيران ، صعود الضغط) وغيرها من مهارات الجمناستك زاد عقاب الذات اكثر ويكون اكثر في الالعب الفردية عنه من الجماعية وذلك فاللاعب سوف يؤدي الحركة او المهارة بمفرده فيحاسب عليه ضميره او ذاته أكثر من عقاب قانون اللعبة مع الجماعة) اذ اشار (بيرلز ومنال عبد الخالق) الى مستوى الشعور بالذنب اتجاه الذات يحدث عند اضطراب لاندماج الفرد مع الاشخاص المبسطين به وفشله في الاستجابة لهم (التوافق الاجتماعي) وهذا يؤكد عدم وجود نتائج حاسمة تليه . (2)

اما مجال الشعور بالذنب اتجاه الاخرين فقد اشارت قيم الاختبار (مجال الشعور بالذنب اتجاه الذات) الى ارتباط معنوي بنتائج اللاعبين اذ اظهرت وسطاً حسابياً (4.72) وهو أقل قيمة من مجالات المقياس الاخرى التي سجلت في حين كان معامل ارتباطها (288^* -) وقد أكدت دراسات مختلفة الى أهمية هذا المجال العالي في مستوى نتائج اللاعبين فهو " يكون اعلى في أنشطة ذات احتكاك لما يحدثه الاداء الرياضي من تنافس قد يصل لحد العنف والادراك الرياضي ان ما يحدث للمنافس الان قد يحدث له غدا ."

ويما ان هذا المجال يبين أقل نتائج للاعبين لكن وجوده في المجال الرياضي مهما اذ انه " حالة فردية نتيجة التنشئة الاجتماعية " (3)

وتعزو الباحثة الى الدور الفعال للشعور بالذنب اتجاه الاخرين في الجمناستك الفني من خلال السلسلة الارضية ذات المجال الايجابي وذلك عند اداء المهارات بشكل جماعي التي يربط العمل

(1) Cancro – Fox (1974) : Collins dictionary of English language ; Collins London & Glasgow .

(2) منال جاب الله ؛ مصدر سبق ذكره ، (1998) .

(3) مصطفى فهمي : التوافق الشخصي والاجتماعي ؛ (القاهرة ، مكتبة الخانجي ، 1979) ، ص 65 .



بها من خلال السلاسل الارضية يوجد بشكل واضح شعور بالذنب اتجاه الاخر عندما يرى اللاعب زميله قد اخطأ في مهارة ما او عدم استطاعته اداؤها بشكل جيد يصعب عليه اداؤها وهو يكون مقتدرًا على الاداء وبالنتيجة يؤثر سلباً على الفريق وعلى السلسلة الجماعية اذ ترى الباحثة نتيجة للفشل في تحقيق الفرد لإمكاناته وقدراته او انه أساء للآخرين .

4 - 2 عرض نتائج مجالات الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين لعينة البحث

وتحليلها :

الجدول (35)

البيانات الوصفية لعينة البحث في مجالات الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين وتحليلها

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الخطأ المعياري	الالتواء
نتائج اللاعبين	درجة	7.71	4.111	10	0.581	-0.412
مجال الالتزام	درجة	25.72	5.210	26	0.737	-0.174
مجال التحكم	درجة	21.2	5.123	21	0.724	0.689
مجال التحدي	درجة	6.8	2.213	7	0.313	-0.078

يتبين من الجدول (35) قيم نتائج الاختبارات قيد الدراسة (مجالات المقياس) في ارقام نتائج اللاعبين على بساط الحركات الارضية حيث كان الوسط الحسابي والانحراف المعياري (7.71، 4.111±) والوسيط (10) وبنسبة خطأ (0.581) وكان الالتواء (-0.412) اذ ان بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمجال الالتزام (25.72 ، 5.210±) والوسيط (26) وبنسبة خطأ بلغت (0.737) والالتواء (-0.174) اما مجال التحكم فقد حقق وسطاً حسابياً وانحرافاً معيارياً مقداره (21.2 ، 5.123±) وبلغت قيمة الوسيط (21) وبنسبة خطأ (0.724) والالتواء (0.689) اما مجال التحدي فكان الوسط الحسابي والانحراف



المعياري (6.8 ، $2.213 \pm$) وبلغت قيمة الوسيط (7) ونسبة خطأ (0.313) وبلغت قيمة الالتواء (-0.078) .

1-2-4 عرض نتائج ارتباط مجالات الصلابة النفسية للبحث ونتائج اللاعبين وتحليلها :

الجدول (36)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط البسيط بين نتائج ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	دلالة الارتباط
نتائج اللاعبين	درجة	7.71	4.111			
مجال الالتزام	درجة	25.72	5.210	*.303	0.033	معنوي
مجال التحكم	درجة	21.2	5.123	0.069	0.635	غير معنوي
مجال التحدي	درجة	6.8	2.213	0.257	0.072	غير معنوي

مستوى الدلالة (0.05) وامام درجة حرية (50 - 2 = 48)

يتبين من الجدول (36) ان قيم نتائج اللاعبين على بساط الحركات الارضية التي بلغ الوسط الحسابي لها (7.71) وانحراف معياري مقداره (4.111) وقد حققت ارتباطات مختلفة منها معنوي وغير معنوي في اختبارات البحث (مجالات المقياس) فكان مجال الالتزام معنوياً ويعتبر اعلى ارتباط بين الاختبارات (مجالات البحث) فقد بلغ (*.303) ونسبة خطأ مقداره (0.033) بينما جاء ارتباط مجال التحكم غير معنوي وبلغ ارتباطه (0.069) - ونسبة خطأ (0.325) اما مجال التحدي فقد كان ارتباطه غير معنوي ايضاً فقد بلغ (0.257) ونسبة خطأ مقداره (0.072) حيث كانت تحت مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (48) .



2-2-4 عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين

ومجالات الصلابة النفسية للبحث وتحليلها :

الجدول (37)

معامل الارتباط المتعدد والتحديد والخطأ المعياري للتقدير بين نتائج ومجالات الصلابة

النفسية قيد البحث

المتغيرات	الارتباط المتعدد	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير
نتائج اللاعبين	.351	.123	3.972

من خلال الجدول (37) يتبين ان معامل الارتباط المتعدد بين النتائج والاختبارات (مجالات المقياس) (مجال الالتزام ، مجال التحكم ، مجال التحدي) قد بلغ (0.351). وبمعامل تحديد مقداره (.123) وبخطأ معياري مقداره (3.972) .

3-2-4 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين

ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث

الجدول (38)

تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق نموذج الانحدار الخطي المتعدد

بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية قيد البحث

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	نسبة الخطأ
نتائج اللاعبين	بين	102.226	3	34.075	2.159	.106
	داخل	725.859	46	15.780		



يتبين من الجدول (38) ان قيمة F الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق انموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومجالات الصلابة النفسية (مجال الالتزام ، مجال التحكم ، مجال التحدي) بلغت (2.159) وبنسبة خطأ مقداره (0.106). مما يدل على معنويته عند مستوى خطأ (0.05) .

4-2-4 عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الصلابة النفسية

(الالتزام ، التحكم ، التحدي) :

الجدول (39)

قيم الحد الثابت والميل (الأثر) لمجالات الصلابة النفسية قيد البحث في نتائج اللاعبين وأخطائها المعيارية ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق

المتغيرات	بيتا B	الخطأ المعياري	قيمة t	نسبة الخطأ %
الحد الثابت	.074	3.610	.020	.984
مجال الالتزام	.196	.114	1.725	.091
مجال التحكم	.013	.112	.114	.909
مجال التحدي	.341	.270	1.261	.214

من خلال جدول (39) تم استعراض الحد الثابت اذا بلغ مقدار الأثر له (0.074) وبخطأ معياري مقداره (3.610) فقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (0.020) وبمستوى خطأ مقداره (0.984) اما في مجال الالتزام فبلغ مقدار الأثر (0.196) وبخطأ معياري مقداره (0.114) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (1.725) وبنسبة خطأ مقدارها (0.091) اما مجال التحكم فقد بلغ مقدار الميل (0.013) وبخطأ معياري مقداره (0.112) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة



(.114) وبخطأ معياري (.909) اما مجال التحدي فقد بلغ مقدار الميل (.341) وبخطأ معياري (.270) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (1.261) وبنسبة خطأ مقداره (.214) .

5-2-4 مناقشة مجالات الصلابة النفسية وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة البحث

لقد تبين في الجداول (36 / 37 / 38 / 39) نتائج اللاعبين واختبارات (مجالات مقياس الصلابة النفسية) مجال الالتزام ومجال التحكم ومجال التحدي الى ارتباطات متباينة بين مجالات المقياس ونتائج اللاعبين ، اذ كانت القيم التي ظهرت لمجال الالتزام تشير الى ارتباط معنوي بنتائج اللاعبين اذا بلغت قيمة الوسط الحسابي (25.72) وهي قيمة عالية مقارنة بمجالات المقياس الاخرى مع مجالات المقياس الاخرى ، اذ كان معامل ارتباطه (* 0.303) وقد اشارت البحوث والدراسات الى دور عمل هذا المجال العالي في رفع مستوى نتائج اللاعبين " ان الالتزام هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد اتجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله وبالتالي تحقيق مستوى عالي مرغوب به " (1)

وترى الباحثة ان المستوى العالي (المجال الالتزام) يساعد اللاعب للوصول الى الاداء الامثل سواء بالتدريب او المنافسة والالتزام له اهمية كبيرة للرياضيين بشكل عام ولاعبى الجمناستك بشكل خاص اذ ان لعبة الجمناستك تتطلب العديد من الحركات الصحية وان المتغيرات التي يتحمل حدوثها اثناء التدريب او البطولات كثيرة منها ما يتعلق بطبيعة البطولة والخصم (الجهاز) ومنها ما يتعلق بالجمهور والاعلام وبالتالي يقع على اللاعب ضغوط كبيرة فأن من يستطيع تجاوز هذه الضغوط هو اللاعب الذي يتصف بالصلابة النفسية وتعزيز هذا الكلام هو ما حددته (Kobassa 1988) من الادوار التي يؤديها تغير الصلابة النفسية عند الافراد هي :

(1) Kobassa , Cit ,(1982) .



- 1- ترتبط بالواجهة الفعالة للضغوط والتوافق الصحي معها .
- 2- تدعم عمل متغيرات المقاومة والمتغيرات المساعدة على سلامة الاداء النفسي .
- اما المجال الثاني (التحكم) فقد ظهرت قيم الوسط الحسابي (21.2) وسجل ارتباطاً بلغ (0.069) وفي ضوء القيم التي ظهرت هناك انخفاض في قيم (مجال التحكم) اذ كان ارتباطاً غير معنوي لنتائج اللاعبين ، وقد اكدت الكثير من الدراسات الى ان " الاقتراب من الواجهة المتمركزة حول المشكلة تؤثر على محاولات الفرد للتخفيف من استجابة الضغوط عن طريق التخلص من مثيرات البيئة التي تسبب الضغوط وذلك عن طريق تحليل اسباب الفشل ومعرفة لماذا تنتج الاخطاء ثم محاولة خلاصها " (1)
- وترى الباحثة ان لاعب الجمناستك يشعر أنه مسؤول عن كل ما يمر به من مواقف وأحداث وان محصلة سلوكه هو المسؤول عنها مسؤولية مباشرة وبالتالي يعتمد على قدراته ومجهوده في السيطرة على هذه الاحداث فيكون اكثر أقداماً وبذلاً للجهد في سبيل حل المشكلات التي تواجهه وذلك لإدراكه التام أنها لن تحل دون تدخل منه . وقد اشار (مات Matt) الى ان التحكم يعني القدرة على كبح الانفعالات والسيطرة عليها . (2)
- اما المجال الثالث (التحدي) فقد ظهرت من خلال قيم الوسط الحسابي لمجال التحدي (6.8) اذ ظهرت اقصى انخفاض نسبة مع مجالات المقياس الاخرى وسجل ارتباطاً غير معنوياً بنتائج اللاعبين ، وقد اشار العديد من البحوث ان " اعتقاد الفرد ان ما يطرأ من تغيير على جوانب حياته هو أمر متيسر وضروري أكثر من كونه تهديداً له ، مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعده على مواجهه الضغوط بفاعلية " (3)

(1) Cox , R.H ; (2002) : sport psychology con Copts and applications , McGraw – Hill, New York . fifth edition . P. 233 – 238 .

(2) Matt . J ; (2006) : sport psychology A students Handbook ; Rou Hedge , U.S.A .

(3) عماد محمد مخيمر ؛ مصدر سبق ذكره ، ص 6 .



وبناء على ذلك ترى الباحثة ان لاعب الجمناستك الذي يتميز بالتحدي ويتسلح بخطط الاقتراب من المواجهه المتمركزة حول الانفعال يستطيع ان يتعامل مع المواقف المتغيرة بمنتهى التحكم والاتزان الانفعالي الامر الذي يجعله لا يشعر بأن هذه المواقف تمثل ضغطاً عليه بل على العكس يجدها متيسرة وايجابية ودقيقة في تحقيق افضل مستوى .

هذا الجانب المهاري فأن (مجال التحدي) يلعب دوراً مهماً في لاعب الجمناستك اذ انه يتحدى الجهاز وهو اداة صامته لا يعرف كيف يتعامل معها أي ليس مثل الخصم في الالعاب الفرقيه اذ من الممكن معرفة سلوك اللاعبين الخصم وسماتهم في مواقف اللاعب لكن لاعب الجمناستك فضلا عن التدريب اليومي وبذل جهود كبيرة في المنافسات لكن يقوم بالأداء بنسبة (50 %) ونسبة الحظ والصدفة (50 %) أي ممكن ان يخونه الجهاز ولايستطيع ان يؤدي عليه الحركات والصعوبات المطلوبة فضلا عن العامل النفسي والألعاب الفردية هي أكثر تحدياً من الالعاب الجماعية .

3 - 4 عرض نتائج مقياس الشعور بالذنب و الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين

لعينة البحث وتحليلها

الجدول (40)

البيانات الوصفية لعينة البحث في مقياسي الشعور بالذنب و الصلابة النفسية ونتائج

اللاعبين وتحليلها

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	الخطأ	الالتواء
نتائج اللاعبين	درجة	7.71	4.111	10	0.581	-0.412
الشعور بالذنب	درجة	47.76	5.958	47	0.843	0.151
الصلابة النفسية	درجة	54.1	8.338	53	1.179	0.513



يتبين من الجدول (40) قيم نتائج الاختبارات قيد الدراسة (مجالات المقياسين) في ارقام نتائج اللاعبين على بساط الحركات الارضية اذ كان الوسط الحسابي والانحراف المعياري (7.71، $4.111 \pm$) والوسيط (10) وبنسبة خطأ (0.581) وكان الالتواء (-0.412) اذ بلغ الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس الشعور بالذنب (47.76 ، $5.958 \pm$) والوسيط (47) وبنسبة خطأ بلغت (0.843) والالتواء (0.151) اما مقياس الصلابة النفسية فقد حقق وسطاً حسابياً وانحراف معياري مقداره (54.1 ، $8.338 \pm$) وبلغت قيمة الوسيط (53) وبنسبة خطأ (1.179) والالتواء (0.513) .

1-3-4 عرض نتائج ارتباط مجالات الشعور بالذنب ومجالات الصلابة النفسية للبحث ونتائج اللاعبين وتحليلها :

الجدول (41)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط البسيط بين نتائج اللاعبين ومقاييس الشعور بالذنب و الصلابة النفسية قيد البحث

الاختبارات	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الخطأ	دلالة الإرتباط
نتائج اللاعبين	درجة	7.71	4.111			
الشعور بالذنب	درجة	47.76	5.958	-0.183	0.204	غير معنوي
الصلابة النفسية	درجة	54.1	8.338	.323*	0.022	معنوي

مستوى الدلالة (0.05) وأمام درجة حرية (50-2 = 48)



يتبن من الجدول (41) ان قيم نتائج اللاعبين على بساط الحركات الارضية التي بلغ الوسط الحسابي لها (7.71) وانحراف معياري مقداره (4.111) وقد حققت ارتباطات مختلفة منها معنوي وغير معنوي في اختبارات البحث (مجالات المقياسين) فكان مقياس الشعور بالذنب غير معنوي ويعد اقل ارتباطاً بين الاختبارات (مقياسي البحث) فقد بلغ (-0.183) وبنسبة خطأ مقداره (0.204) بينما جاء ارتباط مقياس الصلابة النفسية معنوي حيث بلغ ارتباطه (.323*) وبنسبة خطأ (0.022) والذي يعد أعلى ارتباطاً حققه نسبة الى المقياس الاخر.

2-3-4 عرض نتائج معامل الارتباط المتعدد ومعامل التحديد بين نتائج اللاعبين

ومجالات الشعور بالذنب والصلابة النفسية للبحث وتحليلها

الجدول (42)

معامل الارتباط المتعدد والتحديد والخطأ المعياري للتقدير بين نتائج اللاعبين ومقياسي الشعور بالذنب و الصلابة النفسية قيد البحث

المتغيرات	الارتباط المتعدد	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير
نتائج اللاعبين	.357	.127	3.922

من خلال الجدول (42) يتبين ان معامل الارتباط المتعدد بين نتائج اللاعبين والاختبارات (مقياسي البحث) قد بلغ (.357) وبمعامل تحديد مقداره (.127) وبخطأ معياري مقداره (3.922).



3-3-4 عرض نتائج تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد بين نتائج اللاعبين

ومجالات الشعور بالذنب و الصلابة النفسية قيد البحث

الجدول (43)

تحليل التباين الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق نموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومقياسي الشعور بالذنب و الصلابة النفسية قيد البحث

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F المحسوبة	نسبة الخطأ
نتائج اللاعبين	بين	105.303	2	52.651	3.424	.041
	داخل	722.782	47	15.378		

يتبين من الجدول (43) ان قيمة F الخاص بالانحدار المتعدد لفحص جودة توفيق انموذج الانحدار الخطي المتعدد بين نتائج اللاعبين ومقياسي البحث بلغت (3.424) وبنسبة خطأ مقداره (.041) مما يدل على معنويته عند مستوى خطأ (0.05) .



4-3-4 عرض نتائج الحد الثابت والميل (الأثر) ومجالات الشعور بالذنب (اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، اتجاه الذات ، اتجاه الآخرين) لمجالات الصلابة النفسية (الالتزام ، التحكم ، التحدي) :

الجدول (44)

قيم الحد الثابت والميل (الأثر) لمقياسي الشعور بالذنب والصلابة النفسية قيد البحث في نتائج اللاعبين وأخطائها المعيارية ومستوى دلالتها الحقيقي ودلالة الفروق

المتغيرات	بيتا B	الخطأ المعياري	قيمة t	نسبة الخطأ %
الحد الثابت	4.506	6.113	.737	.465
الشعور بالذنب	-.105	.095	-1.108	.273
الصلابة النفسية	.152	.068	2.246	.029

من خلال جدول (44) تم استعراض الحد الثابت اذا بلغ مقدار الأثر له (4.506) وبخطأ معياري مقداره (6.113) فقد بلغت قيمة (t) المحسوبة (.737) وبمستوى خطأ مقداره (.465) ودل معنويته عند مستوى دلالة () اما في مقياس الشعور بالذنب فبلغ مقدار الأثر (-.105) وبخطأ معياري مقداره (.095) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (-1.108) وبنسبة خطأ مقدارها (.273) اما مقياس الصلابة النفسية فقد بلغ مقدار الأثر (.152) وبخطأ معياري مقداره (.068) في حين بلغت قيمة (t) المحسوبة (2.246) وبخطأ معياري (.029) .



5-3-4 مناقشة مقياس الشعور بالذنب و الصلابة النفسية وعلاقتها بنتائج اللاعبين لعينة

البحث :

تبين الجداول (44/ 43 / 42/ 41) نتائج اللاعبين وعلاقتها بمقياسي الشعور بالذنب والصلابة النفسية تبين ارتباطات مختلفة بين مقياسي الشعور بالذنب والصلابة النفسية اذ ظهرت قيم مقياس الشعور بالذنب الى ارتباط غير معنوي بنتائج اللاعبين اذ بلغت قيمة الوسط الحسابي (47.76) وهي قيمة منخفضة نسبة الى مقياس الصلابة النفسية ، اذ كان معامل ارتباطه (-) 0.183 وقد دلت بعض الدراسات الى نسبة انخفاض الشعور بالذنب بنتائج اللاعبين على انه " ناتج من فقد الدور المركزي للفرد اذ ان الفرد لا يعمل وفقاً لما يقتضيه دوره فيؤدي الى انه لا يشعر بالذنب او عدم شعوره بالذنب فيؤدي الى تقليل مستوى النتائج"⁽¹⁾

وتعزو الباحثة ذلك الى قلة مشاعر الذنب لدى لاعبي الجمناستك اذ انه لا يتعامل مع خصم (فرد) واداء مايفكر به من انطباعات وقراءة مايدخل الخصم (الفرد) أي أنّ خصمه الجهاز وهو اداة غير ناطقة فمن الممكن ان لا يشعر بالذنب اتجاه الخصم الا بحالة واحدة بعد البطولة يكون ادائه غير مثالي يشعر بالذنب لانه كان غير محق في الاداء وانه غير مسؤول عن ادائه ويرجع السبب الى المدرب ، وبهذا تتفق الباحثة مع (Lahey&Ciminero) الذي يؤكد ان الافراد السيكوباتيين يتسمون في سلوكهم بانعدام الشعور بالمسؤولية وبغياب الشعور بالذنب وسرعة الغضب وان كل سلوك له ما يبرره ولا حاجة لتأنيب الضمير وعذاب الشعور⁽²⁾

اما قيم ظهور مقياس الصلابة النفسية اذ كان الوسط الحسابي (54.1) وهي قيمة عالية مقارنة مع مقياس الشعور القليلة ، وكان معامل ارتباطه (*323) بهذه القيم فقد سجل ارتباطاً معنوياً عالياً وقد اشارت العديد من الدراسات والبحوث الى هذه النسبة نسبة ارتباط معنوي بمقياس الصلابة النفسية بنتائج اللاعبين الى " ان الاشخاص الاكثر صلابة هم اكثر صموداً ومقاومة

(1) كوفيل - ترجمة محمد الزبدي ; مصدر سبق ذكره ، ص 95 .

(2) Lahey, BB. & Ciminero , R ,A : Maladaptire Behavior an Introduction to Abnormal Dsychology:Scott Foresman and Company .



وانجازاً وضبطاً داخلياً وقيادة واقتداراً ونشاطاً وواقعية لأن الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقوع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد فالأشخاص الاكثر صلابة يتعرضون للضغوط ولا يمرضون (1)

ومن وجه نظر الباحثة تعزي الارتباط المعنوي بنتائج اللاعبين الى وجود فروق ذات دلالة معنوية احصائياً وهذا يدل على شخصية اللاعب وصحته النفسية وعلاقته التفاعلية مع البيئة واللاعبون يتفاوتون في صلابتهم النفسية تبعاً للفروق الفردية نظراً لما تزخر به حياة اللاعب من ضغوط شتى تختلف في انواعها وبحسب المواقف التي يتعرض لها ، فالموقف الذي يتضمن تحدياً للاعب ربما يكون مهدداً للاعب اخر .

وترى ايضاً دور الصلابة النفسية من الجانب المهاري اذ ان اداء لاعب الجمناستك يجب ان يتسم بالصلابة النفسية وهو في الاداء يتحدى ويلتزم ويتحكم بكل مواقف اللعب سواء في (التدريب او البطولة) فهو بهذا يتحدى جهاز الجمناستك ومن خلاله تم صلابة اللاعبين وهم يؤدون السلسلة الارضية على بساط الحركات الارضية التي تتخللها بعض صعوبات الجملة الحركية وقصر الوقت لسلسلة الذي يتراوح من (60 - 70) ثانية وذلك لتقييم ادائهم بشكل مثالي والجمهور والاعلام وغيرها من الضغوط على اللاعب الا انه استطاع ان يحقق صلابته ومقاومته لمواقف البطولة بمستوى عالٍ وهذا ما اظهرته نتائج البحث بارتباطها المعنوي للصلابة النفسية على العكس من مقياس الشعور بالذنب الذي لم يحقق نسبة من النتائج والذي أظهر ارتباطاً غير معنوي .

(1) غادة الشواف :_الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية والابداع في مرحلة المراهقة في المملكة العربية السعودية : رسالة ماجستير ، (البحرين ، جامعة الخليج العربي ، 2010) .

الباب الخامس

5 - الاستنتاجات و التوصيات

1 - 5 الاستنتاجات

2 - 5 التوصيات



5 - الاستنتاجات و التوصيات

1 - 5 الاستنتاجات

في ضوء نتائج البحث والمعالجات والاحصائية للبيانات التي توصل اليها تم استنتاج ما يلي:

- 1- تم التوصل الى بناء مقياس الشعور بالذنب للاعبى الجمناستك الفني في العراق وبواقع (61) فقرة وفقاً للأسس العلمية والبحثية لبناء المقاييس النفسية .
- 2- تم التوصل الى بناء مقياس الصلابة النفسية للاعبى الجمناستك الفني في العراق وبواقع (44) فقرة وفقاً للأسس العلمية والبحثية لبناء المقاييس النفسية .
- 3- ان مجالات كل مقياس تقيس المجال الذي وضعت من أجله .
- 4- وجود علاقة ارتباط بين مجال الصلابة النفسية ونتائج اللاعبين .
- 5- وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين مجالات الشعور بالذنب ونتائج اللاعبين .
- 6- وجود علاقة ارتباط معنوية بين مجال الالتزام ونتائج اللاعبين .
- 7- وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين مجال التحكم والتحدي .

5 - 2 التوصيات

- 1- ضرورة اهتمام مدربي الجمناستك في العراق اثناء فترات الاعداد والمنافسات في عمليات الارشاد والاعداد النفسي والتعرف على مستوى الشعور بالذنب لدى اللاعبين .
- 2- ضرورة اعطاء اللاعب فرصة ليعبر عن ما بداخله من عوامل نفسية ضاغطة لواقع المواقف التي يتعرض لها اثناء التدريب والمنافسة من قبل المدرب .
- 4- تطبيق المقاييس بصورة دائمة للاستفادة منها في عملية الاعداد النفسي القصير وبعيد المدى .
- 5- مقارنة مستوى الشعور بالذنب والصلابة النفسية لدى الرياضيين في المستويات المختلفة (دولي _ اولمبي _ محلي _ ناشئ) .



6- اجراء مقياس الصلابة النفسية والشعور بالذنب على دراسات مختلفة والعباب فردية مختلفة حصراً .

7 - اعتماد مقياس الشعور بالذنب والصلابة النفسية لتحديد مستوى هاتين الظاهرتين لدى اللاعبين .

المصادر العربية

والأجنبية



المصادر العربية

- (1) ابراهيم كاظم العظماوي ؛ معالم سيكولوجية - الطفولة والفتوة والشباب ، ط 1 (بغداد ، مطبعة دار الشؤون الثقافية ، 1988) .
- (2) احمد عكاشة ؛ الطب النفسي المعاصر ، (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1996) .
- (3) اميرة حنا مرقص : بناء وتقنين مقياس الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، (جامعة بغداد ، 2001) .
- (4) احمد سليمان عودة : اساسيات البحث العلمي والعلوم الانسانية ، ط 2 ، (الاردن ، مكتبة الثناء ، 1992) .
- (5) احمد سليمان عودة ؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية ، (عمان ، دار الثقافة والنشر ، 1990) .
- (6) احمد سليمان عودة ؛ القياس والتقويم للعملية التدريسية ، ط 2 ، (الاردن ، اريد ، دار الامل ، 1993) .
- (7) اسامة كامل راتب ؛ علم نفس الرياضة المفاهيم والتطبيق ، ط 2 ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997) .
- (8) الشبكة العالمية للانترنت .
- (9) جون ماكوري + ترجمة امام عبد الفتاح ؛ الوجودية - عالم المعرفة ، (الكويت ، عالم المعرفة ، 1982) .
- (10) جاسم فياض الشمري ؛ الشعور بالذنب لدى طلبة الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات ، مجلة اداب المستنصرية (العدد 37 ، 2001) .
- (11) حسن مصطفى عبد المعطي وهدي احمد ؛ علم النفس النمو الظاهر والتطبيق ، ط 3 ، (دار الضياء للطباعة والنشر ، القاهرة ، 2000) .
- (12) حسن محمود شمال ؛ سيكولوجية الفرد في المجتمع ، (القاهرة ، مطبعة الافاق العربية ، 2001) .
- (13) حميدة سميسم : الحرب النفسية ، (بغداد ، مطبعة دار الكتب ، 2000) .



- (14) حمد صبحي ابو صالح ؛ الطرق الإحصائية ، ط 1 ، (الأردن ، عمان ، دار المعارف للتوزيع والنشر ، 2000) .
- (15) حمزة محمد دودين ؛ التحليل الإحصائي المتقدم للبيانات باستخدام SPSS ، ط 1 (عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، 2010) .
- (16) خير الدين علي عويس ؛ دليل البحث العلمي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1990)
- (17) راجح احمد عزت ؛ الامراض النفسية والعقلية اساليبها وعلاجها وأثارها الاجتماعية ، (القاهر ، دار المعارف ، 1964) .
- (18) زيد بهلول سمين ؛ الأمن والتحكم النفسيان وعلاقتها بالصحة النفسية ، أطروحة دكتوراه ، (بغداد ، المستنصرية ، 1997) .
- (19) رجاء محمد، نادية محمد شريف ؛ الفروق الفردية وتطبيقاتها التربوية ، ط 2 ، (الكويت دار القلم ، 1989) .
- (20) رائد عبد الامير عباس ؛ نسبة مساهمة القياسات الجسمية والقدرات الحركية في انتقاء براعم الجمناستك بعمر (4- 5) سنوات ، رسالة ماجستير ، (كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2006) .
- (21) رائد عبد الامير عباس ؛ قوة الأنا وعلاقتها بالاتزان الانفعالي ومستوى الطموح لدى ناشئ الألعاب الفردية ، أطروحة دكتوراه ، (بابل، 2011) .
- (22) دافيد مارتن : ترجمة صلاح مخيمر ، العلاج السلوكي ، (مكتبة الانجلو المصرية ، 1973) .
- (23) سامي غنيم محمد مطاوع ؛ بناء مقياس الشعور بالذنب للرياضيين ، أطروحة دكتوراه ، (جامعة حلوان ، القاهرة ، 2003) .
- (24) سعيد اسماعيل حسيني ؛ قواعد أساسية في البحث العلمي ، ط 1 ، (بيروت ، مؤسسة الرسالة للطبع ، 1994) .
- (25) سيد صبحي محمد ؛ الرضا لمن يرضى ، دراسة في الصحة النفسية ، (القاهرة ، المطبعة التجارية الحديثة ، 1987) .



- (26) سعد جلال ؛ القياس النفسي (الاختبارات والمقاييس) ، (القاهرة ، الفكر العربي ، 1985).
- (27) سالم عبد الله المفرجي ، عبد الله علي ابو عراد الشهري ؛ إِصْلَابَة النفسِيَة والأَمْنِ النفسِي لَدَى عِيْنَة مِنْ طَلَاب وَطَالِبَات جَامِعَة أَم القُرَى بِمَكَة المَكْرَمَة : بحث منشور في مجلة علم النفس المعاصر والعلوم الانسانية ، (جامعة المنيا ، أكتوبر ، 2008) .
- (28) شاكر مبدر جاسم ؛ نظم التوجيه المهني والارشاد التربوي المقارن ، (العراق،جامعة البصرة ، مطابع التعليم العالي، 1990).
- (29) صفوت فرج ؛ التحليل العاملِي فِي العِلْمِ السلوكِيَة : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1980) .
- (30) صلاح الدين محمود علام ؛ القياس والتقويم النفسي والتربوي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000) .
- (31) عبد المنعم سليمان برهم ؛ موسوعة الجمباز العصرية ، ط1 (عمان ، جامعة مؤتة ، دار الفكر للطباعة والنشر ، 1995) .
- (32) عامر إبراهيم قنديلجي ؛ البحث العلمي واستخدام مصادر المعلومات ، (بغداد ، مطابع دار الشؤون الثقافية العامة، 1993) .
- (33) عبد الجليل ابراهيم الزوبعي (وأخرون) ، الاختبارات والمقاييس النفسية ، (الموصل جامعة الموصل ، 1984) .
- (34) عبد الله عبد الرحمن ومحمد احمد عبد الدايم ؛ مدخل الى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية ، ط 2 ، (الكويت ، مكتب الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999).
- (35) عبد الله فلاح المتبول وعدنان يوسف الحتوم ؛ مناهج البحث في العلوم التربوية والنفسية ، ط 1، (الأمارات العربية المتحدة ، الشارقة ، مكتبة الجامعة ، 2010) .
- (36) عبد الرحمن محمد العيسوي ؛ القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، (الاسكندرية ، دار المعارف الجامعة ، 1985) .
- (37) عبد الرحمن محمد العيسوي ؛ الاختبارات والمقاييس النفسية و العقلية ، (الاسكندرية ، منشأة المعارف ، 2003) .



- (38) عبد الكريم قاسم ؛ بناء بطارية اختبار المهارات الهجومية بكرة اليد ، (اطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل - كلية التربية الرياضية ، 1997) .
- (39) عبد المنعم أحمد الدردير ؛ الإحصاء البارامتري واللابارمتري في اختبار فروض البحوث النفسية والتربوية والاجتماعية ، (القاهرة ، عالم الكتب ، 2002) .
- (40) عماد محمد مخيمر ؛ استبيان الصلابة النفسية ، ط 2 (القاهرة ، مطبعة الانجلو المصرية ، 2011) .
- (41) غادة الشواف ؛ الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية والابداع في مرحلة المرتفعة في المملكة العربية السعودية : (رسالة ماجستير ، البحرين ، جامعة الخليج العربي ، 2010) .
- (42) فؤاد ابو حطب واخرون ؛ التقويم النفسي ، ط 3 ، (القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1987) .
- (43) قاسم حسين صالح ؛ الشخصية بين التنظير والقياس : (بغداد ، مطبعة التعليم العالي ، بغداد ، 1988) .
- (44) كارين هورناي ؛ نظرية في الانفعالات ، (ترجمة سامي محمود ، القاهرة ، دار المعرفة ، 1965) .
- (45) كمال دسوقي ؛ النمو التربوي للطفل والمراهق ، (بيروت ، دار النهضة العربية ، 1979) .
- (46) كامل لويس ؛ علم النفس الرياضي ، ط 1 ، (مطبعة جامعة الموصل ، 1981) .
- (47) كوفيل - (ترجمة محمد الزيايدي) ؛ الامراض النفسية ، (القاهرة ، مكتبة سعيد رأفت ، جامعة عين شمس ، القاهرة 1998) .
- (48) كونجر و جون (واخرون) ؛ سيكولوجية الطفولة والشخصية ، ترجمة احمد عبد العزيز سلامة وجابر عبد الحميد ، (القاهرة ، دار النهضة ، 1970) .
- (49) كوفيل - ترجمة محمد الزيايدي ؛ الامراض النفسية ، (القاهرة ، مكتبة سعيد رأفت ، جامعة عين شمس ، 1978) .



- (50) محمد إبراهيم سعفان : مقياس الشعور بالذنب ، (القاهرة ، دار النهضة العربية ، 1995) .
- (51) محمد العربي ؛ المؤتمر العلمي السنوي الدولي لقسم علم النفس الرياضي (الرعاية النفسية للرياضيين) (كلية التربية الهرم ، جامعة حلوان ، 2007) .
- (52) محمد حسن علاوي واسامة كامل راتب ، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999) .
- (53) محمد جاسم الياسري : الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية ، ط 1 ، (النجف الاشرف ، دار ضياء للطباعة والتصميم ، 2010) .
- (54) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط 1 (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999)
- (55) محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط 2 ، (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2001) .
- (56) محمد عبد السلام احمد ؛ لمقياس النفسي والتربوي ط 2 ، المجلد الأول ، (القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1981) .
- (57) محمد مصدق محمود ، بناء بطارية اختبار للمهارات الاساسية لكرة الماء ؛ المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، (جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين ، المجلد الاول ، 1999) .
- (58) محمد عبد السلام احمد ؛ القياس النفسي والتربوي ، (القاهرة ، مكتبة النهضة العربية ، 1980) .
- (59) مروان عبد المجيد إبراهيم ؛ الإحصاء الوصفي والاستدلالي في مجالات بحوث التربية البدنية والرياضية ، (عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، 2000) .
- (60) مروان عبد المجيد ابراهيم ؛ تصميم وبناء اختبارات اللياقة البدنية باستخدام طرق التحليل العالمي ، ط 1 (عمان، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، 2001) .
- (61) مصطفى فهمي ؛ التوافق الشخصي والاجتماعي ، (القاهرة ، مكتبة الخانجي ، 1979) .



- (62) منتهى مطشر عبد الصاحب ؛ الشعور بالذنب وعلاقته بالاكتئاب ،(عمان ، صفاء للنشر والتوزيع ، 2011) .
- (63) منال جاب الله ؛ فاعلية العلاج بالمعنى في تخفيف الشعور بالذنب لطلاب الجامعة ، اطروحة دكتوراه ، (كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ، 1998) .
- (64) ممدوحة سلامة ؛ المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، (1991)
- (65) هيثم احمد الزبيدي الشعور بالذنب المصابين ببعض الأمراض السايكوسومانية ، رسالة ماجستير ، (كلية الآداب ، جامعة بغداد 1999،) .
- (66) وجيه محجوب واحمد بدري حسين ؛ البحث العلمي ، (بغداد ، مكتبة العادل للطباعة ، 2002) .
- (67) محاضرات الجمناستك الفني للمرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية ، (جامعة ديالى ، 2013) .



المصادر الاجنبية

- (1) Boss , M , psychoanalysis and Oaseins Analysis Basic Books gnc . Publishers New York , (1963) .
- (2) Compg , L . T . (2008) : hardness Between University students , J . S . P . No (2).
- (3) Cancro – Fox (1974) : Collins dictionary of English language ; Collins London & Glasgow .
- (4) Cronbach . L , J .Essentials of psychological Testinh , 3thed , (New York : Harper & Row , 1970).
- (5) Cox , R.H ; (2002) : sport psychology con Copts and applications , McGraw – Hill, New York . fifth edition .
- (6) Deeuer .1 (1982) dictionary of psychology Bungum Books
- (7)Encyclopedia Americana (1979) American Corporation international Edition Vo . 1 . 13 U . S . A .
- (8) Goldenson , R.M. (1984) : Dictionary of psychology and psychiatry Longman New York .
- (9) Goss . L . ps . (1994) Relationship between mental toughness and physical endurance .
- (10) Hid egger, D.S.(1972) : Aggression , Displacement , and Gulf . Journal of and social psychology , Vol 30 personality .
- (11) Kobasa , Suzanne . C . (1982) Hardness & healthy A prospective study . g . of personality and Socialpsy chology .
- (12) Lugo , James o . and Hershey , Gerald L , (1976) ; Living psychology , Macmillan publishivg co . Inc , newYork.
- (13) Levit , E . E (1980) the psyechogy of Anxiety Lawrence Elbaum Associates , Publishers . New Jersey .
- (14)Lahey, BB. & Ciminero , R ,A : Maladaptire Beharior an Introduction to Abnormal Dsychology:Scott Foresman and Company .
- (15) Lean , N . & Jhon , S . S . (2009) : Self concept , hardnes In sport psychologg , J . S . P . No (14) .



- (16) Mosher . L & Abramson (1977) : Personality . correlates of the Mosher Guilt scales Journal of .
- (17) Marina ,V . (1997) Survivor guilt and chronic illeness Australian and new Zealand Journal of psychiatry, Vol33 N 3
- (18) Matt . J ; (2006) : sport psychology A students Handbook ; Rou Hedge , U.S.A .
- (19) May ,R & Angel J (1985) Contrasting Experinces of shamme and Guilt American Behaviorah scientists vol 27 (6).
- (20) Nancy, L & Jean , K .(2010) : Hardness in sport psycholog , J . S .P No. (20) .
- (21) Robbins , S . (1997) Essentials of orgin zarion behavior (5 thed) upper sadder River . N .G . pentice Help .
- (22) Stein . E . V . (1969) Guilt Theory and Therapy Geerge Allen & unwin L , D .
- (23) Webster. L . (1994) Wepsters Encyclopedia new Revised Edition , Gramercy Books new York .
- (24) Williams , C . By bee , J . (1994) what do children fey Guilty About : Develop mental and Gender Differences Develop mental psychology , viol 30 (5) .
- (25) WWW5 . Kuniv . cdu . kw/ badetansair / word / FTPPR Paper 8 – doc .
- (26) WWW.iraq pad.org .
- (27) Bar– Eli– M. (1993) : Intellectual A chievement Responsibility of Junior Soccer Players Journral of Sport Behavior (mobile. Ala).
- (28) Ryan , C . (1990) : Anxiety And Neurosis ; Penguin Books .
- (29) Robbins , s . (1997) : Essentials of orgin zarion behavior (5 thed) upper saddere Rivr .N. G . Pentice Help .
- (30) WWW.IvsI. Com .(2008): Michacl lardon , finding your zone ten cove lessons for achieving peak perform ance in sport and life (USA , RODAL Ebooks).

الملاحق



ملحق (1)

المقابلات الشخصية التي أجرتها الباحثة

أجرت الباحثة العديد من المقابلات الشخصية مع الأساتذة المختصين بشكل مباشر وعن طريق الأنترنت ، وذلك من أجل تحقيق هدفين أساسيين هما الجانب العلمي وهو الأساس من خلال الحصول على المعلومة المفيدة و ذلك الجانب التنظيمي وكما يأتي :-

- المقابلات الشخصية هدفها الجانب العلمي ، وتمت بأسلوبين منها المقابلة المباشرة والمقابلة غير المباشرة وكما يأتي :-

أ :- المقابلات المباشرة مع كل من :-

1- أ.د جلال العبادي - علم الاجتماع الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بغداد ، بتاريخ 3 / 5 / 2012 .

2- أ.د عكلة الحوري - علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة الموصل، بتاريخ 29 / 5 / 2012 .

3- أ.م.د حيدر عبد الرضا طراد - علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية - جامعة بابل ، بتاريخ 3 / 6 / 2012 .

ب :- المقابلات غير المباشرة (المراسلات عن طريق الانترنت) مع كل من :-

1- أ.د أمجد نجيب مدانات - تدريب رياضي - عميد كلية علوم الرياضة - جامعة مؤتة (الأردن) ، بتاريخ 2 / 2 / 2012

2- أ.د حفصاوي يوسف - علم النفس الرياضي - معهد التربية البدنية والرياضة - جامعة مستغانم (الجزائر) ، بتاريخ 25 / 2 / 2012 .

3- أ.م.د أمينة إبراهيم شلبي - علم النفس التربوي - قسم علم النفس - كلية الآداب - جامعة البحرين (البحرين) ، بتاريخ 28 / 2 / 2012 .

4- أ.م.د ليلي عبد القادر مصطفى - علم النفس الرياضي - كلية علوم التربية البدنية والرياضة - جامعة الفاتح (ليبيا) ، بتاريخ 3 / 3 / 2012 .



وأن الهدف من إجراء المقابلات الشخصية والمراسلات الدولية كانت ما يأتي :-

1- مناقشة إجراءات البحث لتكون أكثر وضوحاً أثناء إجراءات تطبيقها .

2- البحث عن المعلومة المفيدة والحديثة من خلال ذهاب الباحث إلى العديد من مكاتب

الجامعات العربية ،وما تزود به من مصادر ودراسات حديثة خدمت بحثه لمواكبة

آخر التطورات العلمية في مجال علم النفس الرياضي .



ملحق (2)

اسماء الخبراء والمختصين

مكان العمل	اللقب العلمي	التخصص	الاسم	ت
كلية التربية الرياضية جامعة بابل	أ . د	تدريب وقياس	محمد جاسم الياصري	1
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	أ . د	طائرة - علم النفس	علي يوسف	2
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	أ . د	جمناستك - اختبارات	زهرة شهاب	3
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد للبنات	أ . د	علم النفس الرياضي	خالدة ابراهيم احمد	4
كلية التربية الرياضية جامعة المستنصرية	أ . د	تعلم حركي	منى عبد الستار	5
كلية التربية الرياضية جامعة بابل	أ . د	علم النفس الرياضي	ياسين علوان التميمي	6
كلية التربية الرياضية جامعة الانبار	أ . د	علم النفس الرياضي	حامد سلمان محمد	7
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	أ . د	التدريب الرياضي	علي سلمان عبد	8
كلية التربية الرياضية جامعة الانبار	أ . د	الادارة	صالح شافي ساجت	9
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	أ . د	اختبارات	عبد الرحمن ناصر	10
كلية التربية الاساسية جامعة بابل	أ . د	علم النفس - قدم	عامر سعيد الخيكاني	11
كلية التربية الاساسية جامعة الموصل	أ . د	علم النفس الرياضي	عكلة سليمان الحوري	12
كلية التربية الاساسية جامعة اربيل	أ . د	علم النفس - سلة	عظيمة عباس	13
كلية التربية الاساسية جامعة اربيل	أ . د	التدريب الرياضي	صفاء الدين طه الحجار	14
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	أ . م . د	علم النفس - يد	الاء زهير	15
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	أ . م . د	تعلم حركي	بسيم عيسى يونس	16
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	أ . م . د	علم النفس - قدم	احمد رمضان	17
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	أ . م . د	علم النفس - ساحة	كامل عبود حسين	18
كلية التربية الرياضية جامعة بابل	أ . م . د	علم النفس الرياضي	حيدر عبد الرضا	19
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	أ . م . د	علم النفس - طرائق	مها صبري	20
كلية التربية الرياضية جامعة بغداد	م . د	علم النفس التربوي	سلمان عبد الواحد	21
كلية التربية الرياضية جامعة ديالى	م . د	علم النفس التربوي	بشرى عناد مبارك	22



ملحق (3)

تحديد صلاحية مجالات مقياس الشعور بالذنب

ت	مجالات الشعور بالذنب	عدد الخبراء	موافقين	غير موافقين	قيمة كا ² المحسوبة	قيمة كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
1	مفهوم الذات						
2	القيم الاخلاقية						
3	الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة						
4	الشعور بالقناعة والرضا						
5	الشعور بالذنب اتجاه المواقف والأخطاء الفنية						
6	الشعور بالذنب اتجاه الذات						
7	تقبل الذات غير المشروط						
8	الشعور بالذنب اتجاه الآخرين						



ملحق (4)

تحديد صلاحية مجالات مقياس الصلابة النفسية

ت	مجالات الصلابة النفسية	عدد الخبراء	موافقين	غير موافقين	قيمة كا ² المحسوبة	قيمة كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
1	قوة الارادة						
2	تحمل المسؤولية						
3	تحدي النفس لا ثباتها						
4	الضبط الانفعالي						
5	القدرة على التحكم في العمليات العقلية						
6	الالتزام						



ملحق (5)

جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا / الدكتوراه

م / استبيان لتحديد الأهمية النسبية لمجالات مقياس الشعور بالذنب

الأستاذ الفاضلالمحترم

تحية طيبة

في النية أجراء البحث الموسوم بـ (الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتها بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية تود الباحثة تستشير بأرائكم من خلال إسهامكم في تحديد الأهمية النسبية للمجالات على وفق المدرج الاتي : (10,9,8,7,6,5,4,3,2,1)

ملاحظة //

- 1- ان أقل درجة للتقييم هي (1) وأعلى درجة للتقييم هي (10) درجات .
- 2- يمكن وضع الدرجة نفسها لأكثر من مجال .
- 3- من الممكن ابداء أية ملاحظة تراها مناسبة وضرورية ولم يرد ذكرها في هذا الاستبيان مع مراعاة ما جاء أنفا .

مع جزيل الشكر والامنتان

الباحثة

سنارية جبار محمود



الشعور بالذنب

الأهمية النسبية										المجالات
10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	الشعور بالذنب
										1 مفهوم الذات
										2 القيم الأخلاقية
										3 الشعور بالذنب اتجاه مخالفة الاخلاق
										4 الشعور قناعة والرضا
										5 الشعور بالذنب اتجاه المواقف والأخطاء
										6 الشعور بالذنب اتجاه الذات
										7 تقبل الذات غير المشروط
										8 الشعور بالذنب اتجاه الاخرين



ملحق (6)

جامعة ديالى

كلية التربية الرياضية

الدراسات العليا / الدكتوراه

م / استبيان لتحديد الأهمية النسبية لمجالات مقياس الصلابة النفسية

الأستاذ الفاضلالمحترم

تحية طيبة

في النية أجراء البحث الموسوم بـ (الشعور بالذنب والصلابة النفسية وعلاقتها بترتيب نتائج اللاعبين على بساط الحركات الأرضية في الجمناستك الفني) ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ودراية تود الباحثة تستشير بأرائكم من خلال إسهامكم في تحديد الأهمية النسبية للمجالات على وفق المدرج الاتي : (10,9,8,7,6,5,4,3,2,1)

ملاحظة //

- 1- ان أقل درجة للتقييم هي (1) وأعلى درجة للتقييم هي (10) درجات .
 - 2- يمكن وضع الدرجة نفسها لأكثر من مجال .
 - 3- من الممكن ابداء أية ملاحظة تراها مناسبة وضرورية ولم يرد ذكرها في هذا الاستبيان مع مراعاة ما جاء أنفا .
- مع جزيل الشكر والامتنان

الباحثة

سنارية جبار محمود



ملحق (7)

مقياس الشعور بالذنب بصورته النهائية

عزيزي اللاعب

في أدناه تعليمات المقياس ، يرجو الباحث من حضراتكم قراءتها بعناية من اجل الإجابة الدقيقة عن فقرات المقياس وهي :

- 1- عدم كتابة الاسم .
- 2- أن إجاباتكم ستحظى بالسرية التامة ولن يطلع عليها احد .
- 3- ضرورة الإجابة بصراحة ودقة على الفقرات .
- 4- عدم ترك أية فقرة من فقرات المقياس بدون إجابة .
- 5- وضع علامة (/) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل فقرة .

مثال على الإجابة

ت	الفقرات	تتطبق دائما	تتطبق كثيرا	تتطبق متوسطا	تتطبق قليلا	لا تتطبق نهائيا
1	يضايقني مخالفتي للقوانين		/			

الباحثة

سنارية جبار محمود



ت	الفقرات	تتطبق دائما	تتطبق كثيرا	تتطبق متوسطا	تتطبق قليلا	لا تتطبق نهائيا
1	يضابقتي مخالفة القوانين الرياضية في التدريب والبطولة					
2	احترم العادات والتقاليد السائدة بالمجتمع الرياضي					
3	ألوم نفسي اذا حصلت على فوز غير مستحق					
4	اكون حساسا اذا انتقدني مدربي أكثر من زملائي					
5	أواجه مسؤولية الخسارة					
6	اشعر بالذنب عندما أنصاب والحق الأذى لفريقي					
7	اشعر بأن مسؤوليتي كابتن في الفريق مناسبة لإمكانياتي					
8	استخدم لهجة عنيفة عندما يثير المدرب غضبي في البطولة					
9	اشعر بالتهيج اذ تسبب سوء تصرفاتي هزيمة فريقي					
10	اتقبل النقد من زملائي والمدرب بعد الخسارة					
11	اجيد تغيير أدائي ليتناسب مع موافق اللعب الجديد					
12	ألوم نفسي عند ارتكاب الأخطاء المهارية					
13	اندفاعي بالأداء يسبب لي بعض المشكلات أثناء البطولة					
14	قبل ان اشترك في البطولة اشك من عدم توفيقني فيها					
15	اثق بقدراتي المهارية والبدنية لاتخاذ القرار الحاسم في البطولة					
16	ابكي عندما يضيع مني الفوز					
17	اشعر بالإحباط عندما أخطأ في البطولة					
18	اشعر بالارتباك في مواقف المواجهة					
19	اندم عند انذاري خلال اللعب لخطي ارتكبه					



ملحق (8)

مقياس الصلابة النفسية بصورته النهائية

عزيزي اللاعب

في أدناه تعليمات المقياس ، يرجو الباحث من حضراتكم قراءتها بعناية من اجل الإجابة الدقيقة عن فقرات المقياس وهي :

- 1- عدم كتابة الاسم .
- 2- أن إجاباتكم ستحظى بالسرية التامة ولن يطلع عليها احد .
- 3- ضرورة الإجابة بصراحة ودقة على الفقرات .
- 4- عدم ترك أية فقرة من فقرات المقياس بدون إجابة .
- 5- وضع علامة (/) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل فقرة .

مثال على الإجابة

ت	الفقرات	تتطبق دائما	تتطبق كثيرا	تتطبق متوسطا	تتطبق قليلا	لا تتطبق نهائيا
1	مهما كانت صعوبة المهارة فأنتني استطيع أدائها بنجاح		/			

الباحثة

سنارية جبار محمود



ت	الفقرات	تطبيق دائما	تطبيق كثيرا	تطبيق متوسطا	تطبيق قليلا	لا تتطبق نهائيا
1	قيمة الحياة تكمن في ولاء الفرد لبعض المبادئ والقيم					
2	أعالج ما ارتكبته من أخطاء أثناء البطولة					
3	طموحي ان أكون أحسن لاعب في اللعبة					
4	حضور عائلتي في قاعة البطولة يساعدي على تقديم أداء مميز					
5	اشعر بالسعادة عندما تحفزني عائلتي على الاشتراك في التدريب					
6	أبادر لحل مشكلة تواجه الزملاء أثناء التدريب					
7	مشاكلي العائلية تقلل من تركيزي في التدريب					
8	أضع خططي المستقبلية وأنا متأكد من قدرتي على تنفيذها					
9	أتحمل المسؤولية الكاملة في الأداء					
10	مهما كانت صعوبة المهارة فأني أستطيع أدائها بنجاح					
11	كثيرا ما أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي أثناء البطولة					
12	نجاحي يعتمد على مجهودي وليس على الحظ والصدفة					
13	شعر بالاحباط لعدم موافقة عائلتي على المشاركة في البطولات الخارجية					
14	كل ما يحدث لي في البطولة هو نتيجة تخطيطي					
15	الحياة بكل ما فيها تستحق ان أحيها					
16	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة					
17	أقبل انتقادات الجمهور لمستوى أدائي بروح معنوية عالية					
18	تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي					
19	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي					
20	أخشى الفشل قبل ان تبدأ البطولة					
21	أتحكم في ضيقي وغضبي عند الفشل وأستطيع تخطي الفشل بسهولة					
22	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة ليس لها معنى					
23	أحب التحدي واستمتع باللحظات الحرجة أثناء الأداء					



ملحق (9)

الاندية والمراكز التدريبية في المحافظات كافة لاتحاد الجمناستك الفني

الوظيفة	اسم المدرب	الاسم مركز التدريب	ت
مدرب اتحاد	اياد امر الله عبد العزيز	مركز تدريب المثنى	1
رئيس اتحاد اربيل	كامران شهاب حسين	مركز اتحاد اربيل	2
مدرب اول	عماد حسين ياسين	نادي ديالى	3
مدرب نادي الموصل	بسام مهدي	مركز نينوى	4
مدرب اول	ايمن مطرود	مركز اتحاد ميسان	5
مدرب ناشئين	نهاد جلوب	نادي مدينة الصدر	6
مدرب منتخب وطني	موفق جبار	اتحاد الرصافة الاولى	7
مدرب منتخب وطني	ثائر جبار حافظ	اتحاد واسط	8
مدرب تربية	احمد اديب مهدي	مركز تربية النجف الاشرف	9
مدرب تربية	انمار رعد جاسم	تربية بغداد الرصافة الاولى	10
مدرب تربية	ناظر دنيف محمد	مركز تربية ذي قار	11
مدرب ثاني	حيدر زيدان كاظم	نادي تربية ميسان	12
مدرب منتخب	عمار مهدي صالح	نادي تربية بابل	13
مدرب اول	احمد نجم عبد الله	مركز منتخب تربية صلاح الدين	14
مدرب اول	سالم كريم عبد الله	نادي تربية كركوك	15
مدرب منتخب تربية	هادي حسن مبارك	نادي تربية البصرة	16
مدرب اول	محمد جاسم جعفر	مركز تربية كركوك	17
مدرب منتخب	فواز عباس عبد	منتخب تربية واسط	18
مدرب اول تربية	محمد ناصر مقنن	مديرية تربية ميسان	19
مدرب منتخب اول للناشئين	قصي خليل فرحان	مركز تربية الانبار	20
مدرب اول	عمار عبد الحسين	نادي الديوان مركز تدريب	21
مدرب اول	محمد حسن خضير	مركز تدريب المثنى	22



الملاحق





Ministry of Higher Education
and Scientific Research
Diyala University
College of Basic Education
Higher Studies



**Guilt and Mental Toughness and their relation with the
arrangement of the players' results on the ground movements mat
in Artistic Gymnastic**

**A THESIS SUBMITTED TO THE COUNCIL OF THE
COLLEGE OF BASIC EDUCATION / UNIVERSITY OF DIYALA
IN PARTIAL FULFILLMENT OF THE REQUIREMENTS FOR
THE DEGREE OF DOCTORATE IN SPORT EDUCATION**

**BY
Sanariya J. Mahmood**

SUPERVISER BY

PRD. GHAZI S. MAHMOOD

PRD. FURAT J, SAADALLAH

2013 A.D



Abstract

Guilt and Mental Toughness and their relation with the arrangement of the players' results on the ground movements mat in Artistic Gymnastic

Researcher

Supervisor

Supervisor

Sanariya J. Mahmood PhD. Ghazi S. Mahmood PhD.Furat J. Saadallah

The thesis contained five chapters : Chapter One includes:

**Introduction and Significance of the study ** The development of human societies depends on the level of caring to human development which is one of the most important bases in the general development , what is more , one of the matters that helps in good dealing with the individuals , to achieve the best results and reaching the ranking stages and to achieve the aimed goals , is knowing the psychological powers that affects the behaviors and responses of the individuals , like guilt and mental toughness. Guilt is related to something done by the individual but neither his conscious nor the morals accept it. It is a state of instability and worry . While from the sport point of view, this state arises when the individual is not content with his performance and not achieving the required degree of success ; thus he feels that he should correct himself and review what faults he has done , because regret is a moral correct necessity to get the individual get rid of his wrongs and not to reach the illusive regret which his thinking and making him exaggerate his mistakes , and this may affect the future performance . The individual who feels guilty , feels worried because of his committing many mistakes whether he really committed those mistakes or just imagine committing them .

Mental toughness is to be considered as one of the personal factors and features which affect positively in developing the performance level and achieving sport triumphs . This is so , because there are many difficult situations that face the sportsmen and result in many obstacles in the way of the achievement and at the same time it is to be considered as a motivator in facing the challenges, discovering the strengths and the ideal challenge to reach the desired levels . One of its requirements is the link between a movement and another accompanied with music and featured with difficulty in performance . The results that are given for each participant is accounted according to the beauty of the movement and the great link between a movement and another. All the difficulties of the ground series due to the psychological state which has direct influence on the players results.



Therefore , the significance of this study lies in guilt and mental toughness found in the sport personality to that part of human behavior , predicting it and controlling its affects and results.

The problem Find / Search where the problem lies the lack of psychological studies include finding the relationship between guilt and mental toughness arrange the results of the players in the sport of artistic gymnastics on the table ground movements, as well as lack of attention to the psychological indices for the players. As noted researcher of the phenomenon of guilt when the players and that will be its negative as it can be disposed of easily when some of the players and he wanted researcher find a scale to see the reality of this phenomenon when players in the sport of gymnastics, and so for the hardness psychological a variable gives positive indications pushing to improve the level of performance and therefore a good that can get rid of guilt quickly and has a hardness psychological be the best and expect to get positive results, and therein lies the problem of the research in the construction of two scales Iraqis to get to know these phenomena that the standards are available do not fit the research sample, a view unanimously agreed, experts study and then identify the relationship of these phenomena (guilt, mental toughness) and its results players Paljmanacetk the areas on the table technical ground movements.

The objectives of the research are

- 1 - building measure of guilt to the artistic gymnastics players .
- 2 - Building mental toughness scale artistic gymnastics players .
- 3 - Know the relationship guilt arrange the results of the players on the table ground movements in the artistic gymnastics .
- 4 - Know the relationship of mental toughness arrange the results of the players on the table ground movements in the artistic gymnastics .
- 5 - guilt and mental toughness and its relationship Petrab results Allaabn ground movements on the table in artistic gymnastics .

One of the main hypotheses are :

- 1- There is a correlation between the level of guilt areas and the results of the players in the artistic gymnastics on the ground movements Mat
- 2- There is a correlation between the level of mental toughness areas and the results of the players in the artistic gymnastics on the table ground movements .

The field included HIV / ambition of a training clubs and centers in Iraq, 2012 Championship in artistic gymnastics .

The temporal area / represents in the period 01.10.2012 to 23.06.2013 .

The spatial domain / lounge Samir Khamas / Baghdad, a sports activity / Kirkuk.



The second section / has included the following themes (the concept of guilt, schools and theories of guilt, the evolution of guilt, feelings of guilt and its effects on athletes , guilt with players gymnastics , the concept of rigidity mental toughness psychological theories rigidity psychological , personality traits with hardness psychological , public benefits for mental toughness of the players gymnastics , mental toughness and sports performance , the development of gymnastics , gymnastics practice methods , Mat ground movements , the benefits of sport gymnastics has included door on six previous studies)

Part III / has included a research methodology and procedures of the field , as it used the descriptive manner Survey for Mlamth nature of the problem and the sample consisted of 170 players from clubs and training centers in the sport of gymnastics Lama and methods of collecting information are (sources and references Arab and foreign , form dump data and information , the scale of guilt, a measure hardness psychological) either means statistically , it has been limited to the use of the system (SPSS) for data processing statistically were used following laws according to their names (arithmetic mean , standard deviation, mis standard , coefficient of sprains, Pearson correlation coefficient , chi square - Ca 2 , the mediator , t-test for independent samples in equal numbers , the law of moral significance , the Cronbach alpha coefficient , Spearman coefficient - Brown)

The fourth door / has included viewing the results and analyzed and discussed and method of use factor analysis for each measure of guilt and mental hardness scale and arrange the results of the players in the artistic gymnastics in order to achieve the objectives of the research .

The Title V / has included the following main conclusions :

- 1 - building measure seemed to be a sense of guilt artistic gymnastics in Iraq and by (61) and paragraph in accordance with the basis of the scientific and research to build a psychological scales .
- 2- Has been reached to build mental toughness scale of artistic gymnastics players in Iraq and by (44) and paragraph in accordance with the basis of the scientific and research to build the psychological scales .
- 3- Show that with mental toughness of the players Mat movements in the artistic gymnastics floor to have a positive impact on the levels of guilt and how they relate to the results of the players in the sports leagues .
- 4- Results showed that psychological phenomenon (guilt) is often Tathiraha during and after the performance of the players in the sports leagues and mental



toughness play different roles in modifying the level of guilt to the players before and during the performance of the players .

One of the most important recommendations were as follows :

1- Necessity of gymnastics coaches in Iraq during the periods of preparation and competitions in guidance and psychological preparation and to identify the level of guilt of the players .

2- Need to pay attention to the psychological side and entered in the annual training curriculum and the appointment of specialists, psychologists and sports psychology so as to be next to the player during the tournament or competition and provide them with psychological skills to cope with stressful events during the tournament.

3- A measure of mental toughness and a sense of guilt on the different studies and different individual games exclusively .

4 - give lectures to identify athletes need of mistakes and how to overcome them , as well as psychological factors , and we should not reduce the level of positive ideas of rationality.