



دراسة مقارنة لمستوى قوة التحمل النفسي بين لاعبي ناديي الجيش و الكرخ بكرة اليد

أ.م.د. نصير صفاء محمد علي
كلية التربية الرياضية/ جامعة ديالى

م.د: حيدر شاكر مزهر
كلية التربية الاساسية/ جامعة ديالى

م : تيسير ناظم عبد الواحد
كلية التربية الرياضية/ الجامعة المستنصرية
2012 م

الخلاصة

اشتمل الباب الاول من البحث على مقدمة حول كرة اليد ومشكلة البحث واهداف البحث ومنها(التعرف على مستوى التحمل النفسي لدى لاعبي ناديي الجيش و الكرخ بكرة اليد) وايضا فرض البحث (هناك فروق ذات دلالة إحصائية في قوة التحمل النفسي لدى لاعبي ناديي الجيش و الكرخ بكرة اليد) كما اشتملت عينة البحث على (32) لاعب من لاعبي كرة اليد ناديي الجيش و الكرخ لدوري النخبة العراقي للموسم (2011-2012) اما الباب الثاني فاشتمل على دراسات نظرية حول الموضوع قيد البحث والباب الثالث اشتمل على الاجراءات الميدانية للبحث والباب الرابع اشتمل على المعالجات الاحصائية قيد البحث والباب الخامس اشتمل على الاستنتاجات منها (تميز لاعبي نادي الجيش بكرة اليد في دوري النخبة العراقي للموسم (2011-2012) بمستوى متباين في التحمل النفسي) والتوصيات منها (الاهتمام النفسي من لدن المدربين للاعبي الدوري العراقي بكرة اليد والوقوف على المشاكل والضغوط التي تواجه اللاعب في التدريب والمنافسات من أجل تنمية قوة التحمل النفسي).

الباب الأول

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

على الرغم من التطور الحاصل في المجال الرياضي فإن المشكلة النفسية التي يتعرض لها اللاعب من خلال التمارين اليومية كثيرة جداً وبالتالي يمكن أن تؤثر بشكل سلبي في سلوك اللاعب وشهدت السنوات الأخيرة تزايد اهتمام الدراسة العلمية للسلوك الإنساني في الوحدات التدريبية وبهدف تحقيق الأداء الأقصى وتنمية الشخصية لممارسي الرياضة وبما أن التحمل النفسي هو القاسم المشترك في الأنشطة والفعاليات الرياضية ولاسيما تلك التي تتطلب بذل جهد بدني متعاقب لمدة طويلة كما هو الحال في فعاليات كرة الطائرة وكرة اليد وكرة السلة وكرة القدم فتعرض اللاعبين إلى ضغوط لأداء الفعاليات قد يؤدي إلى استنزافهم جسدياً وهذا بدوره يؤدي إلى تعب نفسي كبير وعلى الرغم من هذا فإن هناك عدد قليل من اللاعبين قادرين على الاستمرار لمدة طويلة من التحمل وتكون لهم القدرة على التحمل النفسي إذ أنهم يتمتعون بإرادة قوية ويختلف اللاعبون في استجاباتهم إلى التنبيهات والمواقف المختلفة تبعاً للفروق الفردية فالموقف الذي يتضمن تحدياً للاعب ما قد يكون مهدداً للاعب آخر وهذا يشجع الأول على التعامل مع هذا الموقف ويحاول حل المشكلة التي تعرض لها ويرى فيها فرصة لتعزيز ذاته وتقديرها، ويؤكد البحث على الاتجاهات الحديثة السائدة في معاهد التعلم المتقدمة والتي تتناسب وسلوك التعلم في قطرنا مراعيًا التحولات المنطقية من إطار فلسفة الدولة في وضع سياساتها على أسس مدروسة والمرسومة لسلوك كل من اللاعب والنادي والمدرّب وما يتصل بها من النواحي العملية والتطبيقية ولأهمية هذا المتغير على اللاعبين في لعبة كرة اليد ارتأى الباحث القيام بدراسة مقارنة لقوة التحمل النفسي بين لاعبي نادي الجيش والكرخ بكرة اليد .

1-2 مشكلة البحث :

يُعدّ التحمل النفسي في أعلى مستوياته من أبرز الصفات الإيجابية لشخصية اللاعب إذ يمكنه من التعامل من الضغوط المختلفة في أداء الفعالية للحفاظ على توازنه النفسي ونظراً لما تزخر به حياة اللاعب لا سيما في العصر الحديث من ضغوط شتى تتفاوت في أنواعها وشدتها على وفق المواقف التي يتعرض لها اللاعبون وإدراكهم لها لذا يتفاوت اللاعبون في تحملهم النفسي لهذه الضغوط وقد تكون البيئة مصدر تهديد للاعب نتيجة الضغوط الكثيرة التي يتعرض لها في حياته لذلك تظهر في بعض الأحيان حالة من عدم الأمان لدى اللاعب إذ أنه يتأثر بصحته النفسية إذ اللاعب الأمن نفسياً هو اللاعب الواثق من نفسه ومن ثم القادر على أداء الفعالية، ومن خلال متابعة الباحثون للعبة كرة اليد كونهم ممارسين ومدربين في هذه اللعبة ، وكذلك إن لعبة كرة اليد تحتاج حالات من التحمل النفسي العالي جداً بوصفها لعبة سريعة وتحتاج إلى مستوى عالي من التحمل النفسي أثناء الممارسة لذلك ارتأى الباحثون إلى دراسة هذه المشكلة بين لاعبي نادي الجيش والكرخ .

3-1 أهداف البحث :

1. التعرف على مستوى التحمل النفسي لدى لاعبي نادي الجيش والكرخ بكرة اليد .
2. التعرف على الفروق في مستوى التحمل النفسي بين لاعبي نادي الجيش والكرخ بكرة اليد.

4-1 فروض البحث:

1. هناك فروق ذات دلالة إحصائية في قوة التحمل النفسي لدى لاعبي نادي الجيش والكرخ بكرة اليد.

5-1 مجالات البحث :

- 1-5-1 المجال البشري:- لاعبي نادي الجيش والكرخ بكرة اليد.
- 1-5-2 المجال زمني:- لفترة من 14-1-2012 ولغاية 29-2-2012.
- 1-5-3 المجال المكاني:- قاعة نادي الكرخ الرياضي/ بغداد .

الباب الثاني

1-2 الدراسات النظرية:

1-1-2 التحمل النفسي:

يُعدّ التحمل النفسي هو أحد المتغيرات النفسية التي تختص بعلاقة الرياضي مع البيئة التي يعيش فيها إذ أن الرياضيين يتفاوتون في مدى قدرتهم على تحمل الضغوط التي يتعرض لها وتكيفهم معها وعلى وفق سماتهم الشخصية وطبيعة الضغوط التي يواجهونها (ص386). ويتعرض الرياضي على العديد من المنبهات الداخلية المرتبطة بحاجاتها العضوية والخارجية المرتبطة بالبيئة التي يعيش فيها، تتطلب من الرياضي أن يستجيب إلى هذه التنبيهات بسلوك معين، وتكون استجابة الرياضي لها بحسب كفايتها وتطابقها مع شدة المنبه، وبما أن الاستجابات تختلف من رياضي إلى آخر بسبب الفروق الفردية فإن المواقف التي تمثل تحدياً للرياضي ما قد تكون مهدداً لرياضي آخر (4: 76). ويُعدّ التحمل النفسي مظهراً من مظاهر الصحة النفسية التي تُعدّ ضرورية في شخصية الرياضي إذ يحدد التحمل النفسي مستوى قابلية الرياضي على التوافق مع التغييرات البيئية المختلفة (4: 78).

1-1-2 أنواع قوة التحمل النفسي

أولاً : تحمل الإحباط:

((الإحباط حالة انفعالية تظهر حينما تتداخل عقبة ما في طريق إشباع رغبة أو حاجة أو هدف أو توقع أو عمل)) (10: 617).

ويُعدّ الإحباط حالة غير مرغوبة ومزعجة، تحدث تغيرات في السلوك تتراوح بين الغضب والعدوان إلى التراجع والانسحاب، فالإحساس بالضعف واليأس جزء مهم من المشاعر غير السارة المصاحبة للإحباط فالشخص المحبط يشعر باليأس وفقدان الأمل في تلبية رغباته، وبسبب إدراكه لقوة هذه الرغبات فإنه سيشعر أن قدرته على تحمل التوتر معرضة للخطر، فسيشعر بفقدان الأمل في مواجهة العقبات المحيطة المفروضة عليه عنوة (16: 38).

وينشأ الإحباط عن المواقف الضاغطة المكررة والمهددة التي لا يمكن السيطرة عليها وجعل الرياضيين يغيرون طريقة تفكيرهم عن الضغوط والأحداث التي تواجههم خلال حياتهم وهو إحدى الطرائق المؤثرة في معالجة الإحباط (14: 38).

ويُعدّ تحمل الإحباط مظهراً من مظاهر التحمل النفسي أو الصمود ضد مظاهر الأنا المهددة التي تتولد عندما يتم منع الرياضي الوصول إلى الهدف الذي يرغب فيه (10: 28).

ثانياً: تحمل الغموض

يرى إيزينك (Eysenek, 1972) أن تحمل الغموض هو قدرة الرياضي على شدة تحمل التنبيهات الباعثة إلى عدم الارتياح النفسي والتي تشكل تهديداً أو ضغطاً عليه (21: 148)، بينما ترى نهى عن إيستيمان (Eastman, 1979) أن قدرة الرياضي على التعامل مع المواقف التي تولد لديه شكوكاً وقدرته على التغلب عليها (16: 38) ويرى بودنر (Budner, 1962) أن المواقف الغامضة هي المواقف الجديدة على خبرة الفرد، أو المواقف المعقدة بتفاصيلها أو المتناقضة في محتواها، ويوضح أن تحمل الغموض يحدث في مستويين (14: 38):

- أ- المستوى الظاهري: ويحدث ضمن الإدراكات والمشاعر الفردية، فالرياضي يدرك ويقوم ويشعر.
- ب- المستوى الإجرائي: ويحدث في علم الأشياء والمشاعر الفردية، ويتمثل بالسلوك والفعل المتصل بالبيئة الخارجية.



ويرى عبد الخالق عن بودنر: بأن تحمل الغموض سمة شخصية عندما يكون جزءاً من عملية تكيف الفرد لبيئته الداخلية والخارجية وهو جزء من التنظيم القيم الرياضي وعلى هذا فهو طريقة للتقييم أكثر منه علاجاً للواقع (6: 63).

وكشفت الدراسات أن ذوي مركز السيطرة الداخلي لهم قدرته على التحمل النفسي ولاسيما تحمل الغموض بما يتعلق بمسؤوليات حياتهم ومشاكلهم، ويميلون إلى التخطيط لحياتهم بعناية كبيرة (3: 404).

ثالثاً: تحمل عدم التطابق

التطابق (congruence) مصطلح جاء به روجر (Rogers) ويعني الاتساق بين ما ينجزه الرياضي نحو الداخل وبين ما يعبر عنه نحو الخارج (18: 509) ويرى البعض أنه يمكن استخدام مصطلح عدم الاتساق بدلاً من عدم التطابق يشير إلى المعنى نفسه (16: 33). ويرد مفهوم عدم التطابق في نظرية روجرز ليديل على التنافر الحاصل بين مفهوم الرياضي عن ذاته وبين خبراته الواقعية، أي وجود صراع بين الذات المدركة والذات المثلى التي يعنى ما أن يكون عليه الإنسان (8: 88). ويرى فستنجر أن التنافر يحدث عندما (3: 468):

1. لا تتسق الجوانب العرفية الرياضي مع المعايير الاجتماعية.
 2. يتوقع الرياضيين حدوث حدث ما ويقع آخر بدلاً منه.
 3. يقوم الرياضيين بسلوك يختلف عن اتجاهاتهم العامة.
- وقد يضطر الإنسان بفعل ضغوط حضارية إلى الموافقة على أمور لا تتفق ومواقف، أي يُجبر على أن يتصرف على وفق طريقة معينة لو رك الخيار لما تصرف بموجبه، وهنا يحصل تعارض بين ما يطلب من هذا الرياضي من هذا الرياضي وبين ما يعتقد عليه أن يفعله (8: 146). إذ أن عدم الاتساق هذا ذو طابع معرفي أو عقلي فهو حاجة تستشير السلوك وإذا ما تصارعت وتناقضت الجوانب المعرفية كل منها مع الأخرى فإن الرياضي يشعر بعدم الارتياح وهذا ما تفترضه نظرية التنافر المعرفي لفستنجر (Festinger, 1975) إذ تفسر تحمل عدم الاتساق بقدرة الرياضي بأن يعمل على خفض التوتر الناشئ بين اتجاهاته أو بين اتجاهاته وسلوكه.

2-1-1-2 ما هي قوة التحمل النفسي في المجال الرياضي :

يُعدّ التحمل النفسي من المفاهيم النفسية المهمة والمتصلة بشخصية الرياضي وفي علاقته التفاعلية مع أحداث البيئة سواء في التدريب أو المنافسات.

فالرياضيين الذين يتمكنون من مواجهة الظروف التي يتعرضون لها في أثناء التدريب والتمرين في أداء الفعالية ويتمكنون من المحافظة على توازنهم النفسي وتحقيق الأداء الجيد هم الرياضيين الذين تكون لديهم قوة تحمل نفسي إيجابي عكس الرياضيين الذين لا يستطيعون مواجهة هذه الضغوط مما يؤدي بهم إلى الإحباط والفشل في تحقيق الأداء الجيد لأن قوة التحمل لديهم تكون سلبية (9: 3).

وأن تأثيرات التحمل النفسي يمكن أن تتخذ أشكالاً مختلفة يعبر عنها عدم الارتياح أو العرقلة في الحركة أو الخلل في التنسيق أو الاضطراب الذهني والفكري، وتحمل كيفية التصرف والسلوك وتأثيرات الإجهادات النفسية طابعاً فردياً يتلاءم والظروف الداخلية للرياضي نفسه ويعني ذلك أن أوضاع التحمل المتجانسة ظاهرياً تحفز رياضياً لزيادة أنجازه بينما تعيق عند بدأ قواه الرياضية التي اكتسبها وبرهن عليها بنجاح في التدريب:

2-2 الدراسات السابقة :

2-2-1 دراسة كامل عبود حسين العزاوي الموسومة (9: 4):

(بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية الجامعة المستنصرية في العراق).

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس لمفهوم قوة التحمل النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية لبعض الدروس المنهجية العملية وتألفت عينة البحث من (20) طالباً من طلبة المرحلة (الثانية) لبعض الدروس المنهجية العملية في العراق للعام (2009-2010) وتكون المقياس من (6) مجالات يتألف المقياس من (33) فقرة. وبعد أن تم بناء المقياس تم الوصول إلى بعض الاستنتاجات والتي أهمها التوصل إلى بناء مقياس لمفهوم قوة التحمل في المجال الرياضي لدى عينة البحث، وتم التوصل أيضاً إلى بعض الاستنتاجات التي من أهميتها تأكيد إمكانية تطبيق هذا المقياس من قبل الباحثين والمختصين في القياس النفسي والدراسات كذلك إجراء دراسات وبحوث أخرى مشابهة على عينات مختلفة غير الدروس المنهجية وإمكانية استخدام هذا المقياس للمقارنة بين اللاعبين في الألعاب المختلفة

2-2-2 دراسة حيدر ناجي حبش الموسومة (2: 10):

(التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية /جامعة الكوفة)

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي ومستوى السمات الشخصية والعلاقة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية / كلية التربية للبنات /جامعة الكوفة وافترض الباحث وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للطالبات واستخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح وطريقة العلاقات الارتباطية لملائمتها لطبيعة البحث وتم تحديد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الرابعة قسم التربية الرياضية /جامعة الكوفة، والبالغ عددهن (51) طالبة اختيراً بالطريقة العمدية، إذ تم تحديد طالبات المرحلة الرابعة وقد بلغ عدد أفراد العينة (25)، اختيرت بالطريقة العشوائية والأدوات المستخدمة في البحث مقياس التحمل النفسي و اختبار فرايبورج للشخصية واستنتج الباحث إن طالبات المرحلة الرابعة اتسمن بحدود الوسط في معظم سمات الشخصية باستثناء سمات (العصبية) و(الاكتئابية) و(الكف) إذ كانت في المستوى الواطئ وتمتع طالبات المرحلة الرابعة بدرجة عالية من التحمل النفسي وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالجوانب الشخصية عن طريق تطوير السمات الشخصية عند تأهيل وتدريب الطلاب في درس طرائق التدريس بصورة خاصة ودروس التربية الرياضية بصورة عامة وضرورة قياس السمات الشخصية للطالبات وخصوصاً عند التقديم للكلية لتثبيت مستوى سماتهم الشخصية بالإضافة إلى الاختبارات البدنية لعكس صورة واضحة لمستوى السمات الشخصية للطالبات.

2-3 التعليق على الدراسات السابقة

- 1- اتفقت كلتا الدراستين مع الدراسة الحالية في تناولها الضغوط النفسية.
- 2- اختلفت الدراسة الحالية عن دراسة حيدر ناجي حبش بأسلوب البحث بكون الدراسة الحالية تناولت المقارنة بين ناديين في الضغوط النفسية في حين كانت دراسة حيدر ناجي في إيجاد العلاقة الارتباطية بين الضغوط النفسية والسمات الشخصية.
- 3- اختلفت الدراسة الحالية عن الدراستين السابقتين في عينة البحث إذ كانت عينة البحث الحالية هي اندية الدرجة الممتازة المتمثلة بنادي الجيش والكرخ في حين كانت عينة دراسة كامل عبود حسين هم طلاب كلية التربية الرياضية الجامعة المستنصرية وعينة دراسة حيدر ناجي طالبات قسم التربية الرياضية جامعة الكوفة.

الباب الثالث

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن كونه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة البحث. إذ أن اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث يُعدّ من الأمور المهمة التي يجب على الباحث مراعاتها. إذ يهدف المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن إلى (إجراء مقارنات بين الظواهر المختلفة لاكتشاف العوامل التي تصاحب حدثاً معيناً) أي أنها مقارنة الظواهر مع بعضها لكشف العوامل والظروف وهذا النوع يدرس وضعية العلاقات ومشاكلها والتعقيدات وطبيعة الظواهر (17: 57).

3-2 مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بلاعبى نادي الجيش والكرخ للموسم (2011-2012) والبالغ عددهم (16) لاعب من نادي الجيش و(16) لاعب من نادي الكرخ .

3-3 وسائل وأدوات جمع المعلومات :

استعان الباحثون بما يأتي:

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
2. المقابلات الشخصية (ملحق 2).
3. استمارة استبيان تتضمن مقياس كامل عبود للتحمل النفسي.

3-4 إجراءات البحث الميدانية

3-4-1 مقياس كامل عبود للتحمل النفسي

تم بناء المقياس في البيئة العراقية عام (2004) من قبل كامل عبود حسين في المجال الرياضي لقياس التحمل النفسي وقد تكون المقياس من ست مجالات تعطي هذه المجالات الصورة المتكاملة للتحمل النفسي للاعب (9: 36) ملحق (1) وأن الدرجة الكلية للمقياس تمثل درجة التحمل النفسي للطالب ويتكون المقياس من (64) فقرة ولكل فقرة أربع بدائل واختيارات وهي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي قليلاً، لا تنطبق علي)، وكما هو مبين في الجدول (1) .

جدول (1)

يبين مقياس التقدير مع درجات الفقرات الإيجابية والسلبية

البدائل	الفقرات الإيجابية	الفقرات السلبية
تنطبق علي دائماً	4	1
تنطبق علي كثيراً	3	2
تنطبق علي قليلاً	2	3
لا تنطبق علي أبداً	1	4

وتتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال اختيار الطالب لإحدى هذه البدائل، أما تصحيح المقياس فتكون الفقرات الإيجابية مثل (الأداء الجديد يمنحني ثقة كبيرة في نفسي) بإعطاء (4) عن الإجابة بـ(تنطبق علي دائماً) و(3) عن الإجابة بـ(تنطبق علي كثيراً) و(2) عن الإجابة بـ(تنطبق علي قليلاً) و(1) عن الإجابة بـ(لا تنطبق علي أبداً). أما الفقرات السلبية مثل (لا أتعب بسرعة عند بدء الدرس) فيعطي (1) عن الإجابة بـ(تنطبق علي دائماً) و(2) عن الإجابة بـ(تنطبق علي كثيراً) و(3) عن الإجابة بـ(تنطبق علي قليلاً) و(4) عن الإجابة بـ(لا تنطبق علي أبداً) أما درجة الحياد فبلغت (160) والدرجات الأعلى من درجات الحياد تمثل تحمل نفسي إيجابي (عالي) والدرجات الأقل من درجة الحياد تمثل تحمل نفسي سلبياً (منخفض) (9: 59).

3- 5 التجربة الاستطلاعية :

- قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 1-2-2012 على (6) لاعبين من نادي الشرطة و(6) لاعبين من نادي ديالى وكان هدف إجراء هذه التجربة هو الكشف عن الآتي:
1. معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث.
 2. التعرف على الوقت المستغرق في الإجابة على فقرات المقياس .
 3. التأكد من كفاءة فريق العمل المساعد.
 4. اختبار صلاحية استمارات جمع البيانات.
 5. صلاحية العينة المختارة ومدى استجابتها لقراءة فقرات المقياس .

3- 6 الأسس العلمية للمقياس :**3- 6-1 صدق القياس**

- يُعدّ صدق المقياس من أهم شروط الاختبار الجيد، فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في مقياس ما وضع من أجله^(12: 183) وتم التحقيق من صدق المقياس من خلال إيجاد الصدق الظاهري وبتأسيس الصدق الظاهري على نقطتين مهمتين هما^(13: 251):
1. مدى مناسبة الاختبار لما يقيسه.
 2. مدى مناسبة الاختبار لمن ينطبق عليهم.

إذا تم عرض مقياس التحمل النفسي على مجموعة من الأساتذة الخبراء ملحق (3) في العلوم التربوية والنفسية والتربية الرياضية لبيان مدى صلاحية المقياس لاستخدامه على عينة البحث. وبعد الاطلاع على إجابات السادة المختصين عن فقرات المقياس ومدى صلاحية المقياس لتطبيقه على العينة، وتبين أن هناك اتفاقاً تاماً وبنسبة 100% حول صلاحية المقياس.

3- 6-2 ثبات القياس :

يُعدّ مفهوم الثبات من المفاهيم الأساسية في المقياس ويتعين توافره في المقياس أو الاختبار لكي يكون صالحاً للاستخدام^(15: 143).

ويقصد به أن يعطينا اختبار النتائج نفسها وذلك من خلال توزيع المقياس على (5) لاعبين من نادي الشرطة و(5) لاعبين من نادي ديالى وأعيد توزيع المقياس على المجموعة نفسها بعد عشرة أيام التي طبق عليها لأول مرة، إذ تشير (ليلي، 2000) (11: 103-154) إلى أن طريقة إعادة الاختبار تُعدّ من أكثر الطرائق الإحصائية استخداماً في حساب معامل الثبات ولاسيما في مجال التربية فهي عبارة عن تطبيق الاختبار على مجموعة من الطلبة ويُعاد اختبارهم مرة أخرى بالاختبار نفسه وبظروف الاختبار الأول نفسها ويجب أن لا تقل المدة بين الاختبارين عن أسبوع (5: 30) وبعد جمع استجابات المختبرين تم معالجتها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط في مقياس التحمل النفسي (0.91) وهذا يدل على وجود ارتباط عالٍ أي هناك معامل ثبات جيد للمقياس.

3- 6-3 الموضوعية :

تشير الموضوعية إلى مدى إمكانية الحصول على درجة صحيحة عندما يقوم فردان أو أكثر بتطبيق الاختبار على الطلبة أنفسهم. والموضوعية تشبه الثبات لكنها تستلزم قيام اثنين أو أكثر بتطبيق الاختبار نفسه وتقدير درجات. وتعرف الموضوعية على أنها "درجة الإتقان فيما بين مقدري الدرجة (1) (13: 167-168)، وترتبط الموضوعية بطريقة تصحيح الاختبار أكثر من ارتباطها من الارتباط نفسه ومن هنا فإن الاختبار الموضوعي هو الذي



يحصل في المختبر على الدرجات ذاتها مهما اختلف المصححون (2) وقام الباحثون بعرض (5) استمارات من اجابات العينة التجربة الاستطلاعية لمقياس قوة التحمل النفسي على مقومين لغرض تقويمها لمعرفة مدى موضوعية المقياس.

3-7 التطبيق النهائي لأداة البحث :

بعد التأكد من صدق أداة البحث وثباتها وموضوعيتها (مقياس التحمل النفسي) تم توزيع الاستمارات للمقياس على عينة البحث للاعبين نادي الجيش والكرخ وقد تم توزيعها بتاريخ (14-2-2012) في قاعة نادي الكرخ مع مراعاة الشروط كافة وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات تم الحصول على الدرجات الخام لأفراد العينة لغرض إجراء المعالجات الإحصائية الضرورية للحصول على النتائج المطلوبة (15: 19)

3-8 الوسائل الإحصائية :

تم استخدام نظام (spss) في تحليل النتائج باعتماد ما يأتي:

1. النسبة المئوية.
2. الوسط الحسابي.
3. الانحراف المعياري.
4. اختبار t. test لعينتين متناظرتين.
5. معامل الاختلاف.
6. معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

الباب الرابع

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

4-1 عرض وتحليل نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحتسبة للاعبين نادي الجيش والكرخ بكرة اليد في التحمل النفسي وتحليلها:
من اجل الوصول الى اهداف البحث وفروضه قام الباحثون بعرض نتائج البحث في قوة التحمل النفسي في جدول (2).

الجدول (2)

" يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحتسبة للاعبين نادي الجيش والكرخ بكرة اليد في قوة التحمل النفسي "

المتغيرات	نادي الكرخ		نادي الجيش		قيمة (T) المحتسبة	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س		
قوة التحمل النفسي	15,326	180,312	16,235	185,875	1,744	معنوي

درجة الحرية (ن+1_2) تحت مستوى دلالة (5%) هي (1,699) من الجدول (2) يتضح أن الوسط الحسابي للاعبين نادي الكرخ في التحمل النفسي بلغ (180,312) أما الانحراف المعياري لهم بلغ (15,326) أما لاعبي نادي الجيش فقد بلغ الوسط الحسابي لهم (185,875) والانحراف المعياري (16,235) كما بلغت قيمة (T) المحتسبة (1,744) وهي اكبر من الجدولية وهذا يدل على ان هناك فروق معنوية لصالح نادي الجيش .

الجدول رقم (3)

" يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف بين ناديي الكرخ والجيش في مقياس قوة التحمل النفسي "

الأنديّة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الدلالة
الجيش	185,875	16,235	8,734	إن معامل الاختلاف نادي
الكرخ	180,312	15,326	8,499	الجيش افضل من نادي الكرخ

ومن خلال الجدول (3) نلاحظ أن نتائج الفروق بين لاعبي نادي الجيش والكرخ في مقياس قوة التحمل النفسي، إذ بلغ معامل الاختلاف لنادي الجيش (8.734) في حين بلغ الوسط الحسابي له (185.875) وبانحراف معياري بلغ مقداره (16.235) علماً أن معامل الاختلاف لنادي الكرخ بلغ (8.499) بوسط حسابي (180.312) وانحراف معياري (15.326) .

2-4 مناقشة النتائج :

من خلال ملاحظة الباحثون للنتائج ظهر ان هناك فروق معنوية بين لاعبي ناديي الكرخ والجيش في قوة التحمل النفسي لصالح نادي الجيش بكرة اليد، ويعزو الباحثين سبب التفوق الحاصل للاعبين نادي الجيش الناعدادهم اعدادا جيدا من النواحي البدنية اذا انالاعداد البدني من أهم مقومات النجاح في الأداء للنشاط الرياضي وهو خطوة البداية لتحقيق المستويات الرياضية إذ يهدف الإعداد البدني إلى تطوير إمكانيات الفرد الوظيفية والنفسية وتحسن مستوى قدراته البدنية والحركية لمواجهة متطلبات التقدم في أساليب الممارسة للأنشطة الرياضية وحتى يعد الفرد للتحميل العالي باستغلال قدراته وإمكانياته عند التدريب أو التنافس ، اذا يرى (عصام محمد عبد الرضا، 2004) " إن إعداد اللاعب بديناً بشكل جيد يؤثر في الطاقة النفسية باعتبار أن لياقة الجسم تُعدّ جزءاً مهماً من الصحة النفسية فضلاً عن تأثير الطاقة النفسية في إعداد اللاعب بديناً من خلال الاتزان والاستقرار النفسي للاعب). وكذلك ان استخدام أسلوب علمي ومدروس ومنظم لرفع الطاقة النفسية ساهم بشكل كبير في تفوق لاعبي نادي الجيش نفسياً اذا ان استخدام افضل اساليب الارشاد والتوجيه يساعد بشكل كبير في معالجة الضغوط النفسية إذ يشير (كامل طه الويس، 1981) " إلى أن تحقيق أعلى مستوى رياضي يتحتم بالضرورة وضع برنامج منظم للتحمل النفسي في التدريب الرياضي لإيصال الرياضي إلى وضع نفسي وبدني جيد يحقق الهدف المرسوم له في أثناء مشاركته في السباقات " (7: 56).

الباب الخامس

5 - الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات :

- من خلال المعالجات الإحصائية والنتائج التي حصل عليها الباحثونتم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:
- تميز لاعبي نادي الجيش بكرة اليد في دوري النخبة العراقي للموسم (2011-2012) بمستوى متباين في قوة التحمل النفسي.
 - اتصف لاعبي نادي الجيش بدرجة أعلى من لاعب ينادي الكرخ في قوة التحمل النفسي.



5- 2 التوصيات :

- على وفق النتائج التي توصل إليها الباحثين يوصى بما يأتي:
1. الاهتمام بالإعداد النفسي العام للاعبين الاندية كافة وخاصة المتقدمة منها من خلال وضع برامج تدريبية مناسبة مع الإعداد البدني والمهاريو الخططي.
 2. الاهتمام النفسي من قبل المدربين للاعبين الدوري العراقي بكرة اليد والوقوف على المشاكل والضغوط التي تواجه اللاعب في التدريب والمنافسات من أجل تنمية قوة التحمل النفسي.

المصادر

1. حسين كريم، السلوك التنظيمي، سلوك الأفراد في المنظمات: (عمان، دار زهراء للنشر، 1997).
2. حيدر ناجي حبش، التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية /جامعة الكوفة، بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الثالث، 2010.
3. راضي الوقفي، مقدمة في علم النفس: (عمان، دار الندوة للنشر والتوزيع، 1984).
4. زيد بهلول سمين، الأمن والتحمل النفسيان وعلاقته بالمصلحة النفسية: (أطروحة دكتوراه، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، 1977).
5. عبد الجليل الزوبعي و(آخرون)، الاختبارات والمقاييس النفسية: (الموصل، منشورات جامعة الموصل، 1987).
6. عبد الخالق نجم البهادلي، تحمل الضغوط وعلاقته بالتفوق الدراسي لدى طلبة الجامعة: (رسالة ماجستير، كلية الآداب/ جامعة بغداد، 1944).
7. عصام محمد عبد الرضا الناهي، الأمن النفسي وعلاقته بمستوى الاستشارة الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2002).
8. قاسم حسين صالح، الشخصية بين التنظير الرياضي، ط2: (الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1981).
9. كامل عبود حسين العزاوي، بناء مقياس القوة والتحمل النفسي لدى لاعبي الدرجة الأولى لبعض الألعاب الفردية في العراق: (رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية/ جامعة بغداد، 2004).
10. لندا دافيدوف، مدخل علم النفس: (بيروت، دار ماكبروهيل للنشر، 1983).
11. ليلي السيد فرحات، القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط1: (القاهرة، مطابع أمون، 2001).
12. محمد صبحي حسنين، التقويم والقياس في التربية الرياضية، ج1، ط3: (عمان، دار الفكر للطباعة والنشر، 1995).
13. محمد نصر الدين رضوان، المدخل، القياس في التربية الرياضية والبدنية، ط1: (عمان، مركز الكتاب للنشر، 2006).
14. مصطفى خليل الشرقاوي، علم الصحة النفسية: (بيروت، دار النهضة العربية، 1983).
15. مصطفى محمود إمام، التقويم والقياس: (بغداد، دار الحكمة للطباعة والنشر، 1990).
16. نهى عارف علي درويش: التحمل النفسي لدى قادة الشباب والطلبة وعلاقته بالعمر والجنس والمنظمة والموقع القيادي: (رسالة ماجستير، كلية تربية ابن رشد، جامعة بغداد، 2001).
17. نوري إبراهيم الشوك ورافع صالح الكبيسي، دليل الباحث لكتابة الأبحاث في التربية الرياضية، (بغداد، ب م، 2004).



18-ornel. E. Ekstrand. B.R: Psychology its principle and meaning (New York, 2end , 1976).

19-Budner. S.:intolerance of Ambiguity's personality as variable (Jou mal of personality. Vol.(30).

20-Cod: Diction of Education. Book company: (New York >mc Graw. Hill. 1959).

21-Eysenek, H.J: Encyclopedia of psychology, Vol.(3): London, search Press. (1972).

ملحق رقم (1)
" مقياس كامل عيود للتحمل النفسي "

ت	الفقرات	تتطبق عليّ دائماً	تتطبق عليّ كثيراً	تتطبق عليّ قليلاً	لا تتطبق عليّ أبداً
1	أجد متعة عندما تتنوع أساليب التدريب في لعبتي				
2	انزعج إذا حدث تغيير في البرنامج التدريبي اليومي				
3	اعمل على إيجاد حل عندما تواجهني صعوبات غير متوقعة أثناء التدريب والمنافسة				
4	أجد متعة في التدريب على المهام الصعبة				
5	لدي استعداد للتدريب باستمرار لكي انجح في رياضتي				
6	استبعد من تفكيري الهزيمة أو الفشل في المنافسة				
7	ارفض الاستسلام للتعب عند اشتراكي في التدريب والمنافسة				
8	ارفض الاستسلام للتعب عند اشتراكي في التدريب والمنافسة				
9	ارفض الاستسلام للتعب عند اشتراكي في التدريب والمنافسة أتحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي				
10	أنتنافس بحماس في حالة وجود تحدي من قبل منافس آخر في لعبتي				
11	اندفع للأداء الجيد في المنافسة .				
12	لدي القدرة على هزيمة المنافسين الأقوياء .				
13	التدريب اليومي قليل الفائدة لذا لا ألتزم به				
14	ليس لدي الحماس الكافي في التدريب .				
15	اندمج مع اللاعبين اكثر من الابتعاد عنهم				
16	احترم الأنظمة والقوانين الرياضية لأنها توجهني				
17	أجد نفسي هادئاً وغير متوتر في المنافسات الصعبة				
18	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي أثناء المنافسة				



				19	التزم بنظام ثابت في التدريب والمنافسات أكثر الوفاء نحو اللاعبين وعائلتي والمجتمع الذي أعيش فيه
				20	التزامي العالي بالتدريب يحقق لي أفضل النتائج
				21	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة
				22	عندما ارتكب خطأ في بداية السباق فأنه لا يؤثر على مستوى أدائي
				23	لا أزد على أساءة اللاعبين لي .
				24	ضغوط التدريب والمنافسات لا تجعلني أنسى أهدافي
				25	أجد صعوبة في السيطرة على انفعالاتي في بعض مواقف التدريب والمنافسة
				26	أدافع بقوة عن وجهة نظري أمام المدرب
				27	أجد في نفسي القدرة على التأثير في آراء اللاعبين أكثر من تأثيري بهم
				28	لا أستطيع أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقني المنافس
				29	أسيطر على أعصابي عند بدء المنافسة
				30	أتمالك نفسي عندما يواجه النقد لي من قبل مدربي أو اللاعبين
				31	أجد صعوبة في تغيير النظام الذي أتبعه في التدريب أو المنافسة
				32	أضع ل نفسي أهدافاً معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها
				33	اهتم بجودة الأداء والإنجاز في التدريب والمنافسات
				34	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب
				36	أستطيع إنجاز أهدافي بدقة سواء بالتدريب أو المنافسة
				37	تفوقي في المنافسات المهمة يضمن لي مستقبلاً جيداً في لعبتي
				38	قدراتي البدنية تؤهلني لتقديم أفضل أداء في المنافسات
				39	أتنافس بقوة عند محاولة إنجاز هدف معين .
				40	الفوز في المنافسة يمنحني ثقة كبيرة في نفسي
				41	أعتمد على نفسي في إنجاز أعمالي التدريبية
				42	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز .
				43	تكون تدريباتي اليومية مستندة إلى أهدافي محدودة
				44	أبذل جهود كبيرة عندما تواجهني صعوبات أثناء التدريب أو المنافسة
				45	أتعب بسرعة عند بدء الوحدة التدريبية أو المنافسة
				46	لدي الرغبة في تحسين أدائي عندما أتعرض الى الخسارة في المنافسات
				47	امتلك القدرة على الصمود أثناء التدريب أو المنافسة
				48	أقتصد في بذل الجهد مع المنافس القوي
				49	استسلم بسهولة في المنافسة عندما يكون هناك فارق



				بالمستوى بيني وبين الخصم	
				التدريب الجدي المستمر يمكنني من التغلب على الفشل في المنافسات	50
				أستطيع أن أتدرب بجهد بدني عالي لفترات طويلة .	51
				أودي المهمات المطلوبة مني بالتدريب أو المنافسة بهمة ونشاط	52
				أعتمد على نفسي في حل الصعوبات التي تواجهني في التدريب أو المنافسة	53
				أتبع أسلوباً منظماً في تنظيم جهدي قبل بدء المنافسة .	54
				لا يتسم أدائي بالتلقائية أثناء التدريب أو المنافسة	55
				أحب القرارات التي تعطيني حلاً سريعاً في المنافسات	56
				أنظم قدراتي البدنية بما يتناسب وكل مرحلة من مراحل السباق	57
				قبل بدء المنافسة تشغلني فكرة التغلب على المنافس	58
				لا أتخذ قرارات متسارعة سواء بالتدريب أو المنافسة .	59
				أفكر بخطة التدريب قبل البدء بالتدريب عليها	60
				تعرضي للإجهاد بالتدريب يجعلني متردداً في الأداء	61
				لدي أسلوب متأنٍ سواء بالتدريب أو المنافسة .	62
				ارتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة من المنافسة بسبب تسرعني	63
				يكون أدائي في المنافسة أفضل من أدائي أثناء التدريب	64

ملحق (2)

المقابلات الشخصية

تم إجراء المقابلات الشخصية مع كلا من:

1. د. مهند محمد عبد الستار. اختصاص علم النفس العام. رئيس قسم الإرشاد. كلية التربية الأساسية جامعة ديالى.
2. أ.م.د. أحمد رمضان. اختصاص علم النفس الرياضي. كلية التربية الرياضية. جامعة ديالى.
3. كامل عبود حسين. اختصاص علم النفس الرياضي. كلية التربية الرياضية. جامعة ديالى.

ملحق رقم (3)

" الخبراء "

1. أ. د. أحمد عريبي .
2. أ. د. غازي صالح .
3. أ. م. د. شيماء عبد مطر .
4. م. د. زينب حسن فليح .



A comparative study of the psychological level of durability between the players clubs army and Karkh handball

**Naseer safaa
Haider Shaker mizher
Taesy Nazim Abdul Wahid Aljaasur**

Abstract

Included the first chapter of the research on the simple introduction about handball and the research problem and research objectives, including (identify the level of stress and distress for the players clubs army and Karkh handball) and also the imposition of research (there are significant differences in durability psychological players clubs army and Karkh reel hand) also included as a sample research on (32) for player of the handball clubs army and the Karkh district of the elite Iraq season (2011-2012) Part II Vacht ml on theoretical studies on the subject under discussion, and Part III included measures of field research and Part IV included the processors statistical question and Title V included the conclusions of which (marked for the players club army handball in the top elite Iraq season (2011-2012) level mixed in endurance psychological) and the recommendations of which (interest in the psychological from the presence of coaches to players Iraqi League handball and to identify the problems and pressures that facing the player in training and competitions for the development of psychological endurance).