

دراسة مقارنة في التمايز النفسي بين لاعبي الالعاب الفردية والجماعية

م.د. معتصم طلال عبدالله

جامعة الموصل / كلية التربية الاساسية

mutasimt98@gmail.com

ملخص البحث

يهدف البحث الحالي الى

١. التعرف على درجة التمايز النفسي للاعبي الالعاب الفردية والجماعية
 ٢. التعرف على الفروق بدرجات التمايز النفسي بين لاعبو الالعاب الفردية والجماعية
- وافترض الباحث

١. يمتلك لاعبو الالعاب الفردية والجماعية تمايزا نفسيا عاليا
٢. توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبو الالعاب الفردية والالعاب الجماعية في درجات التمايز النفسي

اشتمل مجتمع البحث على (٥٣) لاعب موزعين بين الالعاب الفردية والجماعية ، اما عينة البحث بالالعاب الفردية (٢٤) لاعب موزعين على النحو التالي فقد كان عدد لاعبو الساحة والمضمار (١٦) لاعبا من نادي بلدية الموصل، و (٨) سباحين من نادي نينوى ضمن (الالعاب الفردية)، اما عينة (الالعاب الجماعية) والبالغ عددهم (٢٩) لاعبا، موزعين في نادي نينوى بكرة قدم الصالات والبالغ عددهم (١٥) لاعب ولاعبو الكرة الطائرة البالغ عددهم (١٤) لاعبا من نفس النادي ضمن (الالعاب الجماعية)، كما استخدم الباحث مقياس التمايز النفسي للوصول الى النتائج باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS وتوصل الباحث الى الاستنتاجات التالية

- يتمتع لاعبو الالعاب الفردية والجماعية بمستوى من التمايز النفسي
- يتمتع لاعبو الالعاب الجماعية بمستوى اعلى وفروق عن الالعاب الفردية في التمايز النفسي

Abstract

This study aims to:

1. Assess the level of psychological differentiation among players of both individual and team sports.
2. Determine the differences in psychological differentiation between individual and team sports players.

The researcher hypothesized that:

1. Players in both individual and team sports exhibit high levels of psychological differentiation.
2. There are significant differences in the levels of psychological differentiation between players of individual and team sports.

The research sample consisted of 53 players, encompassing both individual and team sports. For individual sports, 24 players were selected, including 16 track and field athletes from Mosul Municipality Club and 8 swimmers from Nineveh Club. The sample for team sports comprised 29 players, with 15 from Nineveh Futsal Club and 14 volleyball players from the same club.

The Psychological Differentiation Scale was employed to collect data, and analysis was conducted using the SPSS statistical package. The findings revealed:

- Players in both individual and team sports demonstrate a significant level of psychological differentiation.
- Team sport players exhibit a higher level of psychological differentiation compared to individual sport players.

المجلد (١) العدد (٤)

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

ان علم النفس كباقي العلوم له اهتماماته الخاصة فهو يهتم بالجوانب النفسية للفرد وعلم النفس الرياضي بصورة خاصة يركز على الجوانب النفسية التي تتعلق بالرياضي من بدء الاعداد والتدريب والمنافسة سواء كان هذا الرياضي يمارس لعبة فردية او جماعية .لذا نجد ان التمايز النفسي من المتغيرات والمراحل التي يمر بها الرياضي خلال مسيرته الرياضية التي تؤثر على مستوى الاداء المهارى والخططي مما يجعل عملية الوصول الى الانجاز اسهل اذا امتلك هذه الصفة واستثمرها بالشكل الصحيح للوصول الى النجاح من خلال الكشف عن افكاره الحقيقية ، حيث تختلف درجة التمايز النفسي من شخص الى اخر ، مما يحتم على المدربين الكشف المبكر لشخصية الرياضي والتعامل معها بصورة سليمة.

ويذكر (Bae, & Hong, 2008) " التمايز النفسي متغير مهم يؤثر على مستويات الضغوط وطرق التحكم في الإجهاد ومواجهته، كما أن لوظائف التمايز النفسي للاعبين دور مهم في تقليل إجهادهم والتعامل بفعالية مع وضعهم الجديد وأن الدرجة العالية من التمايز النفسي هي متغير وسيط مهم مفيد للصحة النفسية، فلا بد للاعبين لأن يمتلكون درجات جيدة من التمايز النفسي وأساليب تكيفية لمواجهة الضغوط، من خلال النظر إلى أنفسهم والعلاقات مع الآخرين من حولهم". (Bae, & Hong, 2008, 27)

وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على اللاعبين الذين يمتلكون تمايزا عاليا والاستفادة من تلك

السمة وتوظيفها لصالح اللاعب.

١-٢ مشكلة البحث :

ان الحاجة لمعرفة التمايز النفسي الذي يمتلكه اللاعبين ناتجة من الموقف التنافسي الذي يصف الطريقة النفسية التي تتحكم بسلوك اللاعب وما يقدمه من خبرات سابقة تساعده على تنظيم ادائه اثناء التدريب والمنافسات، فكلما كان اللاعب يمتلك تمايز نفسي ساعده على الاستقرار النفسي وتجنب الانفعالات والتخطيط الجيد والتحكم في سلوكياته مما ينعكس ايجابيا على سير المنافسة، حيث ان التمايز النفسي يعتبر من الجوانب المهمة التي يجب ان تتوفر في شخصية اللاعب وذلك لأهميتها في التعامل مع الضغوط النفسية والجهد البدني اثناء التدريب والمنافسة، ولأهمية هذا المتغير فقد لاحظ الباحث من الضروري معرفة مدى التمايز الذي يمتلكه اللاعبين سواء في الالعاب الفردية والالعاب الجماعية، حيث من الضروري بعد معرفة درجات التمايز التي يمتلكها اللاعبين وضع برامج نفسية ارشادية تطور وتنمي مواطن الضعف لدى اللاعب وتعزيز مواطن القوة

للاعبين، فكانت عينة البحث الحالي لاعبي نادي نينوى بكرة القدم الصالات والكرة الطائرة والعباب الساحة والمضمار والسباحة .

١-٣ هدف البحث

يهدف البحث الحالي الى ..

١. التعرف على درجة التمايز النفسي للاعبين الالعباب الفردية والجماعية
 ٢. التعرف على الفروق بدرجات التمايز النفسي بين لاعبو الالعباب الفردية والجماعية
- ١-٤ فرضا البحث:

١. يمتلك لاعبو الالعباب الفردية والجماعية تمايزا نفسيا عاليا
٢. توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبو الالعباب الفردية والالعباب الجماعية في درجات التمايز النفسي

١-٥ مجالات البحث:

١. المجال البشري : لاعبو نادي نينوى لكرة القدم الصالات والكرة الطائرة والسباحة ولاعبو نادي بلدية الموصل بالساحة والمضمار
 ٢. المجال الزمني : ٢٠٢٣/١١/٥ ولغاية ٢٠٢٤/١/١٥
 ٣. المجال المكاني : ملاعب نادي نينوى وبلدية الموصل
- ١-٦ تحديد المصطلحات :

التمايز النفسي : "هي تلك الصفات الشخصية التي تختلف بين شخص واخر التي تؤثر على عملية الادراك الحسي , والاختلاف بين الافراد في تفسيرهم لنفس المثير وكيفية التفاعل مع هذا المثير" (حسين، ٣٦، ٢٠١٨).
٢. اجراءات البحث :

١.٢ منهج البحث : استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته مع طبيعة البحث

٢.٢ مجتمع البحث وعينته : اشتمل مجتمع البحث على (٥٣) لاعب موزعين بين الالعباب الفردية والجماعية ، اما عينة البحث بالالعباب الفردية (٢٤) لاعبين موزعين على النحو التالي فقد كان عدد لاعبو الساحة والمضمار (١٦) لاعبا من نادي بلدية الموصل، و (٨) سباحين من نادي نينوى ضمن الالعباب الفردية، اما عينة الالعباب الجماعية) والبالغ عددهم (٢٩) لاعبا، موزعين في نادي نينوى بكرة قدم الصالات

والبالغ عددهم (١٥) لاعب ولاعبو الكرة الطائرة البالغ عددهم (١٤) لاعبا من نفس النادي ضمن (الالعاب الجماعية)، والجدول (١) يبين مجتمع البحث وعينته

جدول (١)

يبين مجتمع البحث وعينته

الافراد	عدد اللاعبين	توزيع نسب العينة
المجتمع	٥٣	%١٠٠
العينات الاستطلاعية	٤	٧.٥٤
عينة الثبات	٩	١٦.٩٨
عينة تطبيق الالعاب الفردية	٢٠	٣٧.٧٣
عينة تطبيق الالعاب الجماعية	٢٠	٣٧.٧٣
المجموع	٥٣	%١٠٠

٣.٢ ادوات البحث

١.٣.٢ مقياس التمايز النفسي :

اعتمد الباحث على مقياس التمايز النفسي المعد من قبل (الدليمي ٢٠٢٣) ، وتكون المقياس من (٣٣) فقرة ، تكون الاجابة عليها وفق البدائل الاتية (تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا، تنطبق علي بدرجة كبيرة، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي بدرجة قليلة، لا تنطبق علي) تأخذ الاوزان التالية (٥ - ١) درجة لل فقرات الإيجابية و(١ - ٥) درجة لل فقرات السلبية ، وتراوحت الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٣٣ - ١٦٥) درجة بمتوسط فرضي(٩٩) حيث كانت الفقرات الايجابية(٢٥) فقرة والسلبية (٨) فقرة .

٤.٢ الاسس العلمية للمقياس :

١.٤.٢ الصدق الظاهري للمقياس :

بعد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي والتربوي ملحق (١) ، اذ تم استخراج الصدق الظاهري (صدق الخبراء) للمقياس من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء "حول فقرات المقياس وحسب المعالجة الإحصائية لقانون النسبة المئوية تم الاعتماد على نسبة اتفاق (٧٥ - ١٠٠٪) لغرض

إبقائها في المقياس ، اذ يشير (بلوم وآخرون ، ١٩٨٣) الى انه يمكن الاعتماد على موافقة آراء المحكمين بنسبة (٧٥٪) في مثل هذا النوع من الصدق (بلوم ، وآخرون ، ١٩٨٣ ، ١٢٦) .

٢.٤.٢ ثبات المقياس :

تم استخراج ثبات المقياس بطريقة الاختبار اعادة الاختبار (re-test) اذ طبق المقياس على عينة من اللاعبين وهم خارج نطاق العينة الاساسية ، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية بواقع (٩) لاعب ، وقد تم اعادة الاختبار على نفس العينة بفارق اسبوعين من بتاريخ الاختبار الاول وبلغ معامل الارتباط ما بين الاختبارين (٠,٨٤) وهذا يدل على ان المقياس يتمتع بعامل ثبات عالي "اذ يكرر تطبيق الاختبار على نفس المفحوصين بعد مدة زمنية محددة ويفضل ان لا تقل عن اسبوع ، وهذا يدل على وجود ارتباط في معامل الثبات" . (مجيد، ١٩٨٧ ، ٨٣) .

٥.٢ التجربة الاستطلاعية :

تشير (الغريب، ١٩٨٥) الى ضرورة تطبيق الاختبار مبدئيا على عينة استطلاعية تمثل عينة البحث للتحقق من مدى فهمها لتعليمات المقياس واطلاعهم ووضوح الفقرات (الغريب ، ١٩٨٥ ، ٦٢٥) ، اذ تم تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية متمثلة ب (٤) لاعبين ، لغرض التحقق من مدى فهم العينة المستهدفة لتعليمات الاجابة على المقياس ووضوح الفقرات

٦.٢ التجربة الرئيسية :

قام الباحث بتطبيق المقياس (ملحق ٢) على عينة البحث بعد التأكد من صلاحية المقياس على (٤٠) لاعبا ، موزعين بالتساوي (٢٠) لاعبا من (الالعاب الفردية) ، و(٢٠) لاعبا من (الالعاب الجماعية) .

٧.٢ الوسائل الاحصائية :

تم استخدام الحقيبة الاحصائية SPSS لاستخراج البيانات وتحليلها .

٣. عرض النتائج ومناقشتها

١.٣ عرض النتائج

لأجل التحقق من الاهداف ، تم تطبيق الاداة على العينة وهم لاعبو الالعاب الفردية والجماعية واجراء المعالجات الاحصائية للبيانات التي تم الحصول عليها، والوصول الى النتائج التي سوف يتم عرضها ومناقشتها وفقا لأهداف البحث .

مناقشة الهدف الاول : التعرف على درجة التمايز النفسي للاعبين الالعاب الفردية والجماعية

جدول (٢)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة t ودلالة الفروق للألعاب الفردية والجماعية في التمايز النفسي

دلالة الفروق	قيمة sig	قيمة (t) المحسوبة	التمايز النفسي			العينة
			المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري \pm ع	الوسط الحسابي س	
معنوي	0.000	9.225	99	16.215	108.215	الالعاب الفردية
معنوي	0.000	16.425	99	17.652	122.145	الالعاب الجماعية

*قيمة ت معنوية عند (٠.٠٥)

يتبين من الجدول (٢) ان الوسط الحسابي للألعاب الفردية بلغ (١٠٨.٢١٥) وانحراف معياري (١٦.٢١٥) وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي البالغ (٩٩) تبين وجود فروق معنوية حيث بلغت قيمة t المحسوبة اقل من قيمة sig وبهذا تكون الفروق دالة .

اما بالنسبة للألعاب الجماعية حيث بلغ الوسط الحسابي (١٢٢.١٤٥) وانحراف معياري (١٧.٦٥٢) ، وعند مقارنته بالمتوسط الفرضي (٩٩) تبين وجود فروق معنوية حيث بلغت قيمة t المحسوبة اقل من قيمة sig وبهذا تكون الفروق ذات دلالة .

ويعزو الباحث سبب ذلك ان اللاعبين الذين طبق عليهم الاختبار هم لاعبي اندية في مدينة الموصل فقد تم اختيارهم ضمن مؤهلات اتاحت لهم الفرصة في الانضمام في صفوف فعاليتهم سواء كانت الفردية (الساحة والمضمار والسباحة) او الجماعية (كرة قدم الصالات والكرة الطائرة)، وهذا ان دل على شيء فهو الاختيار الصحيح للاعبين المؤهلين بدنيا ومهاريا ونفسيا حيث "أن الأشخاص الأكثر تمايزا يحتفظوا بالحكم الذاتي في فترات التوتر، ويتصفون بأنهم أكثر مرونة، وأكثر استقلالا، وأكثر تكيفا مع توترات الحياة، وتكون مسارات حياتهم أكثر نجاحًا ونظامًا، كما يكونوا بعيدين بشكل ملحوظ عن المشكلات الانسانية".

كما ان هؤلاء الافراد المتميزون بشكل عال للمواجهة وللتعامل بصورة افضل مع مواقف القلق والاجهاد ، ويتعافون بسرعة اكبر من الاحداث المرهقة ويوازنون بين العواطف والتفكير العقلاني وفق ما تقتضيه الظروف وتتطلبه، ويستمتعون بالألفة والمودة مع الاخرين بدون ان يتأثروا فيهم كثيرا وبصورة مفرطة. (علاء الدين، ٢٠١٦، ٤٩٩) .

مناقشة الهدف الثاني : التعرف على الفروق بدرجات التمايز النفسي بين لاعبو الالعاب الفردية والجماعية

الجدول (٣)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة t ودلالة الفروق بين الالعاب الفردية والجماعية

دلالة الفروق	قيمة sig	قيمة (t) المحسوبة	الاختبارات				المتغير
			الالعاب الجماعية		الالعاب الفردية		
			ع±	س	ع±	س	
معنوي	0.013	2.599	17.652	122.145	16.215	108.215	التمايز النفسي

*قيمة ت معنوية عند (٠.٠٥)

من خلال عرض الجدول (٣) تبين ان الوسط الحسابي للألعاب الفردية بلغ (١٠٨.٢١٥) ، وبانحراف معياري (١٦.٢١٥)، وان الوسط الحسابي للألعاب الجماعية بلغ (١٢٢.١٤٥) ، وبانحراف معياري (١٧.٦٥٢) وقيمة (t) المحسوبة (٢.٥٩٩) ، وعند مقارنتهما مع قيمة sig تبين وجود فروق دالة معنوية لصالح الالعاب الجماعية .

ويعزو الباحث سبب ذلك في الفروق التي تبين عند المقارنة وهي امتلاك الالعاب الجماعية تمايزا نفسيا اعلى من الفردية هو الاهتمام الواضح بالألعاب الجماعية وتسليط الضوء على هذه الفعاليات والحضور الجماهيري الذي تتمتع به هذه الفرق ، مما يعمل على تشجيع اللاعب وبذله اقصى جهد للوصول للنجاح وارضاء الجمهور لتعزيز ثقته بنفسه وتقييمه لذاته، ويذكر (علاوي ١٩٧٨) ان اللاعب عندما ينظم الى فريق رياضي يزداد تفاعله الايجابي مع بقية اعضاء الفريق ويشعر بين زملاءه بقيمته وتقديره، وانه جزء متكامل ومترابط فعندئذ تصبح الحاجة الى الانتماء من الحاجات النفسية المهمة التي تدفع الى الاستمرار في عضوية الفريق (علاوي، ١٩٧٨، ٣١٨، وهذا ماكداه (الطالب ولويس ٢٠٠٠) مهما كان نضج اللاعب فانه يحتاج الى عامل التشجيع وانه

يحتاج الى ان يعترف الاخرين بإنجازاته حيث ان كلمة بسيطة من المدرب قد تؤدي الى تحسن ملحوظ في قابلية اللاعب (الطالب ولويس، ٢٠٠٠، ١١٩)

حيث تلقى الألعاب الرياضية كافة بصورة عامة واللعب الجماعية بصورة خاصة الاهتمام الواسع والكبير من قبل دول العالم من اجل الوصول إلى أعلى مستويات الأداء وتحقيق أفضل الانجازات في المسابقات الرسمية، وذلك من خلال إعداد اللاعبين في مختلف النواحي البدنية والمهارية والخطوية والنفسية والذهنية ووفقا لنوع النشاط الرياضي الممارس بما يتوافق مع الاهداف الرياضية المخططة (الحساوي، ٢٠١٠، ٢٠٠).

ويذكر (الدليمي ٢٠٢٣) أن لاعبي الالعاب الجماعية في مدينة الموصل يمتلكون القدرة العالية على تحقيق التوازن بين الأداء العاطفي والفكري وكيفية تعلم الاستجابة للمعلومات العاطفية والتعامل مع المواقف العاطفية من خلال تمتعهم بمستوى من التمايز النفسي العالي الذي يوازن بين العاطفة والمنطق في اتخاذ القرار، "حيث أن الشخصية الرياضية دائما تطمح للنتائج الايجابية والفوز ورفض الافكار السلبية، نظراً لامتلاكها العديد من القدرات النفسية والانفعالية في تحقيق المزيد من النجاحات وأن حصول الأندية الرياضية بمدينة الموصل على تقديم استجابة جيدة واضحة ، بالإضافة إلى أن لاعبي الالعاب الجماعية بإمكانهم فصل أفكارهم الخاصة عن أفكار الآخرين بشكل واضح، فهم أكثر نشاطا بالرغم من كل الصعوبات والضغطات التي يواجهونها اثناء اللعب ، ويحاولون ابراز قدراتهم وامكانياتهم الرياضية(الدليمي، ٨١، ٢٠٢٣)،

والتمايز النفسي يعكس القدرة على الحفاظ على الحكم الذاتي عند الفرد ضمن العلاقات الحميمة مع الآخرين ، ويعتقد(باون ١٩٧٨) ان الافراد القادرين على اقامة حكم ذاتي وتحقيق الألفة العاطفية في علاقاتهم مع الآخرين دون التعرض الى المخاوف من النبذ ، يكون هذا الفرد بحد ذاتها اكثر تمايزا نفسيا (العتوم، ٢٠٠٤، ٣٠٤).

٤. الاستنتاجات والتوصيات

١.٤ الاستنتاجات :

١. يتمتع لاعبو الالعاب الفردية والجماعية بمستوى من التمايز النفسي
٢. يتمتع لاعبو الالعاب الجماعية بمستوى اعلى وفروق عن الالعاب الفردية في التمايز النفسي

٢.٤ التوصيات :

١. التأكيد على ضرورة انتقاء اللاعبين ممن يمتلكون مؤهلات نفسية اضافة للمؤهلات البدنية والمهارية .
٢. التأكيد على ضرورة اعداد برامج نفسية تعالج وتنمي الجوانب الشخصية للاعب في مختلف الفعاليات .

٣. التركيز على الحالة الايجابية للاعب وخلق جو مناسب من حيث الامكانيات المتاحة مادية ومعنوية لكي نصل باللاعب الى الحالة المثلى .

المصادر

١. بلوم، بنيامين واخرون (١٩٨٣) : تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد امين المنفي واخرون، دار ماكروهن، القاهرة، مصر .
٢. حسين، محمود وادي(٢٠١٨): تأثير تمرينات مهارية لذوي التمايز النفسي في تعلم بعض المهارات الكشفية لمرتبة الكشاف المبتدئ، اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة ديالى ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.
٣. الدليمي، يحيى نوزت(٢٠٢٣) : التمايز النفسي وعلاقته بالسلوك الجازم لدى لاعبي اكاديميات مدينة الموصل بكرة القدم ، رسالة ماجستير في كلية التربية الاساسية ، جامعة الموصل .
٤. الطالب، نزار ولويس، كامل(٢٠٠٠) : علم النفس الرياضي، ط١ دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق .
٥. العتوم، عدنان يوسف(٢٠٠٤):علم النفس المعرفي - النظري والتطبيق ،(دار الميسرة للنشر والتوزيع ،عمان - الاردن) .
٦. علاء الدين، جهاد(٢٠١٦):تمايز النفس والاداء الوظيفي الاسري وعلاقتها بالقلق الاجتماعي والاكنتاب عند الطلبة الجامعيين، دراسات، العلوم التربوية، المجلد ٤٣، ملحق ١ .
٧. علاوي، محمد حسن (١٩٧٨) : سيكولوجية التدريب والمنافسات، ط٤، دار المعارف، القاهرة، مصر .
٨. الغريب ، رمزية (١٩٨٥) : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، مكتبة الانجلو المصرية القاهرة
٩. مجيد، ريسان خريبط (١٩٨٧) : مناهج البحث في التربية الرياضية، الموصل، مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر .
١٠. محمد، علي عودة (٢٠١٣) :فاعلية الذات على وفق التمايز النفسي لدى طلبة الجامعة دراسة مقارنة. مجلة العلوم التربوية والنفسية، الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية.

11. Bae, O., & Hong, S. (2008). The study of the effect of self-differentiation degree on stress level and stress coping strategies in college students. Korean journal of human ecology.

12. Bowen, Murray (1978). Family therapy in clinical practice. New York. Jason Aronson

الملاحق

ملحق (١)

اسماء السادة الخبراء

مكان العمل	التخصص	الخبراء	ت
جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	ا.د. ناظم شاكر الوتار	١
جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	ا.د. عكلة سليمان الحوري	٢
جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	ا.د. ثامر محمود الحمداني	٣
جامعة تكريت	علم النفس الرياضي	ا.د. سعد عباس الجنابي	٤
جامعة الموصل	علم النفس التربوي	ا.م.د. انور قاسم يحيى	٥
جامعة الموصل	القياس والتقييم	ا.م.د. احمد مؤيد حسين	٦
جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	ا.م.د. منهل خطاب سلطان	٧
جامعة الموصل	علم النفس الرياضي	ا.م.د. محمد خالد داؤد	٨
جامعة الموصل	القياس والتقييم	ا.م.د. محمد علي محمد	٩

الملحق (٢)

مقياس التمايز النفسي

ت	الفقرات	تتطبق علي بدرجة كبيرة جدا	تتطبق علي بدرجة كبيرة	تتطبق علي بدرجة متوسطة	تتطبق علي بدرجة قليلة	لا تتطبق علي
١	احرص على انجاز المهام التي يكلفني بها المدرب في المباراة.					
٢	اشارك زملائي اللاعبين بالأنشطة والمناسبات الاجتماعية					
٣	امتلك القدرة على التعامل مع احداث اللعب الغير متوقعة					
٤	اهتم بالتميز والصدارة على بقية زملائي في النادي					
٥	أفكاري الإيجابية تساعدني في تحقيق أداء جيدا					
٦	ابادر في حل الخلافات بين زملائي اللاعبين					
٧	اتضايق عندما يتدخل زملائي بأسلوبي باللعب					
٨	اضع لنفسى اهداف محددة احاول الوصول اليها					
٩	افكر في قوة الخصم كثيرا قبل المنافسة					
١٠	اسعى الى تقديم افضل ما امتلك من جهد للتميز عن بقية اللاعبين					
١١	لدي درجة عالية من الاستقلالية في القيام بمهامي كلاعب					
١٢	اسعى لاكتساب كل ما هو جديد في مجال تخصصي الرياضي					
١٣	اقدم الدعم النفسي والمعنوي لزملائي اللاعبين					
١٤	ارى ان شخصيتي مميزة في الفريق					
١٥	اشعر بالندم لضياح الكثير من الفرص في المنافسة					

					استحضر خبرات النجاح السابقة لتحقيق الفوز	١٦
					انادي زملائي بمسميات والقاب ترعجهم اثناء اللعب	١٧
					ابتعد عن أي تأثيرات سلبية من زملائي بالفريق	١٨
					احرص على تطوير قدراتي البدنية والمهارية باستمرار	١٩
					ابدل قصارى جهدي لتحقيق نتائج جيدة مع الفريق.	٢٠
					اشعر ان بعض اللاعبين يتمنون ابتعادي عن الفريق	٢١
					لدي مهاراتي الخاصة باللعب	٢٢
					انظر الى مستقبلي بالنادي بتفائل كبير	٢٣
					اشجع بقية زملائي للعمل بروح الفريق الواحد	٢٤
					احرص على الالتزام بقواعد اللعب لتجنب الأخطاء	٢٥
					اذا واجهني موقف محرج بالمنافسة افضل تجنبه	٢٦
					اتجنب التفكير في ضغوط التدريب والمنافسة	٢٧
					امتلك العزم والاصرار على تكرار المحاولة بعد كل فشل في الأداء	٢٨
					اتعامل باستقلالية مع المشكلات التي تعترضني	٢٩
					احرص على تحقيق نتائج متقدمة مع الفريق	٣٠
					اعتقد ان دوري مؤثر بتحقيق الفوز	٣١
					ارفض الاستسلام رغم تراجع مستواي باللعب	٣٢
					لا أتأخر عن التدريب رغم التزامي بعمل خر	٣٣