



مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية

مجلة علمية محكمة تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الالعاب الفرقيه لمنتخبات جامعة العين

م.م حبيب عبد الله طالب

habeeb.Abdullah@utq.edu.iq

Faculty of Physical Education and Sports Sciences ,University of Thi-Qar,
Thi-Qar, 64001, Iraq

Abstract

Psychological resilience is one of the important psychological factors that plays a crucial role in achieving victory and excellence in the sports field in terms of psychological, physical, skill, and tactical readiness. It is considered a vital and significant personality trait among players, having a decisive role in improving psychological and physical performance and coping with various psychological pressures faced by team sports players in training, competition, and daily life. Players with greater resilience tend to be more enduring, resistant, and accomplished.

The research aims to:

1. Identify the level of psychological resilience and achievement motivation among team sports players at Al Ain University.
2. Identify the relationship between psychological resilience and achievement motivation among team sports players at Al Ain University.

The descriptive survey method was adopted to suit the nature of the research problem. The researchers selected their research community from team sports players at the College of Physical Education and Sports Sciences at Al Ain University for the academic year 2023/2024, totaling 60 players. A sample of 40 players was selected, representing 66.66% of the total population.

The main conclusions were:

- 1 .The research sample members exhibit good psychological resilience, with varying degrees.
- 2 .The research sample members exhibit a high level of achievement motivation.
- 3 .There is a positive relationship between psychological resilience and achievement motivation among the research sample members.

The recommendations are:

- 1 .It is necessary to emphasize the promotion of psychological variables, especially psychological resilience and achievement motivation, among players by sports federations and responsible authorities like the Ministry of Youth and the Olympic Committee, given its importance in positively transforming players' personalities.
- 2 .It is essential to emphasize to teachers and coaches the adoption of modern methods and resources that help develop psychological resilience as it positively influences the level of motivation.

المستخلص

وتعد الصلابة النفسية احدى العوامل النفسية المهمة التي تلعب دورا مهما في تحقيق الفوز والتفوق في المجال الرياضي من حيث الاستعداد النفسي والبدني والمهاري والخططي, بوصفها عاملا حيويا ومهما من عوامل الشخصية لدى اللاعبين والتي لها دور حاسم في تحسين الأداء النفسي والبدني ومواجهة الضغوط النفسية المختلفة التي يتعرض لها لاعبي الألعاب الفرقية في التدريب والمنافسة والحياة العامة وان اللاعبين الاكثر صلابة هم الاكثر صمودا ومقاومة وانجازا.
اما هدفا البحث :

- ١ . التعرف على مستوى الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز الرياضي لدى لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين .
 - ٢ . التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز الرياضي لدى لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعه العين.
- و تم اعتماد المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث و حدد الباحثون مجتمع بحثهم لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام ٢٠٢٣\٢٠٢٤ والبالغ عددهم (٦٠) لاعب وتم اختيار عينه بالغ عددها (٤٠)لاعب حيث بلغت النسبة المئوية للعينة (٦٦,٦٦) .

وجاءت اهم الاستنتاجات :

- ١ . يتمتع أفراد عينة البحث الصلابة النفسية جيد وبنسب متفاوتة.
- ٢ . يتمتع أفراد عينة البحث بدافعية الانجاز بمستوى عال .

٣. وجود علاقة طردية بين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى أفراد عينة البحث .
اما التوصيات :

١. ضرورة التأكيد على نشر ثقافة المتغيرات النفسية وخصوصا الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى اللاعبين من قبل الاتحادات الرياضية والهيئات المسؤولة عند اللاعبين كوزارة الشباب واللجنة الاولمبية لأهميته في تغيير شخصية اللاعبين نحو الأفضل .
٢. ضرورة التأكيد على المدرسين و المدربين باعتماد الأساليب والمصادر الحديثة التي تساعد على تنمية الصلابة النفسية كونها تؤثر تأثيرا ايجابيا في مستوى الدافعية .

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

يسهم علم النفس الرياضي بمعطياته في تشكيل القاعدة الرئيسية لعملية التدريب, فانه من الصعب بدونه تحقيق الانجاز العالي, فالأداء الجيد ليس لوحده كفيلا في تحقيق الفوز وإنما هناك عوامل اخرى تتحكم في الحصول على الانجاز العالي في المباراة ومنها الجمهور والظروف المحيطة ومستوى المنافسة اضافة الى الدافعية والحافز لتحقيق الفوز, وهذه جميعها امور تسمى العوامل النفسية اذ أن العوامل النفسية جديرة بان تقلب موازين المباراة وتساعد في التغلب الفريق على الفريق المنافس, اما الجوانب الاخرى البدنية والمهارية والخطية فإنه ممكن السيطرة عليها وبالتالي تطور ها عند اللاعبين وذلك عن طريق التدريب الجيد المبني على الأسس العلمية الحديثة, لذلك يعد علم النفس الرياضي من العلوم المهمة الذي يؤدي الى تحقيق التفوق في مجال الرياضي, ذلك لأن الاستثمار الجيد لقدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخطية والنفسية يعتمد على توظيف ما يتطلبه هذا العلم من مبادئ ونظريات.

وتعد الصلابة النفسية احدى العوامل النفسية المهمة التي تلعب دورا مهما في تحقيق الفوز والتفوق في المجال الرياضي من حيث الاستعداد النفسي والبدني والمهاري والخطي, بوصفها عاملا حيويا ومهما من عوامل الشخصية لدى اللاعبين والتي لها دور حاسم في تحسين الأداء النفسي والبدني ومواجهة الضغوط النفسية المختلفة التي يتعرض لها لاعبي الألعاب الفرقية في التدريب والمنافسة والحياة العامة وان اللاعبين الاكثر صلابة هم الاكثر صمودا ومقاومة وانجازا, حيث ان الصلابة هي تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للاعب, وفي الألعاب الفرقية يتعرض اللاعب للضغوط النفسية الداخلية والخارجية بنسبة كبيرة جدا, فضعف المنافسة والتدريب والخصم والبيئة المحيطة ومتغيرات المباريات المتعددة كلها امور تعد من معوقات تحقيق الانجاز والتفوق.

اهتم علم النفس الرياضي بدراسة دافعية الانجاز الرياضي ومعرفة الدوافع المختلفة التي تدفع الرياضيين الى الاداء والانجاز المطلوب واهمية هذا البحث تتجلى في كونه يحاول التعرف على الصلابة النفسية و واقعية الانجاز للاعب الالعب الفرقية.

٢-١ مشكلة البحث:

بعد اعداد الرياضي نفسيا احد المهام الرئيسية التي تتضمنها العملية التدريبية بالإضافة الى الاعداد البدني والمهاري والحركي ومن خلال متابعة الباحث ومشاهدتهم لبطولات كرة القدم المحلية وطلاعهم على العديد من المصادر التي تناولت موضوع الصلابة النفسية والسلوك دافعية الانجاز لاحظ انهما يؤثران على مهارات اللاعبين وعلى نتائج المباريات سلبا و ايجابا, اذ ان الضغوط النفسية المتمثلة بالتفكير مباريات وبالفوز والخسارة وبتبعات هذه الامور هي التي تحدد مستوى الصلابة النفسية والسلوك الجازم للاعبين وفيما اذا كانوا قادرين على مواجهتها ام لا.

ان مشكلة البحث تتركز حول الاجابة على التساؤلات الآتية:

ما العلاقة بين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي منتخبات جامعه العين
 للألعاب الفرقية؟

- ما هو مستوى الصلابة النفسية للاعبى المنتخبات بجامعة العين للألعاب الفرقية؟
 - هل توجد فروق فردية في الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز الرياضي بين الألعاب الفرقية لمنتخبات جامعه العين؟
- ٣-١ اهداف البحث:**
- ١- التعرف على مستوى الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز الرياضي لدى لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين .
- ٢- التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز الرياضي لدى لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين.

٤-١ مجالات البحث

- ١-٤-١ المجال البشري: لاعبي الالعاب الفرقية لجامعة العين.
- ١-٤-٢ المجال الزمني: من ٢٠٢٣/١٢/١ الى ٢٠٢٤/٤/٢٥.
- ١-٤-٣ المجال المكاني: ساحات وقاعات كلية التربية البدنية والعلوم الرياضة في جامعة العين.

٥-١ المصطلحات المستخدمة بالبحث

- ١-٥-١ الصلابة النفسية:
- هي المتغيرات النفسية والبيئية المرتبطة باستمرار النفسية حتى في مواجهة الظروف الضاغطة، والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها.
- ٢-٥-١ مفهوم دافعية الانجاز:
- يرجع الفضل الى موراي (Murray , ١٩٣٨) في ادخال الحاجة للأنجاز الى التراث النفسي بيد أن صيته أخذ في الشيعوع في بداية الخمسينات من خلال الدراسات المتسعة التي قام بها ماكلياند وآخرون (McClelland et.al) وقد عرف (موراي) دافع الانجاز بأنه الرغبة والامل والمثابرة والتحمل ويرتكز هذا التعريف على تحقيق الأشياء التي يراها الآخرون صعبة والسيطرة على البيئة الفيزيائية والاجتماعية والاستقلالية والتغلب على العقبات وبلوغ معايير الامتياز والتفوق عليهم.
- ٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:
- ١-٢ منهج البحث :

في مجال البحث العلمي يعتمد اختيار منهج البحث لحل المشكلة على أساس طبيعة المشكلة لذا تم اعتماد المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث و المنهج الوصفي "هو التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع , والاتجاهات , والميول , والرغبات, والتطور بحيث يعطي البحث صورة للواقع الحياتي ووضع المؤشرات وتنبؤات مستقبلية". (ظافر هاشم الكاظمي : ٢٠١٢, ص ١١٧).

٢-٢ مجتمع البحث وعينته :

ان مجتمع البحث هو " مجموع المفردات التي يستهدف الباحثين دراستها لتحقيق نتائج الدراسة ويمكنه تعميم نتائج الدراسة على كل مفرداته " . (محمدعبدالحميد , ٢٠٠٠, ص١٣٠).

حدد الباحثون مجتمع بحثهم لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام ٢٠٢٢/١٢/٢٠٢٣ والبالغ عددهم (٦٠) لاعب وتم اختيار عينه بالغ عددها (٤٠) لاعب حيث بلغت النسبة المئوية للعينة (٦٦,٦٦) .

الجدول (١)

يبين مجتمع البحث وعينة البحث

العدد	نوع الفعالية	العدد	النسبة المئوية
١	كرة اليد	٧	٪١١,٦٦
٢	كرة القدم	١٦	٪٢٦,٦٦
٣	كرة السلة	١٠	٪١٦,٦٦
٤	كرة طائرة	٧	٪١١,٦٦
٥	عينة التجربة الاستطلاعية	١٠	٪١٦,٦٦
٦	عينة المعاملات العلمية	١٠	٪١٦,٦٦
	المجموع	٦٠	٪١٠٠

٢-٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

٢-٣-١ وسائل جمع المعلومات:

- الملاحظة.
- المقابلة.
- الاستبانات.
- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).

٢-٣-٢ الأجهزة والادوات المستخدمة :

- الوسائل الإحصائية (برنامج spss).
- جهاز حاسوب محمول نوع (hp) عدد 3 .
- حاسبة يدوية عدد 3 .
- أوراق وأقلام مختلفة الأنواع .

٢-٤ إجراءات البحث الميدانية :

٢-٤-١ إجراءات اختيار مقياسين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز:

استعمل الباحث مقياس الصلابة النفسية الذي قام باعداده محسن محمد حسن (٢٠١٤)، والذي يتكون من (٢٦) فقرة ينظر ملحق رقم (٢) وكانت الاجابة على الفقرات بثلاث بدائل هي (دائما-احيانا-ابدا) واوزان الاجابة (١-٢-٣) للفقرات الايجابية و (١-٢-٣) للفقرات السلبية اذ كانت اعلى درجة للمقياس هي (٧٨) درجة اما اقل درجة فهي (٢٦) درجة .

اما مقياس دافعية الانجاز تم اختيار المقياس الذي قام باعداده محمد حسن علاوي (١٩٩٨) و الذي يتكون من (٢٠) فقرة ينظر ملحق رقم (٢) وكانت الاجابة على الفقرات بخمسة بدائل هي (بدرجة كبيرة جدا _ بدرجة كبيرة-بدرجة متوسطة-بدرجة قليلة-بدرجة قليلة جدا) و اوزان الاجابة (١-٢-٣-٤-٥) للفقرات الايجابية و (١-٢-٣-٤-٥) للفقرات السلبية اذ كانت اعلى درجة للمقياس هي (١٠٠) درجة اما اقل درجة فهي (٢٠) درجة .

ومن أجل تطبيق المقياسان قام الباحث بعرض المقياسان على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (ينظر ملحق ١) في مجال علم النفس الرياضي والاختبار والقياس في المجال الرياضي، لغرض تقويمها

والحكم عليهما من حيث صلاحيتهما في ما وضع لأجلهما وبعد إطلاع السادة الخبراء والمختصين على فقرات المقياس والاختبار، قام الباحث بوضع تعليمات الإجابة على فقرات المقياسان حيث ان الإجابة الصحيحة هي بوضع التعليمات تسهل على الجواب الصحيح حيث التأكد على البساطة بالكلمات ووضوح المعاني والتأكد على الدقة والصدق بالإجابة واخفاء الفرض الحقيقي من المقياس واعلام المفحوص بأن اجابتهم سوف تكون سرية ولغرض البحث العلمي فقط.

٢-٤-٢ التجربة الاستطلاعية لمقياسي الصلابة النفسية ودافعية الانجاز :

بعد وضع التعليمات الخاصة بالمقياسين قام الباحث باجراء التجربة الاستطلاعية يوم الثلاثاء المصادف ٢٤/٢/٢٠٢٤ في الساعة ٩:٠٠ صباحاً.

للكشف عما ياتي :

- للتأكد من وضوح التعليمات وفقرات المقياسان للاعبين.
- التعرف على الوقت المستغرق لإجابة على المقياسان.
- التعرف على ظروف تطبيق المقياسان وما يرافقه من صعوبات.
- التأكد من وضوح المقياسان للعيينة.
- تكون للباحثين تدريباً عملياً للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبار الرئيسي.

وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على (١٠) لاعبين من لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعه العين وقد كشفت التجربة عن الاتي:

- أن التعليمات كانت واضحة من قبل أفراد العينة.
 - الفقرات كانت واضحة وغير غامضة.
 - المقياسان كانا مناسبين للعيينة.
 - بدائل الإجابة كانت مناسبة لمستوى أفراد العينة.
- وقد استغرقت الإجابة على مقياس الصلابة النفسية من (١٠-١٤ د) اما مقياس دافعية الانجاز قد استغرق من (١٢-١٦ د).

وبذلك اصبح المقياسان جاهزين للتطبيق.

٢-٤-٣ التجربة الرئيسية لمقياسي الصلابة النفسية ودافعية الانجاز :

اجرى الباحث تطبيق مقياسي الصلابة النفسية ودافعية الانجاز على افراد العينة البالغ عددهم (٤٠) يمثلون لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين وذلك بتاريخ ٢٢/٣/٢٠٢٤ الثلاثاء وان الغرض الاساسي من التجربة الرئيسية هو تطبيق فقرات المقياسين المستخدمين على عينة البحث.

٢-٤-٤ الاسس العلمية للمقياسين :

إن الصدق والثبات يعدان من أهم الخصائص السيكومترية التي يجب توفرها في المقياس النفسي ومهما كان الغرض من استخدامه وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص من أجل ضمان جودة صلاحية المقياس المستخدم بالمقياس والتقويم.

٢-٤-٤-١ صدق المقياسين :

يعد الصدق من الخصائص الأساسية للمقاييس النفسية حيث يشير الى قدرتها ما وصفت من اجل قياسه " إن صدق الاختبار هو قدرة الاختبار على قياس ما وضع من أجله أو السمة المراد قياسها"(مصطفى حسين باهي_١٩٩٩, ص٢٣)

وقد تحقق الباحث من صدق المقياسين من خلال مؤثر صدق المحتوى أو المضمون والذي غالبا ما يتم عن طريق الحكم المنطقي على وجود السمة أو الصفة أو القدرة المعنية للتحقق عما إذا كانت وسيلة القياس المقترحة تقيسها فعلا أم لا عندها عرض على مجموعة من الخبراء والمختصين, لإقرار صلاحية المقياسين.

٢-٤-٤-٢ ثبات المقياسين :

يعد الثبات من العناصر الأساسية في إعداد المقاييس والاستبانات والاعتماد على نتائجها ومن أجل التحقق من ثبات الاستبانتين هناك طرق متعددة يمكن من خلالها استخراج معامل الثبات وقام الباحث بحساب معامل ثبات الاختبار عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار على العينة العلمية (١٠ لاعبين) ، إذ تم الاختبار يوم الاربعاء المصادف ٢٣ / ٢ / ٢٠٢٤ وتم إعادة الاختبار بتاريخ ١٦ / ٣ / ٢٠٢٤ الاربعاء وكانت نسبة الارتباط الاختبار الاول والثاني ارتباط عالي ٠,٨٧. وقد استخدم الباحث ارتباط بيرسون لذا هناك علاقة طردية بين الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز.

٣-٥ الوسائل الاحصائية :

قام الباحث باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) لاستخراج الوسائل الاتيه :

- الوسط الحسابي
- النسبة المئوية
- الانحراف المعياري
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل النتائج التي تم التوصل اليها من قبل الباحث من خلال تحليل استجابات افراد العينة وبحسب الاهداف الواردة فيه وكما يلي :

٣-١ عرض وتحليل النتائج

الجدول (1)

نتائج العينة في مقياس الصلابة النفسية ودافعية الانجاز

المتغيرات	العدد	وحدة القياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر الجدولية	الدلالة
الصلابة النفسية	40	الدرجة	51,34	7,49	0,540	معنوي
دافعية الانجاز	40	الدرجة	49,90	6,55		

ان قيمة ر الجدولية تحت درجة حرية (٣٨) تساوي (٠,٣٠٤)

يبين الجدول ان قيمة الوسط الحسابي للصلابة النفسية تساوي (٥١,٣٤) وانحراف معياري (٧,٤٩) بينما كان الوسط الحسابي لدافعية الانجاز يساوي (٤٩,٩٠) وانحراف معياري (٦,٥٥) وظهرت قيمة معامل الارتباط بيرسون بين المقياسين تساوي (٠,٥٤٠) وهي اكبر من قيمة ر الجدولية تحت درجة حرية (٣٨) التي تساوي (٠,٣٠٤) وهذا يدل على وجود ارتباط معنوي بين المقياسين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز.

٢-٣ مناقشة النتائج :

ويرى الباحث ان لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين تميزو بصلابة نفسية ودافعية انجاز عالية من خلال مشاركتهم في المنافسات الرياضية وعلاقتهم الجماعية والروح المعنوية التي انعكست على اداءهم ورضاهم عن انفسهم وتحقيق اهم اهداف المشاركة.

والصلابة النفسية هي موضوع على جانب كبير من الاهمية بالنسبة للاعبي الالعاب الفرقية لكونها ترتبط ارتباطا وثيقا بادائهم بالملاعب الامر الذي يحتم على المدربين الوقوع على العوامل التي تساعد في ايجاد صلابة نفسية لدى هؤلاء اللاعبين للتمكن من توفير الاجواء المناسبة لنجاح العملية التدريبية وبالتالي تحقيق الاهداف المنشودة .

اذ يعرف مجدي الصلابة النفسية بانها القدرة الالية على مواجهة الايجابية للضغوطات وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية والتي تعكس مدى اعتقادها في الفعالية والقدرة على الاستخدام الامثل لكل المصادر, الشخصية البيئية والنفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه احداث الحياة الضاغطة وتحقيق الانجاز. (محمد فهيم مجدي ,: ٢٠٠٧, ص٧٥).

اما دافعية الانجاز تعد احدى المتغيرات الأساسية التي تحدد مقدار ما يقوم به الفرد من اداء ويعترض الفرد حيثما يبدأ بممارسه أي نشاط فإنه يهدف من ذلك الوصول الى المستوى او درجه من الانجاز وان غياب الشعور بالإنجاز وعدم تحقيق الهدف يمكن ان يطور مشاعر سلبية كالإحباط والانسحاب .فإن دافعية الانجاز تنص على اهتمام الفرد بإشباع امكانيه وقدراتهم فإنه يصف كدافع للنمو اما إذا كان الاهتمام مركزا على المنافسة بين الافراد فيمكن عده في حاله دافعا اجتماعيا (جبر محمد جبر ، ٢٠٠٥ ، ص ٣٦)

٤- الإستنتاجات والتوصيات :

٤-١ الإستنتاجات :

من خلال البيانات التي تجمعت لدى الباحثين في هذه الدراسة , ومن خلال المعالجات الإحصائية التي أستخدموها , في أستخرج النتائج , وبعد عرض النتائج ومناقشتها خرج الباحثين بالاستنتاجات الآتية:

- ٤ . يتمتع أفراد عينة البحث الصلابة النفسية جيد وبنسب متفاوتة.
- ٥ . يتمتع أفراد عينة البحث بدافعية الانجاز بمستوى عال .
- ٦ . وجود علاقة طردية بين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى أفراد عينة البحث .
- ٧ . وجود علاقة ارتباط بين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى لاعبي الالعاب الفرقية لمنتخبات جامعة العين .

٢-٤ التوصيات:

- بناء على موارد في البحث من نتائج يوصي الباحثون بما يأتي :
٣. ضرورة التأكيد على نشر ثقافة المتغيرات النفسية وخصوصا الصلابة النفسية ودافعية الانجاز لدى اللاعبين من قبل الاتحادات الرياضية والهيئات المسؤولة عند اللاعبين كوزارة الشباب واللجنة الاولمبية لأهميته في تغيير شخصية اللاعبين نحو الأفضل .
 ٤. ضرورة التأكيد على المدرسين و المدربين باعتماد الأساليب والمصادر الحديثة التي تساعد على تنمية الصلابة النفسية كونها تؤثر تأثيرا ايجابيا في مستوى الدافعية .
 ٥. ضرورة توفير مراكز للإرشاد والتوجيه النفسي لمساعدة الطلبة للتخلص من المشكلات النفسية والاجتماعية والعاطفية , وذلك لتجنب الطالب من التعرض للاضطرابات النفسية والمشاعر العاطفية التي تؤثر على الصلابة النفسية وبالتالي تؤثر على دافعية الانجاز بشكل سلبي وبالتالي يعاني الطالب من بالإحباط والكأبة والفشل .
 ٦. إجراء دراسات لمتغيري الصلابة النفسية وعلاقته بدافعية الانجاز على عينات أخرى كالألعاب الفردية مثل الملاكمة والمصارعة والعب القوي .
 ٧. إجراء دراسات مقارنة في نفس المتغيرات بين اللاعبين واللاعبات ومن فئات عمرية مختلفة .

المصادر العربية

- ذنب لهف راضي في الصلاة النفسية لدى امهات شهداء انتفاضه الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات ماجستير قسم علم النفس كليه التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، ٢٠٠٨ .
- حسام محمود زكى : الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموجرافية .رسالة ماجستير، كلية التربية بالمنيا، ٢٠٠٧ .
- نايفه قطامي، إثر الجنس وموقع الضبط ومستوى الأكاديمي على دافع الانجاز لدى كلية التوجيه العامة، مجلة الدرامات، المجلد ٢١، العدد 40، 4١٩٩ .
- مدوح عبد المنعم الكناني واحمد محمد مبارك:سيكولوجية التعلم وانماط التعليم وتطبيقاته النفسية التربوية، ط1، الإمارات، مكتبة الفلاح. ١٩٩٢ .
- الندان دافيدون، مدخل علم النفس، ترجمه سيد الطواط واخرون، طة ، القاهرة، دار الدولية، ١٩٩٧ .
- محمد حسن علاوي ، مدخل علم النفس الرياضي عطا ، القايره مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٧ .
- ظافر هاشم الكاظمي : التطبيقات العلمية لكتابة الرسائل والاطاريح التربوية والنفسية ، العراق .جامعة بغداد كلية التربية الرياضية ، ٢٠١٢ .
- محسن محمد حسن : الصورة الذهنية المدركة لنمط قيادة المدرب وعلاقتها بالصلابة النفسية ودافع الانجاز لدى لاعبي دوري النخبة العراقي بكرة القدم، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ،جامعة بابل، ٢٠١٤ .

- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين , القاهرة , مركز الكتاب, ١٩٩٨ .
- يوبولد فاندلين : منهج البحث في التربية وعلم النفس , ترجمة محمد نبيل وآخرون, القاهرة , مكتبة الانجلو المصرية, ١٩٦٩.
- محمد فهيم مجدي : بناء مقياس الصلابة النفسية لمعلمي التربية الرياضية , مجلة البحوث النفسية والتربوية , ٢٠٠٧.
- جبر محمد جبر : مدى فعالية ثلاثة اساليب التوجيه والارشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى المكفوفين ، مؤتمر الارشاد الاجتماعي والنفسي ودوره في العملية التعليمية ، الجزء " (٢) في الفترة ٢٦_٢٨ جمادى الآخرة ، سوريا ، المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية ، ٢٠٠٥ .
- عبد الرحمن أبو ندي :الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوط الحياة لدى طلبة جامعة الأزهر بغزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر بغزة، كلية التربية ، ٢٠٠٧، م١٩
- مقياس الصلابة النفسية ودافعيه الانجاز الموزع على عينة البحث

عزيزي اللاعب...

تحية طيبة :

يضع الباحث بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن ردود فعلك تجاه عدد من المواقف ، راجياً منك قراءة كل فقرة بدقة والإجابة عنها بوضع (✓) تحت أحد الاختيارات الموجودة أمام كل فقرة والذي ترى أنه ينطبق عليك ، لا سما أن الإجابة ستكون سرية ولن يطلع عليها أحد ، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر الاسم.

مع وافر الشكر والتقدير

ملاحظة :

يرجى عدم ترك أي فقرة بدون إجابة.

الباحث

مقياس الصلابة النفسية

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً

			افصح عن حاجاتي ورغباتي الداخلية اتجاه المدرب.
			اتجنب المناقشات داخل الفريق.
			اسعى الى ان يرضى زملائي اللاعبين عني او يكونوا انطباعات حسنة.
			انبه زميلي في الفريق الى خطئه.
			اعمل على تخفيف معاناة زملائي اللاعبين.
			اخشى المناقشات الحادة مع زملائي اللاعبين.
			احب التنوع في مهاراتي اثناء المنافسة.
			اؤمن بان كل زميل في الفريق ياخذ بمقدار ما يجتهد.
			اخشى اتخاذ القرارات تهم شخصيتي داخل الملعب وضعف القدرة على تحمل نتائجها.
			عادة ما يكون ردي حاسماً مع زملائي اللاعبين داخل الملعب.
			استطيع تغيير موقف زملائي اللاعبين تجاه ما اعتقد بصحة او اؤمن به.
			أصر على القرارات التي اتخذها في المنافسة.
			أصبح زملائي اللاعبين المترددين بان يكونوا جريئين في حياتهم
			اعلم انني اذا واصلت وضع القدم امام الأخرى فإني سأقدم في تحقيق هدفي في المنافسة.
			لي القدرة على إكمال المهام التي أكلف بها من قبل المدرب.
			أوجه النقد للاعبين الزملاء عندما يتطلب ذلك.
			أستمر بالحديث عن الفريق رغم وجود أشخاص معارضين لحديثي.
			أهتم بالتغير في نمط حياتي الرياضية لكي أصل الى النجاح.
			اعتقد إن كل الأشياء التي تحدثت في حياتي الرياضية هي من تخطيطي.
			المشكلات داخل الفريق تستنفق قوتي وقدرتي على التحدي .
			اشعر بالقلق والخوف من التغيرات داخل الفريق.
			تلعب الصدفة والحظ دور كبير في حياتي الرياضية.
			عندما انجح في حل مشكلة مع زملائي اللاعبين اتحرك لحل مشكلة اخرى.
			اعتقد إن السكوت في الامور التي لا تهمني من ذهب.

				لدي القدرة على التحكم بجميع أمور حياتي الرياضية.
				لدي القدرة على حل مشكلاتي مع زملائي ومدربي لأنني اثق بنفسي

مقياس دافعية الأناجاز

ت	الفقرات	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
	اجد صعوبة في محاوله النوم عقب هزيمتي في المنافسة.					
	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات اضافية لتحسين مستواه.					
	عندما ارتكب خطأ في الاداء اثناء المنافسة فانني احتاج لبعض الوقت لكي لا انسى هذا الأخطاء.					
	الامتياز في الرياضة لا يعتبر من اهدافي الاساسية.					
	احس غالباً في الخوف قبل اشتراكي بالمنافسة مباشرة.					
	استمتع بتحمل ايه والتي يرى بعض اللاعبين الاخرين مهمه صعبة.					
	اخشى الهزيمة في المنافسة.					
	الحظ يؤدي الى الفوز بدرجة اكبر من بذل الجهد.					
	في بعض الاحيان عندما انهزم في المنافسة فان ذلك يضايقتني لعدة ايام.					
	لدي الاستعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي.					
	لا اجد صعوبة في النوم ليله اشتراكي في المنافسة.					
	الفوز في المنافسة يمنحني درجة كبيره من الرضا.					
	اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية.					
	افضل ان استريح من التدريب في فتره ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية.					
	عندما ارتكب خطأ في الأداء فان ذلك يرهقني طوال فتره المنافسة.					
	لدي رغبة عالية جداً لكي اكون ناجحاً في رياضتي.					

					قبل اشتراكي في المنافسة لا انشغل في التفكير عما يمكن ان يحدث في المنافسة او عن نتائجها.	
					احاول بكل جهدي ان اكون افضل لالعاب.	
					استطيع ان اكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسات مباشرة.	
					هدفي هو ان اكون مميزاً في رياضتي.	