



مجلة جامعة ذي قار لعلوم التربية البدنية

مجلة علمية محكمة تصدرها كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة



التماسك الاجتماعي – الحركي وعلاقته بالضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة

م.د سيف الدين دحام عواد

ranera4050@gmail.com

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية الأنبار

م.د أنس عبد الستار عيد

anas83sa@gmail.com

وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية الأنبار

المستخلص:

يتناول هذا البحث دراسة العلاقة بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة، حيث يسلط الضوء على أهمية التماسك الجماعي في تعزيز الأداء وتقليل الضغوط التي قد يتعرض لها اللاعبون أثناء التدريب أو المنافسة. استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية، وتم تطبيق الدراسة على عينة مكونة من (15) لاعباً من نادي هيت الرياضي، باستخدام مقياسين لقياس التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية. أظهرت النتائج أن لاعبي الكرة الطائرة يتمتعون بمستوى جيد من التماسك الاجتماعي والحركي، بينما يعانون من ضغوط نفسية مرتفعة نسبياً. كما كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية، أي كلما زادت الضغوط النفسية قلّ مستوى التماسك بين اللاعبين. وتوصل البحث إلى إمكانية التنبؤ بدرجة التماسك استناداً إلى مستوى الضغوط النفسية. بناءً على ذلك، أوصى الباحثان بضرورة توفير الدعم النفسي للاعبين، وتحسين البيئة الاجتماعية داخل الفريق، والعمل على تقوية العلاقات بين اللاعبين والجهاز الفني، بالإضافة إلى وجود أخصائي نفسي مرافق للفريق لمعالجة آثار الضغوط النفسية وتعزيز التماسك الجماعي.

الكلمات المفتاحية: التماسك الاجتماعي – الحركي، الضغوط النفسية، الكرة الطائرة.

Abstract:

This research explores the relationship between socio-motor cohesion and psychological stress among volleyball players. It highlights the importance of team cohesion in enhancing performance and reducing the stress athletes may experience during training or competition. The researchers employed a descriptive methodology using a survey and correlational approach, applying the study to a sample of 15 players from Hit Sports Club. Two measurement scales were used: one for socio-motor cohesion and another for psychological stress. The results indicated that the players demonstrated a good level of both social and motor cohesion, while experiencing relatively high levels of psychological stress. The findings also revealed a statistically significant inverse correlation between socio-motor cohesion and psychological stress—meaning that as psychological stress increases, the level of cohesion among players decreases. The study further demonstrated the possibility of predicting cohesion levels based on the degree of psychological stress. Based on these outcomes, the researchers recommended providing psychological support to players, improving the social environment within the team, strengthening relationships between players and the coaching staff, and ensuring the presence of a sports psychologist to help manage stress and promote team cohesion.

Keywords: Socio-motor cohesion, Psychological stress, Volleyball

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

تعدّ الرياضة من أهم الأنشطة البشرية التي تسهم في بناء الفرد من الناحيتين البدنية والنفسية، وتُعدّ الألعاب الجماعية من أبرز صور التفاعل الاجتماعي في المجال الرياضي، لما تتطلبه من تواصل، تعاون، تنظيم، وتناسق بين أعضاء الفريق لتحقيق هدف مشترك. وتأتي لعبة الكرة الطائرة بوصفها إحدى الألعاب الجماعية ذات الخصوصية العالية من حيث الديناميكية في الأداء، وسرعة التغير في مواقف اللعب، وارتفاع متطلبات العمل الجماعي الذي يقتضي وجود انسجام بين أفراد الفريق من النواحي الحركية والنفسية والاجتماعية على حدّ سواء.

إن الأداء في الكرة الطائرة لا يقتصر على المهارات الفردية أو الجوانب البدنية فقط، بل يعتمد إلى حدّ كبير على طبيعة العلاقات بين اللاعبين، ومدى تماسكهم كفريق يسعى نحو تحقيق النصر. ويُعدّ التماسك الجماعي – بجانبه الاجتماعي والحركي – من أبرز العوامل التي تساهم في خلق بيئة رياضية إيجابية تعزز من الروح المعنوية وتقلل من حدة الضغوط النفسية التي قد يتعرض لها اللاعبون أثناء التدريب أو المباريات التنافسية.

ويُعرّف التماسك الاجتماعي على أنه مدى الترابط العاطفي والانتماء المتبادل بين أعضاء الفريق، والذي يتجسد في مشاعر الاحترام، الثقة، والولاء المتبادل. أما التماسك الحركي فيتمثل في القدرة على التنسيق في

الأداء الجماعي داخل الملعب، بحيث يؤدي كل لاعب دوره ضمن استراتيجيه موحده تسعى إلى تحقيق التكامل في الجهد الجماعي. إن الانسجام بين هذين البعدين للتماسك يُعدّ مؤشرًا حاسمًا على فاعلية الفريق، وعلى درجة تماسكه كمنظومة متكاملة.

وعليه، تأتي أهمية هذا البحث من كونه يسعى إلى تسليط الضوء على العلاقة بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة، في محاولة للكشف عن طبيعة هذا الارتباط، وما إذا كان مستوى التماسك يمكن أن يُسهم في خفض الضغوط النفسية، وبالتالي تحسين جودة الأداء الفردي والجماعي للفريق. كما يهدف هذا البحث إلى تقديم معطيات علمية يمكن أن تسهم في تصميم برامج إرشادية وتدريبية تُعزز من التماسك داخل الفرق وتدعم الاستقرار النفسي للاعبين.

إن الوقوف على هذه العلاقة يُعد أمرًا في غاية الأهمية بالنسبة للمدربين، الأخصائيين النفسيين، والإداريين الرياضيين، وذلك من أجل تطوير بيئة رياضية صحية تساعد اللاعب على التعامل الفعّال مع التحديات النفسية، وتدفعه إلى تقديم أفضل ما لديه من مهارات وأداء داخل الملعب، ضمن فريق تسوده الروح الجماعية والتكامل في الأدوار.

2-1 مشكلة البحث

إن المتتبع لأداء الفرق الرياضية، ولا سيما فرق الكرة الطائرة، يلاحظ تباينًا واضحًا في مستويات الأداء، والذي لا يمكن تفسيره فقط بعوامل المهارة البدنية أو الكفاءة الفنية، بل يتعدى ذلك إلى عوامل نفسية واجتماعية تؤثر بشكل كبير في انسجام اللاعبين، وسلوكهم داخل الملعب، وقدرتهم على مواجهة المواقف التنافسية. ومن أبرز هذه العوامل، التماسك الاجتماعي – الحركي، الذي يمثل البنية النفسية والاجتماعية للتفاعل داخل الفريق، والذي قد يؤدي ضعفه إلى تفكك الفريق وزيادة الضغوط النفسية الواقعة على اللاعبين.

وقد لاحظ الباحثان من خلال خبرته الميدانية، والاحتكاك المستمر مع اللاعبين والمدربين، أن كثيرًا من الفرق تعاني من مشكلات في التعاون، والتفاهم، والانضباط الجماعي، فضلاً عن مظاهر القلق والانفعال الزائد أثناء المباريات، مما يشير إلى وجود قصور في التماسك الجماعي قد يكون مرتبطًا بمستويات مرتفعة من الضغوط النفسية.

ومن هنا، تتمثل مشكلة البحث في السؤال الآتي:

ما طبيعة العلاقة بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

3-1 أهداف البحث

يهدف البحث إلى التعرف على ما يلي:

١. التعرف على التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.
٢. التعرف على العلاقة بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة.
٣. التنبؤ بالتماسك الاجتماعي – الحركي بدلالة الضغوط النفسية (الأداء، النتيجة) للاعبين الكرة الطائرة.

4-1 فروض البحث

يفترض الباحث ما يأتي:

وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين التماسك الاجتماعي- الحركي والضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري: لاعبين فرق أندية الدرجة الممتازة للكرة الطائرة.

1-5-2 المجال الزمني: من 15 / 2 / 2023 ولغاية 2023/9/20.

1-5-3 المجال المكاني: ملاعب ومراكز تدريب أندية الدوري الممتاز.

1-6 المصطلحات المستخدمة في البحث

١. التماسك الاجتماعي- حركي (1):
التماسك الاجتماعي: محصلة لجميع القوى النفسية والاجتماعية التي تجذب اللاعبين إلى الفريق وتدفعهم إلى مقاومة التخلي عن عضويته.
التماسك الحركي: محصلة لجميع القوى التي تجذب لاعبي الفريق إلى توجيه أدائهم الحركي إلى وجهة تكتيكية موحدة.

٢. الضغوط النفسية Psychological Stress:
حالة انفعالية مؤلمة أو بغیضة يحاول اللاعب تجنبها لأنها تؤثر على الأداء بصورة سلبية عن طريق التوتر العضلي الزائد عن الحد (2).

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة البحث (إذ يهدف البحث الوصفي إلى تحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع والمظاهر وان الأسلوب المسحي يسعى إلى جمع بيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع من متغير معين أو متغيرات معينة) (3).

2-2 مجتمع البحث وعينه

1-2-2 مجتمع البحث:

حُدد مجتمع البحث بلاعبي لنادي هيت الرياضي في محافظة الانبار بالكرة الطائرة للموسم 2023-2024 وعددهم (15) لاعبا.

1 - أحمد أمين فوزي ، طارق محمد بدر الدين: سيكولوجية الفريق الرياضي ، ط1 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001 ، ص 104 - 109.

2 - محمد حسن علاوي: المدخل في علم النفس الرياضي ، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998 ، ص 401.

3 - محمد حسن علاوي ، أسامه كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم نفس الرياضة ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1999 ، ص 139.

2-2-2 عينة البحث:

ترتبط عملية اختبار العينة ارتباطاً وثيقاً بطبيعة البحث ومجتمع البحث التي تؤخذ العينة منه كونها (العينة) " ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختبارهُ وفق قواعد وأصول علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً". (4)

تم اختيار عينة البحث بطريقة الحصر الشامل اذ تم اعتماد نتائج جميع اللاعبين واشتملت العينة الاستطلاعية من (5) لاعبين تم اختيارهم عشوائياً

2-2-3 الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث:

* المصادر والمراجع العلمية والأجنبية.

* استمارة الاستبانة حول مقاييس البحث والمقدمة للخبراء والمختصين.

* شبكة المعلومات الدولية (الانترنت)

* حاسبة الكترونية نوع (Disk top)

* حاسبة يدوية (Casio)

* الوسائل الإحصائية

* فريق العمل المساعد

* أقلام حبر ورصاص ساعات يدوية والكترونية.

2-2-4 المقاييس المستخدمة في البحث

2-2-4-1 مقياس التماسك الاجتماعي- الحركي: (5)

يتكون هذا المقياس من مقياسين فرعيين هما:

١. مقياس التماسك الاجتماعي: يتكون هذا المقياس من (10) فقرات صيغت بأسلوب (ليكرت) وفق مقياس خماسي التدرج إذ تكون كل فقرة متبوعة بخمسة بدائل تدريجية للإجابة إذ يؤشر اللاعب على إحدى هذه البدائل والتي تنطبق مع وجهة نظره.

٢. مقياس التماسك الحركي: يتكون هذا المقياس من (10) فقرات أيضاً صيغت بأسلوب (ليكرت) وفق مقياس خماسي التدرج إذ تكون كل فقرة متبوعة بخمسة بدائل للإجابة إذ يؤشر اللاعب على إحدى هذه البدائل والتي تنطبق مع وجهة نظره.

2-2-4-2 مقياس الضغوط النفسية: (6)

4 - محمد زاهر السماك ، وآخرون: أصول البحث العلمي ، ط1 ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل 1986 ، ص64.

5 - عامر سعيد جاسم الخيكاني، مصدر سبق ذكره ، ص329 – 332.

6 - مؤيد عبد الرزاق حسو: تأثير الضغوط النفسية للمواقف الرياضية المختلفة في بعض الاستجابات الوظيفية وفقاً للسمات الشخصية السائدة لدى لاعبي كرة السلة ، أطروحة دكتوراه ، جامعة الموصل ، 2005 ، ص 120 – 122.

استخدم الباحثان مقياس الضغوط النفسية للاعبين الذي تم بناؤه وتقنيه من قبل (مؤيد عبد الرزاق حسو مرعي المشهداني) (2006) وتآلف هذا المقياس من (51) فقرة صيغت بطريقة (ليكرت) إذ تكون كل فقرة متبوعة بخمسة بدائل للإجابة (كبيرة جداً، كبيرة، متوسطة، قليلة جداً، قليلة) مسبوقة بعبارة (تواجهني بدرجة) يُوشر اللاعب تحت إحدى بدائل الإجابة التي تنطبق عليه.

5-2 إجراءات البحث الرئيسية

5-2-1 إجراءات إعداد المقياسين المستخدمة في البحث:

لغرض تحقيق أهداف البحث ولكي تكون المقياسين المستخدمة ملائمة للتطبيق على عينة البحث سيقوم الباحث بإجراء بعض التعديلات على هذه المقياسين وفقاً للقرارات الآتية:

5-2-1-1 مقياس التماسك الاجتماعي - الحركي:

إن المقياس الأصلي للتماسك الاجتماعي والحركي يتكون من مقياسين فرعيين هما: مقياس التماسك الاجتماعي ومقياس التماسك الحركي وقد تم دمج هذين المقياسين في مقياس واحد يقيس التماسك الاجتماعي الحركي مجتمعاً إذ أخذت فقرات التماسك الاجتماعي التسلسلات من (1) إلى تسلسل (10) في حين أخذت فقرات مقياس التماسك الحركي من (11) إلى تسلسل (20) وقد أجرى الباحثان مقابلات شخصية مع عدد من المختصين في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي ومختصين في الاختبارات والقياس لبيان صلاحية أو عدم صلاحية فقرات المقياس ولتحليل آراء الخبراء إحصائياً استخدم الباحث اختبار (كا 2) إذ عدت الفقرة صالحة عندما تكون قيمة (كا 2) المحسوبة معنوية عند نسبة دلالة (0.05) بدرجة حرية أكبر من القيمة الجدولية البالغة (3.841) وكما مبين في الجدول (1).

جدول (1)

يبين نتائج اختبار (كا2) لآراء الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس التماسك الاجتماعي الحركي

ت	رقم الفقرة	عدد الفقرات	الخبراء		قيمة (كا2) المحسوبة	الدلالة
			لا تصلح	تصلح		
1.	1، 3، 5، 7، 9، 11، 14،	7	12	صفر	12	معنوي
2.	2، 4، 6، 8، 10، 13، 15،	7	11	1	8.333	معنوي
3.	12، 16، 17، 18، 19، 20،	6	10	2	5.333	معنوي

* قيمة (كا2) الجدولية بدرجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) تساوي (3.841).

يتبين من خلال الجدول (1) أن جميع الفقرات قد حظيت بموافقة السادة الخبراء إذ كانت قيمة (كا2) المحسوبة لجميع الفقرات أكبر من الجدولية البالغة (3.841).

2-1-5-2 مقياس الضغوط النفسية:

إن المقياس الأصلي للضغوط النفسية يتكون من (51) فقرة والمعد من قبل مؤيد عبد الرزاق حسو (2006) وقد قام الباحثان بعرض المقياس في استبيان على لجنة الخبراء والمختصين نفسها التي عرض عليها مقياس التماسك الاجتماعي الحركي لبيان صلاحية أو عدم صلاحية أو تعديل فقرات المقياس وقد قام السادة الخبراء المختصون بتعديل مجموعة من الفقرات وكما مبين في الجدول (2).

جدول (2)

يبين فقرات المقياس قبل وبعد التعديل

ت الفقرة	قبل التعديل	بعد التعديل
3	أتضايق من جسمي بصورته الحالية	يزعجني عدم اكتمال لياقتي البدنية
14	أعاني من ضعف اهتمام عائلتي لما أحققه من إنجازات رياضية	أعاني من عدم تقدير عائلتي لما أحققه من إنجازات رياضية
15	أشعر بالحزن كلما كثرت أخطائي	أشعر بالتوتر كلما كثرت أخطائي
19	يضايقتني اسلوب الادارة السلطوي	يضايقتني اسلوب الادارة التسلطي

ثم قام الباحثان بتحليل آراء السادة الخبراء أنفسهم إحصائياً باستخدام اختبار (كا) (2) إذ عدت الفقرة صالحة عندما تكون قيمة (كا) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية والبالغة (3.84) وبدرجة حرية (1) وبنسبة خطأ (0.05) وكما مبين في الجدول (3).

جدول (3)

يبين نتائج اختبار (كا) لآراء الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس الضغوط النفسية

ت	رقم الفقرة	عدد الفقرات	الخبراء		قيمة (كا) المحسوبة	الدلالة
			لا تصلح	تصلح		
١	2 ، 3 ، 4 ، 9 ، 14 ، 15 ، 16 ، 26 ، 27 ، 35 ، 42 ، 49	12	12	صفر	12	معنوي
٢	1 ، 10 ، 11 ، 20 ، 32 ، 33 ، 38 ، 43 ، 45 ، 46	10	11	1	8.333	معنوي
٣	5 ، 6 ، 13 ، 34 ، 36 ، 37 ، 40 ، 48 ، 50 ، 51	10	10	2	5.333	معنوي
٤	8 ، 12 ، 19 ، 21 ، 22 ، 28 ، 29 ، 41 ، 44	9	9	3	3	غير معنوي

غير معنوي	1.33	4	8	10	7 ، 17 ، 18 ، 23 ، 24 ، 25 ، 30 ، 31 ، 39 ، 47	هـ
-----------	------	---	---	----	--	----

*قيم (كا2) الجدولية بدرجة حرية (1) ونسبة خطأ (0.05) = 3.84.

يتبين من خلال الجدول حصول موافقة الخبراء على (32) فقرة وعدم موافقتهم على (19) فقرة وهي الفقرات التي كانت فيها قيمة (كا2) المحسوبة أقل من قيمتها الجدولية البالغة 3.84 وبدرجة حرية (1) ونسبة خطأ (0.05).

2-5-1-3 صلاحية الفقرات من الناحية اللغوية:

بعد أن تم التأكد من صلاحية فقرات المقياسين (مقياس التماسك الاجتماعي الحركي، ومقياس الضغوط النفسية) عرض الباحث الفقرات جميعها على متخصص باللغة العربية * من أجل أن تكون الفقرات سليمة وخالية من الأخطاء اللغوية وقد تم الأخذ بالملاحظات والتعديلات التي أبدتها وبهذا تكون المقياسين خالية من الأخطاء اللغوية والتعبيرية.

2-6 الأسس العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث

2-6-1 صدق الاختبار:

ويقصد بصدق الاختبار " أن يكون الاختبار مقياساً للقدرة أو الصفة أو السمة التي قصد بها قياسها، أي أن الاختبار الصادق هو الذي يقيس ما وضع له" (7).

" وصدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من إجابة، فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيء بدلاً منها أو بالإضافة إليها" (8).

وقد أُنصح للباحثان صدق المقياسين عن طريق صدق المحتوى وذلك بعد عرض المقياسين على عدد من الخبراء في مجالات الاختبارات والقياس وعلم النفس الرياضي وعلم النفس العام.

2-6-2 ثبات الاختبار

ويعني الاختبار الثابت أنه " الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متشابهة" (9).

وتأكيداً لما سبق قام الباحثان باستخراج ثبات الاختبار للاختبار عن طريق استخدامه لطريقة الاختبار وإعادة الاختبار، فبعد أن قام الباحثان بتوزيع استمارات المقياسين على عينة التجربة الاستطلاعية والذين

* م . م . تومان غازي - جامعة الأنبار - كلية الآداب.

7 - قيس ناجي ، بسطويسي أحمد: الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة جامعة بغداد ، 1984 ، ص88.

8 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، ط 1 ، دار الفكر العربي ، 1979 ، ص 291.

9 - ريسان خريبط مجيد: مناهج البحث في التربية البدنية ، الموصل ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل ، 1987 ، ص73.

يمثلون (5) لاعبين تم إعادة الاختبار بعد مرور أربعة عشر يوماً على نفس العينة وفي ظروف مماثلة * والجدول (4) يبين قيمة معامل الثبات لمقاييس التماسك الاجتماعي والتماسك الحركي والضغط النفسية.

جدول (4)

يبين قيمة معامل الثبات للمقاييس المستخدمة في البحث

المتغيرات	قيمة معامل الثبات
التماسك الاجتماعي	80%
التماسك الحركي	85%
الضغط النفسية	80%

2-6-3 موضوعية الاختبار

"إن الموضوعية عبارة عن معيار تقويمي للمعرفة التي تتصف باليقين"⁽¹¹⁾. فالاختبار الجيد يجب أن يتصف بالموضوعية إضافة إلى اتصافه بالصدق والثبات اللازمين " ويكون الاختبار موضوعياً إذا كانت أسئلته محددة وإجابته محددة وبحيث يكون للسؤال جواب واحد فقط لا يترك مجالاً للالتباس"⁽¹²⁾.

ومقاييس التماسك الاجتماعي – الحركي والضغط النفسية اتسمت بوضوح فقراتها وهذا ما يعطي تفسير البيانات التي حصلنا عليها منه بدقة ، واتسمت أيضاً بالمقاييسين وأبعادها الفرعية أنها أسئلة محددة لا تتحمل أكثر من إجابة ويستطيع أفراد العينة فهم عباراتها والإجابة عنها بكل سهولة وبدون أي التباس فيها، وهذا مما يؤكد موضوعية الاختبار.

2-7 التجربة الاستطلاعية

وقد أجرى الباحثان التجربة الاستطلاعية بتاريخ 25 - 27 / 3 / 2023 على (5) لاعبين من لاعبي نادي هيت الرياضي بالكرة الطائرة إذ كان الهدف من التجربة الاستطلاعية ما يلي:

1. التعرف على مدى تفهم اللاعبين لمفردات المقياس من عبارات وكلمات ومعاني واتضح تفهم جميع اللاعبين لمفردات المقياس من عبارات وكلمات ومعاني.
2. التعرف على مدى وضوح تعليمات المقياسين، وأتضح أن جميع اللاعبين فهموا تعليمات المقياسين.
3. التعرف على الوقت المستغرق للإجابة، وكان الوقت الذي استغرقته الإجابة على المقياسين تراوح بين (15 – 20) دقيقة بمتوسط (17.5) دقيقة.
4. التعرف على المشكلات التي قد تواجه الباحث لغرض تجاوزها وتذليلها.
5. التعرف على كفاءة فريق العمل المساعد، وقد تبين كفاءة فريق العمل المساعد وخبرته في هذا المجال.

* تم إجراء أول اختبار بتاريخ 2023/3/11 ومن ثم أعيد الاختبار ذاته على نفس العينة وتحت نفس الظروف بتاريخ 2023/3/25.

11 - قيس ناجي ، بسطويسي أحمد ، مصدر سبق ذكره ، ص 93.

12 - ريسان خريبط مجيد ، مصدر سبق ذكره ، ص 83.

2- 8 التجربة الرئيسية:

تم تطبيق المقياسين المشار إليها سابقاً على عينة البحث الرئيسية والبالغه (15) لاعباً وذلك ابتداءً من تاريخ 10 / 4 / 2023 إلى 20 / 4 / 2023 على وفق السياقات التي استقر عليها الباحثان خلال التجربة الاستطلاعية وبمساعدة فريق العمل المساعد وذلك على لاعبي نادي هيت الرياضي بالكرة الطائرة في فترة المرحلة الثانية من الدوري العراقي الممتاز.

2-9 الوسائل الإحصائية

من أجل معالجة النتائج بالشكل الذي يخدم البحث، استخدم الباحث برنامج (SPSS) للعلوم الاجتماعية في الحصول على البيانات الإحصائية.

3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج البحث

3- 1 تحصيل لاعبي الكرة الطائرة في متغيرات البحث المدروسة

جدول (5)

يبين التقديرات الإحصائية لتحصيل أفراد عينة البحث في المتغيرات المبحوثة

ت	المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الالتواء	توزيع العينة
١.	التماسك الاجتماعي	31	12.91	1.178	0.012	اعتدالي
٢.	التماسك الحركي	30.20	12.92	1.180	0.049	اعتدالي
٣.	الضغوط النفسية	99.750	44.869	4.096	- 0.018	اعتدالي

يبين الجدول (5) المؤشرات الإحصائية للنتائج حيث:

بلغ الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس التماسك الاجتماعي (31) وبانحراف معياري (12.91) فيما بلغت قيمة الخطأ المعياري (1.178) وعند حساب معامل الالتواء لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس التماسك الاجتماعي فإنه يساوي (0.012) مما يدل على أن درجات أفراد عينة البحث تتوزع توزيعاً اعتدالياً على مقياس التماسك الاجتماعي وبملاحظة بسيطة للوسط الفرضي الخاص بالتماسك الاجتماعي على المقياس الأصلي نجده يساوي (30) *، أي أن الوسط الحسابي الذي كان للاعبين الكرة الطائرة هو (31) أعلى من الوسط الفرضي مما يعني تميزهم بتماسك قوي نسبياً.

وعند ملاحظة المستويات الخاصة بالتماسك الاجتماعي نجد أن الوسط الحسابي الذي ميز لاعبي الكرة الطائرة كان (31) يقع في مستوى تماسك قوي وهو ما نجده أمراً مثالياً في الفريق يسعى كل مدربيننا على تحسينه وبناء أواصر تقارب وتماسك اجتماعية جيدة بين اللاعبين مما يعطي مردود ايجابي على الفريق إذا ما علمنا ما للتماسك الاجتماعي من أهمية لفريق الكرة الطائرة الذي يسعى لتحقيق الفوز في المباريات.

بلغ الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس التماسك الحركي (30.20) وبانحراف معياري (12.92) فيما بلغت قيمة الخطأ المعياري (1.180) وعند حساب معامل الالتواء لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس التماسك الحركي ظهر أنه يساوي (0.049) وهذا يدل على أن درجات أفراد عينة البحث توزعت توزيعاً اعتدالياً على مقياس التماسك الحركي.

وعند ملاحظة الوسط الفرضي الخاص بالتماسك الحركي على المقياس الأصلي نجده يساوي (30) أي أن الوسط الحسابي الذي كان للاعبين الكرة الطائرة المتقدمين في العراق هو (30.20) أعلى من الوسط الفرضي مما يعني تميزهم بتماسك قوي نسبياً.

وهذا أمر جيد بالنسبة للاعبين حيث أن التماسك الحركي لأي فريق يعطي انطباع جيد بأن لاعبي الكرة الطائرة المتقدمين في العراق يتفهمون وينسجمون مع خطط اللعب التي يضعها الكادر التدريبي ويتفاعلون معها بشكل ايجابي.

وبملاحظة المستويات الخاصة للتماسك الحركي نجد أن الوسط الحسابي الذي يميز لاعبي الكرة الطائرة كان (30) يقع في مستوى (تماسك قوي) وهو ما نجده أمراً مثالياً في فرق الكرة الطائرة، وهو ما يسعى إلى تحقيقه كل مدربيننا حيث أن تفهم اللاعبين لخطط اللعب التي يضعها المدرب ويطبقها اللاعب ويحقق بها الفوز على الخصم هو غاية ما يسعى إليه المدرب.

بلغ الوسط الحسابي لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية (99.750) وبانحراف معياري (44.869) فيما بلغت قيمة الخطأ المعياري (4.096) وعند حساب معامل الالتواء لدرجات أفراد عينة البحث على مقياس الضغوط النفسية ظهر أنه يساوي (- 0.018) وهذا يدل على أن درجات أفراد عينة البحث توزعت توزيعاً اعتدالياً على مقياس الضغوط النفسية.

وبملاحظة بسيطة للوسط الفرضي الخاص بالضغوط النفسية على المقياس الأصلي نجده يساوي (96) أي أن الوسط الحسابي الذي كان للاعبين الكرة الطائرة هو (99.750) أعلى من الوسط الفرضي مما يعني تميزهم بضغوط نفسية عالية نسبياً، وهو أمر طبيعي في ظل الأوضاع الراهنة في البلد وكذلك في ظل عدم وجود وسائل داعمة لتوجهاتهم في التقدم بلعبتهم مثل جودة الملاعب والمعسكرات التدريبية النموذجية وكذلك عدم توفر الدعم المادي الجيد نسبياً لهم بالمقارنة مع أقرانهم في الدول المجاورة.

3-2 مصفوفة الارتباط البينية بين نتائج أفراد عينة البحث في المتغيرات المبحوثة

جدول (6)

مصفوفة الارتباط البينية بين نتائج أفراد عينة البحث في المتغيرات المبحوثة

المتغير	الضغوط النفسية
التماسك الاجتماعي	-0.888
التماسك الحركي	-0.878

* القيمة الجدولية تحت درجة حرية (13) ومستوى دلالة (0.05) = 1.121.

يتبين من خلال الجدول (6) ما يلي:

- ظهر أن معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات عينة البحث على مقياس التماسك الاجتماعي ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية بلغ (- 0.888) وهو معامل ارتباط عكسي أي وجود

علاقة عكسية بين التماسك الاجتماعي والضغط النفسية وبذلك يتحقق الهدف الثاني للبحث فكلمًا تزداد الضغوط النفسية للاعب ينخفض تماسكه الاجتماعي انخفاضاً معنوياً عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك نقبل الفرضية البديلة (الفرض الأول للبحث).

- ظهر أن معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات عينة البحث على مقياس التماسك الحركي ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية بلغ (- 0.878) وهو معامل ارتباط عكسي أي وجود علاقة عكسية بين التماسك الحركي والضغط النفسية وبذلك يتحقق الهدف الثاني للبحث فكلمًا تزداد الضغوط النفسية للاعب ينخفض تماسكه الحركي انخفاضاً معنوياً عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك نقبل الفرضية البديلة (الفرض الأول للبحث).

3-3 التنبؤ بالتماسك الاجتماعي - الحركي بدلالة الضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة

3-3-1 التنبؤ بالتماسك الاجتماعي بدلالة الضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة:

جدول (7)

يبين التنبؤ بالتماسك الاجتماعي بدلالة الضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة

المتغيرات المبحوثة	المعاملات		معامل الارتباط	طبيعة الارتباط	معامل اغتراب
	طبيعة المعامل	قيمة المعامل			
الضغوط النفسية	الثابت (أ)	56.465	- 0.888	بسيط	0.788
	(ب)	-0.255			

يتبين من خلال الجدول (7) ما يلي:

- ظهر أن القيمة التنبؤية للتماسك الاجتماعي بدلالة الضغوط النفسية هي:
أ = (56.465) ، ب = (- 0.255)

من خلال المعادلة الآتية نستطيع التنبؤ بالتماسك الاجتماعي بدلالة الضغوط النفسية.

المعادلة : - ص = أ + ب س

ولكي نتنبأ بالتماسك الاجتماعي بدلالة الضغوط النفسية بالطريقة الآتية :

معادلة التماسك الاجتماعي بدلالة الضغوط النفسية:

التماسك الاجتماعي (ص) = الثابت أ + ب × قيمة الضغوط النفسية

$$ص = 56.465 + (- 0.255) \times 99.750 = 31.328$$

3-3-2 التنبؤ بالتماسك الحركي بدلالة الضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة:

جدول (8)

يبين التنبؤ بالتماسك الحركي بدلالة الضغوط النفسية للاعبين الكرة الطائرة

المتغيرات المبحوثة	المعاملات		معامل الارتباط	طبيعة الارتباط	معامل اغتراب
	طبيعة المعامل	قيمة المعامل			
الضغوط النفسية	الثابت (أ)	55.416	- 0.878	بسيط	0.770
	(ب)	-0.253			

يتبين من خلال الجدول (8) ما يلي:

- ظهر أن القيمة التنبؤية للتماسك الحركي بدلالة الضغوط النفسية هي:
أ = (55.416) ، ب = (- 0.253)

كذلك نستطيع التنبؤ بالتماسك الحركي بدلالة الضغوط النفسية وذلك من خلال نفس المعادلة السابقة:

$$ص = أ + ب س$$

ولكي نتنبأ بالتماسك الحركي بدلالة الضغوط النفسية نتبع الطريقة الآتية:

معادلة التماسك الحركي بدلالة الضغوط النفسية:

التماسك الحركي (ص) = الثابت أ + ب × قيمة الضغوط النفسية

$$ص = 55.416 + (- 0.253) \times 99.750 = 30.179$$

4-3 مناقشة نتائج البحث

أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية معنوية بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة ، ويعزو الباحثان سبب ذلك إلى أن زيادة الضغوط النفسية على اللاعب داخل النادي يؤدي بطبيعة الحال إلى أن يكون تماسكه مع باقي أعضاء الفريق أقل ، في حين أن الدرجة الجيدة في التماسك تساعد في خفض الضغوط النفسية لدى الفريق وهذا يعني أن للضغوط النفسية تأثيراً سلبياً واضحاً على تماسك أعضاء الفريق ويشير (السيد ، 2001) إلى أن من المظاهر السلوكية للضغوط هو نقص حماس اللاعب وارتفاع درجة التوتر والميل للشجار والمشاحنة.⁽¹³⁾

ويرى الباحث أن هذه المظاهر السلوكية للضغوط النفسية ستؤثر على درجة التماسك، فنقص الحماس وارتفاع درجة التوتر والميل للشجار والمشاحنة مع الزملاء أو المدربين أو الإداريين من قبل اللاعب كلها عوامل نقيضة للتماسك وستؤدي به إلى أن ينخفض بدرجة كبيرة لدى اللاعبين.

13 - جمال عبد الناصر محمد السيد : الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسات الرياضية لدى النشء الرياضي (دراسة ارتقائية ومقارنة ، رسالة ماجستير ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، 2001 ، ص20.

ويضيف (Mitch and Moos , 1983) إلى أن حصول اللاعب على الإسناد العائلي والكلمات التشجيعية يؤدي إلى انخفاض الضغوط النفسية لديه، وأن غياب ذلك الإسناد في التدريب أو المنافسة يجعل اللاعب سريع التأثر بالمواقف الضاغطة. (14)

لذا لا بد للاعب أن يحظى بالإسناد العائلي أو من الأفراد المحيطين به داخل النادي سواء أكانوا إداريين أو مدربين أو لاعبين ، بل أن اللاعب يحتاج في كثير من الأحيان إلى إسناد الجماهير المحبة للنادي الذي ينتمي إليه ، وإن عدم حصوله على ذلك الإسناد يجعله سريع التأثر بالضغوط النفسية التي يتعرض لها خلال التدريب أو المنافسات وتؤثر بالنتيجة على درجة تماسك اللاعب مع أعضاء الفريق الرياضي ، كما أن من الأمور الضرورية وجود أخصائي نفسي مع الفريق يقوم بمتابعة اللاعبين الذين تظهر على سلوكهم مظاهر الضغوط النفسية ومحاولة مساعدتهم في التغلب عليها وتقليل تأثيرها إلى أقل مستوى ممكن.

ويؤكد (عامر سعيد الخيكاني ، 2008) إلى ((أن مصطلح الضغط Stress) يدل على وجود عوامل خارجية أحدثت لدى الفرد إحساساً بالتوتر الشديد ، وعندما تزداد شدة هذا الضغط (أو الضغوط) فقد يفقد الفرد قدرته على الاتزان والتكيف ويغير نمط سلوكه وشخصيته. والضغط النفسي هو حالة من التوتر النفسي الشديد الذي تخلق عند الفرد (اللاعب) حالة من اختلال التوازن واضطراب في السلوك)). (15)

من هنا يتعرض اللاعب في مواقف التدريب أو المنافسة إلى العديد من الضغوط النفسية والتي لها آثارها الواضحة على سلوك الرياضي ومستوى قدرته ومهارته ، بل وتمتد آثارها أيضاً على درجة تفاعله مع الآخرين. (16)

ويرى الباحثان في هذا الصدد أن الضغوط الاجتماعية التي يتعرض لها اللاعب خلال مسيرته الرياضية وانتمائه إلى النادي الرياضي تؤثر سلباً في علاقته مع الآخرين وخاصة أعضاء فريقه من لاعبين ومدربين وإداريين، وبدورها سوف تؤثر سلباً أو إيجاباً في تماسكه الاجتماعي مع زملائه وكافة العاملين في النادي وهذا ما أكدته الدراسة الحالية على أن للضغوط النفسية بشتى أنواعها تأثيراً على التماسك الاجتماعي والحركي للفريق.

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات:

في ضوء نتائج البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:

١. يتميز لاعبو الكرة الطائرة بتماسك قوي سواء اجتماعياً أو حركياً.
٢. يتميز لاعبو الكرة الطائرة بضغوط عالية نسبياً.
٣. توجد علاقة ارتباطية عكسية بين التماسك الاجتماعي – الحركي والضغوط النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

14- Mitch , R. G. and Moos: Stess coping and depression among marred couple , Jounal of abnormal Psychology , Vol.92 , no 4 , 1983 , p 433 - 448

15 - عامر سعيد الخيكاني: سيكولوجية الكرة الطائرة، ط1 ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف الأشرف ، 2008 ، ص 255.

16 - إبراهيم عبد الستار: الاضطرابات العصر الحديث ، عالم المعرفة ، الكويت ، 1996 ، ص 118.

2-4 التوصيات:

من خلال النتائج التي توصل إليها الباحث نوصي بالآتي:

١. تقديم الخدمات النفسية لأعضاء الفريق، وذلك لغرض مساعدتهم على تحقيق التفاهم بينهم وبين الأجهزة الفنية والإدارية.
٢. الاهتمام بتحسين المناخ الاجتماعي لأعضاء الفريق وتدعيم العلاقات الاجتماعية بين المدرب وباقي أعضاء الفريق الرياضي.
٣. العمل على إزالة أسباب التمرد والعصيان وتقريب وجهات النظر والفهم والتقبل المتبادل مما يؤدي إلى زيادة جاذبية وتماسك الفريق الرياضي.
٤. يجب أن يكون هناك حد أدنى لتماسك الفريق حتى يستطيع أن يسعى الفريق للاستمرار ومواصلة العمل.
٥. العمل على تحسين ديناميكية الفريق الرياضي، لأنها يمكن أن تعزز الحالة النفسية للاعب.
٦. ضرورة الاهتمام من قبل إدارة الفرق الرياضية بوجود أخصائي نفسي مع الفريق يعمل على مساعدة اللاعبين على التخلص من الضغوط النفسية ويعمل على تقريب وجهات النظر بين أعضاء الفريق سواء بين اللاعبين أو مع المدرب أو إدارة النادي، وهذا يؤدي إلى تماسك واستمرار الفريق.

المصادر:

- إبراهيم عبد الستار: الاكتئاب، اضطرابات العصر الحديث، عالم المعرفة، الكويت، 1996.
- أحمد أمين فوزي، طارق محمد بدر الدين: سيكولوجية الفريق الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
- جمال عبد الناصر محمد السيد: الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسات الرياضية لدى النشئ الرياضي (دراسة ارتقائية ومقارنة، رسالة ماجستير، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية، 2001.
- ريسان خريبط مجيد: مناهج البحث في التربية البدنية، الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، 1987.
- عامر سعيد الخيكاني: سيكولوجية الكرة الطائرة، ط1، دار الضياء للطباعة والتصميم، النجف الأشرف، 2008، ص 255.
- قيس ناجي، بسطويسي أحمد: الاختبارات والقياس ومبادئ الإحصاء في المجال الرياضي، مطبعة جامعة بغداد، 1984، ص 88.
- محمد حسن علاوي، أسامه كامل راتب: البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم نفس الرياضة، دار الفكر العربي، القاهرة، 1999.
- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط 1، دار الفكر العربي، 1979.
- محمد حسن علاوي: المدخل في علم النفس الرياضي، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، 1998.
- محمد زاهر السماك، وآخرون: أصول البحث العلمي، ط1، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل 1986.
- مؤيد عبد الرزاق حسو: تأثير الضغوط النفسية للمواقف الرياضية المختلفة في بعض الاستجابات الوظيفية وفقاً للسمات الشخصية السائدة لدى لاعبي كرة السلة، أطروحة دكتوراه، جامعة الموصل، 2005.
- Mitch , R. G. and Moos: Stess coping and depression among marred couple , Jounal of abnormal Psychology , Vol.92 , no 4 , 1983.