

واقع الحيز الشخصي لدى اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في لعبة كرة القدم بأعمار (25-30) سنة

أ.د. حسن هادي عطية

زينب حسين جعفر

sa.nr200@gmail.com

تاريخ التقديم: 2023/5/3

تاريخ القبول: 2023/5/28

تاريخ النشر: 2023/7/1



[this work is licensed under a creative commons attribution 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

المستخلص:

تضمن البحث اربع ابواب احتوى الباب الأول على مقدمة البحث وأهميته وتم التطرق الى أهمية دعم الحالة النفسية لهم باتجاه ذلك الاستمرار لمواصلة ممارسة التدريب والمنافسة، أن إهتمامات التأهيل الرياضي وعلم النفس الرياضي وبرامج الارشاد النفسي لا تتحدد أو تنحصر بالتركيز على البيئة التدريبية أو التنافسية التي يقضي اللاعب معظم وقته فيها، وانما تمتد لمواقف أخرى لها خصوصيتها المختلفة، ويمكن أن تكون لها تداعيات نفسية هامة وتعمل على ابعاد الرياضي عن الملاعب. اما مشكلة البحث ومن خلال ملاحظة الباحثة واهتمامها وكذلك زيارات الباحثة المتكررة لمراكز العلاج الطبيعي، لاحظت أن تأثيرات البيئة المحيطة بهذه الفئة من المصابين تُظهر عليهم الكثير من الظواهر النفسية التي تحتاج إلى الوصف الدقيق والموضوعي لمعالجتها أو وضع الحلول وهدف البحث الى التعرف على مستوى الحيز النفسي لدى لاعبي كرة القدم المصابين بأعمار (25-30) سنة وقامت الباحثة ببناء مقياس لهذا الغرض واستنتجت الباحثة يمتلك اللاعبون المصابون بكرة القدم بأعمار (25-30) سنة من لاعبي كرة القدم مستوى مرتفع في الحيز العام في مقياس الحيز الشخصي و اوصت اعتماد الدراسة من قبل المدربين والمعالجين النفسيين و باستخدام المقياس

The reality of personal space among players injured in football ages (25-30) years

Zainab Hassan gafer

Dr Hassan hadi atea

Abstract

The research included four chapters, the first section contained the introduction to the research and its importance, and the importance of supporting the psychological state of them towards that stability was addressed to continue practicing training and competition, that sports injuries can have important psychological repercussions and work to keep the athlete away from the stadiums. And objective to address or develop solutions and the aim of the research to identify the level of psychological space among football players injured ages (25-30) years and the researcher built a scale for this purpose and concluded the researcher owns players injured football ages (25-30) years of football players high level in the public space in the scale of personal space and recommended the adoption of the study by coaches and psychotherapists and using the scale

مقدمة البحث وأهميته:

تحدثت أصابات التمزق الجزئي لأصابة العضلات الضامة الفخذية للاعبين كرة القدم بحدود (10%-25%) ومنها، وهي من الإصابات الشائعة بين الرجال في عمر (25-30) سنة حسب البيانات الطبية المتوفرة في مختلف وسائل الإعلام الصحي الرسمية والإصابات الرياضية أساساً تعيق تطوير قابلية

الرياضي مما يحتم على المدرب ان يكون ملماً بطرائق تفاديها وتوفير الأمان و السلامة أثناء النشاط الرياضي، وكذلك اثارها السلبية على اللاعبين اذ ان أصابات لاعبي كرة القدم كثيرة ومتعددة حسب البيانات الطبية المتوافرة في مختلف وسائل الإعلام الصحي الرسمية، كما أن إهتمامات التأهيل الرياضي وعلم النفس الرياضي وبرامج الارشاد النفسي لا تتحدد أو تتحسر بالتركيز على البيئة التدريبية أو التنافسية التي يقضي اللاعب معظم وقته فيها، وانما تمتد لمواقف أخرى لها خصوصيتها المختلفة، وهذا الأمر بدوره يفرض مواصلة البحث العلمي بكل ما يتعلق بالنواح النفسية لتقديم الدعم النفسي للمصابين من لاعبي كرة القدم، والإصابة الرياضية هي تغير ضار يحدث نتيجة حدث غير متوقع. إن أثناء ممارسة النشاط الرياضي ينتج عنه أضرار فسيولوجية تشريحية وكذلك اضرار نفسية تقع على كاهل اللاعبين وهذا ما يدعو إلى أهمية دعم الحالة النفسية لهم باتجاه ذلك الإستقرار لمواصلة ممارسة التدريب والمنافسة، و يمكن أن تكون لها تداعيات نفسية هامة وتعمل على ابعاد الرياضي عن الملاعب. التي ستكون مسؤولة عن ازدياد القلق والادراك السلبي على العودة إلى الرياضة ضعف من الناحية النفسية، فإن اللاعب يكون أكثر عرضة للإصابة وترتبط هذه العود . و الحيز الشخصي واحد من المواضيع المهمة في علم النفس الهندسي والبيئي فهو يتعلق بدراسة شخصية اللاعب اثناء الإصابة الرياضية عند مواجهتهم للمواقف التي تعترض اثناء الإصابة الرياضية، و يشير إلى الحدود المكانية التي تحيط بجسم الشخص ويعتبرها خاصة به هو فقط، لا يجب أن يتعدها الآخرون. و هذه الحدود تحيط بالمرء تتحقق في المكان وفي النفس، مما يدعو إلى أهمية دعم الحالة النفسية لهم باتجاه ذلك الإستقرار لمواصلة ممارسة التدريب والمنافسة، مما يتطلب بناء مقاييس نفسية وصحية تخصصية لهذه الفئة من المتدربين تراعي خصوصيتهم، بغية التعبير بالقيم الرقمية عن ما يصاحب الحيز الشخصي وان تشخيص الظواهر النفسية، واحدة من اهم متطلبات العمل التدريبي للتغلب على الصعوبات ومن هنا تأتي أهمية البحث بدراسة واقع الحيز الشخصي لدى اللاعبين المصابين بكرة القدم

مُشكلة البحث:

تعد الحالة النفسية و العوامل النفسية المرتبطة بها من المتطلبات الاساسية في اعداد الفرق وخصوصا في فترة الاصابة الرياضية ورحلة العلاج والتاهيل لدى لاعبي كرة القدم اذ أن الإعداد النفسي مكون اساسي من عملية الاعداد العام للرياضيين و لا بد من أن يحظى بأهتمام المدربين شأنه شأن عوامل التدريب الأخرى المختلفة باعتماد برامج الإرشاد النفسي،ومن خلال ملاحظة الباحثة واهتمامها وكذلك زيارات الباحثة المتكررة لمراكز العلاج الطبيعي، لاحظت أن هناك ضعف في الجانب النفسي في عملية تاهيل اللاعبين وعدم دراسة تأثيرات البيئة المحيطة بهذه الفئة من المصابين تُظهر عليهم الكثير من الظواهر النفسية التي تحتاج إلى الوصف الدقيق والموضوعي لمعالجتها أو وضع الحلول لها والتي منها الحيز الشخصي والتي قد اثرت عليها البيئة اثناء عملية التاهيل وتفاعلت وتناسقت لتكوين وحدة ديناميكية تميز الشخص وهذه الملاحظة ولدت لدى الباحثة مشكلة في واقع الحيز الشخصي لدى اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في لعبة كرة القدم باعمار (25-30) سنة وحاولت دراستها بصورة علمية موضوعية وذلك بدراسة واقع الحيز الشخصي لدى اللاعبين المصابين بكرة القدم، إذ لا يمكن تجاهل أهمية الظواهر النفسية وأنعكاساتها على الصحة وعملية التاهيل

أهداف البحث:

- 1-بناء مقياس الحيز الشخصي لدى اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في لعبة كرة القدم باعمار (25-30) سنة
- 2- التعرف على مستوى الحيز النفسي الحيز الشخصي لدى اللاعبين المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في لعبة كرة القدم باعمار (25-30) سنة

مجالات البحث:

المجال البشري : عينة من لاعبي كرة القدم المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في العضلة باعمار (25-30) سنة

المجال الزمني : (20-3-2022) لغاية (3-4-2022)
المجال المكاني: بغداد – مستشفى الطب الرياضي

تحديد المصطلحات:

الحيز الشخصي: الحصيلة الخاصة والفريدة للصفات والعادات والافكار والاتجاهات والسلوك، التي قد تفاعلت وتناسقت لتكوين وحدة ديناميكية تميز الشخص عن غيره ككل، و تسهل له التكيف والتعامل مع الظروف"

منهج البحث واجراءات الميدانية

منهج البحث

أن لكل بحث منهاجاً خاصاً يتبع لحل مشكلته، وقد استخدمت الباحثة المنهاج الوصفي نظراً لملاءمته لطبيعة المشكلة إذ إن المنهج الوصفي هو التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي ، ووضع مؤشرات، وبناء تنبؤات مستقبلية .

مجتمع البحث وعينه.

تم تحديد مجتمع البحث بالطريقة العمدية ، وتكون مجتمع البحث من لاعبي كرة القدم المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في العضلات باعمار (25-30) سنة و عددهم (86) مصابا من المسجلين في مستشفى الطب الرياضي وهي تمثل مجتمع الأصلا ، و من الأمور التي ينبغي على الباحثة مراعاتها الحصول على عينة تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً حقيقياً، اما عينة البحث فتكونت من عينة التجربة الاستطلاعية الاولى (4) لاعب من لاعبي كرة القدم باعمار (25-30) وعينة للبناء(64) لاعب من لاعبي كرة القدم باعمار (25-30) وتكونت عينة التجربة الرئيسية من (22) لاعب من لاعبي كرة القدم المصابين بالتمزق الجزئي البسيط في العضلات باعمار (25-30) المشخصون من قبل الطبيب المختص والذين مازلوا في مرحلة التأهيل واختيارهم بطريقة عشوائية وبنسبة (25.5%) يمثلون مجتمع البحث المسجلين في مستشفى الطب الرياضي الذين يخضعون الى عملية التأهيل

وسائل جمع المعلومات والأدوات البحث المستخدمة بالبحث:-

- ❖ المصادر العربية والأجنبية
- ❖ شبكة المعلومات الدولية الالكترونية
- ❖ المقابلات الشخصية
- ❖ الملاحظة والتجريب
- ❖ استمارة استطلاع آراء الخبراء في تحديد المجالات مقياس(الحيز النفسي)
- ❖ استمارة استبانة خاص بقياس العبارات (الحيز النفسي)

القياس والاختبار:

1- تحديد فكرة و هدف المقياس الحيز الشخصي

لدواعي اجراءات البحث قامت الباحثة بتحديد فكرة المقياس الحيز الشخصي " تعد خطوة تحديد فكرة المقياس ومبررات تصميمه من أهم الخطوات وأولها نظراً لأنها تتيح للقائم بتصميم المقياس الوصول للمداخل والأفكار الرئيسية التي سوف يستند إليها في تصميمه". وبعدها تم تحديد هدف المقياس اذ تقوم هذه الخطوة بدور الموجه الذي يعين مصمم المقياس خلال الخطوات التالية على أعداد مقياسا يفي بالغرض المطلوب، " ويقصد بتلك الخطوة تحديد الخطوة المطلوبة من المقياس أن يقدمها ". اذ قامت الباحثة بتحديد اسم المقياس ثم تحديد هدفه والتمثل بالغرض المطلوب من وراء بناء المقياس وهو إيجاد وسيلة علمية لقياس الحيز الشخصي لدى لاعبي كرة القدم باعمار (25-30) سنة

2- تحديد مجالات المقياس.

استعانت الباحثة بعدد من مقاييس البحوث ذات الصلة ومن خلال تحليل المراجع والبحوث النظرية العربية والأجنبية وبعض المقاييس المرتبطة بموضوع البحث كدراسة(Edward, T. Hall) المتعلقة بفكرة نشوء العلاقات الإنسانية(البيئة الاجتماعية للفرد) من خلال نظرية الحيز الشخصي. واعتمادا على دراسة

(ليلى كرم الدين وآخرون) بتحديد مجالات الدراسة اقترحت الباحثة وبالاتفاق مع المشرف مجموعة من المحاور وهي: (الحيز الخاص (الخصوصية)، و الحيز الشخصي ، و الحيز الاجتماعي ، و الحيز العام) وكما موضح في الملحق رقم (2) وقامت الباحثة بتوزيعها على مجموعة من الخبراء المختصين في مجال علم النفس وعددهم (9) خبيراً، كما بين الملحق (1) أسماء وتخصص وعمل الخبراء وطلبت منهم إبداء آرائهم بمدى صلاحية التعريف النظري لمفهوم الحيز الشخصي. وصلاحية المجالات وتعريفاتها وإضافة أي مجال آخر يروونه مناسباً والإفادة من اكبر عدد ممكن من الأفكار والخبرات المتعلقة بموضوع البحث. إذ تمت الموافقة على جميع المحاور الأربعة.

3- تحديد فقرات مقياس الحيز الشخصي.

بعد تحديد مجالات مقياس الحيز الشخصي ، قامت الباحثة بصياغة فقرات المقياس بصورتها الأولية و البالغ عددها (44) فقرة موزعة في (4) مجالات للمقياس : (الحيز الخاص (الخصوصية)، و الحيز الشخصي ، و الحيز الاجتماعي ، و الحيز العام) كما يبين الملحق (3) الاستمارة وعرضها على نفس مجموعة الخبراء في الملحق (1) لغرض تقويمها والحكم عليها من حيث صياغتها وصلاحيتها في قياس الحيز الشخصي والمجالات المتضمنة لقياسه واتجاه العبارة السلبية والإيجابية والتحقق من صلاحية مقياس التقدير الخماسي (دائماً و غالباً و أحياناً و نادراً و أبداً) ، وفي ضوء الآراء و الملاحظات التي أبدتها السادة الخبراء تم تعديل بعض الفقرات و الموافقة على جميع الفقرات التي كانت نسبة الموافقة عليها أكبر من 75% من الاستجابات ، إذ قبلت الفقرات التي يتفق عليها (75%) فأكثر من آراء المحكمين في هذا النوع من الصدق" كما يبين الجدول (5) وأصبح المقياس يتكون من (44) فقرة والملحق رقم (3) يوضح ذلك، وقد قامت الباحثة عند صياغة الفقرات بمراعاة الآتي:

- أن يكون للفقرة معنى واحد فقط و محدد.
- أن تكون لغة كل فقرة واضحة و صحيحة.
- الابتعاد عن العبارات الصعبة.
- أن تصاغ الفقرات بصيغة المتكلم:

الجدول (4)

يبين النسبة المئوية لإجابات الخبراء على المقياس

رقم الفقرات	مجال	آراء الخبراء		نسبة المئوية لقرار
		موافق	غير موافق	
	الحيز الخاص (الخصوصية)			
1	عمل على المحافظة على خصوصياتي ولا ابوح بها الى قرب الاشخاص	9	0	100%
2	شعر بانتهاءك خصوصياتي من قبل زملائي اللاعبين	8	1	88.8%
3	دي استقلالية فكرية بعيدا عن تدريبي	9	0	100%
4	فضل الجلوس لوحدي منعزل	9	0	100%
5	لا اشاهد التلفزيون مع الاخرين	9	0	100%
6	لا ابوح بمشاعري تجاه الاخرين	8	1	88.8%
7	عتمد على نفسي في اعداد الطعام	7	2	77.7%
8	فضل ان يمسك بيدي الاخرين عند التحدث معي	9	0	100%
9	لا اتحمل المسؤولية عند اللعب مع زملائي	7	2	77.7%
10	فصح عن ما اريد ان اعمله	8	1	88.8%
11	حب رائحتي الخاصة	8	1	88.8%
	حيز الشخصي			
12	ميل الى المنافسات القوية	9	0	100%

بول	%77.7	2	7	لا اناثر بالآخرين مهما كانت النتائج	13
بول	%88.8	1	8	نا متهور في اللعب	14
بول	%100	0	9	شعر بالطاقة الايجابية عند الاطراء من قبل مدربي الاهل	15
بول	%100	0	9	تمس العطف من مدربي	16
بول	%77.7	2	7	تقبل الارشادات من زملائي اللاعبين	17
بول	%88.8	1	8	ندفع ومزاجي يتقلب حسب الطرف	18
بول	%88.8	1	8	تخذ قراراتي باستشارة الاخرين	19
بول	%100	0	9	علاقاتي لطيفة مع زملائي اللاعبين	20
بول	%100	0	9	مازح اخوتي واصدقائي كثيرا	21
بول	%77.7	2	7	نفتح واتقبل الراي الاخر	22
				حيز الاجتماعي	
بول	%100	0	9	ملك الايثار مع اقاربي واصدقائي	23
بول	%88.8	1	8	علاقاتي مع الاقارب يسودها الود و الاحترام	24
بول	%88.8	1	8	عمل على تكوين اكثر من صفحة شخصية في مواقع التواصل	25
بول	%77.7	2	7	تواصل مع زملائي اللاعبين يوميا	26
بول	%100	0	9	سهولة اكون صداقات جديدة مع الاعضاء الجدد	27
بول	%100	0	9	لا احبذ المشاركة مع زملاء باحاديث السياسية	28
بول	%88.8	1	8	تجنب الحديث عن التدريب مع عامة الناس	29
بول	%100	0	9	يدي الاعجاب بتعليقات الاخرين	30
بول	%100	0	9	شعر بالقوة بالتقارب مع الاخرين	31
بول	%88.8	1	8	نا قريب جدا من اهلي	31
بول	%77.7	2	7	شعر بالغضب والاستياء من تدخل الاقارب والاصدقاء شؤوني الخاصة	32
بول	%88.8	1	8	تاثر كثيرا بصفحات التواصل الاجتماعي	33
				حيز العام	
بول	%100	0	9	حب الخروج بسفرات مع الفريق بامكان متفرقة	34
بول	%77.7	2	7	تجنب الضوضاء والازدحامات	35
بول	%77.7	2	7	لا احب اللعب بوجود جمهور كبير	36
بول	%100	0	9	تاثر كثيرا بصحيات الجمهور	37
بول	%88.8	1	8	رتابني الخوف من اللقاءات الجماهيرية	38
بول	%77.7	2	7	تجنب التطفل من قبل الجمهور	39
بول	%88.8	1	8	تجنب كثيرا وسائل الاعلام	40
بول	%100	0	9	لا احب الظهور في وسائل الاعلام خلال المباراة	41
بول	%100	0	9	دي معتقدات عنصرية تجاه بعض العامة	42
بول	%88.8	1	8	ظرتي ايجابية للمجتمع	43
بول	%100	0	9	دي صداقات كثير مع اناس لا اعرفهم في صفحات التواصل الاجتماعي	44

قامت الباحثة بإجراء تجربة استطلاعية أولية يوم من 20-3-2022 إذ قامت بتوزيع استمارات المقياس وجمعها على عينة استطلاعية مكونة من (4) اللاعبين من مجتمع البحث وكان الهدف من هذه التجربة التعرف على الصعوبات والمعوقات وكذلك وضوح وفهم فقرات المقياس وطريقة الإجابة وعلى الزمن الكلي لتطبيق المقياس إذ تم تصحيح بعض الفقرات من خلال إعادة صياغتها لوجود أخطاء املائية واستغرق وقت الإجابة بين (8-14) دقيقة

5- بناء مقياس الحيز الشخصي:

قامت الباحثة بإجراء تجربة لبناء المقياس للفترة من يوم الأحد 24-3-2022 ولغاية الأربعاء 6-4-2022 إذ قامت الباحثة بتوزيع استمارات المقياس المبينة في الملحق (3) وجمعها على عينة البناء المكونة من (64) لاعب من لاعبي كرة القدم بأعمار (25-30) تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع الأصل إذ جرى تفرغ إجابات عينة التجربة وقام بتجربة أدوات القياس في الدراسة وأجراء المعاملات العلمية للمقياس .

6:المعاملات العلمية لمقياس الحيز الشخصي:

1- صدق المقياس.

الصدق من الخصائص السيكومترية العلمية التي يستوجب توافرها في المقياس " فالمقياس الذي لا يتصف بالصدق لا يمكن الاعتماد عليه، والاختبار الصادق هو الاختبار الذي يقيس بدقة كافية للظاهرة التي صمم لقياسها، ولا يقيس شيئاً آخر بدلاً عنها أو بالإضافة إليها،" فالمقياس الصادق هو الذي " تقيس فقراته الصفة المراد قياسها ولا يقيس أي صفة غيرها سواء أكان الفرد المستجيب تنطبق عليه أم لا تنطبق" وللصدق أنواع وقد اعتمدت الباحثة نوعين من الصدق

أولاً: الصدق الظاهري :

هو مدى صلة فقرات المقياس بالصفة المراد قياسها. ويتحقق الصدق " حين يقرر شخص له علاقة بالموضوع أن المقياس مناسب للخاصية المراد قياسها ، وقد يكون ذلك خبيراً " وقد تحقق الصدق الظاهري للمقياس عندما تم عرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من الخبراء للحكم على مدى صلاحية فقراته في قياس الحيز الشخصي، كما يبين الملحق (2) أسماءهم وقد اعتمدت نسبة (75%) فما فوق لتقدير صلاحية الفقرة للدراسة أو رفضها أو تعديلها.

ثانياً: الصدق المنطقي :

وقد توافر هذا المؤشر للصدق في المقياس الحالي عند بداية إعداد المقياس من خلال التعريف لمفهوم الحيز الشخصي، وتحديد مجالاته وفقراته بالاستعانة بمجموعة من الخبراء في مجال علم النفس والاختبارات والقياس.

ب : صدق البناء .

أولاً: القوة التمييزية للفقرات.

إن الهدف من تحليل فقرات المقياس هو الإبقاء على الفقرات الجيدة التي تميز بين الأفراد الخاضعين للقياس إذ قامت الباحثة بتفريغ إجابات عينة تجربة البناء جميعها البالغة (64) استمارة حددت الدرجة الكلية لكل استبانة من الاستبانات، ورتبت النتائج تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة، ثم اختيرت نسبة (27%) من نتائج المجموعة العليا والذين بلغوا (17) ، و(27%) من نتائج المجموعة الدنيا الذين بلغوا(17)، بعد ذلك استخدام اختبار (t, test) لغرض احتساب معامل التمييز لكل فقرة من فقرات المقياس الـ(44)، وقد أظهرت النتائج أن مستوى الدلالة المحسوب هي اصغر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0,05) الأمر الذي يعني معنوية الفروق وان الفقرات ذات قوة تمييزية جميعها باستثناء (2) عبارات تم حذفها لأن مستوى الدلالة المحسوب هي اكبر من قيمة مستوى الدلالة المعتمد (0,05) وهي الفقرات (16 و 41) وبذلك أصبحت الفقرات (42) فقرة

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي

1-علاقة المحور بدرجة المقياس:

استخدمت الباحثة معامل الارتباط البسيط بين درجة المقياس والمحور وظهرت النتائج ان هناك علاقة ارتباط معنوية بين درجة المحور ودرجة المقياس. (الحيز الخاص (الخصوصية)، (0.887) و الحيز الشخصي (0.983) و الحيز الاجتماعي (0.926) و الحيز العام (0.770) عند مستوى الخطأ (0.000)

2- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية

استخدمت الباحثة معامل الارتباط البسيط بين درجة المقياس والفقرة، لل فقرات (42) وقد استبعد من المقياس (2) فقرة . وهي الفقرتين (7, و25) لان معامل الارتباط لكل منها أكبر من مستوى الدلالة (0,05), وبذلك تبقى (40) فقرة لقياس الاداء التطبيقي و الجدول (6) يبين معامل الاتساق الداخلي والملحق (4) يبين المقياس بصورته النهائية.

2- ثبات المقياس :

للتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثة طريقتين هما التجزئة النصفية ومعادلة الفاكرونباخ
أولا : طريقة التجزئة النصفية .

اعتمدت الباحثة هذه الطريقة ببناء مقياس الحيز الشخصي لأنها من أكثر طرق الثبات استخداما " وتعتمد الطريقة، على تقسيم فقرات الاختبار، إلى نصفين الأول يحتوي، على الفقرات ذات الأرقام الفردية، والآخر يحتوي، على الفقرات ذات الأرقام الزوجية ، وبذلك تغطي هذه الطريقة درجات متكافئة لنصفي الفقرات". على عينة تجربة البناء البالغة (64) استمارة و لحساب معامل الثبات بهذه الطريقة، قسم فقرات المقياس الى فقرات فردية، وزوجية و تم حساب معامل الارتباط بين هذين النصفين . وقد بلغت قيمة معامل الارتباط بين النصفين (0.959) عند مستوى خطأ بلغ (0.00)، ويقول فؤاد البهي السيد " أنه يمكن التنبؤ بمعامل ثبات أي مقياس إذا علمنا معامل ثبات نصفه أو جزء منه"، وكما علمنا أن هذه القيمة توضح الثبات لنصف الاختبار لذا تم استخدام (معادلة سبيرمان - براون) لذلك تم تعديل قيمة معامل ثبات نصف الاختبار بمعادلة دلالة ثبات سبيرمان براون (Spearman – Brawn) وقد بلغت قيمة معامل الثبات للمقياس (0.879) وهذا مؤشر عال وجيد ، يمكن الاعتماد عليه لتقدير ثبات الاختبار ،

ثانيا : طريقة (معامل الفا- كرونباخ)

" هذا النوع من الثبات يسمى التجانس الداخلي ويشير الى قوة الارتباطات بين الفقرات في الاختبار " ولحساب الثبات بمعامل الفا كرونباخ لمقياس الحيز الشخصي اعتمدت الباحثة على عينة بناء المقياس نفسها البالغ عددها (64) من لاعبي كرة القدم ، وعند احتساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (0.744) وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه.

3- موضوعية مقياس الحيز الشخصي:

بعد أن تم تفرغ البيانات من الاختبار وأعادته اتضح بان جميع العبارات كانت واضحة للعينة كما أنها تتميز بكون البدائل اختيار من متعدد ولا تقبل الإجابة عن أكثر من بديل ولا توجد فيها عبارة للإجابة المفتوحة حيث يعد المقياس ذات موضوعية عالية ولا يمكن الاختلاف على الدرجات التي يحصل عليها أفراد العينة

مقياس الحيز الشخصي بصورته النهائية

تكونت فقرات مقياس الحيز الشخصي بصورتها النهائية من (40) فقرة موزعة في (4) مجالات للمقياس (الحيز الخاص (الخصوصية)، و الحيز الشخصي ، و الحيز الاجتماعي ، و الحيز العام) اعتمدت الباحثة طريقة قياس (ليكرت) لكونها تتناسب مع طبيعة وإجراءات وطبيعة البحث والاستبانة المعتمدة ، وكان احتساب الأوزان باتجاه ايجابي من (1-5) على وفق البدائل ، وهي: عبارة (ابداً)، أعطيت الوزن (1) درجة ، وعبارة (نادراً) ، أعطيت الوزن (2) درجة، وعبارة (احياناً)، أعطيت الوزن (3) درجات، وعبارة (غالباً) ، أعطيت الوزن (4) درجات، وعبارة (دائماً)، أعطيت الوزن (5) درجات. وعكسه بالاتجاه السلبي كما يبين الملحق (3) المقياس و هو مقياس التقدير الخماسي (دائماً و غالباً و احياناً و نادراً و ابدأ) و اقل درجة هي (40) واكبر درجة 200 والوسط الفرضي هو 120

مستويات المقياس

تم ايجاد مستويات للمقياس بالاعتماد على طريقة المدى حسب تقدير درجات المقياس الخماسي (طريقة ليكيرت) وقد تم تقسيم المستوى على النحو الآتي:

جدول (10)

يبين النسبة المئوية والمستويات

ت	نوع المستوى	الدرجة	النسبة المئوية	نوع المستوى
1	المستوى الاول	من 1 الى اقل 1,8	0,2 الى 0,36	منخفض
2	المستوى الثاني	1,81 الى اقل 2,6	0,36 الى 0,52	مقبول
3	المستوى الثالث	2,61 الى اقل 3,4	0,52 الى 0,68	المتوسط
4	المستوى الرابع	3,41 الى اقل 4,2	0,68 الى 0,84	مرتفع
5	المستوى الخامس	4,21 الى اقل 5	0.84 الى 100	مميز

التجربة الرئيسية

تم تطبيق التجربة الرئيسية على عينة البحث اذ تم توزيع الاستمارات على عينة البحث في يوم المصادف 3 / 4 / 2022 في , وقامت الباحثة بتوزيع الاستمارات الخاصة بمقياس الحيز الشخصي بصورته النهائية للتعرف على مستوى العينة

الوسائل الإحصائية :

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS)* واستخرج ما يلي:-

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- خطأ الانحرافات
- الارتباط البسيط لبيرسن
- ارتباط سبيرمان
- اختبار (t) للعينة واحدة
- معادلة سبيرمان براون
- معامل الفاكر ونيباخ

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها مقياس الحيز الشخصي :-

تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات استجابات أفراد عينة الدراسة على كل عبارات استبانته مقياس الحيز الشخصي وفقاً للمحاور : (الحيز الخاص (الخصوصية)، و الحيز الشخصي ، و الحيز الاجتماعي ، و الحيز العام) ، وقد تم ترتيبها وفقاً للمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بطريقتي الساق والفرع والجدول () يبين ذلك :

جدول ()

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة مستوى لمقياس الحيز الشخصي لعينة البحث

المرتبة	مجال	الدرجة	الاهمية النسبية	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	س الفرضي	القيمة التائية	sig	الدلالة	لمستوى
3	الحيز الخاص (الخصوصية)	33.40	%24.6	3.340	33	4.953	30	3.228	0.004	معنوي	متوسط
4	الحيز الشخصي	33.272	%24.5	3.327	32	3.561	30	4.310	0.000	معنوي	متوسط
1	الحيز الاجتماعي	35.00	%25.7	3.50	34.5	3.380	30	6.937	0.000	معنوي	مرتفع

مرتفع	معنوي	0.000	4.996	30	3.841	34.5	3.409	%25.1	34.090	الحيز العام	2
متوسط	معنوي	0.000	8.387	120	8.820	134.5	3.394		135.77	درجة المقياس	

عند مستوى دلالة (0.05)

3-5 مناقشة وتفسير نتائج مقياس الحيز الشخصي:

من خلال النتائج الموضحة في الجداول (3) فإن وجهات نظر اللاعبين كانت تحوي على تقارب واضح في مستوى محاور مقياس الحيز الشخصي فقد احتل محور الحيز الاجتماعي أعلى مستوى وهو أعلى من المفترض وبمعنوية للفروق لصالح استجابات العينة وهو أعلى من المفترض. واحتل محور الحيز العام أيضاً مستوى مرتفع أعلى مستوى وهو أعلى من المفترض وبمعنوية للفروق لصالح استجابات العينة، فيما أظهرت النتائج الحيز الخاص (الخصوصية) و الحيز الشخصي مستوى متوسط وبمعنوية للفروق لصالح استجابات العينة وهذا معناه ان الفرق معنوي ولكون وسط العينة اكبر من الوسط الفرضي فيدل على ارتفاع ان لمتغير الحيز الشخصي علاقة بالمنطقة أو المساحة المحيطة بجسم الشخص، والتي لا يتداخل فيها الآخرون وهي بالطبع لها ارتباط بالخوف والقلق لدى المتدربين عند عودتهم للتدريب بعد مرحلة العلاج الخوف من تكرار الإصابة وترى الباحثة ان النتائج كانت منطقية بسبب تعرض اللاعبين الى الإصابة ويولد ذلك هاجس من الخوف و التنبؤات حول المخاطر الجسدية التي قد تصيب اللاعبين نتيجة العودة للتدريب اذ أن الإصابات الرياضية يمكن أن تكون لها تداعيات نفسية هامة وتعمل على ابعاد الرياضي عن الملاعب وهنا يبين (فخري الدباغ) بان الحيز الشخصي " الحصيلة الخاصة والفريدة للصفات والعادات والافكار والاتجاهات والسلوك، التي قد تفاعلت وتناسقت لتكوين وحدة ديناميكية و تسهل له التكيف والتعامل مع الظروف". لذلك تولد هذا الخوف وارتفع مستوى الحيز الشخصي وكانت النتائج منطقية اذ يتعرض الرياضيين للخوف والقلق عند عودتهم للتدريب بعد مرحلة العلاج خوفاً من تكرار الإصابة ويعتمد على الجهود المبذولة من قبل الشخص المعالج لمراقبة وتخفيف أو تحمل أثر هذا الحدث، وان التكيف النفسي ضرورية للسماح للرياضيين للتعامل بفعالية مع العودة الطبيعية، وبالتالي تحتل دوراً مركزياً في التأهيل فالبيئة هي المجال الذي تحدث فيه الإثارة والتفاعل لكل وحدة حية وهي كل ما يحيط بالإنسان من طبيعة ومجتمعات بشرية ونظم اجتماعية وعلاقات شخصية . وهي المؤثر الذي يدفع الكائن إلى الحركة والنشاط والسعي اذ " علم النفس البيئي تؤكد على ملاحظة السلوك كما يحدث في إطاره الطبيعي وليس كما يحدث في مواقف تجريبية محددة. " اذ افرزت هذه النتائج ما يتعلق بدراسة شخصية اللاعب خلال وجوده في التأهيل ويؤكد (جون أرشيا) " ان هناك دور البيئة الفيزيائية في تحقيق توافر حيز شخصي حيث أكد على أن السلوك المطلوب من أجل تحقيق توافر حيز شخصي مناسب او الدفاع عنه يحدث في البيئه . "

الاستنتاجات والتوصيات

الاستنتاجات:

1. يمتلك اللاعبون المصابون بكثرة القدم باعمار (25-30) سنة من لاعبي كرة القدم مستوى متوسط في الحيز الخاص (الخصوصية) في مقياس الحيز الشخصي.
2. يمتلك اللاعبون المصابون بكثرة القدم باعمار (25-30) سنة من لاعبي كرة القدم مستوى متوسط في الحيز الشخصي في مقياس الحيز الشخصي
3. يمتلك اللاعبون المصابون بكثرة القدم باعمار (25-30) سنة من لاعبي كرة القدم مستوى متوسط في الحيز الخاص (الخصوصية) في مقياس الحيز الشخصي
4. يمتلك اللاعبون المصابون بكثرة القدم باعمار (25-30) سنة من لاعبي كرة القدم مستوى مرتفع في الحيز الاجتماعي في مقياس الحيز الشخصي
5. يمتلك اللاعبون المصابون بكثرة القدم باعمار (25-30) سنة من لاعبي كرة القدم مستوى مرتفع في الحيز العام في مقياس الحيز الشخصي

التوصيات

- 1- اعتماد الدراسة من قبل المدربين والمعالجين النفسيين

- 2- اعتماد المقياس من قبل الباحثين والمعالجين النفسيين
- 3- ضرورة اهتمام المدربين بالحالة النفسية لدى اللاعبين وخصوصاً بعد الإصابة
- 4- اجراء دراسات مشابهة
- المصادر:**
1. احمد سليمان عودة وفتحي حسن ملكاوي ؛ أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، عمان ، مكتبة المنار للطباعة ، 1987
 2. اميرة حنا : بناء وتقنين مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، 2001م ،
 3. بلوم بنيامين (وآخرون): تقييم تعلم الطالب التجميعي والتكويني، (ترجمة) محمد أمين المفتي وآخرون، دار ماكروهيل، القاهرة، (1983)
 4. ليلي كرم الدين وآخرون؛ نقص الخصوصية والحيز الشخصي لدى الفتيات المراهقات وعلاقته بسمات الشخصية - دراسة بيئية مقارنة ، مجلة العلوم البيئية. معهد الدراسات والبحوث البيئية - جامعة عين شمس المجلد الخامس والثلاثون، الجزء الثاني، سبتمبر 2016
 5. علاء محمد سرى الدين؛ السمات النفسية المرتبطة بنقص الخصوصية للأطفال (دراسة بيئية مقارنة)، رسالة ماجستير، معهد الدراسات والبحوث البيئية قسمالعلوم الأنسانيه جامعة عين شمس. 2003
 6. محسن لطفي احمد قياس الشخصية ،(القاهرة ،المصرية الدولية للطباعة والنشر ، 2006)،
 7. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي ، 2000م،
 8. فيصل عباس ؛ الاختبارات النفسية - تقنياتها وإجراءاتها ، ط 1 : (بيروت ، دار الفكر العربي ، 1996)
 9. فؤاد البهي السيد ؛ علم النفس الإحصائي وقياس العقل البشري : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1979)
 10. فرانسيس ت، ك أندرو ماك ؛ علم النفس البيئي، (ترجمة) عبد اللطيف محمد خليفه، جمعة سيد يوسف، مطبوعات جامعة الكويت
 11. فخري الدباغ؛ أصول الطب النفسي ط3، (بيروت، دار الطليعة للطباعة والنشر 1983).
 12. وجيه محجوب : أصول البحث العلمي ومناهجه، عمان ، ط1، دار المناهج للنشر ، 2002 م،
- Edward, T. Hall (1959): The Silent Language. A System for the national of 11 - proxemics Behavior, American Anthropologist
- 12- Oppenheim . A. N; Qustionnair design and Attitude measurement , London , Heineman , 1973
- 13- Freeman , F . S . , Theory and Praction of Psychological Testing , New York , 1962

ملحق (1)
مقياس الحيز الشخصي

المحور الأول	الحيز الخاص (الخصوصية)	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1	اعمل على المحافظة على خصوصيتي ولا ابوح بها الى اقرب الاشخاص					
2	اشعر بانتهاك خصوصيتي من قبل زملائي اللاعبين					

					لدي استقلالية فكرية بعيدا عن مدربي	3
					افضل الجلوس لوحدي منعزل	4
					لا اشاهد التلفزيون مع الاخرين	5
					لا ابوح بمشاعري تجاه الاخرين	6
					افضل ان يمسك بيدي الاخرين عند التحدث معي	7
					لا اتحمل المسؤولية عند اللعب مع زملائي	8
					افصح عن ما اريد ان اعمله	9
					احب رائحتي الخاصة	10
					الحيز الشخصي	للمحور الثاني
				دائماً	اميل الى المنافسات القوية	11
				غالباً	لا اتاثر بالآخرين مهما كانت النتائج	12
				نادراً	انا متهور في اللعب	13
				أبدأ	اشعر بالطاقة الايجابية عند الاطراء من قبل مدربي والاهل	14
					اتقبل الارشادات من زملائي اللاعبين	15
					مندفع ومزاجي يتقلب حسب الظرف	16
					اتخذ قراراتي باستشارة الاخرين	17
					علاقاتي لطيفة مع زملائي اللاعبين	18
					امازح اخوتي واصدقائي كثيرا	19
					منفتح واتقبل الراي الاخر	20
					الحيز الاجتماعي	للمحور الثالث
				دائماً	علاقاتي مع الاقارب يسودها الود و الاحترام	21
				غالباً	اعمل على تكوين اكثر من صفحة شخصية في مواقع التواصل	22
				احياناً	اتواصل مع زملائي اللاعبين يوميا	23
				نادراً	بسهولة اكون صداقات جديدة مع الاعضاء الجدد	24
				أبدأ	لا احبذ المشاركة مع الزملاء باحاديث السياسية	25
					اتجنب الحديث عن التدريب مع عامة الناس	26
					ابدي الاعجاب بتعليقات الاخرين	27
					اشعر بالقوة بالتقارب مع الاخرين	28
					انا قريب جدا من اهلي	29
					اشعر بالغضب والاستياء من تدخل الاقارب والاصدقاء بشوئي الخاصة	30
					الحيز العام	للمحور الرابع
				دائماً	احب الخروج بسفرات مع الفريق بامكان متفرقة	31
				غالباً	اتجنب الضوضاء والازدحامات	32
				احياناً	لا احب اللعب بوجود جمهور كبير	33
				نادراً	اتاثر كثيرا بصحيات الجمهور	34
				أبدأ	يرتابني الخوف من اللقاءات الجماهيرية	35
					اتجنب التطفل من قبل الجمهور	36
					اتجنب كثيرا وسائل الاعلام	37
					لدي معتقدات عنصرية تجاه بعض العامة	38
					نظرتي ايجابية للمجتمع	39

					لدي صدقات كثير مع اناس لا اعرفهم في صفحات التواصل الاجتماعي	40
--	--	--	--	--	---	----

ملحق (2)

اسماء الخبراء والمختصين

ت	اللقب العلمي	الاسم	التخصص	مكان العمل
1	ا.د	هلال عبد الكريم	علم النفس	متقاعد جامعة بغداد
2	ا.د	محمد جسام عرب	علم النفس	متقاعد جامعة بغداد
3	ا.د	علي يوسف	علم النفس	جامعة السلام
4	ا.د	رويدة علي	علم النفس	جامعة بغداد
5	ا.م.د	سعد خميس راض	علم النفس	وزارة التربية