

بناء وتطبيق مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين

ا.م.د. حازم جاسم خزعل
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
جامعة البصرة

ملخص البحث العربي:

الإعاقة تجعل الفرد المعاق مضطربا نفسيا وجسديا وذلك ما يزيد من تدهور حالته فيكتسب مع الزمن سمات نفسية سلبية أبرزها ظهور علامات وأعراض الضغوط النفسية المختلفة وغالبا ما تكون ذات تأثيرات سيئة لهم بسبب التجارب التي يعيشون فيها نتيجة الإعاقة مما تجعلهم يحاولون البقاء بعيدا عن أي شيء يذكرهم بإعاقتهم ، وللضغوط النفسية خطرا على صحة الرياضيين المعاقين وتوازنهم كما تهدد كيانهم النفسي وما ينشأ عنها من آثار سلبية أبرزها تأثيرها على جوانب الشخصية وأنماطها وبدوره يؤدي إلى عدم القدرة على التكيف وضعف مستوى الأداء والعجز عن ممارسة الحياة اليومية وانخفاض الدافعية للتدريب والشعور بالإرهاك النفسي وهذا بدوره يؤدي إلي ضعف الانجاز الرياضي وترديه . ومما تقدم تتجلى أهمية البحث في بناء مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى لاعبي المعاقين الرياضيين في العراق للتعرف من خلاله على مستويات تحديد نمط الشخصية لدى هؤلاء اللاعبين ودراستها والتي بدورها قد تخفف من تلك الضغوط وهذا بدوره يؤدي إلي الارتقاء بهم وبلوغ ذروة الانجاز ، لذا جاءت هذه الدراسة لإيجاد مقياس يحدد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لهؤلاء اللاعبين .

أهداف البحث :

- 1- بناء وتطبيق مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية ، على اللاعبين المعاقين في محافظة بغداد والمحافظات الجنوبية في العراق .
 - ٢ - التعرف على مستوى تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية للاعبين المعاقين في محافظة بغداد والمحافظات الجنوبية في العراق .
- أهم الاستنتاجات والتوصيات :

من عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث إلي أهم الاستنتاجات الآتية :

- ١ - إن مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية المعد من قبل الباحث قادر على تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى المعاقين حركيا الرياضيين .
- 2 - تباين اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين في نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية حيث كانت النسبة الأعلى للنمط المتوتر والضغوط الكثيرة ثم تلتها نسبة نمط معتدل وضغوط عادية ثم نمط منخفض وليس لديه ضغوط ثم النمط الهادئ جدا .
- التوصيات :**

- 1 - إمكانية استخدام المدربين والعاملين في مجال رياضة المعاقين للمقياس الحالي للاعبين وفي جميع الفعاليات الرياضية للمعاقين حركيا وذلك للتعرف على نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لهم وللاستفادة من النتائج التي يظهرها المقياس لإبداء المساعدة وخاصة للذين يمتلكون النمط المتوتر والضغوط الكثيرة ، إذ إن المقياس المعد من قبل الباحث يساعد في الكشف عن اللاعبين الذين يحتاجون إلي المساعدة .
- 2 - الاستفادة من البحث الحالي لإجراء دراسات مماثلة على اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين في فعاليات رياضية أخرى .

Building and the application of the scale to determine your personal style in the face of psychological pressure The players physically disabled athletes
A. M. Dr. Hazem Jassim Khazal (2016 m)

Provided and the importance of research:

Disability make individual with a disability troubled psychologically and physically, and it increases the deterioration of his acquires with the times negative psychological attributes highlighted by the appearance of signs and symptoms of various psychological pressures and often of bad effects to them because of experiments in which they live as a result of disability, which makes them trying to stay away from anything that reminds them of their disability , and the pressures of psychological danger to the health of disabled athletes, balance and threaten the psychological entity and the resulting negative effects most notably the impact on the personal aspects and patterns and in turn leads to an inability to adapt and twice the level of performance and the inability to exercise daily life and low motivation for training and a sense of psychological exhaustion and this in turn leads to the weakness of sporting achievement and worsen. From the foregoing it reflected the importance of research in the construction of a scale to determine your personal style in the face of psychological stress among players disabled athletes in Iraq to learn from him on the levels determine personal style with these players and study, which in turn may alleviate these pressures and this in turn leads to their upgrade and reach the peak of achievement, So this study was to find a measure defines personal style in the face of psychological pressure for these players.

Research objectives:

1. building and the application of the scale to determine your personal style in the face of the psychological pressure, the players on the disabled in the province of Baghdad and the southern provinces in Iraq.
2. to identify the level of determining personal style in the face of psychological pressure players with disabilities in the province of Baghdad and the southern provinces in Iraq.

The main conclusions and recommendations:

Showing of results and discuss the most important, the researcher suggested the following conclusions:

1-The determination of personal style in the face of psychological stress prepared by the researcher is able to identify your personal style in the face of the psychological pressure of the physically disabled athletes scale.

2-physically handicapped players contrast athletes in personal style in the face of psychological pressure, where the highest percentage of tense pattern followed by many moderate pattern of normal and low pressure ratio and pattern and had no pressure and then very quiet pattern and pressures.

Recommendations:

1-The possibility of the use of trained personnel in the field of sports for the disabled for the current scale for players in all sporting events for the physically disabled and to identify the personal style in the face of psychological pressure to them and to take advantage of the results displayed by the meter for their assistance and especially for those who have tense style of the many pressures, as is standard prepared by the researcher helps in the detection of players who need help.

2-to take advantage of current research to conduct similar studies on the players physically disabled athletes in other sporting events .Alpha

1-التعريف بالبحث :

1-1المقدمة وأهمية البحث :

الإعاقة تجعل الفرد مضطربا نفسيا وجسديا وذلك ما يزيد من تدهور حالته فيكتسب مع الزمن سمات نفسية سلبية أبرزها ظهور علامات وأعراض الضغوط النفسية المختلفة وغالبا ما تكون ذات تأثيرات سيئة له بسبب التجارب التي يعيش فيها نتيجة الإعاقة مما تجعله يحاول البقاء بعيدا عن أي شيء يذكره بإعاقته ، وللضغوط النفسية خطرا على صحة الرياضيين المعاقين وتوازنهم كما تهدد كيانهم النفسي وما ينشأ عنها من آثار سلبية أبرزها عدم القدرة على التكيف وضعف مستوى الأداء والعجز عن ممارسة الحياة اليومية وانخفاض الدافعية للتدريب والشعور بالإرهاك النفسي وهذا بدوره له الأثر البالغ على جوانب الشخصية الإنسانية وأنماطها التي هي نتاج لمكونات بدنية واجتماعية ونفسية وبيئية وبينهم تفاعل مستمر فكل جانب من جوانب الشخصية الإنسانية وأنماطها يؤثر ويتأثر بالجوانب الأخرى ومواجهة الضغوط النفسية يؤثر في سلوك الفرد ويحدد بدرجة كبيرة فكرته عن نفسه ونمط شخصيته ، ومما تقدم تتجلى أهمية البحث في بناء مقياس لتحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى المعاقين حركيا الرياضيين في العراق للتعرف من خلاله على نمط الشخصية وتأثرها في مواجهة الضغوط النفسية لدى هؤلاء اللاعبين ودراستها والتي بدورها قد تخفف من تلك الضغوط وهذا بدوره يؤدي إلي الارتقاء بهم وبلوغ ذروة الانجاز ، لذا جاءت هذه الدراسة لإيجاد مقياس يتعامل مع أنماط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لهؤلاء اللاعبين .

1-2مشكلة البحث :

تبرز مشكلة البحث في أن المعاقين يواجهون ضغوطا نفسية لاعتبارات الإعاقة التي يمتلكونها ، مما يتأثر نمط الشخصية لديهم عند مواجهة تلك الضغوط النفسية وهذا بدوره يؤدي إلى تدني الأداء والانجاز الرياضي تباعا لتلك الضغوط النفسية التي يواجهونها ، ومن خلال إطلاع الباحث وتقصيه للمراجع العلمية المختصة في مجال علم النفس الرياضي وجد أنها لم تتطرق بشيء من التفصيل في جانب رياضة المعاقين وعدم وجود أداة لقياس نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لتلك الفئة مما دفع الباحث كل ذلك للخوض في هذه الدراسة .

1-3 أهداف البحث :

- 1- بناء وتطبيق مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية ، على المعاقين حركيا الرياضيين في أندية محافظة بغداد والمحافظات الجنوبية في العراق .
- 3 - التعرف على مستوى تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية ، على المعاقين حركيا الرياضيين في أندية محافظة بغداد والمحافظات الجنوبية في العراق .

1-4 مجالات البحث :

1. 4. 1 المجال البشري : المعاقين حركيا الرياضيين في أندية بغداد والمحافظات الجنوبية .
1. 4. 2 المجال المكاني: القاعات الخاصة للأندية الرياضية ببغداد والمحافظات الجنوبية .
1. 4. 3 المجال الزمني : للفترة من 10 / 5 / 2015 ولغاية 10 / 1 / 2016 .

2-الدراسات النظرية :

1-2الدراسات النظرية :

1-1-2 مفهوم الشخصية :

" لقد اختلف علماء النفس كثيرا في تعريف الشخصية ، فيرى برت (Burt) إن الشخصية هي ذلك النظام الكامل من الميول والاستعدادات الجسمية والعقلية ، الثابتة نسبيا التي تعد مميّزا خاصا للفرد والتي يتحدد بمقتضاها أسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية ، أما البورت (allport) فيرى أن الشخصية هي التنظيم الديناميكي في نفس الفرد لتلك المنظومات السمية النفسية التي تحدد أشكال التكيف الخاصة لديه مع البيئة ، وتعرف الشخصية أيضا على أنها مجموعة من السمات البدنية والروحية التي تظهر في المهارات الحياتية لإنسان بعينه وتميزه عن غيره " (1) .

1-1-2 نظريات الشخصية : (2)

أولا النظرية الدينامية : ومن مؤسسين هذه النظرية فرويد (Freud) وينسب السلوك إلى القوى الدينامية المنبعثة من الطاقة النفسية أو الغريزية ومن محتويات اللاشعور والى الخبرات والرواسب الفردية المكتسبة

1 - رمضان ياسين : علم النفس الرياضي ، عمان ، دار أسامة للتوزيع والنشر ، 2008 ، ص 34 .

2 - محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي ، ط7 ، القاهرة . مركز الكتاب للنشر ، 2009 . ص 85-117 .

المؤثرة في تلك الدوافع الغريزية . والشخصية من وجهة نظره منظومة متكاملة تتضمن ثلاث نظم أساسية هي (أهو ID والانا Ego والانا الأعلى Superego وهذه النظم الأساسية الثلاثة تتكامل معا بصورة يصعب معها عزل اثر كل منها في سلوك الإنسان بالرغم من إن لكل منها وظائفه وديناميته ومكوناته ومبادئه التي يعمل في إطارها .

ثانيا نظريات الأنماط : حاول بعض الباحثين تقسيم الناس إلى أنماط تبعا لبعض المميزات السائدة لدى كل فرد وفي اعتقادهم أن هذا النمط يحدد شخصية صاحبه بصورة ما ، كما حاولوا منذ القدم البحث عن الأنماط المختلفة التي ينقسم الأفراد فيما بينهم تبعا لها ، فقسّموا الناس إلى أنماط مزاجية ، وأنماط جسمانية ، وأنماط نفسية اجتماعية .

ثالثا نظريات السمة : تعتبر نظريات السمة في مجال دراسة الشخصية من بين ابرز النظريات التي حاولت دراسة الشخصية وفهم أبعادها وجوانبها والتنبؤ بسلوكها والتي اهتم بها العديد من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي والسمة بصفة عامة يمكن أن تشير إلى الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة ، أو هي أي صفة يمكن أن نفرق على أساسها بين فرد وآخر ، وعلى ذلك إذا كنا نستطيع أن نميز بدقة نوع السمات التي تظهر على الشخص والى أي درجة يمتلكها ضمن المعتقد انه يمكن التنبؤ بكيفية سلوك الشخص في المستقبل أو على الأقل يمكن أن تفهم سلوكه الحالي .

رابعا نظرية التعلم الاجتماعي : تستند هذه النظرية على العوامل البيئية والسلوك المكتسب وتؤكد على العمليات الاجتماعية والمعرفية في تطوير الشخصية ، وقد أشار (البرت) إلى أن نظرية التعلم الاجتماعي في الشخصية تتأسس على جانبيين رئيسيين هما (النمذجة أو القدوة Modeling) ويقصد بذلك محاكاة السلوك أي التعلم من خلال الملاحظة والى التعزيز الاجتماعي (Social Rein cement) الذي يتأسس على فرضية أن السلوك الذي يتم تعزيزه أو تدعيمه يميل إلى أن يتكرر مرة أخرى ، ويمكن تعريف التعزيز الاجتماعي بأنه عملية اتصال لفظي أو غير لفظي بين فردين والتي يمكن أن تزيد من قوة الاستجابة .

2-2-1 مفهوم الضغوط النفسية :

من التعريفات التي تحظى بالقبول تعريف عالم النفس الاجتماعي للضغوط النفسية (جوزيف مك جراث 1970 Joseph mc Grath) حيث يعرف الضغط " كعملية أو خطوات متتابعة تشير إلى الإحساس الناتج من فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانات ويصاحبه عادة مواقف فشل يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانات مؤثرا قويا في إحداث الضغوط النفسية " (1) ، وعرفها (راتب 2004) " بأنها عدم التوازن الواضح بين المتطلبات (بدنية أو نفسية) والمقدرة على الاستجابة تحت ظروف عندما يكون الفشل في الاستجابة لتلك المتطلبات يمثل نتائج هامة " (1).

¹ - أسامة عبد الظاهر : مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة حلوان، القاهرة 1999، ص 13-14

¹ - أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي ، ط2، القاهرة، دار الفكر العربي ، 2004، ص 210.

2-2-2 مصادر الضغوط النفسية وأسبابها :

قد أشار(شمعون،إسماعيل 2002)" بأن الموقف في حد ذاته لا يخلق الضغوط النفسية، ولكن الاستجابة هي التي تؤدي إلي ذلك،حيث أنها داخلية في العقل وليست خارجية،ومن هذا المنطلق فهي غير حقيقية،والضغط النفسي الوحيد الذي يضاف إلي الموقف ينبع من استرجاع الخبرات السلبية السابقة،أو خبرات الفشل.ويمكن حصر أهم مصادر الضغوط النفسية فيما يلي:(2)

- 1-ضغوط الجو المحيط .
- 2- ضغوط التدريب الرياضي .
- 3-ضغوط المنافسة الرياضية .
- 4-الضغوط الشخصية .
- 5-الضغوط العقلية .
- 6-الضغوط الفسيولوجية .
- 7-الضغوط الاجتماعية .
- 8-الضغوط الأخلاقية .

2-2-3 الآثار و التغيرات الناتجة عن مصادر الضغوط النفسية :

تشكل الضغوط النفسية خطرا كبيرا على صحة اللاعبين المعاقين وتوازنهم ، كما تهدد كيانهم النفسي ، نتيجة للآثار السلبية الناجمة عنها ولعل من أبرزها عدم القدرة على التكيف وضعف مستوى الأداء وانخفاض الدافعية للتدريب و المنافسة والعجز عن ممارسة مهام الحياة اليومية والشعور بالإرهاك النفسي . وفي إطار المحاولات الرامية إلى تحديد الآثار السلبية لمصادر الضغط النفسي يجمع غالبية الدارسين على تصنيف هذه الآثار ضمن المجموعات الآتية (3)

- 1-آثار فسيولوجية :تتمثل في ارتفاع ضغط الدم ، وزيادة ضربات القلب ، الصداع،آلام المعدة ، فقدان الشهية إلى الطعام .
- 2-آثار سلوكية : تتمثل في تناقص مستوى الأداء وتجنب المواقف المثيرة للاضطراب ، وانعدام المبادرة ، والغياب وترك العمل .
- 3-آثار معرفية : تتمثل في اضطراب التفكير وتناقص القدرة على اتخاذ القرارات .
- 4-آثار انفعالية : تتمثل في القلق وسرعة الغضب والشعور بالذنب و الإحباط و الاكتئاب وتزايد الاتجاهات العدوانية تجاه الآخرين والأشياء .

1-3-4 نظريات الضغوط النفسية : تعد ظاهرة الضغوط النفسية من الظواهر الإنسانية المعقدة التي تتجلى

في مضامين فسيولوجية ونفسية واجتماعية مما أدى إلي تعدد النظريات التي فسرت هذه الظاهرة ومن اجل تقديم فهم أوسع للضغوط النفسية سوف يتم التطرق إلي ابرز النظريات التي فسرت هذه الظاهرة وقد اختلفت بدراسة الضغوط النفسية طبقا لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس اطر فسيولوجية أو نفسية أو اجتماعية ، كم اختلفت هذه النظريات فيما بينها بناءا على ذلك من حيث مسلمات كل منها

² - محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل : التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي،2002، ص192 .

³ - خالد فيصل الشيخو: الاحتراق النفسي لدى مدربي المنتخب الوطني العراقية، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية،المجلد9العدد33،2003ص15.

فنظرية كل من (كانون 1932 Gannon) و(سيلبي 1956 Selye) اتخذتا من استجابة الجسم الفسيولوجية أساسا على إن الفرد يقع تحت تأثير موقف ضاغط بينما نظرية (سبيلبرجر Spielberg) اتخذت من قلق الحالة وهو عامل نفسي أساسا للتعرف على وجود الضغط ، أما نظرية كل من (موري 1978 Murray) و(فيرسون Pherson) فتتظان للضغط كونه خاصية أو صفة لموضوع بيئي ، أما نظرية (لازاروس 1970 Lazarus) تعتمد على عملية الإدراك في تفسير الضغوط وقد اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط النفسية تبعا لاختلاف المنطلقات النظرية التي انطلقت منها ، وبناءا على مسلمات كل منها فتبين لنا إن هناك مجموعتين من النظريات تمثلان اتجاهين في تفسير الضغوط النفسية هما :

أولا: النظريات الفسيولوجية وتشمل :

أ- نظرية المواجهة أو الهروب لـ (كانون Cannon)

ب-نظرية أعراض التكيف العام لـ (سيلبي Selye)

وتؤكد هذه النظريات على الآتي :

1- دور الأحداث الضاغطة في خلق العديد من الاستجابات .

2- الاستجابات التي يبديها الفرد لمواجهة الأحداث الضاغطة متنوعة فقد تكون فسيولوجية أو بدنية أو نفسية .

3- يبذل الفرد كل ما بوسعه لتجنب الأحداث الضاغطة .

4- تفسيرها للضغوط يعتمد على التغيرات الفسيولوجية أو البيولوجية التي تطرأ على جسم الفرد كردود أفعال فسيولوجية أو بيولوجية للضغوط التي يتعرض لها الفرد (زيادة ضربات القلب ، الاختلال في إفراز الهرمونات في الجسم ، ارتفاع ضغط الدم ، قرحة المعدة أو القولون ... الخ).

ثانيا: النظريات البيئية وتشمل :

أ-نظرية النسق النفسي لـ (اسبيلبرجر Spielberg)

ب-نظرية النسق الفكري لـ (هنري موري Murray)

ج-نظرية الانسجام لـ (فيرسون Pherson)

د-نظرية التقدير المعرفي لـ (لازاروس Lazarus)

هـ-نموذج (سميث Smith)

وتؤكد هذه النظريات على الآتي :

1- التركيز على العوامل البيئية المسببة للضغوط والآثار النفسية التي يمكن إن تتركها على الفرد عند تعرضه

لها ، أي أنها تركز على الجوانب النفسية و الاجتماعية .

2- دور البيئة في خلق العديد من الأحداث الضاغطة .

3-اهتمامها الخاص بالتعلم إذ ترى إنه يمكن التنبؤ بالأحداث الضاغطة ومن ثم التعامل معها بضبطها أو التحكم فيها أو تعديلها أو التخفيف من حدتها .

4-التركيز على الفروق الفردية في الاستجابة للضغوط النفسية فضلا عن دورها في مواجهتها

5-أهمية العمليات المعرفية في الاستجابة للضغوط النفسية والتعامل معها

3-منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1منهج البحث :

استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي في قياس أنماط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية للاعبين المعاقين الرياضيين باعتباره أفضل المناهج وأيسرها في تحقيق هذا الهدف من البحث حيث إن الدراسات المسحية " تسعى إلى جمع بيانات من أفراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة للمجتمع لمتغير معين أو لمتغيرات معينة " (1).

3 - 2 مجتمع البحث وعينته :

إن طبيعة المشكلة والأهداف والإجراءات التي يستخدمها الباحث لحلها هي التي تحدد مجتمع وعينة البحث التي سيختارها فقد تم تحديد أفراد المجتمع البالغ عددهم (340) لاعب من اللاعبين الرياضيين والموزعين على (16) ناديا يمثلون أندية بغداد والمنطقة الجنوبية للموسم الرياضي (2015-2016) . وتم تقسيم عينة البحث إلى :

١ - عينة البناء والتقنين : وشملت (200) لاعب يمثلون أندية بغداد للمعاقين الرياضيين بعد إن تم استبعاد (7) لاعبين لتغيب (3) منهم وعدم اكتمال إجابة (4) استمارات وقد أصبح عدد لاعبي عينة البناء والتقنين (193) لاعبا وبنسبة (56.76 %) من المجتمع الأصلي .

٢ - عينة التطبيق: وشملت(140) لاعبا يمثلون أندية المحافظات الجنوبية للمعاقين الرياضيين بعد إن تم استبعاد (15) استمارة لعدم اكتمال الإجابة عليها وقد أصبح عدد لاعبي عينة التطبيق (125) لاعبا وبنسبة(41.17 %) وكما هو مبين في الجدول (1) .

جدول (1) يبين معلومات عن عينة البحث

تقسيمات العينة	التجربة الاستطلاعية	البناء والتقنين	التطبيق	استبعاد	العدد الكلي
العدد	10	200	140	22	350

3 - 3 وسائل وأدوات جمع المعلومات :

وقد استخدم الباحث الأدوات والوسائل الآتية :

- المصادر العربية والأجنبية .

¹ - محمد حسن علاوي ،أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ،القاهرة،دار الفكر العربي،1999،ص14 .

- المقابلات الشخصية . ملحق (1) .

- الزيارات الميدانية .

- مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية .

3 - 4 الإجراءات العملية والنظرية لبناء وتصميم المقياس :

هناك اعتبارات أساسية يجب مراعاتها عند بناء مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية

وهي : (1)

1- تحديد المنهج الذي سيعتمد في البناء .

2- تحديد الإطار النظري أو النظرية التي سيعتمد عليها الباحث في بناء المقياس . وقد تم اعتماد النظريات

التي فسرت الشخصية والنظريات البيئية في تفسير الضغوط النفسية .

3- تحديد العمليات التي يمكن إن تعبر عن السمة أو المتغير وتصبح قابلة للقياس .

ونتيجة لذلك راعى الباحث ما يأتي :

1- حدد الباحث منهج الخبرة بالاعتماد على خبرة الخبراء والمختصين من خلال جمع البيانات والآراء

المستخدمة في موضوع بناء وتصميم المقياس .

2- اعتمد الباحث الإطار النظري بوصفه إطارا مرجعيا في تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية

لدى اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين .

3- استخدم الباحث أسلوب التقدير الثنائي في بناء المقياس وذلك من خلال إعداد (50) فقرة تتعلق بتحديد

نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية والتي تحدد نمط الشخصية للاعبين المعاقين ، وترك الخيار لهم

في الإجابة حسب ما تعنيه الفقرة لهم .

3 - 5 خطوات تصميم المقياس وإجراءاته الميدانية :

3 - 5 - 1 إعداد الصيغة الأولية للمقياس :

1- تم الإطلاع على الأدبيات التي تتعلق بمقاييس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية

والتعرف على طبيعتها وال فقرات التي تضمنتها والطريقة التي صيغت بها الفقرات .

2- إجراء مقابلات شخصية مع بعض الخبراء والمختصين في مجال رياضة المعاقين وعلم النفس الرياضي

والاختبارات والقياس وذلك للتعرف على آرائهم وللحصول على أكبر قدر من المعلومات التي تساعد الباحث في

تحديد مجالات المقياس وفقراته ، ملحق (1) .

¹ - روبرت ثور ندايك ، الزابيث هيغن: القياس والتقويم في علم النفس والتربية (ترجمة) عبد الله الكيلاني ، عبد الرحمن عدس، عمان، مركز الكتاب الأردني ، 1989 ، ص 9 .

3- قام الباحث في عملية مزاجية بين آراء الخبراء والإطلاع على الأدبيات السابقة وقد حدد الباحث (50) فقرة للمقياس ملحق (2) ثم تم عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص في علم النفس وعلم النفس الرياضي .

3-5-2 عرض الصيغة الأولية للمقياس على الخبراء :

قام الباحث بعرض الصيغة الأولية للمقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي والاختبارات والقياس وذلك للتأكد من صلاحية المقياس في الكشف عن تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى اللاعبين المعاقين، والتأكد من صلاحية كل فقرة من حيث نوع المفردات وكيفية الصياغة والوضوح وتحديد كونها مناسبة أو غير مناسبة لتقديم البديل الملائم في حال عدم ملائمتها وكذلك تحديد سلم التقدير المقترح من قبل الباحث وهو السلم الثنائي . وبعد إن أبدى الخبراء والمختصين إجاباتهم وملاحظاتهم ومقترحاتهم ، " وظهر بان الفقرة التي يتفق عليها بنسبة (75%) فأكثر من الخبراء والمختصين تعد مقبولة " (1) ، أي بواقع (10) خبيراً ومختصاً ملحق (1) .
وعليه فقد اعتمد الباحث المعيار الآتي :

- 1- تبقى الفقرة إذا بلغت نسبة المتفقين على صلاحيتها (75%) فأكثر .
- 2- تحذف الفقرة إذا بلغت نسبة المتفقين على عدم صلاحيتها (75%) فأكثر .
- 3- تعدل الفقرة إذا تباينت حولها آراء الخبراء والمختصين أي عندما تكون نسبة المتفقين أو غير المتفقين اقل من (75%) .

وقد أسفر التحليل النهائي عن قبول (38) فقرة ورفض (22) فقرة بعد إن تم تعديل بعض الفقرات بناء على آراء الخبراء وحذف غير الملائم منها ، وكما هو مبين في الجدول (2)

جدول (2) يبين النسبة المئوية لاتفاق الخبراء على صلاحية فقرات المقياس

الرقم	النسبة	الفقرة	النسبة	الفقرة	النسبة
1	93.75	29	*75	39	*75
2	*75	30	*68.75	40	*68.75
3	*62.5	31	87.5	41	93.75
4	93.75	32	100	42	*75
5	*68.75	33	*68.75	43	*62.5
6	*75	34	*75	44	93.75
7	81.25	35	87.5	45	*75
8	93.75	36	*75	46	81.25
9	*75	37	*62.5	47	*75

¹ - محمد عبد الوهاب حسين : إعداد جدول إحصائي يبين الأعداد والنسب المقبولة لآراء الخبراء والمختصين باستخدام مربع كاي (جودة التوافق) ، المؤتمر العلمي السادس للاختصاصات الإنسانية ، جامعة القادسية ، 2007 ، ص 3 .

87.5	48	*75	38	87.5	10
*68.75	49	*68.75	39	*75	11
87.5	50	87.5	40	*62.5	12

* الفقرات التي لم تحصل على النسبة المطلوبة لاتفاق الخبراء

3-5-3 التجربة الاستطلاعية :

بعد إن أصبح المقياس جاهزا للتطبيق على عينة أولية من لاعبي البصرة للمعاقين لغرض التأكد من فهم العينة لفقرات المقياس ومدى وضوحها وأسلوب صياغتها والكشف عن الفقرات الغير واضحة من حيث لغتها ومضمونها ، وكان ذلك بتاريخ 10 / 9 / 2015 ، وطلب الباحث من العينة والتي شملت (10) لاعبين من نادي البصرة للمعاقين بالإضافة إلي الإجابة على فقرات المقياس ملاحظة كل فقرة بدقة والتأشير عليها بعلامة (√) أمام الفقرة إذا كانت واضحة وعلامة (x) أمام الفقرة إذا كانت غير واضحة ، ملحق (2) .

وقد وضع الباحث جملة من التعليمات الخاصة بالإجابة عن المقياس والتي تضمنت ما يأتي :

1- إيضاح طريقة الإجابة لأفراد العينة من خلال تقديم نموذج يتضمن طريقة الإجابة .

2- إعطاء فرصة لأفراد العينة للاستفسار إذا كانت هنالك ضرورة لذلك .

3- إعطاء الوقت الكافي لأفراد العينة لملاحظة وقراءة فقرات المقياس والإجابة عليها .

4- إن تكون الإجابة على جميع فقرات المقياس .

5- ليس هناك إجابة صحيحة أو خاطئة وإنما تكون الإجابة على أساس وجهة النظر الخاصة لكل مختبر .

وقد أوضحت نتائج هذا الإجراء إن التعليمات وفقرات المقياس كانت واضحة لدى جميع أفراد العينة ، وكذلك

تبين إن زمن الإجابة على فقرات المقياس يتراوح ما بين (10 - 15) دقيقة .

3-6 التجربة الأساسية لتحليل الفقرات :

إن الغرض من تطبيق المقياس في هذه التجربة هو التوصل إلي معرفة القوة التمييزية لفقرات المقياس

وتحديد الفقرات المميزة وغير المميزة .

3-6-1 إجراءات تطبيق التجربة :

تم تطبيق المقياس على (200) لاعب والذين يمثلون اللاعبين الرياضيين في أندية محافظة بغداد للموسم

الرياضي (2015-2016) ، وكان ذلك بتاريخ 30/11/2015 . وبعد الانتهاء من عملية توزيع الاستمارات

والإجابة عليها دقق الباحث كل استمارة للتأكد من إن جميع الفقرات تمت الإجابة عليها وبالصورة الصحيحة،

وقد تم استبعاد (5) استمارات من مجموع الاستمارات وذلك للأسباب الآتية :

1- استبعد الباحث (2) استمارات لان الإجابة فيها غير صحيحة .

2- استبعد الباحث (3) استمارات لعدم اكتمال الإجابة على فقرات المقياس .

3-6-2 أسلوب التصحيح :

تم تصحيح الفقرات بإعطاء الوزن حسب اختيار العينة على سلم التقدير الثنائي الذي اقترحه الباحث ووافق عليه الخبراء والمختصون وقد صيغت الفقرات باتجاهين ايجابي وسلبي كما في الجدول (3) .

جدول (3) يبين القيم الوزنية للفقرات

لا	نعم	اتجاه الفقرة
صفر	1	ايجابي
1	صفر	سلبي

وبهذا تكون درجات المقياس تتراوح بين (0 - 22) .

3-6-3 تحليل الفقرات إحصائيا :

" إن الهدف من تحليل الفقرات إحصائيا هو تحسين نوعية الاختبار من خلال اكتشاف ضعف الفقرة ، ومن ثم العمل إما على إعادة صياغتها أو استبعادها إن لم تكن صالحة " (1)،

3-6-3-1 قوة تمييز الفقرة :

إن القوة التمييزية للفقرة يقصد بها " قدرة الفقرة التمييز بين الأفراد الممتازين في الصفة التي يقيسها المقياس وبين الأفراد الضعفاء في تلك الصفة " (2) .

ولغرض حساب تمييز الفقرة اتبع الباحث ما يأتي :

1- تم احتساب الدرجة الكلية للمقياس من جميع الدرجات التي يحصل عليها المختبر لكل فقرة.

2- رتب الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة تنازليا .

3- أخذت مجموعتين من الدرجات تمثل إحداهما الأفراد الذين حصلوا على أعلى الدرجات وتمثل الثانية الأفراد الذين حصلوا على أدنى الدرجات ، وقد وجد إن نسبة (27%) العليا والدنيا من أفراد العينة تمثل أفضل نسبة يمكن الأخذ بها في إيجاد معامل تمييز الفقرة " لان هذه النسبة تقدم لنا مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز عندما يكون توزيع الدرجات على الاختبار على صورة منحني التوزيع الأعتدالي " (3) وبذلك قد تكونت لدى الباحث مجموعتين عليا ودنيا قوام كل منهما (54) استمارة .

ولحساب قوة تمييز الفقرة نطبق المعادلة الآتية : (1)

$$ت = ب ع \times و - ب د \times و$$

$$2/1 ك \times (ب - 1)$$

حيث إن : ت = معامل تمييز الفقرة التي تحتوي على عدة بدائل .

ب ع \times و = مجموع أوزان البدائل للمجموعة العليا .

¹ - مروان عبد المجيد إبراهيم : الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة، 1999، ص129 .

² 2-Ebel,R.L:Essentials Of Education Measurement .Prentice Hall Englewood Cliffs .New jersey .1972.p.15.

³ 3-Mehrans W.A Leham :Measurement And Prelusion In Education And Psychology . New yourk. Hall, Ninchant Winston. 1984, p.192 .

¹ - محمد عبد الوهاب حسين : بناء وتقييم مقياس للدكاء الخططي للاعب المعد بكرة الطائرة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، 2003 ، ص 51 .

ب د × و = مجموع أوزان البدائل للمجموعة الدنيا .

2/1 ك × (ب - 1) = مجموع حاصل ضرب نصف أفراد العينة في المجموعتين (عدد البدائل للفقرة - 1)
 وبعد استكمال العمليات الإحصائية لاستخراج القوة التمييزية للفقرات اتضح أنها تراوحت بين (0.23 -
 0.88) وبوسط حسابي مقداره (0.61) وبلغت النسبة المئوية للفقرات التي يكون معامل التمييز اقل من
 (0.61) (34.48 %) بينما كانت النسبة المئوية للفقرات التي يكون معامل التمييز اكبر من (0.61)
 تساوي (65.51 %) . " وتعد الفقرة التي تبلغ قيمة معامل التمييز فيها أعلى من (0.40) جيدة جدا " (2)
 وعليه قد تم استبعاد (10) فقرات لعدم حصولها على نسبة (0.40) فأقل .

جدول (4) يبين قيم معامل القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس

الفقرة	النسبة	الفقرة	النسبة	الفقرة	النسبة
1	0.84	16	*0.23	32	*0.33
2	*0.39	17	*0.36	34	0.72
3	0.88	18	0.68	35	0.65
4	0.48	19	0.72	36	*0.23
5	0.74	20	0.46	37	0.81
6	*0.39	21	0.71	38	0.66
7	0.64	23	*0.23		
8	0.51	24	*0.36		
9	0.49	25	0.71		
10	0.87	26	*0.23		
11	0.77	27	*0.36		
12	0.86	28	0.68		
13	0.40	29	0.72		
14	0.73	30	0.72		
15	0.71	31	0.67		

* الفقرات التي لم تحصل على النسبة المقبولة

3-7 محكات جودة المقياس : " لكي يتم استخدام أو تطبيق بعض الاختبارات والمقاييس ينبغي مراعاة

العديد من الشروط والأسس ،ويستخدم في هذا الصدد ما يعرف بـ (محكات الجودة) لهذه الاختبارات

والمقاييس ، وذلك لضمان الحكم على مدى صلاحيتها للاستخدام أو التطبيق ، ولضمان اختيار الاختبارات

والمقاييس الأكثر ملائمة لتحقيق الأغراض المرجوة من عملية القياس " (1)، وهذه المحكات هي الموضوعية والثبات والصدق .

7-3 - 1 موضوعية المقياس : يقصد بالموضوعية " التحرر من التحيز أو التعصب وعدم إدخال العوامل الشخصية للمختبر كأرائه وأهوائه وميوله الشخصية وحتى تحيزه أو تعصبه ، فهي تعني إن نصف قدرات الفرد كما هي موجودة فعلا لا كما نريدها أن تكون " (2). وبما إن المقياس يحتوي على مفتاح للتصحيح فإنه يعتبر موضوعيا .

7-3 - 2 ثبات المقياس : قد اختار الباحث طريقة إعادة الاختبار (وتتلخص هذه الطريقة بإجراء الاختبار على العينة التي تفصل بينها فترة زمنية وبعد ذلك يتم التعرف على الارتباط بين الاختبارين والقيمة المستخرجة تمثل معامل ثبات الاختبار) (3). من أجل ذلك تم إعادة الاختبار على (10) لاعبين من نادي البصرة للمعاقين وذلك بتاريخ 2015/9/23 وبعد مرور (13) يوما من الاختبار الأول وبعد جمع نتائج الاختبارين قام الباحث باستخراج معامل الارتباط لـ (بيرسون) .

جدول (5) يبين قيمة الارتباط لبيرسون للدلالة على ثبات الاختبار

معامل الثبات	قيمة R		درجة الحرية	نسبة الخطأ	الدلالة
	المحتسبة	الجدولية			
0.91	0.84	0.63	8	0.05	معنوي

وقد ظهرت معنوية هذا الارتباط بين الاختبارين وهذا دليل على استقرار الأفراد على إجاباتهم في الاختبار بعد فترة زمنية وهذا ما يقصد به ثبات الاختبار .

7-3 - 3 صدق المقياس : " وصدق الاختبار أو المقياس يشير إلي الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من أجله ، فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدرجة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيئا بدلا منها أو بالإضافة إليها " (4). ولقد اعتمد الباحث الأنواع الآتية من الصدق في دراسته:

7-3 - 3 - 1 صدق المحتوى : " ويقصد به مدى تنفيذ بنود الاختبار للمحتوى المراد قياسه " ، ومن خلال عرض المقياس الحالي على الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي للحكم على صلاحية كل فقرة من فقرات المقياس من حيث انتسابها للمجال الذي تندرج تحته وتمثيلها لهذا المجال ومدى ملائمة صياغتها واتفاق (75%) فأكثر من الخبراء والمختصين يعد كافيا لتحديد ذلك .

7-3 - 3 - 2 صدق البناء : " يقصد به مدى قدرة المقياس في قياس البناء النظري الموضوع لقياسه ، وهو تحليل درجات المقياس استنادا إلي بناء الخاصية المراد قياسها في ضوء مفهوم معين " (1) .

1 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2008، ص 253-254 .

2 - محمود عبد الفتاح عنان: سيكولوجية التربية البدنية والرياضية - النظرة والتجريب، ط 1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1995، ص 12.

3 - مروان عبد المجيد إبراهيم : مصدر سبق ذكره ، ص 155 .

4 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : نفس المصدر السابق ، ص 255 .

2 - عبد الله عبد الرحمن ، محمد احمد عبد الدام : مدخل إلي مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية ، ط 2، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999 ، ص 153 .

ومن خلال التحليل الإحصائي تبين إن (38) فقرة من فقرات المقياس تتمتع بقوة تمييزية جيدة جدا حيث تراوحت القوة التمييزية للفقرات بين (0.40 - 0.88) وهي ضمن درجة قبول الفقرة . ومما سبق نلاحظ بان المقياس الحالي يتمتع بصدق البناء (الذي تعد فيه أساليب تحليل الفقرات مؤشرا على هذا النوع من الصدق) (2)

3-7-3-3 صدق المحك الداخلي : وهو قدرة المقياس على تتبع أداء الفرد الفعلي في مجال السمة المراد قياسها ⁽³⁾، ولغرض التعرف على علاقة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس لجا الباحث إلي استخدام معامل الارتباط لـ (بيرسون) وهو ما يسمى بالاتساق الداخلي، ويعتبر معيارا لصدق الاختبار ⁽⁴⁾. وقد تراوحت قيمة معامل الارتباط بين (0.011 - 0.377) في حين تم استبعاد (10) فقرات من مجموع (38) فقرة لان قيمتها كانت اقل من القيمة الجدولية (0.138) عند الدرجة الحرة (191) ونسبة خطأ (0.05) .

جدول (6) يبين الاتساق الداخلي للفقرات

الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة	الارتباط	الفقرة
*0.012	31	0.176	16	0.372	1
0.186	32	*0.062	17	0.208	2
*0.046-	33	0.150	18	*0.012	3
0.180	34	0.195	19	0.335	4
0.267	35	0.198	20	0.145	5
0.157-	36	0.192-	21	0.156-	6
*0.011	37	*0.086	22	*0.082	7
0.150	38	0.212	23	0.144	8
		0.140	24	*0.068	9
		*0.123	25	0.196	10
		0.233	26	0.229	11
		0.143	27	0.165	12
		0.139	28	0.163-	13
		*0.093	29	0.144	14
		0.250	30	0.153	15

* غير معنوية عند درجة حرية (191) ونسبة خطأ (0.05) حسب القيمة الجدولية (0.138) .

¹ 3- Chronbch. L:Essentials Of Psychological Testing . NEWyourk Harper . Wpushers.1970.P.120 .

² - عبد الجليل إبراهيم الزويبي وآخرون : الاختبارات والمقاييس النفسية، الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل 1980، ص43 .

³ - عبد الرحمن عيسوي : القياس والتجريب في علم النفس والتربية، الإسكندرية، دار المعارف الجامعية، 1971، ص46 .

⁴ - مصطفى باهي، أمينة أنور : مقياس الانجاز العدواني، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد37، الإسكندرية، 2000، ص128.

3-7-3-4- الصدق الذاتي : " وهو الصدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء القياس ، ويقاس هذا النوع من الصدق عن طريق الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار " (1) .

$$\frac{0,95}{0,91} = \text{الثبات} = \frac{0,95}{0,91}$$

حيث بلغت قيمة الصدق الذاتي للمقياس (0,95) مما يدل على صدق عال للمقياس وملائمته لطبيعة البحث ، وبهذا فقد تم تحقيق هدف الباحثان الأول وهو بناء مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى اللاعبين المعاقين في الأندية الرياضية .

3-8 معامل الالتواء : للتعرف على مدى قرب وبعد إجابات العينة عن التوزيع الطبيعي ، قام الباحث بحساب معامل الالتواء من المعادلة الآتية : (2)

$$\text{معامل الالتواء} = \frac{3(s - \bar{x})}{\sigma^3}$$

حيث إن s = الوسط الحسابي ، و \bar{x} = الوسيط ، $\pm \sigma$ = الانحراف المعياري وكما هو مبين في الجدول (7)

جدول (7) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث

المعاملات الإحصائية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
القيمة	158.90	15.59	164	1.45-

3-9 الدرجات المعيارية للمقياس : " إن استخراج الدرجات المعيارية يعد خطوة مهمة من خطوات تقنين

المقياس وذلك باعتبار إن الدرجات الخام التي يحصل عليها المختبر لا تعتمد في المقارنة مع غيره من المختبرين إلا بعد تحويلها إلى درجات معيارية، وهي التي تخبرنا عن كيفية أداء الآخرين في نفس الاختبار (3) وللحصول على الدرجات المعيارية قام الباحثان باستخدام المعادلة الآتية : (4)

$$\text{الدرجة المعيارية} = \frac{s - \bar{x}}{\sigma} \pm \bar{x}$$

حيث إن s = قيمة الدرجة الخام

\bar{x} = الوسط الحسابي للاختبار

$\pm \sigma$ = الانحراف المعياري للاختبار

وتحدد قيمة الدرجة المعيارية (+ 3) و (- 3) وللتخلص من القيم السالبة قام الباحث بتحويل الدرجة

المعيارية إلى درجة معيارية معدلة وحسب المعادلة الآتية : (1)

$$\text{الدرجة المعيارية المعدلة} = (\text{الدرجة المعيارية} \times 10) + 50$$

1 - مصطفى باهي : المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق ، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص56 .

2 - محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : مصدر سبق ذكره، ص151 .

3 - عبد الجليل إبراهيم الزوبيعي وآخرون : مصدر سبق ذكره ، ص46 .

4 - وديع ياسين التكريتي، حسن محمد العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية، الموصل، 1995، ص185 .

1 - وديع ياسين التكريتي، حسن محمد العبيدي : نفس المصدر السابق ، ص185 .

وتتراوح قيمة الدرجة المعيارية المعدلة بين (20 - 80) . وعن طريق الدرجات المعيارية للمقياس يمكننا استخراج المستويات المعيارية له .

3-10 المستويات المعيارية للمقياس : " المستويات هي معايير قياسية تمثل الهدف أو الغرض المطلوب تحقيقه لأي صفة خاصة لأنها تتضمن درجات تبين المستويات الضرورية ولهذا يتم إعداد المستويات على أفراد ذوي مستوى عال في الأداء " (2) . ولتحديد هذه المستويات استخدمنا الباحث منحى التوزيع الطبيعي (كوس) " الذي يعتبر من أكثر التوزيعات شيوعا في مجال التربية الرياضية لان كثيرا من الصفات والخصائص التي تقاس في هذا المجال يقترب توزيعها من المنحني الطبيعي " (3) وعند توزيع الدرجات المعيارية على المستويات المعتمدة ، ظهرت لنا المستويات المعيارية كما في الجدول (8) .

جدول (8) يبين المستويات المعيارية والدرجات الخام والدرجات المعدلة والنسب المئوية لكل مستوى لمقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى اللاعبين المعاقين

المستويات المعيارية	الدرجات الخام	الدرجات المعيارية	الدرجات المعيارية المعدلة	العدد	النسبة المئوية
نمط متوتر وضغوط كثيرة	25 فما فوق	2.01+ 3.00+	4051	56	31.41%
نمط معتدل وضغوط عادية	20 .10	1.01+ 2.00+	3041	41	11.51%
نمط منخفض وليس لديه ضغوط	101	1.01+ 0.10+	2031	15	22.51%
نمط هادئ جدا	صفر	1.01+ صفر	1021	13	5.23%

وبهذا فقد تحقق هدف الباحث الثاني وهو إيجاد المستويات المعيارية لمقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى اللاعبين المعاقين الرياضيين .

3 - 11 التطبيق النهائي للمقياس : بعد التأكد من إكمال جميع إجراءات البحث والمتعلقة ببناء المقياس واستخراج موضوعيته وصدق وثباته ، أصبح المقياس مكونا في صيغته النهائية من (22) فقرة . طبقا للباحث المقياس بصيغته النهائية على عينة التطبيق وبالغلة (125) لاعبا من اللاعبين المعاقين في أندية المحافظات الجنوبية للفترة من 2015/12/20 - 2016/ 1 / 10 ، وتم حساب درجات استجابات اللاعبين على فقرات المقياس وفقا لبدائل الإجابة من الناحية السلبية والايجابية ، وقد بلغ الوسط الحسابي لعينة التطبيق النهائي (99.485) درجة وبانحراف معياري (18.664) مع العلم إن أعلى درجة في المقياس (22)

² - كمال عبد الحميد، محمد نصر الدين رضوان : مقدمة التقويم في التربية الرياضية، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994، ص184 .

³ - نزار الطالب، محمود السامرائي : مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1981، ص110 .

درجة وأدنى درجة (صفر) درجة ، وقد توزعت عينة التطبيق النهائية على المستويات المعيارية المستخرجة ، حيث بلغ عدد اللاعبين في نمط متوتر وضغوط كثيرة (56) لاعب وبنسبة مئوية (32.8 %) ، وفي مستوى نمط معتدل وضغوط عادية (41) لاعب وبنسبة مئوية (44.8 %) ، وفي مستوى نمط منخفض وليس لديه ضغوط (15) لاعب وبنسبة مئوية (12 %) ، وفي مستوى النمط الهادئ جدا (13) لاعب وبنسبة مئوية (10.4 %) .

3 - 15 الوسائل الإحصائية :

لأجل الوصول إلي نتائج البحث استخدم الباحثان الوسائل الإحصائية الآتية :

1- الحقيبة الإحصائية للعلوم التربوية (SPSS) (*) للحصول على :

- الوسط الحسابي .
 - الوسيط .
 - الانحراف المعياري .
 - النسبة المئوية .
 - اختبار (ت) .
 - معامل الارتباط لـ (بيرسون)
 - معامل الالتواء .
 - 2- الدرجة المعيارية .⁽¹⁾
 - 3- الدرجة المعيارية المعدلة .
 - 4- معامل تمييز الفقرات .⁽²⁾
 - 5- الصدق الذاتي .⁽¹⁾
- 4- عرض النتائج ومناقشتها:

4-1: عرض نتائج تطبيق مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية على اللاعبين

المعاقين حركيا الرياضيين: سيتم مناقشة النتائج على وفق أهداف البحث وعلى النحو الآتي :

4-1- الهدف الأول: إن الهدف الأول في البحث الحالي هو (بناء وتطبيق مقياس تحديد نمط الشخصية في

مواجهة الضغوط النفسية على اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين في أندية محافظة بغداد والمحافظات

الجنوبية) ، وقد تم تحقيقه في ضوء إجراءات بناء و تطبيق المقياس ، ولقد تمت الإشارة إلى خطوات البناء

والتطبيق في الباب الثالث (إجراءات البحث) وكما هو مبين فيه مفصلاً .

¹ * - المجموعة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Package For Social Science .

- وديع ياسين التكريتي ، حسن محمد العبيدي : مصدر سبق ذكره ، ص 307 .

² - محمد عبد الوهاب حسين (2003) : مصدر سبق ذكره ، ص 51 .

¹ - مصطفى باهي : مصدر سبق ذكره ، ص 56 .

4-2- الهدف الثاني : إن الهدف الثاني في البحث الحالي هو (التعرف على تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية على اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين) وتم التحقق من هذا الهدف بتطبيق مقياس الضغوط النفسية المعد بصيغته النهائية على (125) لاعب من اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين في أندية المحافظات الجنوبية ، وقد كشفت النتائج إن نسبة (31.41%) من اللاعبين لديهم نمط متوتر وضغوط نفسية كثيرة .

ويعزو الباحث النتائج التي تم التوصل إليها إلي جملة أسباب منها :

١ - فقدان التكيف والتوازن النفسي مع الضغوط النفسية والتحكم بها والتي قد عانى منها اللاعبين المعاقين حركيا من قبل والمتمثلة بالضغوط الأسرية والاجتماعية والمادية والصحية والعاطفية التي كانت تعترضهم كونها مصادر رئيسية لإحداث الضغوط النفسية لديهم والتكيف معها كعملية حل لمشكلاتهم إذ إن اللاعب المعاق حركيا " يجب إن يرى المثير الضاغط بأنه مشكلة تحتاج إلي حل بدلا من النظر إليه كمثير يجب إن نستجيب له أو تهديد يحتاج إلي مهاجمته فإذا تبنى الفرد هذا الإطار المعرفي عندها يمكن إن تظهر لديه مجموعة من السلوكيات التكيفية الاجتماعية الشخصية " (2) ، وتشير (يحي 2003) (إلي إن من أهم الأهداف التي يحققها الأشخاص الذين يتعاملون مع ذوي الاحتياجات الخاصة هو توفير الدعم الاجتماعي والانفعالي لهم ولأسرهم ومساعدتهم على التكيف والتعايش مع الإعاقة ومواجهة المشكلات المترتبة على هذه الإعاقة) (3) .

٢ - إن اللاعبين المعاقين حركيا قد تتناوبهم بعض من أنواع التفكير السلبي المرتبط بقدراتهم ومستوياتهم وبحكم الإعاقة التي يمتلكونها و قد أشار(علاوي 1998) " إلي انه قد تتداخل الأفكار السلبية لدى اللاعب وعندئذ يجب عليه محاولة نسيانها بسرعة وإبعادها عن تفكيره وان لا يرددها إلي نفسه ويحاول استدعاء الأفكار الايجابية ويردها إلي نفسه وبهذه الطريقة يمكن للاعب إن يعد نفسه بنفسه ليكون بأحسن حالاته " (1) وفي مجال آخر وفي المسار العلمي ذاته يؤكد (راتب 2004) " إلي إن الخطوة الهامة لمواجهة اللاعبين للضغوط الناتجة عن الأفكار السلبية هي تعلم الوعي بهذه الأفكار السلبية وانه من المستحيل التخلص منها حتى يتمكن اللاعب من التعرف عليها ويمكن ذلك من خلال النظر إلي الأفكار التي تسبق الشعور بالضغوط " (2)

٣ - الضغوط النفسية كما هو معروف تؤدي إلي العديد من الانفعالات التي تجعل نظرة اللاعب للحياة نظرة تشاؤمية فضلا عما يشعر به من قلق وتوتر ورفض لنظم البيئة التي يعيش فيها ويتعامل معها ومنها البيئة الرياضية للاعب مما يؤدي للتأثير على نمط شخصيته وتباعا لذلك انخفاض مستوى أدائه وانجازه

² - رنا الزواوي : اثر الإرشاد الجمعي للتدريب على المشكلات في خفض التوتر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، عمان ، كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية ، 1992 ، ص 15 .

³ - خوله احمد يحي : مصدر سبق ذكره ، ص 11-12 .

¹ - محمد حسن علاوي : مصدر سبق ذكره ، ص 436 .

² - أسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره ، ص 258 .

الرياضي . وقد أكد (باندورا) على هذا الجانب " إذ افترض إن الضغط قد يزول بإيمان الناس المتزايد بقوتهم الذاتية وحكمهم على قابليتهم في التعامل مع المواقف الضاغطة وقد افترض (باندورا) أيضا إن الناس يتفاعلون مع تلك المواقف عندما يتعرضون لها ولكن المهم في عملية التفاعل هذه هي مدى تأثير قوتهم الذاتية في الضغط وهل باستطاعتهم السيطرة عليها أم لا " (3)،

4- قد أشار (راتب) (2004) إلى إن "إن العامل الهام في حدوث الضغوط للاعب يأتي نتيجة إدراك أو تفسير أو اعتقاد اللاعب في ذلك الموقف لذلك فانه من الأهمية إن نعدل من الإدراك أو المعتقدات لفهم الموقف على النحو الذي لا يؤدي إلي التأثير السلبي نحو زيادة الضغوط " (4) .

5 - الاستنتاجات والتوصيات :

5 - 1 الاستنتاجات :

- 1 - إن مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية المعد من قبل الباحث قادر على تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لدى المعاقين حركيا الرياضيين .
- 2 - تباين اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين في نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية حيث كانت النسبة الأعلى للنمط المتوتر والضغوط الكثيرة ثم تلتها نسبة نمط معتدل وضغوط عادية ثم نمط منخفض وليس لديه ضغوط ثم النمط الهادئ جدا .

5 - 2 التوصيات :

- 1 - إمكانية استخدام المدربين والعاملين في مجال رياضة المعاقين للمقياس الحالي للاعبين وفي جميع الفعاليات الرياضية للمعاقين حركيا وذلك للتعرف على نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لهم وللاستفادة من النتائج التي يظهرها المقياس لإبداء المساعدة وخاصة للذين يمتلكون النمط المتوتر والضغوط الكثيرة ، إذ إن المقياس المعد من قبل الباحث يساعد في الكشف عن اللاعبين الذين يحتاجون إلي المساعدة .
- 2 - الاستفادة من البحث الحالي لإجراء دراسات مماثلة على اللاعبين المعاقين حركيا الرياضيين في فعاليات رياضية أخرى .
- 3 - العناية بالجوانب المعرفية والاجتماعية ومعالجة المشكلات النفسية التي تواجه اللاعبين بشكل عام ومنها الضغوط النفسية والقلق والتوتر والتي تؤثر سلبا في الأداء والانجاز .

المصادر :

- أسامة عبد الظاهر : مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين ،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة حلوان،القااهرة1999.
- أسامة كامل راتب :تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي ،ط2،القااهرة،دار الفكر العربي ،2004.

³ - بثينة منصور الحلو : مصدر سبق ذكره ، ص 17 .

⁴ - أسامة كامل راتب : مصدر سبق ذكره ، ص 267 .

- محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل: **التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي** ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2002 .
- خالد فيصل الشيوخو: **الاحترق النفسي لدى مدربي المنتخبات الوطنية العراقية**، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، المجلد 9 العدد 33، 2003.
- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب: **البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي** ، القاهرة، دار الفكر العربي. 1999.
- روبرت ثورنديل ، الزابيث هيجن: **القياس والتقويم في علم النفس والتربية** (ترجمة) عبد الله الكيلاني ، عبد الرحمن عدس، عمان، مركز الكتاب الأردني ، 1989 .
- عامر عبد النبي العبادي: **قياس الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة** ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية ، جامعة البصرة ، 1995 .
- عبد الله بن عبد القادر : **الضغوط النفسية لدى الناشئين مصادرهما وأعراضها**، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة الجزائر ، 2005 .
- ميثاق غازي محمد: **بناء وتقنين مقياس للضغوط النفسية في معاهد إعداد المعلمين** ، بحث منشور في مجلة القادسية العدد 105 ، 2008 .
- محمد عبد الوهاب حسين: **إعداد جدول إحصائي يبين الأعداد والنسب المقبولة لآراء الخبراء والمختصين باستخدام مربع كاي (جودة التوافق)** ، المؤتمر العلمي السادس للاختصاصات الإنسانية ، جامعة القادسية ، 2007 .
- مروان عبد المجيد إبراهيم : **الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية** ، ط1، عمان، دار الفكر للطباعة، 1999 .
- محمد عبد الوهاب حسين : **بناء وتقنين مقياس للذكاء الخططي للاعب المعد بكرة الطائرة** ، أطروحة دكتوراه غير منشورة كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، 2003 .
- محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان : **القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي** ، القاهرة، دار الفكر العربي. 2008 .
- محمود عبد الفتاح عنان: **سيكولوجية التربية البدنية والرياضية - النظرية والتجريب**، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي ، 1995.
- محسن علي موسى: **قياس أنماط التفكير لدى الرياضيين العراقيين**، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة البصرة ، 2001 .
- عبد الله عبد الرحمن ، محمد احمد عبد الدايم : **مدخل إلى مناهج البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية** ، ط2، الكويت، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، 1999.
- عبد الجليل إبراهيم الزوبعي وآخرون : **الاختبارات والمقاييس النفسية** ، الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل 1980 .
- عبد الرحمن عيسوي : **القياس والتجريب في علم النفس والتربية** ، الإسكندرية ، دار المعارف الجامعية ، 1971 .
- مصطفى باهي ، أمينة أنور : **مقياس الانجاز العدواني** ، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد 37، الإسكندرية ، 2000.
- مصطفى باهي : **المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق**، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999.
- وديع ياسين التكريتي، حسن محمد ألبديدي: **التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية**، الموصل ، 1995.

- كمال عبد الحميد، محمد نصر الدين رضوان: **مقدمة التقويم في التربية الرياضية**، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 1994.
- نزار الطالب، محمود السامرائي: **مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية والرياضية**، الموصل، دار الكتب للطباعة والنشر، 1981.
- رنا الزواوي: اثر الإرشاد الجمعي للتدريب على المشكلات في خفض التوتر ، رسالة ماجستير غير منشورة ، عمان ، كلية الدراسات العليا الجامعة الأردنية ، 1992 ، .
- Ebel ,R.L :**Essentials Of Education Measurement** .Prentice Hall Englewood Cliffs .New jersey .1972.
- Chronbch. L:**Essentials Of Psychological Testing** . NEW y ourk Harper . Wpushers.1970.
- Mehrans W.A Leham :**Measurement And Prelusion In Education And Psychology** . New York. Hall, Nanchang Winston. 1984,.

ملحق

مقياس تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية بصيغته النهائية

عزيزي اللاعب : يهدف المقياس الحالي إلي تحديد نمط الشخصية في مواجهة الضغوط النفسية لديك ، لذا ارجوا منك إتباع التعليمات الآتية :

بين يديك قائمة من الفقرات يرجى الإجابة عنها بمراعاة الملاحظات الآتية .:

. أقرأ كل فقرة وبعد أن تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصياً .

. ضع علامة (√) أمام الفقرة إذا كانت الفقرة تنطبق عليك أو لا .

. تأكد من أن إجابتك ستكون سرية ولأغراض البحث العلمي فقط . لذا يرجى الإجابة بدقة وصدق عن جميع الفقرات وعدم ترك أي فقرة دون إجابة .

مثال:

ت	الفقرات	نعم	لا
1	عندما تكون واقعا تحت ضغط هل تعمل على إزالة الضغط عليك أم لا ؟		√

ت	الفقرات	لا	نعم
1	عندما تكون واقعا تحت ضغط هل تعمل على إزالة الضغط عليك أم لا ؟		
2	هل أخبرك احد القريبين منك انك تأكل بسرعة ؟		
3	عندما يتأخر أو يتلعثم بعض الناس أثناء حديثهم هل غالبا ما تقوم بتلقيهم بعض الكلمات لزيادة سرعتهم في الحديث ؟		
4	هل غالبا تعمل أكثر من شيء واحد (الأكل والقراءة وقيادة السيارة ، والتفكير والأكل) .		
5	هل تذهب إلى مواعيد التدريب في موعدها المحدد بدقة أو قبلها قليلا .		
6	هل تشعر بالقلق من الانتظار على التليفون أو في طابور طويل ؟		
7	هل تشعر بضيق إذا قاطعك أي شخص وأنت تقوم بعمل مهم .		

	هل تشعر بان المنافسة ممتعة داخل النادي أو خارجه .	8
	هل تشعر دائما أن لديك طاقة وانك تميل إلى المنافسة مع الآخرين ؟	9
	هل القريبون منك في النادي ينظرون إليك انك نشط جدا ويطلبون منك بصورة مباشرة أو غير مباشرة التباطؤ قليلا ؟	10
	هل يتفق من حولك على انك سريع الغضب والاستثارة ؟	11
	هل الأشخاص الذين يعرفونك جيدا يقولون انك سريع الانجاز ؟	12
	هل يتفق من حولك على انك لديك طاقة أكثر من معظم الرياضيين المعاقين .	13
	هل من الصعب عليك الاسترخاء بعد التدريب الشاق .	14
	هل تعتقد أن كبار المسؤولين والمدربين في عملك يصلون إلى مراكزهم بالعمل الجاد .	15
	هل من طبيعتك أن تقضي أكثر من (20) ساعة تدريب في الأسبوع ؟	16
	هل تذهب إلى النادي في أوقات الإجازات ؟	17
	هل تكمل أحيانا التدريبات في المنزل ؟	18
	هل غالبا ما تسهر لساعات متأخرة أو تستيقظ مبكرا لانجاز التدريبات المتأخر عنها ؟	19
	هل تقوم أثناء ذهابك للنادي بأكثر من شيء في وقت واحد ؟	20
	هل تنتقل من حصة تدريبية لأخرى مباشرة ؟	21
	هل تخطط دائما لعطلاتك الأسبوعية ؟	22