

نسب المساهمة للإرهاك النفسي بدلالة بعض المهارات الأساسية للاعبين كرة السلة
على الكراسي المتحركة للمنطقة الوسطى والجنوبية في العراق

م.م. زهراء أحسان عبد عون

م.كرار صلاح سلمان

مديرة تربية محافظة ميسان

وزارة التربية

ملخص البحث العربي:

تعد لأهمية الإنهاك النفسي والأساسية في المجال الرياضي ولاسيما لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة ، وجاءت أهمية البحث للعمل وفق الصيغ العلمية في انتقاء العناصر الصالحة والجيدة ، اما مشكلة البحث فتكمن فيندرة وجود دراسات تخص التنبؤ لهذه الفئة المتقدمين للمهارات الأساسية بدلالة الإنهاك النفسي ، وأستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وتكونت عينة البحث من (100) لاعب من اللاعبين المتقدمين، وقام الباحثان بتطبيق الاختبارات الإنهاك النفسي والمهارات الأساسية بلعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة(مقياس الإنهاك النفسي ، الطبطبة بتغيره الاتجاه، المناولة من فوق الكتف، التصويب من الحركة)، كما تم استعمال نظام (SPSS) للحصول على نتائج البحث، واستنتج الباحثان بوجود نسب مساهمة معنوية بين ابعاد الإنهاك النفسي وبعض المهارات الاساسية فضلاً عن استنباط معادلات تنبؤية للمهارات الاساسية بلعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة، لذا يوصي الباحثاناهتمام المدربين بالجانب النفسي كونه احد المتطلبات الاساسية التي تؤثر في الأداء الرياضي .

Contribution percentages to psychological exhaustion in terms of some basic skills of basketball players on wheelchairs for the central and southern region in Iraq

M. Karrar Salah Salman

M.M Zahraa Ahsan Abdoun

Summary

It is considered for the importance of psychological and basic exhaustion in the sports field, especially the game of basketball on wheelchairs, and the importance of the research came to work according to scientific formulas in the selection of good and good elements. Descriptive survey method, and the research sample consisted of (100) advanced players. SPSS) to obtain the results of the research, and the researcher concluded that there is a significant contribution ratios between the dimensions of psychological exhaustion and some basic skills, as well as devising predictive equations for basic skills in wheelchair basketball, so the researcher recommends that coaches pay attention to the psychological aspect as it is one of the basic requirements that affect sports performance.

1- التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد كرة السلة على الكراسي المتحركة من الألعاب التي تتميز بالأداء السريع و الدقيق، إذ يتطلب من اللاعب ان يستمر أدائه طيلة الفترات الأربع بمستوى عال في الاداء وهذا يقتزن بتحمل اللاعب وكفاءته البدنية والحركية الخاصة و قدراته الفنية و الخططية و الذهنية و الضبط الانفعالي لمواجهة متغيرات المباريات. وان عملية الوصول الى المستويات العليا وتحقيق الفوز لم تعد عملية سهلة المنال وذلك لان المستوى الرياضي وفي معظم الانشطة الرياضية قد وصل الى مستويات تقترب من المثالية .

اذ شهدت السنوات الاخيرة اهتماماً متزايداً بالبحث عن طرائق واساليب جديدة في تدريب اللاعبين فضلاً عن الاعتماد على الأسس العلمية لمؤشرات عملية الانتقاء بغية الحصول على لاعبين يمتلكون استعداداً وقابليات تمكنهم من ممارسة لعبة معينة دون غيرها والتنبؤ بمستوياتهم في المستقبل لان التقديرات الذاتية للمدربين لم تعد ملائمة لانتقاء اللاعبين والتنبؤ بمستوياتهم ، بل يجب ان تعتمد على المنهج العلمي في استخدام اساليب التقويم والقياس.

ولكون الاختبارات والقياس احدى الوسائل العلمية الضرورية لاستمرار التقدم العلمي اذ انها تمثل ادوات التقويم والانتقاء والتنبؤ فلا بد من الاستفادة منها للنهوض بلعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة في بلدنا . اذا طمحنا في الحصول على مستويات رياضية جيدة نعزز بها انديتنا ومؤسساتنا الرياضية فهذا يتطلب منا الاهتمام بعملية انتقاء اللاعبين المتقدمين وفقاً لمجالات مختلفة وباستخدام الاختبارات والمقاييس (البدنية والمهارية والنفسية والفيولوجية) .

ان الدور الفعال والمؤثر الذي يمكن ان يؤديه الجانب النفسي وموضوع الإنهاك النفسي ودورها الرئيس وموقعها البارز في علم النفس ، وان امتلاك اللاعب هذه الإنهاك النفسي لكي تمكنه من اداء حركات هجومية بشكل سليم وتصرف سريع للتغلب على الفريق المنافس " إن الإنهاك النفسي حالة لا يقتصر أثرها في الفرد المصاب بها فقط وإنما يتعداه للمحيطين به . فالإصابة به لا تشترط عمل الفرد في مهنة معينة ، إذ إن لأي مهنة ضغوطها التي قد تساهم في زيادة مشكلات هذا الفرد واستمرار تلك المشكلات بالرغم من قلة قدراته على التوافق معها ، فإنه يصاب بالإنهاك النفسي ، لهذا فعلى كل فرد أن يلحظ سلوكه ويقومه أولاً بأول حتى لا تتفاقم المشكلة" (3 : 16-17)

ومن هنا تكتسب هذه الدراسة أهميتها ، اذ العمل وفق الصيغ العلمية في انتقاء العناصر الصالحة والجيدة وبالتالي التنبؤ لها بالمستقبل الرياضي الزاهر على صعيد الانجاز والبطولات .

1-2 مشكلة البحث :-

ان تطور لعبة كرة السلة على الكراسي المتحركة وضمن اغلب دول العالم يعتمد على التخطيط العلمي السليم ، يأتي في مقدمتها عملية التنبؤ والتوجيه وانتقاء الموهوبين ووضع البرامج التعليمية والتدريبية الطويلة الأمد وأعدادهم بدنياً ومهارياً ونفسياً.

ومن خلال المقابلات الشخصية للمعنيين ، فضلاً عن خبرة الباحثان المتواضعة لاحظ ندرة وجود دراسات تخص التنبؤ لهذه الفئة العمرية بدلالة الإنهاك النفسي، من اجل معرفة دور الإنهاك النفسي في إمكانية التنبؤ لمهارات اللاعبين الأساسية بغية انتقاء الموهوبين استناداً إلى أسس علمية وموضوعية .

1-3 أهداف البحث:

- * التعرف على أهم المهارات الأساسية والإنهاك النفسي لأفراد عينة البحث من اللاعبين.
- * أعداد مقياس الإنهاك النفسي لأفراد عينة البحث من اللاعبين.
- * معرفة نسبة مساهمة الإنهاك النفسي بالمهارات الأساسية لأفراد عينة البحث من اللاعبين.
- * استنباط معادلة تنبؤية للاعبين وفق المتغيرات المبحوثة .

1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري :عينة من لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة للمنطقة الوسطى و الجنوبية وعددهم (100) لاعباً للموسم الرياضي 2020-2021.

1-4-2 المجال المكاني: ملاعب لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة للمنطقة الوسطى و الجنوبية

1-4-3 المجال الزمني: المدة من (2021/1/1) لغاية (2021/2/30).

1-2 منهج البحث :

اعتمد الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح وذلك لملائمة حل مشكلة البحث وصولاً إلى تحقيق الأهداف كونه "يسعى إلى جميع البيانات من الأفراد والمجتمع لغرض تحديد الحالة الراهنة لمتغير معين أو متغيرات معينة". (6: 164)

2-2 مجتمع البحث وعينه:

من الأمور الواجب مراعاتها في مجال البحث هو اختيار العينة التي تمثل تمثيلاً حقيقياً مجتمع البحث، إذ أنها " الجزء الذي يمثل مجتمع الأصل، أو النموذج الذي يجري الباحثان مجمل ومحور عمله عليه" (9 : 165)

وتمثل مجتمع البحث بلاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة لفئة المتقدمين من أندية المنطقة الوسطى والجنوبية بكرة السلة على الكراسي المتحركة والبالغ عددهم (108) لاعباً مقسمين على (9) أندية وعلى النحو التالي ، نادي بصره (12) لاعباً- نادي ميسان (12) لاعباً- نادي ذي قار (12) لاعباً- نادي بابل (12)

لاعباً - نادي الشموخ (12) لاعباً ، نادي الوسام (12) لاعباً، نادي واسط (12) لاعباً ، نادي القادسية (12) لاعباً،- نادي النجف (12) لاعباً اذ تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وتمثلت بلاعبين نادي (نادي بصرة - نادي ميسان- نادي ذي قار- نادي بابل- نادي الشموخ ، نادي الوسام ، نادي واسط ، نادي القادسية ،- نادي النجف) بكرة السلة على الكراسي المتحركة للموسم الرياضي (2020-2021)، وقام الباحثان باستبعاد (8) لاعباً نادي ميسان لغرض إجراء التجربة الاستطلاعية عليهم ، بحيث أصبحت عينة البحث النهائية (100) لاعباً ويكونون ما نسبته (94,5%) .

2-3 وسائل جمع المعلومات والأجهزة والأدوات المستخدمة:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

*المصادر العلمية (العربية والأجنبية).

*الملاحظة.

*القياس والاختبار.

*فريق عمل مساعد (ملحق 1).

*استمارات تسجيل المعلومات الخبراء (ملحق 2)

*مقياس الإنهاك النفسي ملحق (ملحق 3).

2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة:

أستعمل الباحثان الأجهزة والأدوات الآتية: (ساعة الكترونية عدد(1) ،حاسبه الكترونية يدوية عدد(1) جهاز الحاسوب الالكتروني عدد(1) ،كرات قدم قانونية عدد(5) ،شاخص عدد(5) ،ساعة توقيت ،صافرة) ، شريط لاصق ، بورك.

2-4 توصيف مقياس ابعاد الإنهاك النفسي: (8 : 133)

ويسمى اختبار (الإنهاك النفسية) المهمة للأداء الرياضي وهي تشتمل على الأبعاد الآتية:

- 1-الإجهاد النفسي 2-قلة الرضا الوظيفي 3-الضغط المهنية 4-نقص المساندة 5-نقص الدعم.
- 6-سوء العلاقة.

ويتضمن هذا الاختبار (24) عبارة وكل بعد من ستة مجالات السابق توضيحها تمثله (4) عبارات لكل مجال ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة عن عبارات الاختبار على مقياس ، ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على مقياس بثلاثة بدائل هي (دائماً، أحياناً ، أبداً) بمفتاح تصحيح لأوزان هذه البدائل (3 ، 2 ، 1) . ، وستة أبعاد هي (الاجهاد البدني ،قلة الرضا الوظيفي ،الضغط المهنية ،نقص المساندة.. وونقص الدعم ،سوء العلاقة) وبدرجة كلية للمقياس تتراوح بين (24 - 102)

3-4-1 : تحديد صلاحية مضمون فقرات ونوع بدائلها وإحتساب درجات أوزانها (الصدق الظاهري للمقياس

الإنهاك النفسي) :-

جدول (1) يبين النسبة المئوية لإجابات (14) خبير على كل فقرة

الحساسية الانفعالية			
النسبة المئوية	عدد الخبراء الغير متفقين	عدد الخبراء المتفقين	ت
%92.86	1	13	1
%100	صفر	14	2
%85.71	2	12	3
%100	صفر	14	4
%85.71	2	12	5
%78.57	3	11	6
%85.71	2	12	7
%100	صفر	14	8
%92.86	1	13	9
%100	صفر	14	10
%85.71	2	12	11
%92.86	1	13	12
%100	صفر	14	13
%92.86	1	13	14
%100	صفر	14	15
%85.71	2	12	16
%100	صفر	14	17
%85.71	2	12	18
%100	صفر	14	19
%85.71	2	12	20
%92.86	1	13	21
%100	صفر	14	22
%92.86	1	13	23
%92.86	1	13	24

عدد المتخصصين = (14)

2-5 تحديد اختبارات المهارات الاساسية المستخدمة في البحث:

قام الباحثان بأعتماد مجموعة من الاختبارات المقننة الخاصة بالمهارات الاساسية بكرة السلة على الكراسي المتحركة المتوفرة في المصادر والمراجع العلمية .

*أولاً اسم الاختبار : الطبطة بتغير الاتجاه.(7 : ص88)

*الغرض من الاختبار: قياس سرعة وسيطرة اللاعب على الكرة.

*الأدوات المستخدمة : ملعب كرة سلة, صافرة , أوراق وأقلام للتسجيل , شواخص عدد (8) ساعة توقيت, كرة سلة.

*إجراءات الاختبار : يتم وضع ثمان شواخص موزعة على الملعب بقياسات وابعاد مختلفة الواحد عن الآخر وذلك من اجل عدم تكيف اللاعب على المسافة بين الشواخص ولشعوره بظروف المباراة،

وصف الأداء :

يبدأ المختبر الاختبار بعد سماع صافرة البداية إذ يبدأ الاختبار باجتياز الشاخص الأول الذي يبعد عن خط البداية (2م) والتوجه بأقصى سرعة إلى الشاخص الثاني الذي يبعد عن الشاخص الأول (3م) وعبوره والتوجه إلى الشاخص الثالث الذي يبعد عن الشاخص الثاني (4م) وتكون المسافة بين الشواخص الاخرى (3م) و (4م) وهكذا إلى الشاخص الأخير والغاية من تنوع المسافة بين الشواخص هو عدم وصول المختبر إلى التكيف على المسافة بين الشواخص .

*شروط الاختبار :

- ان يبدأ المختبر مباشرة بعد سماع صافرة البداية.

-يجتاز جميع الشواخص ذهاباً وإياباً.

- ان يؤدي الاختبار بأقصى سرعة.

- يؤدي الاختبار لمرة واحدة.

*أدارة الاختبار :

- مؤقت : أعطاء إشارة البدء والنهائية عبر الصافرة مع بدء التوقيت.

-مسجل : يقوم بالنداء على الأسماء وملاحظة الأداء مع تسجيل وقت الاختبار وحساب المحاولات الناجحة باجتياز الشواخص.

*حساب الدرجة : يسجل الوقت الذي استغرقه المختبر .

*ثانياً اسم الاختبار : المناولة من فوق الكتف.(7 : ص89)

*اسم الاختبار : المناولة من فوق الكتف .

*الغرض من الاختبار: قياس دقة المناولة الطويلة .

*الأدوات المستخدمة : شريط لاصق , شريط قياس, صافرة , أوراق وأقلام للتسجيل .

*إجراءات الاختبار

يتم حساب عدد الكرات التي يستطيع المختبر من تنفيذها من خلال مسها للدوائر المرسومة على الأرض، إذ يتم وضع الدوائر على خط المنتصف وتكون الدوائر بقياس (80سم) ودائرة بقياس (120سم) والدائرة الكبيرة بقياس (160سم)

وصف الأداء :

يقف اللاعب خلف خط البداية الذي يبعد عن الخط النهائي (2م) داخل الملعب ويبدأ برمي الكرة على شرط أن تمس الكرة أحد الدوائر الموضوعة على خط المنتصف للملعب ويعطى لكل مختبر (3) محاولات .

*شروط الاختبار :

- إن يقف المختبر خلف خط البداية .
- إن يدفع الكرة إذ تمس أحد الدوائر الموضوعة على خط المنتصف في الملعب.
- عدد المحاولة ثلاثة .

*أدارة الاختبار : - ملاحظ : إعطاء إشارة البدء الاختبار .

- مسجل : يقوم بالنداء على الأسماء وحساب المحاولات الناجحة.

*حساب الدرجة : يسجل للاعب عدد المحاولات الناجحة إذ تحسب للدائرة الصغيرة (3 درجات) والدائرة المتوسطة (2 درجتان) والكبيرة (1 درجة واحدة فقط).

*ثالثا اسم الاختبار :التصويب من الحركة : (7 : 2019 :ص92)

*الغرض من الاختبار : قياس دقة التصويب من الحركة.

*الأدوات المستخدمة : ملعب كرة سلة ، صافرة ، أوراق وأقلام للتسجيل ، شواخص عدد (2)

* ساعة توقيت , كرات سلة.

*إجراءات الاختبار

يقوم اللاعب باداء الحركة من خلف الشاخص الأول والتوجه نحو السلة من جهة اليمين واداء التصويبة السلمية بعدها يقوم باستلام الكرة مرة ثانية وأداء الحركة من خلف الشاخص الثاني والتوجه إلى السلة من جهة اليسار؛ وهكذا إلى ان ينهي زمن الاختبار؛

وصف الأداء : يبدأ المختبر الاختبار بعد سماع صافرة البداية إذ ينطلق من خلف الشاخص الأول والتوجه نحو السلة ويقوم بسحب الكرة والتوجه نحو الشاخص الثاني والألتفاف من خلفه والعودة نحو السلة والعودة للالتفاف من خلف الشاخص الأول إلى ينهي الوقت المحدد له وهو دقيقة واحدة لكل مختبر وفي حالة ذهاب لمسافة بعيدة عن المختبر يقوم أحد أفراد الفريق المساعد بتسليمه كرة ثانية .

*شروط الاختبار : -أن يبدأ المختبر مباشرة بعد سماع صافرة البداية.-ينطلق من خلف الشاخص . -أن يقوم اللاعب بنفسه بسحب الكرة بدون مساعدة.-أن يؤدي الاختبار بأقصى سرعة.

*أدارة الاختبار :

- مؤقت : أعطاء إشارة البدء والنهائية عبر الصافرة مع التوقيت.

*مسجل : يقوم بالنداء على الأسماء وملاحظة الأداء .

*حساب الدرجة : يسجل عدد المحاولات الناجحة والفاشلة.

2-6 التجربة الاستطلاعية: أجريت التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من (8) لاعباً من لاعبي منتخب محافظة ميسان وقد تمت الاختبارات بتاريخ 2021/1/12 في تمام الساعة الرابعة، وذلك لمعرفة الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات، والصعوبات التي قد تواجه الباحثان، ومعرفة إمكانية فريق العمل المساعد على كيفية استعمال الأجهزة والأدوات فضلاً عن الزمن الذي يستغرقه الإجابة عن المقياس واداء الاختبارات الأساسية.

3-7 التحليل الإحصائي للفقرات :

3-7-1 صدق الأداة (المقياس). وأثبتته الباحثان صدق المقياس بنوعين من أنواع الصدق وهما :

أولاً / صدق الظاهري: يهدف صدق المحتوى الى قياس فيما اذا كانت الفقرات تمثل بقدر كافي المجال السلوكي او السمة المرغوب فيها. وفي ضوء الآراء و الملاحظات التي أبداه السادة الخبراء تم حذف (2) فقرات لعدم ملاءمتها ولتكرار مضمونها ، وبذلك أصبح عدد الفقرات (24) فقرة وبذلك أصبح المقياس مرشحة للتطبيق .

ثانياً / صدق البناء . وقد تحقق الباحثان من صدق البناء في مقياسه الحالي بالطرائق الآتية:

أولاً : القوة التمييزية للفقرات : فان حساب القوة التمييزية للفقرات هي قدرة الفقرة على التمييز بين الأفراد الذين حصلوا على درجة عالية والذين حصلوا على درجة واطئة من هو يطلق على هذه العملية أسلوب المجموعتين المتطرفتين، ولغرض الكشف عن القوة التمييزية لفقرات المقياس تم تفريغ إجابات عينة التجربة الأساسية كلها والبالغة (100) لاعباً، وتم أتباع الخطوات الآتية:

أ-تصحيح إجابات الطلبة على كل فقرة، ولكل سمة من السبع.

ب-ترتيب الدرجات التي حصل عليها جميع أفراد العينة من أعلى درجة إلى أدنى درجة ولكل سمة.

ت-اختيرت ال (27 %) من الدرجات العليا في كل فقرة وال (27 %) من الدرجات الدنيا لتمثلا المجموعتين الطرفين وبذلك أصبح عدد أفراد كل مجموعة (100) عضواً، وباستخدام الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين، لاختبار دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين لكل فقرة من فقرات المقياس ال (24) فقرة، ولحساب قوة تمييز الفقرة تم استخدام قانون (ت) للعينات غير المترابطة وبدرجة حرية (52) وبعد تطبيق العمليات الإحصائية لاستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياسالقيم الإدارية الموارد البشريةظهرت النتائج التالية:

جدول (2) يبين قيمة (معامل التمييز) المحسوبة لفقرات للمقياس الإنهاك النفسي

المعنوية	القيمة الاحتمالية	قيمة (ت)	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزه	0.00	12.30	1.82	4.20	0.62	3.24	1
مميزه	0.00	12.26	0.40	14.52	0.84	3.17	2
مميزه	0.00	20.89	0.59	27.91	1.33	3.65	3
مميزه	0.00	5.85	0.32	7.99	0.60	4.64	4
مميزه	0.00	38	2.04	25.58	1.97	4.22	5
مميزه	0.00	11.16	4.91	2.58	0.51	7.95	6
مميزه	0.00	75.83	5.47	48.16	4.70	7.75	7
مميزه	0.00	8	0.60	3	0.85	4.47	8
مميزه	0.00	4.58	0.51	1.33	0.65	8.03	9
مميزه	0.00	19.34	0.77	25.14	1.60	5.16	10
مميزه	0.00	28.08	6.86	11.83	1.80	3.17	11
مميزه	0.00	41.08	3.98	22.66	5.26	4.44	12
مميزه	0.00	20.33	3.02	9.58	0.66	4.46	13
مميزه	0.00	14.08	0.90	6.08	1.88	5.49	14
مميزه	0.00	7.25	2.09	2	1.04	7.58	15
مميزه	0.00	8.41	0.90	1.91	0.99	6.19	16
مميزه	0.00	29.83	6.65	5.40	1.15	4.08	17
مميزه	0.00	6.320	1.75	2.40	0.42	6.16	18
مميزه	0.00	1.77	0.39	0.92	0.23	4.45	19
مميزه	0.00	4.71	0.26	7.55	1.06	9.71	20
مميزه	0.00	6.61	0.48	8.83	0.91	9.60	21
مميزه	0.00	7.48	0.48	10.46	0.48	4.01	22
مميزه	0.00	7.31	0.42	10.55	0.68	3.56	23
مميزه	0.00	23.91	3.20	12.25	2.80	3.61	24

عند درجة حرية (52) تحت مستوى خطأ (0.05) وقيمة (ت) الجدولية (2.07)

ثانياً : معامل الاتساق الداخلي (صدق الفقرات) :

تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التمييزية للمواقف إذ أن هذا الأسلوب يسمى " بصدق الاتساق الداخلي للاختبار حيث يتم قياسه من خلال حساب معامل الارتباط بين المفردة (الموقف) والمجموع الكلي للمحاور (المواقف) الدرجة الكلية للاختبار وقد تم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لتحقيق ذلك واستخدمة الباحثان هذا المؤشر عند استخراج معامل الارتباط لدرجة كل فقرة بالدرجة الكلية لكل سمة من الموارد البشرية للمقياس، ولجميع أفراد العينة البالغة (100)

الجدول (3) معاملات الارتباط البسيط لـ(بيرسون) لفحص صلاحية فقرات مقياس

رقم الفقرة	معامل ارتباطها	مستوى الخطأ	رقم الفقرة	معامل ارتباطها	مستوى الخطأ
1	0.79	0.00	13	0.84	0.00
2	0.75	0.00	14	0.851	0.00
3	0.69	0.00	15	0.76	0.00
4	0.60	0.00	16	0.76	0.00
5	0.70	0.00	17	0.68	0.00
6	0.77	0.00	18	0.65	0.00
7	0.77	0.00	19	0.70	0.00
8	0.69	0.00	20	0.70	0.00
9	0.73	0.00	21	0.66	0.00
10	0.87	0.00	22	0.80	0.00
11	0.82	0.00	23	0.77	0.00
12	0.87	0.00	24	0.83	0.00

عند درجة حرية (98) تحت مستوى خطأ (0.05) وقيمة (ر) الجدولية (0.217)

8-2 التجربة الرئيسة: قام الباحثان بتطبيق مقياس الإنهاك النفسي واختبارات المهارات الأساسية على عينة البحث الرئيسة البالغ عددها (100) لاعباً، وذلك في تمام الساعة الرابعة عصراً الموافق (2021/1/20) لغاية (2021/2/15) لغرض معرفة العلاقة الخاصة بين المهارات الأساسية وإبعاد الإنهاك النفسي للاعبين المتقدمين بكرة السلة على الكراسي المتحركة.

9-2 الوسائل الإحصائية:

*استعملت فيه النظم الإحصائية الآتية:

*الحقيبة الإحصائية الجاهزة (SPSS) للحصول على الآتي:

(الأوساط الحسابية. الانحرافات المعيارية. معامل الارتباط البسيط (بيرسون). الانحدار الخطي المتعدد. اختبار (F). مستوى الدلالة).

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

بعد أن قام الباحثان بإجراء الاختبارات والقياسات لمتغيرات البحث عولجت النتائج إحصائياً وفيما يلي عرض النتائج بالجدول ومن ثم مناقشتها ودعمها بالمصادر.

3-1 عرض نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث:

3-1-1 الوصف الإحصائي لمتغيرات البحث (الإنهاك النفسي - المهارات الأساسية)

جدول (4) الوصف الإحصائي لأبعاد (الإنهاك النفسي)

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	الإبعاد
91.08	19.870	الدرجة	الإجهاد النفسي
11.36	20.370	الدرجة	قلة الرضا الوظيفي
51.21	20.170	الدرجة	الضغوط المهنية
1.121	19.930	الدرجة	نقص المساندة
2.345	20.090	الدرجة	نقص الدعم
1.113	19.710	الدرجة	سوء العلاقة

جدول (5) الوصف الإحصائي لمتغيرات المهارات الأساسية بكرة السلة على الكراسي المتحركة

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	وحدة القياس	المهارات الأساسية
1.416	8.731	الثانية	الطبطة بتغير الاتجاه
1.503	11.230	الدرجة	المنولة من فوق الكتف
0.580	7.190	الدرجة	التصويب من الحركة

يلاحظ من الجدول (5) أن الأوساط الحسابية للقدرات للإنهاك النفسي اذ ظهرت على التوالي (19.870، 20.370، 20.170، 19.930، 20.090، 19.710) وبأنحرافات معيارية (1.089، 1.631، 1.121، 1.215، 2.345، 1.113)، أما الأوساط الحسابية لاختبارات المهارات الأساسية ظهرت على التوالي (8.731، 11.230، 7.190) وبأنحرافات معيارية (1.416، 1.503، 0.580) لدى عينة البحث.

3-1-2 نسب مساهمة (الإنهاك النفسي) في أداء مهارة الطبطبة بتغير الاتجاه :

الجدول (6)نسب مساهمة ابعاد (الإنهاك النفسي) في اداء مهارة الطبطبة بتغير الاتجاه

الطريقة	الأبعاد	المقدار الثابت	المعامل	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	ر المتعدد	ر ²	Sig
الانحدار المتعدد	الإجهاد النفسي	15.878	-0.370	6.616	2.17	6-93	0.724	0.524	0.00
	قلة الرضا الوظيفي		-0.029						
	الضغوط المهنية		0.096						
	نقص المساندة		-0.073						
	نقص الدعم		0.012						
	سوء العلاقة		-0.009						

علماً ان (ر) الجدولية = 0.195 ، دال تحت مستوى دلالة (0.05) .

عند احتساب نسبة المساهمة الكلية لأبعاد (الإنهاك النفسي) بأداء بعض المهارات الاساسية (مهارة الطبطبة بتغير الاتجاه) المستخلصة من خلال طريقة كل الانحدارات بلغت نسبة المساهمة (0.524) ،وبلغت قيمة ف المحسوبة (6.616) وهي أكبر من القيمة الجدولية عند نسبة خطأ (0.05) وباللغة (2.17).

ومن خلال ملاحظة الجدول (6) والذي يبين القيمة التنبؤية لمهارة الدرجة بدلالة تقديرات الإنهاك النفسي يمكن استنباط المعادلة التنبؤية باستخدام معادلة الانحدار الخطي وكما يلي :-

القيمة التنبؤية مهارة الطبطبة بتغير الاتجاه = 15.878 - (0.370 × الوسط الحسابي الإجهاد النفسي) - (0.029 × الوسط الحسابي قلة الرضا الوظيفي) + (0.096 × الوسط الحسابي الضغوط المهنية) - (0.073 × الوسط الحسابي نقص المساندة) + (0.12 × الوسط الحسابي نقص الدعم) - (0.009 × الوسط الحسابي سوء العلاقة) .

وان القيمة التنبؤية او المتوقعة = 15.878 - (0.370 × 19.870) - (0.029 × 20.370) + (0.096 × 20.170) - (0.073 × 19.930) + (0.12 × 20.090) - (0.009 × 19.710) =

$$= 0.177 - 2.411 + 1.455 - 1.936 + 0.591 - 7.352 - (15.878) =$$

$$= (6.402) \text{ القيمة التنبؤية ، في حين ان الوسط الحسابي مهارة الطبطبة بتغير الاتجاه } = (8.731)$$

وكما ذكرنا سابقاً ان مهارة الطبطبة بتغير الاتجاه تقاس بالزمن لذى فأن اللاعب الذي يحصل على درجة اقل من درجة الوسط تكون قدراته أفضل .

وبهذا يكون الباحثان قد حقق الهدف الثالث للبحث من خلال وضع معادلة تنبؤية للمهارات الأساسية لمهارة (مهارة الطبطة بتغير الاتجاه) بدلالة ابعاد الإنهاك النفسي المؤثرة للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة لفئة المتقدمين.

3-1-3 نسب مساهمة ابعاد (الإنهاك النفسي) في اداء مهارة المناولة من فوق الكتف :

جدول (7)نسب مساهمة ابعاد (الإنهاك النفسي) في اداء مهارة المناولة من فوق الكتف

الطريقة	الأبعاد	المقدار الثابت	المعامل	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	ر المتعدد	ر ²	Sig
الانحدار الخطي المتعدد	الإجهاد النفسي	2.240	0.658	4.493	2.17	6-93	0.814	0.663	0.00
	قلة الرضا الوظيفي		0.524						
	الضغوط المهنية		-0.913						
	نقص المساندة		0.420						
	نقص الدعم		-0.046						
	سوء العلاقة		0.036						

علماً ان (ر) الجدولية = 0.195 ، دال تحت مستوى دلالة (0.05) .

عند احتساب نسبة المساهمة الكلية لأبعاد (الإنهاك النفسي) بأداء بعض المهارات الأساسية (المناولة من فوق الكتف) المستخلصة من خلال طريقة كل الانحدارات بلغت نسبة المساهمة (0.663) ، وبلغت قيمة ف المحسوبة (4.493) وهي أكبر من القيمة الجدولية عند نسبة خطأ (0.05) والبالغة (2.17).

ومن خلال ملاحظة الجدول (7) والذي يبين القيمة التنبؤية المناولة من فوق الكتف بدلالة تقديرات الإنهاك النفسي يمكن استنباط المعادلة التنبؤية باستخدام معادلة الانحدار الخطي وكما يلي :-

القيمة التنبؤية المناولة من فوق الكتف = $2.240 + (0.658 \times \text{الوسط الحسابي للإجهاد النفسي}) + (0.524 \times \text{قيمة قلة الرضا الوظيفي}) - (0.913 \times \text{الوسط الحسابي للضغوط المهنية}) + (0.420 \times \text{الوسط الحسابي لنقص المساندة}) - (0.046 \times \text{الوسط الحسابي لنقص الدعم}) + (0.036 \times \text{الوسط الحسابي لسوء العلاقة})$.

وان القيمة التنبؤية او المتوقعة = $2.240 + (19.870 \times 0.658)$

+ $(20.370 \times 0.524) - (20.170 \times 0.913) + (19.930 \times 0.420) - (19.710 \times 0.046) + (20.090 \times 0.036)$.

= $0.710 + 0.924 - 8.371 + 18.415 - 10.674 + 13.074 + (2.240)$

= (15.73) القيمة التنبؤية ، في حين ان الوسط الحسابي لمهارة المناولة من فوق الكتف = (11.230)

وكما ذكرنا سابقاً ان مهارة المناولة الصدرية تقاس بالدرجة لدى فأن اللاعب الذي يحصل على درجة اكبر من درجة الوسط تكون قدراته أفضل .

وبهذا يكون الباحثان قد حقق الهدف الثالث للبحث من خلال وضع معادلة تنبؤية للمهارات الأساسية لمهارة (المناولة من فوق الكتف) بدلالة إبعاد الإنهاك النفسي المؤثرة للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة لفئة المتقدمين .

3-1-4 نسب مساهمة (الإنهاك النفسي) في اداء مهارة التصويب من الحركة:

جدول (8) يوضح نسب مساهمة ابعاد (الإنهاك النفسي) في اداء مهارة التصويب من الحركة

الطريقة	الأبعاد	المقدار الثابت	المعامل	ف المحسوبة	ف الجدولية	درجة الحرية	ر المتعدد	ر ²	Sig
الانحدار الخطي المتعدد	الإجهاد النفسي	6.874	-0.186	2.614	2.17	6-93	0.763	0.582	0.00
	قلة الرضا الوظيفي		-0.019						
	الضغوط المهنية		0.175						
	نقص المساندة		0.092						
	نقص الدعم		0.056						
	سوء العلاقة		-0.107						

علماً ان (ر) الجدولية = 0.195 ، دال تحت مستوى دلالة (0.05) .

عند احتساب نسبة المساهمة الكلية لأبعاد (الإنهاك النفسي) بأداء بعض المهارات الأساسية (التصويب من الحركة بكرة السلة) المستخلصة من خلال طريقة كل الانحدارات بلغت نسبة المساهمة (0.582) ، وبلغت قيمة ف المحسوبة (2.614) وهي أكبر من القيمة الجدولية عند نسبة خطأ (0.05) والبالغة (2.17).

ومن خلال ملاحظة الجدول (8) والذي يبين القيمة التنبؤية لمهارة التصويب من الحركة بكرة السلة بدلالة تقديرات الإنهاك النفسي يمكن استنباط المعادلة التنبؤية باستخدام معادلة الانحدار الخطي وكما يلي :-
القيمة التنبؤية لمهارة التصويب من الحركة بكرة السلة = $6.874 - (0.186 \times \text{الوسط الحسابي الاجهاد النفسي}) - (0.019 \times \text{الوسط الحسابي قلة الرضا الوظيفي}) + (0.175 \times \text{الوسط الحسابي الضغوط المهنية}) + (0.092 \times \text{الوسط الحسابي نقص المساندة}) + (0.065 \times \text{الوسط الحسابي نقص الدعم}) - (0.107 \times \text{الوسط الحسابي سوء العلاقة})$.

وان القيمة التنبؤية او المتوقعة = $6.874 - (19.870 \times 0.186)$

- $(20.370 \times 0.019) + (20.170 \times 0.175) + (19.930 \times 0.092) - (20.090 \times 0.056) - (19.710 \times 0.107)$

$$= (6.874) - 3.696 + 0.387 + 3.530 + 1.834 - 1.125 - 2.109 = (7.171) \text{ القيمة التنبؤية ، في حين ان الوسط الحسابي لمهارة التصويب من الحركة بكرة السلة } = (7.190)$$

وكما ذكرنا سابقاً ان مهارة التصويب من الحركة بكرة السلة تقاس بالدرجة لذى فأن اللاعب الذي يحصل على درجة اكبر من درجة الوسط تكون قدراته أفضل .

وبهذا يكون الباحثان قد حقق الهدف الثالث للبحث من خلال وضع معادلة تنبؤية للمهارات الاساسية لمهارة (التصويب من الحركة بكرة السلة) بدلالة ابعاد الإنهاك النفسي المؤثرة للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة لفئة المتقدمين .

ويعزو الباحثان سبب ذلك الى الاعداد النفسية ، اذ انها عملية تربوية لها دور فعال في نجاح اللاعب او فشله وهذا لا يقلل من اهمية الاعداد البدني او المهارات بل ان هناك ارتباطاً قوياً بين الحالة النفسية والتحسين المهاري و نجاح خطط اللعب إذ يعتمد النجاح في ذلك على شعور الفرد بقدراته وبتقدير الآخرين ونظرتهم اليه نظرة يملؤها الاعجاب والتقدير، ويتطلب فهم طبيعة العامل النفسي المصاحب لأداء الرياضي الناجح معرفة التركيبية السيكولوجية والتي ترتبط بالأداء المثالي وتسهم في تحديد مستوى الأداء الفعلي ، وهذا راجع إلى التطورات العلمية في إعداد اللاعب بدنياً ونفسياً وخططياً والعامل النفسي يظل المتغير الحاسم في الأداء سواء تدريبياً أو في موقع المنافسة ،(2 : 27) إن الفرد الذي يعاني من الإنهاك النفسي يجد شداً في أغلب أعضائه لذا من المفيد له أن يسترخي ويتأمل فضلاً عن أخذه الراحة المناسبة الوقت المناسبين حيث الهدوء والسكينة.(1 : 173).تعد عاملاً واقعياً للفرد بل للمؤسسة كلها من الوقوع في خطر الضغوط النفسية والإنهاك النفسي (4 : 85)

ويشير (محمد حسن علاوي، 1998) إلى أن الأبعاد النفسية هي أحد المتطلبات الهامة للوصول إلى المستويات العالية في الأنشطة المختلفة، إذ أن معظم الأبطال الرياضيين على المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل الفوز ألا وهو العامل النفسي.(5 : ص135) والمناخ المغلق في العمل كما في دراسة(10: 75) والرضا الوظيفي وصراع الأدوار في دراسة (11 : 39) مما يدلنا على أن الإنهاك النفسي يرتبط بأغلب مجالات الحياة ومنها العمل المهني ، والشخصية ، والنمط الإداري المتبع في العمل .

4 - الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

من خلال الإجراءات والعمل الذي واكب البحث في عينته وإجراءاته الميدانية والنتائج الإحصائية للبيانات تم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية :

1-تأكيد العلاقة بين الإنهاك النفسي بالمهارات الاساسية للاعبين كرة السلة على الكراسي المتحركة

2-استنباط معادلات تنبؤية نهائية يمكن من خلالها التنبؤ بالمهارات الاساسية بدلالة ابعاد الإنهاك النفسي لانتقاء لاعبي كرة السلة على الكراسي المتحركة لفئة المتقدمين وجاءت هذه القيم بالنسبة لمهارة الطبطبة بتغيره الاتجاه (6.402) ، ومهارة المناولة من فوق الكتف (15.730) ، ومهارة التصويب من الحركة (7.171) .

3-مثلت نسبة المساهمة مؤشراً محكياً لا يمكن تجاهله من خلال نسب المساهمة للمهارات الثلاثة وكما يأتي:
أ. ساهمت الإنهاك النفسي بمهارة الطبطبة بنسبة (52%) في الأداء المهاري الهجومي وبقيمة معنوية.
ب. ساهمت الإنهاك النفسي بمهارة المناولة من الكتف بنسبة (66%) في الأداء المهاري الهجومي وبقيمة معنوية.

ج. ساهمت الإنهاك النفسي بمهارة التصويب من الحركة بنسبة (58%) في الأداء المهاري الهجومي وبقيمة معنوية .

4-2- التوصيات : وفقاً للنتائج والاستنتاجات التي توصل إليها الباحثان تم وضع التوصيات الآتية :-

1-استخدام الإنهاك النفسي والمهارات الأساسية بشكل عام كمؤشرات يعتمد عليها في عملية الانتقاء والتصنيف الرياضي للاعبين المتقدمين بكرة السلة على الكراسي المتحركة.

2- اعتماد المعادلة التنبؤية لغرض انتقاء وتصنيف اللاعبين

3- إجراء دراسة مشابهة لهذه الفئة العمرية للمناطق الوسطى والشمالية وكذلك دراسة مشابهة لفئات أخرى تضم جوانب الدراسة الحالية .

المصادر العربية

1-أرثر روشان ؛ دليلك للتعامل مع الضغط النفسي، ترجمة أمنية النيتون، القاهرة ، الثقافة المصرية ، 2001.

2-جابر عبد الحميد جابر ، علاء الدين كفاي ؛ معجم علم النفس والطب النفسي ، ج2، القاهرة ، دار النهضة العربية ، 1989، ص27.

3-رؤى رشيد كاظم الزبيدي :الإنهاك النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى منتسبي شرطة المرور:(رسالة ماجستير _جامعة المستنصرية قسم الارشاد النفسي والتربوي ، 2010.

4-علي عسكر ؛ ضغوط الحياة واساليب مواجهتها ، ط2، الكويت ، دار الكتاب الحديث ، 2000.

5-محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، ط2.مركز الكتاب للنشر، القاهرة ، 1998.

6-محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب :البحث العلمي في التربية الرياضية، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999.

7-نزار علي جبار: بناء وتقنين اختبارات للمهارات الأساسية بكرة السلة على الكراسي المتحركة،كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى ، أطروحة دكتوراه 2019.

8-هند سالم : الإنهاك النفسي والحساسية الانفعالية ومساهمتهما بإنجاز لاعبي بعض فعاليات العاب القوى، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات جامعة بغداد، اطروحة ، 2018 .

9-وجيه محبوب : البحث العلمي ومناهجه , (بغداد ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002).

11- Ahola, K. & Hakonen, J. (2005) : Job strain, Exhaustion, and depressive Symptoms : A prospective study among dentists . Journal of Affective Disorders p.75.

12-Pines , M.& Keinan , G . (2005) : Stress and Psychological Exhaustion : The significant difference ,personality and individual Differences , 39

الملاحق

ملحق (1) يبين فريق العمل المساعد

ت	الاسم الثلاثي	اللقب العلمي	مكان العمل
1	حيدر عبود	مدرس دكتور	المديرية العامة لتربية ميسان
2	علي باسم	مدرس مساعد	كلية التربية الرياضية / جامعة كربلاء
3	طارق فاضل	مدرس مساعد	كلية التربية الرياضية / جامعة كربلاء

ملحق (3) أسماء السادة الخبراء والمختصين الذين حددوا صلاحية المحاور فقرات مقياس الإنهاك النفسي

ت	اللقب العلمي	اسم الخبير	الاختصاص	مكان العمل
.	أ.د.	رحيم عطية	الاختبارات والقياس	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.د.	مي علي عزيز	الاختبارات والقياس	جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.د.	ماهر محمد	الإدارة والتنظيم	جامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.م.د.	سندسموسى جواد	الإدارة والتنظيم	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / للبنات
.	أ.م.د.	نعيمه زيدان	الإدارة والتنظيم	جامعة بغداد / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / للبنات
.	أ.م.د.	حازم موسى علي	الاختبار والقياس	جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.م.د.	رحيم حلو	علم النفس الرياضي	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.م.د.	علي مطير حميدي	علم النفس الرياضي	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.م.د.	رياض صيهود	علم النفس الرياضي	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	أ.م.د.	محمد ماجد	الاختبارات والقياس	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	م.د.	تحسين علي عدیل	الإدارة والتنظيم	المديرية العامة للتربية ميسان
.	م.د.	بهاء حيدر عبد	الإدارة والتنظيم	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	م.د.	حسن غالي	الإدارة والتنظيم	جامعة ميسان / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية
.	م.د.	علي حسين	علم النفس	جامعة كربلاء / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية

ملحق (2) مقياس بصيغة النهائية الإنهاك النفسي

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً
---	---------	--------	---------	-------

1	اتجاهل اللاعبين عند رؤيتهم خارج التدريب .		
2	أجد صعوبة في التعامل مع اللاعبين المتقدمين .		
3	أعتقد بأن لي تأثيراً إيجابياً على أقراني اللاعبين .		
4	أشعر بأن إدارة النادي غير مقدرة لجهد في المنافسة		
5	يمنحني زملائي اللاعبين ما استحق من تقدير .		
6	يضايقني زيادة عدد الوحدات التدريبية في الاسبوع .		
7	اشعر بالراحة عندما أتغيب عن الوحدات التدريبية		
8	اتعرض لضغوط في الوحدات التدريبية تفوق قدراتي		
9	يجهدني زيادة الأحمال التدريبية في التمرين .		
10	يصعب علي توفير وقت كافٍ بعد الوحدات التدريبية .		
11	تمنحني ادارة النادي التقدير الإجتماعي الذي أستحقه .		
12	تلبي إدارة النادي مطالبي الشخصية .		
13	توفر لي إدارة النادي متطلبات فنية تساعدني على الإنجاز .		
14	يفيدني المدرب في تحسين علاقتي بزملائي اللاعبين .		
15	يحقق لي لعبي في العاب القوى حياة كريمة .		
16	يضايقني تدخل إدارة النادي في التواجد بدون تدريب .		
17	أعاني من ارتفاع ضغط الدم عند اقتراب موعد المنافسة		
18	يتيح لي مدربي فرصة كافية للتعبير عن رأيي .		
19	أعاني من مشكلات أثناء نومي بعد فترة الإعداد الخاص		
20	أتعمد التأخير عن موعد الوحدات التدريبية .		
21	ينقصني الاحتراف في فعاليتي .		
22	اترك فعاليتي اذا اتيح لي لعبة أخرى .		
23	اللاعب لا يستوعبون بطريقة تساعدني على الانجاز .		
24	راتبي لا يكفي للتغلب على الغلاء المعيشي .		