



Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

<https://joupress.uobabylon.edu.iq/>



---

**An Interactive Model of Psychological Vulnerability and Its  
Relationship to Mathematical Knowledge Among Elite Handball  
League Players**

**Mohammed Abdul–Amir Mohammed, Prof. Asaad Ali Safih**

Iraq. Al–Qadisiyah Education Directorate

malqaby67@gmail.com

[asaad.sfeah@qu.edu.iq](mailto:asaad.sfeah@qu.edu.iq)

Research Received: 20/1/2026

Research Published: 28/3/2026

**Abstract**

The study aimed to examine the current state of psychological vulnerability and sports knowledge among elite handball league players, as well as to identify the correlations between sports knowledge and psychological vulnerability among these players. The researchers hypothesized that there is a significant correlation between sports knowledge and psychological fragility among Elite Handball League players. The researchers employed a descriptive approach using correlational analysis on a sample of 233 Elite Handball League players from 15 clubs in the league.

The study aims to identify the levels of both psychological fragility and sports knowledge among elite handball league players and to reveal the nature of the relationship and influence between psychological fragility and sports knowledge, as well as their interaction with one another among elite handball league players.

**Keywords:** interactive model, psychological fragility, sports knowledge, handball

## الانموذج التفاعلي للهشاشة النفسية وعلاقتها بالمعرفة الرياضية للاعبين دوري النخبة لكرة اليد

محمد عبد الامير محمد ، أ.د. اسعد علي سفيح

العراق. مديرية تربية القادسية

[malqaby67@gmail.com](mailto:malqaby67@gmail.com)

[asaad.sfeah@qu.edu.iq](mailto:asaad.sfeah@qu.edu.iq)

تاريخ نشر البحث 2026/3/28

تاريخ استلام البحث 2026/1/20

### الملخص

هدفت الدراسة الى التعرف على واقع الهشاشة النفسية والمعرفة الرياضية لدى لاعبي دوري النخبة باكرة اليد وأيضاً التعرف على العلاقات الارتباطية بين المعرفة الرياضية والهشاشة النفسية للاعبين دوري النخبة لكرة اليد. وافترض الباحثان الى وجود علاقة ارتباط معنوية بين المعرفة الرياضية والهشاشة النفسية للاعبين دوري النخبة. وقد استعمل الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية على عينه من لاعبي دوري النخبة لكرة اليد والبالغ عددهم (233) لاعب من (15) نادي في دوري النخبة.

ويهدف البحث الى التعرف على مستوى كل من (الهشاشة النفسية، والمعرفة الرياضية) لدى لاعبي دوري النخبة لكرة اليد. والكشف عن طبيعة العلاقة والتأثير بين كل من (الهشاشة النفسية، والمعرفة الرياضية) وتفاعلها مع بعضهما لدى لاعبي دوري النخبة لكرة اليد.

الكلمات المفتاحية: الانموذج التفاعلي، للهشاشة النفسية، المعرفة الرياضية، كرة اليد

## 1-المقدمة:

بدأ الاهتمام بعلم النفس باعتباره علماً مهماً في تحقيق التفوق في المجال الرياضي والتعليمي وضحى الإعداد النفسي من المقومات الأساسية لمكونات الألعاب الرياضية وهو الذي كان في أغلب الأوقات في المنازلات والمسابقات الرياضية مهم جداً ، إذا أخذنا بالحسبان إن التطور البدني و المهاري والخططي أصبح من الأمور غير المعقدة أمام اغلب المدربين ، إلا النواحي النفسية التي تحتاج دائماً إلى التطور في التعامل مع اللاعبين وسيما مع اللاعبين المنخرطين في الرياضات الجماعية التي لا يغيب على أي متابع لها أنها ألعاب تحتاج إلى نواحي نفسية كبيرة في كسب النقاط .

ويرى الخبراء والمختصين في التربية الرياضية أن التطور في هذا المجال يجب أن يهدف الى فهم الأهداف لأداء اللعبة ومستواها التي يتبعها المدربين في الوصول الى تحقيق الأهداف والمستوى والطرق التي يمكن أن تتبع في تدريبها ومن هذا المنطلق يؤكد التعليم الحديث لعلم النفس على الفروقات الفردية القائمة بين اللاعبين ومنها تعدد أدائهم والفارق الزمني والعقلي بينهم والذي فرز وانتج مصطلح حديثاً الا ووهي الهشاشة النفسية التي لها دورا كبيرا في تحقيق الفوز للرياضيين والفرق الرياضية، ومدى تأثرها على نوع الفعالية الرياضية بالحالات النفسية، والتي تعد من المقومات الأساسية لمكونات الألعاب الرياضية وشخصية اللاعبين، والذي كانت في اغلب الأوقات الفيصل في تحقيق النتائج الجيدة في المسابقات الرياضية. إذ أن معظم الأبطال على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي، وان هناك عاملاً مهماً يحدد نتيجة جهودهم في أثناء المنافسات الرياضية في سبيل تحقيق الفوز وتسجيل الأرقام وهو العامل النفسي الذي يلعب دوراً مهماً ويتأسس عليه تحقيق التفوق وتعد الهشاشة النفسية هي الناحية السلبية للطاقة النفسية والتي من الممكن أن تحبط من دافعية اللاعبين في المباراة ، وخاصة لاعبي كرة اليد التي لا يغيب عن أي متابع لها أنها لعبة تحتاج إلى نواحي نفسية كبيرة في كسب النقاط، والفوز بالمباراة، "الهشاشة هي الجزء السلبي للطاقة النفسية أي هي الحالة التي يعيش فيها الرياضي أدنى درجات الثقة بالنفس لتحقيق الأهداف العالية مما يؤثر في القيادة الرياضيين الذين لديهم مستوى عال من الهشاشة لممارسة الرياضة بشكل أكثر .

وتُعدّ لعبة كرة اليد من الألعاب الجماعية التي تتطلب مستوىً عاليًا من التفاعل البدني والنفسي، الأمر الذي يجعل اللاعبين عرضة لمختلف الانفعالات النفسية التي قد تنعكس على سلوكهم داخل الملعب، ولا سيّما في المواقف التنافسية الضاغطة. وفي هذا السياق، تبرز الهشاشة النفسية بوصفها مؤشراً على ضعف قدرة اللاعب على تحمّل الضغوط النفسية والانفعالية، في حين تمثل المعرفة الرياضية إطاراً معرفياً يساهم في تنظيم الاستجابات السلوكية واتخاذ القرارات التكتيكية الرشيدة التي قد

تقلل من حدة الانفعالات السلبية. ويُعد السلوك العدواني أحد أبرز المظاهر السلوكية التي قد تظهر نتيجة اختلال التوازن بين الجانبين النفسي والمعرفي لدى اللاعبين ولا بد من الاجابة على التساؤل الاتي

- ما مستوى كل من (الهشاشة النفسية، والمعرفة الرياضية) لدى لاعبي دوري النخبة بكرة اليد؟

**ويهدف البحث الى:**

1- التعرف على مستوى كل من (الهشاشة النفسية، والمعرفة الرياضية) لدى لاعبي دوري النخبة بكرة اليد.

2- الكشف عن طبيعة العلاقة والتأثير بين كل من (الهشاشة النفسية، والمعرفة الرياضية) وتفاعلهما مع بعضهما لدى لاعبي دوري النخبة بكرة اليد.

**2-إجراءات البحث:**

2-1 **منهج البحث:** استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية والمسحية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 **مجتمع البحث وعينته:**

حدد الباحثان مجتمع بحثه بأسلوب الحصر الشامل والمتمثل بأندية دوري النخبة بكرة اليد الكرة في العراق والبالغ عددهم (233) لاعب من (15) نادي.

2-3 **الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:**

2-3-1 **وسائل جمع البيانات:**

- الملاحظة المباشرة.
- المقابلة.
- الاختبارات والقياس.
- الاستبيان.

## 2-3-2 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

- حاسبة عدد (2)

- ساعة الكترونية

- أدوات مكتبية

## 2-4-2 اجراءات البحث الميدانية:

## 2-4-2-1 مقياس المعرفة الرياضية:

بعد الاطلاع على مجموعة من المراجع والمصادر الخاصة بالكرة الطائرة، اعتمد الباحثان مقياس المعرفة الرياضية والذي استخدمه الباحثان (اسماء حكمت فاضل) لكون فقرات المقياس أعدت لقياس الهدف المراد الحصول عليه وهو (المعرفة الرياضية بكرة اليد) ، إذ تكون المقياس من (52) فقرة موزعة الى خمسة مجالات وعليه عمد الباحثان الى عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (15) خبير لبيان آرائهم في صلاحية المقياس ، وبعد تحديد الاجابات الخبراء ب(موافق ، غير موافق) تم تحليل النتائج باستخدام (كا<sup>2</sup>) كما مبين في الجدول

جدول (1) يبين تحديد صلاحية الفقرات لمقياس المعرفة الرياضية

المقياس	عدد الخبراء	موافق	غير موافق	النسبة المئوية	قيمة كا <sup>2</sup>	مستوى الدلالة الاحصائية	الدلالة
المعرفة الرياضية	15	15	0	100%	15	0.000	تصلح

## 2-4-2-2 مقياس الهشاشة النفسية:

بعد الاطلاع على مجموعة من المراجع والمصادر الخاصة بعلم النفس، اعتمد الباحثان مقياس الذي استخدمه الباحثان (نايف خليل علوش الشمري) لكون فقرات المقياس أعدت لقياس الهدف المراد الحصول عليه وهو (الهشاشة النفسية بكرة اليد)، إذ تكون المقياس من (40) فقرة موزعة على خمسة مجالات. ولبيان آراء الخبراء والمختصين في صلاحية المقياس عمد الباحثان الى عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين والبالغ عددهم (15) خبير، وبعد تحديد الاجابات الخبراء ب(موافق ، غير موافق) تم تحليل النتائج باستخدام (كا<sup>2</sup>) كما مبين في الجدول (2)

جدول (2) يبين تحديد صلاحية الفقرات لمقياس الهشاشة النفسية

المقياس	عدد الخبراء	موافق	غير موافق	النسبة المئوية	قيمة كا <sup>2</sup>	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الهشاشة النفسية	15	15	0	100%	15	0.000	تصلح

إذ استخدم في المقياس (النموذج الثلاثي) لبدائل الإجابة وهي (1 - 2 - 3) على التوالي وبذلك فإن درجة هذا المقياس تتراوح من (40-120) درجة، كما مبين في الجدول (3).

جدول (3) يبين بدائل المقياس لهشاشة النفسية

البدائل	وافق بدرجة كبيرة	وافق بدرجة متوسطة	وافق بدرجة صغيرة
الوزن	3	2	1

## 2-5 التجربة الاستطلاعية:

اجريت التجربة الاستطلاعية في يوم الثلاثاء بتاريخ 2025/1/28 إذ تم تطبيق التجربة في القاعة المخصصة لكل نادي، إذ تم اجراء الاختبار على (45) لاعباً ، وكان الهدف من اجراء التجربة هو

- 1- التعرف على الصعوبات الواقعية التي تواجه اللاعبين عند الإجابة عن الاستبانة .
- 2- تحديد الخطة المنظمة لتطبيق الاستمارات والاختبار.

**2-6-6 الاسس العلمية للمقاييس:****2-6-2-1 صدق المقاييس:**

استخدم الباحثان الصدق الظاهري وذلك من خلال عرض المقاييس على الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي، و(يتبين هذا النوع من الصدق بالفحص المبدئي لمحتويات الاختيار من قبل لجنة من المختصين والخبراء لتقويمها في مدى مطابقتها للغرض الذي وضعت من أجله)

**2-6-2-2 ثبات المقاييس:**

الاختبار الثابت هو (الاختبار الذي يعطي نتائج مقارنة أو النتائج نفسها إذا طبق أكثر من مرة في ظروف مماثلة)، ويشير ثبات الاختبار إلى الدرجات التي يحصل عليها الأفراد أنفسهم في مرات الإجراء المختلفة، ومعنى هذا أن وضع الفرد بالنسبة لجماعته لا يتغير جوهرياً في هذه الحالة، كما يعني ثبات الاختبار الاستقرار بمعنى أنه لو كررت عمليات قياس الفرد الواحد لبينت درجته شيء من الاستقرار وللتحقق من ثبات المقاييس الثلاثة استخدم الباحثان الطرائق الآتية:

**أولاً: طريقة التجزئة النصفية**

تعتمد هذه الطريقة على تقسيم فقرات الاختبار إلى نصفين الأول يحتوي على الفقرات التي ذات الأرقام الفردية والآخر يحتوي على الفقرات ذات الأرقام الزوجية، وبذلك تعطي هذه الطريقة درجات متكافئة لنصفي الفقرات، ولحساب الثبات لهذه الطريقة:

- تم استخدام بيانات استمارات (14) لاعب والذين مثلو عينة التجربة الاستطلاعية، إبلغ مجموع الفقرات الفردية (7) والزوجية (7)، وعليه تم استخراج معامل الثبات بين نصفي المقاييس باستخدام معامل الارتباط (بيرسن البسيط) وتم تعديل قيمة معامل ثبات نصف الاختبار بمعادلة دلالة ثبات (سبيرمان براون) كما في الجدول (4).

جدول (4) يبين معاملات ثبات الاختبار بالتجزئة النصفية مع معامل التصحيح

المقياس	معامل الارتباط	معامل الخطأ	معامل سبيرمان براون	مستوى الخطأ	الدلالة
المعرفة الرياضية	0.804	0.000	0.879	0.000	مقبول
الهشاشة النفسية	0.876	0.000	0.921	0.000	مقبول

## 7-2 التجربة الرئيسية:

طبق الباحثان التجربة الرئيسية على لاعبي كرة النخبة بكرة اليد والبالغ عددهم (233) لاعباً، إذ طبقت هذه التجربة في قاعات الاندية المختلفة وكانت كالآتي:

- طبق الباحثان مقياس الهشاشة يوم 16-25/3/2025.
- طبق الباحثان مقياس المعرفة الرياضية يوم 16-25/3/2022.

## 8-2 الوسائل الإحصائية:

- الوسط الحسابي.
- الوسط الفرضي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار t .
- معامل الارتباط (بيرسون).
- نموذج تحليل المسار (AMOS).
- مربع(كا)2

### 3- عرض النتائج وتحليلها وتفسيرها:

في القسم الأول من هذا الفصل سيتم اختبار مدى صحة النموذج التفاعلي البنائي المفترض لبيانات مجتمع البحث التي تتضمن استجابات أفرادها على المتغيرات المشاهدة (متغيرات الدراسة – الهشاشة النفسية، المعرفة الرياضية) ودراسة حسن المطابقة بين النموذج النظري (المفترض) والبيانات المجمعة.

وفي حالة حسن التطابق بينها – كما تعبر عنها مؤشرات حسن المطابقة – فذلك يعني أن النموذج التفاعلي يدعم صحة الافتراض المتعلق بالعلاقات والارتباطات والتأثير بين المتغيرات ويتم ذلك عبر -مواصفة نموذج البناء AMOS (نموذج تحليل المسار).

### 3-1 التوصيف الاحصائي لمتغيرات البحث:

جدول (5) يبين التوصيف الاحصائي لعينة البحث

ت	المقياس	عدد الفقرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة (T)	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
1	المعرفة الرياضية	52	31.19	3.541	21	30.994	0.000	معنوي
3	الهشاشة النفسية	50	92.84	5.671	80	24.38	0.000	معنوي

يبين الجدول (5) نتائج:

#### مقياس المعرفة الرياضية

بلغت قيمة الوسط الحسابي (31.19) وانحراف معياري (3.541)، إذ بلغت قيمة (t) (30.994) عند مستوى دلالة (0.000) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0.000) وهذا يدل على وجود فروق معنوية في المقياس، وما يؤكد ذلك هو ان قيمة الوسط الحسابي جاءت أكبر من قيمة الوسط الفرضي (21).

#### مقياس الهشاشة النفسية

بلغت قيمة الوسط الحسابي (92.84) وانحراف معياري (5.671)، إذ بلغت قيمة (t) (24.38) عند مستوى دلالة (0.000) وهي أصغر من نسبة الخطأ (0.000) وهذا يدل على وجود فروق معنوية في المقياس، وما يؤكد ذلك هو ان قيمة الوسط الحسابي جاءت أكبر من قيمة الوسط الفرضي (80).

### 3-1-1 دراسة وتحليل النموذج النظري للعلاقة بين المتغير المستقل (الهشاشة النفسية) والمتغير التابع (المعرفة الرياضية):

جدول (6) يبين المحكات المعتمدة لجودة مطابقة النموذج للبيانات

المؤشر	محك حسن المطابقة
مربع كاي Chi-Square أو Cmin	أصغر ما يمكن (غير دالة)
النسبة (Cmin / df)	$Cmin / df \leq 2$
مؤشر حسن المطابقة (GFI)	$GFI > 0.90$
مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	$NFI > 0.90$
مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	$CFI > 0.90$
مؤشر رمسي (RMSEA)	$0.05 < RMSEA < 0.08$

وسيتم تقدير كفاءة النموذج من خلال تحليل المسار للعلاقات والارتباطات بين تلك المتغيرات، حيث أفضت نتائج الدراسة الميدانية إلى تصور النموذج.

### 3-1-2 التقديرات المقننة وغير المقننة:

جدول (7) يبين قيم التقديرات المعيارية وغير المعيارية لمتغيرات البحث

قيمة (CR)	الخطأ القياسي	التقديرات		المتغير		
		المعيارية	غير المعيارية	الداخلي	←	الخارجي
10.141	0.075	0.687	0.757	المعرفة الرياضية	←	الهشاشة النفسية

يبدو من الجدول (7) أن قيم (CR) -والتي تدل على قيمة إحصائية (t) - جاءت أكبر من (1.96) وهذا يعني أن قيم مستوى الدلالة (P) دالة إحصائياً. وبالتالي فإنه سيتم: - رفض الفرضية الصفرية التي تقول بعدم وجود علاقة بين الهشاشة النفسية والمعرفة الرياضية، وقبول الفرضية البديلة التي تقول بوجود تلك العلاقة. وتشير الإشارة الموجبة إلى أن الزيادة في قيمة المتغير المؤثر (الهشاشة النفسية) يقابلها زيادة في المتغير المؤثر به (المعرفة الرياضية).

### 3-2 بناء انموذج التفاعلي للتنبؤ بالمعرفة الرياضية والهشاشة النفسية:

تناول الباحثان في القسم الثاني من هذا الفصل، البحث في توقع متغير ما (النتيجة - المعرفة الرياضية) اعتمادا على المتغير او المتغيرات الاخرى (التنبؤية، الهشاشة النفسية) باستعمال (تحليل التراجع).

### 3-2-1 التوصيف الإحصائي لتوزيعات متغيرات البحث لعينة بناء الانموذج:

جدول (8) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري ومعامل الالتواء لعينة بناء النموذج في المتغيرات المبحوثة

معامل الالتواء			ع س-	ع	س-	المتغيرات
Z	الخطأ المعياري	المحسوبة				
0.013	0.225	0.003	0.255	2.749	30.500	المعرفة الرياضية
0.351	0.225	0.079	0.234	2.495	91.293	الهشاشة النفسية

إن نتائج الجدول (8) تظهر عدم وجود ميلان في جميع متغيرات البحث، تظهره الدرجات المعيارية (Z)  $(0.013 = 0.225 \setminus 0.003)$ ،  $(0.351 = 0.225 \setminus 0.079)$ ، والتي جاءت أصغر من (1.96) وهذا يؤشر حسن انتشار درجات عينة بناء النموذج عند كل من متغيرات البحث (الهشاشة النفسية، المعرفة الرياضية) وأنها قد حققت المنحنى الاعتدالي.

ولم يقف الأمر عند هذا الحد، فقيم الخطأ المعياري الصغيرة (الصفيرية) تؤكد حسن اختيار العينة وصحتها في تمثيل المجتمع المدروس...

## 3-2-2 مؤشرات الانموذج التفاعلي التنبؤ بالمعرفة الرياضية والهشاشة النفسية:

جدول (9) يبين قيم معامل الارتباط بين متغيرات البحث لدى أفراد عينة النموذج

الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط		طبيعة الارتباط	المتغيرات
	المحسوبة	مستوى المعنوية		
معنوي	0.687	0.000	بسيط	الهشاشة النفسية – المعرفة الرياضية

عند استعراض نتائج الجدول (9) نجد أن قيم معامل الارتباط بين متغيرات البحث قد بلغت على التوالي (0.286، 0.687، 0.313) وان قيمة مستوى الدلالة المرافقة لها جاءت على التوالي (0.002، 0.000، 0.001) وجميعها أصغر من (0.025) وهذا يؤشر ان الارتباطات معنوي والعلاقات حقيقية بين متغيرات البحث، لم تأتي عن طريق الصدفة.

## 3-2-3 استخراج مؤشرات نموذج معادلة الانحدار الخطي:

من أجل تقييم دقة النموذج للنتيجة في عينة بناء النموذج، ولغرض امكانية تعميمه، يجب ان يكون النموذج قادرا على التوقع بدقة للمعرفة الرياضية من متغير (الهشاشة النفسية) عند تطبيقه على عينة مختلفة. فالهبوط الحاد في قوة النموذج التنبؤية يؤدي الى عدم امكانية تعميمه.

جدول (10) يبين مؤشرات جودة نموذج معادلة الانحدار الخطي

الخطأ المعياري للتقدير	نسبة المساهمة المعدلة $R^2$	نسبة المساهمة (معامل التفسير) $R^2$	معامل الارتباط R	المتغيرات		النموذج
				النتيجة	التنبؤية	
1.81483	0.514	0.522	0.723	المعرفة الرياضية	الهشاشة النفسية	1

يظهر من خلال الجدول (10) النموذج (2) أن قيمة معامل الارتباط جاءت بمقدار (0.720) وان قيمة معامل التفسير (نسبة المساهمة) قد بلغت (0.519) وهذا يعني أن الطلاقة النفسية تفسر نسبة مقدارها (52%) من المعرفة الرياضية. وهذا يؤشر أن التنبؤ ب (المعرفة الرياضية) لا يعتمد فقط على متغير (الهشاشة النفسية) بل على عوامل اخرى لم يتضمنها الانموذج التفاعلي. عموما ان نسبة المساهمة ( $R^2$ ) تؤشر مقدار التباين في المتغير التابع (المعرفة الرياضية) الذي يفسره النموذج والمستمد من العينة. اما نسبة المساهمة المعدلة ( $R^2$ ) فتؤشر مقدار التباين في المتغير التابع (المعرفة الرياضية) الذي يفسره النموذج لو تم اشتقاقه من المجتمع الذي أخذت منه العينة.

### 3-2-4 تطبيق النموذج:

بعد ان تحقق الباحثان بان النموذج قادر على التنبؤ بالمعرفة الرياضية بشكل جيد، فإنه سيقوم بتطبيق الانموذج للقيام ببعض التوقعات، حيث سيأخذ النموذج الشكل الآتي:

المعادلة غير المعيارية:

$$ص = أ + ب \times س$$

حيث أن:

ص = قيمة النتيجة (المعرفة الرياضية)

أ، ب = المقدار الثابت

س = قيمة المتغير التنبؤ (الهشاشة النفسية)

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 4-1 الاستنتاجات:

- 1-ان النموذج النظري (نموذج تحليل المسار) المقترح يتطابق مع البيانات الميدانية، بمعنى آخر ان بيانات العينة تأييد النموذج النظري.
- 2-تبين من خلال تحليل المسار بأن المعرفة الرياضية لها علاقة قوية بالهشاشة، وعلاقة ضعيفة لذا يعد متغير (المعرفة الرياضية) المؤثر الأول بالهشاشة النفسية.
- 3-جاءت نتائج تحليل المسار مطابقة للنتائج التي تم التوصل اليها من خلال استعمال انموذج الانحدار الخطي المتعدد من حيث الأولوية في درجة أهميتها.

##### 4-2 التوصيات:

- 1-تصميم مناهج تدريبية من خلال الاعتماد على النماذج التفاعلية للمهارات قيد الدراسة.
- 2-ضرورة الاهتمام بأهم المتغيرات وبناء نماذج تفاعلية للنهوض بمستوى أداء المهارات الأساسية بكرة اليد في دوري النخبة.
- 3-ضرورة الاهتمام بالأعداد النفسي طويل وقصير المدى من جانب المدربين وذلك من خلال تنمية الجوانب النفسية التي من شأنها تحسين حالة الهشاشة النفسية وزيادة المعرفة الرياضية للاعبين كرة اليد لما لها من تأثير فعال على مستوى الإنجاز.

## المصادر

- الجبجي، كريمة علي، (2023) الهشاشة النفسية وعلاقتها بالتفكير الإبداعي لدى طلبة كلية الأسنان جامعة ذمار، مجلة جامعة البيضاء المجلد (5) العدد (4) عدد خاص بأبحاث المؤتمر العلمي الرابع لجامعة البيضاء .
- الخواص، هدى حسن رأفت ( ٢٠٢٤ ) الشخصية النرجسية كمنبئ للهشاشة النفسية لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، المجلد الثامن والاربعون (الجزء الثالث) .
- الشمري نايف خليل علوش. ( 2024 ) .الهشاشة النفسية وعلاقتها باحترام الذات وبعض سمات الشخصية لدى طلبة الجامعة. اطروحة، دكتوراه غير منشورة. كلية التربية. جامعة تكريت
- الطائي، عبد الرحمن عبد الله. علم النفس الرياضي وتطبيقاته في الألعاب الجماعية. الطبعة الأولى، بغداد: دار الكتب، 2012
- بَسَّام عبد الحمزة حسن: الأداء بدلالة الاتصال التحكيمي والقدرات العقلية وإدارة الانفعالات لحكام كرة اليد في العراق ، رسالة ماجستير ، جامعة الكوفة ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2020 .
- تأثير المقتربات الخطئية في تطوير اداء بعض المهارات الأساسية والتصرف الحركي لدى لاعبي كرة اليد الناشئين ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2008 .
- توفيق، نور طالب،(2023) أثر برنامج إرشادي بإسلوب التفهم الواعي في تخفيض الهشاشة النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية، مجلة نسق ،مجلد 38) عدد 1، المديرية العامة لتربية ، ديالى .
- جماطي، نبيهة (2021) : انماط التعلق وبالهشاشة النفسية عند المراهقين غير المتوافقين نفسيا وعلاقتها بحاجاتهم الارشادية،( اطروحة دكتوراه منشورة)، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
- حمد احمد سعفان . دراسات في علم النفس والصحة النفسية اضطراب انفعال الغضب، القاهرة ، دار الكتاب الحديث ، ٢٠٠٣ .
- دنقل، عبير أحمد أبو الوفا ( 2022 ) الهشاشة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة، مصر، دراسة كLINيكية، مجلة كلية التربية بقنا جامعة جنوب الوادي، العدد (53)
- سعد محسن: المعرفة العلمية في الرياضة ، بحث مقدم الى المؤتمر الاول لكليات التربية الرياضية في العراق ، 1985 .

## ملحق (1)

## مقياس الهشاشة النفسية

ت	الفقرات	اوافق بدرجة كبيرة	وافق بدرجة متوسطة	وافق بدرجة صغيرة
1	أرى أنني لم أحقق أهداف التدريب أو اللعب			
2	أدرك اني أفقد المتعة في اللعب أو عند المشاركة في التدريبات			
3	لا أحب التنافس في الأنشطة التي تتطلب جهداً عالياً			
4	أتعامل مع زملائي بروح رياضية مهما كانت الظروف			
5	أظهر ثباتاً انفعالياً عند اتخاذ الحكام قرارات ضد فريقتي			
6	أميل إلى الانسحاب من اللعب عندما تزداد الضغوط النفسية			
7	أتمكن من تجاوز الأخطاء بسرعة ومواصلة اللعب بثقة			
8	تشغلني نتيجة المباراة مما يؤثر سلباً على نتيجتها.			
9	ارتكب أخطاء في المباراة لأنني اهتم ببعض الواجبات الخطئية			
10	ارتكب أخطاء كثيرة عندما أفقد القدرة على التركيز			
11	أدائي المهاري يفتقد إلى الدقة في المنافسات			
12	أخشى الفشل في تحقيق أفضل أداء أثناء المنافسة			
13	أخشى التعرض للهزيمة من منافس ضعيف			
14	اشعر بان ضربات قلبي سريعة قبل اشتراكي في المنافسة			
15	اشعر بان جسمي مشدود أثناء المنافسة			
16	اشعر بان جسدي متوتر أثناء المنافسة			
17	ابذل أقصى جهد في المنافسة			
18	كلما زادت أهمية المباراة كنت أكثر استمتاعاً بالأداء			

			لدي القدرة على ضبط انفعالاتي أمام المنافس	19
			أتحكم في انفعالاتي طوال فترة المباراة او المنافسة	20
			أتحكم في انفعالاتي اذا تعرضت لقرار خاطئ من الحكم	21
			أحسن التصرف في اللحظات الصعبة من المباراة	22
			من السهولة إثارتي إثناء المباراة	23
			إحساس بالإثارة يسهم في تحقيق أدائي في المنافسة	24
			لدي القدرة على إتقان الأداء إثناء المنافسة	25
			اشعر بالاستمتاع أثناء الأداء في المنافسة	26
			لا اهتم بالتدريب مثلما اهتم بالمنافسة	27
			أدائي متذبذب وغير ثابت في المنافسات الهامة	28
			أصل إلى قمة الأداء المهاري في المنافسة	29
			يقلقني أداء الجمهور ويشتت انتباهي	30
			نقد الجمهور لأدائي يجعلني أفقد تركيزي	31
			أجد صعوبة في الإتقان المهاري	32
			أنا غير متأكد من قدراتي ومهاراتي الرياضية أثناء المنافسة	33
			أجيد الحركات التي تتطلب سرعة الأداء	34
			أجيد التحليل السريع لتحركات المنافس	35
			اشعر بالاسترخاء الذهني إثناء المباراة أو المنافسة	36
			أستطيع التذكير ما حدث في اللعب بعد نهاية المباراة	37
			أخشى من احتمال إصابتي في المنافسة	38
			أكون سعيداً عند تحقيق أهدافي في المباراة	39
			اشعر بعدم الرضا عند الاشتراك في المباريات الضعيفة	40

ملحق (2)  
مفتاح التصحيح

اوافق بدرجة صغيرة	اوافق بدرجة متوسطة	اوافق بدرجة كبيرة	البدائل
1	2	3	الوزن