DOI prefix: 10.33170, 2026, Vol (19), Issue (Special): 1304-1328

Sciences Journal Of Physical Education

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

https://joupess.uobabylon.edu.iq/

Psychological Fatigue Among Students in the College of Physical Education and Sports Sciences During Soccer Classes

Hussein Ali Abdul-Hussein, Prof. Haider Abdul-Razzaq Tardad

Iraq. University of Babylon. College of Physical Education and Sports Sciences

Research Received: 20/1/2026 Research Published: 28/3/2026

Abstract

Soccer is a team sport that requires a balance of physical, technical, and psychological aspects to achieve optimal performance, whether for professional players or students participating in specialized colleges. Psychological distress is a negative psychological factor that may affect students' behavioral control and performance, which negatively impacts their ability to comprehend and apply skills on the field during soccer lessons.

The significance of this study lies in developing a scientific tool (scale) to assess the level of psychological fatigue among third-year students at the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon, and to determine the extent of this variable's impact on practical achievement.

The research problem lies in the fact that the phenomenon of psychological exhaustion, accompanied by constant fatigue and a lack of vitality, leads to weakened concentration and psychological endurance during skill performance, which negatively affects the effectiveness of field performance in soccer classes. Hence, there is a need to study this aspect scientifically to help diagnose its causes and develop appropriate solutions to enhance students' psychological capabilities to overcome fatigue and exhaustion.

The researchers employed a descriptive survey methodology due to its suitability for the nature of the study. The research population consisted of third-year students in the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Babylon for the academic year (2025-2026), totaling 237 students. The researchers relied on a sample of 237 students to represent both the pilot and main samples. SPSS was used for data analysis.

Keywords: psychological distress, students, soccer

الوهن النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في درس كرة القدم

حسين علي عبد الحسين ، أ.د. حيدر عبد الرضا طراد
العراق. جامعة بابل. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
Phy368.hussien.ali@student.uobabylon.edu.iq

تاريخ استلام البحث 2026/1/20 تاريخ نشر البحث 2026/3/28

الملخص

تُعد كرة القدم من الألعاب الجماعية التي تتطلب تكاملاً بين الجوانب البدنية والمهارية والنفسية لتحقيق الأداء الأمثل، سواء للاعبين أو للطلاب الممارسين لها في الكليات المتخصصة. ويُعد الوهن النفسي من العوامل النفسية السلبية التي قد تؤثر في ضبط سلوك الطلاب وتوجيه أدائهم، مما ينعكس سلباً على مستوى استيعابهم وتطبيقهم للمهارات داخل الملعب في درس كرة القدم.

وتكمن أهمية هذه الدراسة في بناء أداة علمية (مقياس) للكشف عن مستوى الوهن النفسي لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل، والتعرف على مدى تأثير هذا المتغير في التحصيل العملي.

وتكمن مشكلة البحث في أن ظاهرة الوهن النفسي وما يرافقها من إرهاق مستمر ونقص في الحيوية تؤدي إلى ضعف التركيز وقوة التحمل النفسي أثناء الأداء المهاري، الأمر الذي ينعكس سلباً على فاعلية الأداء الميداني في درس كرة القدم. ومن هنا تبرز الحاجة إلى دراسة هذا الجانب بصورة علمية تسهم في تشخيص مسبباته ووضع الحلول المناسبة لتطوير قدرات الطلاب النفسية لتجاوز حالات الإرهاق والوهن.

واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك لملائمته طبيعة البحث. وتحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة –جامعة بابل، للعام الدراسي (2025–2026)، والبالغ عددهم (237) طالباً، حيث اعتمد الباحثان على عينة بلغت (237) طالباً لتمثيل عينات (البناء والعينة الرئيسية). واستخدمت الحقيبة الإحصائية (SPSS) لغرض معالجة البيانات.

الكلمات المفتاحية: الوهن النفسي، طلاب، كرة القدم

1-المقدمة:

يُعد التعليم الجامعي ميداناً خصباً للدراسات التي تتناول مشكلات الطلاب، ولاسيما في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة؛ حيث تتداخل المتطلبات الأكاديمية مع الضغوط النفسية والبدنية في دروس عملية دقيقة مثل كرة القدم. ومن أبرز هذه الظواهر المؤثرة في شخصية الطالب هو (الوهن النفسي) ، الذي يتجسد في شعور الطالب بالإرهاق المستمر، والضعف، ونقص الحيوية، مما يؤدي إلى انخفاض روحه المعنوية وظهور بعض الاضطرابات البدنية.

وتتجلى خطورة الوهن النفسي في كونه مسبباً رئيساً لانخفاض المستوى العلمي وقلة الدافعية نحو التعلم، مما قد يسهم بشكل مباشر في بروز ظاهرة التلكؤ الأكاديمي وتأجيل المهام الدراسية. لذا تكمن أهمية البحث الحالي في كونه إضافة نوعية تسعى لتشخيص هذا المتغير النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية، وتقديم مقترحات عملية لمعالجته، بما يضمن تحسين جودة العملية التعليمية وتحقيق التوازن بين الصحة النفسية والمتطلبات الدراسية في درس كرة القدم.

وتتمثل مشكلة البحث في انتشار ظاهرة التلكؤ الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في درس كرة القدم، حيث يواجه هؤلاء الطلاب ضغوطاً مستمرة ناتجة عن تداخل المتطلبات العملية والنظرية. ويرى الباحثان أن هذا التلكؤ يرتبط بشكل وثيق بـ (الوهن النفسي) الذي يشعر به الطلاب، والذي يتجلى في الإرهاق المستمر ونقص الحيوية والضعف العام، مما يدفعهم إلى تأجيل المهام الدراسية والواجبات المطلوبة حتى اللحظات الأخيرة.

وقد لاحظ الباحثان من خلال خبرته الميدانية أن الوهن النفسي يؤدي إلى انخفاض الروح المعنوية والدافعية، وهو ما ينعكس سلباً على جودة الأداء في درس كرة القدم والالتزام بالمتطلبات الأكاديمية. ومن هنا تبرز الحاجة العلمية لدراسة هذا الجانب وتشخيص أسبابه للحد من آثاره السلبية على المسيرة الدراسية والرياضية للطلاب، وقد لخص الباحثان مشكلة بحثه بالتساؤلات الآتية:

1-ما هي درجة الوهن النفسي والتلكؤ الأكاديمي لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل؟

2-ما هي طبيعة العلاقة الارتباطية بين الوهن النفسي والتلكؤ الأكاديمي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في درس كرة القدم؟

3-هل بالإمكان التنبؤ بالتلكؤ الأكاديمي من خلال درجات الوهن النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في درس كرة القدم؟

ويهدف البحث الى:

1-بناء مقياس الوهن النفسي لطلاب المرحلة الثالثة بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة -جامعة بابل في درس كرة القدم.

2-التعرف على مستوى الوهن النفسي لدى عينة البحث.

2-اجراءات البحث:

2-1منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية والدراسات التنبؤية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2مجتمع البحث وعيناته:

تحدد مجتمع البحث على طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة بابل للعام الدراسي (2025-2026)، والبالغ عددهم (237) طالباً، وتم اختيار عينات البحث من ذلك المجتمع بالطريقة العشوائية، وتم توزيعهم الى عينات (استطلاعية، اعداد وبناء، رئيسية)، علماً أن (150) طالب تم الاعتماد عليهم في عينة البناء والعينة الرئيسية، كما مبين في الجدول (1).

الجدول (1) يبين مجتمع البحث وعيناته

ت	الشعبة	عدد الطلاب	عدد العينة الاستطلاعية	عينة الاعداد وبناء المقياس	العينة الرئيسة
1	أ	43	2	18	27
2	ب	47	2	20	30
3	ج	52	2	22	33
4	د	47	2	20	30
5	هـ	48	2	20	30
المجموع		237	10	100	150
النسبة المؤية			%4.22	%42.19	%63.29

2-3الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

2-3-1وسائل جمع البيانات:

- الملاحظة.
- المقابلات الشخصية.
- المراجع والمصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية (Internet).
- استبانة استطلاع اراء الخبراء والمختصين حول صلاحية المقاييس المستخدمة.
- استمارة تفريغ نتائج المقاييس الخاصة بالبحث.
- المقاييس النفسية والسلوكية التي تقيس متغيرات البحث.
- استبانات.
- استبيانات.

2-3-2الأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

- أدوات مكتبية أوراق وأقلام عدد (100).
- جهاز حاسوب شخصي (لاب توب) نوع (Lenovo) صيني المنشأ.
- حاسبة الكترونية نوع (Pentium)/4 .
- ساعة توقيت عدد (1).
- ساعة ايقاف الكترونية نوع (CASIO) عدد (1).

2-4 إجراءات البحث الميدانية (إجراءات تحديد المتغيرات):

لغرض تحقيق أهداف البحث الحالي، قام الباحثان بتحديد المتغيرات الرئيسية في البحث، وبناء أدوات قياس مناسبة لكل متغير بما ينسجم مع طبيعة البحث ومنهجه العلمي، إذ شملت متغيرات البحث متغير الوهن النفسي، وفيما يأتي استعراض للإجراءات التي قام بها الباحثان:

2-4-1 اجراءات بناء مقياس الوهن النفسي:

نظراً لأن أحد أهداف هذا البحث يتمثل في بناء مقياس لقياس مستوى الوهن النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – المرحلة الثالثة–جامعة بابل، ولعدم توفر أداة محلية تلائم طبيعة البحث وتستوفي المتطلبات العلمية اللازمة – بحسب اطلاع الباحثان –عمد الباحثان إلى تطوير هذا المقياس لتحقيق هدف الدراسة، وقد تجسدت تلك العملية عبر اتباع عدد من الخطوات الأساسية وهي:

2-4-1-1 تحديد الهدف من بناء مقياس الوهن النفسي:

إن الهدف من بناء مقياس الوهن النفسي هو قياس مستوى الوهن النفسي لدى طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل، في درس كرة القدم، وذلك للتعرف على درجة ما يعانيه الطلبة من مظاهر الضعف النفسي، وما يرتبط به من أعراض قد تؤثر في أدائهم الأكاديمي والمهاري.

2-4-1-2 تحديد الإطار النظري لبناء مقياس الوهن النفسي:

تم تحديد الاطار النظري الذي أستند إليه الباحثان في بناء مقياس الوهن النفسي لأنه يعطي رؤية واضحة انطلق منها الباحثان لتحقيق هدف بناء المقياس، وعليه حُدد الإطار النظري من خلال اعتماد الباحثان على نظرية بيك (Beck)، يعتبر ارون بيك من الذين اشتهروا بعلاج الاكتئاب فقد طور طرقه في العلاج المعرفي، وقد نشر كتاب(العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية) عام 1976، حيث أشار الى استعمال هذا الاجراء في علاج الكثير من الاضطرابات السلوكية، مثل حالات القلق والهستيريا والوسواس القهري والاضطرابات النفسية الجسمية والوهن النفسي والضعف العام

وللتأكد من مدى صلاحية هذه المجالات في قياس السمة المستهدفة، عُرضت على مجموعة من الخبراء المتخصصين في علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي، والبالغ عددهم (22) خبيراً ومختصاً، وذلك من خلال استبانة أعدت لهذا الغرض.

2-4-1-3 جمع فقرات المقياس وإعداده:

بعد أن تم تحديد محاور مقياس الوهن النفسي، أعدَّ الباحثان فقرات المقياس معتمدًا على خبرته، وإشراف السيد المشرف، والاطلاع على العديد من الدراسات والبحوث، بالإضافة إلى الإطار النظري والتعريفات التي تناولت مفاهيم مجالات الوهن النفسي. فضلاً عن الاطلاع على بعض المقاييس ذات العلاقة القريبة بموضوع البحث والتعرف على طبيعة المواقف التي تتضمنها والطريقة التي تصاغ بها الفقرات، وقد استند الباحثان على الأسس العلمية الخاصة في صياغة فقرات المقياس المتمثلة في أنْ تكون للفقرة معنى واحد ومحدد، وغير منفية، وتكتب بلغة واضحة ومفهومة، وغير مطولة ، وأنْ تكون الفقرات ممثلة للمجال الذي تنتمي إليه والمقياس ككل، وفي ضوء ذلك أعدّ الباحثان استبانه لمقياس الوهن النفسي على فقرات لمجالاته الثلاثة، وتعبر كل فقرة عن المجال التي وضعت فيه على أساس التعريف النظري للمجال، وبذلك اقترح الباحثان (37) فقرة توزعت على(3) مجالات، وكما مبين في الجدول(2).

جدول (2) يبين مجالات مقياس الوهن النفسي وعدد فقرات كل مجال من مجالاته الثلاثة

مجموع الفقرات الكلي	ت	المجالات	عدد الفقرات
37	1	الفسيولوجي	13
	2	الانفعالي	12
	3	العقلي	12

2-4-1-4 تحديد أسلوب صياغة فقرات مقياس الوهن النفسي:

صيغت فقرات مقياس الوهن النفسي بصيغة عبارات تقريرية تعكس مواقف متنوعة من واقع خبرات المستجيب اليومية، حيث تضمن كل موقف مجموعة من البدائل الاستجابة. وقد روعيت مجموعة من الضوابط المنهجية عند إعداد فقرات المقياس، تمثلت في الآتي:

1-اقتصار كل فقرة على فكرة محددة واحدة، مع ضمان استقلالها المفهومي عن باقي الفقرات.

2-اعتماد لغة واضحة ومباشرة تتسم بالبساطة والدقة، وبصياغة موجزة تسهّل على المستجيب فهم مضمون الفقرة.

3-الابتعاد عن استخدام أساليب النفي أو النفي المركب، لما قد يسببه ذلك من تشويش أو غموض في تفسير الفقرات من قبل المستجيب. والجدول (3) يبين توزيع أرقام الفقرات الإيجابية والسلبية لمقياس الوهن النفسي.

الجدول(3) يبين الفقرات الايجابية والسلبية لمجالات الوهن النفسي

المجال	الفقرات الإيجابية	الفقرات السلبية
الفسيولوجي	12-11-10-9-6-5-4-3-2-1	8-7
الانفعالي	21-20-19-18-17-16-15-14	13
العقلي	32-31-30-29-28-26-24-23-22	33-27-25
المجموع	27	6

2-4-1-5 بدائل الإجابة لمقياس الوهن النفسي:

اعتمد الباحثان على أسلوب (ليكرت) (Likert) المطور في صياغة بدائل فقرات مقياس الوهن النفسي، الذي يعد من الأساليب الشائعة في القياس والبحوث التربوية والنفسية، إذ يقدم للمستجيب موقفاً ويطلب منه تحديد إجابته باختيار بديل من عدة بدائل لها أوزان مختلفة.

وإن استعمال طريقة (ليكرت) (Likert) من الطرق الشائعة والمتبعة في بناء المقاييس النفسية لكونها:

1-لا تحتاج إلى جهد كبير في حساب قيم الفقرات (العبارات).

2-تبين بدقة درجة اتجاه الفرد نحو موضوع معين.

3-لا تتطلب عند استخدامها عدداً كبيراً من الأحكام.

4-توفر قياساً أكثر تجانساً، وسهلة البناء الصحيح.

5-يميل الثبات فيها إلى أن يكون عالياً، لأنه يعود جزئياً إلى المدى الكبير في الاستجابة المسموح بها للمستجيب.

واستعملت بدائل الإجابة عن فقرات المقياس بعد الاتفاق عليها من قبل السادة الخبراء والمختصين وبلغت خمسة بدائل لكل فقرة والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول (4) يبين بدائل الإجابة ومفتاح التصحيح عن فقرات مقياس الوهن النفسي

الفقرات وقيمها	بدائل الاجابة				
	تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً	تنطبق علي بدرجة كبيرة جداً	تنطبق علي بدرجة معتدلة	تنطبق علي بدرجة معتدلة	لا تنطبق علي مطلقاً
الفقرات السلبية	5	4	3	2	1
الفقرات الايجابية	1	2	3	4	5

2-4-1-6 تحديد صلاحية فقرات مقياس الوهن النفسي:

الجدول (5) يبين أراء الخبراء والمختصين في فقرات مقياس الوهن النفسي وقيمة (كا2)

أرقام الفقرات في المقياس	عدد الفقرات	عدد الخبراء			النسبة المئوية	قيمة (كا^2) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
		موافقين	النسبة المئوية	غير موافقين			
36،33،29،25،24،19،13، 9،4،1	10	22	%100	صفر	صفر	22	معنوية
37،34،31،28،21،14،11، 8،5،3،2	11	21	%95.45	1	%4.55	18.18	معنوية
35،32،30،27،26،23،18، 16،15،12،10،6	12	20	%90.91	2	%9.09	14.73	معنوية
7،17،20	3	15	%68.18	7	%31.82	2.91	غير معنوية
22	1	14	%63.64	8	%36.36	1.64	غير معنوية
قيمة (كا^2) الجدولية (3.84) عند درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05).							

قام الباحثان بعرض هذه الفقرات باستبانة لتحديد صلاحيتها على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في العلوم التربوية والنفسية وعلم النفس الرياضي وعددهم (22) خبيراً لغرض الحكم على صلاحيتها من حيث الصياغة وملاءمتها لقياس مجالات الوهن النفسي.

ولغرض تحليل آراء السادة الخبراء إحصائيًا، استعمل الباحثان اختبار (كا^2) عند القيمة الجدولية البالغة (3.84)، ودرجة حرية (1)، ومستوى دلالة (0.05)، كما مبين في الجدول (5).

واستنادًا إلى الجدول (5)، تم استبعاد (4) فقرات لعدم تحقق دلالتها الإحصائية، ليصبح العدد النهائي لفقرات مقياس الوهن النفسي (33) فقرة صالحة للتطبيق، شملت(27) فقرة إيجابية و(6) فقرة سلبية.

2-4-1-7 إعداد تعليمات الإجابة عن فقرات مقياس الوهن النفسي:

تُعد تعليمات الإجابة جزءاً مكمّلاً للمقياس، إذ تهدف إلى توضيح الآلية التي ينبغي على المستجيب اتباعها عند الإجابة عن فقراته. وقد حرص الباحثان عند إعداد هذه التعليمات على صياغتها بصورة واضحة ودقيقة، بما يضمن سهولة فهمها وملاءمتها لطبيعة عينة البحث المتمثلة بالطلاب. كما جرى التأكيد على ضرورة أن تكون الإجابات صادقة ومعبرة عن السلوك الفعلي للطالب في المواقف التعليمية والدراسية المختلفة، مع ضمان السرية التامة للمعلومات وعدم استخدامها إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

وقد جاءت تعليمات الإجابة بصيغتها النهائية على النحو الآتي:

1-قراءة كل عبارة (فقرة) بتركيز وتمعّن لفهم مضمونها ومقصدها قبل اختيار الإجابة المناسبة.

2-اختيار بديل واحد فقط لكل فقرة من فقرات المقياس.

3-في حال كان السلوك المشار إليه في الفقرة يحدث فعلاً لدى الطالب في المواقف الدراسية

أو التعليمية، يُرجى وضع علامة (√) في الخانة التي تمثل مستوى انطباق العبارة عليه.

4-الإجابة عن جميع فقرات المقياس إلزامية، ولا يجوز ترك أي فقرة دون إجابة.

5-يُستحسن عدم التوقف طويلاً عند كل فقرة، والاكتفاء باختيار الإجابة التي تعكس السلوك الواقعي للطالب بأقرب صورة ممكنة.

6-يجب أن تكون إجابة الطالب معبّرة بدقة عن حالته النفسية الفعلية كما يشعر بها ويمارسها في المواقف الدراسية والحياتية المختلفة، وبما يعكس مستوى الوهن النفسي الذي يعاني منه واقعياً، مع اختيار البديل الذي يعبّر عن تجربته الحقيقية دون مبالغة أو تقليل أو اعتماد على تصورات غير واقعية.

2-4-1-8 التجربة الاستطلاعية لمقياس الوهن النفسي:

حرص الباحثان على إجراء تجربة استطلاعية للتحقق من وضوح تعليمات المقياس وفهم الطلاب لعباراته ومفرداته، وكذلك للتعرف على آلية الإجابة والزمن اللازم لإكمال الاستبانة، بما يضمن دقة وجودة المقياس قبل التطبيق الفعلي. وقد طُبّقت التجربة على عينة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بابل والبالغ عددهم (10) طالباً، في يوم الثلاثاء الموافق (2026/2/3)، في تمام الساعة العاشرة صباحاً، وأظهرت النتائج، وضوح التعليمات وفهم الطلاب للعبارات، مع تحديد الزمن المستغرق للإجابة، وكان(10) دقيقة مما جعل المقياس جاهزًا للتطبيق الرئيس وإجراء التحليل الإحصائي الخاص ببنائه.

2-4-1-9 تطبيق مقياس الوهن النفسي على عينة البناء:

وقد طُبق المقياس على عينة البناء التي بلغ عدد أفرادها (100) طالباً، مع التأكيد على ضرورة قراءة التعليمات وعبارات المقياس بدقة، والإجابة بموضوعية وصدق على جميع الفقرات. وتم تنفيذ إجراءات التطبيق خلال المدة الممتدة من يوم الاحد الموافق (2026/2/25) ولغاية يوم الثلاثاء الموافق (2025/2/17).

2-4-1-10 تصحيح مقياس الوهن النفسي:

إن عملية تصحيح المقياس تجري بوضع درجة مناسبة لكل فقرة وبحسب إجابة المستجيب عن طريق مفتاح التصحيح وهو الأداة التي يكشف بها الفاحص عن الإجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس، ولمعرفة إجابات الطلاب عن مقياس الوهن النفسي استعمل الباحثان مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض.

وحسبت الدرجة الكلية للمقياس على أساس مجموع أوزان الإجابات عن الفقرات والبالغة (33) فقرة، وبهذا فأن أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (165) وأدنى درجة تحصل عليها (33). أما الدرجة الكلية العليا التي حصلت عليها العينة هي (133) وأدنى درجة هي (73)، وبمتوسط حسابي مقداره (110.890) درجة، وانحراف معياري (12.850) والوسيط (112) ومعامل الالتواء (0.259-).

2-4-1-11 لتحليل الإحصائي لمقياس الوهن النفسي:

اعتمد الباحثان على أســـلوبين في تحليل فقرات مقياس الوهن النفســـي هما القوة التميزية (المجموعتان الطرفيتان) ومعامل الاتساق الداخلي.

اولاً: القدرة التمييزية (المجموعتان الطرفيتان):

للكشـف عـن القـدرة التمييزيـة لفقـرات مقيـاس الـوهن النفسـي، اسـتخدم الباحثـان أسـلوب المجمـوعتين الطـرفيتين، إذ يعـد هـذا الأسـلوب مـن الأسـاليب المناسـبة لتمييـز الفقـرات، وقـد تحقـق الباحثـان مـن قـدرة الفقـرة علـى التمييـز باسـتخدام هـذا الأسـلوب مـن خـلال عينـة التحليـل الإحصـائي البـالغ عـددها (100) طالـب، ولحسـاب القـدرة التمييزيـة للفقـرات، اتبـع الباحثان الخطوات الآتية:

- ترتيب الدرجات ترتيبا تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة في المقياس.
- تعيين ما نسبته (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و(27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا، لأن هذه النسبة تحقق مجموعتين بأقصى ما يمكن من حجم وتمايز ممكنين، إذ بلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (27) استمارة، مع استبعاد نسبة الوسطى البالغة (46%) وعددها (27) استمارة.
- حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس باستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيبة الإحصائية (spss) وعدت قيمة مستوى الدلالة دالة إحصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات، كما مبين في الجدول(6).

الجدول (6) يبين القدرة التميزية لفقرات مقياس لوهن النفسي

رقم الفقرة	الحدود العليا		الحدود الدنيا		قيمة (t) المحسوبة	قيمة Sig	الدلالة
	سَ	ع	سَ	ع			
1	3.148	1.292	2.074	0.958	3.470	0.001	مميزة
2	3.593	1.010	2.630	0.839	3.811	0.000	مميزة
3	3.852	0.989	2.852	0.818	4.049	0.000	مميزة
4	4.074	0.829	2.741	1.023	5.264	0.000	مميزة
5	3.963	0.808	2.926	1.072	4.016	0.000	مميزة
6	4.037	0.854	3.000	1.074	3.927	0.000	مميزة
7	4.037	0.854	3.185	1.001	3.363	0.001	مميزة
8	3.741	1.059	3.148	0.818	2.300	0.025	مميزة
9	3.852	0.718	3.037	1.126	3.170	0.003	مميزة
10	3.963	0.759	3.000	1.209	3.506	0.001	مميزة
11	3.667	0.920	3.074	1.107	2.140	0.037	مميزة
12	3.667	0.877	2.926	0.997	2.898	0.005	مميزة
13	3.778	1.188	2.852	1.027	3.065	0.003	مميزة
14	3.741	1.095	3.074	0.917	2.425	0.019	مميزة
15	4.037	0.980	2.963	0.940	4.111	0.000	مميزة
16	4.111	0.847	2.926	0.997	4.706	0.000	مميزة
17	3.926	0.874	2.852	1.134	3.899	0.000	مميزة

مميزة	0.003	3.083	0.832	3.000	1.013	3.778	18
مميزة	0.028	2.267	0.874	3.074	0.926	3.630	19
مميزة	0.037	2.135	0.808	3.037	0.849	3.519	20
مميزة	0.007	2.801	0.808	2.963	0.844	3.593	21
مميزة	0.000	3.824	1.072	2.926	0.751	3.889	22
مميزة	0.000	5.561	0.984	2.741	0.706	4.037	23
مميزة	0.000	5.237	0.912	2.704	0.854	3.963	24
مميزة	0.000	5.005	0.813	2.741	0.818	3.852	25
مميزة	0.000	5.371	0.823	2.704	0.898	3.963	26
مميزة	0.000	4.564	0.781	2.926	0.829	3.926	27
مميزة	0.000	4.845	0.934	2.778	0.920	4.000	28
مميزة	0.000	4.225	0.892	2.889	0.847	3.889	29
مميزة	0.001	3.376	0.934	2.778	1.000	3.667	30
مميزة	0.001	3.544	0.993	2.704	0.926	3.630	31
مميزة	0.002	3.286	0.892	2.556	1.010	3.407	32
مميزة	0.045	2.051	1.039	2.815	1.083	3.407	33

يتبين لنا من الجدول (6) ان جميع الفقرات لمقياس الوهن النفسي والبالغ عددها (33) فقرة ظهرت مميزة لان قيمة (sig) كانت اقل من مستوى الدلالة (0.05)، وبذلك الإبقاء على (33) فقرة جاهزة للتحليل الاحصائي بطريقة الاتساق الداخلي.

ثانياً: معامل الاتساق الداخلي:

يُستخدم معامل الاتساق الداخلي لتحديد مدى تجانس فقرات المقياس في قياسها للظاهرة السلوكية المقاسة، وتُستعمل هذه الطريقة لما تمتاز به من الآتي:

– تقديم مقياس متجانس في فقراته، إذ تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيس المقياس ككل.
– تكون القوة التمييزية للفقرة مماثلة للقدرة التمييزية للمقياس.
– القدرة على إظهار الترابط بين فقرات المقياس.

وقد استخرج الباحثان قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، ودرجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، لجميع أفراد العينة البالغ عددهم (100) طالب، والتأكد من الاتساق الداخلي عن طريق الاتي:

1– علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس:

استخرجت قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) لجميع أفراد العينة البالغ عددهم (237) طالب، عن طريق احتساب علاقة الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس، كما مبين في الجدول (7).

الجدول (7) يبين الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الوهن النفسي

رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة Sig	الدلالة	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة Sig	الدلالة
1	.357	0.000	معنوي	18	.225	0.024	معنوي
2	.440	0.000	معنوي	19	.238	0.017	معنوي
3	.415	0.000	معنوي	20	.250	0.012	معنوي
4	.501	0.000	معنوي	21	.308	0.002	معنوي
5	.453	0.000	معنوي	22	.378	0.000	معنوي
6	.420	0.000	معنوي	23	.460	0.000	معنوي
7	.445	0.000	معنوي	24	.439	0.000	معنوي
8	.355	0.000	معنوي	25	.427	0.000	معنوي
9	.422	0.000	معنوي	26	.532	0.000	معنوي
10	.392	0.000	معنوي	27	.400	0.000	معنوي
11	.345	0.000	معنوي	28	.438	0.000	معنوي
12	.431	0.000	معنوي	29	.434	0.000	معنوي
13	.422	0.000	معنوي	30	.428	0.000	معنوي
14	.284	0.004	معنوي	31	.415	0.000	معنوي
15	.383	0.000	معنوي	32	.401	0.000	معنوي
16	.364	0.000	معنوي	33	.248	0.013	معنوي
17	.313	0.001	معنوي				

يتبين لنا من الجدول (7) معنوية الارتباطات بين درجة الفقرة ودرجة المقياس الكلية لمقياس الوهن النفسي، وذلك لان قيمة (sig) لجميع الفقرات هي اقل من مستوى الدلالة (0.05). وبذلك تم الإبقاء على (33) فقرة جاهزة للتحليل الاحصائي بطريقة اتساق الفقرة بالمجال.

2- علاقة ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الكلية:

يُعد هذا الأسلوب من الطرائق التي يمكن من خلالها حساب الاتساق الداخلي، إذ يعتمد على إيجاد معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه، وذلك بعد احتساب معامل ارتباط بيرسون بين الفقرة والدرجة الكلية للمجال، كما مبين في الجدول(8).

الجدول (8) يبين الاتساق الداخلي بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لكل مجال من مجالات مقياس الوهن النفسي

المجال	رقم الفقرة	قيمة معامل الارتباط	قيمة sig	الدلالة
الفسيولوجي	1	.438	0.000	معنوي
	2	.547	0.000	معنوي
	3	.584	0.000	معنوي
	4	.707	0.000	معنوي
	5	.702	0.000	معنوي
	6	.612	0.000	معنوي
	7	.625	0.000	معنوي
	8	.516	0.000	معنوي
	9	.565	0.000	معنوي
	10	.465	0.000	معنوي
	11	.447	0.000	معنوي
	12	.380	0.000	معنوي
الانفعالي	13	.476	0.000	معنوي
	14	.502	0.000	معنوي
	15	.579	0.000	معنوي
	16	.672	0.000	معنوي
	17	.662	0.000	معنوي

	18	.602	0.000	معنوي
	19	.522	0.000	معنوي
	20	.541	0.000	معنوي
	21	.511	0.000	معنوي
العقلي	22	.331	0.001	معنوي
	23	.550	0.000	معنوي
	24	.552	0.000	معنوي
	25	.563	0.000	معنوي
	26	.666	0.000	معنوي
	27	.569	0.000	معنوي
	28	.606	0.000	معنوي
	29	.600	0.000	معنوي
	30	.615	0.000	معنوي
	31	.645	0.000	معنوي
	32	.617	0.000	معنوي
	33	.420	0.000	معنوي

يتبين لنا من الجدول (8) معنوية الارتباطات بين درجة الفقرة ودرجة المجال الكلية لمقياس الوهن النفســـي، وذلك لان قيمة (sig) لجميع الفقرات هي اقل من مســـتوى الدلالة (0.05). وبذلك تم الإبقاء على (33) فقرة جاهزة للتطبيق على العينة الرئيسة.

2-4-1-12 الخصائص السيكومترية لمقياس الوهن النفسي:

اولاً: صدق المقياس:

اعتمد الباحثان على نوعين من الصدق للتأكد من صدق مقياس الوهن النفسي وهما:

1-صدق الظاهري: تحقق الباحثان من صدق المحتوى من خلال عرض مقياس الوهن النفسي، بما يتضمنه من مجالات وفقرات وبدائل استجابة وتعليمات، على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجالي علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي. فضلاً عن ذلك، أُجريت لقاءات علمية مع السادة الخبراء بهدف مناقشة وإقرار مدى صلاحية كل فقرة من فقرات مجالات المقياس، والحكم على ملاءمتها لقياس المتغير المرشح للدراسة، تمهيدًا لاعتماد المقياس بصيغته النهائية للاستخدام.

2-الصدق البنائي (صدق التكوين الفرضي): تحقق الباحثان من الصدق البنائي لمقياس الوهن النفسي من خلال إخضاع فقراته للتحليل الإحصائي، وذلك باحتساب معاملات التمييز باستخدام أسلوب المجموعتين الطرفيتين، والاعتماد على نتائج هذا الأسلوب في الإبقاء على الفقرات التي أظهرت مستويات تمييز عالية وجيدة ومقبولة. كما تم التحقق من هذا النوع من الصدق من خلال استخراج معاملات تمييز الفقرات، ودراسة العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، فضلاً عن تحليل علاقة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه، بما يسهم في التأكد من اتساق الفقرات مع البناء النظري للمقياس.

ثانياً: ثبات المقياس:

1-طريقة التجزئة النصفية: وهي طريقة يتم من خلالها الحصول على درجتين لكل فرد، وذلك عن طريق تقسيم الاختبار إلى نصفين متكافئين، إذ تزودنا هذه الطريقة بمقياس للاتساق فيما يتعلق بمعاينة المحتوى. ولغرض التحقق من هذه الطريقة قام الباحثان بتجزئة فقرات المقياس إلى فقرات فردية وأخرى زوجية ، إذ بلغ الوسط الحسابي للفقرات الفردية (56.900) وبانحراف معياري قدره (6.702) وبتباين قدره (44.919) ، وبالنسبة للفقرات الزوجية بلغ الوسط الحسابي للفقرات الزوجية (53.990) وبانحراف معياري قدره (6.545) وبتباين قدره (42.838) وبعد حسب تباين الفقرات الفردية والزوجية ، واخضاعها لمعامل التباين (F) للتأكد من تجانس النصفين ، وقد تمت مقارنة القيمة المحسوبة والبالغة (1.049) بالقيمة الجدولية البالغة (1.534) عند درجة حرية (99-99) ومستوى دلالة (0.05) ، وتبين عدم دلالتها إحصائياً ، مما يدل على تجانس تباين الفقرات الفردية والزوجية . وبعد ذلك حُسب معامل ارتباط (بيرسون)، إذ بلغ معامل ثبات نصف الاختبار (0.882)، ولغرض الحصول على ثبات كامل للاختبار طُبقت معادلة (سبيرمان) فبلغ معامل الثبات (0.937)، وهي قيمة مرتفعة تشير إلى ثبات المقياس.

2-طريقة ألفا كرونباخ: تعد معادلة ألفا كرونباخ من أكثر طرائق قياس الثبات شيوعاً، وأكثرها ملاءمة للمقاييس ذات الميزان المتدرج، إذ تعتمد فكرتها على مدى أتساق الفقرات مع بعضها البعض داخل المقياس، فضلاً عن ارتباط كل فقرة بالمقياس ككل.

وقد تم استخراج معامل الثبات من خلال تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على أفراد عينة البناء البالغة (100) طالب، وقد بلغ مؤشر معامل ثبات المقياس (0.657)، وتعد هذه القيمة جيدة ومعامل ثبات عال.

2-5 وصف المقياس بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للممقياس، والمتمثلة بمؤشرات الصدق والثبات وإجراء التحليلات الإحصائية اللازمة، أصبح مقياس الوهن النفسي بصيغته النهائية مكوناً من (33) فقرة.

2-6 التجربة الرئيسية:

وقد تم تطبيق مقياس الدراسة على عينة البحث البالغة (150) طالب، من طلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة بابل، والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وذلك من خلال المدة الممتدة من يوم (الاحد) الموافق (2026/3/8) ولغاية يوم (الخميس) الموافق (2026/3/12)، من خلال توزيع مقياس الوهن النفسي على أفراد العينة.

2-7 الوسائل الإحصائية: استعملت الحقيبة الإحصائية (SPSS) الاصدار (24) للوسائل الإحصائية لغرض معالجة النتائج الآتية:

- اختبار F للتجانس.
- الوسط الفرضي = اعلى قيمة للمقياس + اقل قيمة للمقياس/2.
- الدرجة المعيارية المقابلة.
- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- الوسيط.
- معامل ارتباط (سبيرمان) .
- اختبار حسن المطابقة (كا^2).
- معامل الارتباط البسيط (بيرسون).
- معادلة الفاكرونباخ.
- الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين.

3-عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

3-1عرض نتائج مقياس الوهن النفسي وتحليلها ومناقشتها:

لغرض التعرف على واقع الوهن النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في درس كرة القدم، تمت مقارنة الأوساط الحسابية المتحققة مع الوسط الفرضي لمقياس الوهن النفسي من خلال حساب الفروق بينهما باستعمال اختبار (t) لعينة واحدة، والجدول (9) يبين ذلك.

الجدول(9) يبين دلالة الفروق بين الوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي للمقياس للطلاب في الوهن النفسي

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	T المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
الوهن النفسي	88.353	24.603	99	-5.300	0.000	معنوي

من ملاحظة الجدول أعلاه يتبين لنا أن قيمة (t) المحسوبة لمتغير الوهن النفسي البالغة (-5.300) كانت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.000) وهو أقل من مستوى الدلالة (0.05)، مما يدل على أن مستوى الوهن النفسي لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في درس كرة القدم هو مستوى منخفض ولصالح الوسط الفرضي. ويعزو الباحثان سبب انخفاض مستوى الوهن النفسي لدى عينة البحث إلى طبيعة البيئة التعليمية في كلية التربية البدنية، حيث إن ممارسة الأنشطة الرياضية الميدانية، ولاسيما درس كرة القدم، تساهم بشكل فاعل في تحسين الحالة المزاجية وتفريغ الطاقات السلبية والتوتر النفسي لدى الطلاب. كما يرى الباحثان أن التدريب البدني المستمر يعزز من قدرة الطالب على تحمل الضغوط النفسية ويزيد من مرونته في مواجهة أعراض الإجهاد، مما يمنع وصول الطالب إلى حالة الوهن النفسي ويحافظ على حيويته ونشاطه الذهني والبدني وتتفق هذه النتيجة مع ما أكده (الخالدي) بأن ممارسة النشاط البدني المنظم تؤدي إلى خفض مستويات الاضطراب والوهن النفسي لدى الشباب، حيث تعمل الرياضة كآلية دفاعية إيجابية ترفع من الروح المعنوية وتساعد في التخلص من الضغوط اليومية، مما ينعكس إيجابياً على التوازن النفسي العام للطالب الجامعي كما ينسجم هذا التفسير مع دراسة (العتيبي) التي أشارت إلى أن الانخراط في البرامج الحركية والمنافسات الرياضية يقلل من حدة الاستنزاف النفسي، ويجعل الفرد أكثر قدرة على مواجهة متطلبات الحياة الأكاديمية دون الشعور بالوهن أو الخمول النفسي، وهو ما يفسر تدني مستوى الوهن لدى الممارسين للأنشطة الرياضية التخصصية.

4-الاستنتاجات والتوصيات:

4-1الاستنتاجات:

1-صلاحية المقياس الذي بناه الباحثان لقياس مستوى الوهن النفسي لدى طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

2-وجود علاقة ارتباطية إيجابية (طردية) ذات دلالة إحصائية بين الوهن النفسي وبين التلكؤ الأكاديمي لدى أفراد عينة البحث.

3-يُعد الوهن النفسي متغيراً حيوياً يمكن من خلاله التنبؤ بدرجة التلكؤ الأكاديمي لدى الطلاب في درس كرة القدم.

4-2التوصيات:

1-الاستفادة من مقياس الوهن النفسي المُعد في البحث الحالي من قبل المختصين النفسيين والتربويين للكشف عن الحالة النفسية للطلاب.

2-تفعيل وحدات الإرشاد النفسي في الكليات لتقديم الدعم للطلاب الذين يظهرون مستويات مرتفعة من الوهن النفسي، لما له من تأثير مباشر على مسيرتهم الدراسية والرياضية.

3-إجراء دراسات وبحوث مستقبلية تتناول علاقة الوهن النفسي بمتغيرات نفسية أخرى (مثل الاحتراق النفسي أو الدافعية) وعلى عينات رياضية بمستويات مختلفة.

المصادر

– أن أنستاسي، سوزانا أورينا: القياس النفسي، ترجمة (صلاح الدين محمود علام)، ط1، عمان، دار الفكر ناشرون وموزعون، 2015.

– بركات عبد العزيز: مقدمة في التحليل الإحصائي لبحوث الإعلام، القاهرة، الدار المصرية اللبنانية، 2014.

– حسين خزعل محمد: الانتماء الاجتماعي وعلاقته بالوهن النفسي والقلق من الصدمات، أطروحة دكتوراه، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، 2011.

– الخالدي، مريم: الصلابة النفسية وعلاقتها بالوهن النفسي لدى طلبة الجامعة، مجلة الدراسات النفسية والتربوية، جامعة السلطان قابوس، المجلد 11، العدد 2، 2017.

– عامر حسين علي عمران: بناء برنامج تدريبي للمشرفين الاختصاص في التربية الرياضية في ضوء متطلبات إدارة الجودة الشاملة، أطروحة دكتوراه، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية، 2013.

– عايد كريم عبد عون الكناني: مقدمة في الاحصاء spss، عمان، دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، 2020.

– العتيبي، بندر: المناخ النفسي والوهن النفسي لدى طلاب كليات التربية البدنية، المجلة الدولية للعلوم الرياضية، جامعة حلوان، المجلد 5، العدد 1، 2020.

– عودة، أحمد سلمان، وملكاوي، فتحي حسن: أساليب البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية، ط2، أربد، مكتبة الكناني، 1992.

– محمد جاسم الياسري: الأسس النظرية لاختبارات التربية الرياضية، ط2، النجف الأشرف، دار الضياء للطباعة والتصميم، 2010.

– ملحم، سامي محمد: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط1، دار المسيرة، عمان، الاردن، 2000.