

## بناء وتطبيق مقياس الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي أندية دوري المحترفين لكرة السلة في العراق

م.د. مؤيد حامد قاسم

### الملخص

يهدف البحث على حتمية استغلال الرياضي لكل ما يملك من قدرات ومهارات لأحراز التفوق وضمان الفوز بالمباراة ومن ثم البطولة وبسبب تعدد المهارات النفسية اضحى لزاما علينا تحديد ما يمتلك اللاعب من مهارات نفسية واكثرها استخداما ومن ثم تحديد علاقته بمتغيرات نفسية اخرى ونسب مساهمتها في هذه المتغيرات (الاستجابة الانفعالية) ومنها انبثقت مشكلة البحث في دراسة هذه المتغير دراسة علمية مستفيضة لتعزيز وتطوير الجوانب النفسية للاعبين لما تتطلبه هذه اللعبة الجماعية من الضغوطات الكبيرة أما **أهداف البحث** منها: بناء مقياس الاستجابة الانفعالية لدى للاعبي دوري المحترفين لكرة السلة في العراق.

وكانت أهم الاستنتاجات: وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لصالح الألعاب الفردية لمحور الثقة والإصرار والرغبة والتوتر والحساسية والمسؤولية. وتم التوصية: ضرورة تحقيق التوازن بين العمل الفردي والعمل الجماعي في البيئات التعليمية والتدريبية، بحيث يتم توظيف الأنشطة الفردية لتنمية الدافعية الذاتية والثقة بالنفس وتحمل المسؤولية لدى الأفراد.

### Construction and Application of an Emotional Response Scale for Iraqi Professional

#### Basketball League Players

By

Lecturer Dr. Muayad Hamed Qasim

#### Abstract

The study emphasized the necessity for athletes to utilize all their abilities and skills to achieve excellence, secure victory in competitions, and ultimately attain championship success. Given the diversity of psychological skills required in sports, it has become essential to identify the psychological skills possessed by athletes, determine the most frequently utilized ones, and

examine their relationships with other psychological variables and their contribution to these variables, particularly emotional response.

The research problem emerged from the need to investigate this variable through a comprehensive scientific approach in order to enhance and develop the psychological aspects of players, especially considering the considerable pressures associated with basketball as a team sport.

The primary objective of the study was to construct an Emotional Response Scale for players participating in the Iraqi Professional Basketball League.

The results revealed statistically significant differences in favor of individual sports regarding the dimensions of confidence, determination, motivation, tension, sensitivity, and responsibility.

The study recommended achieving a balance between individual and collective activities within educational and training environments. Such a balance would enable the use of individual activities to develop self-motivation, self-confidence, and a sense of responsibility among athletes.

#### التعريف بالبحث:

#### 1-1 مقدمة البحث وأهميته:

تعد التربية الرياضية احد فروع التربية الأساسية، والتي تهدف إلى إكساب الفرد القيم والاتجاهات والمعرفة، ومن ثم التدريب على القيام بالتمارين الرياضية التي تسهم في تكوين شخصيته بشكل متكامل، أي إنها تسعى إلى تحقيق التوازن بين المستوى العقلي والجسدي.

ويسهم علم النفس بقصد دراسة الواقع والانفعالات المرتبطة بالمنافسات الرياضية والتي يتأسس عليها وصول اللاعبين إلى مستويات الرياضية العالية، وهو في حاله نفسيه متزنة، وبالتالي حاله نفسيه جسمية تغيد في تحقيق التفوق وأحسن المستويات بعيدا عن القلق واكتئاب.

تعتبر الاستجابة الانفعالية من الجوانب النفسية الهامة باعتبار أنها تعبر عن شدة الانفعال وتستخدم بشكل متبادل مع كل من مصطلح التنشيط وتعبئة الطاقة وهي عادة نتائج العديد من الانفعالات التي تؤثر على الأداء الرياضي.

ولها جانبان الجانب الأول الشعوري أو الخبرة الانفعالية إي ما يحسه ويشعر الشخص المنفعل وتستخدم بشكل خائف سعيد. مكتتب (--- الخ) والجانب الثاني السلوكي أو السلوك الانفعالي ويشمل الاستجابات الجسمية مظاهر (خارجية وتتمثل في الحركات الصادرة عن الجسم والأوضاع التي يتخذها.

ومن هنا فان اهمية البحث تكمن في أنها محاولة علمية من الباحث لمعرفة قياس مستوى الاستجابة لدى لاعبي أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق وايهما الأفضل (النمط الفردي او الجماعي) في الأداء بهدف مساعدة المدربين والرياضيين في معرفة أسباب الإخفاق الرياضي الذي يعتبر جماعه واحده لها هدف واحد تسعى لتحقيقه وان الوصول إلى هذا الهدف لن يتحقق إلا من خلال التعرف على قياس درجة الاستجابة الانفعالية للفريق.

#### 1-2 مشكلة البحث:

الحالة النفسية عند لاعبي كرة السلة تلعب دورا مهما في وصول اللاعبين إلى المستوى الرياضي الذين يؤهلهم لخوض المباريات وهذى يأتي من خلال الإعداد النفسي الصحيح إثناء العملية التدريبية وهذا واجب كل مدرب حتى يصل فريقه إلى المستوى الطموح في المباريات.

من خلال اطلاع الباحث على بحوث سابقه وجد إن قد تم التطرق إلى قياس الاستجابة الانفعالية بشكل قليل جدا ومن خلال الملاحظة تبين ما تشكله الاستجابة الانفعالية عند الرياضيين من مردود سلبي خاصة عند فقدان الرياضيين أعصابهم إثناء المباريات وان كانوا من ذوي المستويات المهارية العالية، وخاصة في بطولات الأندية العراقية تم التطرق ودراسة هذه المشكلة عند الاعيين.

#### 1 - 3 أهداف البحث:

بناء مقياس الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق.

التعرف على درجة مقياس الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق وفق نمطي الأداء (الفردي والجماعي).

#### 1-4 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: لاعبي أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق للموسم (2024، 2025)

1-4-2 - المجال الزمني 20/11/2024 إلى 4/3/2025.

١-٤-3 المجال المكاني: أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق

#### ١-٥ - تحديد المصطلحات:

القياس: عملية إعطاء الأرقام أو الرموز لخصائص الأشياء أو الأفراد وفق قواعد محددة، بحيث تعكس هذه الأرقام مقدار ما تمتلكه هذه الخصائص من سمات أو صفات معينة (2016:115).

الاستجابة الانفعالية: هي مجموعة ردود الأفعال الوجدانية التي تظهر لدى الفرد نتيجة تعرضه لمواقف أو مشيرات معينة، وتتجلى هذه الردود في تغيرات نفسية وفسولوجية وسلوكية تعكس الحالة الانفعالية للفرد (2014:178).

#### 2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

##### 2-1 منهج البحث:

اختار الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لحل مشكلة البحث وذلك لملائمتها لطبيعة المشكلة إذ ان "الدراسات المسحية هي إحدى أساليب البحث الوصفي التي من خلالها يتم جمع المعلومات والبيانات عن ظاهرة ما وذلك بقصد التعرف عليها ودراستها وتحديد الوضع الحالي لها حيث ان الأسلوب المسحي يدرس الواقع كما هو كما يذكر ذوقان عبيدات (2001:22).

2-2 مجتمع البحث وعينته: وقد اشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية الدرجة الممتازة بكرة السلة في العراق للموسم (2022-2023) لأندية (غاز الشمال، نفط الشمال، زاخو، الكهرباء، النفط، دجلة الجامعة، الحشد الشعبي، الشرطة، الدفاع الجوي، الكرخ، التضامن، الحلة) والبالغ عددهم (144) لاعباً وقد تم اختيار العينة بطريقة الحصر الشامل وكانت نسبتهم (100%) وكما مبين في الجدول (1) الآتي:

جدول (1)

ت	العينة الكلية	مجتمع البحث	عدد أفراد عينة البناء	عدد أفراد عينة التطبيق	عدد أفراد التجربة الاستطلاعية
	غاز الشمال	12	12	-	-
	التجارة	12	-	12	-
	زاخو	12	12	-	-

-	-	12	12	الكهرباء	
-	12	-	12	درينديخان	
-	-	12	12	دجلة الجامعة	
-	-	12	12	الحشد الشعبي	
-	12	-	12	الشرطة	
-	-	12	12	الدفاع الجوي	
12	-	-	12	الكرخ	
-	-	12	12	الحلة	
12	36	84	132	المجموع	
% 9.09	%27.27	% 63.64	%100	النسبة المئوية	

### 1- عينة التجربة الاستطلاعية:

وتكونت من (12) لاعباً من نادي (الكرخ الرياضي) تم اختيارهم بالطريقة العمدية بنسبة مئوية بلغت (9.09%)

### 2 - عينة بناء مقياس الاستجابة الانفعالية:

وقد ضمت (84) لاعباً من سبع أندية (غاز الشمال، زاخو، الكهرباء، دجلة الجامعة، الحشد الشعبي، الدفاع الجوي، الحلة) اختيروا بالطريقة العمدية، وكانت نسبته (63.64%).

### 3 - عينة تطبيق مقياس الاستجابة الانفعالية:

وقد ضمت (36) لاعباً من أندية (التجارة، درينديخان، الشرطة). اختيروا بالطريقة العمدية، وكانت نسبتهم المئوية (27.27%). وكما موضح في الجدول (1)

### 2-3 أدوات البحث:

ينبغي وصف الأدوات التي تستعمل في البحث لتُعطي مدلولاً عن احتياجات الدراسة منها .

### 2-3-1 وسائل جمع المعلومات:

1-المصادر والمراجع العربية والأجنبية ، 2-الدراسات والبحوث السابقة.

الشبكة الدولية للمعلومات (الانترنت)، 4-الاستبانة.

### 2-4 وسائل جمع البيانات:

المقياس: قام الباحث بتصميم مقياس الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق، 2- استمارة التسجيل، 3- المقابلة.

2-4-1 وسائل معالجة البيانات: 1- الوسائل الإحصائية 2- برمجيات الحاسبة الالكترونية

2-4-2 الأجهزة المساعدة:

1- جهاز حاسوب نوع (Lenovo) عدد 1، 2- حاسبة يدوية نوع (sonny) عدد 1، 3- قرطاسية وأدوات مكتبية (أوراق وأقلام).

2-5 إجراءات البحث الميدانية:

2-5-1 إجراءات تصميم مقياس الاستجابة الانفعالية

تعرف إجراءات تصميم المقياس بانها " مجموعة من الخطوات الأساسية التي يمكن اتباعها عند بناء الاختبار أو المقياس وكيفية الربط بين وحدات القياس لقياس الجوانب الكلية للمهارات أو السمة أو الصفة المقدره " محمد حسن علاوي (2003:319).

2-6 الغرض من المقياس: التعرف النمط الأداء (الفردى والجماعى) فى الاستجابة الانفعالية لدى للاعبى أندية دوري المحترفين بكرة السلة فى العراق.

2-7 تحديد مجالات المقياس وصلاحيته

وتم عرض هذه المجالات على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين فى العلوم التربوية والنفسية وعلم النفس الرياضى الذين بلغ عددهم (15) خبيراً، وطلب منهم وضع علامة (√) تحت الحقل إذا كان المجال يصلح لقياس (الاستجابة الانفعالية) وعلامة (√) تحت الحقل الذى لا يصلح وبعد حصر المجالات التى حصلت على تأشيرة جميع الخبراء وتحليلها إحصائياً، استخدم الباحث اختبار (كا2) لتحديد اتفاق آراء السادة الخبراء والمختصين وحصل على نسبة اتفاق جيدة. وجدول (2) يبين ذلك.

حدد الباحث (7) مجالات لمقياس الاستجابة الانفعالية اعتماداً على نظريات الاستجابة الانفعالية وهي:

أ- الرغبة، ب- الاصرار، ت- الحساسية، ث- التوتر، ج- الثقة، ح- المسؤولية، خ- الضبط الذاتى

جدول (2)

يبين درجة (كاي) المحسوبة لإجابات الخبراء على مقياس الاستجابة الانفعالية

ت	المحاور	عدد الخبراء	تصلح	لا تصلح	قيمة كا <sup>2</sup> المحسوبة	مستوى الدلالة *sig	الدلالة الإحصائية
1	الرغبة	15	15	0	15	0.000	معنوي
2	الاصرار	15	15	0	15	0.000	معنوي
3	الحساسية	15	15	0	15	0.000	معنوي
4	التوتر	15	11	4	3.267	0.107	غير معنوي
5	الثقة	15	9	6	0.600	0.465	غير معنوي
6	المسؤولية	15	15	0	15	0.000	معنوي
7	الضبط الذاتي	15	12	3	5.400	0.000	معنوي

ومن خلال الجدول أعلاه تم قبول المجالات الآتية- :

الرغبة، 2- الاصرار ، 3- الحساسية، 4- التوتر، 5- الثقة، 6- المسؤولية، 7- الضبط الذاتي.

## 8-2 اختيار سلم التقدير :

بعد أن تمت صياغة الفقرات حدد الباحث سلم التقدير الثلاثي لمقياس الاستجابة الانفعالية لأنه يعطي اختيارات متعددة ويقلل من درجة التخمين وكانت إجابات الخبراء تؤيد هذا السلم المقترح بنسبة اتفاق (100%) من قبل الخبراء أي بواقع (15) خبير وهذا يجعل سلم التقدير المستخدم صالحاً. كما في جدول (3).

### جدول (3)

يبين اتجاه ونظام البدائل لفقرات مقياس الاستجابة الانفعالية

الاتجاه الفقرة		البدائل	
		نعم	لا
إيجابي	3	2	1
سليبي	1	2	3

أما اتجاه الفقرات لمقياس الاستجابة الانفعالية فقد كان على النحو الآتي:

- 1- الرغبة: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرات (2-10) فقد كانت سلبية.
  - 2- الاصرار: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة (6-8) فقد كانت سلبية.
  - 3- الحساسية: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة (5-9-10) فقد كانت سلبية.
  - 4- التوتر: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة (5-9) فقد كانت سلبية.
  - 5- الثقة: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة (8) فقد كانت سلبية.
  - 6- المسؤولية: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة (4-6) فقد كانت سلبية.
  - 7- الضبط الذاتي: جميع الفقرات إيجابية ما عدا الفقرة (4-6) فقد كانت سلبية.
- 2-9 التجربة الاستطلاعية: بعد استكمال اعداد المقياس قام الباحث بتوزيع المقياس على العينة الاستطلاعية المكونة من (12) لاعب من نادي الكرخ يوم الخميس الموافق (2024/12/19) وذلك للتعرف على مدى وضوح الفقرات وتعليمات الإجابة عنها وحساب مدى الوقت اللازم للإجابة واتضح أنه ليس هناك فقرات غامضة وإن طريقه الإجابة بسيطة وسهله وان مدى زمن الاستجابة قد تراوح بين (25 - 30) دقيقة.

#### 2-10 تطبيق مقياس الدراسة على عينه البناء:

إذ أن "تحليل الفقرات هو عبارة عن عملية فحص أو اختبار استجابات اللاعبين عن كل فقرة من فقرات الاختبار أو المقياس وقد طبق المقياس على (8) نادياً هي (غاز الشمال، نفط الشمال، زاخو، الكهرباء، النفط، دجلة الجامعة، الحشد الشعبي، الشرطة، الدفاع الجوي، الكرخ، التضامن، الحلة) وعليه قام الباحث بتاريخ 2025/1/5 الموافق يوم الأحد بتطبيق مقياس الدراسة (الاستجابة الانفعالية) على عينة البناء المكونة من (96) لاعب من أندية الدرجة الممتازة بكرة السلة في العراق.

#### 2-11 الوسائل الإحصائية: استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) للحصول على المعلومات الإحصائية.

#### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها - :

بعد ان استكمل الباحث جمع البيانات الناتجة عن المقياس المستخدمة في البحث والتي تم وضعها على شكل جداول لما تمثله من سهولة في استخلاص الادلة العلمية ولأنها أداة توضيحية مناسبة للبحث في ضوء الإجراءات الميدانية التي قمنا بها.

#### 4-1- عرض نتائج الاستجابة الانفعالية لدى لاعبي أندية دوري المحترفين بكرة السلة في العراق

## جدول (3)

يبين التعرف على نتائج الاستجابة الانفعالية لدى للاعبين أندية دوري المحترفين بكرة السلة

الدلالة	قيمة الدلالة	ت المحسوبة	الجماعي			الفردى			المحاور	ت
			الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
معنوي	0.05	3.59	0.05	0.30	3,01	0,07	0,39	3,60	الرغبة	1
معنوي	05.0	2.45	0.07	0.35	3,40	0,066	0,38	3,70	الإصرار	2
معنوي	05.0	5.79	0,071	0.39	3,2	0,057	0,40	3,41	الحساسية	3
معنوي	05.0	3.24	0,071	0.34	3,1	0.068	0,41	3.90	التوتر	4
معنوي	05.0	2.45	0,078	0.39	3,33	0,88	0,49	3,96	الثقة	5
معنوي	05.0	3.17	0,083	0,400	3,12	0,070	0,38	3,52	المسؤولية	6
غير معنوي	05.0	1.91	0,083	0.36	3,16	0,38	0,32	3.14	الضبط الذاتي	7

ويتضح من الجدول (1) والذي يبين الفروق بين متوسطات المحاور المقياس الاستجابة الانفعالية وهي كما يلي:

## محور الرغبة

ظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لمحور الرغبة لدى لاعبي النمط الفردي بلغ (3,60) بانحراف معياري (0,39) في حين بلغ المتوسط الحسابي لدى لاعبي النمط الجماعي (3,01) بانحراف معياري (0,30) وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3,59) وهي قيمة أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة (0,05) مما يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في هذا المحور ويدل ذلك على أن اللاعبين الذين يعملون وفق النمط الفردي يمتلكون درجة أعلى من الرغبة أو الدافعية مقارنة باللاعبين الذين يعملون ضمن النمط الجماعي، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن العمل الفردي يتيح للفرد مساحة أكبر من الاستقلالية وتحقيق الذات، وكما وصفها David G. Myers (2019:354) "حالة دافعية أو ميل نفسي يدفع الفرد إلى البحث عن شيء يعتقد أنه سيحقق له الإشباع أو اللذة" الأمر الذي يعزز الدافعية الداخلية حيث يعتمد الفرد في هذا النمط على

قدراته الشخصية في إنجاز المهام وتحقيق الأهداف الأمر الذي يعزز شعوره بالإنجاز الشخصي ويزيد من مستوى الرغبة في الأداء.

**محور الإصرار:** تشير النتائج إلى أن المتوسط الحسابي لمحور الإصرار لدى النمط الفردي بلغ (3,70) بانحراف معياري (0,38) بينما بلغ المتوسط لدى النمط الجماعي (3,40) بانحراف معياري (0,35) وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2,45)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) وتعني هذه النتيجة وجود فروق معنوية لصالح النمط الفردي، مما يشير إلى أن اللاعبين الذين يعتمدون على العمل الفردي يظهرون درجة أعلى من الإصرار والمثابرة في إنجاز المهام حيث يرى Edward L. Deci (2017:189) "استمرار الفرد في بذل الجهد لتحقيق هدف معين نتيجة دافعية داخلية تدفعه إلى المثابرة ومواصلة العمل رغم الصعوبات" ويرتبط ذلك غالباً بارتفاع الشعور بالمسؤولية الشخصية لديهم ولاستطاعتهم بان يقوموا بالواجبات سواء في التدريب أو المنافسات وانهم يبذلون أقصى ما يستطيعون لتحقيق الانجاز في الاداء والحركات والمهارات.

#### محور الحساسية:

بينت النتائج أن المتوسط الحسابي لمحور التوتر لدى النمط الفردي بلغ (3,90) بانحراف معياري (0,41) بينما بلغ المتوسط لدى النمط الجماعي (3,10) بانحراف معياري (0,34) وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3,24) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) ويدل ذلك على وجود فروق معنوية في مستوى التوتر بين المجموعتين، حيث يبدو أن اللاعبين الذين يعملون وفق النمط الفردي يعانون مستوى أعلى من التوتر مقارنة بالنمط الجماعي، وربما يعود ذلك إلى زيادة حجم المسؤولية الفردية وضغط الإنجاز حيث يصف Randolph M. Nesse "قابلية الفرد لإظهار استجابات انفعالية قوية نسبياً عند التعرض للمثيرات البيئية أو الاجتماعية" ان اللاعبين الذين يعملون بصورة فردية يكونون أكثر انتباهاً للتفاصيل وأكثر إدراكاً للجوانب الانفعالية المرتبطة بأدائهم، وهو ما يزيد من درجة الحساسية لديهم تجاه المواقف المختلفة.

#### محور التوتر:

بينت النتائج أن المتوسط الحسابي لمحور التوتر لدى النمط الفردي بلغ (3,90) بانحراف معياري (0,41) بينما بلغ المتوسط لدى النمط الجماعي (3,10) بانحراف معياري (0,34). وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3,24)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) ويدل ذلك على وجود فروق معنوية في مستوى التوتر بين المجموعتين، حيث يبدو أن اللاعبين الذين يعملون وفق النمط الفردي يعانون مستوى أعلى من التوتر مقارنة بالنمط الجماعي، ويمكن تفسير ذلك بأن العمل الفردي يضع كامل المسؤولية على عاتق الفرد، مما قد يسبب ضغطاً نفسياً أكبر نتيجة الخوف من الفشل أو عدم تحقيق النتائج

المطلوبة وعلى العكس من ذلك يصف David G. Myers (2019:514) "عملية نفسية وفسولوجية تنشأ عندما يدرك الفرد أن المطالب البيئية أو المواقف الحياتية تفوق قدرته على التكيف معها" فإن العمل الجماعي غالباً ما يوزع المسؤولية بين أفراد المجموعة، الأمر الذي قد يخفف من حدة التوتر والضغط النفسي.

#### محور الثقة:

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لمحور الثقة لدى النمط الفردي بلغ (3,96) بانحراف معياري (0,49) في حين بلغ المتوسط لدى النمط الجماعي (3,33) بانحراف معياري (0,39). وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (2,45) وهي قيمة دالة إحصائياً (0,05) وتشير هذه النتيجة إلى أن اللاعبين الذين يعملون وفق النمط الفردي يتمتعون بمستوى أعلى من الثقة بالنفس مقارنة بالأفراد في النمط الجماعي، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الاعتماد على القدرات الشخصية في إنجاز المهام يسهم في تعزيز الشعور بالكفاءة الذاتية، وهو ما يؤدي بدوره إلى ارتفاع مستوى الثقة بالنفس وقد أكدت العديد من الدراسات في علم النفس التربوي منها عبد الرحمن العيسوي (2005:203) "درجة اعتقاد الفرد في قدرته على مواجهة المواقف الصعبة، أو قدرته على الاعتماد على الآخرين في تلبية حاجاته، وهي مرتبطة بالدافعية وتحقيق الأهداف " أن النجاح في أداء المهام الفردية يعزز ما يسمى ب (فاعلية الذات) وهو مفهوم يشير إلى اعتقاد اللاعب بقدرته على النجاح في أداء المهام المختلفة.

#### محور المسؤولية:

بلغ المتوسط الحسابي لمحور المسؤولية لدى النمط الفردي (3,52) بانحراف معياري (0,38) بينما بلغ المتوسط لدى النمط الجماعي (3,12) بانحراف معياري (0,40). وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (3,17) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) وتشير هذه النتيجة إلى وجود فروق معنوية لصالح النمط الفردي مما يدل على أن اللاعبين في هذا النمط يتحملون مستوى أعلى من المسؤولية في أداء المهام واتخاذ القرارات وهو أمر منطقي في ضوء طبيعة هذا النمط من الأداء حيث يتحمل الفرد مسؤولية مباشرة عن نتائج عمله إن الشعور بالمسؤولية يعد من العوامل الأساسية التي تسهم في تطوير السلوك المهني والأكاديمي يصف المسؤولية Weinberg (2023:27) " إدراك اللاعب لدوره داخل الفريق وقدرته على الالتزام بالواجبات التدريبية وتحمل نتائج القرارات والسلوكيات المرتبطة بالأداء الرياضي " إذ يدفع اللاعب إلى الالتزام بأداء واجباته وتحقيق الأهداف المطلوبة.

#### محور الضبط الذاتي:

ظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لمحور الضبط الذاتي لدى النمط الفردي بلغ (3,14) بانحراف معياري (0,32) بينما بلغ المتوسط لدى النمط الجماعي (3,16) بانحراف معياري (0,36) وقد بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1,91) وتشير هذه

القيمة إلى أن الفروق بين المجموعتين في هذا المحور ليست ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) مما يعني أن مستوى الضبط الذاتي متقارب بين النمطين الفردي والجماعي ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الضبط الذاتي يعد من السمات الشخصية المستقرة نسبياً، والتي لا تتأثر بشكل كبير بنمط العمل أو الأداء. فالضبط الذاتي يرتبط بقدرة اللاعب على تنظيم سلوكه والتحكم في انفعالاته واتخاذ القرارات المناسبة ويعرف Zimmerman (2020: 14) " قدرة الرياضي على إدارة عمليات التفكير والانفعال والسلوك بشكل مقصود لتحقيق الأداء الأمثل وتحسين التعلم والأداء في النشاط الرياضي" وهي مهارات قد تتطور نتيجة عوامل تربوية وشخصية طويلة المدى أكثر من ارتباطها بطبيعة العمل الفردي أو الجماعي.

ومن خلال تحليل هذه النتائج يمكن القول إن النمط الفردي يوفر بيئة مناسبة لتنمية بعض السمات الشخصية مثل الدافعية والثقة بالنفس وتحمل المسؤولية إلا أنه قد يرتبط في الوقت نفسه بارتفاع مستويات الضغط النفسي والتوتر اما النمط الجماعي فيبدو أنه يوفر قدراً أكبر من الدعم الاجتماعي وتوزيع المسؤوليات بين أفراد المجموعة، الأمر الذي قد يقلل من مستويات التوتر لكنه قد يقلل في بعض الأحيان من مستوى المبادرة الفردية.

وعلى ضوء هذه النتائج، يمكن التأكيد على أهمية تحقيق التوازن بين العمل الفردي والعمل الجماعي في البيئات التعليمية أو المهنية، بحيث يتم الاستفادة من مزايا كل نمط من أنماط العمل. فالجمع بين هذين النمطين قد يساهم في تطوير القدرات الفردية من جهة، وتعزيز روح التعاون والعمل الجماعي من جهة أخرى لدى اللاعبين.

#### 5-الاستنتاجات والتوصيات:

##### 1-5 الاستنتاجات:

1 وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية لصالح الألعاب الفردية لمحور الثقة والإصرار والرغبة والتوتر والحساسية والمسؤولية. عدم وجود فروق معنوية ذات دلالة إحصائية بين الألعاب الفردية والجماعية في محور الضبط الذاتي.

##### 2-5 التوصيات:

ضرورة تحقيق التوازن بين العمل الفردي والعمل الجماعي في البيئات التعليمية والتدريبية، بحيث يتم توظيف الأنشطة الفردية لتنمية الدافعية الذاتية والثقة بالنفس وتحمل المسؤولية لدى اللاعبين، مع الاستفادة في الوقت نفسه من الأنشطة الجماعية لتعزيز روح التعاون وتبادل الخبرات وتقليل مستويات التوتر المرتبطة بالأداء الفردي.

تطوير برامج تدريبية وإرشادية تهدف إلى تعزيز السمات الإيجابية المرتبطة بالأداء الفردي مثل الإصرار والثقة بالنفس وتحمل المسؤولية، وفي الوقت نفسه العمل على تدريب اللاعبين على استراتيجيات إدارة التوتر وتنمية مهارات الضبط الذاتي بما يساهم في تحسين الأداء النفسي والسلوكي في مختلف بيئات العمل أو التعلم.

## المصادر:

- ⊗ عبد الرحمن عدس، مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الثالثة، 2008، ص 221-227.
- ⊗ عبد الرحمن محمد العيسوي: مدخل إلى علم النفس الطبعة الثانية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2005، ص 203.
- ⊗ محمد حسن علاوي، مدخل في القياس النفسي والتربوي، دار الفكر العربي، الطبعة الرابعة، 2004، ص 312-318.
- ⊗ محمد عبد الحميد، التحليل الإحصائي للبيانات في البحوث التربوية والنفسية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الطبعة الأولى، 2010، ص 174-182.
- ⊗ David G. Myers & C. Nathan DeWall :Psychology (13th ed.). New York: Worth Publishers, 2020.
- ⊗ Ryan, R. M., & Deci, E. L: Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness (1st ed) New York: The Guilford Press, 2017.
- ⊗ Nesse, R. M: Good Reasons for Bad Feelings: Insights from the Frontier of Evolutionary Psychiatry, First Edition, 2019.
- ⊗ Zimmerman, B. J., & Schunk, D. H: Self-Regulated Learning and Academic Achievement: Theoretical Perspectives , 2nd ed, 2011.
- ⊗ Weinberg, R. S., & Gould, D: Foundations of Sport and Exercise Psychology (8th ed.). Champaign, IL: Human Kinetics, 2019.

## مقياس الاستجابة الانفعالية بصيغته النهائية

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
1	أشعر برغبة قوية في ممارسة تدريبات كرة السلة بانتظام			
2	أسعى دائماً للمشاركة في مباريات كرة السلة			
3	أستمتع كثيراً أثناء التدريب أو اللعب في كرة السلة			
4	أشعر بالحماس عند الاستعداد لمباريات كرة السلة			

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
5	أفضل ممارسة كرة السلة على معظم الأنشطة الرياضية الأخرى			
6	أسعى باستمرار لتطوير مهاراتي في كرة السلة			
7	أواصل التدريب في كرة السلة حتى عندما أواجه صعوبات			
8	لا أستسلم بسهولة بعد خسارة مباراة			
9	أحاول تحسين أدائي في المباريات حتى بعد الأخطاء			
10	أبذل جهداً كبيراً لتحقيق الفوز لفريقي			
11	أستمر في التدريب حتى عندما أشعر بالتعب			
12	أحاول التغلب على الأخطاء التي أقع فيها أثناء اللعب			
13	أتأثر كثيراً بآراء المدرب أو الزملاء حول أدائي			
14	أشعر بالضيق عندما يتم انتقاد أدائي في المباراة			
15	أكون شديد الانتباه لتصرفات اللاعبين المنافسين			
16	أتأثر بنتيجة المباراة سواء بالفوز أو الخسارة			
17	أشعر بالقلق عندما يراقبني الجمهور أثناء اللعب			
18	أفكر كثيراً في ردود فعل الآخرين تجاه أدائي			
19	أشعر بالتوتر قبل بداية مباراة كرة السلة			
20	يزداد قلقي عندما تقترب المباراة			

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
2	أشعر بالارتباك عندما أواجه فريقاً قوياً			
1				
2	يصعب علي التركيز عندما أشعر بالتوتر			
2				
2	أفكر في احتمال الخسارة قبل المباراة			
3				
2	أشعر بضغط نفسي أثناء المباراة			
4				
2	أثق بقدرتي على تقديم أداء جيد في المباراة			
5				
2	أشعر أنني قادر على التفوق على لاعبي الفريق المنافس			
6				
2	أعتقد أن تدريبي يؤهلني للنجاح في المباريات			
7				
2	أدخل المباراة بثقة كبيرة في نفسي			
8				
2	أشعر بالاطمئنان عند مواجهة الفرق المنافسة			
9				
3	أؤمن بقدرتي على مساعدة فريقي في تحقيق الفوز			
0				
3	أتحمل مسؤولية أداي أثناء التدريب والمباراة			
1				
3	ألتزم بتعليمات المدرب أثناء التدريب واللعب			
2				
3	أشعر بالمسؤولية تجاه فريقي أثناء المباراة			
3				

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
3	أحرص على تنفيذ الواجبات الخططية داخل الملعب			
4				
3	أتحمل نتائج أدائي في المباراة سواء كانت جيدة أو سيئة			
5				
3	ألتزم بحضور التدريبات في مواعيدها			
6				
3	أستطيع التحكم في انفعالاتي أثناء المباراة			
7				
3	أحافظ على هدوئي عندما أرتكب خطأ أثناء اللعب			
8				
3	أتمكن من السيطرة على غضبي أثناء المباراة			
9				
4	أفكر جيداً قبل اتخاذ القرار أثناء اللعب			
0				
4	أحافظ على تركيزي طوال زمن المباراة			
1				
4	أتحكم في سلوكي حتى في المواقف الصعبة داخل الملعب			
2				