

## The Relationship of Mental Toughness with The Competitive Behaviour of Women Players in Certain Individual and Group Sports

*Qusai Alyasen*  
*Samira Orabi*

### **Abstract**

**Objective:** The study seeks to identify the relationship between mental toughness and competitive behavior, as well as the level of mental rigidity and competitive behavior of women players in some individual and group sports, namely: individual games (swimming, fencing), and group games (basketball, Volleyball). **Methodology:** The research sample comprised (48) players: (24) players for individual games and (24) players for group games, and the descriptive method was used for its suitability to the nature of the study. Also, the measure of mental rigidity of James Loehr (1986), and the measure of competitive behavior of Dorothy Harris (1984) were used, and the data was entered and analyzed by the statistical program (SPSS). The study relied on descriptive statistics, test (T), Pearson correlation coefficient, computational averages, standard deviations, and percentages. **Results:** the study results showed that mental rigidity had a positive relationship in the competitive behavior of women players of the national team of individual games (swimming, fencing) and group games (basketball, Volleyball), and that there were no statistically significant differences at the level of indication ( $\alpha=0.5$ ) due to the change in the type of game (individual, collective) in the level of mental rigidity and competitive behavior. **Conclusion:** Women players in group and individual games have a high level of mental toughness and competitive behavior, and players with a high level of mental toughness show highly competitive behavior during competitions.

**Keywords:** Mental Rigidity, Competitive Behaviour, National Team, Group Games.

## علاقة الصلابة العقلية بالسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الرياضات الفردية والجماعية

قصي باسم الياسين (\*)

سميرة محمد عرابي (\*\*)

### ملخص

**هدف الدراسة:** تسعى الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الصلابة العقلية والسلوك التنافسي، وكذلك مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الرياضات الفردية والجماعية، وهي: الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)، الألعاب الجماعية (سلة، طائرة). **المنهجية:** بلغ عدد أفراد العينة البحثية (48) لاعبة، (24) لاعبة للألعاب الفردية و(24) لاعبة للألعاب الجماعية. استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة الدراسة، كما استخدم مقياس الصلابة العقلية لجيمس لوهر 1986 (James Loehr)، ومقياس السلوك التنافسي لدورثي هاريس (Harris, 1984)، أدخلت البيانات وحلت بواسطة البرنامج الإحصائي (Spss). اعتمدت الدراسة على الإحصاء الوصفي، واختبار (ت)، ومعامل الارتباط بيرسون، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية. **النتائج:** للصلابة العقلية علاقة إيجابية في السلوك التنافسي لدى لاعبات المنتخب الوطني للألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والألعاب الجماعية (سلة، طائرة)، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.5$ ) تعزى لمتغير نوع اللعبة (فردية، جماعية) في مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي. **الخلاصة:** لاعبات الألعاب الجماعية والألعاب الفردية يتمتعن بدرجة مرتفعة من الصلابة العقلية والسلوك التنافسي، والللاعبات ذات المستوى المرتفع في الصلابة العقلية يظهرن سلوكاً تنافسياً مرتفعاً خلال المنافسات.

**المصطلحات الأساسية:** الصلابة العقلية، السلوك التنافسي، الألعاب الفردية، الألعاب الجماعية.

(\*) دكتوراه في علم النفس الرياضي، السباحة، وزارة التربية والتعليم الأردنية.

Email: alyasenqusai@gmail.com

(\*\*) أستاذ فسيولوجيا التدريب الرياضي، السباحة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية.

Email: samiraorabi@yahoo.com

## مقدمة:

ازداد الاهتمام بعلم النفس في السنوات الأخيرة واتسع نطاقه وأصبح يرتبط ارتباطاً وثيقاً بعلوم الرياضة الأخرى؛ مثل التدريب الرياضي وفسولوجيا الرياضة والميكانيكا الحيوية؛ وذلك للاستفادة من هذا العلم وتطبيق مواضعه ونظرياته؛ الأمر الذي يساعد الرياضيين في تطوير الأداء الرياضي والتفوق في المنافسات الرياضية.

ويرى علاوي (2002) أن معظم الأبطال على المستوى الدولي يتقاربون لدرجة كبيرة؛ من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي؛ ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً مهماً يحدد نتيجة كفاحهم في أثناء المنافسات في سبيل الفوز، وهو العامل النفسي.

وأشار كروست و كلوف (Crust & Clough, 2005) إلى أن علم النفس الرياضي من العلوم التي أسهمت في وصول الرياضي إلى تحقيق أعلى المستويات، وأن الإعداد النفسي للاعب يساعده على الارتقاء بما يملكه من قدرات ومواجهة الصعوبات التي تعترضه في أثناء المنافسة.

وأكد شمعون (2001) أن تنمية المهارات العقلية يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية، وأن مهارات؛ مثل تركيز الانتباه والتصور العقلي والاسترجاع العقلي وغيرها، يجب التخطيط لتنميتها مثل القوة والمرونة والسرعة، وأن التكامل في الإعداد خاصة في المراحل الأولى يجب أن يعمل على تطوير المهارات البدنية والمهارية، إلى جانب العقلية والانفعالية، وإغفال مثل هذا الإعداد يعوق تحقيق الإنجازات على المستوى التنافسي.

ويرى علاوي (1998) أن المنافسة الرياضية تعتبر من العوامل المهمة والضرورية لكل نشاط رياضي، سواء المنافسة مع الذات أو المنافسة مع غيره في مواجهة العوامل الطبيعية، أو المنافسة في مواجهة منافسة؛ كما في بعض الألعاب الفردية أو المنافسة في مواجهة منافسين آخرين كما في الألعاب الجماعية.

ويشير راتب (2001) إلى أن التفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية؛ فالقدرات النفسية تساعد الأفراد على تعبئة طاقاتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي، ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض، وهي برامج تدريب للمهارات النفسية.

ويرى عدس وقطامي (2000) أن المنافسة هي المرحلة العليا في تركيب النشاط الرياضي، فهي تسمح للجميع بمشاهدة جوانب القوة والضعف للرياضيين من الناحية البدنية والمهارية والنفسية، كما أنها تتمي وتصل الصفات البدنية للرياضي. وأكد كيشور (Kishore, 2017) أن القدرة على ثبات الأداء المثالي عندما تشتد ضغوط المنافسة تتطلب تقنية جيدة ومهارات عقلية؛ فعدم ثبات الأداء في أثناء المنافسات يعزى - بالدرجة الأولى - إلى المتغيرات النفسية، وفي مقدمتها ما يعرف بالصلابة العقلية.

ويرى شمعون (2001) أن الصلابة العقلية تؤدي دوراً فعالاً بالتحكم في حالة الأداء المثالية، وتهدف إلى بناء القوة العقلية والانفعالية. والتدريب على الصلابة العقلية فن وعلم لزيادة قدرة اللاعب على المواجهة والتعامل مع جميع أنواع الضغوط البدنية والعقلية والانفعالية؛ حتى يصبح أكثر تفاعلاً في المنافسة؛ الأمر الذي ينعكس على إتقان المهارات الرياضية، وفي الوقت نفسه تقلل من مخاطر الإصابات الرياضية والانسحاب الانفعالي.

ويضيف جمس لوه (Jimes, 1995) أن المدربين والرياضيين يؤكدون أن المهارات النفسية التي تعكس الصلابة العقلية تسهم بنسبة لا تقل عن (50%) في تحقيق الإنجاز الرياضي.

وتختلف الألعاب الجماعية عن الألعاب الفردية في أنها تتم داخل فريق، ويشترك أعضاء الفريق في تحقيق الهدف في المنافسة الرياضية، عكس الألعاب الفردية التي يقوم اللاعب بمفرده في تحقيق الهدف في المنافسة، كما تتميز الألعاب الجماعية بحضور جماهيري أكثر من الألعاب الفردية؛ ومن ثم لكل من هذه الألعاب خصائصها وضغوطاتها النفسية على اللاعبين.

### مشكلة الدراسة وأهميتها:

يرى جونز و كونوتون (Jones & Connaughton, 2002) أن الصلابة العقلية هي أقصى مستوى نفسي يمكن الوصول إليه؛ فهي تكسب الرياضيين قدرة على التحمل مقارنة بمنافسيهم في أثناء المسابقات، وذلك من خلال تطوير التركيز والثقة والثبات تحت الضغوط التي تؤثر على سلوك الرياضي؛ فقد أشار صالح وحسن (2012) إلى أن السلوك التنافسي يعتبر نشاطاً يحاول فيه الرياضي إحراز الفوز، ولا يتأسس ذلك على الدوافع الذاتية للرياضي فحسب، بل على المؤثرات الخارجية أيضاً؛ ومن ثم

يتميز السلوك التنافسي بوضوح تأثيره في الفوز والهزيمة أو النجاح والفشل، وما يرتبط بكل منها من نواح سلوكية وبصورة واضحة ومباشرة.

وتتطلب المنافسات الرياضية من اللاعبين، سواء في الألعاب الجماعية أو الفردية، الظهور في أعلى مستوى بدني ومهاري وخططي ونفسي، بالإضافة إلى عوامل أخرى تؤثر في سلوك اللاعبين خلال المنافسات، منها الخوف من الفشل والهزيمة، وكذلك الخوف من الإصابة وعامل التحكيم وعامل الجمهور، وغيرها من العوامل الأخرى التي تؤثر في سلوك اللاعبين في أثناء المنافسات الرياضية.

ومن خلال عمل الباحثين في مجال تدريس بعض الألعاب الفردية والجماعية والتدريب فيها، لوحظ أن اهتمام المدربين ينصب على النواحي البدنية والمهارية والخططية أكثر من النواحي النفسية، كما لوحظ أيضاً أن هناك بعض اللاعبين ينخفض مستوياتهم في بعض المنافسات على الرغم من التزامهم ببرامجهم التدريبية؛ فقد أشارت دراسة (صالح وحسن، 2012)، ودراسة (الفرطوسي، 2014)، ودراسة (كمال، 2015)، ودراسة (عمران، 2016)، إلى أن للصلابة العقلية دوراً في تحديد النواحي النفسية وتحمل الضغوط التي تصاحب المنافسة، وأشارت إلى أن للسلوك التنافسي أثراً على الإنجاز الرياضي، وأشارت إلى ذلك دراسة كادون (Cowden, 2017)، ودراسة كيشرو (Kishore, 2017)، ودراسة (إبراهيم، 2015)، ودراسة (حسن، 2010)، ودراسة كريست وكلوف (Crust & Clough, 2005)؛ فهل هناك علاقة للصلابة العقلية التي تمتلكها اللاعبات في الألعاب الفردية والجماعية بالسلوك التنافسي في أثناء المسابقات والبطولات؟

#### ويمكن الإشارة إلى أهمية الدراسة في النقاط الآتية:

- 1 - البحث في أهمية الصلابة العقلية ومدى تأثيرها على السلوك التنافسي.
- 2 - استخلاص السمات المحددة لدرجة الصلابة العقلية وأبعادها لدى لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والجماعية (سلة، طائرة).
- 3 - معرفة السلوكيات الإيجابية المؤثرة في الإنجاز في أثناء المنافسات في بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والجماعية (سلة، طائرة).
- 4 - معرفة تأثير الصلابة العقلية على السلوك التنافسي من إجابات لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والجماعية (سلة، طائرة).

## تساؤلات الدراسة:

جاءت هذه الدراسة للإجابة عن التساؤلات الآتية:

- 1 - ما مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)؟
- 2 - ما مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الجماعية (سلة، طائره)؟
- 3 - هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية بين متوسط مستوى الصلابة ومتوسط السلوك التنافسي لدى اللاعبات يعزى لنوع اللعبة؟
- 4 - هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)؟
- 5 - هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائره)؟

## أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف ما يأتي:

- 1 - مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة).
- 2 - مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الجماعية (سلة، طائره).
- 3 - علاقة الصلابة العقلية بالسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) ولاعبات بعض الألعاب الجماعية (سلة، طائره).
- 4 - الفرق في مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى اللاعبات يعزى لنوع اللعبة (فردية، جماعية).

## محددات الدراسة:

الحد البشري: لاعبات المنتخبات الوطنية لكرة السلة والكرة الطائرة والسباحة والمبارزة.

الحد الزمني: 4 / 11 / 2019 – 4 / 12 / 2019 .

الحد المكاني: مدينة الحسين الرياضية .

### مصطلحات الدراسة:

**الصلابة العقلية:** « هي الحالة الطبيعية أو النفسية التي تجعل اللاعب قادراً على المواجهة بشكل أفضل من منافسيه بالعديد من متطلبات المنافسة وأساليب التدريب، وأن يكون على وجه الخصوص أكثر اتساقاً وأفضل من خصمه في السيطرة على الضغوط» (راضي وحسن، 2017).

**الصلابة العقلية:** «هي قدرة اللاعب على التركيز في الأداء والتصميم على الاستمرار في التنافس باستخدام المواهب والمهارات الخاصة بأعلى مستوى على الرغم من وجود الصعوبات والعواقب التي تدفع إلى الانسحاب» كيل (Kill, 2009).

**السلوك التنافسي:** «هو كل ما يصدر عن اللاعب من عمل حركي أو تفكير أو سلوك لغوي أو انفعالات أو مشاعر أو إدراك في أثناء المنافسة» (عمران، 2016).

**السلوك التنافسي:** «هو استجابة الفرد نحو موقف المنافسة الموضوعي تبعاً لإدراكه الذاتي لموقف المنافسة» (راتب، 1997).

### الدراسات السابقة:

أجرت جوردون (Gordon, 2004) دراسة هدفت إلى تطوير قائمة الصلابة العقلية لموهوبي الكريكت على عينة، بلغ قوامها (300) لاعب كريكت دولي من المشاركين في بطولة العالم للكريكت. صممت الباحثة قائمة للصلابة العقلية ضمت (50) عبارة ذات ميزان سباعي، وحددت ارتباط القائمة بمقياس المرونة لكويتو واختبار توجيه الحياة واختبار إستراتيجيات الأداء لتوماس وآخرين، وقائمة مهارات التحمل الرياضي لسميث وآخرين ومقياس الرغبة الاجتماعية لماكراي وكوستا. وكان من أهم النتائج وجود ارتباط دال إحصائياً بين عبارات قائمة الصلابة العقلية والمقاييس النفسية الأخرى، وكانت أكثر الارتباطات دلالة بكل من قائمة مهارات التحمل الرياضي واختبار إستراتيجيات الأداء.

وأجرى سيمون وآخرون (Simon C. Middleton & other, 2004) دراسة هدفت إلى تعرّف الصلابة العقلية للموهوبين رياضياً، ضمت عينة الدراسة (33) رياضياً

بين ذكور وإناث من رياضات مختلفة: ألعاب القوى، السباحة، الملاكمة، واستخدام الباحثون المنهج الوصفي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن أهم سمات الصلابة العقلية التي ترتبط بالإنجاز الرياضي، هي: الكفاءة الذاتية، والقدرة على مواجهة الفشل، والقدرة على الانتباه والتركيز، والدافعية، ومهارات التحمل.

قام كروست وكولوف (Crust & Clough, 2005) بدراسة هدفت إلى تعرّف العلاقة بين الصلابة العقلية والقدرة على التحمل، وأجريت على عينة مكونة من (41) طالباً جامعياً. استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة بين زمن التحمل ومستوى الصلابة العقلية.

وأجرى كريسي وجون (Creasy and John, 2005) دراسة هدفت إلى تحليل مكونات الصلابة النفسية في الرياضة. ضمت عينة الدراسة (80) لاعباً ولعبة من فرق الأنشطة الرياضية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وأشارت النتائج إلى تحديد مكونات الصلابة النفسية في: (الالتزام، التحكم، التحدي، واقعية الأهداف، الثقة بالنفس، الاتجاه نحو المنافسة والتفوق).

وقام حسن (2010) بدراسة هدفت إلى تعرّف الفروق في الصلابة العقلية بين لاعبي بعض الألعاب الرياضية المختلفة، وطبقت على عينة مكونة (582). اعتمد الباحث على المنهج الوصفي، واستخدم مقياس الصلابة العقلية لـ جيمس لوه، الذي ترجمه محمد العربي شمعون، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية (الثقة بالنفس، والطاقة السلبية، وتحكم الانتباه، وتحكم التصور البصري، ومستوى الدافعية، وتحكم الاتجاه) بين لاعبي الألعاب الرياضية المختلفة.

كما أجرى صالح وحسن (2012) دراسة هدفت إلى تعرّف السلوك التنافسي وعلاقته بالأداء المهاري والإنجاز للاعبين الكاراتيه الناشئين. ضمت عينة الدراسة (16) لاعباً ناشئاً في وزن (60) كغم، من المشاركين في بطولة العراق (2011). اعتمد الباحثان المنهج الوصفي، واستخدم مقياس السلوك التنافسي لـ دورثي هاريس، الذي عرّبه محمد حسن علاوي، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى السلوك التنافسي والإنجاز لدى لاعبي الكاراتيه الناشئين.

وقام عبد الغني ومحمد (2014) بدراسة هدفت إلى تعرّف الصلابة العقلية وعلاقتها بمفهوم الذات والضغوط النفسية لدى لاعبي كرة القدم. تكونت العينة من (120) لاعباً، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالاعتماد على مقياس الصلابة

العقلية لكلوف اريل وسيويل، ومقياس مفهوم الذات لوليام فتنس، ومقياس الضغوط النفسية للرياضيين لصبري عطية، وأشارت النتائج إلى أنه كلما ارتفع مستوى الصلابة العقلية لدى لاعبي كرة القدم ارتفع مستوى مفهوم الذات لديهم، أما مستوى إدراكهم للضغوط التي يتعرضون لها في التدريب والمنافسة؛ فإنه ينخفض.

وأجرى الفرطوسي (2014) دراسة هدفت إلى تعرّف السلوك التنافسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى لاعبي ألعاب القوى بالجامعة المستنصرية، وطبقت على عينة مكونة من (96) لاعب ألعاب قوى من جامعة المستنصرية. استخدم الباحث المنهج الوصفي واعتمد على مقياس السلوك التنافسي لـ دورثي هاريس، الذي عرّبه محمد حسن علاوي، ومقياس دافعية الإنجاز لـ محمد نعمة الشمري، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين دافعية الإنجاز والسلوك التنافسي.

وقام إبراهيم (2015) بدراسة هدفت إلى تعرّف تأثير تطوير بعض المهارات النفسية على الصلابة العقلية ودقة اللمسات لدى ناشئي المباراة على عينة مكونة من (10) لاعبي مباراة ناشئين من المنتخب المصري، استخدم الباحث المنهج التجريبي، ولجمع البيانات استخدمت اختبارات بدنية ومهارية لقياس دقة اللمسات، ومقياس للاختبارات النفسية، ومقياس الصلابة العقلية، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن لبرنامج التدريب العقلي دوراً في تنمية المهارات النفسية وتطوير أبعاد الصلابة العقلية ودقة اللمسات لدى لاعبي المباراة الناشئين.

وأجرى كمال (2015) دراسة هدفت إلى تعرّف السلوك التنافسي وعلاقته بفعالية الذات لدى لاعبي المباراة، وطبقت على عينة ضمت (14) لاعب مباراة تحت سن (20) مسجلين في الاتحاد المصري. استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقسم اللاعبون إلى مجموعتين، مجموعة (الإنجاز المرتفع) ومجموعة (الإنجاز المنخفض) من فاعلية الذات والسلوك التنافسي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين فاعلية الذات والسلوك التنافسي.

كما أجرت محمد وفؤاد (2016) دراسة هدفت إلى قياس تأثير تدريبات الصلابة العقلية على الاحتياجات النفسية الأساسية في الرياضة ومستوى الأداء للاعبات الكرة الطائرة، استخدمت الباحثان المنهج التجريبي، واشتملت عينة الدراسة على (18) لاعبة كرة طائرة، وكانت أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي للصلابة العقلية ومستوى الأداء المهاري لصالح المجموعة التجريبية.

كما أجرى الدسوقي وآخرون (2016) دراسة هدفت إلى تعرّف تأثير تدريبات الصلابة العقلية على مستوى أداء مهارة الضرب الساحق من المنطقة الأمامية لناشئي الكرة الطائرة. استخدم الباحثون المنهج التجريبي، واختيرت عينة قوامها (16) ناشئاً بالطريقة العمدية من ناشئي الكرة الطائرة تحت 17 سنة بمركز شباب إستاد المنصورة، وقسموا إلى مجموعتين متكافئتين، إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة، قوام كل منهما (8) ناشئين، وأظهر البرنامج التدريبي المقترح تأثيراً إيجابياً على المتغيرات المهارية ومتغيرات الصلابة العقلية قيد الدراسة، وأوصى الباحثون بضرورة وجود المعد النفسي داخل أجهزة تدريب الكرة الطائرة.

وقام الغريب وحاجي (2016) بدراسة هدفت إلى تعرّف الصلابة العقلية وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لطلاب قسم التربية البدنية في رياضة سلاح الشيش. ضمت عينة الدراسة (42) طالباً من قسم التربية البدنية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة طردية بين درجة الصلابة العقلية ومستوى الأداء في رياضة الشيش.

كما أجرى عمران (2016) دراسة هدفت إلى قياس المرونة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي لدى لاعبي منتخب جامعة المنيا، وطبقت على عينة مكونة من (170) لاعباً ولاعبة من منتخب جامعة المنيا المشاركين. استخدم الباحث المنهج الوصفي، بالاعتماد على مقياس المرونة النفسية ومقياس السلوك التنافسي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط بين المرونة النفسية والسلوك التنافسي.

وأجرى كيشرو (Kishore, 2017) دراسة هدفت إلى تعرّف الفروق في الصلابة النفسية بين لاعبي كرة القدم تبعاً لاختلاف مراكز لعبهم، وطبقت على عينة مكونة من (60) لاعب كرة قدم جامعياً، قسموا إلى ثلاث مجموعات (لاعبي الهجوم، ولاعبي الوسط، ولاعبي الدفاع). استخدم الباحث المنهج الوصفي، بالاعتماد على مقياس الصلابة النفسية (Arun Kumar Singh's Psychological hardiness scale)، وأشارت نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة العقلية بين لاعبي كرة القدم تبعاً لمتغير مركز اللعب.

وأجرى كادون (Cowden, 2017) دراسة هدفت إلى تعرّف مستوى الصلابة العقلية للوعي الذاتي للاعبي التنس. تكونت عينة الدراسة من (175) لاعباً و(158) لاعبة. استخدم الباحث المنهج الوصفي، بالاعتماد على مقياس الصلابة العقلية ومقياس

الاستجابة الذاتية، ومقياس الوعي الذاتي، وأشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الصلابة العقلية والوعي الذاتي للاعبين التنافسيين.

#### **واستفاد الباحثان من الدراسات السابقة فيما يأتي:**

- 1 - تعرف منهجية الدراسات السابقة وإجراءاتها.
- 2 - امتلاك القدرة على تحديد أهم المجالات التي يمكن أن يتضمنها مقياس الصلابة العقلية.
- 3 - اختيار التحليل الإحصائي الذي يتوافق مع هدف الدراسة.
- 4 - الاطلاع على نتائج الدراسات السابقة وتفسيرها، أسهم في مساعدة الباحثين على تفسير نتائج الدراسة ومناقشتها واستخلاص توصياتها.

#### **ما يميز هذه الدراسة عن الدراسات السابقة:**

- 1 - عدم كثرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى اللاعبات في الألعاب الجماعية والفردية وكذلك الفرق بينهما.
- 2 - الجمع بين الألعاب الفردية والجماعية وتحديد الفرق بين ما يميز خصائص كل منهما.
- 3 - التركيز على لاعبات المنتخبات الوطنية.

#### **إجراءات الدراسة:**

**منهج الدراسة:** استخدم المنهج الوصفي التحليلي لملاءمته طبيعة الدراسة.

**مجتمع الدراسة:** ضمّ مجتمع الدراسة لاعبات المنتخبات الوطنية في الأردن، البالغ عددهن ( 180 ) لاعبة بحسب سجلات اللجنة الأولمبية الأردنية لعام (2019).

**عينة الدراسة:** ضمت عينة الدراسة لاعبات المنتخب الأردني للسباحة، ولاعبات المنتخب الأردني للمبارزة، ولاعبات المنتخب الأردني للكرة الطائرة، ولاعبات المنتخب الأردني لكرة السلة، وبلغ عددهن (48) لاعبة اخترن بالطريقة العشوائية من ضمن لاعبات المنتخبات، وجدول (1) يوضح توصيف عينة الدراسة.

## جدول (1)

وصف عينة الدراسة

عدد اللاعبين	الألعاب	نوع اللعبة
12	سباحة	فردى
12	مبارزة	فردى
12	سلة	جماعى
12	طائرة	جماعى

## فحص التوزيع الطبيعي لاستجابات أفراد عينة الدراسة؛

قبل البدء بفحص فروض الدراسة والإجابة عن أسئلتها قام الباحثان بالتحقق من التوزيع الطبيعي لاستجابات أفراد عينة الدراسة؛ وذلك بسبب صغر العينة للألعاب الفردية التي بلغت (24) لاعبة، من خلال حساب قيمة معامل الالتواء والتقلطح لاستجابات أفراد العينة، وهو ما يوضحه جدول (2).

## جدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء والتقلطح لمقاييس الدراسة في الألعاب الفردية ن=24

معامل التقلطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
2.73	0	2.48	3.68	مقياس الصلابة العقلية
2.87	0	2.60	3.72	مقياس السلوك التنافسي

من خلال الاطلاع على جدول (2) يتبين أن منحني التوزيع التكراري متماثل؛ إذ بلغت قيمة معامل الالتواء لكلا المقياسين (0)، كما يتبين أن منحني التوزيع معتل؛ إذ بلغت قيمة معامل التقلطح للمقياس الأول (مقياس الصلابة العقلية) (2.73)، وللمقياس الثاني (مقياس السلوك التنافسي) (2.87)، وكلتا القيمتين أقل من (3)؛ وهي تعدّ القيمة المثلى للتوزيع الطبيعي.

جدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء والتفطح لمقاييس الدراسة في الألعاب الجماعية ن=24

معامل التفطح	معامل الالتواء	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
2.66	0.05	2.60	3.83	مقياس الصلابة العقلية
2.59	0.05	2.88	3.78	مقياس السلوك التنافسي

من خلال الاطلاع على جدول (3) يتبين أن منحني التوزيع التكراري متماثل؛ إذ بلغت قيمة معامل الالتواء لكلا المقياسين (0.05)، كما يتبين أن منحني التوزيع معتل؛ إذ بلغت قيمة معامل التفطح للمقياس الأول (مقياس الصلابة العقلية) (2.66)، وللمقياس الثاني (مقياس السلوك التنافسي) (2.59)، وكلتا القيمتين أقل من (3)؛ وهي تعد القيمة المثلى للتوزيع الطبيعي.

**إجراءات تنفيذ الدراسة:**

- أخذ الباحثان كتاب تسهيل مهام من كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية موجهة إلى الاتحادات الأردنية لتسهيل إجراء الدراسة على أفراد العينة، مبيناً أن المعلومات لأغراض البحث العلمي فقط.

- نسّق الباحثان مع مدربي المنتخبات الوطنية للكرة الطائرة وكرة السلة والسباحة والمبارزة، وأخذوا موافقتهم على إجراء الدراسة على اللاعبات المنتظمات بالتدريب والمشاركات في البطولات المحلية والعربية والعالمية.

- عقد اجتماع مع اللاعبات وتعريفهن بأهمية الدراسة وأهدافها، وتأكيد أن الإجابات ستعامل بسرية تامة.

- الإجابة وفق مقياس الصلابة العقلية ومقياس السلوك التنافسي، تحت إشراف الباحثين.

- جمع المقياسين وتفرغ البيانات ومعالجتها باستخدام برنامج المعالجة الإحصائية (Spss) للإجابة عن تساؤلات الدراسة.

## أدوات الدراسة:

من أجل جمع البيانات اللازمة لإجراء الدراسة حصل الباحثان على مقياسي الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لكل من جيمس لوهر (James Loehr) و دورثي هاريس (Harris) اللذين عربيهما شمعون (2001) وحسن علاوي (1998) على التوالي، لتطبيقهما على أفراد عينة الدراسة والإجابة عن تساؤلاتها، وفيما يلي شرح مفصل عن كلا المقياسين؛ من حيث الأبعاد وسلم الاستجابة والدرجات والمعاملات العلمية.

### مقياس الصلابة العقلية:

طبق الباحثان اختبار قائمة الأداء النفسي لتحديد الصلابة العقلية Psychological Performance Inventory لجيمس لوهر (James Loehr)، وذلك بعد إعداده وتعريبه من قبل شمعون (2001)، وهو يشتمل على (7) محددات نفسية، وهي:

1 - الثقة بالنفس (8، 22، 29، 36)، وكلها عبارات إيجابية. وهناك عبارتان سلبيتان، هما (1، 15) .

2 - الطاقة السلبية والعبارات السلبية، وعباراتها: (2، 9، 16، 23، 30) والعبارة (37) هي عبارة إيجابية.

3 - التحكم في الانتباه والعبارات السلبية هي: (3، 24، 31، 38)، وهناك عبارتان إيجابيتان، هما: (10، 17).

4 - تحكم التصور البصري والعبارات الإيجابية، هي: (4، 11، 18، 25، 32، 39).

5 - مستوى الدافعية والعبارات الإيجابية، هي: (5، 12، 19، 26، 40) والعبارة (33) هي عبارة سلبية.

6 - الطاقة الإيجابية والعبارات الإيجابية، هي: (6، 13، 20، 27، 34، 41).

7 - التحكم في الاتجاه والعبارات الإيجابية، هي: (7، 21، 28، 35، 42) والعبارة (14) هي عبارة سلبية.

ويتضمن الاختبار (42) عبارة، وكل محدد من المحددات السبعة السابق توضيحها يمثلها (6) عبارات، وتقوم اللاعبات بالإجابة عن عبارات المقياس الخماسي الدرجات.

### سلم الاستجابة على مقياس الصلابة العقلية:

استخدم سلم ليكرت الخماسي للإجابة عن فقرات المقياس: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (درجتان)، أبداً (درجة واحدة)، تم تحديد ثلاثة مستويات للحكم على مستويات الصلابة العقلية: (1-2.33: مستوى منخفض، 2.34-3.67: مستوى متوسط، 3.68-5: مستوى مرتفع).

### المعاملات العلمية لمقياس الصلابة العقلية:

#### أولاً- صدق الأداة:

عرض المقياس على (6) محكمين - على نحو ما هو موضح بملحق (1)- من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وتدريب الألعاب الفردية والجماعية، لتحكيم بنوده؛ إذا ما كانت مفهومة وواضحة في صياغتها ومعانيها، وهل أعدت بشكل جيد، وإذا ما كانت أجزاءه واضحة وتتناسب مع لاعبات المنتخب؛ ومن ثم أجريت التعديلات اللازمة في صياغة الفقرات وفق ملاحظات المحكمين، وقام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس بأخذ عينة عشوائية من خارج العينة الرئيسة بلغت (24) لاعبة، وذلك بوساطة حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والمجموع الكلي للعبارات، وأوضحت النتائج أن معامل الاتساق لجميع أبعاد المقياس مناسبة.

جدول (4)

معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس الصلابة العقلية

معامل الارتباط	الأبعاد	مقياس الصلابة العقلية
**0.528	الثقة بالنفس	
*0.407	الطاقة السلبية	
*0.402	تحكم الانتباه	
**0.468	تحكم التصور البصري	
**0.532	مستوى الدافعية	
**0.667	الطاقة الإيجابية	
**0.678	تحكم الاتجاه	

من خلال الاطلاع على جدول (4) نجد أن قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس الدراسة مع الدرجة الكلية قد راوحت بين (0.402 و 0.678) وهي قيم دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.1$ )، باستثناء كل من الطاقة السلبية وتحكم الانتباه؛ إذ كانت دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.5$ )، وبالمجمل فإن معاملات الارتباط جميعها تدل على صدق مقبول لمثل هذا النوع من الدراسات.

## ثانياً- ثبات الأداة:

جدول (5)

نتائج الثبات لأبعاد مقياس الصلابة العقلية بأسلوب الاتساق الداخلي لكرونباخ ألفا

معامل الثبات	الأبعاد	مقياس الصلابة العقلية
0.63	الثقة بالنفس	
0.71	الطاقة السلبية	
0.74	تحكم الانتباه	
0.62	تحكم التصور البصري	
0.76	مستوى الدافعية	
0.77	الطاقة الإيجابية	
0.79	تحكم الاتجاه	

من خلال الاطلاع على جدول (5) نجد أن قيم معاملات الثبات قد راوحت بين (0.62 و 0.79)، وهي قيم دالة، وتعد هذه القيم مقبولة ومناسبة لأغراض إجراء هذا الدراسة؛ إذ إن الحد الأدنى الذي تقبل فيه قيم ثبات هذا النوع هي (0.60)، وإن الحد الأعلى الذي يمكن أن تصله هي الواحد الصحيح.

## مقياس السلوك التنافسي:

قام دورثي هاريس (Harris) ببناء مقياس السلوك التنافسي لمحاولة تعرّف السلوك التنافسي للاعبين، الذي يحتاج إلى الرعاية والتوجيه والتدريب على المهارات النفسية، ويتضمن المقياس في صورته الأولى (50) عبارة، وقام محمد حسن علاوي (1998) بتعريب المقياس واختصاره إلى (20) عبارة يجيب منها اللاعبون ببدائل الإجابة: (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبداً)، ويتضمن المقياس (9) عبارات إيجابية، وأرقامها: (2/ 3/6 / 8/10/11/12/13/17/ 3/6 / 2)، وعند تصحيح هذه العبارات تمنح درجاتها

على النحو الآتي: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (درجتين)، أبداً (درجة واحدة)، كما يتضمن المقياس 11 عبارة في اتجاه السلوك التنافسي السلبي، وأرقامها: (1/4/5/7/9/14/15/16/18/19/20). وعند تصحيح هذه العبارات تمنح درجاتها على النحو الآتي: دائماً (درجة واحدة)، غالباً (درجتين)، أحياناً (3) درجات، نادراً (4) درجات، أبداً (5) درجات. وتبلغ أعلى درجة للمقياس (60) درجة، وأقل درجة (20) درجة، وتبلغ درجة الحياد (40) درجة.

#### سلم الاستجابة على مقياس السلوك التنافسي:

استخدم سلم ليكرت الخماسي للإجابة عن فقرات المقياس: دائماً (5) درجات، غالباً (4) درجات، أحياناً (3) درجات، نادراً (درجتان)، أبداً (درجة واحدة)، وحددت ثلاثة مستويات للحكم على مستويات السلوك التنافسي: (1-2.33) مستوى منخفض، (2.34-3.67) مستوى متوسط، (3.68-5) مستوى مرتفع.

#### المعاملات العلمية لمقياس السلوك التنافسي:

##### أولاً- صدق الأداة:

عرض المقياس على (6) محكمين - على نحو ما هو موضح في ملحق رقم (1)- من أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وتدريب الألعاب الفردية والجماعية، لتحكيم بنوده؛ إذا ما كانت مفهومة وواضحة في صياغتها ومعانيها، وهل أعدت بشكل جيد، وإذا ما كانت أجزاءه واضحة وتتناسب مع لاعبات المنتخب؛ ومن ثم أجريت التعديلات اللازمة في صياغة الفقرات وفق ملاحظات المحكمين، وقام الباحثان بحساب الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس بأخذ عينة عشوائية من خارج العينة الرئيسية بلغت (24) لاعبة، وذلك بوساطة حساب معامل الارتباط بين درجة كل بعد والمجموع الكلي للعبارات، وأوضحت النتائج أن معامل الاتساق لجميع أبعاد المقياس مناسبة.

جدول (6)

معاملات ارتباط بيرسون لأبعاد مقياس الصلابة العقلية ومقياس السلوك التنافسي

المقياس	الأبعاد	معامل الارتباط
مقياس السلوك التنافسي	السلوك التنافسي	0.557**

من خلال الاطلاع على جدول (6) نجد أن قيمة معامل الارتباط لأبعاد مقياس الدراسة مع الدرجة الكلية قد بلغ (0.557)، وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.1$ )، وبالمجمل فإن معامل الارتباط يدل على صدق مقبول لمثل هذا النوع من الدراسات.

### ثانياً- ثبات الأداة:

جدول (7)

نتائج الثبات لمقياس السلوك التنافسي بأسلوب الاتساق الداخلي لكرونياخ ألفا

معامل الثبات	الأبعاد	المقياس
0.72	السلوك التنافسي	مقياس السلوك التنافسي

من خلال الاطلاع على جدول (7) نجد أن قيمة معامل الثبات لمقياس السلوك التنافسي قد بلغت (0.72)، وتبين أن المقياس يتمتع بقيمة ثبات مرتفعة، وتعد هذه القيمة مقبولة ومناسبة لأغراض إجراء هذا الدراسة؛ إذ إن الحد الأدنى الذي تقبل فيه قيم ثبات هذا النوع هي (0.60)، وأن الحد الأعلى الذي يمكن أن تصله هي الواحد الصحيح.

### متغيرات الدراسة:

#### المتغير المستقل:

- الصلابة العقلية.

#### المتغير التابع:

- السلوك التنافسي.

### المعالجة الإحصائية:

استخدم برنامج الحزم الإحصائية (SPSS) لاستخراج:

- المتوسطات الحسابية (Mean)، والانحرافات المعيارية (Standard deviations)، والنسب المئوية (Percentages).

- معامل الارتباط بيرسون (Pearson).

- اختبار (ت) (Independent t-Test) للعينات المستقلة.

- معامل الالتواء والتلفطح.

## عرض نتائج الدراسة ومناقشتها:

### أولاً- عرض نتائج الدراسة:

التساؤل الأول، ونصه: ما مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)؟

للإجابة عن هذا التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية، وجدول (8) يبين ذلك.

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لأبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) ن=24

المستوى	ترتيب الأهمية	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأبعاد	
مرتفع	4	%75.8	2.47	3.79	الثقة بالنفس	مقياس الصلابة العقلية
مرتفع	5	%75.2	1.80	3.76	الطاقة السلبية	
متوسط	7	%60.2	1.40	3.01	تحكم الانتباه	
مرتفع	2	%82	2.22	4.10	تحكم التصور البصري	
مرتفع	1	%83.2	1.56	4.16	مستوى الدافعية	
مرتفع	3	%77.8	2.16	3.89	الطاقة الإيجابية	
متوسط	6	%64.2	2.13	3.21	تحكم الاتجاه	
مرتفع		%73.8	2.48	3.68	المقياس الكلي للصلابة العقلية	
مرتفع		%74.4	2.60	3.72	السلوك التنافسي	مقياس السلوك التنافسي

من خلال الاطلاع على جدول (8) نجد أن أبعاد مقياس الصلابة العقلية لدى لاعبات الألعاب الفردية على النحو الآتي: حقق بعد كل من تحكم الانتباه وتحكم الاتجاه مستوى متوسطاً بمتوسط حسابي بلغ على التوالي: (3.01، 3.21)، وأهمية نسبية بلغت على التوالي: (60.2%، 64.2%)، وحقق بعد كل من الثقة بالنفس والطاقة السلبية وتحكم التصور البصري ومستوى الدافعية والطاقة الإيجابية مستوى

مرتفعاً بمتوسط حسابي، بلغ على التوالي: (3.79، 3.76، 4.10، 4.16، 3.89)، وأهمية نسبية بلغت على التوالي: (75.8%، 75.2%، 82%، 83.2%، 77.8%)، وكان المتوسط الحسابي للمقياس الكلي للصلابة العقلية (3.68) وبأهمية نسبية بلغت (73.8%) وبمستوى مرتفع، كما بلغ المتوسط الحسابي لمقياس السلوك التنافسي (3.72)، وبأهمية نسبية (74.4%)، وبمستوى مرتفع، وتعبّر النسبة المئوية عن الأهمية النسبية لكل بعد من أبعاد الصلابة العقلية.

### التساؤل الثاني، ونصه: ما مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الجماعية (سلة، طائرة)؟

للإجابة عن هذا التساؤل استخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية، وجدول (9) يبين ذلك.

جدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأهمية النسبية لأبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات بعض الألعاب الجماعية (سلة، طائرة) ن=24

المستوى	ترتيب الأهمية	الأهمية النسبية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأبعاد	
مرتفع	5	74.4%	2.59	3.72	الثقة بالنفس	مقياس الصلابة العقلية
مرتفع	4	78%	2.89	3.90	الطاقة السلبية	
متوسط	7	61.70%	1.47	3.08	تحكم الانتباه	
مرتفع	2	86.10%	2.33	4.30	تحكم التصور البصري	
مرتفع	1	87.30%	1.63	4.36	مستوى الدافعية	
مرتفع	3	81.60%	2.26	4.08	الطاقة الإيجابية	
متوسط	6	67.40%	2.23	3.37	تحكم الاتجاه	
مرتفع		76.6%	2.60	3.83	المقياس الكلي للصلابة العقلية	
مرتفع		75.5%	2.88	3.78	السلوك التنافسي	مقياس السلوك التنافسي

من خلال الاطلاع على جدول (9) نجد أن أبعاد مقياس الصلابة العقلية لدى لاعبات الألعاب الجماعية كان على النحو الآتي: حقق بعد كل من تحكم الانتباه وتحكم الاتجاه مستوى متوسطاً بمتوسط حسابي، بلغ على التوالي: (3.37، 3.08) وأهمية نسبية، بلغت على التوالي: (61.70%، 67.40%)، وحقق بعد كل من الثقة بالنفس الطاقة السلبية وتحكم التصور البصري ومستوى الدافعية والطاقة الإيجابية مستوى مرتفعاً، بمتوسط حسابي بلغ على التوالي: (3.72، 3.90، 4.30، 4.36، 4.08) وأهمية نسبية بلغت على التوالي (74.4%، 78%، 86.10%، 87.30%، 81.60%)، وكان المتوسط الحسابي للمقياس الكلي للصلابة العقلية (3.83) وبأهمية نسبية، بلغت (76.6%) بمستوى مرتفع، كما بلغ المتوسط الحسابي لمقياس السلوك التنافسي (3.78) وبأهمية نسبية بلغت (75.50%) وبمستوى مرتفع، وتعتبر النسبة المئوية عن الأهمية النسبية لكل بعد من أبعاد الصلابة العقلية.

**التساؤل الثالث، ونصه: هل يوجد فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط أبعاد الصلابة العقلية ومتوسط السلوك التنافسي لدى اللاعبات يعزى لنوع اللعبة؟**

من خلال الاطلاع على نتائج جدول (10) نجد أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط أبعاد الصلابة العقلية لدى اللاعبات يعزى لنوع اللعبة؛ إذ بلغت قيمة (T) المحسوبة للدرجة الكلية لمقياس الصلابة العقلية (0.086) وبمستوى دلالة بلغ (0.36)، كما بلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء الثقة بالنفس (0.105) وبمستوى دلالة بلغ (0.749)، وبلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء الطاقة السلبية (0.49) وبمستوى دلالة بلغ (0.827)، وبلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء تحكم الانتباه (2.22) وبمستوى دلالة بلغ (0.15)، وبلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء تحكم التصور البصري (0.008) وبمستوى دلالة بلغ (0.92)، وبلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء مستوى الدافعية (0.265) وبمستوى دلالة بلغ (0.61)، وبلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء الطاقة الإيجابية (0.65) وبمستوى دلالة بلغ (0.46)، وبلغت قيمة (T) المحسوبة لبعء تحكم الاتجاه (0.22) وبمستوى دلالة بلغ (0.64)، كما أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ) بين متوسط السلوك التنافسي لدى اللاعبات يعزى لنوع اللعبة؛ إذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (0.20) وبمستوى دلالة (0.71).

## جدول (10)

اختبار (T) لأبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي للفروق بين مجموعتي الألعاب (فردية - جماعية)

النتيجة	SIG	قيمة (T)	المتوسط	العدد	نوع اللعبة	المجال
غير دال	0.749	0.105	3.79	24	فردية	الثقة بالنفس
			3.72	24	جماعية	
غير دال	0.827	0.49	3.76	24	فردية	الطاقة السلبية
			3.90	24	جماعية	
غير دال	0.15	2.22	3.01	24	فردية	تحكم الانتباه
			3.08	24	جماعية	
غير دال	0.92	0.008	4.10	24	فردية	تحكم التصور البصري
			4.30	24	جماعية	
غير دال	0.61	0.265	4.16	24	فردية	مستوى الدافعية
			4.36	24	جماعية	
غير دال	0.46	0.65	3.89	24	فردية	الطاقة الإيجابية
			4.08	24	جماعية	
غير دال	0.64	0.22	3.21	24	فردية	تحكم الاتجاه
			3.37	24	جماعية	
غير دال	0.36	0.86	3.65	24	فردية	الكلي للصلابة العقلية
			3.78	24	جماعية	
غير دال	0.71	0.20	3.72	24	فردية	الكلي للسلوك التنافسي
			3.78	24	جماعية	

**التساؤل الرابع، ونصه: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)؟**

جدول (11)

نتائج معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)  $n=24$

العلاقات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس-السلوك التنافسي	*0.432	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
الطاقة السلبية-السلوك التنافسي	*0.422	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
تحكم الانتباه-السلوك التنافسي	*0.412	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
تحكم التصور-السلوك التنافسي	*0.440	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
مستوى الدافعية-السلوك التنافسي	*0.428	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
الطاقة الإيجابية-السلوك التنافسي	*0.437	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
تحكم الاتجاه-السلوك التنافسي	*0.448	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
المقياس الكلي-السلوك التنافسي	*0.431	دال عند ( $\alpha=0.05$ )

من خلال الاطلاع على جدول (11) نجد أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)، وبمعامل ارتباط بلغ على التوالي: (0.432، 0.422، 0.412، 0.440، 0.428، 0.437، 0.448، 0.431)، وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ).

**التساؤل الخامس، ونصه: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة)؟**

جدول (12)

نتائج معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة) ن=24

العلاقات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الثقة بالنفس-السلوك التنافسي	*0.460	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
الطاقة السلبية-السلوك التنافسي	**0.620	دال عند ( $\alpha=0.01$ )
تحكم الانتباه-السلوك التنافسي	*0.465	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
تحكم التصور-السلوك التنافسي	*0.430	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
مستوى الدافعية-السلوك التنافسي	*0.458	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
الطاقة الإيجابية-السلوك التنافسي	*0.433	دال عند ( $\alpha=0.05$ )
تحكم الاتجاه-السلوك التنافسي	**0.589	دال عند ( $\alpha=0.01$ )
المقياس الكلي-السلوك التنافسي	*0.494	دال عند ( $\alpha=0.05$ )

من خلال الاطلاع على جدول (12) نجد أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة)، في حين أن كلاً من بعد الثقة بالنفس، وبعد تحكم الانتباه، وبعد تحكم التصور، وبعد مستوى الدافعية، وبعد الطاقة الإيجابية، جاءت دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ )؛ إذ بلغت قيمة معامل الارتباط لها على التوالي: (0.460، 0.465، 0.430، 0.433، 0.458، 0.430)، كما نلاحظ أن بعد كل من الطاقة السلبية وتحكم الاتجاه دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ )؛ إذ بلغت قيمة معامل الارتباط لهما على التوالي: (0.620، 0.589) وهما قيمتان مرتفعتان، وبلغت قيمة معامل الارتباط للمقياس ككل (0.494) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.05$ ).

## ثانياً- مناقشة النتائج:

### أولاً- مناقشة تساؤلي الدراسة الأول والثاني:

يبين جدول (8) وكذلك جدول (9) أبعاد مقياس الصلابة العقلية، التي جاءت

بمستوى مرتفع لكل من لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)، وللاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة).

ويعزو الباحثان ارتفاع مستوى أبعاد الصلابة العقلية إلى أن أفراد عينة الدراسة هن لاعبات منتخبات وطنية؛ ومن ثم يمتلكن القدرة على التحكم بطاقتهن النفسية والتخلص من الأفكار السلبية والتأكيد على العناصر الإيجابية، وكذلك يمتلكن قدرات بدنية ومهارية ونفسية تمكنهن من الاستجابة بطريقة مناسبة في أثناء الضغوط التي تصاحب المنافسة من حيث عدم التوتر والاسترخاء والقدرة على التنظيم الانفعالي باستخدام التفكير الصحيح والطاقة الإيجابية وسرعة التخلص من شرود الذهن.

وهذا ما أشار إليه سيلارز (Sellars, 1997) من أن الثقة بالنفس من السمات النفسية التي يمكن تمييزها من خلال التدريب عن طريق وضع أهداف للاعبين يعملون على تحقيقها، وأكد شمعون (2001) أن على اللاعب المواجهة والتعامل مع جميع أنواع الضغوط البدنية والعقلية والانفعالية حتى يصبح أكثر تفاعلاً في المنافسة؛ الأمر الذي ينعكس بالإيجابية على الإنجاز، وهذا ما يعرف بالصلابة العقلية، والنتيجة ارتفاع الصلابة العقلية الكلية للاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) وللاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة) تنفق مع ما أشارت إليه نتائج دراسة كريست وكلوف (Crust & Clough, 2005) ودراسة حسن (2010)، ودراسة ومهربرفار وسلطاني (2013)، ودراسة إبراهيم (2015)، ودراسة كمال (2015)، ودراسة كادون (Cowden, 2017)، ودراسة كيشرو (Kishore, 2017)، من أن الصلابة العقلية يكون مستواها مرتفعاً لدى الرياضيين على مستوى المنتخبات.

كما يتضح من جدول (8) وجدول (9) أن المتوسط الحسابي لمقياس السلوك التنافسي جاء بمستوى مرتفع لكل من لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة)، وللاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة). ويعزو الباحثان ارتفاع مستوى السلوك التنافسي إلى رغبة اللاعبات بالتفوق والإنجاز والحصول على مراكز متقدمة في المنافسات على المستويين المحلي والدولي؛ ومن ثم يمتلكن القدرة على التنافس وتحمل المسؤولية ويوجهن أهدافهن إلى تحقيق مستوى مرتفع من الإنجاز في أثناء المنافسة، وهذا يأتي من خلال التدريب الطويل والمستمر والخبرة نتيجة الاشتراك في العديد من المنافسات المحلية والدولية، ونظراً لأن اللاعبات على مستوى المنتخبات الوطنية فإن أهمية المنافسات وقيمتها تزداد لديهن؛ الأمر الذي يدفعهن إلى الظهور بأعلى مستوى من السلوك التنافسي، وهذه النتيجة اتفقت مع دراسة

صالح وحسن (2012)، ودراسة الفرطوسي (2014)، ودراسة عمران (2016)، من أن لاعبي المستويات العليا يمتلكون قدرات تنافسية عالية من أجل تحقيق الفوز في المنافسات، ويمتلكون قدرة عالية على تأدية المهام خلال المنافسة بشكل جيد .

### ثانياً- مناقشة تساؤل الدراسة الثالث:

يبين جدول (10) نتائج اختبار (ت) لدلالة الفروق بين لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) وللاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة)، وقد أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $(\alpha=0.05)$  في أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي، ويعزو الباحثان ذلك إلى امتلاك لاعبات المنتخب الوطني في الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والألعاب الجماعية (سلة، طائرة) مستوى مرتفعاً من الصلابة العقلية والسلوك التنافسي، وذلك يرجع لخبرتهن في مجال الاشتراك في المنافسات، سواء مع الأندية التي يمثلنها على صعيد المنافسات المحلية أو على صعيد المنتخب الوطني، كما يخضعن لبرامج تدريبية مقننة تناسب مستوياتهن العليا، ويعتبرن التدريب والمنافسات عنصراً مهماً وأساسياً لتحقيق مستويات متقدمة على المستويين المحلي والدولي؛ مما يحرك دافع الإنجاز لديهن؛ ومن ثم يسهم هذا في الارتقاء بمستوياتهن الرياضية ويدفعهن إلى المثابرة لتحقيق أهدافهن وتحقيق الفوز؛ مما مكهن من اكتساب قدر مرتفع من الصلابة العقلية والسلوك التنافسي بقدر متقارب بين الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والجماعية (سلة، طائرة)، وأن التقارب في مستوى الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات المستويات العليا تتفق مع ما أشارت إليه كل من دراسة حسن (2010)، ودراسة عمران (2016).

### ثالثاً- مناقشة تساؤلي الدراسة الرابع والخامس:

يبين جدول (11) و جدول (12) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $(\alpha=0.05)$  بين أبعاد الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى لاعبات الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) وللاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة)، ويعزو الباحثان النتيجة إلى أن معظم المنافسات التي تشارك فيها لاعبات المنتخب الوطني في الألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) والجماعية (سلة، طائرة) - تتميز بأهميتها وأهمية ما يترتب عليها من نتائج؛ ما يدفع لاعبات المنتخب الوطني- سواء بالألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) أو الجماعية (سلة، طائرة) - إلى الظهور بأعلى مستوى بدني ونفسي والقدرة على التحكم بالانفعالات في أثناء المنافسات، وذلك يدل على ارتفاع الصلابة

العقلية المتمثلة في الثقة بالنفس والقدرة على التعبئة بطاقة إيجابية ومستوى عالٍ من الإنجاز، وعدم تشتيت التركيز في أثناء المواقف الصعبة في المنافسة، وهذا يتفق مع ما أشارت إليه دراسة صالح وحسن (2012)، ودراسة الفرطوسي (2014)، ودراسة كمال (2015)، ودراسة عمران (2016)، من ارتباط السلوك التنافسي العالي بقدرات نفسية وعقلية إيجابية.

### **الاستنتاجات والتوصيات:**

#### **أولاً- الاستنتاجات:**

في ضوء ما سبق استنتج الباحثان أن:

- 1 - لاعبات المنتخب الوطني للألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) ولاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة) يتمتعن بمستوى مرتفع من الصلابة العقلية.
- 2 - لاعبات المنتخب الوطني للألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) ولاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة) يتمتعن بسلوك تنافسي مرتفع.
- 3 - لاعبات المنتخب الوطني للألعاب الفردية (سباحة، مبارزة) ولاعبات الألعاب الجماعية (سلة، طائرة) اللاتي يتمتعن بمستوى مرتفع من الصلابة العقلية يظهرن سلوكاً تنافسياً مرتفعاً خلال المنافسات.

#### **ثانياً- التوصيات:**

في ضوء الاستنتاجات السابقة يوصي الباحثان بما يأتي:

- 1 - الاهتمام بالجانب النفسي وتميئته، سواء خلال الوحدات التدريبية أو المنافسات، وبخاصة الصلابة العقلية؛ لما لها من أثر إيجابي على سلوك اللاعبات في أثناء المنافسات.
- 2 - استخدام تدريبات التصور العقلي والتدريبات النفسية، التي ترفع مستوى الصلابة العقلية، وإعطائها الأهمية داخل خطط التدريب.
- 3 - إجراء مزيد من الدراسات على مستويات أقل من مستوى المنتخب الوطني.

**المراجع:**

- إبراهيم، محمد. (2015). تطوير بعض المهارات النفسية على مهارات الصلابة الذهنية ودقة لاعبي المبارزة المبتدئين، *مجلة بحوث التربية الرياضية جامعة الزقازيق (ذكور)*، 52 (42)، 139-162.
- البياتي، علي يوسف حسن. (2016). *دراسات متقدمة في علم النفس*. عمان: دار دجلة للنشر والتوزيع، عمان، 210-222.
- حسن، وليد. (2010). *الاختلافات في المتانة الذهنية بين اللاعبين في بعض الأنشطة الرياضية المختلفة*، المؤتمر الدولي الثالث عشر (التربية البدنية والرياضة)، (1)، القاهرة: 509-547.
- الدوسكي، خالد؛ المرزوقي، محمد؛ أحمد، منصور؛ محمد، قنديل. (2016). تأثير تدريبات الصلابة الذهنية على مستوى أداء لاعبي كرة القدم للمبتدئين، *المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية*، 26(1)، 240-276.
- راتب، أسامة. (1997). *الإعداد النفسي لتدريب الناشئين*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- راتب، أسامة. (2001). *تدريب المهارات النفسية- تطبيقات في المجال الرياضي*، ط2، القاهرة: دار الفكر العربي.
- راضي، عماد طعمة؛ سكيبة، شاكر. (2017). *علم النفس في التربية البدنية وعلوم الرياضة*، عمان: دار دجلة للنشر.
- شمعون، محمد. (2001). *التدريب العقلي في المجال الرياضي*. (ط2)، القاهرة: دار المعارف.
- شمعون، محمد. (2007). *المتانة الذهنية والإنجازات الرياضية، المؤتمر العلمي السنوي لعلم النفس*. كلية التربية للذكور جامعة حلوان: مصر.
- صالح، أحمد؛ حسن، محمد. (2012). *السلوك التنافسي وعلاقته بأداء وإنجاز مهارات اللاعبين المبتدئين في الكراتيه*، *مجلة علوم التربية*، 5(1)، العراق: 199-224.
- عدس، عبد الرحمن؛ القطامي، نايف. (2000). *مبادئ علم النفس*، عمان: دار الفكر للنشر والتوزيع.
- عبد الغني، مختار أمين؛ محمد، عمرو؛ أحمد، فؤاد. (2014). *الصلابة الذهنية وعلاقتها بمفهوم الضغط النفسي لدى لاعبي كرة القدم*، *مجلة أسبوط لعلوم التربية البدنية والفنون*، 2(38)، 122-149.

- علاوي، محمد حسن. (1998). *الاختبارات النفسية للرياضيين*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- علاوي، محمد حسن. (2002). *علم النفس: التدريب والمنافسة الرياضية*. مصر: دار الفكر العربي، 77-86.
- عمران، سامي. (2016). المرونة النفسية وعلاقتها بالسلوك التنافسي للاعبين أندية كرة القدم، *جامعة مينا، مجلة أسيوط لعلوم الرياضة والفنون، 1 (42)*، 279-309.
- الغريب، حجي. (2016). الصلابة الذهنية وعلاقتها بمستوى تعلم مهارات المباراة لدى طلاب قسم التربية البدنية، *المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، 77 (2)*، 106-126.
- القرطوسي، عبده علي. (2014). السلوك التنافسي وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي الألعاب القوى بالجامعة المستنصرية، *مجلة القادسية لعلوم التربية والرياضة، 14 (2)*، 79-90.
- كمال، محمد. (2015). السلوك التنافسي وعلاقته بالكفاءة الذاتية بين لاعبي المباراة، *المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، 72 (1)*، 391-403.
- Christiane, T., & Sophi, R., (2014). Fostering life skills development in high school and community sport: A Comparative Analysis of the Coach's Role. *Human Kinetics Journals*, 28(1).
- Cowden, R., (2017). On the mental toughness of self-aware athletes: evidence from competitive tennis players. *South African Journal of Science*, 113(1/2), January/February, 50-55.
- Creasy, J. R. & John Wayne (2005). *An analysis of the componenets of psychological hardiness in sport*, Department of Teacging and Learning, Stratton Committee Chair, USA.
- Crust, L., & Clough, P. (2005). Relationship between mental toughness & physical endurance. *Perceptual & Motor Skills*, 100(1), 192-194.
- Gordon, S. (2004). Mood and performance relationships among players at the world student games karaken, *Copetition Journal of Sport Behavior*.
- Gould, D., & Maynard, I. (2009). Psychological preparation for the Olympic Games. *Journal of Sports Sciences*, 27(13), 1393-1408.
- James, L. (2002). Self- Efficavy and psychological skills during the amputee soccer world cup Athletic insight : *The Online Journal of Sport Psychology*, 4, (2).

- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*, 205-218.
- kill Yong Sup (2009); Study of the characteristics of mental toughness of ten age athletes *Journal of Physical Education,*
- Kishore, V. (2017). Psychological hardiness at dfferent paying position among football Players. *Indian Journal of Research, 6*(1), 831-832.
- Loehr, J. (1995). *The new toughness training for sports*. New York: Plume.
- Sellars, C. (1997). *Building Self-confidence*. Leeds, UK: National coaching Foundation.
- Simon C. Middleton and Other (2004). Discovering mental toughness in elite athletes, Third International Biennial, Self- Concept, Motivation and Identity, July- 79 Bertin, Germany.

قدم في: يناير 2020

أجيز في: يناير 2021

