

علاقة المهارات النفسية المكتسبة بالسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد

The relationship of acquired psychological skills to the competitive behavior of handball players.

مسعودان سفيان*¹، بن التومي عبد الناصر²

¹ جامعة الجزائر 3 (الجزائر)، Messaoudene.sofiane@univ-alger3.dz

² جامعة الجزائر 3 (الجزائر)، bentouminacer2002@yahoo.fr

تاريخ النشر: 2021/12/15

تاريخ القبول: 2021/11/11

تاريخ الإرسال: 2021/06/01

الملخص:

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي ولهذا الغرض استخدمنا المنهج الوصفي التحليلي باعتباره المناسب لنوعية هذه الدراسة، على عينة مكونة من 84 لاعبا من الاتحادية الجزائرية لكرة اليد القسم الممتاز بالطريقة العشوائية المنتظمة طبق عليهم مقياسي المهارات النفسية والسلوك التنافسي توصل الباحث الى النتائج التالية: هناك علاقة ارتباطية بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد وانه كلما ارتفع مستوى المهارات النفسية المكتسبة زاد مستوى السلوك التنافسي لدى لاعب كرة اليد.

الكلمات المفتاحية: المهارات النفسية، السلوك، السلوك التنافسي، كرة اليد.

Abstract.

The study aims to identify the relationship between acquired psychological skills and competitive behavior. For this purpose, we used the descriptive-analytical approach as appropriate for the quality of this study, on a sample of 84 players from the Algerian Handball Federation, the excellent division, in a systematic random manner. The following results: There is a correlation between the acquired psychological skills and the competitive behavior of handball players, and that the higher the level of the acquired psychological skills, the higher the level of competitive behavior of the handball player.

Key words : psychological skills, behavior, competitive behavior, handball

1- مقدمة ومشكلة البحث:

نظرا للتطور السريع الذي شهدته العديد من مجالات الحياة سواء كانت العلمية منها أو المعرفية، خاصة تلك المتعلقة بالمجال الرياضي وذلك لما له من أهمية بالغة في تكوين أفراد المجتمع تكوينا متكاملًا، وقد اهتم الكثير من الباحثين والعاملين في المجالين التربوي والاجتماعي بالتربية الرياضية بوصفها ظاهرة اجتماعية مهمة ومؤثرة في المجتمع الانساني إيمانًا منهم بدورها الفعال في تحديد طبيعة التفاعل الانساني بين الافراد أنفسهم والمجتمع الذي ينتمون إليه. وتعد المهارات النفسية المكتسبة والعوامل الوجدانية من أهم الموضوعات التي يجب الاهتمام بها وذلك للدور الكبير الذي تؤديه في السلوك الحركي وانفعالات الرياضي واستجابته خلال اشتراكه في النشاط الرياضي، إذ أن استخدام المهارات النفسية والعوامل الوجدانية إلى أقصى درجة يزيد من الجهد المبذول من قبل الرياضي سواء في التدريب او المنافسات الرياضية، فالمنافسة الرياضية اصبحت تعد مصدرا لكثير من المواقف الانفعالية المتغيرة أثناء المنافسات، لارتباطها بالمواقف النجاح والفشل والفوز والهزيمة ولهذه النواحي الانفعالية فائدتها، فالكثير من المدربين يحرصون على تصحيح أخطاء الأداء بأن يطلبوا من الرياضيين المزيد من التمرين، بينما في الغالب فان المشكلة الحقيقية ليست في النقص في المهارات البدنية وانما نقص في المهارات العقلية، إذ أن هناك رياضيين يحتاجون إلى تحسين وتطوير تركيز الانتباه والثقة بالنفس والتصور الذهني وغيرها من المهارات التي يطلق عليها المهارات النفسية بالمستوى نفسه من الحاجة إلى تحسين وتطوير القدرات المهارية،(الجبوري،2019، ص17) إذ أن المجهود القوي الذي يبذله اللاعب أثناء المنافسات الرياضية وما يرتبط به من تغيرات فيسيولوجية مصاحبة للانفعالات تسهم في تحسين كفاية الجهاز الدوري النفسي كذا اجهزة الجسم الحيوية ويشير محمد حسن علاوي 1992 ان الابطال الرياضيين على

المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والفني (مهاري - خططي) إلا أن هناك عاملا هاما يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل الفوز وهو العامل النفسي الذي يلعب دورا يتأسس عليه لدرجة كبيرة تحقيق الفوز (عياد، 2015: 299)، وتعتبر المنافسة كوسيلة لتقييم المستوى وفعالية التدريب وبالتالي يمكن ملاحظة مختلف جوانب المنافسة مثل تقييم مستوى اللياقة البدنية والقدرات النفسية في حالة المنافسة والحفاظ على التقنيات المكتسبة خلال المنافسة وإيجاد حلول للمشاكل التقنية والتكتيكية أثناء اللعب. (نبيل محمد، 2004: 03)

إن الفريق الرياضي هو جماعة تسعى من خلال توحيد جهودها إلى تحقيق هدف مشترك وأن التعاون يجب أن يكون الصفة الغالبة لسلوك أعضائه، إلا أن التنافس لا غنى عنه في أي طريق و أن أسباب السلوك تكمن في الدوافع و خبرات التعلم وتغيرات النضج فالسلوك قصدي وليس عشوائيا فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فأشباع الحاجات غرض يعمل السلوك على تحقيقه (عدس وقطامي، 2000: 45) ويرى فستنجر (1954): بان السلوك التنافسي هو استجابة لتفاعل حافزين في داخل الفرد الحافز الاول صاعدا للأعلى لمواصلة تحقيق قدرات اللاعب والحافز الثاني لمواصلة تقييم قدراته والمنافسين والانفعالات. (حاجي وموافق، 2020: 230)

- اشكالية الدراسة:

تعتبر المهارات النفسية من العوامل الأساسية التي يترتب عليها تحقيق انجازات ودفع الرياضي للوصول إلى المستويات العليا إلا أنه في بعض الاحيان نلاحظ أن المدربين لا يستخدمون المهارات النفسية أثناء التدريب والمنافسة ولا يعطون أهمية كبيرة للجانب النفسي للاعبين.

ونظرا لغياب المحضرين النفسيين في أندية كرة اليد الجزائرية جاء الباحث بفكرة دراسة المهارات النفسية المكتسبة عن طريق التدريب والمنافسة، كما يقول

علاوي المهارة النفسية عبارة عن قدرة يمكن تعلمها واتقانها عن طريق التعلم والمران والتدريب،(علاوي، 2002: 192) فالكثير من المدربين يحرصون على تصحيح أخطاء الأداء بأن يطلبوا من الرياضيين المزيد من التمرين، بينما في الغالب فان المشكلة الحقيقية ليست في النقص في المهارات البدنية وانما نقص في المهارات العقلية، إذ أن هناك رياضيين يحتاجون إلى تحسين وتطوير تركيز الانتباه والثقة بالنفس والتصور الذهني وغيرها من المهارات التي يطلق عليها المهارات النفسية بالمستوى نفسه من الحاجة إلى تحسين وتطوير القدرات المهارية،(الجبوري، 2019: 17) كما أن المستويات الرياضية العالية أثناء المنافسات لا تتطلب فقط التحضير البدني والخططي المهاري بل تتطلب أيضا التحضير النفسي لأنه يحدث الفارق المباريات الحاسمة، وقام الباحث بمحاولة الكشف عن ابرز المهارات النفسية المكتسبة التي يتميز بها لاعب كرة اليد عن باقي لاعبي الرياضات الأخرى التي لها علاقة بالسلوك التنافسي.

- الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع:

دراسة أشني مصطفى: 2013/2014.

بعنوان: علاقة المهارات النفسية بسمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة اليد. حيث هدفت الدراسة إلى ابراز المهارات النفسية المميزة للاعبي كرة اليد وتحديد السمات الدافعية والمهارات النفسية المساهمة في تميزها والتعرف على العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبي كرة اليد واستخدم الباحث المنهج الوصفي كما قام بتطبيق مقياسي المهارات النفسية والسمات الدافعية على عينة تكونت من 98 لاعبا من الاتحادية الجزائرية لكرة اليد واهم النتائج التي توصل إليها الباحث انه ترتبط المهارات النفسية بجميع سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة اليد ويختلف لاعبي الاتحادية الجزائرية لكرة اليد باختلاف العمر لصالح فئات العمرية العليا في جميع سمات الدافعية الرياضية ما عدا سمة العدوان والثقة بالآخرين والتصميم.

- دراسة الهام عبد الله فرج 2001: حول فاعلية برنامج التدريب العقلي على تطوير بعض المهارات النفسية ومستوى أداء بعض مهارات التمرينات باستخدام الكرة الطائرة وكفاءة الجهاز العصبي الذاتي، هدفت الدراسة الى تصميم برنامج التدريب العقلي باستخدام الكرة وتحديد تأثيره على بعض المهارات النفسية (الاسترخاء، التصور العقلي، خفض التوتر والقلق، تركيز الانتباه) وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وبلغ حجم العينة 48 طالبة من الفرق الثالثة بكلية التربية البدنية والرياضية بنات جامعة الزقازيق استخدمت الباحثة، اختبار الصفات البدنية، اختبار انتصاب القامة، اختبار الذكاء، اختبار المقاييس النفسية وبرنامج التدريب العقلي لمدة 8 أسابيع لجمع البيانات، وأسفرت النتائج أنه تؤدي تدريبات الاسترخاء العقلي والتنفسي الى الشعور بالفرق بين الانقباض والاسترخاء، كما ادى الى التركيز اثناء الاداء الحركي للتمرينات باستخدام الكرة على استخدام المجموعة العضلية الضرورية وبالتالي تحسين التوافق العام للحركة وتنمية القدرة على تركيز الانتباه وخفض التوتر والقلق.

-دراسة عباس علي (2006): حول السلوك التنافسي وعلاقته بالتوجه نحو أبعاد التفوق لدى اللاعبين الشباب بكرة السلة في العراق، حيث هدفت الدراسة إلى: معرفة مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعبين الشباب بكرة السلة، ومستوي التوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي بشكل عام و مستوى كل بعد على حدا وهناك علاقة ارتباطية بين السلوك التنافسي والتوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي مستخدماً مقياس السلوك التنافسي وكذا مقياس التوجه نحو إبعاد التفوق الرياضي الذي يهدف إلى قياس التوجه نحو أبعاد المرتبطة لتفوق الرياضي، وقد بلغت عينة البحث 50 لاعبا من لاعبي فرق تمثل (الكرخ والطالبة والاعظمية واوهانودي الهومتين) بنسبة (80 %) من الفرق الأندية المشاركة في دوري الشباب.

واستنتجت الدراسة مايلي: تميز لاعبي العينة بمستوى فوق المتوسط بقليل متغير السلوك التنافسي وتميزوا أيضا بوجود فروق معنوية فيما بينهم في هذا المتغير، مما يشير إلى أن لاعبي فرق العينة ليسو على مستوى متقارب فيما بينهم، وأشارت الدراسة إلى أن متغير التوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي كانت أبعاده مقاربة في مستوياتها لدى فرق العينة إلى حد ما.

-دراسة صالح وحسن (2011): حول العلاقة بين السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي الكاراتيه للناشئين، والهدف العام من الدراسة: التعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي الكاراتيه للناشئ والتعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي والانجاز للاعبي الكاراتيه للناشئين.

واستخدم الباحثين المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية إذا كانت عينة البحث من اللاعبين الناشئين وزن (60) كلغو بلغ عددهم 16 لاعبا وبأسلوب الحصر الشامل، وافترض الباحثان أن هناك علاقة ارتباطية حقيقية بين السلوك التنافسي والأداء المهاري وبين السلوك التنافسي والانجاز للاعبي الكاراتيه للناشئين أما مجالات البحث فكانت اللاعبين المشاركين في بطولة العراق للناشئين التي أقيمت في محافظة البصرة، أما النتائج فقد كانت هناك علاقة ارتباطية في السلوك التنافسي والانجاز المهاري وعشوائيا في الأداء المهاري.

- الغرض من هاته الدراسة هو الكشف عن العلاقة بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد القسم الممتاز على عينة 84 لاعبا تم اختيارهم بأسلوب العينة العشوائية المنتظمة من 7 فرق المتواجدة في الاتحادية الجزائرية لكرة اليد الموسم الرياضي 2019/2018 حيث يهدف هذا إلى الكشف عن الدور الفعال الذي تلعبه المهارات النفسية المكتسبة وعلاقتها بالسلوك التنافسي ومعرفة الجانب النفسي للرياضي، والربط بين الجانب النفسي وسلوك الرياضي.

بعدها استعرضنا بعض ما جاء من مقاربات نظرية أو خلفية معرفية مرتبطة بمتغيرات بحثنا قيد الدراسة، ارتأينا طرح التساؤل التالي:

ماهي العلاقة الارتباطية بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد؟

- الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد.

- الفرضيات الجزئية :

- هناك علاقة بين القدرة على الاسترخاء والسلوك التنافسي.
- هناك علاقة بين القدرة على التصور العقلي والسلوك التنافسي.
- هناك علاقة بين القدرة على تركيز الانتباه والسلوك التنافسي.
- هناك علاقة بين الثقة بالنفس والسلوك التنافسي.
- هناك علاقة بين القدرة على مواجهة القلق والسلوك التنافسي.
- هناك علاقة بين دافعية الانجاز والسلوك التنافسي.

2- الهدف العام من الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن الدور الفعال الذي تلعبه المهارات النفسية المكتسبة وعلاقتها بالسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد وتشجيع المدربين للاهتمام بالمهارات النفسية عن طريق تنمية الجوانب النفسية للرياضي قصد الوصول بالرياضي الى أعلى المستويات.

- أهمية البحث:

نظرا لأهمية الجانب النفسي للرياضي خاصة لاعب كرة اليد ومحاولة الكشف عن نقاط القوة والضعف عن طريق دراسة المهارات النفسية وإعطاء أفكار جديدة للمدربين حول المهارات النفسية للتحسين من السلوك التنافسي ومحاولة إبراز المهارات النفسية المكتسبة لدى لاعبي كرة اليد.

3- الكلمات الدالة في الدراسة:

- تعريف المهارات النفسية: هي مجموعة من القدرات العقلية والنفسية التي تساعد الرياضي على تعبئة طاقاته لتحقيق أفضل وأقصى أداء رياضي. (راتب، 2000: 3)

إجرائيا: عبارة عن قدرة يكتسبها اللاعب عن طريق التعلم والتدريب وبذلك يؤدي إلى إتقانها وتساوده على انجاز سلوك معين، كما تجنبه مختلف الضغوط أثناء المنافسة والتدريب.

- مفهوم السلوك:

عرفه عبد المنعم بأنه الاستجابة الكلية للحركة والغدد التي يقوم بها الكائن الحي نتيجة للموقف. (حنفي عبد المنعم 1975: 92).

إجرائيا: هي كل فعل يصدر من الفرد سواء كان ظاهرا أو غير ظاهر.

- مفهوم السلوك التنافسي:

إن الفريق الرياضي هو جماعة تسعى من خلال توحيد جهودها إلى تحقيق هدف مشترك وأن التعاون يجب أن يكون الصفة الغالبة لسلوك أعضائه، إلا أن التنافس لا غنى عنه في أي طريق و أن أسباب السلوك تكمن في الدوافع وخبرات التعلم وتغيرات النضج فالسلوك قصدي وليس عشوائيا فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فإشباع الحاجات غرض يعمل السلوك على تحقيقه. (عدس وقطامي، 2000: 45).

إجرائيا: السلوك التنافسي يعبر عن قدرة الرياضي في مواجهة ظروف التنافس محافظا على الاداء العالي والتوازن الانفعالي والنفسي والرغبة في تحقيق النجاح وعدم التخوف من الفشل وهو يرتبط بشخصية الرياضي وخبرته الميدانية.

- تعريف كرة اليد:

كرة اليد هي لعبة جماعية تلعب باليد، تجري داخل ملعب خاص، حيث يحاول من خلالها الفريق تسجيل أهداف داخل مرمى الخصم وفقا لقوانين معمول بها من طرف الفيدرالية العالمية لكرة اليد. (اسماعيل وحسانين، 2001: 22).

اجرائيا: كرة اليد من الالعب الجماعية التي تهتم بالفرد، وهي ثاني اكثر رياضة شعبية في العالم بعد كرة القدم، يمارسها الذكور والاناث، تحتاج الي متطلبات بدنية عالية وتخطيط دقيق لعملية التدريب، وتلعب كرة اليد بسبعة لاعبين في ملعب مستطيل طوله 40متر، وعرضه 20متر، لشوطين كل شوط 30د، وراحة 10د.

4- الإجراءات المنهجية المتبعة في الدراسة:

4-1- الطريقة والادوات:

- الدراسة الاستطلاعية:

تم القيام بزيارات ميدانية للأندية والاتحادية الجزائرية لكرة اليد، وسمحت هذه المقابلة بجمع المعلومات والبيانات اللازمة لصياغة ودعم إشكالية البحث.

- المنهج المتبع في الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.

- المجال المكاني: في بعض اندية الاتحادية الجزائرية لكرة اليد(القسم الممتاز)

- المجال الزمني: بدأت من أكتوبر 2018 إلى غاية فيفري 2019 .

- متغيرات الدراسة :

-المتغير المستقل (السبب): المهارات النفسية المكتسبة.

- المتغير التابع (النتائج): السلوك التنافسي.

- مجتمع وعينة البحث: اي جميع لاعبي كرة اليد في الاتحادية الجزائرية

القسم الممتاز، والذي يتكون من(16) فريق، وبلغ عدد اللاعبين في هذه الفرق

(288) لاعبا من الذكور أكابر وشملت عينة البحث(84) لاعبا من لاعبي كرة

اليد من الاتحادية الجزائرية، وقد تم اتباع عدد من الاجراءات التي تتناسب

وطبيعة مجتمع البحث بهدف اختيار عينة ممثلة له تتمتع بنفس خصائصه لذلك قام الباحث بالخطوات التالية اختيار عدد (7) فرق رياضية بنسبة (43.75%) من المجتمع الاصلي، تم بأسلوب العينة العشوائية المنتظمة من الفرق المتواجدة في الاتحادية الجزائرية لكرة اليد، اختيار عدد (84) لاعبا شكلوا نسبة (29.16%) من اجمالي مجتمع البحث ثم اختيار بطريقة عشوائية من الفرق التي تم اختيارها، والجدول التالي يوضح حجم عينة البحث:

جدول رقم (1): يوضح حجم عينة البحث.

الرقم	اسم الفريق	المنطقة التابعة له	العدد	بالنسبة للعينة	بالنسبة للمجتمع
1	GSP	بجاية	12	14.28%	4.16%
2	HHCE	الابيار	12	14.28%	4.16%
3	ESA	عين توتة	12	14.28%	4.16%
4	CRB	براقى	12	14.28%	4.16%
5	CRBBA	البرج	12	14.28%	4.16%
6	MTB	تاجنانت	12	14.28%	4.16%
7	CREA	الحروش	12	14.28%	4.16%
	الاجمالي		84	100%	29.16%

الجدول يوضح حجم عينة البحث والتي تم سحبها بطريقة عشوائية ومتساوية لجميع الفرق.

- إجراءات البحث:

- مقياس المهارات النفسية:

- وصف المقياس: يسمى اختبار المهارات العقلية صممه كل من ستيفان بل، وجون ألبسون، وكريستوفر شامبروك، لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) الهامة الأداء الرياضي، ويتضمن الاختبار (24) عبارة وكل من الابعاد الستة السابق توضيحها تمثله (4) عبارات ويقوم اللاعب الرياضي

بالإجابة على عبارات المقياس على مقياس سداسي التدرج، وقد قام محمد حسن علاوي بتعريبه وتقنينه، ويشمل الأبعاد التالية:

جدول رقم (2): يوضح مقياس المهارات النفسية وعدد فقراتها

عدد الفقرات	البعد	عدد الفقرات	البعد
4	الثقة بالنفس	4	القدرة على الاسترخاء
4	القدرة على مواجهة القلق	4	القدرة على التصور
4	دافعية الانجاز الرياضي	4	القدرة على تركيز الانتباه

- الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات النفسية:

صدق الاتساق الداخلي التكويني:

تم استخراج صدق الاتساق الداخلي لفقرات المقياس باستخدام معامل الارتباط بيرسون، لحساب معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والبعد الذي تنتمي إليه والدرجة الكلية للمقياس، وكانت النتائج على النحو التالي:

جدول رقم (3): يمثل معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة ودرجة البعد والدرجة الكلية

لمقياس المهارات النفسية للاعبين كرة اليد.

رقم الفقرة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالمقياس	رقم الفقرة	ارتباطها بالبعد	ارتباطها بالمقياس
1	0.64(**)	0.41(**)	13	0.46(**)	0.43(**)
2	0.75(**)	0.41(**)	14	0.45(**)	0.44(**)
3	0.53(**)	0.43(**)	15	0.60(**)	0.51(**)
4	0.79(**)	0.65(**)	16	0.52(**)	0.48(**)
5	0.63(**)	0.64(**)	17	0.66(**)	0.39(**)
6	0.49(**)	0.51(**)	18	0.71(**)	0.60(**)
7	0.61(**)	0.41(**)	19	0.62(**)	0.44(**)
8	0.70(**)	0.48(**)	20	0.74(**)	0.68(**)
9	0.73(**)	0.60(**)	21	0.53(**)	0.43(**)
10	0.71(**)	0.39(**)	22	0.67(**)	0.39(**)

0.42(**)	0.63(**)	23	0.54(**)	0.67(**)	11
0.43(**)	0.58(**)	24	0.39(**)	0.69(**)	12

(**) دالة عند مستوى 0.01 (*) دالة عند مستوى 0.05
يتضح من الجدول أعلاه أن معظم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01)، مما يدل على قوة الصدق التكويني لجميع عبرات المقياس، ويمكن عرض الارتباطات البينية بين الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس في الجدول التالي:

طريقة تصحيح المقياس:

يتم تقدير الدرجات على المقياس بإعطاء الدرجات المقابلة للاستجابات، كما هو في الجدول التالي:

جدول رقم(4): يوضح تقدير الدرجات على بدائل إجابات للاعبين على فقرات على

المقياس في حالات الفقرات الإيجابية.

بدائل الإجابات	لا تنطبق عليك تماماً	تنطبق عليك بدرجة قليلة جداً	تنطبق عليك بدرجة قليلة	تنطبق عليك بدرجة متوسطة	تنطبق عليك بدرجة كبيرة	تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً
الدرجات	1	2	3	4	5	6

وفي حالات الإجابات السلبية يتم تقدير الدرجات كما في الجدول التالي:
جدول رقم(5): تقدير الدرجات على بدائل إجابات للاعبين على فقرات المقياس في حالات

الفقرات السلبية.

بدائل الإجابات	لا تنطبق عليك تماماً	تنطبق عليك بدرجة قليلة جداً	تنطبق عليك بدرجة قليلة	تنطبق عليك بدرجة متوسطة	تنطبق عليك بدرجة كبيرة	تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً
الدرجات	6	5	4	3	2	1

وتتراوح درجة اللاعب على المقياس فيما بين (24) درجة كحد أدنى، و(144) درجة كحد أقصى، وتشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى تمتع بمهارات نفسية مرتفعة.

ومن خلال ما سبق عرضه يتضح أن مقياس المهارات النفسية يتمتع بخصائص سيكومترية مناسبة من صدق وثبات، وعليه يمكن الوثوق بالبيانات والمعلومات التي يستخدم في جمعها، بهدف تحقيق أهداف البحث والتحقق من فرضياته.

التصحيح:

وعند تصحيح الاستخبار يتم منح الدرجات للعبارات التي في اتجاه البعد طبقاً للدرجة التي حددها اللاعب أمام كل عبارة، كما يتم عكس الدرجات التي حددها اللاعب بالنسبة للعبارات التي في عكس اتجاه البعد على النحو التالي: $1=6$ ، $2=5$ ، $3=4$ ، $4=3$ ، $5=2$ ، $6=1$.

ويتم جمع درجات كل بعد على حدة، وكلما اقتربت درجة اللاعب من الدرجة العظمى وقدرها 24 في كل بعد كلما دل ذلك على تميزه بالخاصية التي يقيسها هذا البعد، وكلما قلت درجات اللاعب كلما دل ذلك على حاجته لاكتساب المزيد من التدريب على المهارات العقلية التي يقيسها هذا البعد (علاوي، 2002: 455).

ثبات المقياس: بلغت قيمة ألفا كرونباخ بلغت (0.85) وهذا ما يؤكد تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات لاستخدام في هذا البحث.

مقياس السلوك التنافسي:

وصف المقياس: قامت دوئي هاريس Harris (1984) بتصميم اختبار السلوك التنافسي لمحاولة التعرف على السلوك التنافسي للاعب الرياضي الذي يحتاج إلى الرعاية والتوجيه، وإلى التدريب على المهارات النفسية.

ويتضمن الاختبار في صورته الأصلية (50) عبارة ويقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة لعبارات الاختبار على مقياس ثلاثي التدرج (دائماً، أحياناً، أبداً) وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس الاختبار وتعريبه واختصاره إلى عشرين

عبارة فقط في ضوء بعض الدراسات التي أجريت على الصورة الأصلية للاستخبار.

-الخصائص السيكومترية لمقياس السلوك التنافسي:

تم التحقق من صدق المقياس في البحث الحالي على النحو الآتي:
صدق الاتساق الداخلي (التكويني): تم استخراج الاتساق الداخلي لفقرات المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون لحساب معاملات الارتباط بين درجات الفقرات والبعد الذي ينتمي اليه، وبينها والدرجة الكلية للمقياس، وكانت النتائج كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (6): يوضح قيم معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس السلوك التنافسي للاعبين كرة اليد.

رقم الفقرة	ارتباطها بالمقياس	رقم الفقرة	ارتباطها بالمقياس
1	0.32(**)	11	0.79(**)
2	0.30(*)	12	0.75(**)
3	0.48(*)	13	0.63(**)
4	0.36(*)	14	0.74(**)
5	0.44(*)	15	0.65(**)
6	0.54(**)	16	0.52(**)
7	0.65(**)	17	0.32(**)
8	0.47(**)	18	0.65(**)
9	0.31(*)	19	0.30(*)
10	0.32(*)	20	0.81(**)

(** دال عند (0.01) ، (*) دال عند (0.05).

يتضح أن جميع معاملات الارتباط الاسئلة بدرجة ابعادها دالة احصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) و(0.05)، ما يعتبر مؤشرا على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

تصحيح المقياس:

يتضمن المقياس عبارات إيجابية وارقامها (2-3-6-10-11-12-13-17) وعند تصحيح هذه العبارات يتم منح درجتها كالتالي (دائما= درجة واحدة، احيانا= درجتين، ابدأ= ثلاث درجات) ويتضمن المقياس عبارات سالبة ارقامها هي (1-4-5-7-9-15-16-19-20) وعند تصحيح هذه العبارات يتم منح درجاتها كالتالي (دائما= ثلاث درجات، احيانا= درجتين، ابدأ= درجة واحدة) ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس تجمع الدرجات التي يحصل عليها كل لاعب في اجابته عن جميع عبارات المقياس وكلما ارتفعت الدرجة الكلية للاعب الرياضي كلما دل ذلك على حاجته للتدريب على المهارات النفسية. ثبات المقياس: بلغت قيمة ألفا كرونباخ بلغت (0.78) وهذا ما يؤكد تمتع المقياس بدرجة مرتفعة من الثبات لاستخدام في هذا البحث.

الادوات الاحصائية:

باستخدام الحقيبة الاحصائية SPSS وذلك لاستخراج الاساليب الاحصائية التالية والمستخدم في البحث: معامل ألفا كرونباخ- معادلة سبيرمان -براون- اختبار t-test - معامل ارتباط بيرسون- تحليل التباين .

4-2- عرض نتائج الدراسة وتحليلها:

- هناك علاقة ارتباطية بين ابعاد المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد (القسم الممتاز).

وتحقيقا للعلاقة بين متغيرات الدراسة، استخدم الباحث معامل الارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين أبعاد المهارات النفسية (القدرة على الاسترخاء، القدرة على التصور الذهني، القدرة على تركيز الانتباه، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق، دافعية الانجاز الرياضي) ومستوى السلوك التنافسي، وتم تحليلها كمايلي:

جدول رقم(7)يوضح: معامل الارتباط بين بعد القدرة على الاسترخاء والسلوك التنافسي.

السلوك التنافسي				الارتباط	الابعاد
مستوى الدلالة الإحصائية	قيمة "p"	معامل الارتباط	حجم العينة		
0.01	0.000	0.935**	84	القدرة على الاسترخاء	
0.01	0.000	0.870**	84	القدرة على التصور الذهني	
0.01	0.000	0.897**	84	القدرة على تركيز الانتباه	
0.01	0.000	0.915**	84	الثقة بالنفس	
0.01	0.000	0.930**	84	القدرة على مواجهة القلق	
0.01	0.000	0.914**	84	دافعية الانجاز الرياضي	

(**)دالة عند مستوى 0.01 (*) دالة عند مستوى 0.05

نلاحظ من خلال الجدول رقم (9) وجود علاقة ارتباطية موجبة في كل الابعاد (القدرة على الاسترخاء، القدرة على التصور الذهني، الثقة بالنفس، القدرة على مواجهة القلق ودافعية الانجاز الرياضي) والسلوك التنافسي لدى اللاعبين حيث بلغت قيمة معامل الارتباط "بيرسون" (0.935)، (0.870)، (0.897) (0.915)، (0.930)، (0.914) وهي قيم دالة إحصائيا كون أن قيمة الدلالة (0.000) أصغر من مستوى الدلالة (0.01)، وهذا يعني أنه كلما زاد بعد من أبعاد المهارات النفسية المكتسبة لدى اللاعبين زاد سلوكهم التنافسي، بمعنى آخر أن اللاعبين الذين تكون لديهم مهارات نفسية عالية يكون لديهم سلوك تنافسي كبير.

-تفسير نتائج الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة الموجودة بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي لدى لاعبي كرة اليد (القسم الممتاز) ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أنه هناك علاقة ارتباطية بين بعد القدرة على الاسترخاء والسلوك التنافسي وهذا ما يتفق مع دراسة الهام عبد الله فرج(2001) وقد اسفرت النتائج على ان تؤدي تدريبات الاسترخاء العقلي والتنفسي الى

الشعور بالفرق بين الانقباض والاسترخاء كلما أدى الى التركيز اثناء الاداء الحركي للتمرينات باستخدام الكرة على استخدام المجموعة العضلية الضروري وبالتالي تحسين التوافق العام للحركة، وتنمية القدرة على تركيز الانتباه وخفض التوتر والقلق، ومن خلال النتائج المتحصل عليها نستنتج أنه هناك علاقة ارتباطية بين بعد القدرة على التصور الذهني والسلوك التنافسي وهذا ما يؤكد (راتب، 1997) ان التصور يساعد على تطوير بناء الثقة في النفس لدى اللاعب، فعندما يستحضر اللاعب في ذهنه صورة أداء المهارات الحركية يتمكّن واقتدار ودقّة، فذلك يدعّم التقدير الإيجابي لقدراته البدنية والمهارية، وهذا المفهوم الإيجابي لقدرات اللاعب البدنية والمهارية يكسب اللاعب الثقة بالنفس (راتب، 1997: 320)، وأيضا نستنتج أنه هناك علاقة ارتباطية بين بعد القدرة على تركيز الانتباه والسلوك التنافسي وهذا ما أكده كل من يعد الانتباه متغيرا حاسما في المباراة، فالتركيز بمعدلات مناسبة وتحويل الانتباه بسرعة الأجزاء المختلفة للملعب وفقا لمتطلبات الأداء في المباراة يعتبر مؤشرا للحالة النفسية للممارسين. (الجبوري، 2019: 28) ويضيف راتب 2000 أن مقدرة اللاعب على تركيز الانتباه للمثيرات (الرموز) المرتبطة، مقابل عزل نفسه عن المثيرات (الرموز) غير المرتبطة يعتبر شيئا هاما لنجاح الأداء. (راتب، 2000: 270) كذلك نستنتج أنه هناك علاقة ارتباطية بين بعد الثقة بالنفس والسلوك التنافسي وهذا ما يتبين مع نظرية إدراك القدرة لـ "نيكولز" تهتم هذه النظرية بإيضاح العلاقة بين ادراك الرياضي لقدرته ومدى صعوبة الهدف (الواجبات) التي يتجه الرياضي اليها لتحقيقه بمعنى آخر توضح الاهداف التي يتجه الرياضي لإنجازها تتأثر بمعرفته وادراكه لقدرته، وعلى ذلك فان سلوك الرياضي لإنجاز الهدف الذي اختاره سوف يختلف من حيث مستوى الأداء، ومعدل الجهد المبذول، والمثابرة والإصرار على تحقيقه، ولهذا يختلف الرياضيين في توجههم نحو نوعين من الاهداف هما هدف المهمة وهدف الذات

نظرا لأنهما يعكسان حكما لإدراك الرياضي لمفهوم النجاح والفشل. (صدوقي، 2004: 2)، وكذلك نستنتج أنه هناك علاقة ارتباطية بين بعد مواجهة القلق والسلوك التنافسي ويؤكد الزبيدي والهوتي (2017) ان القلق من اهم المشاكل المعاصرة، اذ يمثل احد الابعاد الاساسية للخبرات الانفعالية للرياضي وعليه ينظر الى القلق على انه من اهم الظواهر النفسية التي تؤثر في سلوك الانسان بصورة عامة والرياضي بصورة خاصة (الزبيدي والهوتي، 2017: 59). وفي الاخير نستنتج أنه هناك علاقة ارتباطية بين بعد دافعية الانجاز والسلوك التنافسي وهذا ما اكده عبد العزيز سلامة: إن الفهم والتوازن بين القدرات ومستوى الطموح لدى اللاعبين يعد الفصل الرائع لإثارة دافعية اللعب والانجاز لديهم ومن ثم الارتقاء إلى نقطة أخرى كلما تحقق الانجاز المطلوب للنقطة الحالية التي نحن بصدها، وهكذا يمكن استثارة الدوافع في تعديل السلوك لدى اللاعبين، ويمكن استثارة الدوافع في توجيه السلوك نحو أهداف معينة بذاتها (سلامة، 2013: 55). ومن خلال ما سبق يمكن القول أن هناك علاقة ارتباطية طردية بين المهارات النفسية المكتسبة والسلوك التنافسي وهذا ما يؤكد تحقق الفرضيات.

خاتمة:

يمكن أن تستخلص من نتائج هذه الدراسة أن المهارات النفسية المكتسبة مترابطة ومنتسلسلة وكل واحدة منها تكمل الاخرى وهذا ما تبين خلال الدراسة حيث أنه كلما زادت المهارات النفسية المكتسبة زاد السلوك التنافسي للاعب وتعتبر ايضا وسيلة لفهم الجانب النفسي للاعب وفهم وتفسير سلوكه للوصول إلى المستوى العالي من الاداء.

الاقتراحات:

استنادا للاطار النظري للبحث وفي ضوء ما أسفرت عنه من نتائج وما توصل إليه الباحث من استنتاجات يتم عرض مجموعة من التوصيات على النحو التالي:

- توفير الاماكن الخاصة بالتدريب على المهارات النفسية في المنشأة الرياضية كالأندية والمنتخبات الوطنية.

- المتابعة النفسية بالفئات العمرية الصغيرة خاصة حديثي الالتحاق بفرق كرة اليد ليتمكنوا من التوافق بسهولة مع باقي أعضاء الفريق ممن هم أكبر سنا وأكثر خبرة.

زيادة الاهتمام برياضة كرة اليد من طرف إدارات الرياضة بمختلف مستوياتهم في المسؤولية، فالتركيز مازال منصب على بعض الرياضات ككرة القدم. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

- عبد الودود احمد الزبيدي، حسين عمر الهروتي (2017). علم النفس الرياضي. عمان - الاردن: دار الاكاديميون للنشر والتوزيع.

- أسامة كامل راتب. (2000). تدريب المهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.

- أسامة كامل راتب. (1997). علم النفس الرياضي. (ط2). القاهرة: دار الفكر العربي.

- محمد حسن علاوي. (2002). علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية. (ط1). القاهرة: دار الفكر العربي .

- محمد طلب الجبوري(2019). المهارات النفسية وعلاقتها بالسمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم. (ط1). الاسكندرية: مؤسسة عالم الرياضة للنشر ودار النشر لنديا للطباعة.

- محمد عبد العزيز سلامة (2013). مفاهيم في سيكولوجية التنافس الرياضي. القاهرة: ماهي للنشر والتوزيع.

- صدوقي نور الدين محمد. (2004). علم نفس الرياضة- المفاهيم النظرية- التوجيه والارشاد والقياس، (ط1). الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.

- عبد الرحمان عدس، نايفة قطامي.(2000). علم نفس الرياضة.(ط1). الاردن: دار الفكر للطباعة والنشر.

- حنفي عبد المنعم (1975): موسوعة علم النفس، ج1، مكتبة مديولي، القاهرة.

- كمال عبد الحميد اسماعيل ومحمد صبحي حسانين (2001). رباعية كرة اليد الحديثة.(ج1). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

- نبيل محمد ابراهيم (2004). الضوابط القانونية للمنافسة الرياضية. (ط1). الاسكندرية. مصر: دار العرفاء للطباعة والنشر.

المقالات:

- عياد مصطفى وأخرون(2015) "تحديد بعض السمات الشخصية -الدافعية -العدوانية الاجتماعية لممارسي الكراتيه" مجلة علوم وتقنيات الانشطة البدنية والرياضية. العدد 12. جامعة مستغانم. الجزائر.

- حاجي فيصل، موفق صالح(2020) "مستويات السلوك التنافسي عند الرياضيين الذين سبق لهم التعرض للإصابات الرياضية" مجلة الابداع الرياضي. المجلد رقم (11). العدد (1) مكرر جزء (2). الجزائر.