

## دراسة مقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين المعاقين حركيا في الصلابة النفسية

د/ محمد السيد الششتاوى  
جمهورية مصر العربية.

### ملخص:

يكاد يتفق المهتمون بالتدريب الرياضى على أن إنجاز المستويات الرياضية العالية يرتبط بعوامل مختلفة, يأتي في مقدمتها الاعداد البدني والمهاري والخططي والنفسي, وحيث أن الإعداد البدني والمهاري والخططي قد تقاربت طرقه ومبادئه - إلى درجة كبيرة - خلال السنوات الأخيرة ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمام بالإعداد النفسي. ونتيجة لذلك أخذ خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف الخصائص النفسية المرتبطة بالتدريب والمنافسات الرياضية التي يتوقع أن تؤثر بصورة كبيرة في مستوى الأداء وتحقيق أفضل النتائج. ومن بين تلك الخصائص "الصلابة النفسية Psychological Hardiness", حيث أن هذه الخصال الشخصية لم تحظى بالإهتمام والدراسة للرياضيين المعاقين حركيا, لذا يهدف البحث إلى :

1- تحديد أبعاد الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة.

2- دراسة الفروق في متوسطات درجات أبعاد الصلابة النفسية بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة.

3- دراسة الفروق في متوسطات درجات أبعاد الصلابة النفسية بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية (الجماعية - الفردية).

وقد تم استخدام المنهج الوصفي, وتكونت عينة البحث من (180) لاعب معاق حركيا من الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الكرة الطائرة جلوس, كرة السلة بالكراسي, العاب القوى, تنس الطاولة) والمسجلين في اللجنة البارالمبية المصرية, ومن خلال المسح الشامل للمراجع العلمية والدراسات السابقة ورأي الخبراء تم تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس في ثلاثة أبعاد هي (الالتزام, التحدي, التحكم). وفي ضوء الفهم النظري الخاص بكل بعد تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل بعد وبعرض العبارات المقترحة على الخبراء والعينة الاستطلاعية, وتقدير صدق الاتساق الداخلي, ومعاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق, ومعامل ألفا كرونباخ, ومعامل ثبات جوتمان, أصبح مجموع عبارات المقياس (60) عبارة تمثل الأبعاد الثلاثة المستخلصة.

وقد تم التوصل إلى بناء مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية المعدلة. (إعداد الباحث)، كما تم إيجاد الفروق في متوسطات درجات أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحدي، التحكم، والدرجة الكلية للصلابة النفسية) بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي، وبين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية (الجماعية - الفردية). ويمكن التوصية بأهمية استخدام مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا كهدف يجب الأخذ به في رياضة المعاقين، مع ضرورة الإهتمام بالتأهيل النفسي للرياضيين المعاقين حركيا من خلال البرامج الوقائية والإرشادية والعلاجية التي تقيد في خفض تهديد أحداث التدريب والمنافسة الضاغطة، مع أهمية دراسة العلاقات الاجتماعية بين الوالدين وأبنائهم حيث ان نمو الصلابة النفسية يتوقف بصفة أساسية على طبيعة هذه العلاقة والدعم المعنوي والتشجيع المستمر والذي يمثل قاعدة الأمن والأمان والتحكم والتحدي وتحقيق الذات للاعب الرياضي المعاق حركيا، مع ضرورة الاسترشاد بأهمية الخصائص النفسية المرتبطة بتحقيق الطاقة النفسية المثلى كأحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية لدي الرياضيين المعاقين حركيا.

**الكلمات المفتاحية:** المعاق ، المعاق حركيا، الصلابة النفسية.

### **Study a comparison of selected groups of physically disabled athletes in Psychological Hardiness**

Most people who are interested in athlete training agree that to accomplish that high levels of sports is linked to various factors, where physical, skill, tactical and psychological preparation comes in the forefront. Manners and principles of physical, skill, tactical and psychological preparation are very close. During the last years, more needs for the psychological preparation appeared. As a result of that, the athlete training experts concentrated on the Psychological characteristics related to athlete training and competitions which are expected to affect the level of performance and achieve better results. Among these characteristics (Psychological Hardiness) where these characteristics didn't take care of physically disabled, so the research aims at:

- 1- Determine the dimensions of psychological hardiness for physically disabled who are practitioners to some of the sporting activities.
- 2- The study of differences in the scores of the dimensions of psychological hardiness among physically disabled with a high level and regular level who are practitioners for some sports activities.
- 3- The study of differences in the scores of the dimensions of psychological hardiness among physically disabled with a high level and regular level who are practitioners for some sports activities (Individual and team).

The descriptive approach was used, and the research sample consisted of 180 players physically disabled practitioners to some of the sporting activities (Sitting volleyball, basketball by using chairs, athletics and Ping-Pong) who are recorded in the Egyptian Paralympic committee. Through the comprehensive survey, previous studies and expert opinion basic dimensions of the scale were identified in three dimensions (Commitment, Challenge and Control). In light of the theoretical understanding with every dimension, phrases were formulated under each dimension. By introducing the proposed terms for the experts, sample reconnaissance, assessment of internal consistency and sincerity, transactions of proof through re-application and coefficient Cronbach's alpha coefficient Guttman, a total of measure items became 60 items which represent the three-dimensional learned.

Psychological Hardiness structure for athletes' physically disabled practitioners in modified sports activities was accomplished. Meanwhile, differences in the mean scores of the dimensions of psychological hardiness (Commitment) Challenge and Control and the total degree of psychological hardiness) were found between hardiness among physically disabled with a high level and regular level and physically disabled who are practitioners for some sports activities (Individual and team).It's recommended to use the psychological hardiness for disabled and should be taken with its results in disabled sports with emphasis on psychological rehabilitation of athletes physically disabled through preventive ,guidance and therapeutic programs that benefit in reducing the threat of training events pressing competition with the importance of the study of social relationships between parents and their children as the psychological hardiness growth depends mainly on the nature of this relationship and moral support and continuous encouragement, which represents the base of , safety, control, challenge and self-fulfillment to the player physically disabled , with the need to be guided by the importance of the psychological characteristics associated with achieving perfect psychological energy as one of the success factors and achieve the best results physically disabled sports athletes.

#### - مقدمة ومشكلة البحث :

يكاد يتفق المهتمون بالتدريب الرياضي على أن إنجاز المستويات الرياضية العالية يرتبط بعوامل مختلفة، يأتي في مقدمتها الإعداد البدني والمهاري والخططي والنفسي، وحيث أن الإعداد البدني والمهاري والخططي قد تقاربت طرقه ومبادئه - إلى درجة كبيرة - خلال السنوات الأخيرة ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمام بالإعداد النفسي. (3:231)، ونتيجة لذلك أخذ خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف الخصائص النفسية المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية، التي يتوقع أن تؤثر بصورة كبيرة في مستوى الأداء وتحقيق أفضل النتائج. (16:15) وهذه المحاولات أو الإجراءات أو الإستراتيجيات المختلفة تتدرج تحت نطاق ما يعرف في علم النفس الرياضي بالتعبئة النفسية للاعب، ويقصد بها " التنشيط الإيجابي المعرفي والانفعالي والدافعي بصورة تسهم في المساعدة على الأداء الأفضل في المنافسة الرياضية ". (16:317)

ومن هنا وجب على المهتمين برياضة المعاقين تجاوز مجرد دراسة العلاقة بين إدراك الأحداث الرياضية الضاغطة وأشكال المعاناة النفسية للاعب الرياضي المعاق حركيا إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات المدعمة لقدرة الرياضي على مواجهة الفاعلة أو عوامل المقاومة، أي المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية للاعب حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة اللاعب على مواجهة المشكلات في المنافسات الرياضية والتغلب عليها، والتأكيد في الوقت نفسه على العوامل النفسية التي تساعد اللاعب الرياضي المعاق حركيا على التوافق مع المواقف المختلفة التي يتعرض لها أثناء المنافسات الرياضية، ومن بين تلك العوامل " الصلابة النفسية Psychological Hardiness " أو ما يسمى أحيانا بالمقاومة أو المرونة عند تلقي الصدمات Resilience.

ولذا نجد ان مفهوم الصلابة النفسية يعني " مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصدر أو كواق لأحداث عمليات التدريب والمنافسة الشاقة، وهي بذلك مجموعة من الخصال الشخصية يراها اللاعب على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة في المنافسات الرياضية، وأنها تمثل اعتقاداً عاماً لدي اللاعب في فاعليته وقدرته على استغلال كافة مصادره وإمكاناته النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث التدريب والمنافسة الرياضية الضاغطة "، وبذلك يوجد إجماع على كون الصلابة النفسية مصدراً من المصادر الشخصية الذاتية للاعب الرياضي لمقاومة الآثار السلبية لضغوط المنافسات الرياضية والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية للاعب الرياضي، حيث يتقبل اللاعب الرياضي، التغيرات والمصاعب التي يتعرض لها وينظر لها على أنها نوع من التحدي وليس تهديداً.

هذا وقد قدمت عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط النفسية التي تواجه اللاعب الرياضي، ويمكن فهم العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على اللاعب الرياضي، وفي هذا الخصوص نرى ان استثارة الأحداث الضاغطة في المنافسات الرياضية تقود إلى سلسلة من الاجراءات تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسمية واضطرابات نفسية، وهنا يأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية، والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق. (19:437)، (22:336)

وحيث أن هذه الخصال الشخصية لم تحظى بالاهتمام والدراسة للرياضيين المعاقين حركيا فقد وجه الباحث الدراسة الحالية للمقارنة بين مجموعات مختارة من الرياضيين المعاقين حركيا في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس، وذلك ببناء وتعيين مقياس

الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا, وفقاً للأسس العلمية لبناء المقاييس في مجال القياس والتقييم النفسي في المجال الرياضي.

- أهداف البحث :

يهدف البحث إلى :

1- تحديد أبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة.

2- دراسة الفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة.

3- دراسة الفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية).

- تساؤلات البحث :

1- هل يمكن تحديد مجموعة من الأبعاد المستخلصة يمكن تمثيلها من خلال عدد من العبارات والمعبرة في مجموعها عن أبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا ؟

2- هل توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة ؟

3- هل توجد فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية) ؟

- إجراءات البحث :

أولا : المنهج المستخدم :

المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

ثانيا : عينة البحث :

عينة عمدية قوامها (180) لاعب معاق حركيا والممارسين لبعض الأنشطة الجماعية المعدلة (الكرة الطائرة جلوس, كرة السلة بالكراسي) قوامهم (90) لاعب, والأنشطة الفردية المعدلة

(العاب القوى, تنس الطاولة) وقوامهم (90) لاعب والمقيدين بأندية ومراكز المعاقين المسجلة باللجنة البارالمبية المصرية في الموسم الرياضي 2016/2017م, وهي موزعة على :

- عينة أستطلاعية قوامها (20) لاعبا من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة البحث الأساسية بواقع خمسة لاعبين لكل نشاط رياضي للإجابة على عبارات المقياس وكتابة ملاحظاتهم وخاصة ما يتعلق بوضوح العبارات والتعليمات.

- عينة التقنين وقوامها (40) لاعب معاق حركيا لإجراء المعاملات العلمية للمقياس, بواقع (10) لاعبين لكل نشاط رياضي.

- عينة أساسية قوامها (120) لاعب معاق حركيا تنقسم إلى مجموعتان تتميز إحداهما بإرتفاع المستوى الفني (رياضى المستوى العالي) ويمثلهم لاعبي الفرق القومية والدرجة الممتازة لرياضات (الكرة الطائرة جلوس, كرة السلة بالكراسي, العاب القوى, تنس الطاولة), والمجموعة الأخرى أقل في المستوى الفني (رياضي المستوى العادي), ويمثلهم لاعبي الدرجة الأولى لرياضات (الكرة الطائرة جلوس, كرة السلة بالكراسي, العاب القوى, تنس الطاولة), بإجمالي (60) لاعبا لكل مستوى, بواقع (15) لاعب لكل نشاط رياضي. كما تنقسم العينة إلى الممارسين لبعض الأنشطة الجماعية المعدلة (الكرة الطائرة جلوس, كرة السلة بالكراسي), بواقع (60) لاعب, والأنشطة الفردية المعدلة (العاب القوى, تنس الطاولة), بواقع (60) لاعب.

**ثالثا : بناء المقياس :**

في سبيل إعداد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا, قام الباحث بمراجعة الإطار النظرية والدراسات السابقة التي تناولت الصلابة النفسية في مجال علم النفس بوجه عام وعلم النفس الرياضي على وجه الخصوص, عماد أحمد مخيمر (11:120), عماد أحمد مخيمر (12:8), عزه محمد الرفاعي (10), ماجده محمد أسماعيل, جيهان محمد فؤاد (78-13:55), أمل على خليل (6), محمد العربي شمعون (46-14:27), أماني وحيد ابراهيم (101-5:87), سميه مصطفى أحمد (90-8:61), محمد حسن علاوي, أحمد صلاح الدين خليل (69-17:40), جيهان يوسف الصاوي (71:7-98), أحمد عبد النعيم باشا (1), أحمد عبد المنعم عبد العال (2), كوبازا وبيستي Kobaza & Puccetti (24:580), رودولت وزون Rodewalt & Zone (29:81-88), هولاهان وموس Holahan & Moos (23:901-917), فلورين وآخرون Florien and et al (21:64) كوبازا وآخرون Kobaza and et al (25:707-717), لايز Lease (26:285-307), باربر Barber (18:237-248), روث وآخرون Roth and et al (30), سيمون ميدلتون وآخرون Simon.Middelton and et al (31), ريتشارد

دينستبير Richard Dienstbier ( 28 ), جريسي وجون وين Creasy & Wayne (20). ومن خلال المسح الشامل للمراجع العلمية والدراسات السابقة وفي ضوء التصور النظري للباحث لمفهوم الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة, والذي يعني " مجموعة من السمات الشخصية تعمل كمصدر أو كواق لأحداث عمليات التدريب والمنافسة الشاقة, وهي بذلك مجموعة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية والاجتماعية وهي خصال فرعية تضم (الالتزام Commitment, والتحدي Challenge, والتحكم Control), يراها اللاعب على أنها خصال مهمة له في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة في المنافسات الرياضية, وأنها تمثل اعتقاداً عاماً لدى اللاعب الرياضي المعاق حركيا في فاعليته وقدرته على استغلال كافة مصادره وإمكاناته النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث التدريب والمنافسة الرياضية الضاغطة ". وبناء عليه فإن الصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس, ويمكن تبسيط أبعاد الصلابة النفسية في المعادلة التالية : ( التزام + تحدي + تحكم = صلابة نفسية ), وبالتالي فإن فقد أي بعد من تلك الأبعاد قد يؤدي إلى عدم وجود الصلابة النفسية للاعب الرياضي المعاق حركيا, وبالتالي أنتقائها من شخصيته, وهي جانب هام من جوانب الشخصية السوية ووجوده في نسيج شخصية الرياضي, وان هذه الأبعاد الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة اللاعب الرياضي المعاق حركيا على تحدي ضغوط التدريب والمنافسة. وبناء على ما سبق يرى الباحث ان الرياضيين المعاقين حركيا الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير في مجرى بعض الأحداث الرياضية التي يمرون بها من خلال أبعاد ثلاث هي :

1- **الالتزام Commitment** : اللاعب الرياضي المعاق حركيا الذي يحصل على درجة مرتفعة في هذه السمة يحب أن يمارس الأشياء على نحو سليم كلما أمكن ذلك ويسيطر عليه دائماً الإحساس بالواجب, وقبوله عن طيب خاطرالالتزامه القيام بالأعمال التي تسند إليه, وهو يتقبل النقد أو اللوم الذي يوجه إليه حتى ولو لم يكن مستحقاً له. وهو يعطي إهتماماً للأخطاء التي قد يرتكبها ويعاقب نفسه على ارتكابه لتلك الأخطاء, وعادة ما يتصف اللاعب الرياضي المعاق حركيا من هذا النوع بالانصياع لنصائح مدربه وتقديره للتدريب بأعتبار أنه بمثابة حجر الزاوية والأساس الهام الذي يجعل منه رياضياً ناجحاً.

2- **التحدي Challenge** : هو رغبة اللاعب الرياضي المعاق حركيا في الكسب وتحقيق النجاح في المنافسات, كذلك مدى طموحه لإنجاز وتحدي الواجبات الصعبة, فالصبر والتحمل وعدم الاستسلام عند مواجهة الصعاب أو المشكلات من خصاله الواضحة. واللاعب الرياضي المعاق حركيا الذي يتميز بسمة التحدي يعتبر من اللاعبين الأكثر بذكاً للجهد سواء في التدريب أو



المنافسة الرياضية، ولا يحاول أن يتراخى بغض النظر عن طول فترة التدريب أو نتيجة المنافسة، وينفق المزيد من الوقت والجهد لتحسين قدراته ومهاراته، وعادة تتمثل تلك السمة في ان يضع اللاعب الرياضي لنفسه مجموعة من الأهداف العليا ويحافظ عليها.

**3- التحكم Control** : يظهر اللاعب الرياضي المعاق حركيا الذي يحصل على درجة مرتفعة في هذه السمة قدراً كبيراً من ضبط النفس بصورة واضحة في العديد من المواقف المثيرة للانفعالات في أثناء التدريب أو المنافسة الرياضية، ولا يفقد أعصابه بسهولة في أوقات الشدة أو الضغوط، ومن ثم فإن أدائه عادة لا يتأثر بمشاعره أو انفعالاته، كما في إمكانه القدرة على اتخاذ القرار بثبات. واللاعب الرياضي المعاق حركيا الذي يتميز بسمة التحكم لديه القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعتريه من قلق ومعالجة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة إيجابية، ولا يحدث ان يكتب أو تحدث له خبرة إحباطية عندما يرتكب خطأ أو يفقد الفوز.

رابعا : المعاملات العلمية للمقياس :

#### 1 - صدق المقياس :

تم إيجاد صدق المقياس من خلال كل من :

أ- صدق المحكمين : تم عرض الابعاد المقترحة على خمسة خبراء من السادة أعضاء هيئة التدريس في مجال علم النفس الرياضي مرفق (1)، وذلك بغرض تحديد مدى ملائمة هذه الأبعاد (الالتزام، التحدي، التحكم) في التعبير عن الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا، مع توضيح رأيهم عن طريق إضافة إحدى الكلمات التالية: (مناسب، غير مناسب، حذف، تعديل، دمج مع بعد آخر، إضافة)، ووضع أية مقترحات أخرى يراها السادة الخبراء مناسبة. مرفق (2)، ولقد حدد الباحث نسبة مئوية قدرها 80% لقبول البعد، وبناء على ماسبق تم قبول الأبعاد الثلاثة المقترحة.

وفي ضوء الفهم النظري الخاص بكل بعد تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل بعد من الأبعاد الثلاثة على ان تكون كل عبارة معبرة عن كل بعد تنتمي إليه، حيث أشتملت الصورة المبدئية للمقياس على (74) عبارة موزعة على أبعاد المقياس كالتالي : الالتزام (25) عبارة، التحدي (23) عبارة، التحكم (26) عبارة. مرفق (3)، وقد تم عرض العبارات المقترحة على السادة الخبراء السابق الإشارة إليهم وذلك بغرض تحديد مدى ملائمة هذه العبارات في التعبير عن الأبعاد الثلاثة مع توضيح رأيهم عن طريق إضافة إحدى الكلمات التالية : (مناسبة، غير مناسبة، أرى التعديل)، ووضع أية مقترحات أخرى يراها السادة الخبراء مناسبة، ولقد حدد الباحث أيضا نسبة مئوية قدرها 80% لقبول العبارة، وبناء على آراء الخبراء تمت الصياغة والحذف والدمج لبعض العبارات، وتم أستبعاد (14) عبارة، كما تم تطبيق العبارات على العينة الاستطلاعية (ن = 20)،



حيث طلب منهم الإجابة على العبارات المقترحة وكتابة ملاحظاتهم وخاصة ما يتعلق بالوضوح والتعليمات, وفي ضوء هذا الإجراء تمت إعادة الصياغة لبعض العبارات, وبذلك أصبح مجموع عبارات المقياس (60) عبارة تمثل الأبعاد الثلاثة المستخلصة.

ب- صدق الإتساق الداخلي : للتحقق من فحص الإتساق الداخلي Internal Consistency للمقياس (60:27) بهدف الحصول على تقدير الصدق التكويني Constrict Validity لأبعاد المقياس (الالتزام, التحدي, التحكم) وما تضمنته من عبارات, تم تطبيق العبارات المقترحة على عينة التقنين السابق الإشارة إليها ( ن = 40 ), حيث يجيب اللاعب الرياضي المعاق حركيا على العبارات مستخدما ميزان تقدير ثلاثي التدرج, ( دائما، أحيانا، أبداً ), وقد تم أتباع الخطوات التالية :

- إيجاد معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه. جدول (1)
- إيجاد معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس (الالتزام, التحدي, التحكم) والدرجة الكلية للمقياس. جدول (2)
- إيجاد معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس ومجموع درجات كل بعد من الأبعاد الأخرى للمقياس. جدول (3)

### جدول (1) معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس

والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ن = (40)

البعد الثالث التحكم		البعد الثاني التحدي		البعد الاول الالتزام	
ر	م	ر	م	ر	م
0.66	3	0.56	2	0.68	1
0.61	6	0.63	5	0.70	4
0.70	9	0.62	8	0.66	7
0.60	12	0.60	11	0.67	10
0.72	15	0.70	14	0.73	13
0.65	18	0.64	17	0.64	16
0.59	21	0.59	20	0.69	19
0.64	24	0.65	23	0.71	22
0.66	27	0.58	26	0.54	25

0.58	30	0.51	29	0.58	28
0.65	33	0.55	32	0.61	31
0.60	36	0.59	35	0.69	34
0.62	39	0.62	38	0.72	37
0.56	42	0.50	41	0.55	40
0.61	45	0.66	44	0.63	43
0.54	48	0.66	47	0.62	46
0.56	51	0.56	50	0.57	49
0.55	54	0.54	53	0.58	52
0.50	57	0.60	56	0.60	55
0.56	60	0.54	59	0.72	58

ر عند مستوى  $0.05 = 0.304$

من جدول (1) والخاص بمعاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، يتضح أن عبارات أبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا تتميز بصدق عال، حيث أن جميع معاملات الارتباط لعبارات المقياس دالة إحصائيا عند مستوى  $0.05$ ، وهي تدل على صدق العبارات على اعتبار أن الدرجة الكلية للبعد هي محك للصدق. (4 : 436)

جدول (2) معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس (الالتزام، التحدي، التحكم) والدرجة الكلية للمقياس

قيمة معامل الارتباط	الأبعاد	
<b>0.70</b>	الالتزام	البعد الأول
<b>0.66</b>	التحدي	البعد الثاني
<b>0.67</b>	التحكم	البعد الثالث

من جدول (2) والخاص بمعاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس (الالتزام، التحدي، التحكم) والدرجة الكلية للمقياس، يتضح أن أبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا تتميز بصدق عال، حيث أن جميع معاملات الارتباط لأبعاد المقياس دالة إحصائيا عند مستوى  $0.05$ ، وهي تدل على صدق الأبعاد على اعتبار أن الدرجة الكلية للبعد هي محك للصدق. (4 : 436)

جدول (3) معاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس ومجموع درجات كل بعد من الأبعاد الأخرى للمقياس

الإبعاد		بعد من الأبعاد الأخرى للمقياس	
الالتزام	البعد الأول	التحكم	التحدي
-	الالتزام	<b>0.285</b>	<b>0.300</b>
التحدي	البعد الثاني	<b>0.201</b>	-
التحكم	البعد الثالث	-	-

من جدول (3) والخاص بمعاملات الارتباط بين مجموع درجات كل بعد من أبعاد المقياس ومجموع درجات كل بعد من الأبعاد الأخرى للمقياس, يتضح أن جميع معاملات الارتباط ذات معاملات ارتباط ضعيفة, مما يدل على استقلالية أبعاد المقياس.

## 2 - ثبات المقياس :

لإيجاد معاملات الثبات Reliability تم إعادة تطبيق المقياس Test – Retest على نفس العينة السابق الإشارة إليها ( ن = 40), كما تم حساب معامل ألفا كرونباخ Alpha Cronbach coefficient , ومعامل الثبات بطريقة جوتمان Gutman , جدول (4)

### جدول (4) معاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق - ومعامل ألفا كرونباخ

ومعامل الثبات بطريقة جوتمان

م	الأبعاد	التطبيق الأول ( ن = 40 )		التطبيق الثاني ( ن = 40 )		قيمة " ر "	ألفا كرونباخ	معامل ثبات جوتمان
		س	ع±	س	ع±			
1	الالتزام	53.22	5.6	54.51	5.3	0.80	0.83	0.82
2	التحدي	53.01	4.9	54.99	5.5	0.83	0.86	0.83
3	التحكم	52.85	5.1	53.22	5.7	0.85	0.87	0.85
	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	160.4	13.9	161.9	14.2	0.84	0.87	0.84

ومن جدول (4) والخاص بمعاملات الثبات بطريقة إعادة التطبيق - ومعامل ألفا كرونباخ ومعامل الثبات بطريقة جوتمان, يتضح أن جميع قيم معاملات الثبات للأبعاد الثلاثة (الالتزام, التحدي, التحكم) والدرجة الكلية للصلابة النفسية دالة عند مستوى 0.05, الأمر الذي يؤكد الثقة في المقياس.

وبعد الانتهاء من إجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق - الثبات) أصبح صالحاً للاستخدام في صورته النهائية المكونة من (60) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي :

- الالتزام ويتضمن (20) عبارة : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي :  
1/4/7/10/16/22/25/31/34/37/40/46/49/52/55/58. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : 13/19/28/43.

- التحدي ويتضمن (20) عبارة : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي :  
2/5/8/14/17/26/29/32/38/41/44/47/50/53/56. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : 11/20/23/35/59.

- التحكم ويتضمن (20) عبارة : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي :

60/57/51/39/36/30/27/24/21/18/15/12/9/6. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : 54/48/45/42/33/3 مرفق (4)

#### خامسا : خطوات تطبيق المقياس:

تم تطبيق المقياس على عينة البحث الأساسية السابق الإشارة إليها (ن = 120) وتنقسم إلى مجموعتان تتميز إحداهما بإرتفاع المستوى الفني (رياضي المستوى العالي)، والمجموعة الأخرى أقل في المستوى الفني (رياضي المستوى العادي)، بواقع (60) لاعبا لكل مستوى. كما تنقسم العينة إلى الممارسين لبعض الأنشطة الجماعية المعدلة (الكرة الطائرة جلوس، كرة السلة بالكراسي)، بواقع (60) لاعب، والأنشطة الفردية المعدلة (ألعاب القوى، تنس الطاولة)، بواقع (60) لاعب. حيث تتم الإجابة على عبارات المقياس من خلال تدرج ثلاثي النقاط طبقا لتقسيم ليكرت Likert وعند تصحيح عبارات المقياس يتم منح العبارات التي في اتجاه البعد الدرجات التالية: ( دائما = ثلاث درجات، أحيانا = درجتان، أبداً = درجة واحدة )، كما يتم منح العبارات التي في عكس اتجاه البعد الدرجات التالية: ( دائما = درجة واحدة، أحيانا = درجتان، أبداً = ثلاث درجات )، ويتم جمع درجات كل بعد من أبعاد المقياس على حدة، كما يمكن جمع درجات جميع أبعاد المقياس الثلاثة (الالتزام، التحدي، التحكم) للحصول على الدرجة الكلية للصلاية النفسية للاعب الرياضي المعاق حركيا.

#### سادسا : المعالجات الاحصائية المستخدمة :

أشتملت المعالجات الاحصائية على المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء والارتباط والفا كرونباخ ومعامل جوتمان وقيمة " ت " .  
- عرض ومناقشة النتائج :

#### جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدرجات

عبارات مقياس الصلاية النفسية للرياضيين المعاقين حركيا ن = (120)

م	العبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
1	أحافظ على مواعيد التدريب مهما واجهني أي مواقف صعبة.	2.36	0.89	1.41 -
2	أميل إلى تحدي المنافسين الأقوياء.	2.42	0.80	1.54
3	لا أستطيع التحكم في انفعالاتي عندما يرتكب البعض خطأ ضدي.	2.26	0.89	0.59
4	التزم بالسلوك الجيد خلال المنافسات حتى أكون قدوة يحتذى بها.	2.41	0.64	0.68 -
5	أتنافس بقوة عند محاولة إنجاز هدف معين.	2.55	0.69	1.90 -
6	عندما تسوء الأمور في المنافسة فإنني أستطيع أن أتحكم في	2.49	0.90	0.99 -

			انفعالاتي بدرجة كبيرة.	
0.80	0.85	2.22	زملاني بصفونني بأنني لاعب ملتزم في التدريب والمنافسة لدرجة كبيرة.	7
1.49	0.76	2.45	أتنافس بأقصى جهد سواء كنت فائزاً أو مهزوماً بفارق كبير.	8
1.40	0.78	2.24	أستطيع الاحتفاظ بتفكيري هادناً أثناء المنافسة.	9
0.89 -	0.89	2.63	أنفذ بدقة كبيرة جداً كل ما يطلبه المدرب مني.	10
0.13	0.79	2.39	أخشى المنافسات التي تتميز بالحساسية.	11
0.50	0.80	2.43	لدي القدرة على دعم أسباب فوزي في المنافسة.	12
0.66	0.86	2.28	أحياناً أعتذر عن عدم ممارسة التدريب أو الاشتراك في بعض المنافسات لأسباب مختلفة.	13
1.55	0.77	2.39	يكون أدائي أفضل في المنافسة الأكثر صعوبة عن المنافسة السهلة.	14
1.56	0.80	2.44	تكون أعصابي قوية " من حديد " أثناء المنافسة.	15
1.11	0.79	2.56	التزم بنظام ثابت سواء في التدريب أو المنافسة.	16
0.67	0.85	2.28	أشارك في المنافسات دون خوف أو قلق.	17
0.80	0.81	2.33	أستطيع ان أتقبل بهدوء الملاحظات الحادة التي يوجهها لي المدرب.	18
0.08	0.93	2.10	يبدو أنني لا أبذل أقصى جهدي في التدريب أو المنافسة.	19
0.80	0.73	2.41	عندما تسوء الأمور في المنافسة فأنني أستسلم بسهولة.	20
1.12	0.80	2.28	أستطيع أن أتصرف بصورة جيدة في المواقف غير المتوقعة أثناء المنافسة.	21
1.64	0.79	2.34	اعتبر نفسي من اللاعبين الذين يساعدون المدرب أثناء التدريب.	22
1.18	0.83	2.30	من الصعب على الاستمرار في التدريب العنيف لعدة مرات أسبوعياً.	23

## تابع جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدرجات

عبارات مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركياً

م	العبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
24	أستطيع التحكم في انفعالاتي في الأوقات الحرجة في المنافسة.	2.33	0.83	1.10
25	أسعى جاهداً للالتزام بقانون اللعبة خلال المنافسة.	2.35	0.87	0.87
26	أتدرب بجدية لكي أصبح أفضل لاعب في رياضتي.	2.50	0.75	1.76
27	أستمتع بالوقت الحرج في المنافسة لأنني أحسن التصرف فيه.	2.60	0.91	0.34 -
28	العب ارتجالاً دون أن يكون في ذهني خطة للعب.	2.18	0.88	1.15
29	أريد عمل أي شيء يحقق الفوز على المنافس.	2.32	0.84	1.08
30	أنا قادر على ان أتحكم في نفسي.	2.42	0.99	0.61
31	أبذل جهد في المنافسة بالقدر الذي يجنبني الانتقاد من مدربي.	2.33	0.80	1.09
32	أستطيع مواجهة التحدي أثناء المنافسة.	2.24	0.97	0.88
33	أفقد أعصابي بصورة نادرة أثناء المنافسة.	2.19	0.89	0.67
34	أحترم نظم وقواعد الفريق حتى ولو تعارض ذلك مع مصلحتي.	2.72	0.97	1.10 -
35	أتجنب تحدي المنافسين الأقوياء.	2.61	0.84	1.03
36	أستطيع معالجة أسباب هزيمتي في المنافسة.	2.56	0.79	1.22
37	أتصف بالالتزام باللعب.	2.49	0.70	1.51

1.20	0.82	2.10	أمارس التدريب لفترات إضافية خارج أوقات التدريب الرسمية.	38
0.66	0.78	2.24	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة.	39
0.81	0.91	2.44	اصراري على الفوز في المنافسة لا يجعلني أنسى القيم الرياضية التي أؤمن بها.	40
0.40	0.70	2.57	أندرب بجدية حتى لا أنهزم في المنافسة.	41
1.32	0.77	2.35	تكثر أخطائي في أثناء الوقت الحرج من المنافسة.	42
1.63	0.80	2.28	لا أهتم بما ارتكبه من أخطاء أثناء المنافسة.	43
1.09	0.85	2.33	أبذل قصارى جهدي في سبيل الوصول لأعلى المستويات الرياضية.	44
1.05	0.89	2.20	لا أستطيع أن أحتفظ بهدوئي عندما يضايقني المنافس.	45
0.78	0.86	2.70	أشعر بضيق عندما يكون أدائي في التدريب أو المنافسة ضعيفاً.	46
0.77	0.70	2.51	في المنافسة أحاول أن أبذل أقصى ما يمكنني من جهد بغض النظر عن نتيجة المنافسة.	47
0.96	0.68	2.42	من السهولة أستفز أزي أو أثارتي أثناء المنافسة.	48
0.45 -	0.90	2.69	أحاول البحث عن طرق متعددة لكي أكون أكثر كفاءة في لعبي.	49
0.09	0.79	2.30	أود أن أكون الأفضل دائماً عندما أتنافس.	50

### تابع جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدرجات

عبارات مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركياً

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
51	أستطيع أن أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة.	2.27	0.77	0.41
52	أعتذر عندما أخطيء أو حينما أكون غير موفق في المنافسة.	2.32	0.87	0.67
53	أعتقد بأن التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي.	2.55	0.89	0.88
54	أجد أنه من الصعوبة محاولتي التحكم في انفعالاتي أثناء المنافسة.	2.36	0.90	0.85
55	أتجاهل قواعد ونظم الفريق إذا كانت في غير صالحتي.	2.40	0.83	0.50 -
56	عندما أتعلم مهارة جديدة فأنتني أتدرب عليها حتى أتقنها تماماً.	2.44	0.87	0.44
57	أستطيع تعديل نتيجة المنافسة من الهزيمة إلى الفوز.	2.35	0.89	1.11
58	الترحم بقرارات الحكم حتى لو لم أكن راضياً عنها.	2.60	0.98	1.09
59	ليس من طبيعتي أن أواجه تحدي المنافس.	2.11	0.86	0.87
60	أستطيع أن أسيطر على اضطراباتي الزائدة قبل بداية المنافسة الحساسة الهامة.	2.43	0.79	0.92

من جدول (5) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لدرجات

عبارات مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركياً، يتضح أن جميع المتوسطات الحسابية

قد تجاوزت قيم الإنحرافات المعيارية وأن قيم معاملات الالتواء أقل من  $\pm 3$ , وهذا يعتبر أحد مؤشرات إنتظام العينة على العبارات وتحقيقها للمنحنى الإعتدالي, كما يؤكد أستقامة العلاقة بين عبارات المقياس. (9 : 70, 71)

### جدول (6) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأبعاد

مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا ن = (120)

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الأبعاد	
2.10	5.44	52.55	الالتزام	البعد الأول
1.99	5.50	53.46	التحدي	البعد الثاني
1.77	5.61	51.09	التحكم	البعد الثالث
2.36	13.70	157.11	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	

من جدول (6) والخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لأبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا, يتضح أن جميع المتوسطات الحسابية قد تجاوزت قيم الإنحرافات المعيارية وأن قيم معاملات الالتواء أقل من  $\pm 3$ , وهذا يعتبر أحد مؤشرات إنتظام العينة على العبارات وتحقيقها للمنحنى الإعتدالي, كما يؤكد أستقامة العلاقة بين أبعاد المقياس. (9 : 70, 71)

وللتعرف على الفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي, وكذا التعرف على الفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الجماعية المعدلة (الكرة الطائرة جلوس, كرة السلة بالكراسي), والأنشطة الفردية المعدلة (العاب القوى, تنس الطاولة), تم تطبيق المقياس وذلك وفق القواعد التي حددت لإستخدامة. ولتحقيق ذلك تم حساب دلالة " T test " لفرق متوسطين غير مرتبطين لمجموعتين متساويتين في عدد أفرادهما ( ن = 60 ) لكل مستوى أو نشاط رياضي. جدول (7), (8)

جدول (7) الفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين

الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي

قيمة " ت "	رياضى المستوى العادى ( ن = 60 )		رياضى المستوى العالى ( ن = 60 )		الأبعاد	
	ع±	س	ع±	س		
3.26	4.91	50.82	5.69	54.01	الالتزام	البعد الأول
3.79	6.01	51.11	5.79	55.16	التحدي	البعد الثاني
3.60	5.30	49.07	4.99	52.49	التحكم	البعد الثالث
4.17	13.46	151.5	14.11	162.1	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	



ت عند مستوي  $1.98 = 0.05$

من جدول (7) والخاص بالفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي, يتضح وجود فروق دالة إحصائيا في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية (الالتزام, التحدي, التحكم) والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي لصالح الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي, حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة ( $3.26, 3.79, 3.60, 4.17$ ) على الترتيب, وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى  $1.98 = 0.05$ , وقد يرجع ذلك إلى أن الالتزام يعتبر من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة, وهو يمثل القدرة على إدراك اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو المستوى العالي لقيمه وأهدافه وتقدير إمكانياته ليكون لديه هدف يحققه وكذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن والتراكيب الداخلية. فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب اللاعب الرياضي المعاق حركيا نحو نفسه وأهدافه والآخرين (الزملاء, المدربين, الحكام, الجمهور... إلخ), كما يمثل التزام اللاعب الرياضي المعاق حركيا نحو التعامل بإيجابية مع الأحداث أو المواقف الضاغطة في المنافسات الرياضية ورؤيتها كمواقف هادفة وذات معنى.

فالالتزام إذاً يمثل التوجه نحو إدماج الذات *Involve Oneself* فيما يقوم به أو يواجهه اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو المستوى العالي, وهو بالإضافة إلى ذلك يتضمن الاندماج مع الآخرين والأحداث والمواقف في المنافسات الرياضية التي تدور من حوله.

كما يشير التحدي إلى قدرة اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو المستوى العالي على مواجهة الضغوط النفسية أثناء المنافسات الرياضية, مع بذل الجهد لتخطي العقبات وصولاً للأهداف المرجوة, وخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة, ويتضمن هذا المكون بعض الخصائص منها توظيف القدرات وتنمية الإمكانيات واقتحام المشكلات ومساعدة اللاعب الرياضي المعاق حركيا على التكيف في مواجهة أحداث ومواقف المنافسة الرياضية الضاغطة. وبهذا يعني التحدي قدرة اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو المستوى العالي الذاتية على أن يتماسك ويسيطر على نفسه, وهذا يعنى قدرته على الصمود في مواجهة الأحداث أو المواقف في المنافسات الرياضية, ويتضمن ذلك الصمود والسيطرة على نفسه والقدرة على اتخاذ القرار.

هذا فضلا عن اعتقاد اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو المستوى العالي بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث ومواقف في المنافسة الرياضية, وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له, فإدراك التحكم يمثل توجه اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو

المستوى العالي نحو إحساس بالفاعلية والتأثير في ظروف المنافسة الرياضية المتنوعة، فالتحكم يمثل التوجه للشعور والتصرف كما لو كان للاعب الرياضي القدرة على التأثير في مواجهة الأحداث والمواقف المتنوعة في المنافسات الرياضية، بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة الأحداث الضاغطة في المنافسات الرياضية. ويتضح من ذلك ان التحكم يتمثل في قدرة اللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو المستوى العالي على توقع حدوث المواقف الصعبة في المنافسات الرياضية بناءً على استقرائه للواقع، ووضع الخطط المناسبة لمواجهتها والتقليل من آثارها حين حدوثها، مستثمراً كل ما يتوافر لديه من إمكانيات مادية ومعنوية وإستراتيجيات عقلية، مسيطراً على نفسه متحكماً في انفعالاته.

**جدول (8) الفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية)**

قيمة " ت "	رياضي الأنشطة الفردية ( ن = 60 )		رياضي الأنشطة الجماعية ( ن = 60 )		الأبعاد	
	ع ±	س	ع ±	س		
0.84	6.01	52.33	5.29	53.02	الالتزام	البعد الأول
0.64	5.19	53.63	6.11	54.30	التحدي	البعد الثاني
1.66	5.89	51.77	4.98	50.11	التحكم	البعد الثالث
0.50	14.14	158.8	13.99	157.5	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	

من جدول (8) والخاص بالفروق في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية)، يتضح عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات أبعاد مقياس الصلابة النفسية (الالتزام، التحدي، التحكم) والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية)، حيث بلغت قيمة " ت " المحسوبة (0.84, 0.64, 1.66, 0.50) على الترتيب، وهي أقل من قيمة " ت " الجدولية عند مستوى  $0.05 = 1.98$ ، وقد يرجع ذلك إلى أن الصلابة النفسية تعد أحد عوامل الشخصية في تحسين الأداء للرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية -

الفردية) على السواء, وهي بذلك تعد أحد عوامل المقاومة ضد الضغوط بجانب (الضبط الداخلي وتقدير الذات والمساندة الاجتماعية) التي تجعل اللاعب الرياضي المعاق حركيا الممارس لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية), يقيم الضغوط تقييماً واقعياً, كما أنها تجعله أكثر فعالية في مواجهتها, وتعمل الصلابة أيضاً كحاجز يحول بين اللاعب الرياضي المعاق حركيا والإصابة بالأمراض النفسية والجسمية, فاللاعب الرياضي المعاق حركيا ذو الشخصية الصلبة يتعامل بصورة فعالة مع الضغوط, كما يميل إلى التفاوض والتعامل المباشر مع مصادر الضغط, ولذلك يستطيع تحويل الأحداث أو المواقف الضاغطة في المنافسات الرياضية إلى مواقف أقل تهديداً, وعليه فإنه يكون أقل عرضة للآثار السلبية المرتبطة بالضغوط.

#### - الاستخلاصات :

في حدود عينة البحث والإجراءات المستخدمة, ومن خلال ما أمكن التوصل إليه من نتائج باستخدام المعالجات الإحصائية, يمكن وضع الاستخلاصات التالية:

1- تم بناء مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا, وفقاً للأسس العلمية لبناء المقاييس في مجال القياس والتقويم النفسى فى المجال الرياضى, والذي تمتع بصدق عال تم تقديره باستخدام صدق المحكمين, وصدق الاتساق الداخلي, كما ان جميع قيم معاملات الثبات للأبعاد الثلاثة (الالتزام, التحدي, التحكم) والدرجة الكلية للصلابة النفسية دالة عند مستوى 0.05, الأمر الذي يؤكد الثقة في المقياس للأستخدام في صورته النهائية المكونة من (60) عبارة موزعة على الأبعاد الثلاثة على النحو التالي:

- بعد الالتزام يتضمن (20) عبارة : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي :  
1/4/7/10/16/22/25/31/34/37/40/46/49/52/55/58. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : 13/19/28/43.
- بعد التحدى يتضمن (20) عبارة : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي :  
2/5/8/14/17/26/29/32/38/41/44/47/50/53/56. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : 11/20/23/35/59.
- بعد التحكم يتضمن (20) عبارة : أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي :  
6/9/12/15/18/21/24/27/30/36/39/51/57/60. وأرقام العبارات التي عكس اتجاه البعد هي : 3/33/42/45/48/54.

ويتم جمع درجات كل بعد من أبعاد المقياس على حدة, كما يمكن جمع درجات جميع أبعاد المقياس الثلاثة (الالتزام, التحدي, التحكم) للحصول على الدرجة الكلية للصلابة النفسية للاعب الرياضي المعاق حركيا.

2- وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام, التحدي, التحكم, والدرجة الكلية للصلابة النفسية) بين الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي والمستوى العادي لصالح الرياضيين المعاقين حركيا ذو المستوى العالي.

3- عدم وجود فروق دالة إحصائية في متوسطات درجات أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام, التحدي, التحكم, والدرجة الكلية للصلابة النفسية) بين الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية المعدلة (الجماعية - الفردية).

- التوصيات :

نظرا لما يتميز به هذا البحث من طبيعة وفي حدود ما أمكن التوصل إليه من إستخلاصات, يمكن التوصية بما يلي :

1- أهمية استخدام مقياس الصلابة النفسية للرياضيين المعاقين حركيا كهدف يجب الأخذ به في رياضة المعاقين, وذلك بصفة دورية لقياس بعض الجوانب النفسية الهامة للرياضيين والاستفادة من النتائج في تصنيف اللاعبين.

2- الإهتمام بالتأهيل النفسي للرياضيين المعاقين حركيا من خلال البرامج الوقائية والإرشادية والعلاجية, مع أهمية التعرف على الصلابة النفسية بين الرياضيين المعاقين حركيا, فاللاعب الرياضي ذو الصلابة النفسية المرتفعة يكون أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهته للضغوط بحيث تقيده في خفض تهديد أحداث التدريب والمنافسة الرياضية الضاغطة, وعلى العكس من ذلك يعتمد اللاعب الرياضي ذو الصلابة المنخفضة إلى أسلوب المواجهة التراجعي, أو الذي يتضمن نكوصا وفيه يقوم بالتجنب أو الابتعاد عن الأحداث أو المواقف التي يمكن أن تولد ضغطاً.

3- الإهتمام بالتأهيل النفسي للرياضيين المعاقين حركيا مع أهمية دراسة العلاقات الاجتماعية بين الوالدين وأبنائهم حيث ان نمو الصلابة النفسية يتوقف بصفة أساسية على طبيعة هذه العلاقة وتشجيع الرياضيين على اتخاذ القرارات بأنفسهم, والمبادأة والاستكشاف والاقترام والتحدي يجعلهم أكثر صلابة وشعوراً بالفاعلية, ولتكوين الصلابة لدي الرياضيين المعاقين حركيا لابد من إتباع أساليب تنشئة اجتماعية تعتمد على تقديم المساعدات والإمكانات اللازمة, بل أيضا الدعم المعنوي

والتشجيع المستمر للرياضيين المعاقين حركيا والذي يمثل قاعدة الأمن والأمان والتحكم والتحدي وتحقيق الذات.

4- الاسترشاد بأهمية الخصائص النفسية المرتبطة بتحقيق الطاقة النفسية المثلى ومنها الصلابة النفسية كأحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية لدي الرياضيين المعاقين حركيا. مع أهمية أن يتعلم المدرب كيف يساعد الرياضيين المعاقين حركيا على معرفة منطقة الطاقة النفسية المثلى بأنظام, مع اعتبار أن قياس الصلابة النفسية كأحد السمات الشخصية الخطوة الأولى في هذه العملية للتعرف على جوانب القصور وتطويرها.

5- ضرورة إجراء دراسات أخرى مشابهة علي الرياضيين المعاقين حركيا الممارسين للأنشطة الرياضية الأخرى للتعرف على الصلابة النفسية المميزة لكل نشاط من هذه الأنشطة.

#### - قائمة المراجع :

- 1 أحمد عبد النعيم باشا : الصلابة النفسية وعلاقتها بالإنجاز الرياضى لدي لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العالية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية الرياضية, جامعة طنطا, 2011م.
- 2 أحمد عبد المنعم عبد العال : الصلابة العقلية وعلاقتها بالتوجه التنافسي لدي لاعبي المستويات العليا لبعض الرياضات الجماعية, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة, جامعة حلوان, 2014م.
- 3 أسامه كامل راتب, مصطفى محمد مرسي : السمات الانفعالية لدي السباحين والسباحات الناشئين وعلاقتها بالإنجاز الرقمي, نظريات وتطبيقات, العدد الثاني عشر, كلية التربية الرياضية للبنين, جامعة الإسكندرية, 1999م.
- 4 السيد محمد خيرى : الاحصاء في البحوث النفسية والتربوية, دار

- النهضة, القاهرة, 1988م.
- 5 أماني وحيد ابراهيم : الصلابة النفسية والسمات الدافعية الرياضية وعلاقتها بنتائج بطولة الجمهورية للجماز الايقاعى 2008م, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, العدد (53), كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم, جامعة حلوان, 2008م.
- 6 أمل علي خليل : الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدي سباحي المسافات القصيرة, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, عدد خاص, المؤتمر العلمى السنوى الدولى لقسم علم النفس, العدد الخمسون, أبريل, 2007م.
- 7 جيهان يوسف الصاوي : الصلابة العقلية وعلاقتها بمستوى الأداء للاعبات بطولة العالم الثانية بكوريا الجنوبية, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, العدد (57), كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم, جامعة حلوان, 2009م.
- 8 سميه مصطفى أحمد : الصلابة الذهنية وعلاقتها بنتائج مباريات البطولة العربية ودورة الألعاب العربية مصر 2007م للرجال في كرة السلة, المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة, العدد (54), كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم, جامعة حلوان, 2008م.
- 9 صفوت أرنت فرج : التحليل العاملي في العلوم السلوكية, دار الفكر العربي, القاهرة, 1980م.
- 10 عزه محمد الرفاعي : الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك

أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها,  
رسالة دكتوراة غير منشورة, كلية الآداب,  
جامعة حلوان, 2003م.

11 عماد أحمد مخيمر : الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية

متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط  
وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي,  
المجلة المصرية للدراسات النفسية, العدد  
السابع, المجلد السابع, 1997م.

12 عماد أحمد مخيمر : أستيبيان الصلابة النفسية, مكتبة الأنجلو  
المصرية, القاهرة, 2002م.

13 ماجده محمد أسماعيل, : تأثير الصلابة العقلية على الاحتياجات النفسية  
الأساسية في الرياضة ومستوى الأداء للاعبات  
جيهان محمد فؤاد

14 محمد العربي شمعون : الصلابة العقلية والإنجازات الرياضية, مؤتمر  
الكرة الطائرة, المؤتمر العلمي الدولي, 2006م.

قسم علم النفس الرياضي, كلية التربية  
الرياضية للبنين, جامعة حلوان, 2007م.

15 محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسات, الطبعة  
السابعة, دار المعارف, القاهرة, 1992م.

16 محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية, دار  
الفكر العربي, القاهرة, 2002م.

17 محمد حسن علاوي, : تقنين مقياس الصلابة العقلية للرياضيين في  
البيئة المصرية, المجلة العلمية للتربية البدنية  
والرياضة, العدد (55), كلية التربية الرياضية

للبنين بالهرم, جامعة حلوان, 2008م.

18 – Barber . J. : Psychological hardiness and adjustment to  
life events in adulthood Joure of Adult  
Development VOI 10 . No 4. 2003.

19 – Clark, LM and  
Hartman. M. : Effect of Hardiness and appraised on the  
psychological distress and Physical Health of  
caregivers to elderly relatives Research



- on Aging 2003.
- 20 **Creasy,J.R. John Wayne,** : An Analysis of the Componenets of Psychological Hardiness in Sport. Department of Teacing and Learning , Stratton Committee Chair,USA 2005.
- 21 **Florien.V.Mikulinc er.M. and Taubman.O** : Hardiness contribnte to Mental Health during a Stressful Real lifes the roles of Appraisal and coping. Journal of Personality and Social Psycholog 1995.
- 22 **Funk.S.C** : Hardiness: Areview of theory and Research. Health Psychology. 1992.
- 23 **Holahan, C. J and Moos. R. H** : Life Stressors Resistance Factors. and Improved Psychological Functioning : An Extension of the Resistance Paradigm. Journal of Personality and Social Psycholog. 58 (5). 1990.
- 24 **Kobaza. S. C and Puccetti ,M** : Personality and Social Resources in Stress Resistance. Journal of Personality and Social Psychology VOL. 45. 1983.
- 25 **Kobaza. S.C. Maddi. S R Paccetti. M. C &Zola. M .A** : Effect tiveness of Hardiness. Exercise and Social Support as Resources Against Illness Journal of Psychosomatic Research. NO. 29.1995.
- 26 **Lease. S. H** : Occupational Role Stressors. Coping. Suupport and Hardiness as Predictors of Strain in Academic Faculty : An Emphasis on New and Female Faculty. Research in Higher Education VOL. 40 (3). 1999.
- 27 **Neave, H,** : Statistics Tables for Mathematicians Engineers , Economistic and Behavioral and Management Sciences George Allen , University Publishers ,1999.
- 28 **Richard . A. Dienstbier** : Arousal and Psychological Hardiness : Implication for Psychological and Physical Health. University of Nebraska – Lincoln. Department of Psychology. Nebraska USA. 2002.
- 29 **Rodewalt, F.and Zone.J.B** : Appraisal of Life Change. Depression and liiness in Hardy and Nonhardy Woman. Journal of Personality and Social Psychology. VOL. 50. No 1. 1989.

- 30 **Roth. D. I.** : Life Events Fitness Hardiness and Health : a  
**Wiebe.D.J.** Simultaneous analysis of Proposal Stress -  
**Filligim.R.B. and** Resistance Effects. Journal of Personality  
**Shay. K.A** and Social Psychology. 1989.
- 31 **Simon. C.** : Discovering Psychological Hardiness in  
**Middelton and** Elite Athletes. Research Centre. University  
**Others** of Western Sydney. Australia 2002.