

التعبئة النفسية وعلاقتها بالدافعية المحددة ذاتيا لدى لاعبي الملاكمة – دراسة ميدانية لنادي الملاكمة بالمسيلة -الجزائر-

Self-directed mobility and its relation with the self motivation of the boxers –Field study on some boxing clubs in Msila –Algeria-

غشام محمد¹، وافي نبيل²

¹ جامعة الجزائر 3 / الجزائر / مخبر العلوم والخبرة وتكنولوجيا النشاط البدني والرياضي / ghecham.mohamed@univ-alger3.dz
² جامعة إبراهيم سلطان شيبوط الجزائر 3 / الجزائر / nabilw33@gmail.com

تاريخ النشر: 2024/08/05

تاريخ القبول: 2024/07/03

تاريخ الاستلام: 2024/02/25

ملخص:

تهدف الدراسة لإبراز الدور الذي تلعبه التعبئة النفسية في شحن طاقة اللاعبين التي تؤدي بدورها إلى تحقيق نتائج إيجابية لتكشف عن العلاقة القائمة بينها وبين الدافعية الذاتية للاعب الملاكمة، كما أنها تسعى لإبراز خطورة تركيز المدربين على الجوانب البدنية والفنية والخطئية وإهمال الجوانب النفسية في برامجهم التدريبية، وتمثلت عينة الدراسة في 24 ملاكم تم اختيارهم بطريقة بسيطة ممثلة مجتمع الدراسة المتكون من نوادي الملاكمة بولاية المسيلة، اعتمد الباحثين على مقياس التعبئة النفسية واستبانة الدافعية الذاتية، لتخرج الدراسة بعدة نتائج منها أن الملاكمين يستجيبون بدرجة عالية جدا للتعبئة النفسية من قبل المدرب، كما أن لديهم السيطرة المحكمة والعالية في استثاراتهم النفسية، ويتقنون المهارات الفردية ويتميزون بالكفاءة العالية ويحترمون جيدا القوانين التنظيمية مع تحليهم بالقيم العالية، ناهيك عن وجود علاقة بين التعبئة النفسية بمحاورها الستة وبين الدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة.

الكلمات الدالة: التعبئة النفسية؛ الدافعية الذاتية؛ الملاكمة.

Abstract:

The study aims to highlight the role of psychological preparedness in charging players' energy, ultimately leading to positive outcomes. It seeks to uncover the relationship between psychological preparedness and the self-motivation of boxing players. Additionally, the study underscores the danger of coaches focusing on physical, technical, and tactical aspects while neglecting the psychological aspects in their training programs. The study sample consisted of 24 boxers selected through a simple method, representing the study community formed by boxing clubs in the M'sila province. Researchers utilized the psychological preparedness scale and a self-motivation questionnaire. The study yielded several results, indicating that boxers respond very highly to psychological preparedness from their coaches. They exhibit strong and high control over their psychological arousal, master individual skills, demonstrate high competence, and show great respect for regulatory laws while embodying high values. Moreover, there is a relationship between psychological preparedness and the six dimensions of self-motivation among boxing players

Keywords: self-directed mobility; self motivation; boxing

يعتبر علم النفس الرياضي مجالاً مهماً ومتنامياً في العلوم الرياضية، حيث يهتم بدراسة العوامل النفسية المؤثرة على أداء الرياضيين وسلوكهم في الرياضة، وكيفية تأثير هذه العوامل على التحصيل الرياضي والنجاح الشخصي. وتشمل مجالات دراسة علم النفس الرياضي العديد من الموضوعات، مثل التعبئة النفسية، والدافعية الذاتية، والتركيز والانتباه، والثقة بالنفس، وإدارة الضغط النفسي، والتحكم في الانفعالات، وتحليل الأداء الرياضي. كما يهدف علم النفس الرياضي إلى تطوير استراتيجيات وتقنيات تحسين أداء الرياضيين، وزيادة الفاعلية النفسية لهم، وتحقيق النجاح الرياضي والشخصي. وتعتبر هذه الاستراتيجيات مهمة لجميع الرياضيين، بدءاً من المحترفين وحتى المبتدئين، وتستخدم في الرياضات الفردية والجماعية، ويمكن القول أن علم النفس الرياضي يلعب دوراً حاسماً في تحقيق الأداء الرياضي المثالي، وتعزيز الصحة النفسية والجسدية للرياضيين، والتحسين من جودة الحياة. والتفوق الرياضي يعتمد بشكل كبير على اللاعب وقدرته في الاستفادة الفعالة من سماته الدافعية، وهذا لا يقل أهمية عن الاستفادة من قدراته البدنية، حيث تلعب السمات الدافعية دوراً حاسماً في تشجيع اللاعبين على استغلال قدراتهم وطاقتهم البدنية بشكل كامل لتحقيق أداء رياضي متميز، ويمكن تطوير هذه السمات من خلال التدريب باستخدام مناهج خاصة مُخصصة لتحسين الأداء النفسي، وهذه المناهج تُعرف بمصطلح "مناهج التدريب على الحالات النفسية". (أسامة كامل راتب، 2000، ص 40)

ويلاحظ أن أغلب اللاعبين يحققون مستويات عالية في المنافسة، في حين تقل تلك المستويات بعد المنافسة التي تليها مباشرة مع العلم أن المهارات التقنية والقدرات البدنية لا يمكن أن تتأثر في هاته الفترة الوجيزة، ولكن الذي يتأثر هو حالة اللاعب النفسية، والتي تحتاج إلى الرعاية النفسية عن طريق التدريب على المهارات النفسية، ومعرفة مصادر الطاقة النفسية السلبية التي تعيق الأداء مثل التوتر والقلق، الخوف... الخ، إن المصادر السلبية للطاقة النفسية تعيق الأداء لأنها تؤدي إلى زيادة التوتر العضلي، فتجعل الانتباه محدوداً والتركيز ضعيفاً، كما أن التعب يحل بسرعة، أما بالنسبة للطاقة السلبية فإن مصادرها الإيجابية تعزز القدرة على الاندماج في الأداء وتعزز تركيز الانتباه، كما أنها تسهم في التخلص من الأفكار السلبية. (أسامة كامل راتب، 2004، ص 189).

وإذا ما أخذنا بعين الاعتبار عملية انبهار الطاقة النفسية لدى اللاعبين فلا شك أن ذلك يرجع لعدة أسباب منها نقص وضعف التحضير النفسي الجيد قبل المنافسات الرياضية، حيث أن الإعداد النفسي يتم التدريب عليه من خلال مساعدة اللاعب ليعتاد على أفكاره وهو ما يسمى بتركيز الانتباه، والقدرة على التحكم في انفعالاته ويتم ذلك من خلال التخلص من التوتر والقلق والخوف من المنافسة. (غضبان أحمد حمزة، 2011، ص 72)

إن الإعداد النفسي له دور كبير ومهم كما يراه المختصون في المجال الرياضي، مع الحرص على ضرورة التنسيق والتكامل والتوفيق بين التحضير النفسي والتحضير البدني والفني من أجل تحقيق أفضل النتائج. (سبخة محمد الأمين وآخرون، 2020، ص 120)

وتشكل التعبئة النفسية والدافعية الذاتية أحد الموضوعات الرئيسية في علم النفس الرياضي، وبشكل خاص في رياضة الملاكمة التي تعتبر رياضة قوية ومتطلبة، وتتطلب تركيزاً وتحضيراً نفسياً كبيراً للمباراة. تتضمن التعبئة النفسية عدداً من العوامل النفسية المهمة، مثل الثقة بالنفس، والتحضير النفسي، والتركيز والانتباه، وتحكم الانفعالات. وكما هو معروف، فإن الأداء الرياضي يتأثر بشكل كبير بحالة اللاعب النفسية، وقد يؤدي الضغط النفسي والقلق إلى تراجع في الأداء وفقدان الثقة بالنفس.

من جهة أخرى، فإن الدافعية الذاتية تعتبر مهمة للغاية في تحقيق النجاح الرياضي، حيث يمكن أن تؤثر بشكل كبير على الأداء الرياضي. وتتضمن الدافعية الذاتية الرغبة الداخلية في تحقيق الأهداف والإنجازات الشخصية، والتفاني في العمل والتحديات، وتحمل المسؤولية الذاتية عن النتائج.

ومن هنا، تتضح أهمية دراسة العلاقة بين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة، وذلك لتطوير استراتيجيات التحضير النفسي والتدريب لتحسين الأداء الرياضي والنجاح الشخصي، وتمثل الشكلية المرتبطة بهذا الموضوع في كيفية تحقيق هذا الهدف، وما هي الأدوات والتقنيات التي يمكن استخدامها لتحسين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة، وهذا ما دفعنا لطرح التساؤل التالي:

- هل توجد علاقة بين التعبئة النفسية وبين الدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة؟

1. التساؤلات الجزئية:

- ما مدى استجابة الملاكمين للتعبئة النفسية من قبل المدرب؟

- هل يتقن الملاكمين المهارات الفردية والسيطرة في استثاراتهم النفسية؟

2. فرضيات الدراسة:

1.2. الفرضية العامة:

- توجد علاقة بين التعبئة النفسية وبين الدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة.

2.2. الفرضيات الجزئية:

- يستجيب الملاكمين بدرجة عالية جدا للتعبئة النفسية من قبل المدرب.

- يتقن الملاكمين المهارات الفردية والسيطرة في استثاراتهم النفسية.

3. أهداف الدراسة:

- الكشف عن علاقة التعبئة النفسية بالدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة.

- التعرف على إمكانية استجابة الملاكمين للتعبئة النفسية من قبل المدرب.

- التعرف على مدى اتقان الملاكمين للمهارات الفردية والسيطرة في استثاراتهم النفسية.

4. أهمية الدراسة:

تعتبر دراسة علاقة التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة من الموضوعات الهامة في عالم الرياضة والنفسية الرياضية، فعندما يتحدث عن التعبئة النفسية فإننا نعني الحالة النفسية التي يصل إليها اللاعب قبل المباراة، وتتضمن عوامل مثل التركيز والاستعداد النفسي والثقة بالنفس والانفعالات.

ومن ناحية أخرى، تعني الدافعية الذاتية الدافعية الداخلية التي يمتلكها الفرد والتي تحفزه للعمل بشكل فعال ومتواصل دون الحاجة إلى تحفيز خارجي. ويعتبر الدافع الذاتي أحد العوامل الرئيسية التي تؤثر على الأداء الرياضي والإنجازات الشخصية.

بالتالي، فإن دراسة علاقة التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة يمكن أن تساعد في فهم أفضل مدى تأثير التعبئة النفسية على الدافعية الذاتية لدى اللاعبين وعلى أدائهم الرياضي. وهذا يمكن أن يساعد في تطوير استراتيجيات التدريب والتحضير النفسي للملاكمين وتحسين أدائهم في الحلبة. كما يمكن أن تفيد هذه الدراسة المدربين والمعالجين النفسيين في تحسين أساليبهم لتحسين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى الرياضيين.

5. المفاهيم ومصطلحات الدراسة:

1.5. التعبئة النفسية:

لغة: تعبئة: مصدر عبء. تعبئة الصندوق بالملابس: ملؤه. (معجم المعاني الجامع).
اصطلاحا: تعني تلك الأساليب ومجموع الإجراءات التي ينتهجها المدرب مع اللاعب أو اللاعب مع نفسه، وذلك بهدف تحقيق أفضل حالة من الاستعداد النفسي الذي يساهم بدوره في تحقيق أداء مميز، وتسمى عادة بـ (حالة الطلاقة النفسية). (محمد، 2010، ص271)

2.5. الدافعية المحددة ذاتيا:

لغة: الدافعية مصدر صناعي من دافع: رغبة، الدافعية اللاشعورية. (المعجم الوسيط)
إصطلاحا: هي التي يقوم فيها الفرد بالأنشطة التي تشبع حاجاته الذاتية والشخصية وتفترض أن دوافع الإنسان تحركها حاجات ملحة، فدافع الإنجاز للفرد ذاتي من الداخل دون الاجتهاد إلى حوافز أو مكافآت، فالدافعية الذاتية يقصد بها إقبال الفرد ذاتيا إما لأسباب داخل الفرد نفسه كالعزيمة والإصرار وتجنب الفشل وإما بسبب العمل نفسه، حيث يكون ممتعا ومسليا أو مهما في حياته. (الصمادي وآخرون، 2012، ص248)

3.5. الملاكمة:

لغة: لاكم يلاكم، ملاكمة، فهو ملاكم، والمفعول مُلاكم.
لاكم خصمه: مارس معه الملاكمة، لاكم كل منهما الآخر. (بوعافية نزار، 2018، ص45)
اصطلاحا: تعد رياضة الملاكمة من أهم الرياضات الفردية الواسعة الانتشار في جميع أنحاء العالم، وهي مظهر للبطولة الفردية فالملاكم وحده هو الذي يتحمل نتيجة المباراة بعكس الألعاب الجماعية، كما تعتبر إحدى الوسائل التربوية المهمة، حيث يتصافح الملاكم مع منافسه قبل اللكم وبعد الانتهاء من المباراة بصرف النظر عن الفائز. (السيد علي شبيب، 2014، ص56)

6. الدراسات السابقة:

1.6. الدراسة الأولى: دراسة نوفل مبارك محمد حامد محمد (2014): الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي رياضة المبارزة.

الهدف من الدراسة:

-بناء مقياس لدافعية الإنجاز للاعبين رياضة المبارزة.

-معرفة مستوى الطلاقة النفسية للاعبين المبارزة مرحلة شباب تحت 20 سنة.

-معرفة مستوى دافعية الإنجاز للاعبين المبارزة مرحلة شباب تحت 20 سنة.

منهج الدراسة: المنهج الوصفي.

عينة الدراسة: قام الباحث باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية وقوامها 12 لاعب مبارزة مشاركين في البطولة الإفريقية للمبارزة تحت 20 سنة شباب.

أدوات الدراسة: - مقياس الطلاقة النفسية للاعبين المبارزة. -مقياس دافعية الإنجاز للاعبين المبارزة.

نتائج الدراسة:

-توجد مصادر متعددة للطلاقة النفسية لدى لاعبي المبارزة ، وقد اختلفت هاته المصادر في درجة شدتها وأهميتها في ترتيب هذه المصادر وفقا لدرجة الأهمية النسبية لكل بعد وقوة تأثيره على لاعبي المبارزة أثناء المبارزة كما يلي:

- الثقة بالنفس

- التركيز الانتباه

- التحكم والسيطرة

- مواجهة القلق

- الاستمتاع بالأداء

2.6. الدراسة الثانية: دراسة "إياد علي الدجني، محمد حسن خليل حمد" بعنوان: الدافعية الذاتية وعلاقتها بالأداء المتميز لدى العاملين في الجامعات الفلسطينية بالمحافظات الجنوبية، - مقال منشور على مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية-.

الهدف من الدراسة :

- معرفة العلاقة القائمة بين الدافعية الذاتية والأداء المتميز للإداريين بجامعات فلسطين.
- التعرف الى مستوى الدافعية الذاتية لدى العاملين الاداريين بالجامعات الفلسطينية.
- الكشف عن دلالة الفروق بين استجابات الباحثين حول درجة الدافعية الذاتية والأداء المتميز في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغيراتهم الشخصية.
- الوقوف على مستوى الأداء المتميز لدى العاملين الاداريين بالجامعات الفلسطينية.
- تحديد طبيعة واتجاه العلاقة بين الدافعية الذاتية والأداء المتميز.

تساؤلات الدراسة:

- ما مستوى الدافعية الذاتية لدى العاملين الاداريين بالجامعات الفلسطينية؟
 - ما مستوى الأداء المتميز لدى العاملين الاداريين بالجامعة الفلسطينية؟
 - هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الدافعية ومستوى الأداء المتميز لدى العاملين الاداريين؟
 - هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة 0.05 بين متوسطات درجات تقدير أفراد العينة لمستوى الدافعية الذاتية والأداء لدى العاملين الاداريين بالجامعات الفلسطينية تعزى لمتغير (الجامعة-الجنس-الحالة الاجتماعية-الفئة العمرية-المؤهل العلمي-سنوات الخدمة)؟
- منهج الدراسة: المنهج الوصفي التحليلي.
- عينة الدراسة: بلغت عينة الدراسة 232 موظفاً وموظفة.
- أداة الدراسة: مقياس الدافعية الذاتية.

نتائج الدراسة:

- درجة شعور العاملين بالدافعية الذاتية جاءت بنسبة مرتفعة جداً وبوزن نسبي (84.19%).
- درجة الأداء المتميز لديهم أيضاً جاء بنسبة مرتفعة جداً بوزن نسبي بلغ (83.6%).
- هناك علاقة طردية قوية ذات دلالة إحصائية بين الدافعية الذاتية ومحاورها الثلاثة (الشعور الذاتي – الشعور بالملكية – القيم التنظيمية) والأداء المتميز لدى العاملين الإداريين في الجامعة الإسلامية وجامعة الأقصى.

3.6. التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال ما تم عرضه من دراسات سابقة ومشابهة فقد اتفقت دراستنا الحالة مع الدراسات السابقة من حيث استعمال المنهج الوصفي وبعض متغيرات الدراسة وكذا أدوات البحث، في حين نجد أن الاختلاف يبقى قائماً من حيث عينة الدراسة ومجتمعها من حيث العدد والمكان والزمان وأيضا من حيث التخصص، من جهة أخرى ساعدتنا هذه الدراسات في تحديد مفاهيم مصطلحات بحثنا وضبط فرضيات الدراسة تحديد منهجية البحث، ومن خلال هذه المعطيات يتضح لنا أن الجديد الذي جاءت به دراستنا هو دراسة العلاقة بين التعبئة النفسية والدافعية المحددة ذاتياً لدى لاعبي الملاكمة.

7. إجراءات البحث الميدانية:

الجزائر-

1.7. منهج الدراسة: يعتبر المنهج من العناصر الأساسية والوسائل الهامة التي ينبغي أن تتوفر في أي دراسة، ومن غير المعقول أن يخلوا أي بحث علمي من منهج عن طريقه يصل الباحث إلى التحقق من صحة الفرضيات أو بطلانها، وبهذا تم اعتماد المنهج الوصفي الذي يصنف ضمن مناهج البحث المتبعة.

2.7. مجتمع وعينة الدراسة: اعتمد الباحثين على دراسة بعض نوادي الملاكمة بولاية المسيلة – الجزائر.

وقد اعتمدنا على عينة قصدية قوامها 24 لاعب تم اختيارها بطريقة بسيطة ممثلة مجتمع الدراسة.

3.7. أدوات جمع البيانات:

1.3.7. مقياس التعبئة النفسية: تكون مقياس التعبئة النفسية من 37 عبارة، منها 20 عبارة سلبية و 17 عبارة إيجابية موزعة على 6 مجالات: (السيطرة على الاستثارة، الوعي الذاتي، تركيز الطاقة العقلية، المحادثة الإيجابية للذات، الكفاح للوصول إلى المستوى الأمثل، مستوى الطموح)، ويحتوي على 4 بدائل: (تنطبق علي تماما، تنطبق علي بشكل كبير، تنطبق علي إلى حد ما، لا تنطبق علي)، وتحسب الدرجة بحيث تعطى (4، 3، 2، 1) للعبارة الإيجابية و (1، 2، 3، 4) للعبارة السلبية، وتكون أعلى الدرجة لتعبئة الطاقة النفسية 148 و 37 هي أقل درجة، المتوسط الفرضي للمقياس هو (92.5) درجة. (الخزاعي، 2004، 67)

2.3.7. استبانة الدافعية الذاتية: تكونت الاستبانة من 22 عبارة، استقرت على الأبعاد التالية: (الشعور الذاتي، الملكية النفسية، القيم التنظيمية)، تم صياغة فقرات الاستبانة بعد تحديد متغيرات البحث، وقد خلت الاستبانة من الأخطاء الإملائية والنحوية.

4.7. أساليب تحليل البيانات:

1.4.7. الصدق: اعتمد الباحث الصدق الذاتي، وهو صدق الدرجات التجريبية بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من شوائب أخطاء الصدفة.

2.4.7. الثبات: تم تقدير ثبات أداة الدراسة على عينة بلغ عدد أفرادها (05) ملاكمين وذلك باستخدام معامل ألفا كرومباخ وهي طريقة ملائمة لأداة الدراسة الحالية كونها تشمل على أبعاد متعددة ويفضل استخدام هذا المعامل عندما يكون الهدف تقدير معامل الثبات ولا يوجد بها إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

الجدول رقم 1: يوضح ثبات المقاييس بمعامل ألفا كرومباخ

المقياس	عدد العبارات	معامل ألفا كرومباخ
التعبئة النفسية	37	0.859
الدافعية	22	0.950

المصدر: من إعداد الباحث حسب مخرجات برنامج التحليل الإحصائي SPSS، 2023.

8. عرض وتحليل النتائج ومناقشتها:

1.8. عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى ومناقشتها:

الفرضية الأولى: يستجيب الملاكمين بدرجة عالية جدا للتعبئة النفسية من قبل المدرب. لتحديد مستوى التعبئة النفسية لدى لاعبي الملاكمة قمنا بحساب واستخراج كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاوزان النسبية وكذا الترتيب لأبعاد الدافعية الذاتية مع الدرجة الكلية للفقرات، بعد ذلك قمنا بتحليل بيانات كل بعد من أبعاد التعبئة النفسية:

الجدول رقم 2: يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاوزان النسبية والترتيب لكل بعد من أبعاد التعبئة النفسية والدرجة الكلية لفقراته

الرقم	أبعاد التعبئة النفسية	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب	الدرجة
1	السيطرة على الاستثارة	8.23	1.657	71.25	4	عالية
2	الوعي الذاتي	8.16	1.874	68.72	5	متوسطة
3	تركيز الطاقة العقلية	7.98	1.957	66.49	6	متوسطة
4	المحادثة الايجابية للذات	8.24	1.642	73.67	3	عالية جدا
5	الكفاح للوصول إلى المستوى الأمثل	8.74	1.217	77.94	1	عالية جدا
6	مستوى الطموح	8.58	1.429	75.31	2	عالية جدا
	الدرجة الكلية لمحور التعبئة النفسية	8.32	1.629	72.23	--	عالية جدا

المصدر: من إعداد الباحث حسب مخرجات برنامج التحليل الإحصائي SPSS، 2023.

من خلال استقراء نتائج الجدول اتضح أن الوزن النسبي للدرجة الكلية لمحور التعبئة النفسية وبناء على إجابات المبحوثين فإنها كانت عالية جدا، حيث بلغ الوزن النسبي للمحور ككل (72.23%)، وجاء البعد الخامس المتمثل في الكفاح للوصول إلى المستوى الأمثل في المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (77.94) يليه البعد السادس المتمثل في مستوى الطموح في المرتبة الثانية بوزن نسبي قدره (75.31) أين جاء البعد الرابع المتمثل في المحادثة الإيجابية للذات في المرتبة الثالثة بوزن نسبي مقدره (73.67)، ويعزو الباحثين ذلك إلى أن الملاكين يستجيبون بدرجة عالية جدا للتعبئة النفسية من قبل المحاضر النفسي أو المدرب حيث أن تلك التهيئة النفسية أدت إلى رفع معنوياتهم وطموحاتهم من أجل الوصول لمستويات أفضل، يأتي بعد ذلك البعد الأول المتمثل في السيطرة على الاستثارة في المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (71.25) وهو ما يؤكد على أن الملاكين لديهم سيطرة محكمة وعالية في استثاراتهم النفسية، ليأتي بعدها البعد الثاني المتمثل في الوعي الذاتي في المرتبة الخامسة بوزن نسبي مقدره (68.72)، والبعد الثالث المتمثل في تركيز الطاقة العقلية في المرتبة السادسة والاختيرة بوزن نسبي قدره (66.49)، وتفسير ذلك أن اللاعبين في هذه النوادي لديهم نوع من الوعي الذاتي وتركيز الطاقة العقلية لديهم متوسط ويرجع ذلك ربما لحب الانتصار الزائد الغير منظم والذي يؤدي عادة لتشتيت التركيز.

2.8. عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية ومناقشتها:

الفرضية الثانية: يتقن الملاكين المهارات الفردية والسيطرة في استثاراتهم النفسية. لتحديد مستوى الدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة قمنا بحساب واستخراج كل من المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاوزان النسبية وكذا الترتيب لأبعاد الدافعية الذاتية مع الدرجة الكلية للفقرات، بعد ذلك قمنا بتحليل بيانات كل بعد من أبعاد الدافعية الذاتية:

الجدول رقم 3: يمثل المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والاوزان النسبية والترتيب لكل بعد من أبعاد الدافعية الذاتية والدرجة الكلية لفقراته

الرقم	أبعاد الدافعية الذاتية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب	الدرجة
-------	------------------------	-----------------	-------------------	--------------	---------	--------

الجزائر-

الدرجة الكلية لمحور الدافعية	7.89	1.279	76.43	--	عالية
3	8.26	1.167	79.34	1	عالية جدا
2	8.09	1.201	76.81	2	عالية جدا
1	7.33	1.469	73.14	3	عالية

المصدر: من إعداد الباحث حسب مخرجات برنامج التحليل الإحصائي SPSS، 2023.

من خلال استقراء نتائج الجدول اتضح أن الوزن النسبي للدرجة الكلية لمحور الدافعية وبناء على إجابات المبحوثين فإنها كانت عالية، حيث بلغ الوزن النسبي للمحور ككل (76.43%)، وجاء البعد الثالث المتمثل في القيم التنظيمية في المرتبة الأولى بوزن نسبي قدر بـ (79.34) ويعزو الباحثين ذلك إلى أن الملاكمين يتقنون المهارات الفردية ويتميزون بالكفاءة العالية والقيم التنظيمية، يليه بعد ذلك البعد الثاني المتمثل في الشعور بالملكية النفسية بوزن نسبي قدر بـ (76.81) ليأتي البعد الأول المتمثل في الشعور الذاتي بوزن نسبي مقدر بـ (73.14)، وتفسير ذلك أن اللاعبين في هذه النوادي يحترمون جيدا القوانين التنظيمية ويتحلون بالقيم العالية ناهيك عن تحلهم بروح المسؤولية وتقديم أفضل ما لديهم.

3.8. عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة ومناقشتها:

الفرضية العامة: توجد علاقة بين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة: من أجل التحقق من وجود علاقة بين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة، قمنا باستخدام معامل ارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول رقم (04):

الجدول رقم 4: يمثل معامل ارتباط بيرسون للتحقق من وجود علاقة بين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
السيطرة على الاستثارة	الدافعية الذاتية	0.586**	0.001
الوعي الذاتي		0.524**	0.001
تركيز الطاقة العقلية		0.537**	0.001
المحادثة الايجابية للذات		0.643**	0.001
الكفاح للوصول إلى المستوى الأمثل		0.697**	0.001
مستوى الطموح		0.672**	0.001

المصدر: من إعداد الباحث حسب مخرجات برنامج التحليل الإحصائي SPSS، 2023.

من خلال استقراء نتائج الجدول رقم (04) نستنتج أن هناك علاقة دالة إحصائية عند مستوى (0.05) بين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة، وذلك من خلال العلاقة الظاهرة بين كل أبعاد التعبئة النفسية وبين الدافعية الذاتية، ويعزو الباحثين ذلك إلى أن الدافعية الذاتية وحدها غير كافية للاعب الملاكمة، بل يجب أن تصحبها التعبئة النفسية التي يقوم بها المدرب والمحضر النفسي للاعبين من خلال تهيئتهم وشحن طاقتهم النفسية عن طريق المصادر الإيجابية والسلبية معا، وبالتالي إثارتهم نفسيا وإبعادهم عن القلق وزرع الثقة في نفوسهم كل هذه الأمور تساعد اللاعبين في رفع وإيقاظ دافعتهم الذاتية التي تساهم في حصد نتائج إيجابية أثناء المنافسات.

وفقاً لتفسير الباحثين، يمكن أن يكون للتعبئة النفسية دور هام في تعزيز الدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة، حيث أن تأثير المدرب والمحضر النفسي في تهيئة اللاعبين له دور هام جداً، وشحن طاقتهم النفسية باستخدام مصادر إيجابية وسلبية. كما أن هذه العوامل تلعب دوراً حاسماً في إثارة اللاعبين نفسياً والابتعاد عن القلق، مما يساهم في زرع الثقة في أنفسهم، وهذه العوامل تُساعد اللاعبين في رفع وتعزيز دافعيتهم الذاتية، مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق نتائج إيجابية خلال المنافسات.

9. الاستنتاجات والاقتراحات:

1.9. الاستنتاجات:

انطلقت هاته الدراسة متمثلة في إشكالية التعبئة النفسية وعلاقتها بالدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة، ولما كانت هذه الدراسة تدخل ضمن الإعداد النفسي فقد أكدنا على ضرورة إدماج هذا النوع من التحضير وإعطائه المكانة اللازمة كغيره من الجوانب الأخرى في المجال الرياضي، وقد تطرقنا إلى التعريف بمصطلحات البحث المتعلقة بموضوع الدراسة تعريفاً لغوياً واصطلاحياً من أجل تحديد أدبيات الدراسة والتراث الفكري لها مع التعرض للدراسات السابقة والمشابهة، كما قمنا بتحديد المنهج المتبع وأدوات البحث المستعملة وضبط العينة التي من خلالها قمنا بتطبيق الأداة في الجانب الميداني بعد تحليل وعرض النتائج المتحصل عليها، وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

- لاعبي الملاكمة لديهم استجابة عالية للتعبئة النفسية من قبل مدربيهم، كما يمتلكون سيطرة محكمة في استناباتهم النفسية.
- يتقن لاعبي الملاكمة مهارات فردية تجعلهم يتميزون بكفاءة عالية ذات قيم تنظيمية، تجعلهم يقدررون القوانين التنظيمية بشكل كبير.
- أسفرت النتائج عن وجود علاقة بين التعبئة النفسية والدافعية الذاتية لدى لاعبي الملاكمة.

2.9. الاقتراحات:

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي للملاكمين بصفة خاصة وللرياضية في جميع التخصصات بصفة عامة.
- التركيز على تعبئة الطاقة النفسية للاعبين كونها عنصر فعال يساهم في تهيئة اللاعب مع دافعيته الذاتية بشكل إيجابي.
- التحضير النفسي في الألعاب الفردية والفنون القتالية لا يقل أهمية عن التحضير البدني كونه مكمل له من أجل تحقيق النجاح.

10. قائمة المصادر والمراجع المعتمدة في الدراسة:

1. راتب، أسامة كامل، تدريب المهارات النفسية التطبيقية في المجال الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2000.
2. راتب، أسامة كامل، تدريب المهارات النفسية وتطبيقات في المجال الرياضي، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، 2004.
3. السيد، علي الشيب، التدريب الرياضي، ط1، دار الوفاء لندنيا الطباعة، مصر، 2014.
4. سبخة محمد الأمين، حجار خرفان محمد، جمال شنفاوي، دور الإعداد النفسي في تنمية سمة دافعية الإنجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة – فئة الأشبال، مجلة التحدي، المجلد 12، العدد 01، 2020، الصفحة 118-131.

الجزائر-

5. غضبان أحمد حمزة، دور التحضير النفسي في التقليل من الاضطرابات النفسية في رياضة كرة السلة، مجلة التحدي، المجلد 3، العدد 1، 2011، الصفحة 71-83.
6. هوشيار، محمد عبد الرحمن، تعبئة الطاقة النفسية ومفهوم الذات البدني وعلاقتها بمهارة الدفاع عن الملعب بالكرة الطائرة، مجلة علوم التربية الرياضية، المجلد 3، العدد 2، 2010، الصفحة 266-287.
7. الصمادي، عبد الله، والعنزي، خالد، الخصائص السيكومترية لمقياس الدافعية الأكاديمية الداخلية لدى طلبة المرحلة المتوسطة في السعودية، مجلة رابطة التربية الحديثة، مصر، المجلد 5، العدد 16، 2012، الصفحة 243-280.
8. الدجني، إياد علي، خليل، محمد حسن، الدافعية الذاتية وعلاقتها بالأداء المتميز لدى العاملين في الجامعات الفلسطينية بالمحافظات الجنوبية، مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية، المجلد 29، العدد 2، 2020، الصفحة 35-65.
9. نوفل، مبارك محمد حامد، الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي رياضة المبارزة، قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازلات، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة بنها، مصر، 2014.
10. بوعافية، نزار، المحددات البدنية لعملية انتقاء ناشئي الملاكمة، قسم التدريب الرياضي، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة المسيلة، الجزائر، 2018.