



جامعة سوهاج

مجلة سوهاج لعلوم وفنون

كلية علوم الرياضة

التربية البدنية والرياضة

"التنمر وتأثيره على الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة"

(دراسة استكشافية للأسباب والآثار وسبل المواجهة)

أ.د/ مبارك محمد حامد نوفل

أ.م.د/ عبدالعزیز حسن عبدالعزیز

مجلة سوهاج لعلوم وفنون التربية البدنية والرياضة العدد السادس عشر (الجزء الثاني) إبريل 2025م

الترقيم الدولي: (print ISSN 2682-3748) online (ISSN 2682-3837)

المستخلص

التنمر وتأثيره على الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة

(دراسة استكشافية للأسباب والآثار وسبل المواجهة)

* ا.د / مبارك محمد حامد نوفل

* ا.م.د / عبد العزيز حسن عبد العزيز عبد التواب

يهدف البحث الى التعرف على يهدف هذا البحث إلى التعرف على التنمر وتأثيره على الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وبلغت العينة لاعبي منطقة القليوبية في الملاكمة والمشاركين في بطولة الجمهورية للشباب المقامة في الإسماعلية مواليد 2007 (موسم 2024-2025) واشتملت على عدد (20) لاعب وصلوا لدور الثمانية وتم تقسيم العينة إلى (10) ملاكمين فائزين ، و(10) ملاكمين مهزومين ، في الأدوار التمهيدية ، واستخدم الباحث لجمع البيانات - تم استخدام مقياس التنمر . من إعداد الباحثان والمكون من (36) عبارة مرفق رقم (3) و مقياس الثقة بالنفس من إعداد الباحثان والمكون من (20 عبارة) مرفق رقم (4) وكانت أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى التنمر بأبعاده المختلفة (الجوانب النفسية، الترهيب، التسلط) ، ويوصي الباحث بضرورة الاهتمام بتطبيق مقياس التنمر الرياضي بشكل دوري على الملاكمين وعلى المنتخبات القومية بصفة خاصة.

Abstract

Bullying and its Impact on Self-Confidence among Boxing Players (An Exploratory Study of Causes, Effects, and Responses)

-Prof. Dr. Mubarak Muhammad Hamid Noufal *

— Asst. M. Dr. Abdel Aziz Hassan Abdel Aziz Abdel Tawab *

The research aims to identify the aim of this research to identify bullying and its impact on self-confidence among boxing players. The researcher used the descriptive approach. The sample consisted of boxing players from Qalyubia region who participated in the Republic Youth Championship held in Ismailia, born in 2007 (2024-2025 season). It included (20) players who reached the quarter-finals. The sample was divided into (10) winning boxers and (10) losing boxers in the preliminary rounds. The researcher used the bullying scale prepared by the researchers, consisting of (36) statements, attached No. (3)

and the self-confidence scale prepared by the researchers, consisting of (20 statements), attached No. (4). The most important results were the presence of statistically significant differences between the winning and losing boxers in favor of the winning boxers in the level of bullying With its various dimensions (psychological aspects, intimidation, bullying), the researcher recommends the necessity of paying attention to applying the sports bullying scale periodically to boxers and national teams in particular

التنمر وتأثيره على الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (دراسة استكشافية للأسباب والآثار وسبل المواجهة)

* ا. د/ مبارك محمد حامد نوفل

* ا. م. د/ عبد العزيز حسن عبد العزيز عبد التواب

المقدمة ومشكلة البحث:-

تعد وزارة الشباب والمؤسسات الرياضية ذو دور كبير وهام في توجيه الشباب نحو أهمية الرياضة والحالة الصحية لهم في بناء أجسامهم بناحية صحية وبدنية بصورة جيدة تساهم في الحفاظ علي سلامة الوطن والحفاظ علي كل حبة رمل من تراب هذا الوطن فالرياضي المتميز يكون متميز في شتي المجالات، ويتطلب إعدادهم كمواطنين صالحين عبء على كاهل الدولة بجميع مؤسساتها الرياضية والعلمية والتربوية وذلك عن طريق إعداد البرامج الرياضية التي تنبثق أهدافها من الأهداف العامة للدولة، وتعتبر الأندية والمدارس الرياضية من أهم المؤسسات التدريبية والتعليمية والتربوية التي تكسب اللاعب والطالب العديد من المنافع والفوائد حيث يتعلم ويتدرب علي حب الوطن واكتساب الأخلاق والثقة بالنفس وحب المنافسة ليكون اسم الوطن في مقدمة الدول علي منصات التتويج، بالإضافة لتعلم المهارات الرياضية التخصصية الجديد والتي تؤهله للتعامل مع الناس والبيئة المحيطة به وحب الخير للآخرين.

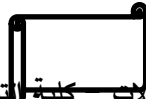
ويعد المجال الرياضي من أهم المجالات التي تعود بالنفع على الإنسان في الناحية الصحية والبدنية والرياضية والمالية والتي لا تقل أهمية في دراستها عن باقي العلوم مثل الرياضيات، واللغات، ومن الجدير بالذكر أن تدريس وتدريب التربية الرياضية له استراتيجيات ووسائل وأساليب تدرّس للمعلمين والمدربين في الجامعات، وذلك بهدف الارتقاء بمستوي الفرد والمجتمع، والتي بدورها تساعد في تنمية النشء.

ويعرف التنمر بأنه أحد أشكال الإساءة والإيذاء المنعقد لفرد ما أو مجموعة من الأشخاص من قبل أشخاص سيئين يملكون السلطة ويشعرون أنهم غير قادرين على مواجهتهم، ويكون التنمر على شكل إساءة لفظية، أو جسدية، أو نفسية، أو عاطفية. ويتمثل التنمر في شكلين كالآتي: -

1- التنمر المباشر: أي وجهاً لوجه ويشمل أفعالاً جسدية: كالضرب والركل، أو أفعال لفظية تتمثل بإلقاء الشتائم والإهانات.

2- التنمر غير المباشر: يحدث بطريقة لا ينتبه لها الآخرون لكنه يسبب الأذى، ويتمثل في نشر الإشاعات أو الأكاذيب وغير ذلك.

ولذلك يجب اتخاذ الإجراءات المناسبة في حالة التعرض للتنمر للتغلب عليه، وذلك من خلال ما يأتي: -



* استاذ المبارزة - قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها .

* أستاذ مساعد - قسم نظريات وتطبيقات رياضات المنازل - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها.

- 1- الدعم النفسي: لابد من إيجاد ملجأ يزيد الفرد بالدعم النفسي، وخاصة من قبل الأهل والأصدقاء، حيث يساهم ذلك في منح الفرد المساعدة لتخفيف أثر التنمر الواقع عليه، ومنحه القوة اللازمة لمواجهته.
 - 2- تفهم الشخص المتنمر: يساهم فهم شخصية الشخص المتنمر في تحديد الأسباب التي دفعتة إلى ممارسة هذا السلوك، وتحديد ما إذا كان مجبراً أو يعاني من مشكلة ما، حيث يساعد ذلك على تقليل الأثر الحاصل للطرف الآخر من هذا التنمر.
 - 3- تقليل المشاعر: يواجه الشخص خليطاً من المشاعر المتقبلة نتيجة تعرضه للتنمر، والتي تتضمن مشاعر الحقد، والغضب، والاكتئاب، والقلق والحزن وغيرها، لذلك من المهم جداً عدم اتخاذ أي قرار سلبي، ومحاولة تفهم هذه المشاعر وأسبابها، أو مشاركة هذه المشاعر السلبية مع أشخاص ثقة، بحيث يتمكن من التخلص من تلك المشاعر.
 - 4- إدارة القدرات العقلية: المحاولة في التغلب على آثار التنمر العقلية والتقليل من التوتر من خلال تجنب عزل الذات عن الآخرين. وممارسة بعض الممارسات التي تساهم في ذلك كاليوجا أو تمارين التأمل أو الاستمتاع بممارسة الهوايات المفضلة، التطوع ويعتبر العمل التطوعي ومساعدة الأشخاص الآخرين الذين يتعرضون للتنمر من الوسائل التي تزيد الثقة بالذات وتقلل من آثار التنمر الواقعة على الفرد. (15)
- وحيث يرى الباحث أن الرياضات التي تعتمد على القوة كالملاكمة وسيلة لتفريغ الطاقات الكامنة، وهذا يساعد على إزالة الخوف، والتوتر، والضغطات التي تحدث خارج الحلبة، كما أنها تحد من الآثار النفسية الناتجة عن أمور كثيرة كأن تعزز الثقة بالنفس، مفيدة للعقل: تعتمد هذه الرياضة كثيراً على أمور التفكير والتركيز اللتان تسهمان في تعزيز القدرات العقلية، والذهنية؛ ويكون ذلك بسبب قدرتها الكبيرة على التنسيق بين اليد والعين، ليحمي اللاعب نفسه من الضربات، والقدرة على تسديد اللكمات القاضية.
- وتظهر الثقة بالنفس خلال الهجوم والدفاع في المحاولات الفردية التي يقوم بها اللاعب دون أي اعتماد مباشر على زملائه في الفريق بالرغم من أمكانية التعاون معهم، فالمنافسة هي المرحلة العليا في تركيب النشاط الرياضي فهي تسمح للجميع بمشاهدة جوانب القوة والضعف للرياضيين من الناحية البدنية والمهارية والنفسية كما أنها تنمي وتصل الصفات البدنية للرياضي. (1 : 83)
- الثقة بالنفس لدى الرياضيين في المنافسات
- الثقة: هي شعور اللاعب بأن أدائه سوف يكون جيداً بغض النظر عن النتائج، وحتى إذا كان المنافس متفوقاً عليه.
- لذلك فإن الأداء الجيد المقرون بالثقة بالنفس ليس من الضروري أن يؤدي دائماً تحقيق المكسب، حيث يمكن عدم تحقيق الفوز أو المكسب، ولكن هذا لا يفقد الرياضي الشعور بالثقة أو إجادة الأداء ففي المخطط نلاحظ أن الذين يتصفون بالثقة الزائفة والمبالغ بها والذين غير واثقين من أنفسهم أي يعوزهم الثقة بالنفس فإن مستوى أدائهم يكون منخفض بينما نلاحظ الأشخاص الرياضيين الواثقين من أنفسهم أي إن مقدار الثقة بالنفس لديهم يكون بدرجة مثلى نلاحظ أن أداءهم يكون مرتفع وهذا هو المستوى المرغوب فيه من الثقة.

الثقة بالنفس المثلى: - هي ثقة الإنسان في صفاته وقدراته وتقييمه للأمور، وهي إيمان الإنسان بأهدافه وقراراته وبقدراته وإمكاناته، أي الإيمان بذاته، ويعرف الإنسان الواثق من نفسه في علم النفس بأنه الشخص الذي يحترم ويقدر ذاته، ويحب نفسه ولا يعرضها للأذى، ويثق بقدراته على اتخاذ القرارات الصائبة ويدرك كفاءته، كما يتسم الشخص الواثق بنفسه بالاطمئنان والتفاؤل والقدرة على تحقيق الأهداف، وتقييم الأشخاص والعلاقات بشكل صحيح بناءً على نظرته لنفسه وتقديره لذاته، وتبدأ الثقة بالنفس بالتكون على مدار السنوات ابتداءً من الولادة حتى المرور بأول التجارب والانطباعات وتجارب الحياة في الدوائر الأسرية، والمدرسة، والجامعة، ومع المعلمين والأصدقاء.

"ان الثقة بالنفس مفهوم نفسي يتطور عند الفرد بفعل الخبرة والممارسة والإدراك" وهي " عامل أساسي في تكوين مظاهر الشخصية".

ويرى كثير من الرياضيين أن الثقة بالنفس Self-Confidence هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز، وهذا اعتقاد خاطئ، ربما يؤدي الى مزيد من الافتقاد إلى الثقة أو الثقة الزائدة، ولكن المفهوم الصحيح لها يعني : توقع الرياضي الواقعي بتحقيق النجاح، فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل أن يفعله الرياضي، لكن ما الأشياء الواقعية التي يتوقع عملها.

وقد يكون من المناسب أن نفرق بين العمل بثقة، وتوقع النتائج، فتوقع النتائج يعني الى أي مدى يتوقع اللاعب تحقيق المكسب أو الخسارة في المنافسة، في حين أن الثقة بالنفس هي شعور اللاعب بأن أدائه سيكون جيداً بصرف النظر عن النتائج حتى إن كان المنافس متفوقاً عليه، لذلك فإن الأداء الجيد المقرون بالثقة ليس من الضروري أن يؤدي دائماً الى تحقيق المكسب. (14)

كما أن ظروف رياضة الملاكمة تتطلب من اللاعب إن يبذل أقصى ما يمكنه من مهارات بدنية ومهارية وخططيه ونفسية لأنه يواجه منافسة عالية، الأمر الذي يتطلب منه تقييماً وتنظيماً لأفكاره وانفعالاته تنظيمياً ذاتياً لأنه يؤثر بشكل كبير على تحقيق أي أداء مما يفقده الثقة بالنفس والشعور بالقدرة على التقدم للأمام ومواجهة المخاوف ويكون إدراك النجاح قليل لديه مما يؤثر على مستوى أدائه وسلوكه خلال المنافسة الأمر الذي يتطلب قياس سلوكه التنافسي وثقته بالنفس في تحقيق الفوز أثناء المنافسة وتأثير على الأداء لتحقيق الإنجاز.

ومن هنا تبرز أهمية البحث من خلال التعرف على التنمر وعلاقته بالثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة، وهذا سوف يساهم في التعرف على بعض الجوانب النفسية التي في حال الاهتمام بها سوف تساعد في الوصول للمستوى متقدم في أداء اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية، وأنها من الجوانب المهمة التي يجب مراعاتها في التدريب والمنافسة ويجب أن يؤخذ بنظر الاعتبار هو الجانب النفسي الذي يعد من الجوانب المهمة والمؤثرة في تحقيق النتائج الجيدة والوصول إلى الإنجاز إذ أن التنمر يؤثر على الثبات الانفعالي وثقة اللاعب في نفسه وتؤثر بالتالي على قدرته في التنافس وتحقيق الفوز على اللاعبين المنافسين والتركيز في المباراة، ويؤثر على قدرتهم في مواجهة المنافسات الصعبة مما يؤثر على سلوكه في المنافسة الرياضية، وخاصة في المواقف الصعبة والحاسمة للفوز.

ومن خلال اطلاع الباحث على ما أتيج له من دراسات سابقة المرتبطة بالتنمر وعلاقتها بالثقة بالنفس والإلمام بأهميتهما في المجال الرياضي بصفة عامة وأهميتها في رياضة الملاكمة بصفة خاصة لاحظ عدم وجود أي دراسة تتحدث عن التنمر وعلاقته بالثقة بالنفس في رياضة الملاكمة. ومن خلال عمل الباحث أستاذ مساعد ورئيس شعبة الملاكمة وعضو مجلس إدارة منطقة القليوبية لرياضة الملاكمة، مما سهل للباحث تطبيق البحث على عينة البحث مما دفع الباحث لإجراء هذا البحث للتعرف على " التنمر وعلاقته بالثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة.

أهداف البحث :-

يهدف هذا البحث إلى التعرف على التنمر وتأثيره على الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (دراسة استكشافية لأسباب والآثار وسبل المواجهة) من خلال التعرف على :-
1- الفروق في مستوى التنمر الرياضي لدى لاعبي الملاكمة.
2- الفروق في مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة.
3- العلاقة الارتباطية بين مستوى التنمر الرياضي ومستوي الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة.

3/1 تساؤلات البحث :-

1- هل توجد فروق في مستوى التنمر الرياضي لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟
2- هل توجد فروق في مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟
3- هل توجد علاقة ارتباطية بين مستوي التنمر الرياضي ومستوي الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟

مصطلحات البحث :-

- التنمر: - الأفعال المتكررة التي تنم عن العدائية والسخرية، أو السلوكيات التي تهدف إلى استبعاد الآخر ويمكن أن تشمل التصرفات التي تعد تنمرا على الإساءات اللفظية أو المكتوبة، والتنازب بالألقاب، أو الاستبعاد من النشاطات والمناسبات الاجتماعية، أو الإساءة الجسدية، أو الإكراه على فعل معين. (7 : 39)
- الثقة بالنفس: - تعرف بأنها "درجة التأكد واليقينية بأن اللاعب يمتلك القدرة على النجاح في الرياضة. (11 : 340)

إجراءات البحث :-

منهج البحث: - استخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمة لطبيعة البحث.

مجتمع البحث :-

يمثل مجتمع البحث من لاعبي منطقة القليوبية للملاكمة المشاركين في بطولة الجمهورية والتي وعددهم (36) لاعب فئات مختلفة الأوزان، تم التطبيق على عينة (30) لاعب، منهم (20) لاعب وصلوا لدور الثمانية عينة رئيسية، (10) لاعبين عينة استطلاعية.

عينة البحث :-

اختيرت عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية من لاعبي منطقة القليوبية في الملاكمة والمشاركين في بطولة الجمهورية للشباب المقامة في الإسماعلية مواليد 2007 (موسم 2024-2025) واشتملت على عدد (20) لاعب وصلوا لدور الثمانية وتم تقسيم العينة إلى (10) ملاكمين فائزين، و(10) ملاكمين مهزومين، في الأدوار التمهيديّة، واختيرت عينة البحث الاستطلاعية بالطريقة العمدية وعددها (10) من لاعبي الملاكمة ضمن فريق منطقة القليوبية للملاكمة خارج عينة البحث الأساسية وذلك لحساب المعاملات العلمية للقياسات البحثية. وقد قام الباحثان بالتأكد من اعتدالية توزيع عينة البحث في متغيرات النمو (السن- الوزن - سنوات التدريب) ويوضح ذلك جدول رقم (1)

جدول (1)

يوضح تجانس عينة البحث في متغيرات السن والطول والوزن وسنوات التدريب $n = 30$

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
السن	16.233	16.00	0.7466	- 0.441
الوزن	46,8	47.00	2.295	- 0.177
سنوات التدريب	7.167	7.00	0.7466	- 0.286

يوضح الجدول رقم (1) أن قيمة معامل الالتواء انحصرت بين (0.016 : 1.509) أي أن العينة متجانسة في المتغيرات (السن والعمر التدريبي والوزن) حيث إن قيمة معامل الالتواء انحصرت بين ($3 \pm$).

وسائل وأدوات جمع البيانات :-

- 1- استمارة لتسجيل متغيرات النمو وبيانات الملاكمين. مرفق رقم (1)
- 2- ميزان طبي معاير وذلك لقياس الوزن مقدرا بالكيلوجرام وشريط لقياس الطول بالسنتيمتر مرفق رقم (2)
- 3- تم استخدام مقياس التنمر . من إعداد الباحثان والمكون من (36) عبارة مرفق رقم (3)
- 4- مقياس الثقة بالنفس من إعداد الباحثان والمكون من (20 عبارة) مرفق رقم (4)

مقياس التنمر الوظيفي :- هي استمارة أعدها الباحث واتبع في إعدادها الآتي :-

- 1- تحديد هدف المقياس: تم تحديد هدف المقياس وقد تمثل في معرفة التنمر الوظيفي لدى مدرسات التربية الرياضية العاملات لدى لاعبي نادي بنها الرياضي بمنطقة القليوبية للملاكمة.
- 2- تحديد محاور المقياس: - من خلال إطلاع الباحث على الدراسات السابقة، قام الباحث بتحديد مجموعة من المحاور وقد تمثلت محاور المقياس الآتي:

* الجوانب الاجتماعية	* الجوانب النفسية	* الجوانب الأكاديمية
* الجوانب القانونية	* الجوانب التقنية	* الاستبعاد
* التهريب	* التسلط	* الاستقواء

وقد قام الباحث بعرضهم على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الملاكمة، قوامها (10) خبراء وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبتها، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (2)

آراء السادة الخبراء حول مدى مناسبة محاور المقياس (ن = 10)

م	المحور	التكرار	النسبة المئوية
1	الجوانب الاجتماعية	6	60 %
2	الجوانب الأكاديمية	5	50 %
3	الجوانب النفسية *	9	90 %
4	الجوانب القانونية	4	40 %
5	الجوانب التقنية	3	30 %
6	الاستبعاد	5	50 %
7	الترهيب *	8	80 %
8	التسلط *	10	100 %
9	الاستقواء	4	40 %

يتضح من جدول (2) تراوحت النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مدى مناسبة محاور المقياس ما بين (30% : 100%)، وبناءً على آراء السادة الخبراء تم الموافقة على محاور المقياس وذلك التي حصلت على نسبة أعلى من 70% من آراء السادة الخبراء، وتم استبعاد المحاور التي حصلت على نسبة أقل من 70% من آراء السادة الخبراء.

صياغة عبارات المقياس :-

قام الباحث بوضع مجموعة من العبارات لكل محور من محاور المقياس النهائية، وقد بلغ عدد العبارات (45) عبارة، وقد قام الباحثان بعرض تلك العبارات على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الملاكمة وقوامهم (10) خبراء مرفق (1)، وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة العبارات لمحاور البحث.

جدول (3)

عدد العبارات التي تم حذفها من الصورة المبدئية للاستبيان

م	المحاور	عدد العبارات في الصورة المبدئية	عدد العبارات المحذوفة	أرقام العبارات المحذوفة	عدد العبارات النهائية
1	الجوانب النفسية	15	3	43 ، 44 ، 45	12
2	التهريب	15	3	28 ، 29 ، 30	12
3	التسلط	15	3	2 ، 3 ، 4	12
	إجمالي العبارات	45	9		36

يتضح من جدول (3) أنه بعد العرض على الخبراء تم حذف العبارات التي حصلت على نسبة أقل من 70% من اتفاق الخبراء وقد بلغت عدد العبارات المحذوفة (9) عبارات لتصبح الصورة النهائية مكونة من (36) عبارة.

الصورة النهائية للمقياس :-

قام الباحث بكتابة شكل المقياس في صورته النهائية وذلك بترتيب العبارات تبعاً للمحور المنتمي إليه بحيث تجمع العبارات الخاصة بكل محور من محاور المقياس مع بعضها بعد التطبيق. تصحيح المقياس: لتصحيح المقياس قام الباحث بوضع ميزان تقديري خماسي وفقاً لرأي السادة الخبراء، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي: دائماً (5) خمس درجات، غالباً (4) أربع درجات، أحياناً (3) ثلاث درجات، نادراً (2) درجتان، أبداً (1) درجة واحدة.

المعاملات العلمية لكل من مقياس التنمر الرياضي ومقياس الثقة بالنفس :-

حساب المعاملات العلمية لمقياس التنمر الرياضي:-

صدق المحتوى:

استخدم الباحث صدق المحكمين حيث قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الملاكمة وقوامها (10) خبراء وذلك لإبداء الرأي في ملاءمة المقياس فيما وضع من أجله، والجدول التالي يوضح النسبة المئوية لأراء الخبراء على عبارات المقياس.

جدول (4)

النسبة المئوية لأراء الخبراء على عبارات مقياس التمر الرياضي (ن = 10)

المحاور									
العبارات									
8	7	6	5	4	3	2	1	رقم العبارة	الجانب النسبية
9	10	10	7	%90	100 %	10	8	تكرارها	
%90	%100	%100	%70	%90	100 %	%80	%80	النسبة المئوية	
	15	14	13	12	11	10	9	رقم العبارة	
	4	3	3	10	8	9	8	تكرارها	
	%40	%30	%30	%80	%10	%90	%80	النسبة المئوية	
8	7	6	5	4	3	2	1	رقم العبارة	الترتيب
10	10	9	10	10	10	9	10	تكرارها	
%90	%80	%90	%90	100 %	%80	%90	%90	النسبة المئوية	
	15	14	13	12	11	10	9	رقم العبارة	
	2	3	6	8	9	10	9	تكرارها	
	%20	%30	%60	%80	%90	100 %	%90	النسبة المئوية	
8	7	6	5	4	3	2	1	رقم العبارة	التسلط
10	9	10	9	4	5	4	8	تكرارها	
%100	%90	%100	%90	%40	%50	%40	%80	النسبة المئوية	
	15	14	13	12	11	10	9	رقم العبارة	
	9	10	8	10	10	9	10	تكرارها	
	%90	%100	%80	100 %	100 %	%90	100 %	النسبة المئوية	

يتضح من جدول (4) تراوحت النسبة المئوية لأراء الخبراء حول عبارات المقياس ما بين (20%): 100%)، وبذلك تم حذف عدد (9) عبارات أقل من 70% لتصبح الصورة النهائية للمقياس مكونة من (36) عبارة.

صدق الاتساق الداخلي: ولحساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (10) لاعبين من منطقة القليوبية للملاكمة ومن مجتمع البحث ومن غير العينة الأصلية للبحث، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (5)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه (ن = 10)

المحاور						العبارات
الجوانب النفسية	رقم العبارة	1	2	3	4	5
		0.763	0.823	0.762	0.899	0.879
	معامل الارتباط	*	*	*	*	*
		0.924	0.958	0.899	0.899	0.924
	رقم العبارة	7	8	9	10	11
		0.958	0.958	0.899	0.899	0.899
الترهيب	رقم العبارة	1	2	3	4	5
		0.876	0.722	0.882	0.948	0.811
	معامل الارتباط	*	*	*	*	*
		0.924	0.924	0.906	0.826	0.762
	رقم العبارة	7	8	9	10	11
		0.762	0.924	0.906	0.826	0.762
التسلط	رقم العبارة	1	2	3	4	5
		0.728	0.899	0.924	0.924	0.924
	معامل الارتباط	*	*	*	*	*
		0.906	0.86	0.924	0.944	0.924
	رقم العبارة	7	8	9	10	11
		0.906	0.86	0.924	0.944	0.924

قيمة ر عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 8 = 0.549

يتضح من جدول (5) أن معاملات الارتباط لمحور:

- الجوانب النفسية تراوحت ما بين (0.68: 0.91) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية.

- الترهيب تراوحت ما بين (0.71: 0.87) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية.

- التسلط بين (0.68: 0.91) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائية.

جدول (6)

الصورة النهائية للمقياس ومعامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس (ن = 10)

محور	م	العبارات	الانحراف	المتوسط	قيمة ر
تسلط	1	أحيانا أقوم بعرقلة أحد اللاعبين أثناء التمرين.	0.48	2.3	*0.728
ترهيب	2	بعثت برسائل تخويف إلى بعض اللاعبين بغرض تقليل مستوى الأداء عندهم.	0.67	2	*0.876
ترهيب	3	تعمدت عرقلة أحد اللاعبين أثناء التمرين.	0.63	2.2	*0.722
ترهيب	4	أحب إلحاق الأذى بالآخرين داخل التدريب وخارجه.	0.82	2	*0.882
نفسية	5	نشرت الشائعات الإلكترونية عن بعض اللاعبين وتسببت في استبعاده من الفريق.	0.67	2.3	*0.763
نفسية	6	أتلقت الأدوات الخاصة بأحد اللاعبين ليستبعد من البطولة.	0.74	1.9	*0.823
نفسية	7	انتابني سعادة غامرة حينما تم استبعاد أحد اللاعبين في نفس الوزن من البطولة.	0.48	2.7	*0.762
تسلط	8	يتصف المدرب بالتسلط والجبروت في التمرين والتوجيه في المباريات.	0.67	2.3	*0.924
تسلط	9	طرحت أحد اللاعبين أرضاً ولم أعبئ لتنبهات الحكم بالتوقف.	0.74	2.1	*0.944
ترهيب	10	أشعر بالسعادة حينما يسخر اللاعبون من زميل منافس لي أو يكتب عنه منشور سيء.	0.48	2.7	*0.762
ترهيب	11	أصطنع مواقف مضحكة لإحداث مشاحنات بين اللاعبين بعضهم البعض والمدرّب.	0.67	2.3	*0.924
تسلط	12	يتعامل المدرب والمدير الإداري معي بتجاهل وكبرياء وغطرسة.	0.79	2.2	*0.958
تسلط	13	أحيانا أفتعل أشياءاً للتقليل من زملائي أثناء التدريب والاستعداد للمباريات.	0.71	2.5	*0.855
نفسية	14	أشعر بالسعادة حينما أقوم بمضايقة اللاعب الأفضل مني.	0.79	2.2	*0.958
نفسية	15	أشعر بالإحباط حينما لا يشاركني المدرب الرأي في الخطة التدريبية.	0.67	2.3	*0.899
نفسية	16	أبعث برسائل إلكترونية للمدرّب وبقرأها ومع ذلك يتجاهل الرد عليها.	0.63	2.2	*0.899
تسلط	17	التعليقات السلبية تسبب لي إعاقة في التقدم لمستوى الفورمة الرياضية.	0.82	2.3	*0.924
تسلط	18	اتهمت بالتقصير وأطلق على ألقاب مسيئة لا أقبلها وتؤثر على حالتي النفسية.	0.82	2.3	*0.924
ترهيب	19	أحيانا أقوم بالتعدي على دور أحد اللاعبين وأخذ دوره أثناء التمرين بالقوة.	0.74	2.1	*0.948
ترهيب	20	أقوم بعمل مواقف مضحكة على جروب الفريق للتقليل من أحد اللاعبين.	0.48	2.3	*0.811
نفسية	21	مارست العنف مع المدرب حتى لا أشارك في بطولة بها منافس قوي.	0.63	2.2	*0.899
نفسية	22	اتفقت مع بعض اللاعبين لمخالفة تعليمات المدرب لإلغاء التمرين.	0.70	1.6	*0.879
تسلط	23	يقوم بعض اللاعبين بالتمتر والتسلط على لجعلني أضحوكة أمام الجماهير.	0.74	1.9	*0.906
تسلط	24	يتم النظر إلى بطريقة فيها من السخرية والاستهزاء والتقليل من كفاءتي التدريبية.	0.53	1.5	*0.86
ترهيب	25	اتهمت أحد اللاعبين ببوست إلكتروني بأفعال لم يقوم بها.	0.74	1.9	*0.906
ترهيب	26	أشعر بالسعادة حينما أنظر بسخرية واستهزاء لأحد اللاعبين.	0.57	1.9	*0.826
ترهيب	27	أحب أن أقوم بأعمال مخالفة لتعليمات المدرب لمعرفة رد فعله واللاعبين.	0.48	2.7	*0.762
نفسية	28	أجد لا مبالاة حين أعرض أفكار جديدة في التمرين تساعد في رفع المستوى المهاري.	0.67	2.3	*0.924
نفسية	29	في حالة نجاح اللاعب والفوز بالبطولة ينسب المدرب الفضل لنفسه فقط.	0.79	2.2	*0.958
ترهيب	30	ينتابني الفضول لعمل مقالب وإشاعة الفتنة بين اللاعبين من أجل إحداث مشاجرات.	0.71	2.5	*0.855
ترهيب	31	أحيانا أكتب منشورات إلكترونية مفتعلة تسبب المشاكل للاعبين والمدرّب.	0.79	2.2	*0.958
تسلط	32	يتم التعليق برسالة إلكترونية بها ألفاظ مزعجة وخادشه للحياء من الجمهور واللاعبين.	0.67	2.3	*0.899
نفسية	33	أحيانا أفكر في الاعتزال عن اللعب أو المشاهدة للرياضة المحببة لي بسبب سوء المعاملة	0.63	2.2	*0.899
نفسية	34	للمدرّب لاعبين معينين يفضلهم ودائم توجيههم والثناء عليهم دون غيرهم.	0.82	2.3	*0.924
تسلط	35	يتم نشر الشائعات عني والأكاذيب وهذا يسبب لي من التوتر والقلق أثناء اللعب.	0.82	2.3	*0.924
تسلط	36	يتم النظر إلى بنظرات مخيفة من الجمهور نتيجة الشائعات الإلكترونية الكاذبة والافتراءات	0.47	2	*0.778

قيمة ر عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 8 = 0.549

يتضح من جدول (6) وجود ارتباط قوي بين عبارات بعد مقياس التمر الرياضي بأبعاده المختلفة وبين المجموع الكلي حيث انحصرت قيمة معامل الارتباط بين (0.958:0.722) وكانت قيمة ر المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

الثبات:

لحساب ثبات المقياس قام الباحث باستخدام معامل الارتباط وذلك بتطبيقها على عينة قوامها (10) لاعبين من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأصلية.

جدول (7)

معاملات الثبات باستخدام معامل الارتباط للمقياس (ن = 10)

م	المحاور	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		قيمة ر
		ع	م	ع	م	
1	الجوانب النفسية	2,917	0,669	3,417	0,669	* 0,6949
2	الترهيب	2,417	0,515	2,583	0,515	* 0,71428
3	التسلط	2,333	0,492	2,5	0,522	* 0,70711
	الدرجة الكلية للمقياس	2,555	0,6068	2,833	0,6969	* 0,76564

يتضح من جدول (7) أن معاملات الارتباط للمقياس تراوحت ما بين (0.86: 0.93) وهي معاملات دالة إحصائياً مما يشير إلى ثبات المقياس.

ثانياً: مقياس الثقة بالنفس وهي استمارة من إعداد الباحثان وتبع في إعدادها الآتي:

تحديد هدف المقياس: تم تحديد هدف المقياس وهو معرفة مدى الثقة بالنفس لدى لاعبي منطقة القليوبية للملاكمة.

صياغة عبارات المقياس: قام الباحثان بوضع مجموعة من العبارات (24) عبارة، وقد قام الباحثان بعرض تلك العبارات على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الملاكمة قوامها (10) خبراء مرفق (1)، وذلك لإبداء الرأي في مدى مناسبة العبارات، فقد تم حذف العبارات التي حصلت على نسبة أقل من 70% من اتفاق الخبراء وقد بلغت عدد العبارات المحذوفة (4) عبارات لتصبح الصورة النهائية مكونة من (20) عبارة.

الصورة النهائية للمقياس:

قام الباحث بكتابة الشكل والصورة النهائية لمقياس الثقة بالنفس وذلك بترتيب العبارات بعد صياغتها ومراجعتها. تصحيح المقياس: لتصحيح المقياس قام الباحثان بوضع ميزان تقديري خماسي وفقاً لرأي السادة الخبراء، وقد تم تصحيح العبارات كالتالي: دائماً (5) خمس درجات، غالباً (4) أربع درجات، أحياناً (3) ثلاث درجات، نادراً (2) درجتان، أبداً (1) درجة واحدة، عدا العبارتان 14 ، 15 فهما عكس الاتجاه للمقياس فيتم رصد درجاتهم كالاتي: - دائماً (1) درجة واحدة، غالباً (2) درجتان، أحياناً (3) ثلاث درجات، نادراً (4) أربع درجات، أبداً (5) خمس درجات.

المعاملات العلمية للمقياس:

الصدق: لحساب صدق المقياس استخدم الباحث الطرق التالية:

- صدق المحتوى:

قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الملاكمة قوامها (10) خبراء وذلك لإبداء الرأي في ملائمة المقياس فيما وضع من أجله، والجدول التالي يوضح النسبة المئوية لأراء الخبراء على عبارات المقياس.

جدول (8)

النسبة المئوية لأراء الخبراء على عبارات المقياس (ن = 10)

رقم العبارة	1	2	3	4	5	6	7	8
تكرارها	10	8	10	3	10	4	10	9
النسبة المئوية	%100	%80	%100	%30	%100	%40	%100	%90
رقم العبارة	9	10	11	12	13	14	15	16
تكرارها	7	9	10	9	9	9	10	8
النسبة المئوية	%70	%90	%100	%90	%90	%90	%100	%80
رقم العبارة	17	18	19	20	21	22	23	24
تكرارها	10	9	7	2	10	5	9	7
النسبة المئوية	%100	%90	%70	%20	%100	%50	%90	%70

يتضح من جدول (8) أن النسبة المئوية لأراء الخبراء حول عبارات المقياس قد تراوحت ما بين (20% : 100%)، وبذلك تم حذف عدد (4) عبارات لتصبح الصورة النهائية مكونة من (20) عبارة.

صدق الاتساق الداخلي:

ولحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الثقة بالنفس قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (10) لاعبين ملاعبي نادي بنها الرياضي بمنطقة القليوبية للملاكمة، ومن مجتمع البحث من خارج العينة الأصلية للبحث، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية وضع.

جدول (9)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه (ن = 10)

رقم العبارة	1	2	3	4	5
معامل الارتباط	*0.823	*0.762	*0.924	*0.944	*0.762
رقم العبارة	6	7	8	9	10
معامل الارتباط	*0.899	*0.879	*0.906	*0.86	*0.906
رقم العبارة	11	12	13	14	15
معامل الارتباط	*0.958	*0.899	*0.899	*0.924	*0.924
رقم العبارة	16	17	18	19	20
معامل الارتباط	*0.924	*0.944	*0.762	*0.924	*0.958

قيمة ر عند مستوى معنوية 0.05 ودرجة حرية 8 = 0.549

يتضح من جدول (9) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (0.69: 0.91) وهي معاملات دالة إحصائياً مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

جدول (10)

الصيغة النهائية لعبارات مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة

م	العبارات	المتوسط	الانحراف	قيمة ر
1	الملاكمة تجعلني على درجة عالية من الثقة بالنفس.	1.9	0.74	*0.823
2	أشعر بالمتعة عند منافسة الآخرين.	2.7	0.48	*0.762
3	تنتابني سعادة غير عادية عندما أفوز.	2.3	0.67	*0.924
4	عندما أندمج في الأداء أجد مهاراتي تتسم بالانسيابية	2.1	0.74	*0.944
5	تظهر قدراتي في المنافسات الهامة بصورة أفضل.	2.7	0.48	*0.762
6	زملائي يثقون في قدراتي على تحقيق التفوق للفريق وتغيير النتيجة.	2.2	0.63	*0.899
7	أشعر بالمتعة بالمنافسة التي تتحدى قدراتي على الفوز	1.6	0.70	*0.879
8	استمتع عند أدائي للمهارات الحركية الصعبة التي تجذب الجمهور.	1.9	0.74	*0.906
9	لدي الثقة في قدراتي وهذا يدفعني للتفوق والإصرار على الفوز.	1.5	0.53	*0.86
10	لا أخشى مواجهة المنافس تحت أي ضغوط خارجية.	1.9	0.74	*0.906
11	أثناء التبارز أجد التحليل السريع للمنافس ومعرفة نقاط ضعفه وقوته.	2.2	0.79	*0.958
12	أثق بأن مستواي يتقدم من بطولة لآخرى.	2.3	0.67	*0.899
13	آراء الآخرين السلبية لا تؤثر على أدائي.	2.2	0.63	*0.899
14	أفقد الرغبة في المنافسة عند مواجهة منافس قوي.*	2.3	0.82	*0.924
15	لا أجد نفسي كملاكم في البطولات الضعيفة.*	2.3	0.82	*0.924
16	تفوق المنافس لا يهمني كثيراً لأنني أثق في قدراتي.	2.3	0.67	*0.924
17	أثق في تحقيق أهدافي رغم صعوبة المنافسة.	2.1	0.74	*0.944
18	قبل المباراة أستطيع توقع النتيجة بمجرد معرفتي بالمنافس.	2.7	0.48	*0.762
19	ثقتي في تحقيق أفضل أداء بالمنافسة ثابتة لا تتغير.	2.3	0.67	*0.924
20	عندما أبدأ أي منافسة يكون لدي الثقة في أدائي.	2.2	0.79	*0.958

قام الباحثان بعرض المقياسان في صورتهم الأولى على نفس عينة الخبراء التي سبق ذكرها، وذلك بهدف التعرف على: - مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.

- مدى مناسبة العبارات بكل بعد " انتماء العبارة للبعد". - حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى.

وقد توصل الباحثان من خلال استطلاع رأى السادة الخبراء إلى ما يلي:

- حذف بعض العبارات من المقياس. - تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات.

" التمر وتأثيره على الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (دراسة استكشافية للأسباب والآثار وسبل المواجهة)"

وبعد تحليل استجابات الخبراء وحساب النسب المئوية للعبارة المتفق عليها تم استبعاد العبارات التي بلغت نسبتها المئوية أقل من 70 % من اتفاق الخبراء .

ثبات المقياس:

حساب ثبات مقياس الثقة بالنفس عن طريق إعادة تطبيق الاختبار : Test- Re- Test
قام الباحث بتطبيق مقياس الثقة بالنفس على عينة التقنيين العينة الاستطلاعية وقوامها (10) لاعبين من لاعبي الملاكمة من خارج عينة البحث الأساسية، وتم إعادة التطبيق على نفس العينة بفارق زمني قدره أسبوعين عن التطبيق الأول وفي نفس ظروف التطبيق الأول على قدر الإمكان، وتم حساب معاملات الارتباط بين درجات اللاعبين في التطبيقين الأول والثاني، وكانت النتائج.

جدول (11)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط

بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني لمقياس الثقة بالنفس ن = 10

المقياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
	م	ع	م	ع	
الثقة بالنفس	2,75	0,6387	3,1	0,7182	*0,7458

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 (ر الجدولية = 0.497)

يتضح من الجدول رقم (11) وجود ارتباط دال إحصائياً بين كل من التطبيق الأول للمقياس والتطبيق الثاني لنفس المقياس الأمر الذي يشير إلى ثبات المقياس المستخدم.

خطوات البحث:

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بأجراء دراسة الاستطلاعية لجمع البيانات حيث قاما بتطبيقها على عينة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية، وذلك بغرض التعرف على مدى مناسبتها وعلاقتها بالتطبيق على تلك العينة

تطبيق البحث:

بعد تحديد العينة واختبار أداة جمع البيانات والتأكد من صدقها وثباتها قام الباحث بتطبيقها على جميع اللاعبين العينة قيد البحث.

تصحيح استمارات المقياس:

بعد الانتهاء من التطبيق قام الباحثان بتصحيح الاستمارات طبقاً للتعليمات الموجودة والموضحة سابقاً وبعد الانتهاء من عملية التصحيح قام الباحثان برصد الدرجات وذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

المعالجات الإحصائية:

- المتوسط
- الوسيط
- الانحراف المعياري.
- قيمة ت.
- معامل الارتباط.

وقد ارتضى الباحثان مستوى دلالة عند مستوى (0.05)، كما استخدموا برنامج Spas لحساب بعض المعاملات الإحصائية

عرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها :-

عرض النتائج: من خلال هدف البحث وتسألاته والبيانات الخاصة بعينة البحث وتبويبها في جداول ومعالجتها إحصائياً ظهرت نتائج البحث كالتالي:

التعرف على الفروق في مستوى التنمر الرياضي لدى لاعبي الملاكمة لدي (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين). ويتضح ذلك من خلال الجدول رقم (12).

جدول (12)

دلالة الفروق في التنمر الرياضي بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين

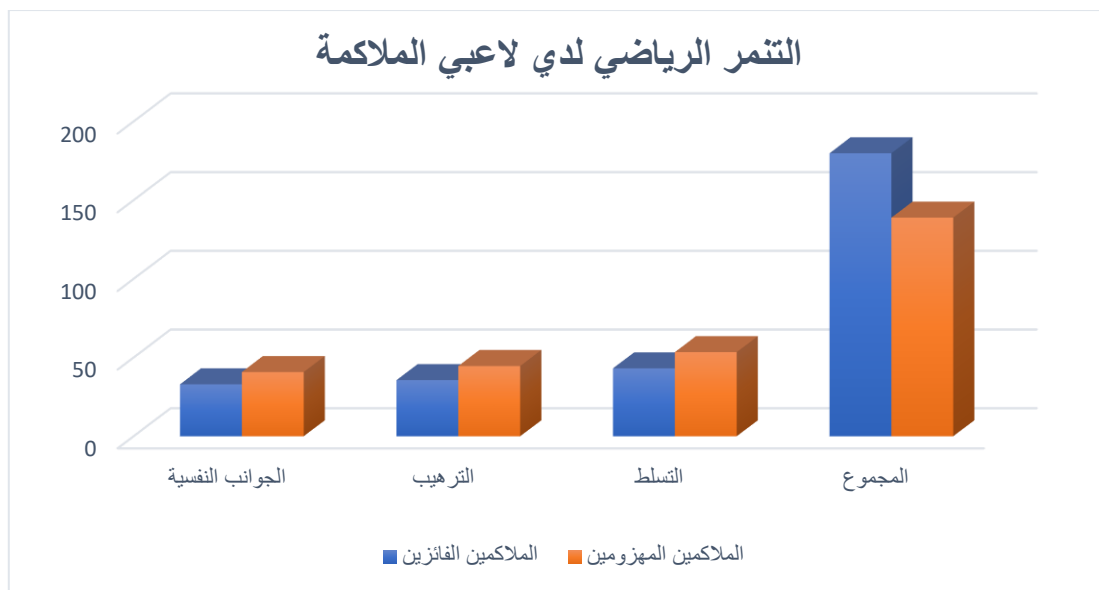
ن 1 = 2 = 10

المجموعة الأبعاد	ملاكمين فائزين		ملاكمين مهزومين		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
	ع	م	ع	م		
الجوانب النفسية	2.7875	0.2524	3.983	0.2188	0.196	* 2.031
الترهيب	2.642	0.2392	2.85	0.2567	0.208	* 2.057
التسلط	2.6042	0.1971	3.248	0.2481	0.725	* 7.925
المجموع	2.6778	0.23798	3.0542	0.3115	0.376	* 5.761

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 (ت الجدولية = 1.69)

يتضح من الجدول رقم (12) وجود فروق دالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في أبعاد التنمر الرياضي حيث نسبة التنمر أقل لدى الملاكمين الفائزين وهذا يوضح مدى التركيز الزائد لديهم في تحقيق الإنجاز.

شكل (1)



يتضح من الشكل رقم (1) وجود فروق دالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في أبعاد التنمر الرياضي.

1. التعرف على الفروق في مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (للملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين). ويتضح ذلك من خلال الجدول رقم (13).

جدول (13)

دلالة الفروق في الثقة بالنفس بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين

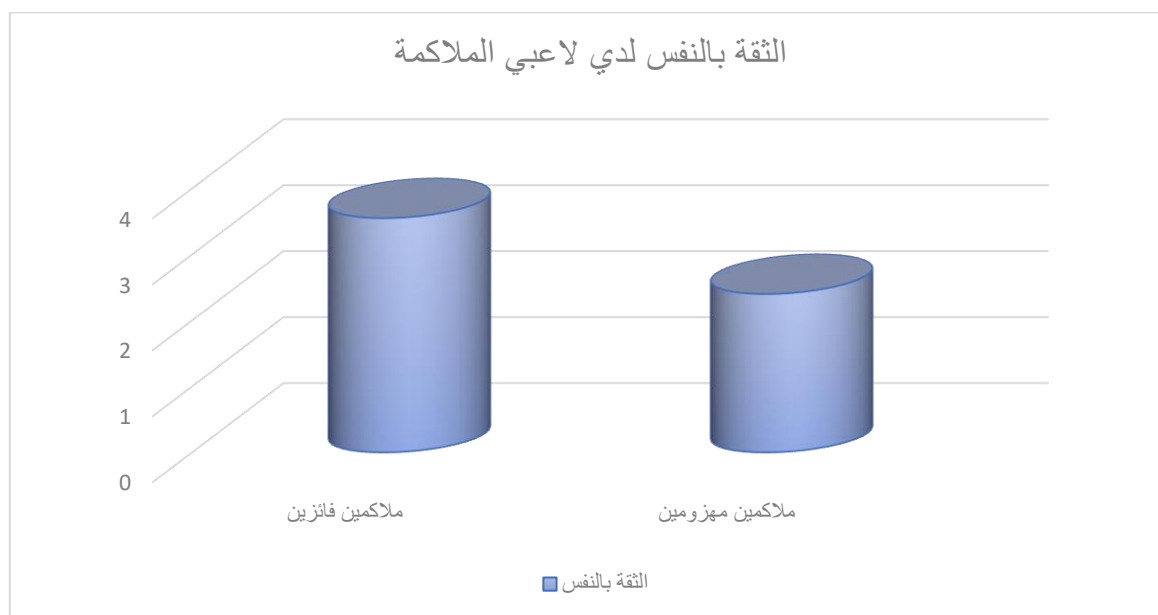
ن=1 ن=2 10=

المجموعة المقاييس	ملاكمين فائزين		ملاكمين مهزومين		الفرق بين المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
	ع	م	ع	م		
الثقة بالنفس	0.5104	3.55	0.5026	2.4	1.15	* 7.1794

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 (ت الجدولية = 1.69)

يتضح من الجدول رقم (13) وجود فروق دالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى الثقة بالنفس.

شكل (2)



يتضح من الشكل رقم (2) وجود فروق دالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى الثقة بالنفس.

2. التعرف على العلاقة الارتباطية بين التنمر الرياضي والثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة. ويتضح ذلك من خلال الجدول رقم (14).

جدول (14)

معامل الارتباط بين أبعاد مقياس التنمر الرياضي والثقة بالنفس

ن = 20

أبعاد التنمر الرياضي	الجوانب النفسية	التهريب	التسلط	المقياس ككل
الثقة بالنفس	*0.868	*0.872	*0.903	*0.919

* دال إحصائياً عند مستوى دلالة 0.05 (ر الجدولية = 0.325)

يتضح من الجدول رقم (14) وجود ارتباط دال إحصائياً بين جميع أبعاد مقياس التنمر الرياضي ومقياس الثقة بالنفس.

مناقشة النتائج وتفسيرها :-

في ضوء نتائج البحث وأهدافه وإجراءاته والعينة المختارة قام الباحث بمناقشة النتائج وتفسيرها للتحقق من تساؤلات البحث على النحو التالي:

1 هل توجد فروق في مستوى التنمر لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟

2 هل توجد فروق في مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟

3 هل توجد علاقة ارتباطيه بين التنمر والثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟

مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الأول :-

هل توجد فروق في مستوى التنمر لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟
يتضح من الجدول رقم (12) والشكل رقم (1) إلى أن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى التنمر الرياضي بأبعادها المختلفة (الجوانب النفسية والترهيب والتسلط)

ويعزى ذلك الباحث إلى أن هؤلاء اللاعبين الفائزين لديهم إنجازات على مستوى عالي، ولديهم الخبرة الكافية في استغلال أعلى قدرات لديهم أثناء المسابقات وتوجيه الحالة النفسية والانفعالات باتجاه إيجابي، بالرغم من الظروف المصاحبة لأي منافسة، وأنهم يشعرون بمدى المسؤولية التي تقع على عاتقهم عند تمثيل أنفسهم والمنطقة الرياضية ولديهم الرغبة والأمل في الإنضمام للمنتخب لتمثيل الوطن التمثيل المشرف الأمر الذي يدفعهم للظهور بنماذج مشرفة، ويمكنهم التحول من الحالة الانفعالية السلبية المحبطة نتيجة التنمر عليهم إلى الحالة الانفعالية الإيجابية نتيجة لخبراتهم في مجال المنافسة، وأنهم يتقبلون الآخرين ومشاركتهم آمالهم وآلامهم بصورة إيجابية وذلك ناتج عن طبيعة المنافسات الرياضية التي تحتاج إلى التفاعل مع الزملاء بالتدريب أو المنافسات وعدم الإلتفات إلى الشائعات والكلمات النابية والأساليب المغرضة التي تحبط الهمم. والقدرة التي يتمتع بها هؤلاء اللاعبون في تقييم حالاتهم الانفعالية التي يمرون بها، وتصنيفها بشكل يمكن استغلاله بشكل يدفع إنجازهم للأمام، وبذل المزيد من الجهد للتفوق والتميز، وقدرتهم على تحويل حالات الفشل التي تصاحب المنافسة لديهم إلى حالات إيجابية من خلال تقييم الموقف واستخدام الحلول المناسبة.

ويشير محمد حسن علاوى (2002) (10)، (11) أن المنافسة موقف أو حدث رياضي محدد بقوانين ولوائح منظمة معترف بها وفيها يحاول اللاعب الرياضي إظهار وإبراز أقصى ما لديه من قدرات ومهارات واستعدادات كنتيجة لعمليات التدريب المنظمة لمحاولة تحقيق النجاح أو الفوز على المنافس.

وإن تغير مواقف اللعب في مختلف الألعاب الرياضية والتي تثير انفعالات الشخص وقد تسبب الغضب والسلوك العدواني والتوتر النفسي لديه وتظهر أهمية الثقة بالنفس في التغلب على هذا التنمر السلبي والهدام للتفوق وتحويله إلى جانب إيجابي وحسن التصرف في المواقف الضاغطة الناجمة عن المنافسة. (4: 18)
وهذا ما يتفق مع ما يشير إليه أحمد صلاح (2012) (3) أن الوعي والمعرفة لدى اللاعب بالمتغيرات المحيطة به وكيفية التعامل معها يحدد شكل الأداء ويمكن اللاعب من السيطرة على هذه الانفعالات مما يزيد لديه الثقة بالنفس بشكل يساعد على الارتقاء بالمستوى المهاري.

وتتفق نتائج البحث مع نتائج دراسات كل من دراسة صفاء صالح حسين (2001) (8)، ودراسة لين ولوثر (2004) Lane & Lowther (2005) (19)، ودراسة Landy, F. J. (2005) (18) ودراسة أسامة الأصفر (2004) (4) عن وجود علاقة إيجابية بين متغيرات التنمر الرياضي لدى لاعبي الملاكمة في أبعاده المختلفة، وأنه من خلال امتلاكهم للقدرات النفسية للتغلب على الترهيب والتسلط والجوانب النفسية مما تداركه اللاعبون عند التمرين والإستعداد للبطولات وكان لذلك عظيم الأثر لتحقيق اللاعبون أفضل أداء لديهم وهذا يدل على تفوقهم على أنفسهم والخبرة الكبيرة التي مكنتهم من إحراز أعلى المستويات الرياضية في البطولة، ويتضح كذلك أنه كلما ارتفعت نسبة التنمر لدى اللاعبين قل مستوى الأداء لدى اللاعبين وحدث لهم التشتت في الأداء وهذا ما حدث للاعبين المهزومين، لذلك يوصي الباحث بالاهتمام بالجانب النفسي والعقلي لدى المدربين أثناء التدريبات البدنية والمهارية داخل الوحدات التدريبية حتي لا يفقد الجهد المبذول منه ومن اللاعبين دون تحقيق أي نتائج ويكون إهدار للوقت والجهد.

مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الثاني:

هل توجد فروق في مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟ يتضح من الجدول رقم (13) والشكل رقم (2) إلى أن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى الثقة بالنفس. ويعزو الباحث ذلك إلى أن اللاعب الذي يمتلك الثقة بالنفس بدرجة عالية يكون إنجازه أفضل من الثقة بالنفس بدرجة ضعيفة وسبب ذلك كون هؤلاء اللاعبين يمتلكون هذا التنافس من أجل تحقيق غاية معينة وهو الفوز في مجال اللعب والمنافسة وبذلك يزيد من قناعاتهم الشخصية بأداء جميع المهام التي تناط بهم من قبل مدربهم بشكل جيد وان الالتزام المتميز يجعل رغبتهم قوية مسببة حماس ودافعية عالية. واللاعبين المهزومين لا يتمتعون بالثقة بالنفس ويددل ذلك على أن اللاعبين يحتاجون إلى التدريب على المهارات النفسية لزيادة مقومات الثقة بالنفس لديهم".

وهذا يتفق مع ما أشار إليه أحمد فوزي (2006) (1) أن كثرة الانفعالات والمواقف السلبية التي يتعرض لها اللاعب فإنها تعمل على زيادة استثارة اللاعب والتي تؤثر بشكل أو بآخر على ثقة اللاعب بنفسه ومن أجل الفوز أو تجنب الهزيمة "فالنتائج التي تتحقق أو المتوقع تحقيقها من خلال التنافس ترتبط بضغط وانفعالات إيجابية وثقة اللاعب بنفسه وبالمدرّب والفريق المرافق له وبتشجيع الأسرة وزملائه والمجتمع المحيط به. وتتفق نتائج البحث مع نتائج دراسات كلا من دراسة عمرو حسن أحمد بدران (2003) (9) مصطفى سامي عميرة (2003) (12)، ودراسة Mayer, J. D., Salovey (2004) (20)، ودراسة Ozer. Totani (2011) (21) إن الثقة بالنفس ترتبط بأداء اللاعبين وتتضح في تفوقهم الرياضي في البطولات والمنافسات الرياضية وفي الوقت نفسه ملاحظته لأداء اللاعبين الآخرين.

مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الثالث: -

هل توجد علاقة ارتباطية بين التنمر والثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة (الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين)؟

يتضح من الجدول رقم (14) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس التنمر الرياضي والثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة.

ويعزو الباحثان ذلك إلى أن اللاعب الذي يصل إلى مستوى عال من الإنجاز والتفوق يكون قادر على فهم نفسه والحكم وعلى فهم قدراته وميوله ولديه القدرة على مواجهة الضغوط الخارجية من التنمر الإلكتروني والكلمات النابية من المجتمع المحيط والأسرة واللاعبين بالفريق، مما يتطلب منه أعمال مختلفة من قدرات وصفات بدنية وعقلية ونفسية ومستوى مهاري علي من الكفاءة في البطولات والمنافسات الدولية، لذا لا يكون مستوى طموحه بعيداً كل البعد عن الواقع، أن يكون لديه من الطموح والأحلام التي يسعى إلى تحقيقها ويعمل على تطوير قدراته باستمرار، وأن يشعر الفرد بالنجاح ويزداد اعتباره لنفسه متى حقق طموحه، ويتطلب الثقة بالنفس ضرورة تعبئة الرياضي لبذل أقصى قدراته البدنية والنفسية لمحاولة تسجيل أفضل مستوى ممكن.

وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسات كل من هاريس Harris (2001) (17)، أحمد رأفت أبو السعود (2007) (2)، عبد الوهاب مغار (2015) (7)، أنس عبد الحميد (2017) (6)، مني عبدالعزيز على (2017) (13)، ودراسة Hunter Boyle (2004) (17)، ودراسة Sherri Gordon (2019) (15) حيث أكدت نتائج هذه الدراسات أن التنمر الرياضي له علاقة قوية بالأداء الشخصي حيث يؤثر علي مستوى الأداء لدى الأفراد بالسلب ويقلل الثقة بالنفس لديهم الأمر الذي يتطلب من المدرب الذكي الحرص علي غرس الثقة بالنفس لديهم وتنمية الرغبة بالفوز والتفوق وحينما يتغلب اللاعب علي كل أساليب التنمر المحبطة يتحول لديه الرغب الإيجابية والتميز والتفوق ويكون لديه من الثقة بالنفس للوصول إلي منصة التتويج ويتضح ذلك في العلاقة الارتباطية القوية التي غرسها المدرب في هؤلاء اللاعبين عينة البحث.

الاستنتاجات والتوصيات :-

الاستنتاجات :-

من واقع النتائج التي توصل إليها الباحثان وفي ضوء المعالجات الإحصائية لهذه النتائج وفي نطاق طبيعة العينة وأهداف البحث أمكن التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى التنمر بأبعاده المختلفة (الجوانب النفسية، الترهيب، التسلط)
- 2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الملاكمين الفائزين والملاكمين المهزومين لصالح الملاكمين الفائزين في مستوى الثقة بالنفس.
- 3- وجود ارتباط بين التنمر الرياضي والثقة بالنفس لدى لاعبي الملاكمة ولصالح الملاكمين الفائزين في مستوى الثقة بالنفس وانخفاض مستوى التنمر لديهم.

التوصيات :-

في ضوء أهداف البحث وتساؤلات ونتائج البحث التي تم التوصل إليها يوصي الباحثان بما يلي: -

1- ضرورة الاهتمام بتطبيق مقياس التنمر الرياضي بشكل دوري على الملاكمين وعلى المنتخبات القومية بصفة خاصة.

2- التأكيد على المدربين برفع مستوى الثقة بالنفس للتغلب على التنمر من خلال تطوير بعض المهارات النفسية للاعبين.

3- الاهتمام بالجوانب النفسية في عملية التدريب فضلاً عن الجوانب البدنية والمهارية والخطئية.

4- ضرورة قيام الاتحاد المصري للملاكمة بعمل دورات تدريبية لنقل مدربي الملاكمة في مجال كيفية التغلب ومواجهة سلوك التنمر الرياضي والعمل على زيادة الثقة بالنفس لدى اللاعبين، للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية وكيفية التعامل مع اللاعبين في المواقف التنافسية المختلفة للملاكمين.

5- إجراء المزيد من الدراسات والأبحاث على عينات مختلفة في رياضات المنازلات والتعرف على مستوى التنمر الرياضي ومستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين، والاستفادة من الدراسات والأبحاث التي أجريت في هذا المجال.

وهناك بعض النقاط الواجب مراعاتها لمواجهة التنمر: -

أسباب التنمر من وجهة نظر الباحث: -

أنه سلوك يظهر لدى الشخص نتيجة الإهمال في التربية منذ الصغر وتنمو معه نتيجة البيئة والتنشئة البيئية غير السليمة والتي تفتقد لمعني وقيمة التواصل الاجتماعي وحب الغير وتبني لديه نوعاً من الشعور بجنون العظمة وإثبات الذات وكراهية الخير للغير وغالباً ما يري الشخص المتنمر نفسه أفضل من غيره، والشخص المتنمر دائماً ما ينتهك حقوق الغير ويتجه نحو العنف واختراق الخصوصية ويحاول فرض الرأي وينتج عنه من الإزعاج المستمر ويكون بحاجة إلي التوجيه والإرشاد النفسي المستمر والدعم الإيجابي من المحيطين به والمجتمع المحيط.

طرق العلاج لظاهرة التنمر: -

- 1- استخدام الاساليب العلمية والإدارية الحديثة لحل الصراعات بين اللاعبين.
- 2- سن إجراءات وقوانين رادعة في حالة استخدام أي أسلوب تنمر من قبل الجمهور أو اللاعبين.
- 3- توفير بيئة آمنة للاعبين أثناء التدريب أو المنافسات وأن تكون داعمة للتقدم الرياضي بالأداء الهادف من خلال الرقابة المستمرة.

- 4- عمل برامج تدريبية للمدربين في كيفية التعامل ومواجهة التنمر بالمجال الرياضي وأنماط الشخصية لتأهيلهم للتدريب.
- 5- عمل برامج إعلامية "صحافة - إذاعة - تليفزيون" وأن تكون هادفة لتوعية الجمهور في كيفية التعامل مع اللاعبين في المكسب والخسارة ومواجهة التنمر بالمجال الرياضي.
- 6- البعد عن المواجهات المباشرة مع المدرب أو اللاعب المتنمر.
- 7- بث القيم الاجتماعية الحميدة في الأندية الرياضية بجميع المراحل العمرية.
- 8- الحرص على رفع مستوى الثقافة الرياضية لدى القائمين على الرياضة من أجل عدم تركهم المجال الرياضي أو زعزعة الاستقرار والتقدم والتفوق الذي ينعكس على الوطن ورفع مستوى المنافسة الصحية لدى الشباب في شتي المجالات الرياضية.
- 9- ضرورة تعميق شعور اللاعبين بالاستقرار والأمان في الملعب قولاً وعملاً لأن شعورهم بذلك يجعل من اللاعبين مصدراً أساسياً في بناء صورة إيجابية للمؤسسة الرياضية التابع لها.

المراجع

المراجع العربية :-

- 1- أحمد أمين فوزي وطارق محمد بدر الدين(2001): سيكولوجية الفريق الرياضي ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، ص83.
- 2- أحمد رأفت فريد أبو السعود (2007): بناء مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- 3- أحمد صلاح (2012): تطبيقات في بناء الثقة بالنفس، المجلس القومي للرياضة، الإدارة العامة لعلم النفس الرياضي، القاهرة.
- 4- أسامة سيد عبد الظاهر الأصفر (2004): ضغوط المنافسة والثقة بالنفس والتوجيه التنافسي لدى لاعبي الجودو، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- 5- أسامة كامل راتب (2004): تدريبات المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 6- أنس عبد الحميد المومني (2017): السمات النفسية المنبئة بالتنمر لدى المراهقين، رسالة ماجستير، كلية الآداب والعلوم، جامعة عمان الأهلية، عمان، الأردن.
- 7- عبد الوهاب مغار(2015): التنمر الوظيفي مقارنة نظرية، بحث منشور، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة المسيلة، الجزائر، المجلد 34.
- 8- صفاء صالح حسين (2001): علاقة التوجه التنافسي بالثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبات الكاراتيه، المؤتمر العلمي الدولي، الرياضة والعولمة، المجلد الأول ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

- 9- عمرو حسن أحمد بدران (2003): كيف تبني ثقتك بنفسك؟، مكتبة جزيرة الورد، المنصورة.
- 10- محمد حسن علاوي (1998): موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 11- محمد حسن علاوي (1998): "مدخل في علم النفس الرياضي"، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- 12- مصطفى سامي مصطفى عميرة (2003): فاعلية الثقة الرياضية على حالات قلق المنافسة وعلاقتها بالإنجاز الرقمي لسباحي المسافات القصيرة، رسالة دكتوراة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- 13- مني عبد العزيز على (2017): برنامج تعديل السلوك لخفض حدة التنمر لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة.

المراجع الأجنبية :-

14 -Mazin Hadi Kezar (2021): Physical Education and Sport Sciences Department, Al-Mustaqbal University College, 51001 Hillah, Babil, Iraq.

<https://www.uomus.edu.iq/NewDep.aspx?depid=10&newid=4512> (30-1-2021).

15 - Sherri Gordon (2019): "The Different Types of Bullying Parents Should Watch for". www.verywellfamily.com. (20-10-2019).

16- Hunter Boyle & Warden (2004): Help Seeking amongst child and adolescent victims of peer-aggression and bullying. The influence of school-stage, gender, victimization, appraisal, and emotion. British journal of educational psychology, 74.

17- Harris, I.H. (2001): Examining the relationship between emotional intelligence competencies in NCAA division I athletic coaches and the organizational climate within their departments. Eugene, OR: Kinesiology publications, University of Oregon.

18- Landy, F. J. (2005): Some historical and scientific issues related to research on emotional intelligence. Journal of Organizational Behavior, 26(4), 411-424. doi:10.1002/job.317

19- Lane, A. M., & Lowther, J. R. (2005): Relationships between emotional intelligence and psychological skills among athletes. Journal of Sports Sciences, 23, 1253-1254.

20- Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2004): Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. Psychological Inquiry, 15(3), 197-215. doi:10.1207/s15327965pli1503_02.

21- Ozer. Totani. And Atik (2011): Individual correlates of bullying behavior in Turkish middle schools' Australian journal of Guidance and counselling. 21(2). 186-202. Doi:10.1375/ajgc.

22- Steege, E. E. (2009): The role of emotional intelligence on coach-athlete relationships and motivational climate (Unpublished master's thesis). West Virginia University, Morgantown, WV.