

## الصلابة العقلية وعلاقتها بمحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم بجامعة الطائف \* د/ تركي محسن الزهراني

### المقدمة ومشكلة البحث:

ان النجاح في أي رياضة يتطلب توافر مجموعة من القدرات والمهارات العقلية والنفسية بجانب المستوى البدني والمهاري للاعبين، ويرى العديد من العلماء في مجال علم النفس الرياضي ان القدرات العقلية والنفسية تعد جانبا مهما بالنسبة للرياضيين، فهناك علاقة وثيقة بينها وبين التفوق الرياضي، كما ان الفروق في المستوى البدني والمهاري لدى اللاعبين لم يعد جوهريا ولكن الفروق في القدرات العقلية والمهارات النفسانية التي يمتلكها اللاعب أصبحت مؤشرا هاما في تحديد نتائج المنافسات ولتحقيق أفضل المستويات الرياضية.

ويشير "أسامة راتب" (2000) الى ان التفوق الرياضي يتوقف على مدى الاستفادة من القدرات والمهارات العقلية والنفسية للاعبين على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية والمهارة، فهي تساعد اللاعبين على تعبئة طاقاتهم وقدراتهم البدنية لتحقيق افضل أداء. (3 : 4)

ويؤكد " محمد علاوي" (2002) على أن معظم اللاعبين ذوي المستويات العليا يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث مستوياتهم البدنية والمهارة ولكن ما يميز اللاعب ويحدد نتيجة كفاحه وتفوقه في الأداء هو عامل القدرات العقلية والنفسية المميزة له. (16 : 17)

ويرى الباحث أن الصلابة العقلية تُشكل أحد مكونات الرياضة التي تكون أكثر وضوحاً في آثارها على اللاعب الرياضي كلما كان الحدث أكثر أهمية، فالقدرات البدنية والمهارة للاعبين لا تكفي لتحقيق النجاح والتميز الرياضي بل ان اللاعب في حاجة الي القوة العقلية والثقة بالنفس والقدرة على التركيز في مواقف الضغط فيحتاج الي صلابة عقلية تمكنه من مواجهة مواقف الضغط اثناء المنافسات وتمكنه من تحقيق التفوق الرياضي.

ويؤكد " محمد شمعون" (2007) على ان الصلابة العقلية تلعب دورا هاما في التحكم في الانفعالات وتتكون من مهارات مكتسبة كالتفكير الإيجابي البناء والقدرة على حل المشكلات والتصور، كما انها تهدف الي بناء القوة العقلية والانفعالية التي تظهر في الأوقات الهامة والحاسمة، فالتدريب على الصلابة العقلية يزيد من قدرة اللاعب على مواجهة الضغوط البدنية والعقلية

\* أستاذ مساعد علم النفس الرياضي بقسم علوم الرياضة بكلية التربية جامعة الطائف.

والانفعالية وكيفية التعامل معها من خلال تطوير الثقة والثبات حتى يصبح اللاعب أكثر تفاعلا  
اثناء المنافسات. (7 : ١٦)

ويضيف كل من "ريتشارد كوكس Richard H Cox" (2011) و"سيمون ميدلتون  
واخرون. Simon Middleton et al" (2004) "بول شامبروك واخرون Bull, J. Shambrook et al" (2005) ان الصلابة العقلية هي القدرة على ثبات الأداء والتحكم في  
حالة الأداء المثلى، فهي تكسب اللاعبين قدرة على التحمل مقارنة بمنافسيهم، كما ان عدم ثبات  
الأداء اثناء المنافسات يعزى بالدرجة الأولى الى المتغيرات النفسية والتي يأتي في مقدمتها الصلابة  
العقلية. (79 : ٣٨)، (209 : ٤٠)، (277 : ٢٤)

كما أن محددات إستراتيجية الأداء تعتبر من الدعامات الرئيسية للتدريب الرياضي ويستخدم  
فيها العديد من المهارات العقلية والنفسية بهدف تطوير الأداء المهارى، وزيادة الثقة بالنفس والتحكم  
الانفعالي والتركيز وتحسين الأداء الحركي للرياضيين، حيث يشير "عبد الحكيم رزق" (2010) الى أن  
التكامل بين الجوانب النفسية والبدنية والمهارية يمثل أهمية بالغة لتحقيق الأهداف في المجال  
الرياضي، حيث تظهر أهمية تضافر الطاقة البدنية والنفسية في اتجاه واحد حتى يستطيع اللاعب  
تحقيق أقصى استفادة من قدراته. (73 : 9)

ويرى "عبد العزيز عبد المجيد" (٢٠٠٨) أن محددات إستراتيجية الأداء تشتمل على  
محددات خاصة بالتنافس وأخرى خاصة بالتدريب، وتستخدم هذه المحددات لقياس المهارات  
النفسية وإستراتيجيات الأداء الهامة للأداء الرياضي سواء في المنافسة أو التدريب الرياضي.  
(135 - 130 : 10)

وتعد رياضة كرة القدم من الأنشطة الرياضية التي تنفرد بطابع تنافسي متميز دون غيرها  
من الألعاب الرياضية الأخرى فهي تتسم بوجود الكثير من المتغيرات الحركية والنفسية التي تتميز  
بشدتها وسرعة تغيرها والتي يجب وضعها في الاعتبار إذا اردنا ان نصل باللاعب الى مستوى  
الأداء المطلوب سواء في التدريب أو المنافسة، كما انها من الرياضات التي تحتاج من اللاعبين  
القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة والاستمرار في تدريبات عالية الشدة لفترات طويلة  
دون كلل أو ضجر ومواجهة العديد من العوامل والصعوبات والضغطات والاحباطات دون ان  
يفقد اللاعب ثقته في نفسه أو تركيزه مع التحكم في الانتباه والقدرة على تعبئة الطاقة الإيجابية  
وانخفاض الطاقة السلبية التي تؤثر بشكل غير مرغوب على الأداء.

ومن خلال خبرة الباحث العلمية والعملية ومن خلال متابعته للبطولات الداخلية لكرة القدم بجامعة الطائف لاحظ ان هناك تقارب في المستوى البدني والمهاري لدى اللاعبين إلا ان بعض اللاعبين ينخفض ادائهم في المنافسات ويظهرون بمستوى اقل بكثير من مستواهم الحقيقي بالرغم من التزامهم بالبرامج التدريبية، كما لاحظ أيضا ان هناك بعض اللاعبين ليس لديهم القدرة على التحكم الانفعالي اثناء حالات التوتر أو الضغوط النفسية الشديدة، كما يتأثر البعض بمجريات الأحداث خارج الملعب فيفقدون التركيز ويتشتت انتباههم، إضافة الى افتقارهم للثقة بالنفس وعدم القدرة على تحمل الضغوط النفسية للمنافسات الامر الذي يؤثر على مستوى ادائهم فيظهرون بمستوى غير جيد.

ويذكر كل من "محمد شمعون" (2000) و"أسامة راتب" (2004) ان الرياضي يتعرض للعديد من الضغوط التي تتمثل في ضغوط التدريب وتدخل أولياء الأمور بالإضافة الي الضغوط الشخصية والاجتماعية والعقلية، مما يؤدي الى فقدان اللاعب للطاقة الإيجابية وثقته بنفسه فيحدث الانهك البدني والعقلي. (١٤ : 192) (٥ : 49)

من هنا يرى الباحث ان موهبة اللاعب أو قدرته الفنية ولياقته البدنية لا تكفي لتفوقه الرياضي بل انه في حاجة الى الصلابة العقلية التي تمكنه من المثابرة واللعب تحت ضغط مع تركيز ومواجهة الاحداث والمواقف في التدريب والمنافسات بدرجة عالية من الإيجابية والقدرة على الاستمرار في الأداء بشكل جيد، فكلما استطاع لاعب كرة القدم استخدام مهاراته الذهنية بشكل أفضل كان له الأثر على التنافس الجيد وتحقيق الأهداف.

وتشير دراسة كل من "هبه إبراهيم" (2015) (٢١)، " كأودن Cowden" (2017) (٢٦)، "كيشور Kishore" (2017) (٣٤)، "محمد أبو الطيب" (2017) (١٢)، "أحمد الشبراوي" (2018) (٣) الى ان للصلابة العقلية التي يمتلكها الرياضيين دور في تحديد السلوك التنافسي وتحمل الضغوط اثناء المنافسات.

ومن خلال إطلاع الباحث على العديد من الدراسات العلمية المرتبطة بالصلابة العقلية مثل دراسة "محمد علاوي، أحمد خليل" (2008) (١٨)، "وليد حسن" (2010) (٢٢)، "هبه إبراهيم" (2014) (٢١)، "هبة الأشقر" (2016) (٢٠)، " كأودن Cowden" (2017) (٢٦)، "كيشور Kishore" (2017) (٣٤)، "محمد أبو الطيب" (2017) (١٢)، "أحمد الشبراوي" (2018) (٣)، "محمد صالح" (20018) (١٣) تبين عدم وجود دراسة علمية في حدود علم الباحث تناولت العلاقة بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم.

ومن هنا تبلورت فكرة هذه البحث لكونه محاولة علمية للتعرف على العلاقة بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم بجامعة الطائف.

#### هدف البحث:

يهدف هذا البحث التعرف على: -

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على الصلابة العقلية وعلاقتها بمحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوي "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف.

#### تساؤلات البحث:

١. هل توجد فروق ذات دلالة أحصائية في الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء بين لاعبي كرة القدم (المستوي "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف؟

٢. هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة أحصائية بين كلاً من الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوي "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف؟

#### مصطلحات البحث:

#### • الصلابة العقلية Mental Toughness

هي استمرار التفكير الإيجابي والبناء بجهود مع البعد عن الاندفاعية، وعدم الاستسلام والواقعية في الأداء. (١٦ : 34)

#### • محددات استراتيجية الأداء: determinants of performance strategies

محددات إستراتيجية الأداء (TOPS) "توماس واخرون" لقياس المهارات النفسية وإستراتيجيات الهامة للأداء الرياضي سواء في المنافسة أو التدريب وتشتمل على (8) محددات خاصة بالتنافس وهي:

الآلية Automatically	النشاط Activation
وضع الهدف Goal Setting	التحكم الانفعالي Emotional Control
التفكير السلبي Negative Thinking	التصور Imagery
التحدث الذاتي Self-Talk	الاسترخاء Relaxation
	وعدد (8) محددات خاصة بالتدريب وهي:
الآلية Automatically	النشاط Activation
وضع الهدف Goal Setting	التحكم الانفعالي Emotional Control
التحكم الانتباهي Attentional Control	التصور Imagery
التحدث الذاتي Self-Talk	الاسترخاء Relaxation

### الدراسات السابقة:

١. دراسة " أحمد الشبراوي" (2018) (٣): استهدفت التعرف على تأثير تدريبات الصلابة العقلية على تحسين زمن البدء والدوران ونواتج الأداء الفني لناشئي سباحة 200م ظهر، على عينة قوامها (30) سباح، وقد استخدم الباحث مقياس الصلابة العقلية لجيمس لوهير، واستمارة تسجيل نواتج الأداء الفني لسباحة 200م ظهر، وكانت اهم النتائج تشير الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في الصلابة العقلية وزمن مهاراتي البدء والدوران ونواتج الأداء الفني لصالح القياسات البعدية.
٢. دراسة " محمد أبو الطيب" (2018) (١٢): استهدفت التعرف على مدى مساهمة الصلابة العقلية بالسلوك التنافسي لدى سباحين وسباحات المنتخب الأردني، على عينة قوامها 12 سباح و14 سباحة من المنتخب الأردني، استخدم الباحث مقياس الصلابة العقلية "جيمس لوهير James Loehr" ومقياس السلوك التنافسي " دورثي هاريس Harris" وكانت أهم النتائج تشير الي ان هناك علاقة ارتباطية بين الصلابة العقلية والسلوك النفسي لدى سباحي وسباحات المنتخب الأردني.
٣. دراسة " كيشور Kishore" (2017) (٣٤): استهدفت التعرف على الفروق في الصلابة النفسية بين لاعبي كرة القدم تبعاً لاختلاف مراكز لعبهم، على عينة قوامها (60) لاعب كرة قدم جامعي، تم تقسمهم الى ثلاثة مجموعات (لاعبي الهجوم - لاعبي الوسط - لاعبي الدفاع)، استخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية لـ (Arun Kumar Singh's)، وكانت أهم النتائج تشير الى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة العقلية بين لاعبي كرة القدم تبعاً لمتغير مركز اللعب.
٤. دراسة " كأودين Cowden" (2017) (٢٦) استهدفت التعرف على مستوى الصلابة العقلية للوعي الذاتي للاعبي التنس، استخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة قوامها (175) لاعب و (158) لاعبة تنس، تم استخدام مقياس الصلابة العقلية ومقياس الاستجابة الذاتية ومقياس الوعي الذاتي كأدوات لجمع البيانات، وكانت اهم النتائج تشير الى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الصلابة العقلية والوعي الذاتي للاعبي التنس.

### إجراءات البحث:

#### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية، نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

#### مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي كرة القدم المشاركين في البطولة الداخلية لجامعة الطائف الموسم الرياضي (2019-2020)، وبلغ قوام مجتمع البحث (50) لاعب، وقد بلغت عينة البحث الأساسية عدد (40) لاعب مقسمين الى مجموعتين (المستوى "أ")، (المستوى "ب")، قوام كل مجموعة (20) لاعب، وبلغت عينة البحث الاستطلاعية عدد (10) لاعبين، من داخل المجتمع ومن خارج العينة الأساسية ويتضح ذلك كما في جدول (1).

### جدول (1)

#### توصيف عينة البحث

النسبة المئوية	العدد	توصيف عينة البحث
80%	(40) لاعب كرة قدم (مجموعتين قوام كل مجموعة (20) لاعب)	العينة الأساسية
20%	(10) لاعبين كرة قدم (لا يجاد المعاملات العلمية للمتغيرات النفسية قيد البحث)	العينة الاستطلاعية
100%	(50) لاعب كرة قدم يمثلون لاعبي كرة القدم بجامعة الطائف	إجمالي العدد الكلي

#### تجانس عينة البحث:

قام الباحث بإيجاد التجانس الأجمالى بين افراد عينة البحث في متغيرات النمو (الطول، الوزن، السن)، والعمر التدريبي للاعبين، ويتضح ذلك كما في جدول (2)

### جدول (2)

تجانس عينة البحث (الأساسية- الاستطلاعية) في متغيرات النمو  
(السن - الطول - الوزن) والعمر التدريبي

ن=50

م	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
1	السن	سنة	١٩.١٨	1,٠٦	١٩,٠	٠.٣٦٨
2	الطول	سم	169,50	5,39	168.5	0,333
3	الوزن	كجم	60,75	6,5	60,0	0,346
4	العمر التدريبي	سنة	6.85	0.98	6.90	0.153-

يتضح من جدول (2) أن قيم معامل الالتواء تتراوح ما بين (-1.46، 0346) وهي تقع ما بين  $+3$  مما يدل على اعتدالية وتجانس عينة البحث، وتقع تحت المنحني الطبيعي.

## أدوات ووسائل جمع البيانات:

أعتمد الباحث في جمع البيانات المتعلقة بهذا البحث على مجموعة من الأدوات، وهي:

- المراجع العربية والأجنبية، والشبكة العالمية للمعلومات Internet.
- مقياس الصلابة العقلية (جيمس لوهير) تعريب (ماجدة إسماعيل وأسامة عبد الرحمن) مرفق (٤).

- اختبار استراتيجية الأداء: (TOPS) (لتوماس وآخرون) تعريب (عبد العزيز عبد المجيد) مرفق (٦).

### ١. مقياس الصلابة العقلية:

قام الباحث بعمل مسح مرجعي لأدوات قياس الصلابة العقلية لدى الرياضيين وتوصل الى وجد عدة أدوات اختار منها قائمة التفوق النفسي المعدلة (PPI -A) لتحديد الصلابة العقلية psychological performance inventory لجيمس لوهير, James Loehr (1993) إعداد وتعريب "ماجدة إسماعيل وأسامة عبد الرحمن" (200٧) (١١) وهو يشمل على (7) محددات نفسية:

- الثقة بالنفس Self-Confidence
- الطاقة السلبية Negative Energy
- تحكم الانتباه Attention Control
- تحكم التصور البصري Visual & Imagery Control
- مستوى الدافعية Motivational Level
- الطاقة الايجابية Positive Energy
- تحكم الاتجاه Attitude Control

ويتميز المقياس بخصائص سيكو مترية عالية على لاعبي كرة القدم ويتضمن الاختبار (42) عباره وكل محدد من المحددات السبعة السابق توضيحها يمثله (6) عبارات، ويقوم اللاعب بالإجابة على عبارات الاختبار على ميزان خماسي الدرجات (مقياس ليكرت)، يحصل اللاعب على (5) درجات في حاله تحقق العبارة، (1) درجه في حاله عدم تحقق العبارة.

التحقق من الخصائص السيكو مترية للمقياس:

أولاً: الصدق:

- صدق المضمون (صدق المحكمين)

أن المقياس له معاملات علمية عالية للصدق، حيث قام الباحث على الرغم من ذلك بعرض المقياس على السادة المحكمين مرفق (1) للتعرف على مدى مناسبة المقياس للاستخدام على عينة البحث الحالية، وجاءت النسبة المئوية لاتفاق السادة المحكمين حول ابعاد المقياس

بنسبة (100%) مرفق (3)، كما جاءت النسب المئوية لاتفاق السادة المحكمين حول عبارات المقياس تتراوح ما بين (100% - 80%) كما يتضح من جدول (3)، محققاً بذلك صدق المضمون أو صدق المحكمين.

### جدول (3)

النسبة المئوية لآراء المحكمين حول عبارات مقياس الصلابة العقلية

ن = 10

الثقة بالنفس		الطاقة السلبية		تحكم الانتباه		تحكم التصور البصري		مستوى الدافعية		الطاقة الإيجابية		تحكم الاتجاه	
النسبة %	العبارة	النسبة %	العبارة	النسبة %	العبارة	النسبة %	العبارة	النسبة %	العبارة	النسبة %	العبارة	النسبة %	العبارة
100%	1	100%	2	100%	3	80%	4	80%	5	80%	6	80%	7
90%	8	80%	9	80%	10	80%	11	100%	12	80%	13	100%	14
	15	100%	16	100%	17	80%	18	80%	19	80%	20	80%	21
100%	22	100%	23	80%	24	100%	25	80%	26	100%	27	100%	28
80%	29	80%	30	100%	31	80%	32	90%	33	90%	34	90%	35
80%	36	100%	37	90%	38	100%	39	90%	40	100%	41	100%	42

يتضح من جدول (3) النسبة المئوية لاتفاق آراء المحكمين في كل عبارة من عبارة مقياس الصلابة العقلية، تراوحت ما بين نسبة (100% - 80%)، وقد ارتضى الباحث بالعبارات التي حصلت على نسبة مئوية أكثر من (70%) من مجموع الآراء.

#### • صدق التكوين الفرضي (الاتساق الداخلي):

للتحقق من صدق مقياس الصلابة العقلية تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية (10) لاعبين تم اختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية والمشاركين في بطولة الجامعة الداخلية خلال الفترة من 25 - 29 / 2 / 2020م.



ثم قام الباحث بحساب صدق التكوين الفرضي باستخدام طريقة الاتساق الداخلي والتحقق من مدى تمثيل عبارات المقياس ومدى ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وبين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس.

**صدق الاتساق الداخلي:** يوضح الجدول (4) صدق الاتساق الداخلي للمقياس عن طريق إيجاد معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون، وفقاً لما يلي.

- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.
- حساب معامل ارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس.

#### جدول (4)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وبين درجة كل عبارة

والدرجة الكلية لمقياس الصلابة العقلية

= ن

10

6		5		4		3		2		1		العبارات
المقياس	مع البعد	المقياس	مع البعد	المقياس	مع البعد	المقياس	مع البعد	المقياس	مع البعد	المقياس	مع البعد	الاتجاه
0.657	0.661	0.671	0.758	0.711	0.731	0.758	0.820	0.652	0.713	0.655	0.693	الثقة بالنفس
0.721	0.757	0.763	0.873	0.835	0.838	0.847	0.852	0.692	0.828	0.729	0.779	الطاقة السلبية
0.870	0.797	0.829	0.836	0.787	0.795	0.672	0.688	0.695	0.699	0.743	0.744	تحكم الانتباه
0.831	0.910	0.742	0.794	0.751	0.898	0.642	0.797	0.847	0.852	0.780	0.803	تحكم التصور البصري
0.728	0.786	0.697	0.745	0.677	0.711	0.680	0.690	0.636	0.730	0.798	0.874	مستوى الدافعية
0.845	0.897	0.721	0.748	0.820	0.887	0.719	0.752	0.691	0.731	0.767	0.848	الطاقة الإيجابية
0.644	0.687	0.748	0.792	0.686	0.692	0.655	0.684	0.719	0.751	0.704	0.838	تحكم الاتجاه

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.632.

يوضح جدول (4) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0.05) بين درجة كل عبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي إليه، وبين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس حيث تراوحت ما بين (0.636، 0.910)، مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

ثانياً: ثبات المقياس:

قام الباحث بالتحقق من ثبات مقياس الصلابة العقلية بطريقة (التجزئة النصفية Split لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان)، بالإضافة إلى معامل ثبات (ألفا كرو نباخ Alpha Cronbach)، وتعطى معامل اتساق داخلي لبنية المقياس، كما في جدول (5)، بالإضافة إلى التعرف على المفردات التي تؤدي إلى خفض أو رفع معامل الثبات الكلي لأداة القياس عند حذفها.

### جدول (5)

ثبات مقياس الصلابة العقلية بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرو نباخ ن

10 =

ألفا كرو نباخ	التجزئة النصفية		أبعاد المقياس
	جيتومان	سبيرمان براون	
0.770	0.893	0.760	الثقة بالنفس
0.888	0.864	0.778	الطاقة السلبية
0.842	0.737	0.732	تحكم الانتباه
0.725	0.820	0.810	تحكم التصور البصري
0.721	0.881	0.711	مستوى الدافعية
0.841	0.871	0.831	الطاقة الإيجابية
0.776	0.782	0.766	تحكم الاتجاه
0.832	0.884	0.822	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من جدول (5) أن قيم معامل الثبات كانت مرتفعة، ومقبولة لهذا النوع من حساب معاملات الثبات وحيث أن جميع معاملات الثبات دالة عند مستوي (0.05)، وهذا يدل على إمكانية استخدام هذا المقياس مما يؤكد أن المقياس الحالي ومكوناته يتميز بدرجة عالية من الثبات.

٢. اختبار استراتيجية الأداء: (TOPS):

قام الباحث بتطبيق اختبار استراتيجيية الأداء (TOPS) لتوماس وآخرون Thomas P.R, Murphy, S.M, & Hardy L (1999م) (٤٢) لقياس المهارات النفسية وإستراتيجية الأداء الهامة للأداء الرياضي، ويشتمل على عدد (8) محددات خاصة بالتنافس وهي (النشاط، الآلية، التحكم الانفعالي، وضع الهدف، التصور، التفكير السلبي، الاسترخاء، والتحدث الذاتي)، وعدد (8) محددات خاصة بالتدريب وهي نفس محددات استراتيجيية التنافس مع استبدال (التفكير السلبي بالتحكم الانتباهي) نقلاً عن "عبدالعزیز عبدالمجيد" (2008م) (١٠ : 130-135) مرفق (٦)، وتم إجراء بعض التعديلات اللفظية على عبارات الاختبار بعد عرضة على السادة المحكمين مرفق (1)، وصولاً من الصورة الأولى للاختبار إلى الصورة النهائية للاختبار.

التحقق من الخصائص السيكومترية للاختبار:

أولاً: صدق الاختبار:

• صدق المضمون (صدق المحكمين)

أن الاختبار له معاملات علمية عالية للصدق ومنها الصدق الظاهري في ضوء نتائج دراسة كل من لان وآخرون Lan AM, Harwood C, Terry PC, Karageorghis CI (2004م) (٣٥) بعنوان "التحليل العاملي لاختبار استراتيجيية الأداء لتوماس وآخرون Thomas et al (1999م) (٤٢)، وذلك بهدف التعرف على الصدق العاملي للاختبار، على عينة بلغ قوامها (584) ناشئ، وكان من أهم النتائج أن الاختبار ذا صدق عالي بلغ (0.88) في جميع متغيرات الاختبار، قام الباحث على الرغم من ذلك بعرض الاختبار على السادة المحكمين مرفق (1) للتعرف على مدى مناسبته للاستخدام على عينة البحث الحالية، وجاءت النسبة المئوية لاتفاق السادة الخبراء بنسبة مئوية تتراوح ما بين (80% - 100%) محققاً بذلك صدق المضمون أو صدق المحكمين ويتضح ذلك كما في جدول (6)،

جدول (6)

النسبة المئوية لآراء المحكمين حول عبارات اختبار استراتيجيية الأداء

ن = 10

م	المحددات	العبارة الأولى	العبارة الثانية	العبارة الثالثة	العبارة الرابعة
1	النشاط تنافس.	90%	100%	100%	90%
2	الآلية تنافس.	100%	100%	80%	100%
3	التحكم الانفعالي تنافس.	100%	90%	100%	100%
4	وضع الهدف تنافس.	100%	80%	100%	100%

5	التصور تنافس.	%100	%100	%100	%100
6	التفكير السلبي تنافس.	%80	%90	%100	%80
7	الاسترخاء تنافس.	%100	%100	%90	%100
8	التحدث الذاتي تنافس.	%100	%100	%80	%100
9	النشاط تدريب.	%90	%100	%100	%100
10	الألية تدريب.	%90	%100	%100	%100
11	التحكم الانفعالي تدريب.	%100	%90	%90	%100
12	وضع الهدف تدريب.	%100	%100	%90	%100
13	التصور تدريب.	%80	%100	%100	%100
14	التحكم الانتباهي تدريب.	%100	%100	%100	%90
15	الاسترخاء تدريب.	%100	%80	%90	%100
16	التحدث الذاتي تدريب.	%100	%100	%80	%90

محددات  
التدريب

يتضح من جدول (6) النسب المئوية لاتفاق آراء المحكمين في كل عبارة من عبارات اختبار استراتيجية الأداء، حيث أنها واقعة ما بين نسبة (80% - 100%)، وقد إرتضى الباحث بالعبارات التي حصلت على نسبة مئوية أكثر من (70%) من مجموع الآراء، حيث قام المحكمين بالتعديل اللفظي على بعض العبارات بما يلائم المصطلحات المستخدمة.

#### • صدق التكوين الفرضي (الإتساق الداخلي):

للتحقق من صدق اختبار استراتيجية الاداء تم تطبيق الاختبار على عينة استطلاعية (10) لاعبين تم إختيارهم عشوائياً من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية المشاركين في بطولة الجامعة الداخلية خلال الفترة من ٢٥ - ٢٩ / ٢ / ٢٠٢٠م. ثم قام الباحث بحساب صدق التكوين الفرضي بإستخدام طريقة الإتساق الداخلي والتحقق من مدى تمثيل عبارات الاختبار ومدى ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحدد الذي تنتمي إليه وبين درجة المحدد والدرجة الكلية للاختبار.

**صدق الإتساق الداخلي:** توضح الجداول (7)، (8) صدق الإتساق الداخلي للاختبار عن طريق إيجاد معاملات الارتباط باستخدام معامل بيرسون، وفقاً لما يلي.

- حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحدد الذي تنتمي إليه.
- حساب معامل ارتباط درجة كل محدد والدرجة الكلية للاختبار.

#### جدول (7)

ن

معامل ارتباط درجة كل عباراه والدرجة الكلية للمحدد

10=

العبارة الرابعة	العبارة الثالثة	العبارة الثانية	العبارة الأولى	المحددات	م
*0.728	*0.699	*0.686	*0.763	النشاط تنافس.	1
*0.716	*0.744	*0.649	*0.835	الألية تنافس.	2
*0.832	*0.849	*0.708	*0.812	التحكم الانفعالي تنافس.	3
*0.729	*0.744	*0.758	*0.692	وضع الهدف تنافس.	4
*0.759	*0.734	*0.840	*0.721	التصور تنافس.	5
*0.780	*0.716	*0.828	*0.695	التفكير السلبي تنافس.	6
*0.671	*0.788	*0.766	*0.893	الاسترخاء تنافس.	7
*0.692	*0.785	*0.741	*0.679	التحدث الذاتي تنافس.	8
*0.829	*0.674	*0.676	*0.722	النشاط تدريب.	9
*0.665	*0.713	*0.828	*0.781	الألية تدريب.	10
*0.749	*0.865	*0.763	*0.785	التحكم الانفعالي تدريب.	11
*0.733	*0.755	*0.671	*0.761	وضع الهدف تدريب.	12
*0.695	*0.686	*0.722	*0.832	التصور تدريب.	13
*0.853	*0.698	*0.769	*0.887	التحكم الأنتباهي تدريب.	14
*0.822	*0.842	*0.772	*0.687	الاسترخاء تدريب.	15
*0.784	*0.713	*0.823	*0.785	التحدث الذاتي تدريب.	16

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.632.

يتضح من جدول (7) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة عبارات كل محدد والدرجة الكلية للمحدد ذات دلالة إحصائية حيث تراوحت ما بين (0.649، 0.893) مما يدل على أن عبارات محددات الاختبار دالة، على صدق الاختبار فيما وضع من أجلة.

جدول (8)

معامل ارتباط درجة كل محدد والدرجة الكلية للاختبار

ن=10

معامل الارتباط	المحددات	م
*0.769	النشاط تنافس.	1
*0.868	الألية تنافس.	2
*0.896	التحكم الانفعالي تنافس.	3

*0.786	وضع الهدف تنافس.	4	محددات التدريب
*0.795	التصور تنافس.	5	
*0.895	التفكير السلبي تنافس.	6	
*0.772	الاسترخاء تنافس.	7	
*0.793	التحدث الذاتي تنافس.	8	
*0.894	النشاط تدريب.	9	
*0.845	الألية تدريب.	10	
*0.855	التحكم الانفعالي تدريب.	11	
*0.811	وضع الهدف تدريب.	12	
*0.795	التصور تدريب.	13	
*0.825	التحكم الأنتباهي تدريب.	14	
*0.781	الاسترخاء تدريب.	15	
*0.814	التحدث الذاتي تدريب.	16	

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) = 0.632.

ينتضح من جدول (8) أن قيم معاملات الارتباط بين درجة المحدد والدرجة الكلية للاختبار ذات دلالة إحصائية حيث تراوحت ما بين (0.769، 0.896) مما يدل على أن محددات الاختبار دالة، وعلى صدق الاختبار فيما وضع من أجله.

ثانياً: ثبات الاختبار:

قام الباحث بالتحقق من ثبات اختبار استراتيجية الاداء بطريقة (التجزئة النصفية Split لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان)، بالإضافة إلى معامل ثبات (ألفا كرو نباخ Alpha Cronbach)، وتعطى معامل اتساق داخلي لبنية الاختبار، كما في جدول (9)، بالإضافة إلى التعرف على المفردات التي تؤدي إلى خفض أو رفع معامل الثبات الكلي لأداة الاختبار عند حذفها.

### جدول (9)

ثبات اختبار استراتيجية الاداء بطريقة التجزئة النصفية وألفا كرو نباخ = ن

10

ألفا كرو نباخ	التجزئة النصفية		محددات الاختبار
	جيتومان	سبيرمان براون	

0.799	0.898	0.961	النشاط تنافس.	1	محددات التنافس
0.759	0.980	0.987	الألية تنافس.	2	
0.778	0.955	0.989	التحكم الانفعالي تنافس.	3	
0.889	0.848	0.990	وضع الهدف تنافس.	4	
0.778	0.888	0.976	التصور تنافس.	5	
0.790	0.963	0.979	التفكير السلبي تنافس.	6	
0.773	0.944	0.977	الاسترخاء تنافس.	7	
0.775	0.910	0.984	التحدث الذاتي تنافس.	8	
0.811	0.921	0.969	النشاط تدريب.	9	محددات التدريب
0.792	0.883	0.979	الألية تدريب.	10	
0.782	0.895	0.988	التحكم الانفعالي تدريب.	11	
0.811	0.948	0.928	وضع الهدف تدريب.	12	
0.844	0.899	0.959	التصور تدريب.	13	
0.899	0.888	0.989	التحكم الأنتباهي تدريب.	14	
0.788	0.878	0.976	الاسترخاء تدريب.	15	
0.799	0.953	0.992	التحدث الذاتي تدريب.	16	

يتضح من جدول (9) أن قيم معامل الثبات كانت مرتفعة، ومقبولة لهذا النوع من حساب معاملات الثبات وحيث أن جميع معاملات الثبات دالة عند مستوي (0.05)، وهذا يدل على إمكانية استخدام هذا الاختبار مما يؤكد أن الاختبار الحالي ومكوناته يتميز بدرجة عالية من الثبات.

#### جهاز الرستاميتير Rastameter :

استخدم الباحث جهاز "الرستاميتير" لقياس الطول لأقرب 1سم، الوزن لأقرب كغم مرفق (٧).

#### تطبيق البحث:

#### تطبيق البحث:

بعد التأكد من توافر كافة الشروط الإدارية والعلمية تم تطبيق (مقياس الصلابة العقلية)، واختبار (استراتيجية الأداء) على عينة البحث الأساسية والبالغ قوامها (40) لاعب من لاعبي كرة القدم الممثلين لجامعة الطائف خلال بطولة الجامعة السنوية الداخلية وفق الشروط الموضوعية لاختيار العينة، وذلك خلال الفترة من الاحد الموافق (١٥ / ٣ / ٢٠٢٠م) الى الثلاثاء الموافق (٢٤

- ٣ / ٢٠٢٠م)، ثم قام الباحث بالمقارنات بين عينة البحث في المتغيرات قيد البحث في ضوء مستويات اللاعبين، مجموعة ( المستوى " أ " ) وهم اللاعبين اللذين حققوا المراكز الأولى والمؤهلين للتنافس الخارجي باسم الجامعة < مجموعة (المستوى " ب " ) وهم لاعبين المركز الثاني، وتمت المقارنات بينهم في ضوء متغيرات البحث مع مراعاة ما يلي:
- التأكيد على أفراد العينة بأهمية استجاباتهم للاستفادة منها وضرورة الإجابة على جميع العبارات وعدم اختيار أكثر من استجابة للعبارة الواحدة.
  - ثم قام الباحث بجدولة الدرجات الخام وإعدادها للمعالجة الإحصائية وفقاً لمفتاح التصحيح المُعدّ لذلك مرفق (٤)، مرفق (٦).

### المعالجات الإحصائية:

أستخدم الباحث في المعالجات الإحصائية للبيانات الأساسية داخل هذه الدراسة برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) Statistical Package For Social Science الإصدار (25) مستعيناً بالمعاملات التالية:

١. المتوسط الحسابي *Arithmetic Mean*.
٢. الوسيط *Median*.
٣. الانحراف المعياري *Standard Deviation*.
٤. معامل الالتواء *Coefficient of Skewness*.
٥. اختبار "ت" *T. Test*.
٦. التجزئة النصفية لسبيرمان براون وجيتومان.
٧. معامل ثبات ألفا كرونباخ (*Cronbach's alpha*).
٨. معامل الارتباط البسيط *Coefficient of Correlation*.
٩. النسبة المئوية *The percent*.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج:

### جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري ودلالة الفروق (قيمة "ت") بين لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب") في الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء

$$ن=2=20$$

م	المتغيرات النفسية	وحدة القياس	لاعبة المستوى "ب"	لاعبة المستوى "أ"	قيمة (ت)

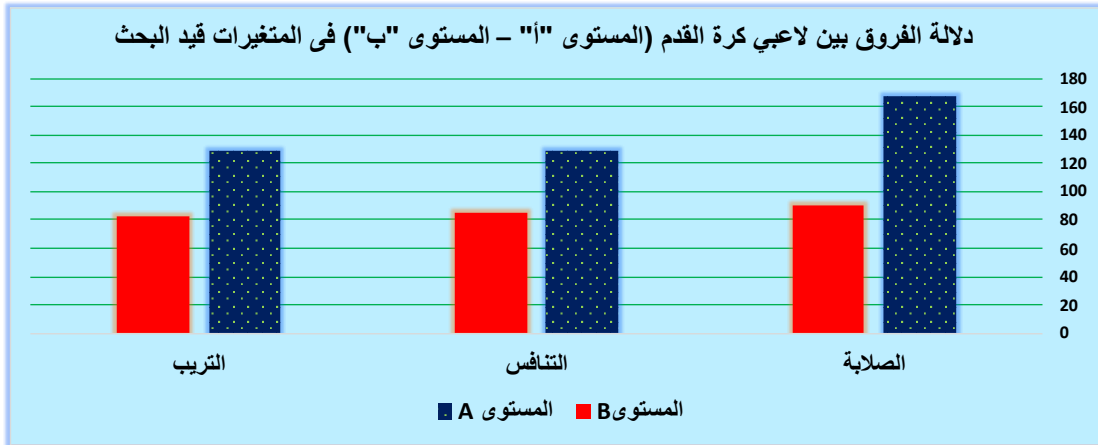


	ع	م	ع	م			
1	3.02	167.25	12.61	90.30	درجه	مقياس الصلابة العقلية	
2	0.012	129.5	5.64	85.4	درجه	محددات التنافس	اختبار محددات
	5.80	129.4	2.50	82.2	درجه	محددات التدريب	استراتيجيات الأداء

\* قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) ودرجات حرية 38 = (2.032)

يتضح من جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب") في المتغيرات قيد البحث (الصلابة العقلية، محددات استراتيجيات الأداء) لصالح لاعبي (المستوى "أ")، حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة لمتغير الصلابة العقلية = (26.14)، وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) بينما بلغت قيمة "ت" الجدولية في متغير محددات استراتيجيات الأداء = (35.95) لمحددات التنافس و(30.61) لمحددات التدريب، وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05).

شكل (1)



جدول (11)

العلاقة الارتباطية بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجيات الأداء بين لاعبي كرة القدم

(المستوى "أ" - المستوى "ب") ن = 1 ن = 2 = 20

م	المتغيرات	وحدة القياس	الصلابة العقلية	
			لاعبي المستوى "ب"	لاعبي المستوى "أ"
			قيمة (ر)	قيمة (ر)
2	محددات استراتيجيات الأداء	درجه	0.342	*0.763
	محددات التنافس	درجه	0.386	*0.728

\* قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05) ودرجات حرية 38 = (0.325)

يتضح من جدول (11) أنه توجد علاقة ارتباطية ايجابية طردية موجبة ضعيفة دالة احصائياً بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي (المستوى "ب")، حيث جاءت قيمة (ر) المحسوبة = (0.342) في محددات التنافس بينما جاءت = (0.386) في محددات التدريب وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوي معنوية (0.05)، بينما توجد علاقة ارتباطية ايجابية طردية موجبة قوية دالة احصائياً بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي (المستوى "أ") ، حيث جاءت قيمة (ر) المحسوبة = (0.763) في محددات التنافس، (0.728) في محددات التدريب وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوي معنوية (0.05).

#### مناقشة النتائج:

#### مناقشة نتائج التساؤل الأول:

"هل توجد فروق ذات دلالة أحيائية في الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء بين لاعبي كرة القدم (المستوي "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف؟"

يتضح من جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب") في متغير الصلابة العقلية لصالح لاعبي (المستوى "أ") حيث جاءت قيمة "ت" المحسوبة = (26.14)، وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلالة معنوية (0.05) درجات حرية (38) = (2.032).

ويعزو الباحث تميز لاعبي كرة القدم (المستوى "أ") على لاعبي (المستوى "ب") في متغير الصلابة العقلية الى طبيعة رياضة كرة القدم، فهي من الأنشطة الرياضية التي تتميز بالعديد من المواقف التنافسية التي قد يكون لها تأثير مباشر على قدرات اللاعب البدنية والمهارية والعقلية والنفسية، فالتنافس أو التدريب في كرة القدم يتطلب الاستمرار في الأداء فترة زمنية طويلة وما يرتبط بها من أعباء ذهنية و نفسية وضغوط بدنية على اللاعبين، الامر الذي ينمي لديهم الصلابة العقلية لتحقيق مستوى تنافسي جيد في حين ان اللاعبين من (المستوى "ب") يتميزون بمستوى متوسط من الصلابة العقلية وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة كل من "سيمون مديلتون وآخرون Simon C.Middleton et al " (2004) (٤٠)، "سمية إسماعيل" (2008) (٧)، "جيهان الصاوي" (2009) (٦)، "أحمد باشا" (2011) (١)، "كيشيور Kishore, V" (2017) (٣٤)، "محمد أبو الطيب" (2018) (١٢) والتي أشارت إلى تفوق اللاعبين الموهوبين والمتميزين على اللاعبين ذوي المستوى الرياضي الأقل في الصلابة العقلية.

ويشير "كريسويل Cresswell" (2007) (٢٧): ان التدريب والتنافس في كرة القدم يتميز بالشدة والحمل البدني العالي وزمن الأداء الطويل، ومن هنا تبرز أهمية توافر الصلابة العقلية بالنسبة للاعب كرة القدم اثناء التدريب والتنافس التي تمكنه من مواجهة العديد من العوامل والصعوبات والضغوطات النفسية والاحباطات اثناء المنافسات دون ان يفقد تركيزه أو ثقته في نفسه.

كما يشير كل من "أسامه راتب" (2000) (٤)، "سيمون ميدلتون Simon C. Middleton" (2007) (٤١) الى أن التفوق الرياضي يتوقف على مدى استعادة اللاعبين من قدراتهم الذهنية على نحو لا يقل عن الاستعادة من قدراتهم البدنية، فالقدرات الذهنية تساعد الأفراد على تعبئة طاقاتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي، ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة لذلك الغرض وهي برامج تدريب للمهارات الذهنية والنفسية.

ويتفق كل من "ويزر وآخرون Weiser, et al." (1995) (٤٣) "محمد العربي" (2005) (١٥) على أن تدريب وتنمية الصلابة العقلية تمكن اللاعب من التغلب على الأفكار السلبية خاصة التي تراوده أثناء التنافس، وعلى المدربين أن يهتموا بتدريبات الصلابة العقلية لدى اللاعبين قبل المباريات حتى يتمكن اللاعب من تغاضي الأفكار السلبية أثناء المباريات واتقان المهارات الرياضية، وفي الوقت نفسه التقليل إلى حد بعيد من الانسحاب الانفعالي الذي غالباً ما يصاحب التدريب الزائد.

ويؤكد كل من "يكلسون Yukelson" (2003) (٤٤)، "جون هيل وآخرون John Heil, et al." (2004) (٣٣) على ان الصلابة العقلية هامة بالنسبة لعملية التدريب والتنافس للاعب الرياضي الذي يسعى للتفوق، وأن اللاعب الذي يفتقر إلى السمات النفسية الإيجابية لن يستطيع مهما بلغت قدراته ومستوياته البدنية والفنية من تحقيق أعلى المستويات.

كما يتضح من جدول (10) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب") في متغير محددات استراتيجية الاداء (محددات التنافس- محددات التدريب) لصالح لاعبي (المستوى "أ") " حيث جاءت قيمة "ت" الجدولية = (35.95) في محددات التنافس = بينما جاءت = (30.61) في محددات التدريب، وهي أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة معنوية (0.05) درجات حرية (38) = (2.032).

ويعزو الباحث تميز لاعبي كرة القدم (المستوى "أ") في محددات استراتيجيات الأداء "محددات التنافس- محددات التدريب" الى ان كفاءة اللاعب أثناء عملية التدريب او المنافسة الرياضية تمكن اللاعب من تحقيق التفوق الرياضي في قطاع البطولة والمنافسة الرياضية نتيجة التكامل بين كل من الجوانب البدنية والمهارية والعقلية والنفسية، وهذا ما تؤكد عليه الدراسات السابقة أن العلاقة بين العقل والجسد علاقة قوية للغاية لأداء أي شيء يفكر فيه العقل أولاً ثم

يستجيب الجسم ثم يبدأ في التنفيذ بغض النظر عما إذا كان هذا الشيء حقيقياً أم خيالياً، فاللاعبين المتميزون يدركوا أن التقدم يحتاج إلى طاقة إضافية وهذه الطاقة من الممكن أن تكون استراتيجية الأداء الرياضي المتبع سواء في التدريب أو المنافسة الرياضية، فعندما يكون هناك فريقين متساويين بدنياً ومهاراي فالفريق الذي يعمل بتناغم ومجهز وواثق من نفسه هو الذي يكون على القمة في ضوء تحقيق عوامل استراتيجية أداء ناجحة وفعالة.

كما يرى الباحث أن لاعب كرة القدم الذي يمتلك استراتيجية واضحة للأداء متمثلة في محددات التنافس والتدريب سوف ينعكس ذلك على تحسين أدائه المهاري أثناء المنافسة الرياضية وهذا ما تشير إليه نتائج هذه الدراسة حيث تميز لاعبي (المستوى "أ")، نتيجة امتلاكهم المتغير الحاسم للأداء المهاري النموذجي والمثالي نحو التفوق الرياضي في البطولات والمنافسات الرياضية، كما ان نجاح أو فشل لاعب كرة القدم في إظهار أفضل ما لديه من قدرات ومهارات في المنافسات يكمن في عملية التكامل بين القدرات الحركية الخاصة بطبيعة رياضة كرة القدم والمهارات العقلية والنفسية ومحددات استراتيجية الأداء لدى اللاعب و هذا يتفق مع نتائج دراسة كل من " نهال عبادة، هاني الديب" ( 2004 ) ( ١٩ )، "لان وآخرون Lan AM, et al C" (2004) ( ٣٥ ) أحمد الشافعي (2018) (٢)، شريف عبد الواحد (2018) (٨).

ويشير "جون بريس John Price" (2006) (٣٢) الى أن محددات الأداء لدى الرياضيين تتأثر إلى حد كبير بمدى ثقتهم في قدرتهم ومواهبهم، فإن لم يكن لدى اللاعب الاقتناع والاعتقاد بأنه يمتلك القدرات الخاصة بالتدريب والتنافس الرياضي لتحقيق الأداء المطلوب منه، والوصول للهدف الذي يسعى إليه، فإنه سوف لا يبذل الجهد والعمل الجادين كي يحقق الهدف المطلوب.

كما ان ما توصل إليه الباحث من نتائج تتعلق بوجود فروق لاعبي (المستوى "أ") ولاعبي (المستوى "ب") في محددات استراتيجيات الأداء سواء كانت "محددات التنافس- محددات التدريب" جاءت لصالح لاعبي (المستوى") يتفق مع نتائج دراسة جيمس لوثر James Lowther (2002م) (٣١) بوجود ارتباط قوى بين الكفاءة الذاتية البدنية والمهارية ومحددات استراتيجيات الأداء ونتائج المباريات.

ومن خلال ما سبق عرضة من نتائج ومناقشة للنتائج يتحقق الأجابة على التساؤل الاول للبحث والذي ينص على:

"هل توجد فروق ذات دلالة أحصائية في الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء بين

لاعبي كرة القدم (المستوي "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف؟"

## مناقشة نتائج التساؤل الثاني:

"هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين كلاً من الصلابة العقلية ومحددات

استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوي "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف؟"

يتضح من جدول (11) أنه توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة ضعيفة دالة إحصائياً بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوى "ب") حيث جاءت قيمة (ر) المحسوبة = (0.342) في محددات التنافس بينما جاءت = (0.386) في محددات التدريب وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05)، كما توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة قوية دالة إحصائياً بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي (المستوى "أ") ، حيث جاءت قيمة (ر) المحسوبة = (0.763) في محددات التنافس، (0.728) في محددات التدريب وهي أكبر من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (0.05). ويعزو الباحث هذه العلاقة الارتباطية الطردية الموجبة القوية بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء (التنافس - التدريب) لدى لاعبي (المستوى "أ") إلى امتلاك لاعبي (المستوى "أ") قدرات عالية من الصلابة العقلية والمتمثلة في الثقة بالنفس والتحكم بالانتباه وعدم تشتت التركيز ومستوى دافعية عالي للإنجاز والقدرة على تعبئة الطاقة الإيجابية وانخفاض الطاقة السلبية التي تؤثر بشكل غير مرغوب محددات الأداء (التنافس - التدريب)، وكلما استطاع لاعب كرة القدم استخدام مهاراته الذهنية بشكل أفضل كان له الأثر على التنافس الجيد وتحقيق الأهداف، ويتفق ذلك مع نتائج العديد من الدراسات كدراسة "كوثتون وآخرون **Connaughton et al** (2010) (20)، "جوشياردي وآخرون **Gucciardi, et al** (2015) (30) التي أشارت إلى أن هناك ارتباط قوي بين الصلابة العقلية والأداء والتفوق الرياضي، والتي أشارت أيضاً إلى أن الصلابة العقلية عامل مهم في التفوق الرياضي فكلما زادت متطلبات التدريب والمنافسة كان للصلابة العقلية الأثر في فعالية تصرف الرياضي خاصة من الناحية النفسية.

وهذا يتفق مع دراسة "نيولند وآخرون **Newland, A, et al** (2013) (36) التي أشارت

إلى أن التفوق في كرة السلة يمكن أن يتحدد جزئياً من خلال مستويات الصلابة العقلية.

ويري الباحث أن امتلاك لاعبي كرة القدم لمستوى مرتفع من الصلابة العقلية يدفعهم إلى أن يكونوا أكثر استعداداً للتدريب والتنافس ولديهم القدرة على الاستمرار في الأداء بمستوى مرتفع بغض النظر عن الظروف والاحداث المتغيرة التي يمرون بها أثناء التدريب والمنافسة، كما أنهم يعتبرون أن كل تغير هو بمثابة التحدي الذي يتطلب حالة التكيف السريعة تجاه تلك الظروف والاحداث، وأنهم أكثر استعمالاً لاستراتيجيات التفوق في التدريب والمنافسة والتخطيط والتحضير للتنافس بشكل جيد وهذا يتفق مع دراسة كل من "ميكائيل شيارد **Sheard** (2009) (39)، "

كروست وآزادي "Crust & Azadi" (2010) (٢٩)، "بيري وآخرون Perry et al" (2013) (3٧)، "بال وسينغ Bal & Singh" (2014) (٢٣) والتي اشارت الى ان الرياضيين المميزون لديهم ارتباطا قوي بين الصلابة العقلية واستراتيجيات التفوق في التدريب والمنافسة ومهارات الحديث الداخلي وضبط الانفعالات والتغلب على الأفكار السلبية.

ويشير "محمد أبو الطيب" (2018) (١٢)، الى أن هناك علاقة ارتباطية بين الصلابة العقلية والسلوك التنافسي لدى اللاعبين المميزين وان هناك ارتباط بين السلوك التنافسي العالي والقدرات العقلية الإيجابية.

وما توصل إليه الباحث من نتائج تبين انه على الرغم من التقارب في القدرات البدنية والمهارية بين لاعبي كرة القدم عينة البحث إلا ان الفارق في مستوى التميز والتفوق الرياضي يعود الى ما يتميز به لاعبي (المستوى "أ") من قدرات عقلية ونفسية ومدى الاستفادة من تلك القدرات على النحو الذي لا يقل عن الاستفادة من القدرات البدنية والمهارية والتي تساعدهم على مواجهة التحديات والظروف المتغيرة اثناء التدريب والمنافسة، ومن هنا يرى الباحث ان الارتباط بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجيات الأداء يسهم في تحقيق التفوق والتميز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم، وانه كلما كان هناك ارتباط ضعيف دل ذلك على ان استخدام اللاعبين للمهارات العقلية والنفسية يتم بصورة خاطئة فلا يستطيعون الاستفادة منها استفادة صحيحة وكاملة، وانه كلما استخدم اللاعبون جميع مهاراتهم العقلية والنفسية بصورة متقاربة كلما تقدم مستوى الأداء.

ويؤكد كل من "كرست وكلوف Crust & Clough" (2005) (٢٨) "كروست Crust L" (20١٠) (٢٩) على أن الرياضيين والمدربين والأخصائيين النفسيين يعتبرون الصلابة العقلية أحد أهم الخصائص النفسية التي ترتبط بالنتائج والنجاح في رياضة النخبة وارتباطها الايجابي مع الاستمرار في التدريب والمنافسة.

ومن خلال ما سبق عرضة من نتائج ومناقشة للنتائج يتحقق الأجابة على التساؤل الثاني للبحث والذي ينص على:

"هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة أحصائية بين كلاً من الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب" ) بجامعة الطائف؟"

الاستنتاجات:

في ضوء إجراءات ونتائج البحث توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية:

١. توجد فروق ذات دلالة أحصائية في الصلابة العقلية بين لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب" ) بجامعة الطائف لصالح لاعبي (المستوى "أ").

٢. توجد فروق ذات دلالة أحصائية في محددات استراتيجية الأداء بين لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف لصالح لاعبي (المستوى "أ").
٣. توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة ضعيفة دالة احصائياً بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوى "ب").
٤. توجد علاقة ارتباطية طردية موجبة قوية دالة احصائياً بين الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي (المستوى "أ").
٥. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة أحصائية بين كلاً من الصلابة العقلية ومحددات استراتيجية الأداء لدى لاعبي كرة القدم (المستوى "أ" - المستوى "ب") بجامعة الطائف لصالح لاعبي (المستوى "أ").
٦. تعتبر المتغيرات النفسية (الصلابة العقلية - محددات استراتيجية الأداء) من العوامل الهامة في تحقيق التميز والتفوق الرياضي اثناء التدريب والمنافسات لدي لاعبي كرة القدم.

## التوصيات.

١. لاحظ الباحث ان هناك ضعف لدى لاعبي (المستوى "ب") في محددات استراتيجية الأداء (التنافس - التدريب) وأيضاً في مستوى الصلابة العقلية أثناء الأداء، لذلك رأى ضرورة محاولة البحث عن الحلول التي من شأنها تحقيق تطوير في مستوى المهارات العقلية والنفسية حتى نستطيع أن نصل إلى التكامل الجيد في منظومة التدريب بأضلاعها المتكاملة وهي الإعداد (البدني، المهاري، العقلي، النفسي).
٢. الاعتماد على نتائج البحث في تصنيف واختيار اللاعبين الممثلين لمنتخب جامعة الطائف في البطولات الخارجية.
٣. على المدربين ضرورة الأخذ في الاعتبار عند تصميم البرامج التدريبية التركيز على تطوير وتحسين كل من المتغيرات النفسية (الصلابة العقلية، محددات استراتيجيات الأداء "محددات التنافس- محددات التدريب") لدى اللاعبين لأنها تعتبر من العوامل الهامة في التفوق الرياضي.
٤. التركيز على تدريب لاعبي كرة القدم عن كيفية الاستعادة من استخدام مهاراتهم العقلية في التدريب والمنافسة لتحقيق التفوق الرياضي.
٥. ضرورة عقد دورات تدريبية وتثقيفية لمدربي كرة القدم عن كيفية وضع برامج تطوير المهارات العقلية للاعبين.

٦. ضرورة عقد دورات تدريبية وتثقيفية لمدرربي كرة القدم عن كيفية الاستفادة من محددات استراتيجيات الأداء "محددات التنافس- محددات التدريب" أثناء عملية التدريب الرياضي والمنافسة الرياضية.

٧. إجراء دراسات أخرى مماثلة مشابهة ومرتبطة ومقارنة على لاعبي كرة القدم في مستويات منافسة مختلفة في (الصلابة العقلية، محددات استراتيجيات الأداء "محددات التنافس- محددات التدريب".



## المراجع العربية والأجنبية:

### المراجع العربية:

١. أحمد عبد النعيم باشا (2001): الصلابة العقلية وعلاقتها بالإنجاز الرياضي لدى لاعبي ولاعبات المستويات الرياضية العالية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
٢. أحمد عزب الشافعي (2018): فاعلية التدريب العقلي لتطوير بعض محددات استراتيجية ومستوى الأداء المهاري للاعبات الجملة الحركية (الكاتا) برياضة الكاراتيه، المجلة العلمية - لعلوم وفنون الرياضة - كلية التربية الرياضية بنات، جامعة حلوان.
٣. أحمد محمد الشبراوي (2018): تأثير تدريبات الصلابة العقلية على تحسين زمن البدء والدوران ونواتج الأداء الفني لناشئي سباحة 200م ظهر، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، جامعة أسبوط، العدد 2، المجلد 47، ص 118-165.
٤. أسامة كامل راتب (2000): تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياض، دار الفكر العربي، القاهرة.
٥. أسامة كامل راتب (2004): النشاط البدني والاسترخاء، دار الفكر العربي، القاهرة.
٦. جيهان يوسف الصاوي (2009): الصلابة العقلية وعلاقتها بمستوى الأداء للاعبات ببطولة العالم الثانية بكوريا الجنوبية، العدد 57، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
٧. سمية مصطفى إسماعيل (2008): الصلابة الذهنية وعلاقتها بنتائج مباريات البطولة العربية بدورة الألعاب العربية مصر 2007 للرجال في كرة السلة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد 54، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
٨. شريف محمد عبد الواحد (2018): مهارات الاتصال والمناخ النفسي وعلاقتها بمحددات استراتيجية الأداء والانجاز الرياضي لدى لاعبات الكاراتيه (كوميته)، مجلة سيناء لعلوم الرياضة - بنات، جامعة العريش.
٩. عبد الحكيم رزق عبد الحكيم (2010): تأثير برنامج مقترح للتدريب العقلي على بعض المهارات النفسية ومستوى الاداء للاعبي كرة السلة المعاقين حركياً، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، مجلد 40، ص 73-100، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الإسكندرية.
١٠. عبد العزيز عبد المجيد محمد (2008م): الطلاقة النفسية، ط2، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١١. ماجدة محمد إسماعيل وأسامة عبد الرحمن على (2007): الصلابة العقلية وعلاقتها باستراتيجيات الأداء لمبارزي منتخب مصر في الأسلحة الثلاثة، المجلد الثاني، العدد الثاني، القاهرة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعه حلوان.
١٢. محمد أبو الطيب (2018): مدى مساهمة الصلابة العقلية بالسلوك التنافسي لدى السباحين، مجلة جامعة النجاح للأبحاث - العلوم الإنسانية - المجلد 32، الأردن.
١٣. محمد أحمد صالح (2018): الصلابة العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لبعض لاعبي أنشطة المنازلات، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، المجلد 51، ص 148 - 176.
١٤. محمد العربي شمعون (2000): التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٥. محمد العربي شمعون (2005): الصلابة العقلية، مؤتمر علم النفس الرياضي، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعه حلوان.
١٦. محمد العربي شمعون (2007): الصلابة العقلية والإنجازات الرياضية، مؤتمر قسم علم النفس الرياضي (الرعاية النفسية للرياضيين)، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
١٧. محمد حسن علاوي (2002): علم نفس التدريب والمنافسات الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
١٨. محمد حسن علاوي، أحمد صلاح خليل (2008): تقنين مقياس للصلابة العقلية للرياضيين في البيئة المصرية، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة حلوان - كلية التربية الرياضية للبنين، المجلد 55، ص 257 - 285.
١٩. نهال صلاح الدين عبادة، هاني عبد العزيز الديب (2004): استراتيجية الأداء في التدريب والمنافسة وعلاقتها بالمهارات النفسية للرياضيين (دراسة تشخيصية مقارنة)، مجلة بحوث التربية الشاملة، الجزء الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة الزقازيق.
٢٠. هبة إبراهيم الأشقر (2016): الصلابة العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التجديف، مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسبوط، المجلد 43، العدد 3.
٢١. هبة على إبراهيم (2015): تأثير برنامج للتدريب العقلي باستخدام البرمجة اللغوية العصبية في تطوير الصلابة العقلية وفاعلية الهجوم الخاطف لدى ناشئات كرة السلة، مجلة كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان.

٢٢. وليد احمد حسن (2010): الفروق بين الصلابة العقلية لدى بعض لاعبي الأنشطة الرياضية المختلفة، المؤتمر العلمي الدولي الثالث عشر، التربية البدنية والرياضة، تحديات الالفية الثالثة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، المجلد 1.

#### المراجع الأجنبية:

23. **Bal, B. S., & Singh, D. (2014):** An Analysis of The Components of Mental Toughness in Body-Contact Sport: Keys to Athletic Success. Sop Transactions on Psychology, pp. 36-46.
24. **Bull, J. Shambrook, Will James, E. Brooks (2005):** Towards an Understanding of Mental Toughness in Elite English Cricketers, Journal of Applied Sport Psychology, Volume 17.
25. **Connaughton, D., Hanton, S., & Jones, G. (2010):** The development and maintenance of mental toughness in the World's best performers. The Sport Psychologist, pp. 168-193.
26. **Cowden, R. (2017):** On the mental toughness of self-aware athletes: evidence from competitive tennis players. South African Journal of Science, 113(1/2), January/February, 50-55.
27. **Creswell, S. (2007):** Key questions on mental toughness University of Western Australia.
28. **Crust, L. & Clough, P. (2005):** Relationship between mental toughness & physical endurance. Perceptual & Motor Skills, 100 (1,(192-194.
29. **Crust, L., & Azadi, K. (2010):** Mental toughness and athletes' use of psychological strategies. European Journal of Sport Science, pp. 43-51.
30. **Gucciardi, Hanton, S., Gordon, S., Mallett, C., & Temby, P. (2015):** The Concept of Mental Toughness: Tests of Dimensionality, Nomological Network and Traitness. Journal of Personality, pp. 26-44.
31. **James Lowther (2002):** Self- Efficacy and Psychological Skills during the Amputee Soccer World Cup, Athletic Insight: the online Journal of Sport Psychology, 4.

32. **John C. Price (2006):** Martial Arts and Cognitive Psychology: Toward Further Research in the Cognitive Aspects of Martial Arts Capella University.
33. **John H, Ballon F, Theodorakis Y, Auwelle YV. (2004):** Combined effect of goal setting and self-talk in performance of a soccer-shooting task, *Percept Mot Skills*. Feb;98(1): pp89-99
34. **Kishore, V. (2017):** Psychological Hardiness at Different Playing Position among Football Players. *Indian Journal of Research*, 6,1.
35. **Lan AM, Harwood C, Terry PC, Karageorghis CI (2004):** Confirmatory factor analysis of the test of performance Strategies (TOPS) among adolescent athletes, *J Sports Sci*. Sep; 22(9): 803-12.
36. **Newland, A., Newton, M., Finch, L., Harbke, C. R., & Podlog, L. (2013):** Moderating variables in the relationship between mental toughness and performance in basketball. *Journal of Sport and Health Science*, pp. 184-192.
37. **Perry, J. L., Clough, P., Crust, L., & Nicholls, A. (2013).** Factorial validity of the Mental Toughness Questionnaire-48. *Personality and Individual Differences*, pp. 587–592.
38. **Richard H Cox (2011):** Sport Psychology, Concepts and Applications 7<sup>th</sup> Edition McGraw- Hill Education, 7 edition, March 30
39. **Sheard, M. (2009):** A Cross-National Analysis of Mental Toughness and Hardiness in Elite University Rugby League Teams. *Perceptual and Motor Skills*, pp. 213-223.
40. **Simon C. Middleton, Herb W. Marsh, Andrew J. Martin, Garry E. Richards, and Clark Perry (2004):** Discovering Mental Toughness: A Qualitative Study of Mental Toughness in Elite Athletes, Third International Biennial, Self-Research Conference, Self – Concept, Motivation and Identity: Where to form here? July 4-7, Berlin, Germany.
41. **Simon C. Middleton. (2007):** Mental Toughness Conceptualization and Measurement, *Coaching Review*, 11.
42. **Thomas P.R, Murphy, S.M, & Hardy L (1999):** Test of performance Strategies: Development and preliminary validation of a comprehensive measure of athletes, *Psychological Skills*, *Journal of Sports Sciences*, 17.
43. **Weiser, M., Kutz, I., Kutz, S.J. and Weiser, D. (1995):** Psychotherapeutic Aspects of the Martial Arts. *American Journal of Psychotherapy* 49: 118-127.
44. **Yukelson, D. (2003):** What is mental toughness and how to develop it, Penn State University.

