

## الصلابة النفسية وعلاقتها بالقدرة على اتخاذ القرار لدى لاعبي الكاراتية بدولة الكويت

\* جابر على عبد الله مختار أشكناني

### المقدمة ومشكلة البحث:

لقد بات واضحاً لدى الرياضيين والمدربين في أن المنافسة الرياضية أصبحت صعبة للغاية وذلك على الرغم من ارتفاع مستويات اللياقة البدنية والمهارية لدى الرياضيين إلا أن فرص الفوز أصبحت ضئيلة ، ويرجع ذلك الى العوامل النفسية ولذلك فإن المدربين واللاعبين يدركون أنه للمضي قدماً نحو تحسين الأداء والفوز فإنهم بحاجة إلى تطوير الجوانب النفسية لتحسين الاداء وتحقيق الفوز بالبطولات.

ويشير جوسيداري وآخرون Gucciardi, et al (٢٠١٢) أن الرغبة في الحصول على أعلى مستوى من الاداء غالباً ما يوضع للاعبين تحت ضغط عال وبالتالي فإنه ليس من الغريب أن الخصائص النفسية مثل الدوافع والثقة بالنفس والتحكم في القلق، والتحصير الذهني، والتركيز كفريق، والتركيز الذهني توضع جميعها عادة تحت مظلة مصطلح الصلابة العقلية التي تميز بين اللاعبين ، والصلابة العقلية لا يمكن أن تلعب فقط دوراً حاسماً في مباراه هامه ولكنها تؤدي إلى تطوير مستوى الأداء الرياضي بشكل ناجح .  
(٨٤ : ٥٦)

ويرى مادريجال وآخرون Madrigal, et al (٢٠١٣) أن الصلابة العقلية تشير إلى التركيز الداخلي والالتزام بالتغلب على التحديات التي يواجهها اللاعب في المواقف الصعبة ، وقد أشار العديد من المدربين أن الصلابة العقلية سمة يجب أخذها بعين الاعتبار عند إنتقاء الرياضيين ، ويفسر المدربين أن اللاعبين الذين يمتلكون درجة عالية من الصلابة العقلية يتمتعون بأداء أفضل لأنهم يكونون أكثر تركيزاً على تحقيق الهدف المنشود، بدلاً من الخوف الفشل والهزيمة (٩٨ : ٣٨)

ويشير وينبرج بيوت كيولب Weinberg, Butt, & Culp (٢٠١١) أن اللاعبون الذي يتسمون بالصلابة العقلية يمتلكون القدرة على الإستجابة للضغوط بطرق تمكنهم من الشعور بالراحة والهدوء لأن لديهم القدرة على زيادة تدفق الطاقة الإيجابية في الأزمات والمواقف الصعبة وذلك لأنهم يمتلكون أيضاً اتجاهات ايجابية وصحيحة تجاه كل من المشاكل والضغوط النفسية (١٠٩ : ٧٥)

ويذكر جاري ديسلر (١٩٩٢) إن عملية اتخاذ القرار هي لب وظيفة المدير فبينما يعد التخطيط والتنظيم وإدارة الأفراد والقيادة والرقابة هي الوظائف الرئيسية للإدارة نجد كل منها يتصل بوضوح بالقرارات فالقرارات لتنفيذ الخطوات ووضع الأهداف وما إلى ذلك ولا مكان لقول أن الحاجة من اتخاذ القرارات الفعالة أكثر أهمية من عملية التخطيط. ( ١١ : ١٦٥ )

ويذكر مصطفى حسين باهي، أحمد كمال (٢٠٠٦) أن عملية اتخاذ القرار تلعب دورا مهما في حياتنا وحياة الأمم بصفة عامة وحياة الفرد بصفة خاصة ونظرا لأهمية هذا الدور كان مفهوم اتخاذ القرار محور اهتمام العديد من العلماء في مختلف الإختصاصات وتعد عملية اتخاذ القرار إحدى العمليات السلوكية التي يمارسها الفرد بصورة شبه دائمة في حياتنا اليومية فكثيرا ما يواجه الفرد موقفا يتضمن عدة خيارات وتتطلب هذه المواقف اختيار عمل معين وعلى الفرد اختيار أفضل البدائل للوصول إلى الهدف بحيث يحقق أكبر فائدة ممكنة بأقل جهد ممكن (٥٦ : ٤٣)

كما أن ألعاب النزال تتطلب جميع مهاراتها القدرة على اتخاذ القرار المناسب وذلك من أجل تحقيق التفوق والانجاز حيث أن دقة إتخاذ القرار ترتبط ارتباطا وثيقا بتحقيق أعلى معدلات الانجاز الرياضى الأمر الذى يتطلب من اللاعب أن يتسم بالالتزام والتحكم والتحدى من أجل تأكيد الذات والتفوق .

وتعتبر رياضه الكاراتيه Karate Sport من الرياضات القتاليه التنافسيه وهى احد العاب النزال و تتميز بمواقف لعب متغيره تظهر من خلال ظروف مفاجئه مما يتطلب من اللاعب ردود افعال حركيه متعدده ومتنوعه واتخاذ قرار مناسب لهذه المواقف (٢١ : ٩).

وانطلاقا من أهمية الصلابة النفسية للاعبين فى المجال الرياضى كونها تلعب دوراً فعالاً في التحكم في حالة الأداء المثالية وذلك لانها تتكون من مهارات مكتسبة في التفكير الإيجابي، روح الدعابة، حل المشكلات، التفكير الحازم، التصور البصري ، كما تهدف إلى بناء القوة العقلية والانفعالية وزيادة قدرة اللاعب على المواجهة والتعامل مع جميع أنواع الضغوط البدنية والعقلية والانفعالية حتى يصبح أكثر تفاعلاً في المنافسة.

ونظراً لأن اتخاذ القرار هو جوهر عمل القيادة وهو نقطة البدء بالنسبة لجميع الإجراءات وأوجه النشاط والتصرفات التي تتم ، فبدون القرارات لا يمكن التصرف فى أى من المواقف التي تجابه اللاعبين خلال مواقف التدريب والمنافسة .

ومن خلال إطلاع الباحث على الدراسات والبحوث السابقة التي أجريت على الصلابة النفسية واتخاذ القرار ومنها دراسة باربر Barber (٢٠٠٣م) (٦٨) ، دراسة وودارد Woodard (٢٠٠٤م) (١١٠) ، دراسة مانتر Mantz (٢٠٠٥م) (٩٩) دراسة أزر Azar (٢٠٠٦م) (٦٧) ، دراسة احمد عبد الحميد على عمارة (٢٠٠٦م) (٣) ، دراسة أمل على خليل (٢٠٠٧م) (٨) ، دراسة احمد محمد الدبور (٢٠٠٧م) (٥) ، دراسة ليلي عبد الباقي شحاتة (٢٠٠٧م) (٤٧) ، دراسة نيفين السيد حسين (٢٠٠٩م) (٦٨) كما أجريت العديد من الدراسات فى مجال القدرة على اتخاذ القرار نذكر منها دراسة " هشام الخولى " (٢٠٠١) (٦٩) ، " مجدى عبد الكريم (٢٠٠١) (٥٨) ، محمد محمود نجيب (٢٠٠٢) (٥٥)

ومن خلال قراءات الباحثان والعرض السابق والدراسات التي أجريت يلاحظ أنه بالرغم من تنوع الموضوعات التي تناولتها الدراسات السابقة فى مجال الصلابة النفسية والقدرة على اتخاذ القرار التي أجريت فى المجال الرياضى فإنه إلى حد علمهما لم يتطرق أحد من الباحثين إلى دراسة الصلابة النفسية وعلاقتها بالقدرة على اتخاذ القرار للاعبى العاب النزال

#### أهداف البحث :

- يهدف البحث إلى التعرف على :
- الفروق بين لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ ) فى الصلابة النفسية .
- الفروق بين لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ ) فى القدرة على اتخاذ القرار .
- التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية و القدرة على اتخاذ القرار لدى لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ )

#### فروض البحث :

- توجد فروق بين لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ ) فى الصلابة النفسية.
- توجد بين لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ ) فى القدرة على اتخاذ القرار .
- توجد علاقة ذات دلالة احصائياً بين الصلابة النفسية وبين القدرة على اتخاذ القرار لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ )

#### المصطلحات المستخدمة فى البحث :

#### الصلابة العقلية :

هي " مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات طبيعة نفسية واجتماعية لها مكونات فرعية تضم الإلتزام - التحكم - التحدي والتي تعد مهمة للشخص في التصدي في المواقف الصعبة المثيرة للمشقة النفسية وفي التعايش معها بنجاح " . ( ١٥ : ٣٥ )

#### القدرة اتخاذ القرار :

القدرة على اتخاذ القرار : هي نشاط عقلي معقد يهدف إلى الاستجابة لموقف معين يتطلب اختيار أفضل السلوكيات المتضمنه في هذا الموقف كحل له ، ويتم هذا الاختيار من خلال إعادة التنظيم العقلي للمعرفى للمعلومات التي توجد لدى الفرد (هشام محمد الخولى : ٢١ )

#### اجراءات البحث :

##### منهج البحث :

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحى وذلك لمناسبته لطبيعة البحث

##### مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي الكاراتية الحاصلين على الحزام الاسود ( ١ ، ٢ ، ٣ ) فى المرحلة السنية ١٥ - ١٨ سنة باندية دولة الكويت المسجلين بالاتحاد الكويتى للكاراتيه فى الموسم ٢٠١٥ / ٢٠١٦ والبالغ عددهم نحو ٢٨٠ لاعبا

##### عينة البحث :

اشتملت عينة البحث على ١٢٤ لاعب من لاعبي الكاراتيه الحاصلين على الحزام الاسود ( ١ ، ٢ ، ٣ ) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من بين اللاعبين ببعض اندية دولة الكويت تمثل نسبة ٥٧,٦٧% من مجتمع البحث منهم ٣٦ لاعبا حزام اسود تمثل نسبة ٢٩,٠٣% ، ٥٦ لاعبا حزام اسود ٢ تمثل نسبة ٤٥,١٦% ، ٣٢ لاعبا حزام اسود ٣ تمثل نسبة ٢٥,٨١% من اجمالى العينة ، كما تم اخيار (١٥) لاعبا من نفس مجتمع ومن خارج العينة الاساسية تمثل نسبة ٦,٩٨% من مجتمع البحث كعينة استطلاعية والجدول رقم (١) يوضح التوصيف الاحصائى لعينة البحث .

## جدول (١)

## التوصيف الاحصائي لعينة البحث

النسبة المئوية	اجمالي العينة	العينة الاستطلاعية			العينة الأساسية			اجمالي مجتمع البحث	الاحزمه			الأندية	م
		اسود ٣	اسود ٢	اسود ١	اسود ٣	اسود ٢	اسود ١		اسود ٣	اسود ٢	اسود ١		
%٦١	١٣	-	-	-	٤	٦	٣	٢١	٧	٨	٦	الفحيحيل	١
%٥٧,١٤	١٢	-	-	-	٣	٦	٣	٢١	٦	٨	٧	السالمية	٢
%٦٣,٦٤	١٤	١	١	١	٣	٥	٣	٢٢	٧	٧	٨	القادسية	٣
%٥٨,٣٣	١٤	-	-	-	٤	٦	٤	٢٤	٨	٨	٨	النصر	٤
%٧٢,٧٣	١٦	١	١	١	٣	٦	٤	٢٢	٧	٨	٧	خيطان	٥
%٧٠,٨٣	١٧	-	-	-	٥	٧	٥	٢٤	٧	٩	٨	الكويت	٦
%٦١,٤٠	١٣	-	-	-	٣	٦	٤	٢١	٦	٨	٧	مكازمة	٧
%٧٠	١٤	١	١	١	٣	٥	٣	٢٠	٦	٨	٦	اليرموك	٨
%٦٦,٦٧	١٢	١	١	١	٢	٤	٣	١٨	٥	٧	٦	الجهراء	٩
%٦٦,٦٧	١٤	١	١	١	٢	٥	٤	٢١	٦	٨	٧	الشباب	١٠
%٦٤,٦٥	١٣٩	٥	٥	٥	٣٢	٥٦	٣٦	٢١٥	٦٥	٨٠	٧٠	الإجمالي	

يتضح من جدول (١) تصنيف عينة البحث الكلية بان النسبة المئوية للعينات الأساسية والاستطلاعية من الاندية تراوحت ما بين ( %٥٧,١٤ - %٧٢,٧٣ ) وان النسبة المئوية لعينة البحث الكلية تمثل نسبة ٦٤,٦٥ % من اجمالي مجتمع البحث .

## أدوات البحث :

استخدم الباحث الأدوات التالية :

- مقياس الصلابة النفسية عماد مخيمر (٢٠٠٢) (٣٩) . مرفق (١)

- مقياس القدرة على اتخاذ القرار للاعبى العاب النزال (من اعداد الباحث) . مرفق (٢)

المعاملات العلمية لأدوات البحث : مرفق ( ٣ )

نتائج البحث

اولا : دلالة الفروق (تحليل التباين) بين لاعبي الكاراتية (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية ومقياس القدرة على اتخاذ القرار :

- مقياس الصلابة النفسية

جدول (٢)

تحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي العاب الكاراتية (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في مقياس الصلابة النفسية

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى المعنوية	الدلالة
الالتزام	بين الالعاب	٢	٦١,١٢	٣٠,٥٦	*٤,٧١	٠,٠١	دال
	داخل الالعاب	١٢١	٧٨٥,٤٨	٦,٤٩			
	المجموع	١٢٣	٨٤٦,٦٠				
التحكم	بين الالعاب	٢	٣٣,٤٦	١٦,٧٣	*٧,٠٢	٠,٠٠	دال
	داخل الالعاب	١٢١	٢٨٨,٥٦	٢,٣٨			
	المجموع	١٢٣	٣٢٢,٠٢				
التحدي	بين الالعاب	٢	١٠,١٩	٥,١٠	*٥,٢٧	٠,٠١	دال
	داخل الالعاب	١٢١	١١٦,٩٩	٠,٩٧			
	المجموع	١٢٣	١٢٧,١٩				
مجموع الصلابة النفسية	بين الالعاب	٢	١٠٨,٨٨	٥٤,٤٤	*٣,٢٧	٠,٠٤	دال
	داخل الالعاب	١٢١	٢٠١٢,١٥	١٦,٦٣			
	المجموع	١٢٣	٢٠٨٨,٠٢				

\*معنوى عند مستوى ٠,٠٥ = ٣,٠٧

يتضح من جدول (٢) والشكل البياني (١) والخاص بتحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي العاب الكاراتية (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية ، وجود فروق معنوية

بين لاعبي (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في (جميع المحاور والمجموع الكلى) حيث بلغت قيمة ف ما بين (٣,٢٧ الى ٧,٠٢) وهذه القيمة أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥، ولتحديد معنوية الفروق بين لاعبي (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية تم استخدام اختبار اقل فرق معنوى LSD في جدول (٣)

### جدول (٣)

معنوية الفروق بين لاعبي الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في مقياس الصلابة النفسية

قيمة LSD	دلالة الفروق بين المتوسطات			الانجراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الحزام	الابعاد
	اسود ٣	اسود ٢	اسود ١				
١,١٧	٠,٨١-	٠,٨٩		٢,٨١	٢٨,٢٥	اسود ١	الالتزام
	*١,٧٠-			٢,٦٠	٢٩,١٤	اسود ٢	
				٢,٠٩	٢٧,٤٤	اسود ٣	
٠,٧١	*١,٤٠-	*٠,٧٣-		١,٧٣	١٨,٧٨	اسود ١	التحكم
	٠,٦٧-			١,٤٨	١٨,٠٥	اسود ٢	
				١,٤٣	١٧,٣٨	اسود ٣	
٠,٤٥	٠,٣١	٠,٣٨-		٠,٨٨	١٣,٤٧	اسود ١	التحدي
	*٠,٦٩			١,١٨	١٣,٠٩	اسود ٢	
				٠,٦٦	١٣,٧٨	اسود ٣	
١,٨٨	*١,٩١-	٠,٢١-		٤,٥٣	٦٠,٥٠	اسود ١	مجموع الصلابة النفسية
	١,٧٠-			٤,٣٥	٦٠,٢٩	اسود ٢	
				٢,٨٦	٥٨,٥٩	اسود ٣	

يتضح من جدول (٣) والشكل البياني رقم (١) و الخاص بمعنوية الفروق بين لاعبي العاب النزال الثلاثة (مبارزة ، كاراتيه ، جودو) في محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية باستخدام اختبار اقل فرق معنوى LSD.

- الالتزام : تفوق لاعبي (اسود ٢) على لاعبي (اسود ٣) بشكل معنوى ولم تظهر فروق بين لاعبي (اسود ٢) ولاعبي (اسود ١) ولا بين لاعبي (اسود ١) ولاعبي (اسود ٣)

- التحكم : تفوق لاعبي ( اسود ١ ) على لاعبي ( اسود ٢ ) ولاعبي ( اسود ٣ ) بشكل معنوي ولم تظهر فروق بين لاعبي ( اسود ٢ ) ولاعبي ( اسود ٣ ) .
  - التحدي : تفوق لاعبي ( اسود ٣ ) على لاعبي ( اسود ٢ ) بشكل معنوي ولم تظهر فروق بين لاعبي ( اسود ٢ ) ولاعبي ( اسود ١ ) ولا بين لاعبي ( اسود ١ ) ولاعبي ( اسود ٣ )
  - مجموع الصلابة النفسية : تفوق لاعبي ( اسود ١ ) على لاعبي ( اسود ٣ ) بشكل معنوي ولم تظهر فروق بين لاعبي ( اسود ٢ ) ولاعبي ( اسود ١ ) ولا بين لاعبي ( اسود ٢ ) ولاعبي ( اسود ٣ )
- مقياس القدرة على اتخاذ القرار

#### جدول (٤)

تحليل التباين بين لاعبي الكاراتيه ( اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣ ) في مقياس القدرة على اتخاذ القرار

المتغيرات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى المعنوية	الدلالة
مقياس القدرة على اتخاذ القرار	بين الاحزمه	٢	٢٠١,٩٢	١٠٠,٩٦	*١٨,٦٢	٠,٠٠	دال
	داخل الاحزمه	١٢١	٦٥٦,١١	٥,٤٢			
	المجموع	١٢٣	٨٥٨,٠٢				

\*معنوي عند مستوى  $0,05 = 3,07$

يتضح من جدول (٤) والشكل البياني (٢) والخاص بتحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في مقياس القدرة على اتخاذ القرار ، وجود فروق معنوية بين لاعبي الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في (مقياس القدرة على اتخاذ القرار) ، حيث بلغت قيمة ف (١٨,٦٢) وهذه القيمة أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ ، ولتحديد معنوية الفروق بين لاعبي الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في مقياس القدرة على اتخاذ القرار تم استخدام اختبار اقل فرق معنوي LSD في جدول (٥)

#### جدول (٥)

دلالة الفروق بين اللاعبين باستخدام اقل فرق معنوي LSD

قيمة LSD	دلالة الفروق بين المتوسطات			الانجراف المعياري	المتوسط الحسابي	العاب النزال	المقياس
	اسود ٣	اسود ٢	اسود ١				
١,٠٧	*٣,٣٥-	*٢,١٩-		١,٩٤	٣٦,٩٤	اسود ١	مقياس القدرة على اتخاذ القرار
	*١,١٦-			٢,٦٤	٣٤,٧٥	اسود ٢	
				٢,١٢	٣٣,٥٩	اسود ٣	

يتضح من جدول (٥) والشكل البياني رقم (٢) و الخاص بمعنوية الفروق بين لاعبي العاب الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) في مقياس القدرة على اتخاذ القرار باستخدام اختبار اقل فرق معنوي LSD.



- تفوق (لاعبي اسود ١) على (لاعبي اسود ٣ واسود ٢) بشكل معنوى .
- فى حين تفوق (لاعبي اسود ٢) على (لاعبي اسود ٣) بشكل معنوى .

جدول (٦)

الفروق بين لاعبي الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) فى مقياس القدرة على اتخاذ القرار

الابعاد	العاب النزال	المتوسط الحسابى	نسبة الفروق % بين العاب النزال الثلاثة		
			اسود ١	اسود ٢	اسود ٣
مجموع الصلابة النفسية	اسود ١	٣٦,٩٤		٥,٩٣-%	٩,٠٧-%
	اسود ٢	٣٤,٧٥			٣,٣٤-%
	اسود ٣	٣٣,٥٩			

يتضح من جدول (٦) والشكل البيانى رقم (٢) والخاص بنسبة الفروق % بين لاعبي الكاراتيه (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) فى مقياس القدرة على اتخاذ القرار .

- بلغت نسبة الفروق بين اسود ١ واسود ٢ ٥,٩٣ %
  - فى حين بلغت نسبة الفروق بين اسود ١ واسود ٣ ٩,٠٧ %
  - كما بلغت نسبة الفروق بين اسود ٢ واسود ٣ ٣,٢٤ %
- ثالثا : معاملات الارتباط (العلاقة) بين محاور الصلابة النفسية وبين مقياس القدرة على اتخاذ القرار للاعبى العاب الكاراتيه

جدول (٧)

معاملات الارتباط (العلاقة) بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس القدرة على اتخاذ القرار للاعبى الكاراتيه ن = ١٢٤

القدرة على اتخاذ القرار	مقياس القدرة على اتخاذ القرار	
	مقياس الصلابة النفسية	
*٠,٣٣٣	الالتزام	مقياس الصلابة النفسية
**٠,٦٨١	التحكم	
**٠,٦٣٧	التحدى	
**٠,٦٩٥	المجموع الكلى للمقياس	

\*\* معنوى عند مستوى ٠,٠١ = ٠,٣٥٤ \* معنوى عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٢٧٣

يتضح من جدول (٧) والخاص بمعاملات الارتباط (العلاقة) بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس القدرة على اتخاذ القرار للاعبى الكاراتيه يوجد ارتباط معنوى بين محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية وبين مقياس القدرة على اتخاذ القرار كما يلي :

- يجد ارتباط دال معنوى بين مقياس القدرة على اتخاذ القرار ومحاور ومجموع الصلابة النفسية . حيث تراوحت قيمة معاملات الارتباط ما بين (٠,٣٣٣) الى (٠,٦٨١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠٥ ، ٠,٠١
- المجموع الكلى للصلابة يرتبط معنويا بمقياس القدرة على اتخاذ القرار بمعامل ارتباط بلغ (٠,٦٩٥) وهذه القيمة معنوية عند مستوى ٠,٠١

### مناقشة النتائج :

تشير نتائج جدول (٢)،(٣) الى وجود فروق معنوية بين لاعبي الكاراتية (اسود ١ ، اسود ٢ ، اسود ٣) فى (جميع المحاور والمجموع الكلى) .

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن اختلاف طبيعه المهارات التى يتطلبها درجة الحزام الالتزام والتحكم والتحدى مع جميع مواقف اللعب خلال التدريب والمنافسة .

وفى هذا الصدد يرى الباحث ان الصلابة النفسية تكمن اهميتها فى كونها تعمل على مقاومة الضغوط والشدائد التى يتعرض لها الفرد فى حياته اليومية، حيث تقف سدا منيعا وجدارا لحمايته من هذه الضغوط والمواقف التى تواجهه فتي مختلف جوانب الحياة لتحويلها الى مواقف خبرات مفيدة وتجعل منه فردا قادرا على مجابهة التحديات والصعوبات وأكثر اقتداراً وسيطرةً لتفادي اثارها السلبية

ويضيف دوجلاس واين Douglas Wayne (٢٠١٠) أن الصلابة العقلية العامل الأهم فى تحقيق الإنجاز الرياضى ، ويؤكد على ضرورة الاهتمام بتطوير الصلابة العقلية لدى اللاعب الرياضى . ( ٧٤ :١٣)

ويضيف محمد العربى (٢٠٠٥) أن الصلابة العقلية تلعب دوراً فعالاً فى التحكم فى حالة الأداء المثالية وتتكون من مهارات مكتسبة فى الالتزام ، التحكم ، التحدى ، والتفكير الإيجابى ، حل المشكلات ، التفكير الحازم ، التصور البصرى . ( ٥٠ :٤)

ويشير كلاً من هانى محمود أبو بكر ، مدحت مصطفى (٢٠١٦) أن الصلابة العقلية تساهم بما لا يقل عن ٥٠% فى الإنجاز الرياضى ولذا يجب التأكيد على ضرورة انتباه المدربين الرياضيين لتطوير

مهارات الصلابة العقلية لدى لاعبيهم فاللاعبون الذي يتسمون بالصلابة العقلية يمتلكون القدرة على الإستجابة للضغوط بطرق تمكنهم من الشعور بالراحة والهدوء لأن لديهم القدرة على زيادة تدفق الطاقة الإيجابية في الأزمات والمواقف الصعبة وذلك لأنهم يمتلكون أيضا اتجاهات ايجابية وصحيحة تجاه كل من المشاكل والضغوط النفسية . ( ٨٥ : ٤٨ )

وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة فوري وبوتجيتير Fourie & Potgieter (٢٠٠١) (٧٩) والتي توصلت إلى أن مكونات الصلابة العقلية ( الالتزام ، التحكم ، التحدى ) تعتبر من أهم السمات النفسية للرياضي ، بينما يرى المدربون أن الدور الأكبر يقع على علماء النفس الرياضي في تدعيم وتطوير الصلابة العقلية من خلال نتائج ابحاثهم لان الصلابة العقلية سمة مكتسبة يمكن تطويرها من خلال تدريبات الصلابة العقلية .

ويرى العربي شمعون (٢٠٠٧) ان الصلابة العقلية تؤدي إلى إستمرار التفكير الإيجابي البناء ، البعد عن الدفاعية ، عدم الإستسلام ، الواقعية في الأداء . ( ٥١ : ٣٤ )

بينما تشير جولى راي Jolly Ray (٢٠٠٣) ان الصلابة العقلية تمثل القدرة على ثبات الأداء المثالي عندما تشتد ضغوط المنافسة ، وهذه تتطلب تقنية جديدة ومهارات عقلية ( ٩١ : ٨ )

وتتفق هذه النتائج ونتائج دراسة سيمون مدلتون وآخرون Simon Middleton et al (٢٠٠٤) (١٠٣) والتي توصلت إلى أن أهم سمات الصلابة العقلية والتي ترتبط بالإنجاز الرياضي هي الالتزام والتحكم والتحدى والكفاءة الذاتية والقدرة على مواجهة الفشل والقدرة على الإنتباه والتركيز ، والدفاعية ومهارات التحمل .

كما يتضح من نتائج جدول (٤)،(٥) ، (٦) وجود فروق في القدرة على اتخاذ القرار ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن اللاعب الذي يمتلك القدرة على اتخاذ القرار والثقة بالنفس يقوم بالاداء على درجة عالية من تركيز الانتباه ويتحمل المسؤولية ويقوم بتحدى المواقف الصعبة والسيطرة على المباراة وهي ما ترتبط بالتحكم والالتزام في التدريبات يظهر لديه تحسن لياقته البدنيه وكفاءة وأداء واجباته ويتحكم في مجريات المباراه .

وفي هذا الصدد يرى صموئيل حبيب (١٩٩٥) أن صنع القرار مهمة كل واحد في موقع المسؤولية فالقرار يصنع نوع الحياة التي يعيشها الفرد أو الجماعة وهو يضبط ويوجه حياة الإنسان وهو يحسم المواقف ويحل المشكلات فصنع القرار هو البديل لحدوث انهيار ما وهو الأسلوب لتحقيق الأهداف لذا

فإن القرار ضرورة حتمية والقرار يصنع سياسة مشروع أو شركة كما يصنع حياة العاملين فيها فالقرار يختص عادة بالناس والأشياء ، يرتبط القرار مرات عديدة باحتمالات ومخاطر ومميزات وقد يتسبب عنه أضرار ولذا فإن القرار كثيرا ما يرتبط بمصائر مشروعات ونتاج كما يتعلق بمصائر عائلات وجماعات وقد تنتج عنه أضرار ومميزات لهذا فالقرار أهمية قصوى وهذا يضع مسؤولية كبيرة على صناع القرار في منصبهم فالذين يحملون بين أيديهم مصائر انتاج تفيد الدولة والمجتمع أو يلحق بهما الضرر أو يمس حياة الناس بأية صورة من الصور هؤلاء يحملون مسؤولية خطيرة. ( ٢٧ : ١٥ )

ويرى كمال درويش، محمد الحماحي، سهير المهندس(١٩٩٠) أن جميع الافراد ليسوا جميعا على درجة واحدة من المهارة في اتخاذ القرار ويرجع ذلك الإختلاف إلى عدة عوامل وهي الاستعداد الشخصي : فليس كل القادة على نفس المستوى من الاستعداد والمقدرة على القيادة لإختلافهم في الصفات الموروثة وفي مستوى الخبرة والدراية والقدرة على اتخاذ القرار ، وكذلك نوعية العمل: حيث تختلف القرارات فيما بينها من حيث الصعوبة والتعقيد حسب نوعية العمل فالقرارات التي ترتبط بالأعمال النمطية المتكررة أسهل من القرارات التي تتصل بالأعمال المتجددة والمواقف المتغير ، وايضاً حجم العمل: حيث يؤثر حجم العمل الذي يشمل القرار على درجة الصعوبة والتعقيد في اتخاذ القرار فكلما ارتقى الرؤساء في السلم الإداري كلما زاد حجم العمل ومن ثم زيادة درجة الصعوبة والتعقيد في اتخاذ القرار ، وكمية البيانات والمعلومات الأساسية المتاحة: فكلما كانت البيانات والمعلومات الأساسية متوفرة وموضوعية كلما ساعد ذلك على اتخاذ القرار في يسر وسهولة ، بالإضافة إلى وضوح الرؤية فيما يتعلق بالمستقبل: فكلما كانت الرؤية واضحة أما القادة والرؤساء كلما كانت عملية اتخاذ القرارات أيسر وأدق وتتوقف وضوح الرؤية على نفاذ بصيرة القائد وقدرته على التنبؤ بالمستقبل . ( ٤٤ : ٣٢٥ )

ويذكر مصطفى حسين باهي، أحمد كمال نصاري(٢٠٠٦): أن مهارة صنع القرار تشير إلى مرحلة الإعداد والتحضير والتكوين حيث تسهم فيه جهود الآخرين من أجل التوصل لقرار معين وبذلك يكون القرار هو الموقف النهائي لصانع القرار فيما يجب أو ما لا يجب عمله والقرار يجب أن يكون رشيدا ومن ثم يجب أن يتبع الأسلوب العملي وأن يبني على حقائق وأن يقوم على التفكير المنطقي الذي يعتمد على القياس والإستقراء فمهارات وعمليات اتخاذ القرار تشمل على ( المقارنة والتحديد ، الخلاصة وإصدار الأحكام ، التقويم والتميز ، المعدلات والتقدير. ( ٦٠ : ٦٩ )

يتضح من الجدول (٧) الخاص بمعاملات الارتباط (العلاقة) بين مقياس الصلابة النفسية ومقياس القدرة على اتخاذ القرار للاعبين الكاراتية حيث يتضح وجود ارتباط دال معنوي بين مقياس القدرة على

اتخاذ القرار ومحاور ومجموع الصلابة النفسية ، وأن المجموع الكلي للصلابة يرتبط معنويًا بمقياس القدرة على اتخاذ القرار .

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن اللاعب الذي لديه القدرة على ثبات الأداء المثالي عندما تشتد ضغوط المنافسة ويمتلك القدرة على التفكير الإيجابي البناء ويبتعد عن الدفاعية ، عدم الإستسلام ، الواقعية في الأداء فهو بالتالي يمتلك القدرة على اتخاذ القرار المناسب خلال المنافسة .

وقد أشار الين وسانتروك Allen, L., Santrock, J. (١٩٩٣) إلى أن الالتزام يمثل القدرة على إدراك الفرد لقيمة وأهدافه وتقدير إمكانياته ليكون لديه هدف يحققه وكذلك صنع القرارات التي تدعم التوازن والتراكيب الداخلية ، فالالتزام يمثل الالتزام الذاتي من جانب الفرد نحو نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين. (٦٦ : ٤٩)

ويرى كوزى Cozzi, L (١٩٩١) أن المراحل الأساسية التي يمر بها التحكم هي المبادأة والإدراك والفعل فيبدأ الفرد في التعامل مع الموقف ذو التأثير عبر اتخاذ القرار المناسب تجاهه فإذا كان هذا القرار يهدف لتغيير الموقف فإنه يمثل إتمام مرحلة المبادأة ، والدخول في مرحلة الإدراك أو المعرفة بالموقف وتعني فهم الفرد التام للموقف ، وتحديد مصادر الخطر والمعوقات التي تحول دون التعامل معه، كما يتم تحديد الفرد لقدراته ومصادره الذاتية التي سوف تحميه من الآثار السلبية للموقف ، وأخيرًا مرحلة الفعل أو اتخاذ القرار الذي يقوم به الفرد تجاه الأحداث الشاقة أو مسببًا للقضاء عليها ، وتختلف أشكال اتخاذ القرار الذي يقوم به الفرد ، إما أن تكون أفعالًا موجهة للقضاء على المشكلة ، أو أفعالًا غير موجهة كتجاهل الموقف الشاق بأكمل (٧٢ : ٢٠٩)

ويشير العربي شمعون (٢٠٠٧) إلى أن الصلابة النفسية تشير القدرة على وضع الجانب البدني في التزام مع الجانب العقلي وهي بالتأكيد نتائج تطوير الاتجاه نحو الفوز ، ويعرفها أيضًا بأنها استمرار في التفكير الإيجابي البناء بهدوء مع البعد عن الدفاعية وعدم الاستسلام والواقعية في الأداء. (٥١ : ٣٩)

وتضيف عزة محمد الرفاعي (٢٠٠٣م) إلى الصلابة النفسية على أنها: عملية التوافق الجيد والمواجهة للشدائد والصدمات والضغوط النفسية العادية التي يواجهها البشر، مثل المشكلات الأسرية- ولعلاقات مع الآخرين- والمشكلات الصحية المزمنة- وضغوط العمل، والأزمات المالية، كما أنها تعني القدرة على التعافي من التأثيرات السلبية لهذه الشدائد أو النكبات أو الأحداث الضاغطة والقدرة على تخطيها أو تجاوزها بشكل إيجابي ومواصلة الحياة بفاعلية واقتدار (٣٢ : ٢٧)

وعليه يرى الباحث أن الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة ( الالتزام ، التحكم ، التحدى ) ترتبط ارتباطاً وثيقاً بالقدرة على اتخاذ القرار للاعبين

#### الاستنتاجات :

- وجود فروق معنوية بين لاعبي الكاراتية (اسود١) ، (اسود٢)، (اسود٣) فى محاور الالتزام والتحكم والتحدى والمجموع الكلى لمقياس الصلابة النفسية .
- وجود فروق معنوية بين لاعبي الكاراتية (اسود١) ، (اسود٢)، (اسود٣) فى محاور الالتزام والتحكم والتحدى والمجموع الكلى لمقياس القدرة على اتخاذ القرار .
- وجود ارتباط معنوى بين محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية وبين مقياس القدرة على اتخاذ القرار للاعبى الكاراتية .

#### التوصيات :

- ضرورة الأخذ فى الاعتبار مدى تأثير مستوى الصلابة العقلية على اتخاذ القرارات خلال مواقف التدريب والمنافسة للاعبى الكاراتيه
- تدريب اللاعبين على اتخاذ القرار السليم خلال مواقف التدريب والمنافسة .
- وضع برامج تدريبية لتنمية الصلابة النفسية للاعبى الكاراتيه لما لها من تأثير إيجابى فى خفض حدة التوتر والقلق وتحسين المهارات النفسية للاعبين .
- اجراء المزيد من الدراسات والبحوث للتعرف على علاقة الصلابة النفسية واتخاذ القرار ببعض المتغيرات الاخرى للاعبى العاب النزال كدراسات مقارنه .

#### المراجع

##### اولا : المراجع العربية :

١. احمد عبد الحميد علي عمارة: بناء مقياس الصلابة النفسية للرياضيين، جامعة المنوفية، كلية التربية الرياضية، الرياضية، مجلة العلوم البدنية والرياضة، العدد ٩، ٢٠٠٦.
٢. احمد محمد محمود الدبور: مستويات الصلابة النفسية ومدى فعالية برنامج لتنميتها لدى المعاقين بصرياً، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة المنوفية، ٢٠٠٧.
٣. امل علي خليل: الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد ٥٠، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٧.

٤. جاري ديسلر: أساسيات الإدارة المبادئ والتطبيقات الحديثة، تعريب عبد القادر محمد عبد القادر، دار المريخ للنشر، الرياض، ١٩٩٢.
٥. رشا محمد أشرف : إستراتيجيات لتطوير الصلابة العقلية لمدربي بعض الأنشطة الرياضية ( دراسة عاملية - تحليلية ) ، مجلد بحوث المؤتمر الثاني والخمسين للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي ، الدوحة ، ٢٠١٠ م .
٦. صوييل حبيب: إتخاذ القرار، دار الثقافة، ط٢، القاهرة، ١٩٩٥.
٧. عزة محمد الرفاعي: الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة حلوان، ٢٠٠٣.
٨. كمال درويش، محمد الحماحي، سهير المهندس: الإدارة الرياضية الاسس والتطبيقات، الدار الجامعية، القاهرة، ١٩٩٠.
٩. ليلى عبد الباقي شحاتة: الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لمتسابقى الميدان والمضمار، مجلة علم النفس المعاصر، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٧.
١٠. محمد العريى شمعون : الصلابة العقلية ، مؤتمر علم النفس الرياضى ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، ٢٠٠٥ م .
١١. محمد العريى شمعون : الصلابة العقلية والإنجازات الرياضية ، المؤتمر العلمى السنوى لقسم علم النفس الرياضى ( الرعاية النفسية للرياضيين ) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، ٢٠٠٧ م .
- ١٢- محمد محمود نجيب : المشاركة فى صنع القرار وعلاقتها بكل من الرضا عن العمل ووجهه الضبط ونوع المرؤوس ، مجلة علم النفس ، العدد واحد وستون ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، ٢٠٠٢ م .
- ١٣- مجدى عبدالكريم حبيب : دراسات حديثة فى تنمية مهارات صنع القرار ، مجلة علم النفس ، العدد الستون ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، ٢٠٠١ م .
- ١٤- مصطفى حسين باهي، أحمد كمال نصاري: مهارات القيادة في المجال الرياضي، في ضوء الاتجاهات الحديثة، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ٢٠٠٦.

١٥- **نيفين السيد حسين**: فاعلية برنامج إرشادي لتحسين الصلابة النفسية لدى تلميذات المرحلة الإعدادية المساء إليهن والدياً، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٩.

١٦ **هشام محمد الخولى** : علاقة بعض جوانب الدافعية الدراسية بتفصيل المخاطرة واتخاذ القرار لدى طلاب الجامعة ، مجلة علم النفس ، العدد التاسع والعشرين ، يوليو -سبتمبر ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة ، ٢٠٠١ م.

ثانيا : المراجع الاجنبية :

17- **Allen, L., Santrock, J. (1993)**. Psychology W.M.C.,New York: New American, Library.

18-**Azar, I**: Relationship between quality of life, hardiness, self-esteem amongst employed and unemployed woman in Zabel, Iran of psychiatry, Vol 1, 2006.

19-**Barber. J**: Psychological hardiness and adjustment to life events in adulthood, Journal of adult development, Vol 10, No 4, 2003

20-**Cozzi, L**: The influence of hardiness stress and social support on academic achievement among urban commuter students, D. A. I, Vol 52, 1991.

21-**Douglas Wayne Minnix** : Mental Toughness in The Classical Martial Arts , Dissertation Submitted to The Faculty of The Virginia Polytechnic Institute and State University , USA , 2010 .

22-**Fourie .S. Potgieter J.R** :The Nature of Mental Toughness in Sport , South African Journal For Research in Sport , Physical Education and Recreation , Vol . 23, No . 2, pp(63-72), 2001.

23-**Gucciardi D, Hanton S, Mallett C**.Progressing Measurement in Mental Toughness: A Case Example of the Mental Toughness



Questionnaire: 48. Sport, Exercise, and Performance Psychology. 1, (3), 194–214.2012

24-**Hani mahmoud abobakr , medhat hassan** : The impact of mental toughness training on speed and accuracy of some offensive skills of field hockey junior players , Journal of applied sport science, faculty of physical education for men, Alexandria university, volume 9. no .3 , 2016

25-**Jolly Ray: Mental Toughness**, Level III Hockey Coaching Course , Karnataka State Hockey Association , Bangalore , 2003 .

26-**Madrigal L, Hamill S, Gill D**Mind over Matter: The Development of The Mental Toughness Scale (MTS). The Sport Psychologist, 27, 62-77. 2013.

27-**Mantz, D:** Optimism hardiness and explanatory style as predictors of general well – being, journal of social research, Vol 29, No 2, 2005.

28-**Simon C. Middleton, Herb W. Marsh, Andrew J. Martin, Garry E. Richards, and Clark Perry:** 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 from here? July 4-7, Berlin, Germany. 2004

29-**Weinberg, R., Butt, J., & Culp, B**Coaches' views of mental toughness and how it is built. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 9, 156–172. . 2011

30-**Woodard, C. R:** Hardiness and the concept of courage, consulting psychology journal, Vol 56, No 3, 2004.