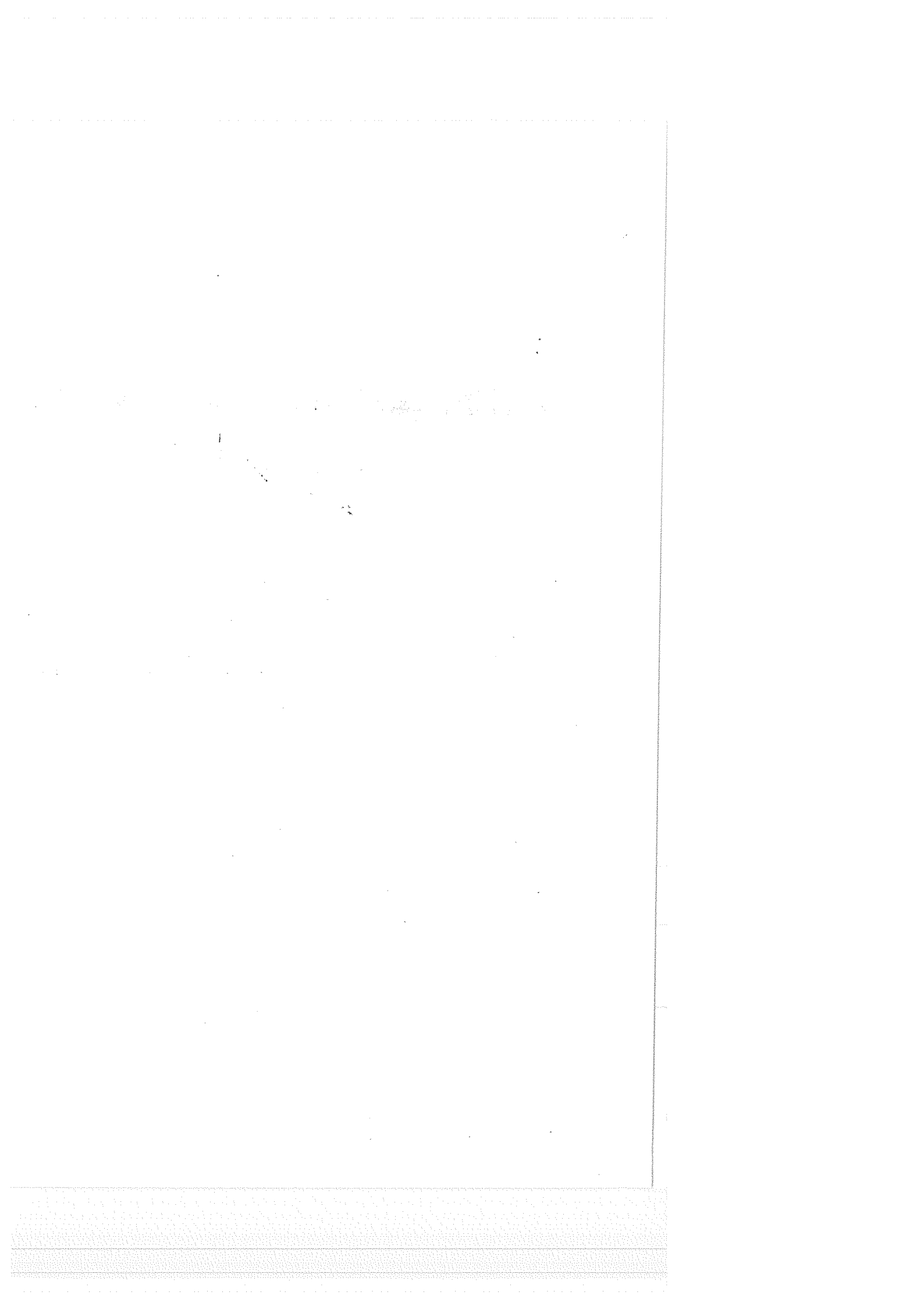


الصلابة النفسية كمقياس محكى للضعف النفسية لدى لاعبي المصارعة

أ.م.د / محمد ابراهيم الباقرى
أستاذ مساعد بقسم التربية الرياضية
بكلية التربية الرياضية - جامعة المنوفية



الصلاية النفسية كمقياس محكي للضعف النفسية
لدى لاعبي المصارعة

أ.م. د / محمد إبراهيم الباقيري

مقدمة ومشكلة البحث : -

إن المنافسات الرياضية مظهراً من مظاهر النشاط الإنساني الذي يتطلب ضرورة تهيئة الفرد لأقصى قسوة وقدراته النفسية والعقلية لتحقيق أفضل مستوى ممكن ، خاصة في المواقف التقويمية الضاغطة ، حيث ترتبط المنافسات الرياضية بالعديد من المواقف المتباينة في قوتها وشدها ، كما أنها تعتبر مصدراً لكثير من المواقف الانفعالية حيث تتعدد خبرات النجاح والفشل من لحظة لأخرى في غضون الموقف الواحد .

(٢٦ : ٢٨)

كما أن المنافسة الرياضية بشكل عام هي النزاع من أجل التفوق والتميز الموجة بطموح للحصول على الأفضلية قبل الآخرين ، حيث أن الشعور بالمنافسة الرياضية يتكون أولاً وقبل كل شيء من إدراك القيمة الاجتماعية للمباراة و الاستجابات الانفعالية التي يمكن أن تترتب على نتائجها ، حيث أنها تنشأ كاستجابة للحاجات السيكولوجية من أجل التمايز والتفوق في المجتمع من ناحية ، والرغبة في تحقيق الإنجازات التي تستدعي حالة دافعة للتنافس من ناحية أخرى . (٢٧ : ٢٧)

بينما يرى أسامة كامل راتب أن الموقف التنافسي يتضمن العديد من الجوانب والمراحل والمتمثلة في " الموقف الموضوعي - الموقف الذاتي - الاستجابة - النتائج " حيث يتضمن الموقف التنافسي الموضوعي مقارنة الأداء بمستوى معين ووجود شخص آخر على الأقل يقوم بعملية التقييم لهذه المقارنة ومن خلال هذا يمكن للمنافسة أن تبدأ ، ثم يتضمن الموقف التنافسي الذاتي عملية إدراكات وتفسيرات وتقييمات اللاعب للموقف التنافسي والذي تلعب فيه قدرات اللاعب المدركة ومدى ثقته في نفسه ودافعيته وأهمية المنافسة بالنسبة له ، ومدى تقديره لمستوى المنافس أو المنافسين ، ثم تليها عمليات الاستجابة الفسيولوجية والنفسية ، والتي يترتب عليها النتائج سواء فوزاً أو هزيمة وما يترتب عليها من مشاعر في حالة التقييم الحقيقي للمنافس والمنافسة . (٤ : ٢٠-٢٢)

ولما كانت المصارعة من رياضات النزاع ذات التأثير في نتائج الدول في المحافل

الدولية والعالمية والأولمبية ، ولما تتميز بة من تنوع تكتيكي قد يصل في كثيراً من الأحيان استخدام أكاذ مسن (١٠٠) مسسكة في نوعى المصارعة ، وفى المباريات والمنافسات لابد أن يتقن المصارع (١٥ مسسكة إتقاناً جيداً يستخدمها المصارع بنجاح مع الحركات الرابطة وتعديلات المسكات اللازمة ، ولما كانت ظروف المباريات وتحركات المنافس أثناء المباريات نادراً ما تسمح بتنفيذ المهارات التكتيكية بصور مثالية ، الأمر الذي يتطلب القدرة على تحويل التكتيكات أو تغييرها حتى يخلق وضعاً مثالياً يبدأ فيه م جديد في اختيار التصرف المناسب من خلال جملة بدائل معدة مسبقاً سواء كانت خاصة بالمباراة أو خاص بالمنافس من خلال مستوى التحكم الأوتونمى (السيبرينات) والتي تساعد على التقييم السليم والسرد على اتخاذ القرار في ضوء هذا التقييم ، والذي يطلق عليه النهج الأسس الذي يسلكه المصارع من أم تحقيق هدفه مستخدماً في سبيل ذلك عناصر إستراتيجية من تحركات متكاملة ومحددة من مسكات وحركات مركبة وتحركات مترابطة لحالات الهجوم والهجوم المضاد والدفاع ، الأمر الذي يتطلب تعبئة كل إمكانيات طاقات المصارع النفسية ، والتي يظهر من خلالها إما الشعور بمستويات من الضغوط وتأثيراتها السلبية أو مستويات من الصلابة وما تتميز بة بالقدرة على التحمل والتحكم والالتزام وانخفاض مستويات التوتر قبيل وأثناء المنافسة الرياضية والتدريب ومقاومة العديد من الضغوط التي تواجهه والتي يمكن من خلا زيادة شدتها وصول المصارع إلى الاستحباب .

حيث يرى علوى (١٩٩٨) أن اللاعب الرياضي يتعرض للعديد من المثيرات الضاغطة والذ منها متطلبات اكتساب المهارات الحركية ، والإجاز العالي ، والاستعداد النفسى والبدنى للمنافسة والتحكم الإفعالى ، والتفاعل مع الآخرين ، والمسئوليات المتقاة على عاتقه وما يرتبط بتلك المتغيرات م الخوف من الفشل أو الهزيمة أو الإصابة وكذلك التوتر والاستثارة المرتبطة بالمنافسة . (٢٥ : ١٣) كما يشير أسمة راتب (١٩٩٩) أن الضغوط جملة خطوات متتابعة تشير إلى الإحساس الناتج > فقد الاتزان بين المتطلبات والإمكانيات ، وما يصاحبها عادة من مواقف فشل حيث يصبح هذا الفشل مؤذ قوياً في إحداث الضغوط النفسية . (٦ : ١٦)

كما يرى إبراهيم خليفة (١٩٩٧) أن الإتهك النفسى الذي يمكن أن يتعرض له الرياضي ما هو نتاج لخلل في الصحة النفسية ومنشأة جملة الضغوط النفسية ذات الشدات العالية والتكرارات المتداومة . (١ : ١٦٣)

ومن خلال خبرة الباحث في المجال الأكاديمي والأهلي ومن خلال متابعة العديد من المصارعين أثناء التدريب والمنافسات ، وبعد التعديلات المتلاحقة في مواد القانون الدولي لرياضة المصارعة خلال الفة من الموسم الرياضى ٢٠٠٣ / ٢٠٠٤ حتى الموسم الرياضى الحالي ، والتي تهدف إلى زيادة الإثا والفاعلية على نمط الأداء ، إلا أنها قد زادت من الضغوط الواقعة على كاهل المصارعين خلال التدر والمنافسات والتي منه تعديل زمن المباراة والجولة ، واحتساب نقطة هروب على المصارع الذي يخرج ،

البساط أثناء الصراع ، وخفض الفئات الوزنية للمصارعين الشباب والكبار من عشرة فئات وزنية إلى سبعة فئات وزنية الأمر الذي أدى إلى التحويل الإجباري لبعض المصارعين من فئات وزنية إلى فئات وزنية أخرى سواء بالزيادة أو النقصان ، الأمر الذي دعي بعض هؤلاء المصارعين إلى تعيل إستراتيجياتهم كي يستطيعوا مواجهة تلك الضغوط الناتجة ، ويرى الباحث أنه لا يستطيع الموازنة أو الاتفاق مع تلك التعديلات وما ينتج عنها من ضغوط سوى المصارعين الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من الصلابة النفسية ومن هنا ومن خلال دراسة سابقة للباحث عن الضغوط فقد أثر الباحث الخوض في غمار تلك المشكلة لمحاولة التعرف مستويات الصلابة النفسية للمصارعين والتي من خلالها يمكن التعرف على مستويات الضغوط لديهم ، ولكن من خلال بناء مقياس محكي يعمد إلى قياس سمة إيجابية ، ثم التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية لدى المصارعين .

أهداف البحث :-

يهدف البحث الحالي إلى :-

١ - بناء مقياس الصلابة النفسية للمصارعين .

٢ - التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية لدى المصارعين .

تساؤلات البحث

١ - ما هي محاور مقياس الصلابة النفسية للاعبين المصارعة ؟

٢ - هل توجد علاقة بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية لدى لاعبي المصارعة ؟

مصطلحات البحث :-

١ - الصلابة النفسية

اتفق كلا من كوبازا (١٩٧٩) Kobassa ، وكريستوفر (١٩٩٦) Krestofer وعماد مخيمر (١٩٩٦) على أنها " مجموعة من السمات الشخصية تعمل على التصدي و المواجهة للأحداث الحياتية الصعبة وتمثل اعتقاداً عاماً لدى الفرد في قدرته على استخدام مصادرة الذاتية والبيئية لمقاومة تلك الأحداث وتفسيرها بموضوعية وواقعية

(٥٢ : ٤) ، (١٦ : ٢٣)

وعسرفتها جيهان حمزة (٢٠٠٢) بأنها " مجموعة متكاملة من الخصال الشخصية ذات الطبيعة النفسية الاجتماعية وهي خصال فرعية تضم الالتزام والتحكم وويرها الفرد بأنها خصال مهمة لة في التصدي للمواقف الصعبة أو المثيرة للمشقة النفسية والتعايش معها " . (٨ : ٣٥) ويعرفها الباحث إجرائياً بأنها " الدرجة التي يحصل عليها المصارع على مقياس الصلابة النفسية للمصارعين والتي تجعله من ذوي الصلابة النفسية المرتفعة أو المتوسطة أو المنخفضة ، والتي من خلالها يمكن الحكم على المصارع بأنه يملك مجموعة من السمات أو الخصال النفسية الاجتماعية التي تساعد على زيادة فاعلية الإدراك المعرفي لديه حتى يمكنه التقييم الفعال للموقف الضاغط فيستطيع

مواجهته أو التصدي لة والموائمة والتعايش في ظل الضغوط المتكررة دون الوصول إلى الإنهك أو انهيا
البناء النفسي للمصارع .

٢ - الالتزام

. عرفة وايسب (١٩٩١) Wiebe نقلاً عن جيهان حمزة بآنة " تبني الفرد لقيم ومفاهيم وأهداف
مصددة تجاة جوانب ومجالات الحياة وآنة يعبر عن إتجاه الفرد نحو التعامل الإيجابي مع الأحداث الشاة
لجتها أحداثاً هادفة ذات معنى لابد من التفاعل معها "

(٤٠ : ٨)

ويعرفه الباحث إسرائيا : - " إتجاه يلتزمه المصارع لحو ذاته ورياضة في التدريب والمنافس
ليحقق أهدافه التي تمثل لة قيمة ومعنى في المجال الرياضي وفي الحياة العامة "

٣ - الضبط والتحكم

عسرفة يسرى أبو العينين (٢٠٠٢) بآنة " قدرة الفرد الذاتية على تماسك نفسه والسيطرة عليه
بمعنى المقدره الذاتية على الصمود النفسي تجاة الأحداث الضاغطة مع لاتخاذ القرارات والاختيار بيد
البدائل " . (٥١ : ٢٩)

ويعرفها الباحث إسرائيا بأنها " قدرة المصارع على رؤية الأحداث الضاغطة على أنها مواقف شاة
يمكن التحكم فيها والسيطرة عليها مع اتخاذ القرارات السريعة والفعالة " ٤ - التحدي

عسرفة سومكا وآخرون (١٩٩٦) Tomka , et, el نقلاً عن جيهان حمزة (٢٠٠٢) بأنها " تذا
الاستجابات المنظمة التي تنشأ رداً على المتطلبات البنينة وأن هذه الاستجابات قد تكون معرفية أو عضوية
أو سلوكية وقد تجتمع معاً " . (٤١ : ٨)

ويعرفها الباحث إسرائيا بأنها " قدرة المصارع على إحداث استجابات مناسبة لمتطلبات الأداء مع تواء
الثقة بالنفس وتأكيد سلامة النفسية " .

٥ - عدم القابلية للتوتر

عسرفها الباحث إسرائيا بأنها " قدرة المصارع على الإستمرار في الأداء وبنفس الكفاءة رغم تكر
المثيرات أثناء التدريب أو المنافسة " .

٦ - الضغوط النفسية

عسرفها الباحث بأنها " جملة الأعباء التي تقع على عاتق المصارع والتي من شأنها إحداث حالة
عدم التوازن بين متطلبات التدريب والمنافسة والمتطلبات الخاصة بالمصارع " .

إجراءات البحث :

منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة هذا البحث .

مجتمع وعينة البحث : -

يشتمل مجتمع البحث على لاعبي المصارعة والمسجلين بسجلات الإتحاد المصري للمصارعة للموسم الرياضي ٢٠٠٦ / ٢٠٠٧ ، وقد قام البحث باختيار عينة قوامها (١٢٠) مصارع ومصارعة من مصارعي المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة والفنيات ومن فروع الإتحاد من محافظات (القليوبية - المنوفية - الشرقية - القاهرة - الجيزة)

أدوات البحث : -

- مقياس الضغوط النفسية للمصارعين إعداد / محسن أبو النور و محمد الباقيري
- مقياس الصلابة النفسية للمصارعين .

خطوات بناء مقياس الصلابة النفسية للمصارعين : -

يجب أن يتوافر في تلك الأداة : -

أ - أن تعبر في بنائها الأساسي أن الصلابة النفسية هي المحدد الأساسي للتعرف على الفاعلية النفسية للمصارع في المواقف الضاغطة التي يمكن أن توا جهة في التدريب والمنافسة .

ب - يجب أن يعبر المقياس عن تعريف الصلابة النفسية باعتبارها " مجموعة من السمات أو الخصال النفسية الاجتماعية التي تساعد المصارع على زيادة فاعلية الإدراك المعرفي لدية حتى يمكنه التقييم الفعال للموقف الضاغط فيستطيع مواجهة أو التصدي لة والموائمة والتعايش في ظل الضغوط المتكررة دون الوصول إلى الإتهاك أو انهيار البناء النفسي للمصارع .

ج - يجب أن يتناول المقياس خصائص المصارعة والمصارعين في ظل التعديلات المتلاحقة في مواد القانون والظروف المتغيرة في التدريب والمنافسات .

د - يجب أن يتصف المقياس بالشمولية .

ثانيا : تحديد مكونات المقياس : -

وقد قام الباحث بالإطلاع على الدراسات والبحوث والأطر النظرية التي توافرت لديه والتي تعرضت إلى الصلابة النفسية أو الصلابة النفسية وعلاقتها بمتغيرات أخرى سواء كانت متغيرات نفسية أو اجتماعية والتي منها دراسة حنان ثابت (١٩٩٥) (١١) ، دراستي عماد مخيمر (١٩٩٦) (١٦) ، (١٩٩٧) (١٧) ، رشاد راغب (١٩٩٨) (١٤) ، حسن عبد اللطيف (٢٠٠٢) (١٠) ، (٢٠٠٢) (٨) ، يسرى أبو العينين (٢٠٠٢) (٢٩) ، أحمد عمارة (٢٠٠٦) (٣) ، ماجدة إسماعيل (٢٠٠٦) (٢١) ومن الدراسات الأجنبية دراسات كوبازا (١٩٧٩) (٥٢) (١٩٨٢) (٥٣) (١٩٨٣) (٥٤) (١٩٨٥) (٥٥) ، دراسة هولاء هون ومورس (١٩٨٧) (٤٨) ، ديلارد (١٩٩٠) (٣٦) ، كوزي (١٩٩١) (٣٤) ، إيلاريث (١٩٩٧) (٣٧) ، كلارك وديفيد (١٩٩٥) (٣١) ، فاتك (١٩٩٢) (٤١)

- (، كنجستون و هاردى (٢٠٠١) (٥٠) ، روبرت ماركوس وآخرون (٢٠٠١) (٥٧)
كنجستون وآخرون (٢٠٠٢) (٥١) ، إيفنتس وهاردى (٢٠٠٢) (٣٨) ، كلاو وإير
(٢٠٠٢)
(٣٢) ، (٢٠٠٢) (٣٣) ، جونيس وهانتون (٢٠٠٢) (٤٣) ، هانتون وآخرون (٢٠٠٣)
(٤٢) ، روجرس وآخرون (٢٠٠٣) (٦٠) ، فليتشر (٢٠٠٣) (٤٠) ، جلوبي
(٢٠٠٣) (٤٢) ، جلوبي وآخرون (٢٠٠٣) (٤٣) ، ماركس (٢٠٠١) (٥٧) ، مادي (٢٠٠٤)
(٥٦) ، هاملتون وجمس (٢٠٠٤) (٤٦) ، ميدلتون وآخرون (٢٠٠٤) (٥٨) ، بي
وآخرون (٢٠٠٥) (٣٠) ، كروست وكلاو (٢٠٠٥) (٣٥) ، جوردون (٢٠٠٥) (٤٥)
سيلويل وآخرون (٢٠٠٥) (٦١) .

والتي كان أهم إستخلاصاتها : —

- أن الحالة المزاجية الهادئة والثقة بالنفس والمساعدة الأسرية عوامل من مصادر المقاومة بينها تفاعل إيجابي في مواجهة الأحداث الضاغطة سواء من الناحية المعرفية أو الوجدانية أو السلوكية .
— الصلابة النفسية متغيراً يساعد الفرد على الإحتفاظ بصحة النفسية والجسمية عند عرضة للضغوط و دور فعال في إدراك الأحداث الضاغطة وتفسيرها على نحو إيجابي .
— أن المساعدة الاجتماعية — التماسك — الفعالية الذاتية — التحدي والتحكم من أهم المتغيرات التي تؤثر على مصادر الضغوط .
— ترتبط الصلابة النفسية بوجهة الضبط الداخلية ودافعية الإنجاز ومستوى التوافق وعدم القابلية للنزعة التفاضلية للشخص .
٢ — قام الباحث بتحليل العديد من المقاييس التي تم بنائها وتصميمها للكشف عن مستوى الصلابة النفسية سواء في الصحة النفسية أو علم النفس الرياضي
— مقياس الصلابة النفسية لمارى وكوبازا (١٩٨٤) .
— قائمة الأداء النفسي لتحديد الصلابة العقلية لجيمس لوهر (١٩٨٦)
— مقياس الصحة النفسية المرتبط بالصلابة نيلوك (١٩٩٠) .
— مقياس تقدير الذات العام للصلابة النفسية لبرنارد
— مقياس الصلابة المعرفية لروتنن (١٩٩٧) .
— مقياس الصلابة النفسية لترنر (١٩٨٣) ترجمة محروس الشنلوي .
— اختبار الصلابة النفسية ليوكن وبيتز (١٩٩٦) .
— مقياس الصلابة النفسية إعداد جيهان حمزة (٢٠٠٢) .
— مقياس الصلابة النفسية إعداد يسرى أبو العينين (٢٠٠٢) .
— مقياس الصلابة النفسية إعداد عماد مخيمر (٢٠٠٢)
— مقياس الصلابة النفسية إعداد جلوبي وشاريد (٢٠٠٣) .

— مقياس الصلابة النفسية إعداد ميدلتون (٢٠٠٤) .

— مقياس الصلابة النفسية للرياضيين إعداد أحمد عمارة (٢٠٠٦) .

ومن خلال التحليل الموضوعي لمحاور المقاييس السابقة أستخلص الباحث العديد من المحاور والتي من خلالها يمكن الوصول إلى المحاور المكونة لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين والجدول (١) يوضح ذلك

جدول (١)

التكرار والتكرار النسبي لمحاور الصلابة النفسية

مستل	المحاور	التكرار	التكرار النسبي
١	الالتزام	١٢	%١٠٠
٢	الضبط والتحكم	١٢	%١٠٠
٣	التحدي	١٢	%١٠٠
٤	القابلية للتوتر	٩	%٧٥
٥	الثقة بالنفس	٥	%٤٢
٦	الدافعية للإنجاز	٥	%٤٢
٧	التفاعل الاجتماعي	٥	%٤٢

٥ — قام الباحث بحصر العبارات الخاصة بكل محور بعد دمج العبارات المتشابهة وقد أقصرت عبارات المحاور على (١٧) عبارة لكل محور ، ثم قام الباحث بإعادة صياغة للعبارات ووضعها في قائمة واحدة وحسب ترتيب معين ثم قام بعرضها على نفس المصارعين كمحاولة منهم لوضع كل عبارة في محورها المناسب وذلك خلال الفترة من يوم الخميس الموافق ١٥ / ٣ / ٢٠٠٧ وحتى يوم الأحد الموافق ١٨ / ٣ / ٢٠٠٧ .

٦ — قام الباحث بتفريغ استجابات المصارعين وذلك لتحديد معامل الصعوبة والسهولة ومعامل التمييز والجدول (٢) ، (٣) توضح ذلك .

جدول (٢)

معاملات الصعوبة والسهولة لعبارات مقياس الصلابة النفسية للمصارعين

معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م	معامل السهولة	معامل الصعوبة	م
٠,٥٥	٠,٤٥	٤٧	٠,٩٥	٠,٠٥	٢٤	٠,٩٠	٠,١٠	١
٠,٨٥	٠,١٥	٤٨	٠,٩٥	٠,٠٥	٢٥	٠,٦٠	٠,٤٠	٢
واحد	صفر	٤٩	٠,٨٠	٠,٢٠	٢٦	٠,٨٠	٠,٢٠	٣
٠,٨٥	٠,١٥	٥٠	٠,٥٠	٠,٥٠	٢٧	٠,٩٠	٠,١٠	٤
٠,٩٠	٠,١٠	٥١	٠,٨٠	٠,٢٠	٢٨	٠,٥٥	٠,٤٥	٥
٠,٩٠	٠,١٠	٥٢	٠,٨٠	٠,٢٠	٢٩	٠,٩٠	٠,١٠	٦
٠,٤٠	٠,٦٠	٥٣	٠,٤٥	٠,٥٥	٣٠	٠,٩٥	٠,٠٥	٧
٠,٧٥	٠,٢٥	٥٤	واحد	صفر	٣١	٠,٦٥	٠,٣٥	٨
واحد	صفر	٥٥	٠,٤٠	٠,٦٠	٣٢	٠,٩٠	٠,١٠	٩
٠,٦٥	٠,٤٥	٥٦	٠,٩٠	٠,١٠	٣٣	٠,٦٠	٠,٤٠	١٠
٠,٩٠	٠,١٠	٥٧	٠,٩٠	٠,١٠	٣٤	واحد	صفر	١١
٠,٦٠	٠,٤٠	٥٨	٠,٦٠	٠,٤٠	٣٥	واحد	صفر	١٢
واحد	صفر	٥٩	٠,٨٥	٠,١٥	٣٦	واحد	صفر	١٣
واحد	صفر	٦٠	٠,٥٥	٠,٤٥	٣٧	٠,٨٠	٠,٢٠	١٤
٠,٣٥	٠,٦٥	٦١	٠,٩٠	٠,١٠	٣٨	٠,٨٠	٠,٢٠	١٥
٠,٩٠	٠,١٠	٦٢	٠,٨٠	٠,٢٠	٣٩	٠,٣٥	٠,٦٥	١٦
٠,٩٥	٠,٠٥	٦٣	٠,٨٥	٠,١٥	٤٠	٠,٩٠	٠,١٠	١٧
٠,٣٠	٠,٧٠	٦٤	واحد	صفر	٤١	٠,٤٥	٠,٥٥	١٨
٠,٩٥	٠,٠٥	٦٥	٠,٨٥	٠,١٥	٤٢	٠,٩٠	٠,١٠	١٩
٠,٥٥	٠,٤٥	٦٦	٠,٤٥	٠,٥٥	٤٣	٠,٩٠	٠,١٠	٢٠
٠,٨٥	٠,١٥	٦٧	٠,٩٠	٠,١٠	٤٤	٠,٨٠	٠,٢٠	٢١
واحد	صفر	٦٨	٠,٥٠	٠,٥٠	٤٥	٠,٩٠	٠,١٠	٢٢
			٠,٨٥	٠,١٥	٤٦	واحد	صفر	٢٣

يتضح من الجدول (٢) أن معامل الصعوبة قد تراوح ما بين (صفر ، ٠,٧٠) و معامل السهولة قد تراوح ما بين (٠,٣٠ ، واحد صحيح) ولتأكيد درجة الصدق الوصفي قام الباحث بإيجاد معمل التمييز والجدول التالي جدول رقم (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

معامل التمييز لعبارات مقياس الصلابة النفسية للمصارعين

م	معامل التمييز	م	معامل التمييز	م	معامل التمييز	م	معامل التمييز
١	٠,٠٩	١٨	٠,٢٥	٣٥	٠,٢٤	٥٢	٠,٠٩
٢	٠,٢٤	١٩	٠,٠٩	٣٦	٠,١٣	٥٣	٠,٢٤
٣	٠,١٦	٢٠	٠,٠٩	٣٧	٠,٢٥	٥٤	٠,١٩
٤	٠,٠٩	٢١	٠,١٦	٣٨	٠,٠٩	٥٥	صفر
٥	٠,٢٥	٢٢	٠,٠٩	٣٩	٠,١٦	٥٦	٠,٢٥
٦	٠,٠٩	٢٣	صفر	٤٠	٠,١٣	٥٧	٠,٠٩
٧	٠,٠٠٤	٢٤	٠,٠٠٤	٤١	صفر	٥٨	٠,٢٤
٨	٠,٢٣	٢٥	٠,٠٠٤	٤٢	٠,١٣	٥٩	صفر
٩	٠,٠٩	٢٦	٠,١٦	٤٣	٠,٢٥	٦٠	صفر
١٠	٠,٢٤	٢٧	٠,٢٥	٤٤	٠,٠٩	٦١	٠,٢٣
١١	صفر	٢٨	٠,١٦	٤٥	٠,٢٥	٦٢	٠,٠٩
١٢	صفر	٢٩	٠,١٦	٤٦	٠,١٣	٦٣	٠,٠٠٤
١٣	صفر	٣٠	٠,٢٥	٤٧	٠,٢٥	٦٤	٠,٢١
١٤	٠,١٦	٣١	صفر	٤٨	٠,١٣	٦٥	٠,٠٠٤
١٥	٠,١٦	٣٢	٠,٢٤	٤٩	صفر	٦٦	٠,٢٥
١٦	٠,٢٣	٣٣	٠,٠٩	٥٠	٠,١٣	٦٧	٠,١٣
١٧	٠,٠٩	٣٤	٠,٠٩	٥١	٠,٠٩	٦٨	صفر

يتضح من الجدول (٣) أن معامل التمييز (التباين) قد تراوحت ما بين (٠,٢٤ ، صفر)

لذا قام الباحث باستبعاد العبارات ذات الصعوبات العالية وهي العبارات رقم (٢ ، ٥ ، ٨ ، ١٠ ، ١٦ ، ١٨ ، ٢٧ ، ٣٠ ، ٣٢ ، ٣٥ ، ٣٧ ، ٤٣ ، ٤٥ ، ٤٧ ، ٥٣ ، ٥٦ ، ٥٨ ، ٦١ ، ٦٤ ، ٦٦) ومن خلال ذلك وصل عدد عبارات المقياس إلى (٤٨) ممثلة للمحاور الأربعة وبواقع (١٢) عبارة لكل محور .

ثالثا : عرض المقياس على مجموعة من المحكمين : —

١ : — قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولى على مجموعة من السادة المحكمين وعددهم (٦) ستة محكمين من أساتذة الصحة النفسية وعلم النفس الرياضي، وقد طلب الباحث الحكم على صلاحية المحاور وكذلك الحكم على صلاحية العبارات المكونة للمحاور وتحقيقها مجتمعة لتعريف الصلابة النفسية للمصارعين ، وإعطاء العبارة الصالحة درجة لمناسبتها من (٥ إلى ١٠) . مرفق (٢)

٢ — قام الباحث بفحص العبارات بعد تحكيمها حتى يتثنى له استبعاد العبارات التي لم يوافق عليها السادة المحكمين وبنسبة (١٠٠%) ، و العبارات التي لم تحصل على درجة مناسبة (٧) ولم يجد سوى إضافة بعض الكلمات إلى عبارات وحذف كلمات من عبارات أخرى و بذلك قد ثبت للباحث (٤٨) عبارة ممثلة للمحاور الأربعة وبواقع (١٢) عبارة لكل محور . مرفق (٣)

رابعا : المعاملات العلمية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين : —

وفى هذا الصدد قام الباحث بتطبيق المقياس في صورته الثانية على عينة من المصارعين مكونة من (٤٥) من مصارعي المرحلة الثالثة والمرحلة الرابعة والفتيات وبواقع (١٥) مصارعا في كل فئة سنوية وذلك خلال الفترة من يوم الأحد ٢٥ / ٣ / ٢٠٠٧ حتى يوم الأحد الموافق ١ / ٤ / ٢٠٠٧ كقياس (تطبيق) ثم قام بإعادة التطبيق عليهم خلال الفترة من يوم الأربعاء الموافق ١٦ / ٥ / ٢٠٠٧ حتى يوم الأربعاء الموافق ٢٣ / ٥ / ٢٠٠٧ .
صدق المقياس : .

قام الباحث بإيجاد صدق المقياس عن طريق : —

١ — الصدق الوصفي

٢ — الصدق الإحصائي

— الصدق الوصفي

وقد قام الباحث استرشادا بما أوردته فؤاد البهي السيد (١٩٧٩) (٢٠) في أن الصدق الظاهري يشير إلى مدى ملاءمة المقياس ومناسبة للمفحوصين وأن مستوى فهمهم لعبارة هو أحد الدلالات الظاهرية للصدق . (فؤاد : ٥٥)

فقد وضع ذلك للباحث من خلال تفرغ مستويات الصعوبة والسهولة ومعاملات التمييز ومن خلال استفسارات عينة التقنين أثناء التطبيق ، وقد تراوحت معاملات الصعوبة ما بين (صفر ، ٠,٧٠) ومعاملات السهولة ما بين (واحد ، ٠,٣٠) ومعاملات التمييز ما بين (صفر ، ٠,٢٤) .

— صدق المحكمين : —

وقد قام الباحث بعرض المحاور والعبارات والتي بلغت (٤٨) عبارة ممثلة للمحاور الأربعة على مجموعة مكونة من (٦) ستة محكمين ، ومن خلال محكات التقييم المرجعية التي وضعها الباحث والتي تتضمن اتفاق (١٠٠%) من المحكمين على العبارة وكذلك حصولها على درجة مناسبة لا تقل عن (٧)

درجات ، وعلى ذلك قام الباحث بتعديل بعض الكلمات في بعض العبارات وحذف بعض الكلمات في عبارات أخرى وبذلك استقرت عبارات المقياس في (٤٨) عبارة وبواقع (١٢) عبارة لكل محور .

٢ - الصدق الإحصائي

فقد قام الباحث بالتحقق من هذا النوع من الصدق عن طريق :-

- الاتساق الداخلي :-

فقد قام الباحث بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل محور من المحاور الأربعة والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين ، كما قام بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور وكذلك الدرجة الكلية للمقياس والجداول (٤) ، (٥) توضح ذلك .

جدول (٤)

معاملات الاتساق الداخلي بين درجة

المحور والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين

المحور المقياس	الالتزام	مستوى الدلالة	الضبط و التحكم	مستوى الدلالة	التحدي	مستوى الدلالة	القابلية للتوتر	مستوى الدلالة
الدرجة الكلية	٠,٩١٦	٠,٠١	٠,٩٤٦	٠,٠١	٠,٩٣٩	٠,٠١	٠,٩٦٣	٠,٠١

عندما $n = ٤٥$ قيمة r الجدولية عند $٠,٠٥ = ٠,٣٠٤$ ، عند $٠,٠١ = ٠,٤١٨$

يتضح من الجدول رقم (٤) أن قيم الارتباط المحسوبة بين درجة المحور والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين أكبر من قيمة (r) الجدولية عند مستوى معنوية $٠,٠١$ وأن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين ($٠,٩٦٣$) ، ($٠,٩١٦$) مما يشير إلى أن المقياس يتميز بدرجة عالية من الاتساق .

جدول (٥)

الاتساق الداخلي بين درجة العبارة ودرجة

المحور والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين

م	الارتباط بالمحور	الارتباط بالمقياس	م	الارتباط بالمحور	الارتباط بالمقياس	م	الارتباط بالمحور	الارتباط بالمقياس
١	٠,٨٧٣	٠,٨٥٧	١٧			٣٣	٠,٨٢٧	٠,٧٣٦

٠,٧٩٦	٠,٨٠٦	٢٥	٠,٢٢٧	٠,٢٢١	١٨	٠,٢١٩	٠,٢٣٢	٢
٠,٢٣٧	٠,٢٣٠	٢٥	٠,٢٥٣	٠,٢٤٧	١٩	٠,٧١٦	٠,٨٥٣	٣
٠,٨٢٤	٠,٨٢٨	٢٦	٠,٨٧١	٠,٩٢٤	٢٧	٠,٨٣١	٠,٨٩٢	٤
٠,٨٠٥	٠,٨٦٩	٢٧	٠,٨٢١	٠,٨٦٣	٢١	٠,٨٨٩	٠,٩٠١	٥
٠,٨٧٨	٠,٩٠٠	٢٨	٠,٨٣٢	٠,٨٦٦	٢٢	٠,٨٧١	٠,٨٧٣	٦
٠,٨٦٨	٠,٨٩٥	٢٩	٠,٨٥٨	٠,٨٦٩	٢٣	٠,٥٥٨	٠,٦٠٤	٧
٠,٢٤٤	٠,٢٧٢	٤٠	٠,٨٤٠	٠,٨٤٦	٢٥	٠,٢٦٥	٠,٢٢٤	٨
٠,٨٧٩	٠,٩١٥	٤٦	٠,٢٧١	٠,٢٨٦	٢٥	٠,٨٨١	٠,٨٩٠	٩
٠,٩٠٠	٠,٩٣٠	٤٦	٠,٢١٤	٠,٢٤٠	٢٦	٠,٨٣٢	٠,٨٤٨	١٠
٠,٧٩٢	٠,٨٩٧	٤٣	٠,٧٧٤	٠,٨٠١	٢٧	٠,٧٨٥	٠,٨٦٦	١١
٠,٧٦٨	٠,٨٨٨	٤٤	٠,٨٦٤	٠,٨٨٤	٢٨	٠,٧١٤	٠,٧٤٦	١٢
٠,٢٨٧	٠,٤٦٢	٤٥	٠,٨٤٢	٠,٨٤٤	٢٩	٠,٢٥٢	٠,٢٧١	١٣
٠,٨٧٤	٠,٨٩٥	٤٦	٠,٨١٥	٠,٨٣٦	٣٠	٠,٩٠٠	٠,٩٣٨	١٤
٠,٧٢٨	٠,٨٦٧	٤٧	٠,٧٦٨	٠,٨٤٥	٣١	٠,٧٦٢	٠,٨٧٥	١٥
٠,٢٤٨	٠,٢٥٦	٤٨	٠,٧٤٦	٠,٨٦٥	٣٢	٠,٨٠١	٠,٩٠٣	١٦

عندما $n = 45$ قيمة r الجدولية عند $0.05 = 0.304$ عند $0.01 = 0.418$.

يتضح من الجدول (٥) أن قيم معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور جميعها ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.01 عدا العبارات (٨ ، ٣٥ ، ٤٥) ذات دلالة إحصائية معنوية عند مستوى معنوية 0.05 ، وقد تراوحت قيم الارتباط ما بين (٠,٣٢٤ ، ٠,٩٣٨) ، والعبارات أرقام (٢ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٤٠ ، ٤٨) غير دالة إحصائية ، كما يتضح أن قيم معاملات الارتباط بين العبارات والدرجات الكلية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.05 ، 0.01 ، بينما لا توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات العبارات (٢ ، ٨ ، ١٣ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٣٥ ، ٤٠ ، ٤٥ ، ٤٨) والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين مما يشير إلى اتساق العبارات ذات العلاقة الدالة وعدم اتساق العبارات التي لا توجد لها علاقة دالة إحصائية ، لذا فسوف يقوم الباحث باستبعاد تلك العبارات من الصورة النهائية للمقياس .

— صدق التمايز (المقارنة الطرفية)

وقد قام الباحث للتحقق من هذا النوع من الصدق بترتيب عينة التفتين ترتيباً تنازلياً من حيث الدرجة الكلية للمقياس وتم إيجاد الربيع الأدنى و الربيع الأعلى ثم قام بإيجاد المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل السريبعين ، ثم قام بإيجاد الفرق بين متوسطي الربيعين ، حيث يرى محمد حسن علاوي

ونصر السدين رضوان أن قدرة المقياس على التمييز بين أصحاب القدرة المرتفعة وأصحاب القدرة المنخفضة في سمة ما من الدلائل التي تشير على صدق المقياس ، وكلما زادت قيمة هذه الدرجة كلما زادت درجة صدق المقياس . (٢٤ : ٣٠٣)

جدول (٦)

صدق التمايز لمقياس الصلابة النفسية للاعب المصارعة

العيننة	العدد الكلي	الربيع الأعلى		الربيع الأدنى		قيمة ت
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
العيننة الكلية	٤٥	١٨٨,٥	٩,٢٩	١٠٦,٦٩	١٠,٠١	٢١,٦١

عندما $n = 26$ قيمة t عند مستوى $0,05$ ، $t = 2,06$ ، وعند $n = 10,01$ ، $t = 2,78$

يتضح من الجدول (٦) وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى مغوية $0,01$ ، بين متوسط درجات الربيع الأعلى ومتوسط درجات الربيع الأدنى وأن قيمة الفرق بين متوسطي الربيعين هي (٢١,٦١) وهي قيمة فرق مرتفعة أي أن المقياس له قدرة عالية على التمييز بين المصارعين ذوي الدرجة المرتفعة على مقياس الصلابة النفسية و المصارعين ذوي الدرجة المنخفضة على مقياس الصلابة النفسية ، وبذلك يكون المقياس صادق ويقس ما وضع لقياسه .

— ثبات مقياس الصلابة النفسية للمصارعين : —

قام الباحث بحساب ثبات المقياس عن طريق : —

١ — طريقة إعادة الاختبار .

٢ — تحليل التباين الأحادي .

٣ — التجزئة النصفية .

١ — طريقة إعادة الاختبار

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجات التطبيق وإعادة التطبيق

للعيننة الكلية في مقياس الصلابة النفسية للمصارعين

$n = 45$

المتغير	التطبيق		إعادة التطبيق		قيمة ج
	ع	م	ع	م	
الالتزام	٣٨,٩٨	٩,٢٧	٣٦,٠٢	٦,٤٧	٠,٩٤٦

٠,٩١٢	٤,٥١	٣٨,٢٤	٨,١١	٣٧,٩١	الضبط والتحكم
٠,٩٤٥	٥,٥٥	٣٥,٣٨	٨,٤٥	٣٤,٥٦	التحدي
٠,٩١١	٥,٥٩	٣٦,٩٦	٨,٢٤	٣٥,٧٨	قابلية التوتر
٠,٩٧٣	٢١,١٩	١٤٦,٦٠	٣٣,٧٤	١٤٧,٢٢	الدرجة الكلية للمقياس

عندما $n = ٤٥$ قيمة r الجدولية عند $٠,٠٥ = ٠,٣٠٤$ ، عند $٠,٠١ = ٠,٤١٨$

يتضح من الجدول (٧) وجود ارتباط دال إحصائيا بين درجات المصارعين في التطبيق الأول ودرجاته في إعادة التطبيق عند مستوى معنوية $٠,٠١$ للمحاور الأربعة والدرجة الكلية للمقياس كما يتضح أن معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين ($٠,٩٧٣$ ، $٠,٩١١$) وهي قيم معاملات ارتباط مرتفعة .

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجات التطبيق وإعادة التطبيق
لمجموعات المصارعين في مقياس الصلابة النسبية

$n = ١٥$

المحاور	مصارعي المرحلة الرابعة	مصارعي المرحلة الثالثة	الفتيات
الالتزام	٠,٩٥٨	٠,٩٣٦	٠,٩٤٨
الضبط و التحكم	٠,٩٢٧	٠,٨٩٣	٠,٩٠١
التحدي	٠,٩٤٦	٠,٩٣١	٠,٩٦١
القابلية للتوتر	٠,٩٢١	٠,٨٨٧	٠,٩٣٢
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٩٦٥	٠,٩٣٧	٠,٩٨٢

عندما $n = ١٥$ قيمة r الجدولية عند $٠,٠٥ = ٠,٥١٤$ ، عند $٠,٠١ = ٠,٦٤١$

يتضح من الجدول (٨) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات مصارعي المراحل الثلاثة في التطبيق الأول ودرجاتهم في إعادة التطبيق عند مستوى معنوية ٠,٠١ للمحاور الخمسة والدرجة الكلية للمقياس كما يتضح أن معاملات الارتباط بين درجات مصارعي المرحلة الرابعة قد تراوحت ما بين (٠,٩٢١ ، ٠,٩٦٥) ومعاملات الارتباط بين درجات مصارعي المرحلة الثالثة قد تراوحت ما بين (٠,٨٩٣ ، ٠,٩٣٧) ، ومعاملات الارتباط بين درجات الفتيات فسي التطبيقين قد تراوحت ما بين (٠,٩٠١ ، ٠,٩٦١) وهي قيم معاملات ارتباط مرتفعة .

٢ - تحليل التباين :-

قام الباحث بإيجاد تحليل التباين الأحادي بين درجات القياسيين القبلي والبعدي في المحاور والدرجة الكلية للاختبار ، كأحد مؤشرات ثبات الدرجات والجدول التالي رقم (٩) يوضح ذلك .

جدول (٩)

تحليل التباين بين درجات القياس القبلي والقياس البعدي
لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين

المتغيرات	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	الدالة
الالتزام	بين المجموعات	١	١٩٦,٥	١٩٦,٥	٣,٠٧	غير دالة
	داخل المجموعات	٨٨	٥٦٢٨	٦٤,٠		
	المجموع	٨٩	٥٨٢٤			
الضبط والتحكم	بين المجموعات	١	٢,٥	٢,٥	٠,٠٦	غير دالة
	داخل المجموعات	٨٨	٣٧٩٠	٤٣,١		
	المجموع	٨٩	٣٧٩٢,٥			
التحدي	بين المجموعات	١	١٥,٢	١٥,٢	٠,٣٠	غير دالة
	داخل المجموعات	٨٨	٤٤٩٧,٧	٥١,١		
	المجموع	٨٩	٤٥١٢,٩			
القابلية للتوتر	بين المجموعات	١	٣١,٢	٣١,٢	٠,٦٣	غير دالة
	داخل المجموعات	٨٨	٤٣٥٥,٧	٤٩,٥		
	المجموع	٨٩	٤٣٨٦,٩			

غير دالة	٠,٠٠١	٩	٩	١	بين المجموعات	مقياس
		٧٩٤	٦٩٨٤٩	٨٨	داخل المجموعات	الصلابة
			٦٩٨٥٧	٨٩	المجموع	النفسية

قيمة (ف) عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٤,٠٤ وعند (٠,٠١) = ٧,١٩

يتضح من الجدول (٩) أن قيم ف المحسوبة للمحاور الأربعة والدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسياً للمصارعين قد تراوحت ما بين (٠,٠٠١) و (٣,٠٧) وجميع قيم ف المحسوبة أقل من قيم ف الجد ولياً مما يشير إلى عدم وجود فروق بين درجات القياسين ووجود درجة عالية من الثبات .

٣ - التجزئة النصفية (ثبات نصفى المقياس)

قام الباحث بتقسيم المقياس إلى عبارات فردية وعبارات زوجية سواء للمقياس الكلى أو المحاور وناسك في درجات القياس القبلي ، ثم قام بإيجاد معامل الارتباط بين جزئي العبارات (درجات القسمين) وحصل من خلالها على اتساق نصفى مقياس الصلابة النفسية للمصارعين والجدول (١٠) يوضح ذلك

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين العبارات الفردية والعبارات الزوجية لمقياس الصلابة النفسية للمصارعين

الدرجة الكلية	القابلية للتوتر	التحدي	الضبط و التحكم	الالتزام	عبارات زوجية عبارات فردية
				٠,٩٤٦	الالتزام
			٠,٩١٤		الضبط والتحكم
		٠,٩١٢			التحدي
	٠,٩٣٢				القابلية للتوتر
٠,٩٦٤					الدرجة الكلية

عندما ن = ٤٥ قيمة ر الجد ولية عند ٠,٠٥ = ٠,٣٠٤ ، عند ٠,٠١ = ٠,٤١٨

عندما ن = ١٥ قيمة ر الجد ولية عند ٠,٠٥ = ٠,٥١٤ ، عند ٠,٠١ = ٠,٦٤١

يتضح من الجدول (١٠) وجود ارتباط دال إحصائياً بين درجات العبارات الفردية ودرجات العبارات الزوجية لمقياس الصلابة النفسية للاعب المصارعة بتقسيماتها المختلفة وقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٩١٢ ، ٠,٩٦٤) وهي قيم ارتباط مرتفعة مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة ثبات عالية .
— حساب زمن تطبيق المقياس : —

قام الباحث بحساب زمن تطبيق المقياس وذلك بعد أن قام بوضع زمناً افتراضياً وقدرة (٣٠) ثانية لكل مفردة ، ثم قام بحساب متوسط الزمن بين زمن أول تسليم للمقياس بعد الاستجابة عليّة وزمن آخر تسليم للمقياس وقسمته على (٢) ، ولما كان زمن أول تسليم = ١٨ دقيقة ، زمن آخر تسليم = ٢٦ دقيقة ، وبذلك يتحدد زمن تطبيق المقياس طبقاً للمعادلة = ٢٢ دقيقة .

تعليمات تطبيق المقياس وتصحيحه

أولاً : — تعليمات تطبيق المقياس

— يجب أن يدرك اللاعب أو اللاعب أنة ليس هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة .

— يجب عدم ترك أي عبارة دون الاستجابة عليها .

— التأكد من وضع علامة (✓) أمام العبارة وتحت أحد الخانات الخمسة .

ثانياً : — تصحيح المقياس

يقوم مقياس الصلابة النفسية للاعب المصارعة على أربعة محاور رئيسية هي

(الالتزام ، الضبط والتحكم ، التحدي ، القابلية للتوتر) ويشتمل المقياس على (٣٦) عبارة ممثلة بواقع

(٩) عبارة للمحور الأول ، (٩) عبارة للمحور الثاني ، (٩) عبارة للمحور الثالث ، (٩) عبارة

للمحور الرابع كما استخدم الباحث الميزان الخماسي

(دائماً — غالباً — أحياناً — عادة — أبداً) وتقييمها هو (٥ — ٤ — ٣ — ٢ — ١) حيث أن ارتفاع

الدرجة على المحور والدرجة الكلية للاختبار تعنى توافر مستوى عالي من الصلابة النفسية لدى المصارع

وأن مجموع الدرجات تنحصر ما بين (٣٦) درجة والتي تمثل انخفاض مستوى الصلابة النفسية لدى

المصارع ، (١٨٠) درجة والتي تمثل وصول المصارع إلى أعلى مستويات الصلابة النفسية .

جدول (١١)

أرقام العبارات المكونة لمحاور مقياس

الصلابة النفسية في صورته النهائية لدى لاعبي المصارعة

المحور	أرقام العبارات
الالتزام	١ — ٥ — ٩ — ١٣ — ١٧ — ٢١ — ٢٥ — ٢٩
الضبط و التحكم	٢ — ٦ — ١٠ — ١٤ — ١٨ — ٢٢ — ٢٦ — ٣٠

٣١ — ٢٧ — ٢٣ — ١٩ — ١٥ — ١١ — ٧ — ٣	التحدي
٣٢ — ٢٨ — ٢٤ — ٢٠ — ١٦ — ١٢ — ٨ — ٤	القابلية للتوتر

الدراسة الأساسية .:

وقد قام الباحث بعد الوصول إلى الصورة النهائية لمقياس الصلابة النفسية للاعب المصارعة قاً بتطبيقه ومقياس الضغوط النفسية لدى المصارعين على عينة مكونة من (٤٥) خمسة وأربعون مصارع من مصارعي المرحلة الرابعة ومصارعي المرحلة الثالثة والفتيات وبواقع (١٥) خمسة عشر مصارعا من كل فئة وذلك خلال الفترة من يوم الخميس الموافق ٦ / ٧ / ٢٠٠٧ وحتى يوم السبت الموافق ١٦ / ٦ / ٢٠٠٧ وذلك بهدف التحقق من فروض البحث .

عرض النتائج

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية لدى المصارعين ، وذلك من خلال بناء مقياس محكي لمقياس الضغوط النفسية للمصارعين والذي قد سبقه بنائاً في دراسة سابقة للباحث حيث لاحظ أن هناك بعض المصارعين يصحبهم مستوى من التردد عند الاستجابة على العبارات التي تشير إلى الضغط ، ولتحقيق الاستجابة عن تساؤلات البحث سوف يقوم الباحث بعرض النتائج كما توضحها الجداول التالية للخصائص الوصفية لعينة الدراسة الأساسية ، والعلاقة بين أفراد العينة في كلا المتغيرين .

الخصائص الوصفية لعينة الدراسة الأساسية في الصلابة النفسية

العينة	المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
العينة الأساسية ٤٥ = ن	الالتزام	٣١,٤٧	٣٣	٦,١٥	٠,٧٥-
	الضبط والتحكم	٣١,٧٥	٣٤,٠	٦,٦٤	١,٠١-
	التحدي	٣٠,٢	٣١,٠	٦,٨٦	٠,٣٥-
	القابلية للتوتر	٣٠,٩١	٣٣,٠	٦,٥٦	٠,٩٦-
	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	١٢٣,٥٨	١٢٧,٠	٢٥,٨٧	٠,٤٠-
عينة المصارعات ١٥ = ن	الالتزام	٢٨,٩٣	٣٢,٠	٧,٢٧	١,٢٧-
	الضبط والتحكم	٢٩,٣٣	٣٢,٠	٨,٣٤	٠,٩٦-
	التحدي	٢٨,٢٧	٢٨,٠	٧,٧٧	٠,١١
	القابلية للتوتر	٢٨,٨٧	٣١,٠	٧,٦٥	٠,٨٧-
	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	١١٥,٤٠	١٢٤,٠	٣٠,٦٧	٠,٨٤-
مصارعي المرحلة الثالثة ن = ١٥	الالتزام	٣٠,٨٧	٣٣,٠	٥,١٩	١,٢٣-
	الضبط والتحكم	٣١,٩٣	٣٣,٠	٦,١١	٠,٥٣-
	التحدي	٢٩,٠٧	٣١,٠	٦,٧٨	٠,٨٩-
	القابلية للتوتر	٣٠,٤٧	٣٣,٠	٦,٤٧	١,١٧-
	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	١٢٠,٠٧	١٢٤,٠	٢٤,٣٦	٠,٤٨-
مصارعي المرحلة الرابعة ن = ١٥	الالتزام	٣٤,٦٠	٣٥,٠	٤,٦٠	٠,٢٦-
	الضبط والتحكم	٣٤,٠	٣٤,٠	٤,٤٩	صفر
	التحدي	٣٣,٢٧	٣٢,٠	٥,١٢	٠,٧٨-
	القابلية للتوتر	٣٣,٤٠	٣٤,٠	٤,٨٥	٠,٣٧-
	الدرجة الكلية للصلابة النفسية	١٣٥,٢٧	١٣٤,٠	١٨,٣٧	٠,٢١

جدول (١٣)

الخصائص الوصفية لعينة الدراسة الأساسية في الضغوط النفسية

العينة	المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الانحراف
				ف	الاتواء
العينة الأساسية ٤٥ = ن	ضغوط مرتبطة بإدارة الوقت	٢٤,٣٠	٢٦,٠	٥,٧١	٠,٨٩-
	ضغوط مرتبطة بطبيعة التدريب	٢٤,٣٦	٢٦,٠	٥,٥٥	٠,٨٨-
	ضغوط مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٢٤,١٣	٢٥,٠	٥,١٣	٠,٥١-
	ضغوط مرتبطة بالمدرّب	٢٤,٠٢	٢٥	٥,١٨	٠,٥٧-
	ضغوط مرتبطة بالمتطلبات الخاصة	٢٤,٣٣	٢٦,٠	٥,٥١	٠,٩١-
	الدرجة الكلية للمقياس	١٢١,١٣	١٢٨,٠	٢٦,٧٨	٠,٧٧-
عينة المصارعين ١٥ = ن	ضغوط مرتبطة بإدارة الوقت	٢٦,٦٠	٢٧,٠	٣,٨٣	٠,٣١-
	ضغوط مرتبطة بطبيعة التدريب	٢٦,٦٧	٢٦,٠	٣,٥٠	٠,٥٧
	ضغوط مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٢٦,٣٣	٢٦,٠	٣,٦٠	٠,٢٨
	ضغوط مرتبطة بالمدرّب	٢٦,٢٧	٢٥,٠	٣,٧٣	١,٠٢
	ضغوط مرتبطة بالمتطلبات الخاصة	٢٦,٤٧	٢٦,٠	٣,٧٥	٠,٣٨
	الدرجة الكلية للمقياس	١٣٢,٣٣	١٣٠,٠	١٨,٢١	٠,٣٨
مصارعي المرحلة الثالثة ١٥ = ن	ضغوط مرتبطة بإدارة الوقت	٢٥,٩٣	٢٦,٠	٤,٦١	٠,٠٥-
	ضغوط مرتبطة بطبيعة التدريب	٢٥,٧٣	٢٦,٠	٤,٩٨	٠,١٦-
	ضغوط مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٢٥,٥٣	٢٥,٠	٣,٣٤	٠,٤١
	ضغوط مرتبطة بالمدرّب	٢٥,٢٠	٢٥,٠	٣,٨٤	٠,١٦
	ضغوط مرتبطة بالمتطلبات الخاصة	٢٥,٧٣	٢٦,٠	٤,٦٤	٠,١٧-
	الدرجة الكلية للمقياس	١٢٨,١٣	١٢٨,٠	٢١,٠٦	٠,١٠
مصارعي المرحلة الرابعة ١٥ = ن	ضغوط مرتبطة بإدارة الوقت	٢٠,٣٣	١٧,٠	٦,٤٣	١,٥٤
	ضغوط مرتبطة بطبيعة التدريب	٢٠,٦٧	١٧,٠	٦,١١	١,٨٠
	ضغوط مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٢٠,٥٣	١٧,٠	٦,١٣	١,٧٢
	ضغوط مرتبطة بالمدرّب	٢٠,٦٠	١٨,٠	٥,٨٩	١,٣٢
	ضغوط مرتبطة بالمتطلبات الخاصة	٢٠,٨	١٧,٠	٦,٢٧	١,٣٤
	الدرجة الكلية للمقياس	١٠٢,٩٣	٨٥,٠	٣٠,٦٢	١,٧٦

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية والضغط النفسية لدى العينة الأساسية لاعبي المصارعة

ن = ٤٥

الصلابة الضغط	الالتزام	الضبط والتحكم	التحدي	القابلية للتوتر	النفسية لدى العينة الأساسية لاعبي المصارعة ن = ٤٥ الدرجة الكلية
مرتبطة بإدارة الوقت	٠,٧٨-	٠,٧٥-	٠,٨٢-	٠,٨١-	٠,٨٢-
مرتبطة بطبيعة التدريب	٠,٧٦-	٠,٧٤-	٠,٨٠-	٠,٨٣-	٠,٨٠-
مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٠,٨٠-	٠,٧٦-	٠,٨٢-	٠,٨٢-	٠,٨٥-
مرتبطة بالمدرّب	٠,٨٢-	٠,٨٠-	٠,٨٤-	٠,٨٥-	٠,٨٤-
مرتبطة بالمتطلبات الخاصة	٠,٧٩-	٠,٧٦-	٠,٨٣-	٠,٨٢-	٠,٨٠-
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٠-	٠,٧٧-	٠,٨٣-	٠,٨٤-	٠,٨٢-

قيمة ر الجدولية عند (٠,٠٥) = ٠,٣٠٤ ، وعند (٠,٠١) = ٠,٣٩٣

يتضح من الجدول (١٤) وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً وعند مستوى مغنوية ٠,٠١ بين درجات لاعبي المصارعة (العينة الأساسية) على مقياس الصلابة النفسية ومحاوره ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية ومحاوره ، وأن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (- ٠,٧٤) ، (- ٠,٨٥)

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية والضغط
النفسية لدى الفتيات لاعبات المصارعة

ن =

النفسية لدى الفتيات لاعبات المصارعة ن = ١٥ الدرجة الكلية	القابلية للتوتر	التحدي	الضبط والتحكم	الالتزام	الصلابة الضغط
٠,٩٠-	٠,٨٩-	٠,٨٨-	٠,٩٢-	٠,٨٨-	مرتبطة بإدارة الوقت
٠,٩٥-	٠,٩٣-	٠,٩٣-	٠,٩٥-	٠,٩٢-	مرتبطة بطبيعة التدريب
٠,٩٥-	٠,٩٣-	٠,٩٢-	٠,٩٦-	٠,٩٥-	مرتبطة بالمنافسة الرياضية
٠,٩٧-	٠,٩٦-	٠,٩٤-	٠,٩٧-	٠,٩٥-	مرتبطة بالمدرّب
٠,٩٣-	٠,٩٢-	٠,٩١-	٠,٩٤-	٠,٩١-	مرتبطة بالمتطلبات الخاصة
٠,٩٥-	٠,٩٤-	٠,٩٣-	٠,٩٦-	٠,٩٣-	الدرجة الكلية للمقياس

قيمة ر الجدولية عند (٠,٠٥) = ٠,٥١٤ ، وعند (٠,٠١) = ٠,٦٤١

يتضح من الجدول (١٥) وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً وعند مستوى معنوية ٠,٠١ ، درجات لاعبات المصارعة (الفتيات) على مقياس الصلابة النفسية ومحاوره ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية ومحاوره ، وأن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (-٠,٨٨) ، (-٠,٩٧)

جدول (١٦)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية والضغط
النفسية لدى مصارعي المرحلة الثالثة

ن = ١٥

الصلابة الضغط	الالتزام	الضبط والتحكم	التحدي	القابلية للتوتر	النفسية
					لدى مصارعي المرحلة الثالثة ن = ١٥ الدرجة الكلية
مرتبطة بإدارة الوقت	٠,٨٣-	٠,٨١-	٠,٨٤-	٠,٨٣-	٠,٨٦-
مرتبطة بطبيعة التدريب	٠,٨٤-	٠,٧٧-	٠,٧٦-	٠,٧٩-	٠,٧٨-
مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٠,٨٩-	٠,٨٤-	٠,٨٦-	٠,٨٧-	٠,٨٨-
مرتبطة بالمدرّب	٠,٨٨-	٠,٨٦-	٠,٨٧-	٠,٨٦-	٠,٨٧-
مرتبطة بالمتطلبات الخاصة	٠,٨٤-	٠,٨٢-	٠,٨٤-	٠,٨٤-	٠,٨٥-
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨٦-	٠,٨٣-	٠,٨٤-	٠,٨٥-	٠,٨٦-

قيمة ر الجدولية عند (٠,٠٥) = ٠,٥١٤ ، وعند (٠,٠١) = ٠,٦٤١

يتضح من الجدول (١٦) وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً وعند مستوى معنوية ٠,٠١ بين درجات لاعبي المصارعة (المرحلة الثالثة) على مقياس الصلابة النفسية ومحاوره ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية ومحاوره ، وأن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (- ٠,٧٦) ،

جدول (١٧)

معاملات الارتباط بين الصلابة النفسية والضغط
النفسية لدى مصارعي المرحلة الرابعة

ن = ١٥

الصلابة	الالتزام	الضبط	التحدي	القابلية	النفسية
مرتبطة بإدارة الوقت	٠,٧٠-	٠,٧٧-	٠,٨٧-	٠,٩٢-	٠,٨٥-
مرتبطة بطبيعة التدريب	٠,٦٥-	٠,٧١-	٠,٨٣-	٠,٨٩-	٠,٨٠-
مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٠,٧١-	٠,٧٨-	٠,٨٧-	٠,٩٣-	٠,٩٦-

٠,٨٥-	٠,٩١-	٠,٨٥-	٠,٨٠-	٠,٧١-	مرتبطة بالمدرّب
٠,٨٤-	٠,٩٠-	٠,٨٥-	٠,٧٨-	٠,٧١-	مرتبطة بالمتطلبات الخاصة
٠,٨٥-	٠,٩٢-	٠,٨٦-	٠,٧٧-	٠,٧٠-	الدرجة الكلية للمقياس

قيمة ر الجدولية عند (٠,٠٥) = ٠,٥١٤ ، وعند (٠,٠١) = ٠,٦٤١

يتضح من الجدول (١٧) وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً وعند مستوى معنوية ٠,٠١ بين درجات لاعبي المصارعة (المرحلة الرابعة) على مقياس الصلابة النفسية ومحاوره ودرجاتهم على مقياس الضغوط النفسية ومحاوره ، وأن قيم معاملات الارتباط قد تراوحت ما بين (- ٠,٧٠) ، (٠,٩٦)

مناقشة النتائج

إن المصارع هو الأداة الرئيسية التي من خلالها يمكن للمدرّب استخدام الإمكانيات وإطلاق كفاياته التدريبية لوصول اللاعب إلى المستوى الأمثل خلال الوحدات التدريبية والمنافسات الرياضية ، والتي لن تتحقق إلا من خلال زيادة الفاعلية وارتقاء البناء النفسي إلى جانب البناء البدني والمهاري والخططي والمعرفي لدية ومن هنا سوف يقوم الباحث بمناقشة نتائج الدراسة تبعاً لتسلسل التساؤلات .

مناقشة التساؤل الأول : —

أتضح من خلال المسح المرجعي والإطلاع على الدراسات السابقة العربية والأجنبية والقراءات النظرية وأراء السادة الخبراء وتحليل المقاييس العربية والأجنبية والجدول من رقم (٢) حتى رقم (١١) أن محاور مقياس الصلابة النفسية للاعبي المصارعة هي (الالتزام — الضبط والتحكم — التحدي — عدم القابلية للتوتر) ، وهي جميعها محددات يجب أن تتوافر في المصارع ، حيث أن المصارعة هي نزال بين فردين متساويين في الوزن والسن تقريباً يحاول كل منهما التغلب أو السيطرة على الآخر ، خلال فترة زمنية محددة وذلك من خلال استخدام بعض الحركات أو المهارات الحركية المقننة ، وعليه يقع عبء التدريب أو المنافسة على المصارع ذاتة في ظل جملة متغيرات خارجية .

وتتفق نتيجة الدراسة مع ما أورده يسرى أبو العينين (٢٠٠٢) في أن الصلابة النفسية هي إحدى المتغيرات الإيجابية في الشخصية والتي تتصف بالمقاومة والتحمل والمواجهة التي تنشط الفرد ومقدرة الذاتية في تعامله مع أحداث الحياة الضاغطة مستغلاً في مواجهتها كل ما لدية من مصادر ذاتية وبينية تساعد في التغلب عليها . (٢٩ : ٤٩)

كما تتفق مع ما أورده وايب (١٩٩١) في أن الفرد يجب أن يتوافر لديه مقومات الاعتقاد بأهميته لذاتة وللآخرين وإعتقاده بكفائته في إنجازة وتحمله المسئولية والالتزام ورؤية مواقف الشدة على أنها يمكن التحكم فيها وبأقل مستويات التوتر . (٥٦ : ٨٩)

كما تتفق مع ما توصلت إليه جيهان حمزة (٢٠٠٢) من خصائص ذوى الصلابة النفسية المرتفعة ، وهى قدرتهم على الصمود والمواجهة ، وذوى وجهة ضبط داخلية ، ويكمنهم التغلب على التوترات الناتجة من كثرة المثيرات وتكرار تغيرها ، وأنهم يتميزون بنزعة تفاولية وأكثر مبادأة وتوجهاً للحياة . (٨ : ٣٥)

ويرى الباحث أن هذه الخصائص السابقة يمكن قياسه من خلال مقياس الصلابة النفسية ومحاور الأربعة وبذلك تم الاستجابة عن التساؤل الأول من البحث والذي نصه " ماهى محاور مقياس الصلابة النفسية للمصارعين " ؟

مناقشة التساؤل الثانى

يتضح من الجدول (١٢) أن متوسط درجات العينة الأساسية في الدرجة الكلية لمقياس الصلابة النفسية للاعبى المصارعة قد تراوح ما بين (١١٥,٤٠) للمصارعات الفتيات ، (١٣٥,٢٧) لمصارعي المرحلة الرابعة ، وقيم الوسيط تراوحت ما بين (١٢٤) ، (١٣٤) والانحراف المعياري ما بين (١٨,٣٧) ، (٣٠,٦٠) والالتواء ما بين (٠,٨٤-) ، (٠,٢١) بينما يتضح من الجدول (١٣) أن متوسط درجات العينة الأساسية في الدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية للاعبى المصارعة قد تراوح ما بين (١٣٢,٣٣) للمصارعات الفتيات ، (١٠٢,٩٣) لمصارعي المرحلة الرابعة ، وقيم الوسيط تراوحت ما بين (١٣٠) ، (٨٥) والانحراف المعياري ما بين (١٨,٢١) ،

الإستخلاصات والتوصيات

أولا الاستخلاصات : —

فى ضوء أهداف البحث وتساؤلاته والمنهج المستخدم وعينته وإجراءات التحليل الاحصائى توصل الباحث إلى الأستخلاصات الآتية : —

- ١ — الصلابة النفسية لدى لاعبي المصارعة تتحدد من خلال درجات المحاور الأربعة المكونة للمقياس وهى " الالتزام — الضبط والتحكم — التحدي — عدم القابلية للتوتر " .
 - ٢ — توجد علاقة عكسية دالة إحصائيا بين الصلابة النفسية والضغوط النفسية للاعبى المصارعة .
- ثانياً التوصيات : —

فى ضوء نتائج البحث وانطلاقاً من استخلاصاته يوصى الباحث بالتوصيات الآتية : —

- ١ — ضرورة إجراء دراسات مماثلة على عينات مختلفة نظراً لأهمية الصلابة النفسية . ٢ — ضرورة الاهتمام بالتوجيه والإرشاد النفسى للاعبين نظراً لأهمية فى المجال التنافسي .

٣ - الاهتمام بتزويد المكتسبة العربية بالبرامج النفسية والتي يمكن من خلالها تحيل مبادئ الما النفسية إلى المجال النفسي التطبيقي الرياضي

المراجع العربية والأجنبية

أولا المراجع العربية :-

- ١ - إبراهيم عبد ربه خليفة : إصدارات علمية في المجال الرياضي ، الهيئة العامة للشباب والرياضة ، مكتب التدريب وإعداد القادة ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
- ٢ - إبراهيم عبد ربه خليفة : الرياضة والصحة النفسية ، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي الإصدار الثاني ، القاهرة ، ص ٤٩ : ٧٦ ، ٢٠٠٠ .
- ٣ - أحمد عبد الحميد عمارة : بناء مقياس الصلابة النفسية للرياضيين ، مجلة العلوم البدنية والرياضية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنوفية ، العدد التاسع ، يوليو ، ٢٠٠٦ م .
- ٤ - أسامة كامل راتب : قلق المنافسة ، ضغوط التدريب واحترق الرياضي ، دار الفكر العربي القاهرة ، ١٩٩٧ .
- ٥ - أسامة كامل راتب : احترق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الاتفعالي ، سلسلة الفكر العربي في التربية البدنية والرياضة ، العدد (١٢) ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٧ .
- ٦ - أسامة كامل راتب : المنافسة للنشر الرياضي (الاختبارات النفسية والاجتماعية) سلسلة الفكر العربي في التربية البدنية والرياضة ، العدد ٢٥ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٩ م .
- ٧ - أسامة كامل راتب : الإعداد النفسي للناشئين دليل للإرشاد والتوجيه للمدربين والإداريين وأولياء الأمور ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠١ .
- ٨ - جيهان أحمد حمزة : دور الصلابة النفسية والمساعدة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة ، ٢٠٠٢ م .

- ٩- حامد عبد السلام زهران : قاموس علم النفس ، دار الشهاب للطباعة ، القاهرة ، ١٩٧٢ م .
- ١٠- حسن عبد اللطيف : الصلابة النفسية والرغبة في التحكم ، بحث منشور ، مجلة الدراسات النفسية ، القاهرة ص ص (١٧٠ - ٢٠٦) ، ٢٠٠٢ م .
- ١١- حنان ثابت مدبولي : الضغوط الاجتماعية المدرسية وعلاقتها بوجهتي الضبط ودافعية الإنجاز لدى الأطفال ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة القاهرة ، ١٩٩٥ م .
- ١٢- حمدي على الفرماوي : الضغوط النفسية ، تغلب عليها وأبدأ الحياة ، مكتبة ورضا أبو سريع الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
- ١٣- صفوت فرج : القياس النفسي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٨٠ .
- ١٤- رشا راغب إبراهيم : الضغوط النفسية وعلاقتها بمستوى الطموح لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، ١٩٩٨ م .
- ١٥- عباس محمود عوض : القياس النفسي بين النظرية والتطبيق ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ، ١٩٩٠ .
- ١٦- عماد محمد مخيمر : إدراك القبول والرفض الوالدي وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى طلاب الجامعة ، مجلة الدراسات النفسية ، القاهرة ، العدد ٦ ، ٢ ص ص ٢٧٥ - ٢٩٩ ، ١٩٩٦ م .
- ١٧- عماد محمد مخيمر : الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية ، متغيرات وسيطة في العلاقات بين ضغوط الحيلة وأعراض الإكتئاب لدى الشباب السباب الجامعي ، مجلة الدراسات النفسية ، القاهرة ، العدد ٧ ، ١٧ ص ص ١٠٣ - ٢٨٣ ، ١٩٩٧ م .
- ١٨- عماد محمد مخيمر : استبيان الصلابة النفسية " دليل الاستبيان " وكراسة التعليمات ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة ، ٢٠٠٢ ، ٢٠-فؤاد البهي السيد : علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٧٩ .

- ٢١ - ماجدة محمد إسماعيل : تأثير الصلابة العقلية على الاحتياجات النفسية الأساسية
وجيهان محمد فؤاد ومستوى الأداء للاعبين الكرة الطائرة، المؤتمر الدولي
الرابع، (الرياضة الضغوط والتكيف)، الرياضة
الأولمبية والرياضة للجميع، الأكاديمية الرياضية
البلغارية، صوفيا، بلغاريا، ٢٠٠٦ م .
- ٢٢ - محمد العربي شمعون : الصلابة العقلية والإنجازات الرياضية، مؤتمر قسم علم
النفس الرياضي، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم .
جامعة حلوان، ٢٠٠١ م .
- ٢٣ - محمد العربي شمعون : التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، ط ١
وماجدة محمد إسماعيل، القاهرة ٢٠٠٢ .
- ٢٤ - محمد حسن علاوى : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي،
ومحمد نصر الدين رضوان : دار الفكر العربي، الطبعة الأولى، ١٩٧٩ .
- ٢٥ - محمد حسن علاوى : سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي، دار
الكتاب للنشر، القاهرة، ١٩٩٨ .
- ٢٦ - محمد حسن علاوى : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، دار الكتاب
للنشر، القاهرة، ١٩٩٩ .
- ثانياً المراجع الأجنبية : -

- ١- Bull, S. J., Shambrook, C. J., James, W., & Brooks, J.
E.(2005). Towards an understanding of mental
toughness in elite English cricketers. Journal of
Applied Sport Psychology, 17, 209-227.
- Clark David ,E (1995). Vulnerability to stress as function of
age sex, locus of control, hardiness and tupe, journal of
social behavior and personality: V23 P.P.285-286
- Clough, P. J., & Earle, K. (2002). When the going gets tough:
A study of the impact of mental toughness on perceived
demands. Journal of Sports Sciences, 20(1), p. 61.
- Clough, P. J., Earle, K., & Sewell, D. (2002) Mental toughness:

The concept and its measurement. In I. Cockerill
(Ed.), *Solutions in sport psychology* (pp. 32-43).

London: Thomson Publishing.

- 34- Cozzi ,I (1991). The influence of hardness stressanad social support on academic achievement among urban commuter students, distaction abstract international . vol52.9.923-39
- 35- Crust, L., & Clough, P. J. (2005). Relationship between mental toughness and physical endurance. *Perceptual & Motor Skills*, 100, 192-194
- 36- Dillardn.(1990) : Hardiness and academic achievement, diss.abst.9nt.vol.52,08B.p.4121
- 37- Elizabeth , M.1997 : An investigation of the Relationship between dispositional optimism and family environment

