

## إتجاهات الرياضيين السعوديين نحو اسهامات علم النفس الرياضي باستخدام مقياس SPA-R

د/ توفيق إدريس أحميد البكري

### ملخص البحث:

هدف هذا البحث إلى التعرف على نظرة واتجاه الرياضيين بالمملكة العربية السعودية نحو علم النفس الرياضي. وقد تم تطبيق البحث على الرياضيين من عدة أندية بالمملكة العربية السعودية وشملت فئات مختلفة وأنشطة متنوعة ما بين ألعاب جماعية وفردية. شارك في هذا البحث عدد (١٩٢) رياضي، منهم (١٢٦) محترفين وكبار، و(٦٦) مابين شباب وناشئين. أما عن أداة البحث فقد تم استخدام مقياس اتجاهات الرياضيين نحو علم النفس الرياضي Sport Psychology Attitude Revised (SPA-R)، والذي يتضمن أربع محاور فرعية. وأظهرت نتائج البحث أن عاملي الثقة في استشاري علم النفس الرياضي بمتوسط حسابي (٢٧.٩٢)، والانفتاح الشخصي بمتوسط حسابي (٢٢.٣٥)، كانا من أهم الاعتبارات بالنسبة للرياضيين للتعامل مع استشاري علم النفس الرياضي. وبشكل عام كانت النظرة تجاه علم النفس الرياضي نظرة إيجابية من قبل الرياضيين السعوديين.

### Abstract

This study aimed to identify the perception of athletes in Saudi Arabia towards sports psychology. The study was applied to athletes from different clubs in Saudi Arabia and included different categories and activities (group games and individual games). A total of 192 athletes participated in this study, including 126 professionals and seniors, and 66 youth and young athletes. As for the study tool, the Sport Psychology Attitude Revised (SPA-R), which includes four sub-measures was used in this study. The results showed that the confidence and trust in sports psychology consultant with an average calculation (27.92) and personal openness with an average calculation (22.35), were the most important considerations for athletes to deal with a sports psychology consultant. In general, the perception of sports psychology was positive among Saudi athletes.

## المقدمة:

تعد الرياضة التنافسية والشغف بها سواء على مستوى الممارسة أو التشجيع من الأشياء التي توحد بين الشعوب، وتجعل العالم أكثر شمولاً للجميع وأكثر سلمية وذلك من خلال ما ينطويان عليه من قيم ومبادئ عالمية. وقد أدت الرياضة، تاريخياً، دوراً هاماً في جميع المجتمعات وكانت بمثابة منبر اتصالات قوي يمكن استخدامه لتشجيع ثقافة السلام. فالرياضة هي، وستظل، إحدى أكثر الأدوات فعالية لتحقيق أهداف الدول، لذا تهتم بها الدول المتقدمة اهتماماً كبيراً، وترصد لها الميزانيات وتعد لها المتخصصين المؤهلين بالعلم والمعرفة وذلك لأن التفوق الرياضي أصبح أحد المؤشرات الهامة التي تدل على التقدم والرقي الحضاري لأي دولة.

ولعل هذا ما يؤدي إلى تطور وتقدم الرياضة التنافسية باستمرار بكافة صورها وأشكالها، حتى وصلت إلى مرحلة لم يسبق لها الوصول إليها من التألق والازدهار. مهارات مبتكرة، أرقام تكسر، أهداف تسجل، بطولات تتحقق، إنجازات لم يسبق لها مثل في وقتنا الحاضر. تقدم مذهل نشهده اليوم في المجال الرياضي على جميع الأصعدة، فما تلبث أن تتحقق أرقام ونتائج إلا ويتم كسرهما وتحقيق أفضل منها. وقد أظهرت نتائج بعض الدراسات أن ذلك يرجع إلى إتباع أساليب تدريب حديثة والتكامل في الاستعداد البدني والنفسي للرياضي على حد سواء ( Jones, Hanton & Connaughton, 2007; Sheard & Golby, 2006).

فالتدريب الرياضي في العصر الحديث يعتمد على الأسس العلمية التي تهدف إلى تحقيق النمو الشامل لمختلف عناصر الإعداد سواء كانت بدنية أو مهارية أو خطية أو نفسية للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات في الرياضة التي يمارسها، ولم يعد التدريب مبنياً على خبرة اللاعبين القدامى كما كان سابقاً، وإنما أصبح يعتمد على العديد من العلوم الطبيعية والإنسانية كفسولوجيا الرياضة والبيولوجيا والتشريح الوظيفي والكيمياء الحيوية والصحة والقوام والميكانيكا الحيوية والاختبارات والمقاييس وعلم النفس والتربية وغيرها، وأصبحت هذه العلوم هي القاعدة النظرية التي ينطلق منها المدرب في التطبيق الميداني (حماد، ٢٠٠١).

وأصبح الإعداد البدني والمهاري والخطي في الوقت الحاضر في متناول الجميع، وتم الوصول بهم لأعلى المستويات وأصبح أبطال العالم في كافة الرياضات متقاربين في هذه

العناصر من حيث المستوى ولذلك أصبح التنافس الآن للوصول باللاعب إلى أفضل حالاته من الناحية النفسية.

ويعد علم النفس أحد العلوم الإنسانية التي تهتم بدراسة تكوين النفس البشرية وسلوك الإنسان في صورته المختلفة للتعرف على دوافع سلوكه وقدراته لمساعدته على تحديد أسلوب حياته وحل مشكلاته، ونظراً لتعدد النفس البشرية وتشعب بواعث السلوك ودوافع تصرفات الإنسان فقد أصبحت دراسة علم النفس أمراً ضرورياً لكل من يبحث في الحقائق النفسية على حقيقتها بشيء من الحرية العلمية من أجل الاستزادة من هذا العلم ولزيادة القدرة الإنتاجية والقضاء على المشكلات النفسية المتعلقة بها ومن هنا اتسعت ميادين تطبيق مبادئ ودراسات علم النفس ونظرياته حتى أصبحت تعم جميع نواحي الحياة ومنها الرياضة (الكيلاني، ٢٠٠٧).

ومن هنا ظهر علم النفس الرياضي كأحد فروع علم النفس التي دخلت مجال النشاط الرياضي الميداني أو التطبيقي حديثاً بهدف إيجاد الحلول لجميع المشاكل التي يعاني منها الفرد الرياضي وأسهم بدرجة كبيرة في تطوير وتنمية قدرات اللاعبين للوصول بهم إلى منصات التتويج بالبطولات على الصعيدين المحلي والدولي وذلك عن طريق دراسة شخصياتهم ومعرفة أفضل السبل التي تجعلهم في أفضل حالاتهم سواء لتقبل جرعات التدريب أو للتغلب على المنافسين. ومن ثم أصبح الإعداد النفسي هو أحد المكونات الضرورية الحتمية في الوحدة التدريبية وبدونه يستحيل إحراز النجاحات والتميز وتحقيق البطولات الرياضية (فوزي، ٢٠٠٣).

والإعداد النفسي الرياضي عبارة عن مجموعة من الإجراءات التربوية التي تعمل على إمكانية السيطرة على عمليات الاستثارة أو الكف الزائدة أو المنخفضة التي تؤثر سلباً على مستوى الإنجاز الرياضي، وتساعد على التكيف مع مواقف وظروف المنافسة الرياضية وما يرتبط بها من أعباء نفسية مما يؤدي إلى التغلب على العوامل التي تؤدي إلى انخفاض مستوى الانجاز الرياضي مثل الإحساس بالخوف والتوتر والقلق النفسي وعدم الثقة بالنفس (الزاميلي، ٢٠٢٠).

ويتفق كل من "شمعون وإسماعيل" (٢٠٠٢) على أهمية تواجد الأخصائي النفسي الرياضي في عملية التدريب والمنافسات الرياضية للأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، في

كافة الاتحادات والأندية الرياضية ولكل مستويات الفرق الرياضية كالمنتخبات، وأندية فرق الدوري الممتاز بمختلف الألعاب الرياضية وكذلك مختلف الفئات السنية، لذا نجد الآن كثيراً من الفرق والمنتخبات على المستوى العالمي لديها أخصائي علم النفس الرياضي، المؤهل والمتخصص الذي يؤدي دوره بناءً على أسس ونظريات علمية.

ونظراً لأهمية الاتجاهات في المجال الرياضي فقد تطرق إليها الباحثون بالدراسة على الصعيدين العربي والدولي، فقد أجرى عبد الحكيم (٢٠٠٨)، دراسة للتعرف على اتجاهات الرياضيين نحو الاستشارات النفسية من الأخصائي النفسي الرياضي، ثم قام الشافعي وآخرون (٢٠١٥)، بدراسة هدفت إلى التعرف على اتجاهات اللاعبين نحو الأخصائي النفسي الرياضي، وذلك من خلال بناء مقياس اتجاهات اللاعبين نحو الأخصائي النفسي الرياضي، والتعرف على الفروق في اتجاهات لاعبي كرة القدم نحو الأخصائي النفسي الرياضي تبعاً لنوع الدرجة. كذلك، قامت (ذيب وآخرون، ٢٠١٧)، بدراسة للتعرف على اتجاهات لاعبي ولاعبات الألعاب الفردية والجماعية في الأردن نحو علم النفس الرياضي والأخصائي النفسي الرياضي وأسفرت النتائج إلى أن الغالبية العظمى من اللاعبين واللاعبات ليس لديهم معرفة بأهمية العوامل النفسية ولا يستخدمون طرق إعدادها كما أن اتجاهاتهم كانت سلبية نحو الأخصائي النفسي الرياضي.

إضافة لما سبق، ولقياس مدى معرفة وإمكانية العمل أو التعامل مع المتخصص في الاعداد النفسية الرياضي أو استشاري علم النفس الرياضي قام Martin وآخرون (٢٠٠٢)، ببناء مقياس تم تنقيحه لمعرفة نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي Sport Psychology Attitude Revised (SPA-R). حيث يقيس هذا المقياس مواقف الرياضي تجاه علم النفس الرياضي استناداً إلى أربعة محاور فرعية قد تفسر الاختلافات في جانب التقبل تجاه علم النفس الرياضي. وتمثلت المحاور الفرعية للمقياس في: الثقة في استشارات علم النفس الرياضي، التسامح وتقبل انتقاد الآخرين، الانفتاح الشخصي، والتفضيل الثقافي. وقد تم اعتماد المقياس وتطبيقه في العديد من الدراسات العلمية، كدراسة (Anderson, et al. 2004; Zakrajsek, Martin, & Zizzi, 2011; Ballesteros, et al. 2019; Martin, et al. 2004).

حيث أجريت دراسة على مدربي كرة القدم في مدارس الثانوية بأمريكا حول نظرتهم تجاه استشارة المتخصص في الاعداد النفسي الرياضي ( Zakrajsek, Martin, & Zizzi, 2011)، ومدى وجود النية للاستعانة بخدمات استشاري علم النفس الرياضي وذلك بتطبيق مقياس نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي (SPA-R). وقد أظهرت النتائج أن "الثقة" في استشاري علم النفس الرياضي كانت عاملاً مهماً من أجل إمكانية التعامل معهم.

وفي دراسة أخرى أعدها Anderson وآخرون (٢٠٠٤)، وتم تطبيقها على (١١٢) لاعب ولاعبة في ألعاب جماعية وفردية في نيوزلاند لمعرفة اتجاهاتهم نحو استشاري علم النفس الرياضي. وقد أظهر البحث بشكل عام وجود اتجاه إيجابي نحو الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي خصوصاً لدى اللاعبين من ذوي الخبرة.

كذلك قام Ballesteros وآخرون (٢٠١٩)، بدراسة طبقت على الرياضيين بمدارس ثانوية أمريكية لمعرفة نظرتهم تجاه الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي بالإضافة إلى بعض جوانب أخرى كالشخصية ومستوى التوقعات. وشارك في الدراسة عدد (١٨٧) رياضي ورياضية في مسابقات مختلفة. وقد ظهر تأثر النتائج بالجانب العرقي والأقليات حيث كان لديهم قابلية أكبر للاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي مقارنة بأقرانهم من الرياضيين، لكن إجمالاً كانت النظرة إيجابية تجاه استشاري علم النفس الرياضي.

كما بينت نتائج الدراسة التي أجراها (Ong & Harwood, 2018)، أن الانفتاح الشخصي مرتبط بالمواقف الإيجابية تجاه علم النفس الرياضي. في حين أظهرت نتائج دراسات أخرى أن الأفراد الذين أظهروا مستويات عالية من الانفتاح الشخصي والانبساط، وهو عكس الانطواء، كانوا أكثر إيجابية تجاه الدعم النفسي (Klockner & Hicks, 2008; Tsan & Day, 2007).

#### مشكلة البحث:

الاستعانة بالمتخصص في علم النفس الرياضي أو ما يسمى بأخصائي علم النفس الرياضي في العمل مع الرياضيين وإعدادهم نفسياً وذهنياً أصبح من الضروريات التي يتبعها معظم الرياضيين على مستوى العالم خصوصاً في مستويات النخبة في الدول المتقدمة في المجال الرياضي كأمريكا وبريطانيا، وهذا ما ظهر في العديد من الدراسات (Arnold, R. & Sarkar, 2015; Statler, 2001; Vernacchia, & Henschen, 2008). ويعتقد أن

الاستعانة بالاختصاصي في علم النفس الرياضي له الدور الأكبر في تصاعد المستويات الرياضية وتحقيق الانجازات بشكل كبير جداً لدى تلك الدول.

بينما في الدول العربية بشكل عام والمملكة العربية السعودية بشكل خاص فإن تواجد الاختصاصي في علم النفس الرياضي في الميدان الرياضي يكاد يكون معدوم، حيث تفتقد الأندية الرياضية والألعاب التنافسية في السعودية إلى تواجد المتخصصين والمعدّين النفسيين في المجال الرياضي الذين يمكن أن يلعبوا أدواراً هامة في رفع مستوى الأداء الرياضي من خلال تطبيق برامج التهيئة والاعداد النفسي والذهني للرياضيين ومساعدتهم لتحقيق أفضل مستوى ممكن.

من هنا تبادر التساؤل حول ما إذا كان الرياضيون في المملكة العربية السعودية لديهم فكرة محددة أو نظرة معينة تجاه علم النفس الرياضي واسهاماته سواء كانت فكرة إيجابية أو سلبية. وهذا كان أهم دوافع الباحث للقيام بهذا البحث من أجل إلقاء الضوء على أهمية هذا الجانب للإرتقاء بالأداء الرياضي والوصول به لأعلى مستوى ممكن وذلك للمساهمة في تحقيق الريادة والمكانة المتميزة للرياضة السعودية على كافة الأصعدة المحلية والدولية ما أمكن.

#### أهداف البحث

يهدف هذا البحث إلى التعرف على "إتجاهات الرياضيين السعوديين نحو علم النفس الرياضي". وسوف يتم تحقيق الهدف الأساسي للبحث من خلال تحقيق الأهداف الفرعية التالية:

- ١- التعرف على إتجاهات اللاعبين (نظرتهم، تصوراتهم) تجاه علم النفس الرياضي وفقاً لمحاور مقياس الإتجاه نحو علم النفس الرياضي (SPA-R)
- ٢- التعرف على الفروق بين عينة الدراسة وفقاً لمتغير الفئة السنية (كبار - شباب وناشئين) في إتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي
- ٣- التعرف على الفروق بين عينة الدراسة وفقاً لمتغير طبيعة النشاط (جماعي - فردي) في إتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي

### تساؤلات البحث:

يسعى هذا البحث للإجابة على التساؤل الرئيسي الذي ينص على "ما اتجاهات الرياضيين السعوديين نحو علم النفس الرياضي"، وسوف يتم الإجابة على هذا التساؤل من خلال الإجابة على التساؤلات الفرعية التالية:

- ١- اتجاهات اللاعبين (نظرتهم، تصوراتهم) تجاه علم النفس الرياضي وفقاً لمحاور مقياس الاتجاه نحو علم النفس الرياضي (SPA-R)؟
- ٢- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة البحث وفقاً لمتغير الفئة السنية (كبار - شباب وناشئين) في اتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي؟
- ٣- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين عينة البحث وفقاً لمتغير طبيعة النشاط (جماعي - فردي) في اتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي؟

### مصطلحات البحث

#### - الاتجاه النفسي:

هو إحدى حالات التهيئة والتأهب العقلي العصبي التي تنظمها الخبرة، وما يكاد يثبتته الاتجاه حتى يمضي مؤثراً وموجهاً لاستجابات الفرد للأشياء والمواقف المختلفة. فهو بذلك ديناميكي عام، أو هو ميل الفرد الذي ينحو سلوكه تجاه بعض عناصر البيئة أو بعيداً عنها متأثراً في ذلك بالمعايير الموجبة أو السالبة تبعاً لقربه منها أو بعده عنها، وهو يشير بذلك إلى مستويين للتأهب هما: أن يكون لحظياً، أو قد يكون ذا أمد بعيد (الزاميلي، ٢٠٢٠).

#### - اختصاصي علم النفس الرياضي:

هو الشخص المؤهل للعمل مع الرياضي بحسب تخصصه في علم النفس الرياضي والذي يستطيع أن يساعد في تحسين مستوى أداء اللاعبين من خلال التوظيف الصحيح لقدراتهم وتعزيز مهاراتهم النفسية ومساعدتهم على تجنب الانفعالات والتوترات بالإضافة إلى المساهمة في حل مشكلاتهم الشخصية والتي تؤثر بصورة مباشرة على مستوى الأداء لديهم (فوزي وبدر الدين، ٢٠٠١).

### حدود البحث

- الحدود الجغرافية: تم إجراء البحث على بعض الأندية الرياضية بالمملكة العربية السعودية.
- الحدود البشرية: تم إجراء البحث على رياضيين ينتسبون لأندية رياضية بالمملكة.

- الحدود الزمنية: تم اجراء البحث خلال شهري يناير وفبراير ٢٠٢١

### منهجية وإجراءات البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث وتحقيقاً لأهدافه والإجابة على تساؤلاته، حيث يقوم بوصف الظاهرة موضوع البحث وتحليل البيانات وبيان العلاقة بين مكوناته والآراء التي تطرح حوله والعمليات التي يتضمنها والآثار التي يحدثها، كما استخدم الباحث المنهج السببي المقارن للتحقق من الفروق في الاتجاهات لدى عينة البحث والتي تعزى لاختلاف العمر وطبيعة النشاط.

### مجتمع وعينة البحث

تمثل مجتمع البحث على الرياضيين من مختلف الفئات العمرية بالأندية الرياضية بمناطق مختلفة من المملكة العربية السعودية شملت أندية الوحدة، الأهلي، الاتحاد، أبها، النصر، الخليج، والقادسية. بلغ إجمالي عدد مجتمع البحث حول ١٣٤٢ رياضي. وحيث أن تطبيق البحث كان خلال فترة جائحة كورونا فقد اقتصر توزيع الأداة بحسب ما توفر من امكانية على عينة لعدد (٢٥٠) رياضي. وتم اجراء التجربة الاستطلاعية على عدد (٣٠) رياضي منهم وبالتالي أصبحت العينة الأساسية للبحث (٢٢٠) رياضي، ثم تم استبعاد استجابات عدد (٢٨) رياضي إما لفقدان بعض المعلومات أو عدم اكتمال الاستبانة الخاصة بهم. وبالتالي أصبح العدد النهائي لعينة البحث (١٩٢) رياضي بنسبة (١٤%) من مجتمع البحث (ملحق ١)، وفيما يلي وصف العينة كما هو موضح بجدولي (١)، و(٢):

#### جدول (١)

وصف عينة البحث بالنسبة لنوع اللعبة التي يمارسونها

وصف العينة	العدد	النسبة المئوية
ألعاب فردية	٦١	٣١.٧٧
ألعاب جماعية	١٣١	٦٨.٢٣
إجمالي	١٩٢	١٠٠

#### جدول (٢)

وصف عينة البحث بالنسبة لمستوى اللاعبين

وصف العينة	العدد	النسبة المئوية
محترفون وكبار	١٢٦	٦٥.٦٣
شباب وناشئين	٦٦	٣٤.٣٧
إجمالي	١٩٢	١٠٠



### أداة جمع البيانات:

تم استخدام مقياس نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي Sport Psychology Attitude Revised (SPA-R)، والذي تم بناءه ثم تنقيحه من قبل Martin وآخرون (٢٠٠٢). وهذا المقياس يتضمن أربعة محاور فرعية يمكن من خلالها تفسير الاختلافات في التقبل تجاه علم النفس الرياضي. وتتمثل المحاور الفرعية للمقياس في الآتي: (١) الثقة في استشارات علم النفس الرياضي، (٢) التسامح وتحمل انتقاد الآخرين، (٣) الانفتاح الشخصي، (٤) التفضيل الثقافي.

كما تم استخدام مقياس Likert المكون من ٥ نقاط كالتالي: (١= أتفق تماماً) إلى (٥= لا أتفق أبداً). وقد اشتمل محور "الثقة" في استشارات علم النفس الرياضي لمعرفة دور الثقة في إمكانية التعامل مع المتخصص في علم النفس الرياضي على (سبع عبارات). أما محور "التسامح وتحمل انتقاد الآخرين" فيهدف إلى مدى تأثير الآخرين أو إمكانية التأثير بالآخرين إذا تعلق الأمر بالتعامل مع استشاري لعلم النفس الرياضي وقد اشتمل أيضاً على (سبع عبارات). فيما كان محور "الانفتاح الشخصي" وهو عكس الانطواء، ويهدف إلى مستوى الانفتاح ومشاركة الآخرين بالمشاعر الخاصة والآراء الشخصية بدون تحفظ واشتمل على (ست عبارات). وأخيراً، محور "التفضيل الثقافي" ويقيس مدى تأثير الانتماء إلى الجماعة ومدى تفضيل جماعة أو عرق على جماعة أخرى في حال التعامل مع المختص في علم النفس الرياضي واشتمل على (أربع عبارات).

قام الباحث بترجمة المقياس إلى اللغة العربية وذلك من خلال عرضه على أستاذين كانت اللغة العربية لغتهما الأم ويجيدان اللغة الإنجليزية. ثم تم عكس الترجمة إلى الإنجليزية لمراجعة أي تعديلات لغوية أو اختلاط في المفاهيم، ومن ثم اعتماد النسخة التي تم مراجعتها وتعديلها. (ملحق ٢).

ثم قام الباحث بالتأكد من صدق وثبات المقياس قبل تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية وذلك من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية بلغت (٣٠) رياضياً وكانت النتائج كالتالي:

**الخصائص السيكومترية للمقياس (الصدق والثبات).**

**أولاً: الصدق**

تم التأكد من صدق المقياس باستخدام صدق الاتساق الداخلي، حيث قام الباحث بتطبيق المقياس على (٣٠) رياضياً من نادي الوحدة بمكة المكرمة تم اختيارهم عشوائياً، وتم حساب

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة مع المحور الذي تنتمي إليه العبارة. وكذا مجموع كل محور والمجموع الكلي للمقياس وكانت النتائج كالتالي:

### جدول (٣)

معامل الارتباط بين العبارات ومحاورها لحساب صدق العبارات (ن = ٣٠)

المحور الرابع الانفتاح الشخصي		المحور الثالث تحمل انتقاد الآخرين		المحور الثاني تفضيلات ثقافية		المحور الأول الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*.٦٥٠	٥	*.٦٢٤	٤	*.٧٢٢	٢	*.٥٥٢	١
*.١٩٩	٧	*.٦٤٨	٩	*.٦٦٧	٦	*.٥٩٢	٣
*.٦٩٣	١٠	*.٧٢١	١٣	*.٥٦١	١١	*.٧٧٠	٨
*.٧٤٠	١٤	*.٨١٣	١٨	*.٥٨٦	٢٤	*.٨٤٣	١٢
*.٧٨٩	١٦	*.٦٢٧	١٩			*.٨٨٨	١٥
*.٦٣٦	٢٣	*.٨٤١	٢١			*.٨٥٢	١٧
		*.٨٦٦	٢٢			*.٧٦٣	٢٠

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٢٨ = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٣) أن هناك ارتباط دال احصائياً بين جميع العبارات بمحاورها مما يدل على صدق العبارات.

### جدول (٤)

معامل الارتباط بين مجموع كل محور والمجموع الكلي للمقياس

المحور	الارتباط	الدلالة
الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	*.٥٧٢	دال
تفضيلات ثقافية	*.٦٩٩	دال
تحمل انتقاد الآخرين	*.٨٩٠	دال
الانفتاح الشخصي	*.٦٧٢	دال

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٢٨ = ٠.٣٦١

يتضح من الجدول (٤) أن هناك ارتباط دال احصائياً بين جميع المحاور والمجموع الكلي للمقياس مما يدل على صدق المحاور وبالتالي صدق المقياس.

ثانياً: ثبات المقياس

قام الباحث بحساب ثبات المقياس بعدة طرق. وتوضح الجداول (٥)، (٦)، (٧)، معاملات الثبات لكل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية.

## جدول (٥)

تحليل التباين لعبارات المقياس (ن = ٣٠)

الدلالة الإحصائية	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين
		٧,٣٩٨	٢٩	٢١٤,٤٥٠	بين الأفراد
		١٣,٤٢٣	٢٣	٣٠٨,٧٣٢	بين الفقرات
		٠,٩٨٠	٦٦٧	٦٥٣,٨٩٣	البواقي
٠,٠٠٠	١٣,٦٩٢	١,٣٩٥	٦٩٠	٩٦٢,٦٢٥	المجموع
		١,٦٣٧	٧١٩	١١٧٧,١٦٥	المجموع الكلي

## جدول (٦)

التوصيف الاحصائي لثبات الاختبار (ن = ٣٠)

م	التباين	م	عدد فقرات المقياس	قيمة "الفا"
٨٢,٠٣٣	١٧٧,٥٥١	١٣,٣٢٥	٢٤	٠,٨٦٧

## جدول (٧)

معاملات الثبات للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ (ن = ٣٠)

م	المحور	معامل الثبات
١	الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	٠,٨٧
٢	تفضيلات ثقافية	٠,٥١
٣	تحمل انتقاد الآخرين	٠,٨٦
٤	الانفتاح الشخصي	٠,٧٥
	الدرجة الكلية	٠,٨٧

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠,٥١ - ٠,٧٢) والدرجة الكلية بلغت (٠,٨٧)، وذلك يشير إلى تمتع المقياس بالثبات.

المقياس في صورته النهائية

اشتمل المقياس في صورته النهائية، على (٢٤) عبارة توزعت على (٤) محاور، كما

هو موضح بجدول (٨):

جدول (٨)  
محاور وعبارات المقياس

م	المحور	عدد العبارات	أرقام العبارات
١	الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	٧	١، ٣، ٨، ١٢، ١٥، ٢٠، ١٧
٢	تفضيلات ثقافية	٤	٢، ٦، ١١، ٢٤
٣	تحمل انتقاد الآخرين	٧	٤، ٩، ١٣، ١٨، ١٩، ٢٢، ٢١
٤	الانفتاح الشخصي	٦	٥، ٧، ١٠، ١٤، ١٦، ٢٣
	الإجمالي	٢٤	

يتضح من جدول (٥) محاور وعبارات المقياس وأن المقياس تكون من أربعة محاور تمثلت في (الثقة في استشاري علم النفس الرياضي، تفضيلات ثقافية، تحمل انتقاد الآخرين، الانفتاح الشخصي) وأن إجمالي عبارات المقياس بلغت (٢٤) عبارة  
إجراءات تطبيق البحث :

قام الباحث بالتنسيق مع رؤساء بعض الأندية من أجل أخذ الإذن بتطبيق الدراسة وتوزيع أداة الدراسة على الرياضيين في الألعاب المختلفة بالنادي. وبعد أخذ الموافقة تم التواصل مع مشرفي الألعاب الرياضية لتوزيع الاستبانة على اللاعبين. ومن ثم، تم دعوة اللاعبين من الألعاب الفردية والجماعية للمشاركة في البحث. وتمثلت الرياضات الفردية في ألعاب القوى، السباحة، تنس الريشة وألعاب الدفاع عن النفس، فيما تمثلت الرياضات الجماعية في كرة القدم، السلة، اليد، الطائرة وكرة الماء. وذلك على أساس ما توافر من عينة كافية تحقق الهدف. وتسهيلاً لإمكانية المشاركة فقد تم إعداد المقياس إلكترونياً بحيث يمكن الاستجابة من قبل اللاعبين في الأوقات المناسبة لهم سواء بالنادي أو خارج النادي من خلال الهواتف المحمولة. (نموذج لمخاطبات الأندية: ملحق ٣).

ثم قام الباحث بتطبيق الاستبانة مع شرح وتوضيح الهدف من البحث في مقدمة الاستبانة، وتم التأكد من رغبتهم في المشاركة في الدراسة مع بيان أهمية صدق استجاباتهم وأن استجاباتهم سرية وخاصة بالبحث العلمي فقط، وقد تم تطبيق البحث وجمع البيانات خلال شهري يناير وفبراير ٢٠٢١.

### تصحيح المقياس :

بعد الانتهاء من التطبيق قام الباحث بتصحيح الاستمارات وفق ميزان التقدير المعد، وتم استبعاد الاستمارات الغير مستوفاة لشروط المقياس وتم تصحيح المقياس في ضوء المعيار التالي:

المدى = (أكبر قيمة لفئات الإجابة - أصغر قيمة لفئات الإجابة)

ومن ثم: المدى = (٥ - ١ = ٤) ويصبح طول الفئة (٤ ÷ ٥ = ٠.٨٠) وبالتالي كان معيار تصحيح المقياس كما هو موضح بجدول رقم (٩).

#### جدول (٩)

##### معيار الحكم على استجابات عينة البحث

مستوى التحقق	الفئات	
	إلى	من
ضعيف جداً	١.٧٩	١
ضعيف	٢.٥٩	١.٨٠
متوسط	٣.٣٩	٢.٦٠
عالي	٤.١٩	٢.٤٠
عالي جداً	٥	٤.٢٠

الجدول رقم (٩) يوضح معيار الحكم على استجابات عينة الدراسة وأن مستوى التحقق يقع ما بين الدرجة (١ - ٥)، على أساس أن درجة المؤشر تتراوح بين (١ - ٥) وبعد الانتهاء من تصحيح الاستمارات قام الباحث برصد الدرجات وتبويبها وذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

#### المعالجات الإحصائية

تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخدام بعض الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة وأهداف الدراسة وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) ومنها:

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط البسيط لبيرسون
- معادلة ألفا كرونباخ

- معادلة الصدق الذاتي، وقد ارتضى الباحث مستوى دلالة (٠.٠٥).

### عرض ومناقشة النتائج :

في ضوء ما توصل إليه الباحث من نتائج، وفي حدود عينة الدراسة والمنهج المستخدم للإجابة على ما طرح من تساؤلات، سوف يتم عرضها ومناقشتها وتفسيرها على النحو التالي:  
التساؤل الأول: ما اتجاهات اللاعبين (نظرتهم، تصوراتهم) تجاه علم النفس الرياضي وفقاً لمحاور مقياس الاتجاه نحو علم النفس الرياضي (SPA-R)؟  
للإجابة على هذا التساؤل تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومستوى التحقق وترتيب عبارات المقياس لاستجابات عينة الدراسة على محاور وعبارات المقياس، وكانت النتائج كما هو موضح بجدول (١٠):

### جدول (١٠)

نتائج عينة الدراسة على عبارات المقياس (ن = ١٩٢)

الترتيب	درجة التحقق	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات	رقم العبارة
١	عالي جداً	٠.٨٢١	٤.٣٧٠	يمكن لاستشاري علم النفس الرياضي مساعدة الرياضيين على تحسين صلابتهم العقلية	١
١٣	عالي	١.٢٣٢	٣.٤٨٤	أحترم آراء الناس الذين ينتمون إلى ثقافتي وبيئتي الخاصة أكثر من غيرهم من الثقافات أخرى	٢
٩	عالي	١.٠٥١	٣.٨٧٥	إذا طلب رياضي نصيحتي حول المشاعر الشخصية للإخفاق المتعلق بالرياضة، ربما أوصي بالاستعانة بمستشار في علم النفس الرياضي	٣
١٩	متوسط	١.٢٨٣	٢.٦٩٨	لم أكن لأذهب إلى مستشار علم النفس الرياضي خوفاً من مضايقة زملائي لي.	٤
٥	عالي	١.٢١٢	٣.٩٦٣	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	٥
١٨	متوسط	١.٢٦٥	٢.٧٥٥	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمى له.	٦
٢	عالي جداً	٠.٩٩٥	٤.٢٤٠	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	٧
٤	عالي	٠.٩٩٢	٣.٩٦٩	لمساعدتي على فهم أفضل لنفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	٨
٢١	ضعيف	١.٠٩٦	٢.٤٤٣	سأشعر بعدم الارتياح عند الذهاب إلى مستشار علم النفس الرياضي لأن بعض الناس لن يوافقوا	٩

تابع جدول (١٠)  
نتائج عينة الدراسة على عبارات المقياس (ن = ١٩٢)

الترتيب	درجة التحقق	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات	رقم العبارة
١٦	متوسط	٠.٩٧٢	٣.١٩٨	هناك شيء مقدر في موقف الرياضيين الذين هم على استعداد للتعامل مع صراعاتهم ومخاوفهم دون اللجوء إلى المساعدة المتخصصة	١٠
٨	عالي	١.٠٠٤	٣.٩١٧	هناك اختلافات كبيرة بين الناس من خلفيات عرقية مختلفة	١١
١٠	عالي	١.٠٧٦	٣.٨٤٤	يس شعر الرياضي الذي يعاني من مشاكل عاطفية أثناء الأداء الرياضي بالأمان أكثر إذا ما تلقى المساعدة من استشاري علم النفس الرياضي	١٢
٢٤	ضعيف	١.٠٦٦	١.٨٢٨	الاستعانة بمستشار علم النفس الرياضي تسيء لسمعة الرياضي	١٣
١٤	متوسط	١.٢٨١	٣.٣٨٥	هناك تجارب في حياتي لن أناقشها مع أي شخص آخر	١٤
١١	عالي	١.٠٦٠	٣.٨١٨	إذا كنت قلق أو مستاء بشأن أدائي الرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	١٥
٦	عالي	١.٠٠٦	٣.٩٤٨	المشاكل والصعوبات العاطفية يمكن أن تتلاشى مع مرور الوقت	١٦
٣	عالي	٠.٩٤٥	٤.١٠٩	تحت الضغوط، ربما يستطيع مستشار علم النفس الرياضي أن يساعدني على الأداء بشكل أفضل	١٧
٢٠	ضعيف	١.١٣٣	٢.٥٦٣	لا أريد أن يعرف أحد عن تلقي المساعدة من مستشار علم النفس الرياضي	١٨
٢٢	ضعيف	١.١٤٣	٢.٣٤٩	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد مدربي أن يعرف عن ذلك	١٩
٧	عالي	١.٠٠٨	٣.٩٤٣	مستشار علم النفس الرياضي يمكن أن يساعدني في صقل أدائي الرياضي	٢٠
١٧	متوسط	١.٢٣٩	٢.٨١٣	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	٢١
٢٣	ضعيف	٠.٩٧٧	٢.١٢٠	سيقفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	٢٢
١٢	عالي	١.٠٤٦	٣.٦٢٥	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	٢٣
١٥	متوسط	١.١٩٨	٣.٢٧١	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	٢٤

يتضح من الجدول (١٠) أن العبارة رقم (١) والتي تنص "يمكن لاستشاري علم النفس الرياضي مساعدة الرياضيين على تحسين صلابتهم العقلية" جاءت في الترتيب "الأول" بمتوسط حسابي (٤.٣٧٠)، والعبارة رقم (١٧) والتي تنص على "تحت الضغوط، ربما يستطيع مستشار علم النفس الرياضي أن يساعدني على الأداء بشكل أفضل"، جاءت في الترتيب "الثالث" بمتوسط حسابي (٤.١٠٩)، وكلا العبارتين كانتا ضمن عامل الثقة في استشاري علم النفس الرياضي وفقاً لمقياس الاتجاه نحو علم النفس الرياضي (SPA-R). ما يعني أن هناك ميل إلى عامل الثقة في استشاري علم النفس الرياضي، والذي بدوره يعتبر اتجاه إيجابي للتعامل مع استشاري علم النفس الرياضي.

ويرى الباحث أن تلك العبارات قد حصلت على تلك المراكز المتقدمة في الترتيب مما يوضح أن عينة البحث لديها القناعة بأهمية وجود الأخصائي النفسي أو المتخصص في علم النفس الرياضي، وأهمية وجوده تتمثل في قدرته على مساعدة الرياضيين على تحسين صلابتهم العقلية وأن هذا يؤدي بدوره إلى تركيز اللاعبين في كل ما يرتبط بالتدريب والمنافسة مما يعمل على مساعدتهم لتجنب القلق والمخاوف الشخصية والضغوط المختلفة التي تعد من أهم أسباب تذبذب مستوى اللاعبين وإخفاقهم في تحقيق البطولات والمراكز المتقدمة. وهذا يتفق مع ما أشار إليه (Martin, 2005)، من أن تقدم مستوى اللاعبين الرياضيين يؤثر على اتجاهاتهم نحو المتخصص في علم النفس الرياضي حيث أن اللاعبين ذوي المستوى الرياضي العالي يتعرضون لضغوط المنافسة لذا فهم يدركون أهمية العامل النفسي في الارتقاء بمستوى المنافسة الرياضية.

وجود القناعة بفاعلية الأخصائي أو المتخصص في علم النفس الرياضي لدى الرياضيين يشير إلى أن هناك قابلية للتعامل معه فيما لو كان متوفراً أو متواجداً ضمن الفريق الفني وهذا ما قد يطرق باب المسؤولين في الأندية والمؤسسات الرياضية التنافسية للتساؤل حول ضرورة التفكير في هذا الجانب والعمل من أجل دعم الفرق الرياضية من خلال الاستعانة بالمتخصصين في علم النفس الرياضي وضمهم إلى المنظومة الرياضية داخل الأندية، لما لذلك من تأثير قد يغير من مستوى الأداء بشكل كبير.



كما يتضح من الجدول (١٠) أن العبارة رقم (١٣) والتي تنص: "الاستعانة بمستشار علم النفس الرياضي تسيء لسمعة الرياضي"، جاءت في الترتيب الرابع والعشرون بمتوسط حسابي (١.٨٢٨)، والعبارة رقم (٢٢) والتي تنص: "سيقفل المدرب من شأنه إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي"، جاءت في الترتيب الثالث والعشرون بمتوسط حسابي (٢.١٢٠)، والعبارة رقم (١٩) والتي تنص: "إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد مدربي أن يعرف عن ذلك"، جاءت في الترتيب الثاني والعشرون. وجميع تلك العبارات تدخل ضمن عامل التسامح وتحمل انتقاد الآخرين بحسب مقياس (SPA-R)، وذلك ما يشير إلى أن آراء الآخرين لا تعني الكثير بالنسبة للرياضي إذا ما قرر التعامل مع استشاري علم النفس الرياضي، ولا يجد في ذلك حرج. ويعتبر ذلك مؤشراً هاماً كون أن الفائدة الشخصية من خلال الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي تغلب على آراء ونظرة الآخرين.

وهذا ما يراه علاوي (٢٠٠٢)، من أن العاملين في إدارة الرياضة أو بعض المدربين الرياضيين لا يرون أهمية استخدام أخصائيين نفسيين للعمل في مجال الرعاية والاعداد النفسي للاعبين الرياضيين أو الفرق الرياضية على أساس الفكرة الخاطئة للبعض بأن هؤلاء الأخصائيين مهمتهم الأساسية العمل مع "المجانين" أو "المتخلفين عقلياً" وهو الأمر الذي يتطلب ضرورة التوعية بأهمية تواجد أخصائي نفسي رياضي لكي يسهم جنباً إلى جنب مع المدرب الرياضي والطبيب الرياضي والإداري الرياضي في الارتقاء بالقدرات والمهارات والسمات النفسية للاعبين الرياضيين لكي يصبحوا في أقصى حالات السواء النفسي.

وقد يكون ذلك أحد الأسباب الهامة في عدم اهتمام المسؤولين في الأندية الرياضية من الاستعانة بخدمات المتخصصين في علم النفس الرياضي نتيجة لمحدودية الوعي بأدوارهم وفعاليتهم أو ربما لاعتقادهم بأن المتخصص في علم النفس الرياضي قد يؤثر سلباً على الرياضيين من منطلق أن التعامل مع أخصائي نفسي، حتى لو كان في مجال الرياضة، فإن ذلك يعني أن هناك خلل عقلي ومن ثم يكون هناك عزوف عن التعامل معه. لكن كما ظهر في النتائج أعلاه، والتي أوضحت من خلال استجاباتهم لل فقرات المحددة بأن الرياضيين ليس لديهم نظرة سلبية نحو التعامل مع المتخصص في علم النفس الرياضي ولا يجدون أي حرج من التعامل معهم إذا ما توفرت الفرصة.

جدول (١١)  
نتائج عينة البحث على محاور المقياس (ن = ١٩٢)

الترتيب	درجة التحقق	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المحور	رقم المحور
١	عالي	٥.٠٨٥	٢٧.٩٢٧	الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	المحور الأول
٤	ضعيف	٢.٩١٧	١٣.٤٢٧	تفضيلات ثقافية	المحور الثاني
٣	متوسط	٥.٧٤٧	١٦.٨١٣	تحمل انتقاد الآخرين	المحور الثالث
٢	عالي	٣.٨٧٧	٢٢.٣٥٩	الانفتاح الشخصي	المحور الرابع
	متوسط	١١.٢٦١	٨٠.٥٢٦		المجموع الكلي للمقياس

يتضح من الجدول (١١) أن ترتيب المحاور بالنسبة لدرجة التحقق كانت كالتالي أحتل المحور الأول والتمثل في الثقة في استشاري علم النفس الرياضي الترتيب "الأول" بمستوى تحقق "عالي" بمتوسط حسابي "٢٧.٩٢٧"، في حين جاء المحور الرابع والخاص بـ "الانفتاح الشخصي" في الترتيب الثاني بمستوى تحقق "عالي" أيضاً بمتوسط حسابي "٢٢.٣٥٩"، بينما احتل المحور الثالث والخاص بـ "تحمل انتقاد الآخرين" الترتيب الثالث بمستوى تحقق "متوسط" بمتوسط حسابي "١٦.٨١٣"، وحل أخيراً المحور الثاني والخاص بـ "تفضيلات ثقافية" في الترتيب الرابع والأخير بمستوى تحقق "ضعيف" بمتوسط حسابي "١٣.٤٢٧" وكانت درجة تحقق المقياس ككل متوسطة بمتوسط حسابي "٨٠.٥٢٦".

ومن هذه النتائج يتضح أن علم النفس الرياضي بدء في جذب اهتمام الرياضيين والفرق الرياضية بالمملكة، كيف لا وقد وصل الرياضي إلى مستوى من الوعي، خصوصاً في عصر العولمة، ليدرك أهمية الدعم النفسي من أجل تحقيق أفضل مستوى ممكن أو على الأقل الحفاظ على المستويات العالية لأطول فترة ممكنة. فاللاعب خلال مشوار حياته الرياضية بداية من مستوى الناشئين وحتى تحقيق البطولات على المستوى المحلي والعربي والوصول إلى المنافسات العالمية والأولمبية يحتاج إلى التوجيه والإرشاد النفسي. فمشوار البطولة ليس سهلاً على الإطلاق فكثيراً ما تعترضه الصعوبات والعقبات التي تحتاج إلى من يساعد ويدعم وذلك ما يقوم به علم النفس الرياضي.

ومن المعلوم أن نجاح المتخصص في علم النفس الرياضي مع الرياضيين الذين يعمل معهم يعتمد بشكل كبير على كم المعلومات المتبادلة وكم الأفكار التي يشاركها الرياضي لكي

يعبر عن كل ما يشعر به من أحاسيس سواء كان مخاوف أو قلق أو عدم ثقة أو عدم قدرة على التركيز والتي يشارك بها المتخصص في علم النفس الرياضي كي يساعده على التغلب على تلك لمشاعر أو الحالات بأفضل الطرق الممكنة. وحتى يتمكن الرياضي من الإفصاح عن كل تلك المشاعر أو الحالات أو الأحاسيس فإنه في حاجة إلى الثقة بمن سيشاركة بتلك المعلومات أو المشاعر. من هنا كان عامل الثقة من أهم العوامل التي يجب أن تكون حاضرة لكي تتجح عملية الاستشارة ومساعدة الرياضي لتحقيق ما يصبو إليه من الجانب النفسي والذهني، ومن ثم يكون حاضراً لتقديم الأداء الأفضل.

وكون أن "الثقة" جاءت في مقدمة المحاور لدى استجابة الرياضيين في هذا البحث، فذلك يتفق مع دراسة Zakrajsek وآخرون (٢٠١١)، والتي أظهرت أن "الثقة" في استشاري علم النفس الرياضي كانت عاملاً مهماً من أجل إمكانية التعامل معهم. أيضاً كان محور "الانفتاح الشخصي" عالي بالنسبة لاستجابة عينة البحث، وذلك ما يتفق مع دراسة (Klockner & Hicks, 2008)، وكذلك دراسة (Ong & Harwood, 2018)، والتي أوضحت مدى تأثير الانفتاح الشخصي على النظرة تجاه علم النفس الرياضي، حيث أن الأفراد الذين أظهروا مستويات عالية من الانفتاح الشخصي والانبساط، وهو عكس الانطواء، أظهروا مواقف أكثر إيجابية تجاه الدعم النفسي، وتلك النتائج تؤكد على أن هناك اتفاق من عينة البحث على قبول فكرة المتخصص في علم النفس الرياضي بشكل عام.

**التساؤل الثاني: ما دلالة الفروق بين عينة البحث وفقاً لمتغير الفئة السنية (كبار - ناشئين) في إتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي؟**

للإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام اختبار (ت) وذلك للمقارنة بين متوسطات استجابات عينة البحث حول إتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي وفقاً لمتغير الفئة السنية (كبار - شباب وناشئين) وكانت النتائج كما هو موضح بجدول (١٢):

## جدول (١٢)

دلالة الفروق بين عينة البحث وفقاً لمتغير الفئة السنوية (كبار - شباب وناشئين) في أبعاد المقياس (ن = ١٩٢)

رقم المحور	المحور	المجموعات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
المحور الأول	الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢٨.٠٦٤	٥.١٥٨	٠.٥١٣	٠.٦٠٩
		شباب وناشئين	٦٦	٢٧.٦٦٧	٤.٩٧١		
المحور الثاني	تفضيلات ثقافية	محترفون وكبار	١٢٦	١٣.٤٥٢	٣.٠٤٠	٠.١٦٦	٠.٨٦٩
		شباب وناشئين	٦٦	١٣.٣٧٩	٢.٦٨٨		
المحور الثالث	تحمل انتقاد الآخرين	محترفون وكبار	١٢٦	١٧.٣٤١	٦.٢١٣	١.٧٧١	٠.٠٧٨
		شباب وناشئين	٦٦	١٥.٨٠٣	٤.٦٠٨		
المحور الرابع	الانفتاح الشخصي	محترفون وكبار	١٢٦	٢٢.٣١٨	٣.٧٧٤	٠.٢٠٦	٠.٨٣٧
		شباب وناشئين	٦٦	٢٢.٤٣٩	٤.٠٩١		
المجموع الكلي للمقياس		محترفون وكبار	١٢٦	٨١.١٧٥	١١.٥٧٠	١.١٠٣	٠.٢٧١
		شباب وناشئين	٦٦	٧٩.٢٨٨	١٠.٦٢٠		

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩٠ = ١.٩٦

يتضح من الجدول (١٢) عدم وجود فروق دالة إحصائية في جميع محاور المقياس والمجموع الكلي للمقياس حيث أن جميع قيم "ت" المحسوبة تراوحت ما بين (٠.٢٠٦-) الى (١.٧٧١) وجميعها قيم أقل من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على اتفاق عيني الدراسة وفقاً لمتغير الفئة السنوية (كبار - ناشئين) في النتائج الخاصة بالمقياس. تلك النتيجة توضح أن النظرة تجاه الاختصاصي في علم النفس الرياضي لا تختلف كثيراً بين الكبار من ذوي الخبرة من الرياضيين وبين الفئات السنوية الأقل في عالم الرياضة والمنافسات. حيث تقاربت الآراء في جميع المحاور الأربعة والمتمثلة في الثقة في استشاري علم النفس الرياضي، تفضيلات ثقافية، تحمل انتقاد الآخرين، والانفتاح الشخصي. ونطرح النتائج بشكل أكثر تفصيلاً من خلال الجدول (١٣).

## جدول (١٣)

دلالة الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير الفئة السنية (كبار - شباب وناشئين) في عبارات  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم العبارة	العبارة	الفئة السنية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة																																																																																
١	يمكن لاستشاري علم النفس الرياضي مساعدة الرياضيين على تحسين صلابتهم العقلية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.٤٠٥	٠.٧٩٢	٠.٨١٥	٠.٤١٦																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٠٣	٠.٨٧٧			٢	أحترم آراء الناس الذين ينتمون إلى ثقافتي وبيئتي الخاصة أكثر من غيرهم من الثقافات أخرى	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٤٦٠	١.٢٩٤	-٠.٣٧٣	٠.٧١٠	شباب وناشئين	٦٦	٣.٥٣٠	١.١١٢	٣	إذا طلب رياضي نصيحتي حول المشاعر الشخصية للإخفاق المتعلق بالرياضة، ربما أوصي بالاستعانة بمستشار في علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٧٠	٠.١٠٨	٠.٩١٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٨٦١	١.٠١٢	٤	لم أكن لأذهب إلى مستشار علم النفس الرياضي خوفاً من مضايقة زملائي لي.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٦٢	١.٢٩٣	٠.٩٥٥	٠.٣٤١	شباب وناشئين	٦٦	٢.٥٧٦	١.٢٦٦	٥	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٩٢	١.٢٣٠	٠.٤٤٩	٠.٦٥٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٠٩	١.١٨٦	٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمي له.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٧٠	١.٢٩٧	٠.٢٢١	٠.٨٢٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٧٢٧	١.٢٠٩	٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩	٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧
٢	أحترم آراء الناس الذين ينتمون إلى ثقافتي وبيئتي الخاصة أكثر من غيرهم من الثقافات أخرى	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٤٦٠	١.٢٩٤	-٠.٣٧٣	٠.٧١٠																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٥٣٠	١.١١٢			٣	إذا طلب رياضي نصيحتي حول المشاعر الشخصية للإخفاق المتعلق بالرياضة، ربما أوصي بالاستعانة بمستشار في علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٧٠	٠.١٠٨	٠.٩١٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٨٦١	١.٠١٢	٤	لم أكن لأذهب إلى مستشار علم النفس الرياضي خوفاً من مضايقة زملائي لي.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٦٢	١.٢٩٣	٠.٩٥٥	٠.٣٤١	شباب وناشئين	٦٦	٢.٥٧٦	١.٢٦٦	٥	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٩٢	١.٢٣٠	٠.٤٤٩	٠.٦٥٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٠٩	١.١٨٦	٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمي له.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٧٠	١.٢٩٧	٠.٢٢١	٠.٨٢٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٧٢٧	١.٢٠٩	٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩	٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣								
٣	إذا طلب رياضي نصيحتي حول المشاعر الشخصية للإخفاق المتعلق بالرياضة، ربما أوصي بالاستعانة بمستشار في علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٧٠	٠.١٠٨	٠.٩١٤																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٨٦١	١.٠١٢			٤	لم أكن لأذهب إلى مستشار علم النفس الرياضي خوفاً من مضايقة زملائي لي.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٦٢	١.٢٩٣	٠.٩٥٥	٠.٣٤١	شباب وناشئين	٦٦	٢.٥٧٦	١.٢٦٦	٥	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٩٢	١.٢٣٠	٠.٤٤٩	٠.٦٥٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٠٩	١.١٨٦	٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمي له.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٧٠	١.٢٩٧	٠.٢٢١	٠.٨٢٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٧٢٧	١.٢٠٩	٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩	٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣																				
٤	لم أكن لأذهب إلى مستشار علم النفس الرياضي خوفاً من مضايقة زملائي لي.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٦٢	١.٢٩٣	٠.٩٥٥	٠.٣٤١																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٢.٥٧٦	١.٢٦٦			٥	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٩٢	١.٢٣٠	٠.٤٤٩	٠.٦٥٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٠٩	١.١٨٦	٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمي له.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٧٠	١.٢٩٧	٠.٢٢١	٠.٨٢٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٧٢٧	١.٢٠٩	٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩	٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣																																
٥	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٩٢	١.٢٣٠	٠.٤٤٩	٠.٦٥٤																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٠٩	١.١٨٦			٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمي له.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٧٠	١.٢٩٧	٠.٢٢١	٠.٨٢٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٧٢٧	١.٢٠٩	٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩	٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣																																												
٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمي له.	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٧٧٠	١.٢٩٧	٠.٢٢١	٠.٨٢٥																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٢.٧٢٧	١.٢٠٩			٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩	٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣																																																								
٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٧٥	١.٠٢٠	-١.٢٥٣	٠.٢١٢																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٤.٣٦٤	٠.٩٣٩			٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧	شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣																																																																				
٨	لمساعدتي على فهم أفضل نفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٨٤	١.٠٢٠	٠.٢٩٦	٠.٧٦٧																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	٠.٩٤٣																																																																																		

تابع جدول (١٣)  
دلالة الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير الفئة السنوية (كبار - شباب وناشئين) في عبارات  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم العبارة	العبارة	الفئة السنوية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
٩	سأشعر بعدم الارتياح عند الذهاب إلى مستشار علم النفس الرياضي لأن بعض الناس لن يوافقوا	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٥٥٦	١.١٧٧	*١.٩٨٧	٠.٠٤٨
		شباب وناشئين	٦٦	٢.٢٢٧	٠.٨٩١		
١٠	هناك شيء مقدر في موقف الرياضيين الذين هم على استعداد للتعامل مع صراعاتهم ومخاوفهم دون اللجوء إلى المساعدة المتخصصة	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٤٦	٠.٩٣٥	٠.٩٤٧	٠.٣٤٥
		شباب وناشئين	٦٦	٣.١٠٦	١.٠٣٩		
١١	هناك اختلافات كبيرة بين الناس من خلفيات عرقية مختلفة	محترفون وكبار	١٢٦	٤.٠١٦	٠.٩٨٨	١.٩٠٤	٠.٠٥٨
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٧٢٧	١.٠١٦		
١٢	سيشعر الرياضي الذي يعاني من مشاكل عاطفية أثناء الأداء الرياضي بالأمان أكثر إذا ما تلقى المساعدة من استشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨٩	١.٠٣٧	٠.٨٠٢	٠.٤٢٤
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٧٥٨	١.١٥١		
١٣	الاستعانة بمستشار علم النفس الرياضي تسبب لسمة الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	١.٨٨٩	١.١٦١	١.٠٩١	٠.٢٧٧
		شباب وناشئين	٦٦	١.٧١٢	٠.٨٥٥		
١٤	هناك تجارب في حياتي لن أناقشها مع أي شخص آخر	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٣٦٥	١.٢٦٩	-٠.٣٠٣	٠.٧٦٢
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٤٢٤	١.٣١٣		
١٥	إذا كنت قلق أو مستاء بشأن أدائي الرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٩٧	٠.٩٧٨	١.٤٣٣	٠.١٥٤
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٦٧	١.١٩٤		
١٦	المشاكل والصعوبات العاطفية يمكن أن تتلاشى مع مرور الوقت	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٩٥٢	٠.٩٦٢	٠.٠٨٥	٠.٩٣٣
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٩٣٩	١.٠٩٤		

تابع جدول (١٣)  
دلالة الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير الفئة السنوية (كبار - شباب وناشئين) في عبارات  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم العبارة	العبارة	الفئة السنوية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة																																																																																
١٧	تحت الضغوط، ربما يستطيع مستشار علم النفس الرياضي أن يساعدي على الأداء بشكل أفضل	محترفون وكبار	١٢٦	٤.١٢٧	٠.٩٥٥	٠.٣٥٦	٠.٧٢٢																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٤.٠٧٦	٠.٩٣٣			١٨	لا أريد أن يعرف أحد عن تلقبي المساعدة من مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٦٦٧	١.٢٠٧	١.٧٧٠	٠.٠٧٨	شباب وناشئين	٦٦	٢.٣٦٤	٠.٩٥٥	١٩	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد من مدربي أن يعرف عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٤٢٩	١.١٩٦	١.٣٣٦	٠.١٨٣	شباب وناشئين	٦٦	٢.١٩٧	١.٠٢٦	٢٠	مستشار علم النفس الرياضي يمكن أن يساعدي في صقل أدائي الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٦٣	-١.١٧٣	٠.٢٤٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٠٦١	٠.٨٩٢	٢١	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٨٨٩	١.٣١٠	١.١٨٢	٠.٢٣٩	شباب وناشئين	٦٦	٢.٦٦٧	١.٠٨٦	٢٢	سيفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.١٥١	١.٠٩٦	٠.٦٠٧	٠.٥٤٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٠٦٠	٠.٦٩٩	٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢	شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧	٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤
١٨	لا أريد أن يعرف أحد عن تلقبي المساعدة من مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٦٦٧	١.٢٠٧	١.٧٧٠	٠.٠٧٨																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٢.٣٦٤	٠.٩٥٥			١٩	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد من مدربي أن يعرف عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٤٢٩	١.١٩٦	١.٣٣٦	٠.١٨٣	شباب وناشئين	٦٦	٢.١٩٧	١.٠٢٦	٢٠	مستشار علم النفس الرياضي يمكن أن يساعدي في صقل أدائي الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٦٣	-١.١٧٣	٠.٢٤٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٠٦١	٠.٨٩٢	٢١	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٨٨٩	١.٣١٠	١.١٨٢	٠.٢٣٩	شباب وناشئين	٦٦	٢.٦٦٧	١.٠٨٦	٢٢	سيفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.١٥١	١.٠٩٦	٠.٦٠٧	٠.٥٤٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٠٦٠	٠.٦٩٩	٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢	شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧	٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩								
١٩	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد من مدربي أن يعرف عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٤٢٩	١.١٩٦	١.٣٣٦	٠.١٨٣																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٢.١٩٧	١.٠٢٦			٢٠	مستشار علم النفس الرياضي يمكن أن يساعدي في صقل أدائي الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٦٣	-١.١٧٣	٠.٢٤٢	شباب وناشئين	٦٦	٤.٠٦١	٠.٨٩٢	٢١	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٨٨٩	١.٣١٠	١.١٨٢	٠.٢٣٩	شباب وناشئين	٦٦	٢.٦٦٧	١.٠٨٦	٢٢	سيفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.١٥١	١.٠٩٦	٠.٦٠٧	٠.٥٤٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٠٦٠	٠.٦٩٩	٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢	شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧	٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩																				
٢٠	مستشار علم النفس الرياضي يمكن أن يساعدي في صقل أدائي الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٨٨١	١.٠٦٣	-١.١٧٣	٠.٢٤٢																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٤.٠٦١	٠.٨٩٢			٢١	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٨٨٩	١.٣١٠	١.١٨٢	٠.٢٣٩	شباب وناشئين	٦٦	٢.٦٦٧	١.٠٨٦	٢٢	سيفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.١٥١	١.٠٩٦	٠.٦٠٧	٠.٥٤٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٠٦٠	٠.٦٩٩	٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢	شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧	٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩																																
٢١	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	محترفون وكبار	١٢٦	٢.٨٨٩	١.٣١٠	١.١٨٢	٠.٢٣٩																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٢.٦٦٧	١.٠٨٦			٢٢	سيفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.١٥١	١.٠٩٦	٠.٦٠٧	٠.٥٤٥	شباب وناشئين	٦٦	٢.٠٦٠	٠.٦٩٩	٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢	شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧	٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩																																												
٢٢	سيفل المدرب من شأني إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	محترفون وكبار	١٢٦	٢.١٥١	١.٠٩٦	٠.٦٠٧	٠.٥٤٥																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٢.٠٦٠	٠.٦٩٩			٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢	شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧	٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩																																																								
٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٥٨٧	١.٠٦٨	-٠.٦٨٩	٠.٤٩٢																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٦٩٧	١.٠٠٧			٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤	شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩																																																																				
٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلي	محترفون وكبار	١٢٦	٣.٢٠٦	١.٢٢٢	-١.٠٣١	٠.٣٠٤																																																																																
		شباب وناشئين	٦٦	٣.٣٩٣	١.١٤٩																																																																																		

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩٠ = ١.٩٦

يتضح من الجدول (١٣) عدم وجود فروق دالة إحصائية في النتائج تبعاً للفئة العمرية والمستوى الرياضي، مما يشير إلى اتفاق عينة البحث، بغض النظر عن العمر والمستوى، على أهمية علم النفس الرياضي وأهمية الجانب النفسي. وهذه النتائج تتفق إلى حد ما مع دراسة Anderson وآخرون (٢٠٠٤)، والتي تم تطبيقها على رياضيين في نيوزلندا، حيث كشفت الدراسة وجود اتجاه إيجابي نحو الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي خصوصاً لدى اللاعبين من ذوي الخبرة. وذلك يعتبر طبيعياً حيث أن اللاعب كلما تمرن أكثر في الميدان وخاض تجارباً تنافسية أكثر كلما واجه الصعوبات على اختلافها بما في ذلك الصعوبات ذات العلاقة بالجانب النفسي، وبالتالي يتعلم من واقع خبرته إلى أهمية الدعم النفسي والذي يتمثل في علم النفس الرياضي.

أما في هذا البحث وحيث اتفق الرياضيون الكبار والمتمرسون وذوي الخبرة مع الرياضيين الأصغر سناً والأقل خبرة في تقارب الآراء حول علم النفس الرياضي وأهمية الدعم النفسي، فربما يعود ذلك إلى أن مستوى الثقافة والوعي قد ارتفع لدى المجتمع الرياضي عموماً وزاد الإدراك من خلال الاطلاع والمتابعة بكل الوسائل المتقدمة حالياً بأهمية الدعم النفسي جنباً إلى جنب مع الأعداد الفني والمهاري. وبالتالي أصبح اللاعب يعلم أن هناك جانب له تأثير جيد على رفع وتطوير مستواه وهو الجانب النفسي. فلا شك أن وسائل التواصل الاجتماعي والتكنولوجيا الرقمية وتنوع مصادر المعرفة أصبح لها دور كبير في رفع مستوى الوعي لدى الصغار والكبار على حد سواء، وبالتالي أصبح الفكر والنظرة متقاربة نوعاً ما فيما يتعلق بدور المتخصص في علم النفس الرياضي في هذا المجال.

**التساؤل الثالث: ما دلالة الفروق بين عينة البحث وفقاً لمتغير طبيعة النشاط (جماعي- فردي) في اتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي؟**

للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام اختبار "ت" وذلك للمقارنة بين متوسطات استجابات عينة الدراسة حول اتجاهاتهم نحو علم النفس الرياضي وفقاً لمتغير طبيعة النشاط (جماعي- فردي)، وكانت النتائج كما هو موضح بجدول (١٤):



جدول (١٤)  
دلالة الفروق بين عينة البحث وفقاً لمتغير طبيعة النشاط (جماعي - فردي) في أبعاد  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم المحور	المحور	طبيعة النشاط	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	الدلالة
المحور الأول	الثقة في استشاري علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٢٧.٨١٧	٥.١٩١	-٠.٤٣٩	٠.٦٦١
		فردى	٦١	٢٨.١٦٤	٤.٨٨٢		
المحور الثاني	تفضيلات ثقافية	جماعي	١٣١	١٣.٥٧٣	٢.٨٨٨	١.٠١٣	٠.٣١٣
		فردى	٦١	١٣.١١٥	٢.٩٧٨		
المحور الثالث	تحمل انتقاد الآخرين	جماعي	١٣١	١٦.٩١٦	٦.٠٦١	٠.٣٦٥	٠.٧١٦
		فردى	٦١	١٦.٥٩٠	٥.٠٤٨		
المحور الرابع	الانفتاح الشخصي	جماعي	١٣١	٢٢.٦٨٧	٤.٠٠٨	١.٧٢٥	٠.٠٨٦
		فردى	٦١	٢١.٦٥٦	٣.٥٠٧		
المجموع الكلي للمقياس		جماعي	١٣١	٨٠.٩٩٢	١١.٧٩١	٠.٨٤٠	٠.٤٠٢
		فردى	٦١	٧٩.٥٢٥	١٠.٠٤٦		

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩٠ = ١.٩٦

يتضح من الجدول (١٤) عدم جود فروق دالة إحصائية في جميع الأبعاد والمجموع الكلي للمقياس حيث أن جميع قيم "ت" المحسوبة تراوحت ما بين (-٠.٤٣٩) الى (١.٧٢٥) وجميعها قيم أقل من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يدل على اتفاق عينتي الدراسة وفق طبيعة النشاط (جماعي - فردي).

ويتكرر تقارب الآراء والأفكار بين الرياضيين عموماً بغض النظر عن نوع النشاط الرياضي الذي يمارسونه وبالتالي جاءت النتائج لتؤكد أنه لا يختلف رأي الرياضي الذي يشارك في لعبة جماعية عن أقرانه الذين يمارسون أنواع أخرى من الألعاب الفردية. وسناقش ذلك أكثر من خلال استجابات عينة البحث في الجدول التالي رقم (١٥).

#### جدول (١٥)

دلالة الفروق بين عينة البحث وفقاً لمتغير طبيعة النشاط (جماعي - فردي) في عبارات  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم العبارة	العبارة	طبيعة النشاط	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
١	يمكن لاستشاري علم النفس الرياضي مساعدة الرياضيين على تحسين صلابتهم العقلية	جماعي	١٣١	٤.٣٩٧	٠.٨٤٧	٠.٦٧١	٠.٥٠٣
		فردى	٦١	٤.٣١١	٠.٨٦٥		
٢	أحترم آراء الناس الذين ينتمون إلى ثقافتي وبيئتي الخاصة أكثر من غيرهم من الثقافات أخرى	جماعي	١٣١	٣.٥٨٠	١.٢٣٤	١.٥٨٥	٠.١١٥
		فردى	٦١	٣.٢٧٩	١.٢١٣		

تابع جدول (١٥)  
دلالة الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير طبيعة النشاط (جماعي - فردي) في عبارات  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم العبارة	العبارة	طبيعة النشاط	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
٣	إذا طلب رياضي نصيحتي حول المشاعر الشخصية للإخفاق المتعلق بالرياضة، ربما أوصي بالاستعانة بمستشار في علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٣.٨٢٤	١.٠٥٦	-٠.٩٧٧	٠.٣٣٠
		فردى	٦١	٣.٩٨٣	١.٠٤١		
٤	لم أكن لأذهب إلى مستشار علم النفس الرياضي خوفا من مضايقة زملائي لى.	جماعي	١٣١	٢.٨٣٢	١.٣٤٣	*٢.١٤٣	٠.٠٣٣
		فردى	٦١	٢.٤١٠	١.١٠١		
٥	هناك بعض المشاكل، والتي لا ينبغي مناقشتها خارج إطار الأسرة والأهل.	جماعي	١٣١	٤.١٣٠	١.١٦٦	*٢.٨٣٥	٠.٠٠٥
		فردى	٦١	٣.٦٠٧	١.٢٤٢		
٦	الرياضيون الذين أرتبط بهم أكثر من غيرهم هم مثلي من نفس السلالة والعرق الذي أنتمى له.	جماعي	١٣١	٢.٧٧١	١.٣١٦	٠.٢٥٣	٠.٨٠١
		فردى	٦١	٢.٧٢١	١.١٥٧		
٧	فكرة جيدة بأن يركز الشخص في عمله لتجنب القلق والمخاوف الشخصية	جماعي	١٣١	٤.٣٠٥	٠.٩٤٤	١.٣٤٥	٠.١٨٠
		فردى	٦١	٤.٠٩٨	١.٠٩١		
٨	لمساعدتي على فهم أفضل لنفسي كرياضي، أود الاستعانة باستشارى علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٣.٩٧٠	١.٠٠٠	٠.٠١٥	٠.٩٨٨
		فردى	٦١	٣.٩٧٢	٠.٩٨٣		
٩	سأشعر بعدم الارتياح عند الذهاب إلى مستشار علم النفس الرياضي لأن بعض الناس لن يوافقوا	جماعي	١٣١	٢.٤٢٨	١.١٢٣	-٠.٢٨١	٠.٧٧٩
		فردى	٦١	٢.٤٧٥	١.٠٤٣		
١٠	هناك شيء مقدر في موقف الرياضيين الذين هم على استعداد للتعامل مع صراعاتهم ومخاوفهم دون اللجوء إلى المساعدة المتخصصة	جماعي	١٣١	٣.٢١٤	٠.٩٩٢	٠.٣٣٠	٠.٧٤٢
		فردى	٦١	٣.١٦٤	٠.٩٣٤		
١١	هناك اختلافات كبيرة بين الناس من خلفيات عرقية مختلفة	جماعي	١٣١	٣.٩٢٤	١.٠٦٤	٠.١٤١	٠.٨٨٨
		فردى	٦١	٣.٩٠٢	٠.٨٧٠		
١٢	سيسهر الرياضي الذي يعاني من مشاكل عاطفية أثناء الأداء الرياضي بالأمان أكثر إذا ما تلقى المساعدة من استشارى علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٣.٨٤٧	١.٠٩٩	٠.٠٦٧	٠.٩٤٦
		فردى	٦١	٣.٨٣٦	١.٠٣٦		

تابع جدول (١٥)  
دلالة الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير طبيعة النشاط (جماعي - فردي) في عبارات  
المقياس (ن = ١٩٢)

رقم العبارة	العبارة	طبيعة النشاط	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
١٣	الاستعانة بمستشار علم النفس الرياضي تسيء لسمعة الرياضي	جماعي	١٣١	١.٨٦٣	١.١٥٥	٠.٦٥٥	٠.٥١٣
		فردى	٦١	١.٧٥٤	٠.٨٥٠		
١٤	هناك تجارب في حياتي لن أناقشها مع أي شخص آخر	جماعي	١٣١	٣.٤٣٥	١.٢٤٧	٠.٧٨٧	٠.٤٣٢
		فردى	٦١	٣.٢٧٩	١.٣٥٦		
١٥	إذا كنت قلق أو مستاء بشأن أدائي الرياضي، أود الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٣.٧٦٣	١.٠٥١	-١.٠٤١	٠.٢٩٩
		فردى	٦١	٣.٩٣٤	١.٠٧٨		
١٦	المشاكل والصعوبات العاطفية يمكن أن تتلاشى مع مرور الوقت	جماعي	١٣١	٣.٩٣٩	١.٠٢١	-٠.١٨١	٠.٨٥٧
		فردى	٦١	٣.٩٦٧	٠.٩٨٣		
١٧	تحت الضغوط، ربما يستطيع مستشار علم النفس الرياضي أن يساعدني على الأداء بشكل أفضل	جماعي	١٣١	٤.١٠٧	٠.٩٩٤	-٠.٠٥٤	٠.٩٥٧
		فردى	٦١	٤.١١٥	٠.٨٣٩		
١٨	لا أريد أن يعرف أحد عن تلقي المساعدة من مستشار علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٢.٥٧٣	١.١٥٧	٠.١٧٩	٠.٨٥٨
		فردى	٦١	٢.٥٤١	١.٠٨٩		
١٩	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد مدربي أن يعرف عن ذلك	جماعي	١٣١	٢.٣٨٢	١.٢١٨	٠.٥٨٠	٠.٥٦٢
		فردى	٦١	٢.٢٧٩	٠.٩٦٨		
٢٠	مستشار علم النفس الرياضي يمكن أن يساعدني في صقل أدائي الرياضي	جماعي	١٣١	٣.٩٠٨	١.٠٥٦	-٠.٦٩٠	٠.٤٩١
		فردى	٦١	٤.٠١٦	٠.٩٠٤		
٢١	إذا ذهبت إلى استشاري علم النفس الرياضي، لا أريد أن يعرف الرياضيون الآخرون عن ذلك	جماعي	١٣١	٢.٧٨٦	١.٢٤٧	-٠.٤٢٩	٠.٦٦٨
		فردى	٦١	٢.٨٦٩	١.٢٣١		
٢٢	سيقلل المدرب من شأنى إذا ما ذهبت إلى مستشار علم النفس الرياضي	جماعي	١٣١	٢.٠٥٣	٠.٩٨٧	-١.٣٨٣	٠.١٦٨
		فردى	٦١	٢.٢٦٣	٠.٩٤٧		
٢٣	يمكن للرياضيين ذوي الشخصية القوية التغلب على الصراعات العقلية بأنفسهم	جماعي	١٣١	٣.٦٦٤	١.٠٨٦	-٠.٧٥٩	٠.٤٤٩
		فردى	٦١	٣.٥٤١	٠.٩٥٩		
٢٤	سأشعر براحة أكثر مع استشاري علم النفس الرياضي إذا كان هو/ هي نفس العرق أو الثقافة أو السلالة مثلى	جماعي	١٣١	٣.٢٩٨	١.٢٣٢	٠.٤٥٥	٠.٦٥٠
		فردى	٦١	٣.٢٣١	١.١٢٧		

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ١٩٠ = ١.٩٦

يتضح من الجدول (١٥) عدم وجود فروق دالة إحصائية في معظم العبارات، أي أن نوع النشاط أو اللعبة سواء كانت جماعية أو فردية لم يكن تأثيرها واضحاً على استجابة الرياضيين في هذا البحث وإنما كان هناك اتفاق على أهمية علم النفس الرياضي. وهذه النتائج أيضاً تتفق مع دراسة Anderson وآخرون (٢٠٠٤)، والتي تم تطبيقها على عينة من الرياضيين من الجنسين رياضيين في نيوزلاندا لمعرفة اتجاهاتهم نحو استشاري علم النفس الرياضي، ومن ثم أظهر البحث بشكل عام وجود اتجاه إيجابي نحو الاستعانة باستشاري علم النفس الرياضي.

ويرى الباحث أن هناك بعض الفروق بين الألعاب الجماعية والفردية من أهمها أن الرياضي في الألعاب الفردية قد يتحمل نتيجة أداءه بنسبة قد تصل إلى ١٠٠%، بينما في الألعاب الجماعية حيث تتوزع المهام والتكليفات داخل الملعب وبالتالي تتوزع المسؤولية على الفريق ككل وليس على لاعب واحد فقط، فالفوز يعني الفوز للجميع والهزيمة كذلك. غير أنه في جميع الأحوال حتى في اللعبة الجماعية يظل اللاعب مسؤولاً عن أدائه ويجتهد كثيراً ليكون عنصراً مكملاً للفريق لتحقيق الإنجاز، بينما اللاعب في اللعبة الفردية يعلم أنه المسؤول الوحيد عن أدائه أو مستواه، وتقع المسؤولية على عاتقه بشكل كبير، فالفوز يعني فوزه وحده والخسارة كذلك. وبالتالي كلا اللاعبين يشعران بمستوى الحمل والمسؤولية التي تقع على عاتقيهما. من ذلك المنطلق ربما ظهرت النتائج في هذه الدراسة بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين اللاعبين سواء في الألعاب جماعية أو الفردية، وبذلك يكون الباحث قد أجاب على تساؤلات الدراسة والتي في مجملها أشارت إلى وجود اتجاه إيجابي نحو علم النفس الرياضي من قبل الرياضيين بالمملكة العربية السعودية. وهذا بحد ذاته مؤشر جيد يتيح الفرصة للمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي للمساهمة في تطوير وتحسين المستويات الرياضية بالمملكة ورفعها إلى أعلى مستوى ممكن.

ختاماً، يعد علم النفس الرياضي من العلوم الهامة لعمليتي التدريب الرياضي والمنافسات الرياضية، حيث يهتم ببحث المواضيع النفسية المرتبطة بالنشاط الرياضي في مختلف مجالاته ومستوياته، كما يبحث في الخصائص والسمات النفسية للشخصية التي تشكل الأساس الذاتي للنشاط الرياضي، بهدف تطوير هذا النوع من النشاط البشري ومحاولة إيجاد

الحلول العلمية لمختلف مشاكله التطبيقية. والإعداد النفسي هام وضروري جداً بالنسبة لجميع اللاعبين على اختلاف مستوياتهم والرياضات التي يمارسونها حيث يعمل على منع عمليات الاستثارة أو الكف الزائدة أو المنخفضة التي تؤثر سلباً على مستوى الإنجاز الرياضي، وتساعد على التكيف مع مواقف وظروف المنافسة الرياضية وما يرتبط بها من أعباء نفسية مما يؤدي إلى التغلب على العوامل التي تؤدي إلى انخفاض مستوى الانجاز الرياضي مثل الإحساس بالخوف والتوتر والقلق النفسي وعدم الثقة بالنفس. ومن هنا كان من الضرورة تواجد المتخصص في علم النفس الرياضي في عملية التدريب والمنافسات الرياضية للأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، وأن يعمم ذلك على كافة الاتحادات والأندية الرياضية بكل الفرق الرياضية ومستوياتها المختلفة.

ومن خلال نتائج هذا البحث والذي أظهر جانب إيجابي تجاه المتخصص في علم النفس الرياضي من قبل الرياضيين، مما يعني قابليتهم واستعدادهم للتعامل مع شخص لديه الامكانية والخبرة والكفاءة والمؤهلات التي تساعدهم لتحقيق أمنياتهم وآمالهم من خلال دعمهم لرفع مستوى الأداء أو المحافظة على تقديم أفضل أداء ممكن لأطول فترة ممكنة. وبالتالي قد يتبادر إلى الأذهان التساؤل حول ما إذا أخذ المسؤولين في الأندية الرياضية التنافسية ذلك في الاعتبار وبدأوا في إدراج المتخصص في علم النفس الرياضي ضمن فريق العمل الرياضي من أجل تحقيق أفضل المكاسب وأرفع المستويات الرياضية.

#### الاستنتاجات

١- أوضحت نتائج البحث أن مقياس نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي Sport Psychology Attitude Revised (SPA-R)، والذي تم بناءه ثم تنقيحه من قبل Martin وآخرون (٢٠٠٢)، بنسخته العربية صالح ويمكن تطبيقه على المجتمع السعودي لمعرفة اتجاهات الرياضيين نحو علم النفس الرياضي.

٢- بالنسبة لنتائج (SPA-R) مقياس نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي، ووفقاً للمحاور الفرعية الأربعة التي تضمنها المقياس، فقد تقدم كلا من عامل "الثقة في استشاري علم النفس الرياضي" وعامل "الانفتاح الشخصي" على التوالي، فيما جاء "التسامح وتحمل انتقاد الآخرين"، أقل أهمية في نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي. ثم أخيراً جاء

عامل "التفضيلات الثقافية" في آخر القائمة، وهذا أمر ربما يعكس طبيعة المجتمع المسلم والذي تأثر بتعليم الدين الحنيف والذي لا يفرق بين الناس ويدعو إلى التعاون بين أفراد المجتمع وينبذ العصبية والتعصب. وبالتالي مسألة اختلاف الأعراق عند التعامل مع متخصص في علم النفس الرياضي لم تكن ذات تأثير على نظرة الرياضيين تجاه علم النفس الرياضي ومن ثم التعامل مع متخصص في علم النفس الرياضي.

٣- تشير نتائج هذا البحث إلى أن هناك نظرة إيجابية بشكل عام نحو علم النفس الرياضي وبالتالي إمكانية التعامل مع استشاري علم النفس الرياضي وذلك بهدف تلقي الدعم اللازم لإكمال العملية التدريبية والتهيئة المتكاملة لتقديم أفضل أداء رياضي ممكن. من جهة أخرى.

٤- نستنتج من البحث أن الثقة تلعب دوراً هاماً في التعاملات الإنسانية بشكل عام ولها تأثيرها بشكل خاص عندما يتعلق الأمر باستشاري في علم النفس الرياضي. وهذا قد يكون منطقي كون اللاعب قد أدرك أن العمل مع استشاري علم النفس الرياضي سيحتاج إلى قدر كبير من المعلومات والبيانات التي من خلالها يستطيع هذا المتخصص من معرفة وتشخيص مواطن القوة والضعف أو النواحي التي تساعد اللاعب على تجاوز العقبات والصعوبات النفسية. وبالتالي كان لا بد من توفر عامل الثقة في الشخصية التي تقوم بذلك الدور حتى يمكن أن يتم التعامل معه بشيء من الأريحية والوضوح بعيداً عن التحفظات.

٥- أوضحت النتائج أن آراء الرياضيين السعوديين الذين شاركوا بالبحث إجمالاً سواء كانوا كباراً من ذوي الخبرة أو من فئة الشباب والناشئين تقاربت استجاباتهم ونظرتهم تجاه علم النفس الرياضي. وكان هناك إدراكاً لأهمية الجانب النفسي في تطوير وتحسين الأداء الرياضي. ليس ذلك فقط، وإنما أيضاً تقاربت آراء اللاعبين حتى في نوع الأنشطة التي يمارسونها كرياضة جماعية أو فردية، فلم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين تلك الفئات، مما يشير إلى أن الجميع لديه اتجاهات إيجابية نحو علم النفس الرياضي بغض النظر عن نوع الرياضة.

## التوصيات:

في ضوء ما إنتهت إليه نتائج البحث الحالي من نتائج فيمكن تقديم عدداً من التوصيات وهي كالآتي:

- ١- إجراء دراسات أخرى باستخدام نفس المقياس لقياس نظرة الرياضيين نحو علم النفس الرياضي (SPA-R) على مجتمع أكبر من أجل تقنين المقياس واعتماده باللغة العربية والاستفادة منه على مستوى الوطن العربي.
- ٢- رفع مستوى الجهود لتوضيح أهمية الجانب النفسي في المجال الرياضي وذلك من خلال جميع الوسائل المتاحة سواء دورات، ورش عمل، ملتقيات أو ندوات وتستهدف الرياضيين بشكل خاص سواء لاعبين، مدربين أو إداريين أو حتى عامة الناس. وذلك لرفع مستوى الوعي حول أهمية هذا الجانب.
- ٣- تشجيع الفرق الرياضية والرياضيين على منح الفرصة والاستعانة بالمتخصصين في علم النفس الرياضي أو ما يسمى بالمدرّب الذهني في المجال الرياضي وذلك كتطبيق واختبار فعلي لمدى تأثير الدعم النفسي من قبل متخصصين على رفع مستوى الأداء الرياضي وتحقيق الأهداف. قد يأتي ذلك بدعم من الاتحادات الرياضية باعتبارها إدارة عليا تسعى لتطور الألعاب الرياضية على اختلافها لرفع مستوى الرياضة السعودية.
- ٤- فتح المجال بشكل أكبر لإعداد متخصصين في علم النفس الرياضي وتهيئتهم وتدريبهم وربما ابتعائهم من أجل دعم الأندية الرياضية والرياضيين في هذا المجال.
- ٥- إجراء مزيد من الدراسات والبحوث المتخصصة في هذا الجانب على مختلف المناطق والمؤسسات الرياضية بالمملكة.

## (( المراجع ))

### أولاً: المراجع العربية

- ١- حماد، مفتي إبراهيم (٢٠٠١): التدريب الرياضي الحديث. دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢- نيب، ميرفت، العلوان، بشير، والنادر، هيثم (٢٠١٧): اتجاهات اللاعبين الأردنيين نحو علم النفس الرياضي مجلة كلية التربية- جامعة عين شمس (١٤٥) العدد الواحد والأربعون (الجزء الثالث).

- ٣- الزاميلي، علي (٢٠٢٠): الاعداد النفسي في التدريب والمنافسة، دار الضياء للطباعة والنشر والتوزيع، القادسية، العراق
- ٤- الشافعي، أحمد محمد وعلي، أحمد البيومي وأمين، مصطفى محمد (٢٠١٥): اتجاهات لاعبي كرة القدم نحو الأخصائي النفسي الرياضي. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، كلية التربية الرياضية جامعة حلوان، القاهرة، العدد (٢٤).
- ٥- شمعون، محمد العربي وإسماعيل، ماجدة محمد (٢٠٠٢): التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- عبدالحكيم، عبد الحكيم رزق (٢٠٠٨): اتجاهات الرياضيين نحو الاستشارات النفسية من الأخصائي النفسي الرياضي بحث منشور، مجلة أسويط لعلوم وفنون التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية جامعة أسويط عدد (٢٧) ج ١، ص ص. ٤٠-١.
- ٧- علاوي، محمد حسن (٢٠٠٢): علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ٨- فوزي، أحمد أمين (٢٠٠٣): مبادئ علم النفس الرياضي"، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- ٩- فوزي، أحمد أمين وبدر الدين، طارق محمد (٢٠٠١): سيكولوجية الفريق الرياضي. القاهرة: دار الفكر العربي.
- ١٠- الكيلاني، أسامة محمد. (٢٠٠٧): بناء مقياس السمات الشخصية للمدرب الرياضي. رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

### ثانياً: المراجع الأجنبية

- 11- Anderson AG, Hodge KP, Lavalley D & Martin SB (2004). New Zealand athletes' attitudes towards seeking sport psychology consultation. The New Zealand Journal of Psychology, 33 (3), 129-136.



- 12- **Arnold, R. & Sarkar, M. (2015).** Preparing athletes and teams for the Olympic Games: Experiences and lessons learned from the world's best sport psychologists, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13:1, 4-20, DOI: 10.1080/1612197X.2014.932827
- 13- **Ballesteros, Jorge; Blom, Lindsey C; Capielo, Cristalis; Bolin, Jocelyn (2019).** Aegisdottir, Stefania. *Journal of Sport Behavior*, 42 (3), 253-276.
- 14- **Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007).** A Framework of Mental Toughness in the World's Best Performers, *The Sport Psychologist*, 21(2), 243-264. Retrieved Jun 14, 2021, from <http://journals.humankinetics.com/view/journals/tsp/21/2/article-p243.xml>
- 15- **Klockner, K.D. & Hicks, R. E. (2008).** My next client: Understanding the Big Five and positive personality dispositions of those seeking psychosocial support interventions. *International Coaching Psychology Review*, 3(2), 148–63.
- 16- **Martin SB, Kellmann M, Lavalley D, Page SJ. (2002).** Development and psychometric evaluation of the sport psychology attitudes—revised form: a multiple group investigation. *The Sport Psychologist*, 16(3) 272-290.
- 17- **Martin, S. B. (2005).** High school and college athletes' attitudes toward sport psychology consulting. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(2), 127-139.

- 18- **Martin, S. B., Lavallee, D., Kellmann, M., & Page, S. J. (2004).** Attitudes toward sport psychology consulting of adult athletes from the United States, United Kingdom, and Germany. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2(2), 146-160.
- 19- **Ong, N.C. & Harwood, C. (2018).** Attitudes toward sport psychology consulting in athletes: Understanding the role of culture and personality. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 7(1):46.
- 20- **Sheard, M. Golby, J. (2011).** Effect of a psychological skills training program on swimming performance and positive psychological development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 4 (2),149-169. Published online: 28 Feb 2011
- 21- **Statler, T. A. (2001).** The art of applied sport psychology: Perceptions of outstanding consultants (Unpublished doctoral dissertation). University of Utah, Utah.
- 22- **Tracy, S. J. (2010).** Qualitative quality: Eight “big-tent” criteria for excellent qualitative research. *Qualitative Inquiry*, 16, 837-851.
- 23- **Tsan, J.Y. & Day, S. X. (2007).** Personality and gender as predictors of online counseling use. *Journal of Technology in Human Services*, 25(3), 39–55.
- 24- **Vernacchia, R. A., & Henschen, K. P. (2008).** The challenge of consulting with track and field athletes at the Olympic

Games. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 6, 254-266.

- 25- Zakrajsek, R.A., Martin, S.B., & Zizzi, S.J. (2011). American High School Football Coaches' Attitudes toward Sport Psychology Consultation and Intentions to Use Sport Psychology Services. International Journal of Sports Science & Coaching, 6(3), 461-478. doi:10.1260/1747-9541.6.3.461