

السمات الشخصية وعلاقتها بإدارة الانفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

* * أ.د./ نشوي محمود نافع^(١)

* * أ.د./ إكرام السيد السيد^(٢)

* الباحثة/ هاله محمد الشافعي^(٣)

يعتبر علم النفس من العلوم التي حظيت باهتمام كبير من قبل العلماء والباحثين، نظراً لأنه من أكثر فروع المعرفة الإنسانية شيوعاً، بل ويعتبر الإنسان هو محور الإهتمام الذي تدور حوله الموضوعات والأنشطة التي تؤثر فيه ويتأثر بها سواء كانت عقلية أو بدنية، وقد أشار علماء النفس بضرورة التخطيط والتنظيم لعملية الإعداد النفسي، حيث أنها عملية تربوية.

والشخصية هي وحدة الحياة النفسية، ودراستها ويقصد بها الإهتمام بالصفات الخاصة بكل فرد والتي تجعل منه وحدة متميزة عن غيره من حيث العوامل المختلفة التي تتفاعل مع بعضها فأدت إلى الأسلوب الخاص من السلوك، وهو الطابع الذي لا يشترك فيه شخصان إشتراكاً كاملاً في جميع النواحي. (٢٦١:٧)

ونظراً لتعدد النفس البشرية وتشعب بواعث السلوك ودوافع تصرفات الإنسان فقد أصبحت دراسة علم النفس أمراً ضرورياً لكل إنسان وتتمثل في الحقائق النفسية له التي قد تقف أمام مشكلات معينة ولا بد من دراستها وإيجاد حل لها لفتح مجالات جديدة للاستزادة من هذا العلم ولزيادة القدرة الإنتاجية والقضاء على المشكلات النفسية المتعلقة بها.

وترى "سهير أحمد" (٢٠٠٣م) أن الشخصية محور الدراسات السلوكية، وعند بحث الشخصية، فلا توجد ولا يمكن ان توجد نظرية واحدة تفسر وقائعها في نظام متكامل ومتناسق. (٥:٤)

وفي الإتجاهات الحديثة في الدراسات السلوكية دراسة الشخصية إهتماماً بالغاً، حيث أصبحت مادة مستقلة بين مناهج الدراسات النفسية، حيث تشمل الدراسات الجوانب المختلفة للشخصية و كيفية نموها والعوامل المؤثرة فيها و كيفية قياسها و النظريات المختلفة التي وضعت لدراستها وتفسيرها.

ويرى "وائل الرفاعي إبراهيم" (٢٠٠٣م) أن الشخصية تعتبر من الموضوعات التي تمثل مكاناً هاماً في مجال علم النفس، وقد استمدت الشخصية الكثير من طبيعتها ولذلك فيعتبر سلوك الفرد هو نقطة البداية وربما يعتبر الفرد هو الحياة النفسية هو المؤثر وهو المجتمع. (١١:١١)

ويرى "محمد حسن علاوي" (١٩٩٤م) أن الشخصية هي خصائص الفرد الأكثر أهمية في تحديد توافقه الإجتماعي، حيث أن السمات الشخصية هي جوانب مميزة وفردية يتميز بها الفرد عن غيره من الأفراد الذين هم من مجتمعه وبيئته. (٣٤:٨)

ويرى "محمد عبدالهادي" (٢٠٠٩م) إن للإنفعالات دور مهماً في حياة الإنسان، فهي تؤثر في وظائفه الجسمية والنفسية، وتتأثر بها وتحكم على علاقتنا الإجتماعية بالناس، فإذا عجز الإنسان عن إدارة إنفعالاته بصورة بناءة؛ فمن الممكن أن يؤدي ذلك إلى عديد من الإضطرابات الجسمية والنفسية والعقلية، كما أن لها وظيفة مهمة في تفسير التواصل الإجتماعي بين الأفراد. (٤٥:٩)

(١) أستاذ علم النفس الرياضي بقسم العلوم التربوية والإجتماعية ووكيل الكلية للدراسات العليا والبحوث بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

(٢) أستاذ علم النفس الرياضي ورئيس قسم العلوم التربوية والإجتماعية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق.

(٣) أخصائي رياضي ثاني بمكتب أ.د./ رئيس الجامعة - جامعة الزقازيق.

ويرى كلاً من "محمد علاوى ونصر الدين رضوان" (١٩٨٧م) على أن الأفراد الذين يستطيعون إدارة الإنفعالات يكون لديهم درجة مرتفعة من سمة الثبات الانفعالى يتميزون بقدرة كبيرة من الاستقرار والهدوء والواقعية، حيث انهم لا يفعلون أو يستثارون بسهولة، ولديهم قدرة متميزة على عدم اظهار مشاعرهم أو اخفائها ومن ذلك فإن أداءهم عادة لا يتاثر بمشاعرهم وانفعالاتهم. (٨: ٢٨)

كما ذكر كلاً من "مايرز، وآخرون" (٢٠٠٣م) أن إدارة الإنفعالات بدأت بفكرة تحتوي على معلومات تتعلق بالعلاقات الداخلية للفرد والعلاقات الخارجية أي المتعلقة بالمشاعر الخارجية من حوله، فحينما تتغير علاقة الفرد مع الآخرين أو تجاه أمور معينة فإن الإنفعالات تجاه ذلك تتغير أيضاً. (١٣: ٥٦)

وترى "آمال عبد القادر ومحمد إبراهيم عسليه" (٢٠٠٩م) بأن الشخص الصحيح نفسياً والذي يمتلك إتزاناً إنفعالياً هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية، والتعبير عنها حسب طبيعة الموقف.

(٦٧:٢)

مشكلة البحث:

تمشياً مع تلك المتغيرات التي تواجه المجتمع الإنساني وإيماناً بأهمية تحديد المعايير الخاصة به، ومن خلال ما سبق عرضه من السمات الشخصية يتضح أن "شخصية الأخصائي الرياضي" هي نمط سلوكي مركب، ثابت إلى حد كبير يميز الفرد عن غيره من الأفراد، ويتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات والأجهزة المتفاعلة معاً، وهي التي تحدد خصائص هذه الشخصية ونقاط ضعفها وقوتها وقدرتها على التكيف، وتتصل هذه السمات النفسية في الشخصية إتصلاً تاماً ولا تؤثر في السلوك بصورة منفردة، وإذا ما تفككت هذه السمات اضطربت الشخصية.

ومن خلال عمل الباحثة بإدارة الجامعة وتعاملها مع العديد من الأنماط السلوكية المختلفة للسمات الشخصية والتي يمثل تطورها حاجة ملحة حيث انها تشكل نواه الشخصية القوية التي تحث الأخصائي الرياضي للوصول إلى درجة عالية من القدرة على التعامل مع مصادر الضغوط والإنفعالات.

" لاحظت " أن هناك العديد من الإخصائيين يقوموا بأداء عملهم بثبات وإجماعية وضبط والبعض الآخر يؤدي عمله بتقل شديد وتذمر.

وفي حدود علم "الباحثة" ومن خلال الإطلاع والمسح المرجعي للمراجع والأبحاث العلمية؛ لاحظت الباحثة قلة الأبحاث التي تناولت الربط بين المتغيرات الثلاثة " السمات الشخصية، وإدارة الإنفعالات" وعدم تتطرق مثل هذه الدراسة لذا؛ قامت الباحثة بهذه الدراسة التي إستهدفت أهميتها في التعرف على؛ "السمات الشخصية، وإدارة الإنفعالات" لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على:

١- العلاقة الإرتباطية بين أبعاد السمات الشخصية وأبعاد إدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

٢- التعرف على الفروق بين السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات وفقاً لعامل الخبرة لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

فروض البحث:

١- توجد علاقة إرتباطية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

٢- توجد فروق في السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات" وفقاً لعامل الخبرة" لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

مصطلحات البحث:

السمات الشخصية "Personal attributes":

إستعدادات ثابتة نسبياً للإستجابة للمواقف المحيطة بطرق سبق تحديدها سواء كانت مواقف حياتية أو مهنية أو تنافسية. (٨: ٢٢)

إدارة الإنفعالات "Emotion management":

"هى الطرق المعرفية الواعية التى يستخدمها الأخصائي الرياضي بهدف معالجة وضبط إنفعالاتها وردود أفعاله السلبية والتحكم فى الذات والقدرة على السيطرة على المشاعر ومراقبتها وتنظيمها بشكل كامل لتشجيع النمو الإنفعالي والعقلي".

الدراسات المرجعية:

- **غادة فيصل (٢٠١٧م) (٥):** قامت بدراسة بعنوان: إدارة الانفعالات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى مدرسات التربية الرياضية ومدرسات المواد الأخرى للمرحلة الثانوية وكانت الدراسة تهدف التعرف على العلاقة بين إدارة الإنفعالات وبعض المتغيرات لدى مدرسات التربية الرياضية ومدرسات المواد الأخرى للمرحلة الثانوية واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي. وكانت العينة (١٥٥) مدرسة تربية رياضية و(١٨٠) مدرسات مواد أخرى وكانت نتائجها لمدرسات ذو الأعمار الأكبر هم الأفضل في إدارة الإنفعالات وان مدرسة الرياضة الافضل نوعا من باقي الاختصاصات الأخرى في التوازن الانفعالي والحفاظ على طاقتهم الحيوية لفترة أطول وهو مرتبط بالنشاط الحيوي مع النشاط الحركي للمدرسة وينعكس ايجابيا في الحفاظ على الطاقة الأفضل لإدارة الإنفعال والسيطرة على الضغوط المصاحبة أثناء العملية التدريسية.

- **وليد سامي (٢٠١٥م) (١٢):** قام بدراسة بعنوان: سمات الشخصية لأخصائي الترويح الرياضي في ضوء مجالات سوق العمل وكانت تهدف إلي بناء قائمة سمات الشخصية لأخصائي الترويح الرياضي وإستخدم الباحث المنهج الوصفي وكان إختيار عينه البحث عشوائيه بإجمالي ٥٨٢ بواقع ٥٢٢ العينة الاساسيه ٦٠ للعينة الاستطلاعية.

وكانت أهم نتائجها: سمات الشخصية لأخصائي الترويح الرياضي تتمثل في سمه (الإجتماعيه -الثقة بالنفس -القيادية- تحمل المسؤولية -الإبداع الطموح)

- **MIN "مين" (٢٠١٣م) (١٤):** قام بدراسة بعنوان: الثقة بالنفس، الإكتئاب واستراتيجيات التنظيم الإنفعالي المعرفى لدى الطلبة المقيمين فى السكن الجامعى وكانت الدراسة تهدف الي: التعرف على العلاقة بين الثقة بالنفس، الإكتئاب واستراتيجيات التنظيم الإنفعالي المعرفى لدى الطلبة المقيمين فى السكن الجامعى واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت العينة (٤٦٦) طالباً وطالبة جامعة بواقع (٢٤٩) طالب و(٢١٧) طالبة .
وكانت من أهم نتائجها: أن الأطفال الذين لديهم مستويات منخفضة من تنظيم الإنفعال يعبرون عن مشكلات سلوكية أكثر حدة والعكس صحيح.

- **Basharat & Nia، بشارت، نيا (٢٠١٠م) (١٥):** قام بدراسة بعنوان: مقارنة السمات الشخصية للرياضيين في الرياضات الفردية والجماعية وكانت تهدف التعرف على المقارنة بين السمات الشخصية للرياضيين في الرياضات الفردية والجماعية. واستخدم فيها الباحثان المنهج الوصفي وكانت العينة (١٣٤) رياضياً(٩٢) من الفرق الرياضية الجماعية(٤٢) من الفرق الرياضية الفردية.

وكانت من أهم نتائجها: أن الخصائص الشخصية للرياضيين تختلف وفقاً لنوع الرياضة التي يمارسونها سواء كانت فردية أو جماعية.

إجراءات البحث:

أولاً: منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لمناسبته لطبيعة البحث.

ثانياً: مجتمع وعينة البحث:

يمثل مجتمع وعينة البحث الأخصائيين الرياضيين بجامعة الزقازيق، وقد تم اجتياز مجتمع البحث بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (٩١) أخصائي رياضي تم تقسيمهم إلى (٢٦) أخصائي رياضي عشوائياً كعينة عشوائية لحساب المعاملات العلمية (الصدق-الثبات) فأصبحت عينة البحث الأساسية (٦٥) أخصائي رياضي وجدول رقم (١) يوضح تصنيف مجتمع وعين البحث.

جدول (١)

تصنيف مجتمع عينة البحث

عينة البحث الأساسية		عينة البحث الاستطلاعية		عينة البحث الكلية		عينة البحث
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	
٧١,٥	٦٥	٢٨,٥	٢٦	١٠٠ %	٩١	

يتضح من جدول (١) تصنيف مجتمع وعينة البحث

ضبط متغيرات الدراسة :

قامت الباحثة بإيجاد إعتدالية المنحني التكراري لمجتمع وعينه البحث في (السمات الشخصية، مقياس

إدارة الإنفعالات) وجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث الكلية في مقاييس (السمات الشخصية - إدارة الإنفعالات)

لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق قيد البحث

ن = ٩١

م	المقاييس	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري ±	الوسيط	الإلتواء
١	العصبية	درجة	١٠,٦٣	٢,١٦	١١,٠٠	٠.٥١-
٢	العدوانية	درجة	٩,٠٩	١,٨٣	٩,٠٠	٠.١٥
٣	الاكتئابية	درجة	١٠,٨٨	١,٨٠	١١,٠٠	٠.٢١-
٤	القابلية للاستثارة	درجة	١٠,٧٥	١,٨٣	١١,٠٠	٠.٤٠-
٥	الاجتماعية	درجة	١١,٠٨	١,٦٩	١١,٠٠	٠.١٤
٦	الهدوء أو رباطة الجأش	درجة	١١,٤٨	١,٦١	١٢,٠٠	٠.٩٧-
٧	السيطرة	درجة	١٠,٢٠	١,٦٩	١٠,٠٠	٠.٣٦
٨	الضبط أو الكف	درجة	١٠,٣٢	١,٩٤	١٠,٠٠	٠.٥٠
	إجمالي مقياس السمات الشخصية (٥٦ عبارة)	درجة (١١٢)	٨٤.٤٣	٧,٧٤	٨٦,٠٠	٠,٦١-
١	الوعي الإنفعالي	درجة	٢١,٠٥	٢,٤٠	٢١,٠٠	٠.٠٦
٢	التنظيم المعرفي	درجة	٢٢,٤٩	٢,٥٩	٢٣,٠٠	٠.٥٩-
٣	التحكم والسيطرة	درجة	٢١,٣٤	٣,٤٤	٢٢,٠٠	٠.٥٨-
	مقياس الإنفعالات (٣٠ عبارة)	درجة (٩٠)	٦٤.٨٨	٦,٨٢	٦٦,٠٠	٠,٤٩-

يتضح من الجدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء تتحصر ما بين (-٠.٩٧ : ٠,٠٦) وأن جميعها تقع ما بين ± ٣ ، مما يدل على أن أفراد العينة قد وقعوا تحت المنحني الاعتدالي في مقياس (السمات الشخصية - إدارة الانفعالات) لدي الإحصائي الرياضي بجامعة الزقازيق، مما يشير إلي تجانس أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات قيد البحث.

ثالثاً: أدوات ووسائل جمع البيانات: "المقياس"

١- مقياس السمات الشخصية:

إعداد "جوكن فارنبرج **Fahrnberg** "وهيرت سيلج" **Selg** واز رايتير هامبل **Z Hampel** " وأعد صورتها العربية "محمد حسن علاوى" ويتكون هذا المقياس من (٨) أبعاد وتحتوي هذه الأبعاد عبارات إيجابية وسلبية والبعض الآخر إيجابية فقط.

يتضمن البعد الأول (العصبية) ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها كما يلي:

٥٤	٣٨	٢٣	١٨	١٥	٤	٣
----	----	----	----	----	---	---

تضمن البعد الثاني (العدوانية) ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها كما يلي :

٤٩	٤٤	٤١	٢٧	٢٦	١٠	٧
----	----	----	----	----	----	---

يشتمل البعد الثالث (الاكتئابية) على ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها كما يلي :

٥٥	٥٢	٤٠	٣٧	٣٤	٢٥	٢١
----	----	----	----	----	----	----

البعد الرابع (القابلية للاستشارة) يشتمل على ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها كما يلي:

٥٣	٤٦	٣٩	٣٦	٣٣	٣١	٥
----	----	----	----	----	----	---

البعد الخامس (الاجتماعية) يتضمن ٧ عبارات منها ٣ عبارات إيجابية، ٤ عبارات سلبية وأرقام العبارات الإيجابية : ١٢ ٢٨ ٤٨، وأرقام العبارات السلبية ٢ ١٤ ٤٧ ٥١

البعد السادس (الهدوء أو رباطة الجأش) يشتمل على ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها كما يلي:

٥٦	٤٥	٤٣	٤٢	٢٩	٢٠	١
----	----	----	----	----	----	---

البعد السابع (السيطرة) يتضمن ٧ عبارات كلها إيجابية وأرقامها كما يلي:

٥	٣٠	٢٤	٢٢	١٦	١١	٩
---	----	----	----	----	----	---

البعد الثامن (الضبط أو الكف) يشتمل على ٧ عبارات إيجابية وأرقامها كما يلي:

٣٥	٣٢	١٩	١٧	١٣	٨	٦
----	----	----	----	----	---	---

يتم تصحيح المقياس: على ميزان تقدير ثنائي (نعم، لا) درجاتهم على التوالي (٢، ١) للعبارات، المعاملات العلمية لمقياس السمات الشخصية الإيجابية والعكس بالنسبة للعبارات السلبية، ودرجات أبعاد المقياس هي مجموع درجات كل بعد على حده.

أولاً: صدق المقياس:

تم حساب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له، باعتبار مجموع بقية المفردات محكاً للمفردة وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجات مفردات مقياس السمات الشخصية والدرجة الكلية لأبعاد المقياس

ن = ٢٦

القابلية للاستشارة		الاكتئابية		العدوانية		العصبية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*٠,٨٥٤	٥	*٠,٨٢٦	٢١	*٠,٨٠٨	٧	*٠,٩٠٥	٣
*٠,٧٩٧	٣١	*٠,٧٦٩	٢٥	*٠,٧٥١	١٠	٠,٨٤٨	٤
*٠,٧٩٨	٣٣	*٠,٧٧٠	٣٤	*٠,٧٥٢	٢٦	*٠,٨٤٩	١٥
*٠,٨٦٢	٣٦	*٠,٧٩٢	٣٧	*٠,٧٧٤	٢٧	*٠,٨٧١	١٨
*٠,٧٤٩	٣٩	*٠,٧٢١	٤٠	*٠,٧٠٣	٤١	*٠,٨٨٧	٢٣
*٠,٨٤٨	٤٦	*٠,٨٢٣	٥٢	*٠,٨٠٢	٤٤	*٠,٨٩٩	٣٨
*٠,٦٨٦	٥٣	*٠,٦٥٨	٥٥	*٠,٦٧٤	٤٩	*٠,٧٣٧	٥٤
الضبط أو الكف		السيطرة		الهدوء أو رباطة الجأش		الاجتماعية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*٠,٨٩٨	٦	*٠,٧٤٤	٩	*٠,٧٠٨	١	*٠,٩٠٢	١٢
*٠,٧٤٣	٨	*٠,٦٨٧	١١	*٠,٦٥١	٢٠	*٠,٨٤٥	٢٨
*٠,٧٤٤	١٣	*٠,٦٨٨	١٦	*٠,٦٥٢	٢٩	*٠,٨٤٦	٤٨
*٠,٧٦٦	١٧	*٠,٧٩١	٢٢	*٠,٦٧٤	٤٢	*٠,٨٦٨	٢
*٠,٦٩٥	١٩	*٠,٦٣٩	٢٤	*٠,٦٠٣	٤٣	*٠,٧٩٧	١٤
*٠,٧٩٤	٣٢	*٠,٧٣٨	٣٠	*٠,٧٠٢	٤٥	*٠,٨٩٦	٤٧
*٠,٦٣٢	٣٥	*٠,٥٧٦	٥٠	*٠,٥٧٤	٥٦	*٠,٧٣٤	٥١

* قيمة ر الجدولية عند دال مستوي $٠,٠٥ = ٠,٤٩٧$

يتضح من الجدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، بين درجات مفردات مقياس السمات الشخصية والدرجة الكلية لأبعاد المقياس عند مستوي معنوية $٠,٠٥$.

ثانياً: ثبات المقياس :

تم تطبيق مقياس السمات الشخصية علي العينة الإستطلاعية للبحث من الأخصائيين الرياضيين بجامعة الزقازيق وعددهم (٢٦) فرد وحسب الثبات كما يلي :

(١) معامل ألفا :

تم حساب معامل ألفا للمقياس، وكانت قيمته $٠,٩٧٤ =$ ، ثم حسب معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة)، والنتائج كما يلي:

جدول (٤)

معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة) لمقياس السمات الشخصية
لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

القابلية للاستشارة		الاكتئابية		العدوانية		العصبية	
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة
٠,٩٧٤	٥	٠,٩٧٣	٢١	٠,٩٧٤	٧	٠,٩٧٤	٣
٠,٩٧٢	٣١	٠,٩٧٢	٢٥	٠,٩٧٤	١٠	٠,٩٧٤	٤
٠,٩٧٢	٣٣	٠,٩٧٢	٣٤	٠,٩٧٢	٢٦	٠,٩٧٤	١٥
٠,٩٧٣	٣٦	٠,٩٧٣	٣٧	٠,٩٧٢	٢٧	٠,٩٧٤	١٨
٠,٩٧٤	٣٩	٠,٩٧٣	٤٠	٠,٩٧٢	٤١	٠,٩٧٢	٢٣
٠,٩٧٢	٤٦	٠,٩٧٢	٥٢	٠,٩٧٢	٤٤	٠,٩٧٣	٣٨
٠,٩٧٣	٥٣	٠,٩٧٣	٥٥	٠,٩٧٢	٤٩	٠,٩٧٣	٥٤
الضبط أو الكف		السيطرة		الهدوء أو رباطة الجأش		الاجتماعية	
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة
٠,٩٧٤	٦	٠,٩٧٤	٩	٠,٩٧٤	١	٠,٩٧٤	١٢
٠,٩٧٤	٨	٠,٩٧٤	١١	٠,٩٧٤	٢٠	٠,٩٧٤	٢٨
٠,٩٧٤	١٣	٠,٩٧٤	١٦	٠,٩٧٢	٢٩	٠,٩٧٤	٤٨
٠,٩٧٤	١٧	٠,٩٧٣	٢٢	٠,٩٧٢	٤٢	٠,٩٧٢	٢
٠,٩٧٤	١٩	٠,٩٧٢	٢٤	٠,٩٧٢	٤٣	٠,٩٧٢	١٤
٠,٩٧٢	٣٢	٠,٩٧٢	٣٠	٠,٩٧٢	٤٥	٠,٩٧٢	٤٧
٠,٩٧٣	٣٥	٠,٩٧٢	٥٠	٠,٩٧٣	٥٦	٠,٩٧٢	٥١

يتضح من الجدول السابق (٤) أنا جميع معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للمقياس ككل، ثم تم حساب معاملات ألفا للأبعاد الفرعية وللمقياس ككل والنتائج كما يلي:

جدول (٥)

معاملات ألفا لأبعاد مقياس السمات الشخصية لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

معامل ألفا للبعد	السمات الشخصية لدي الأخصائي الرياضي
٠,٨٩٣	العصبية
٠,٨٩٣	العدوانية
٠,٨٨٢	الاكتئابية
٠,٨٣٤	القابلية للاستشارة
٠,٨٢٤	الاجتماعية
٠,٨٣٢	الهدوء أو رباطة الجأش
٠,٨٢٢	السيطرة
٠,٨٤٤	الضبط أو الكف

يتضح من النتائج بالجدول السابق (٥) أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة نسبياً، وتدل على ثبات الأبعاد وثبات المقياس ككل.

(٢) الثبات بالتجزئة النصفية :

تم حساب الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية، وكذلك معاملات الثبات :

جدول (٦)

معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لأبعاد مقياس السمات الشخصية
لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

مقياس السمات الشخصية	الثبات بمعادلة سبيرمان / براون	الثبات بمعادلة جتمان
العصبية	٠,٨١٣	٠,٧٩٦
العدوانية	٠,٩٤٨	٠,٩٣٠
الاكتئابية	٠,٩٧٣	٠,٩٥٦
القابلية للاستشارة	٠,٩٧٢	٠,٩٥٥
الاجتماعية	٠,٩٧٥	٠,٩٥٨
الهدوء أو رباطة الجأش	٠,٩١٧	٠,٨٨٩
السيطرة	٠,٨١٨	٠,٨٠١
الضبط أو الكف	٠,٩٨٤	٠,٩٦٩

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٨١٣ : ٠,٩٨٤) بمعادلة "سبيرمان وبراون"، وقد تراوحت ما بين (٠,٧٩٦ : ٠,٩٦٩) بمعادلة "جتمان" مما يدل على أن معاملات الثبات مرتفعة نسبياً مما يدل على ثبات الأبعاد وثبات المقياس ككل.

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية مقياس السمات الشخصية
لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

مقياس السمات الشخصية	معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس
العصبية	* ٠,٩٢٤
العدوانية	* ٠,٨٩٤
الاكتئابية	* ٠,٩١٤
القابلية للاستشارة	* ٠,٨٧٥
الاجتماعية	* ٠,٩١٤
الهدوء أو رباطة الجأش	* ٠,٩٧٢
السيطرة	* ٠,٩٤٩
الضبط أو الكف	* ٠,٩٨٧

* قيمة ر الجدولية عند دال مستوي ٠,٠٥ = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول السابق (٧) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل على ثبات جميع الأبعاد.

٢- مقياس إدارة الإنفعالات:

مقياس إدارة الإنفعالات (إعداد "دانة سعد محمد" (٢٠٢٠م)

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد أساسية هي البعد الأول (الوعي الإنفعالي) ويتكون من (١٠) عبارات هي (١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢٢، ٢٥، ٢٨)، البعد الثاني (التنظيم المعرفي) ويتكون من (١٠) عبارات (٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٣، ٢٦، ٢٩)، البعد الثالث (التحكم والسيطرة) ويتكون من (١٠) عبارات هي (٣، ٦، ٩، ١٢، ١٥، ١٨، ٢١، ٢٤، ٢٧، ٣٠)، تحسب درجات استجابات

المقياس على ميزان تقدير ثلاثي (نعم، أحياناً، مطلقاً) درجاتهم (٣ - ٢ - ١) على التوالي للعبارة الإيجابية والعكس للعبارة السلبية، وبذلك تكون الدرجة العظمى للمقياس (٩٠) درجة والدرجة الصغرى للمقياس (٣٠) درجة وتعتبر الدرجة المرتفعة على المقياس عن مستوى مرتفع من إدارة الإنفعالات والعكس.
أولاً: صدق المقياس:

تم حساب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له، باعتبار مجموع بقية المفردات محكاً للمفردة وكانت النتائج كما يلي:

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجات مفردات مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي
 بجامعة الزقازيق والدرجات الكلية للمقياس

ن=٢٦

التحكم والسيطرة		التنظيم المعرفي		الوعي الإنفعالي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*٠,٩٤٧	٣	*٠,٧٧٩	٢	*٠,٨٥٣	١
*٠,٨٧٨	٦	*٠,٧٤٩	٥	*٠,٧٨٤	٤
*٠,٩٤٦	٩	*٠,٨٦٢	٨	*٠,٨٥٢	٧
*٠,٨٥٥	١٢	*٠,٨١٣	١١	*٠,٧٦١	١٠
*٠,٨٢٥	١٥	*٠,٨٧٣	١٤	*٠,٧٣١	١٣
*٠,٩٣٨	١٨	*٠,٨٩٨	١٧	*٠,٨٤٤	١٦
*٠,٨٨٩	٢١	*٠,٨٠٧	٢٠	*٠,٧٩٥	١٩
*٠,٧٥٣	٢٤	*٠,٧٧٧	٢٣	*٠,٨٧١	٢٢
*٠,٦٨٤	٢٧	*٠,٨١٩	٢٦	*٠,٨٠٢	٢٥
*٠,٧٥٢	٣٠	*٠,٨٤١	٢٩	*٠,٨١٨	٢٨

* قيمة ر الجدولية عند دال مستوي ٠,٠٥ = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول (٨) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، بين درجات مفردات مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق والدرجات الكلية للأبعاد عند مستوي معنوية ٠,٠٥.
ثانياً: ثبات المقياس :

تم تطبيق مقياس إدارة الإنفعالات علي العينة الإستطلاعية للبحث من الأخصائيين الرياضيين بجامعة الزقازيق وعددهم (٢٦) فرد وحسب الثبات كما يلي :

(١) معامل ألفا: تم حساب معامل ألفا للمقياس، وكانت قيمته = ٠,٩٧٠، ثم حسب معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة)، والنتائج كما يلي:

جدول (٩)

معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة) لمقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

التحكم والسيطرة		التنظيم المعرفي		الوعي الإنفعالي	
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة	معامل ألفا مع حذف درجة المفردة	رقم العبارة
٠,٩٦٥	٣	٠,٩٦٧	٢	٠,٩٦٩	١
٠,٩٦٥	٦	٠,٩٦٥	٥	٠,٩٦٩	٤
٠,٩٦٥	٩	٠,٩٦٥	٨	٠,٩٦٩	٧
٠,٩٦٥	١٢	٠,٩٦٥	١١	٠,٩٦٩	١٠
٠,٩٦٥	١٥	٠,٩٦٥	١٤	٠,٩٦٩	١٣
٠,٩٦٥	١٨	٠,٩٦٥	١٧	٠,٩٦٩	١٦
٠,٩٦٥	٢١	٠,٩٦٥	٢٠	٠,٩٦٩	١٩
٠,٩٦٦	٢٤	٠,٩٦٥	٢٣	٠,٩٦٩	٢٢
٠,٩٦٦	٢٧	٠,٩٦٥	٢٦	٠,٩٦٩	٢٥
٠,٩٦٥	٣٠	٠,٩٦٥	٢٩	٠,٩٦٧	٢٨

يتضح من الجدول السابق (٩) أن جميع معاملات ألفا (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للمقياس ككل، ثم تم حساب معاملات ألفا للأبعاد الفرعية وللمقياس ككل والنتائج كما يلي:

جدول (١٠)

معاملات ألفا جدول لأبعاد مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

معامل ألفا للبعد	مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي
٠,٨٨٠	الوعي الإنفعالي
٠,٨٠٢	التنظيم المعرفي
٠,٩٣٢	التحكم والسيطرة

يتضح من النتائج بالجدول السابق (١٠) أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة نسبياً، وتدل على ثبات الأبعاد وثبات المقياس ككل.

(٢) الثبات بالتجزئة النصفية:

تم حساب الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية، وكذلك معاملات الثبات:

جدول (١١)

معاملات الثبات بالتجزئة النصفية لأبعاد مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

الثبات بمعادلة جتمان	الثبات بمعادلة سبيرمان / براون	مقياس إدارة الإنفعالات
٠,٩١٩	٠,٩٣٦	الوعي الإنفعالي
٠,٨٧٣	٠,٨٩٠	التنظيم المعرفي
٠,٩٤٨	٠,٩٦٥	التحكم والسيطرة

يتضح من جدول (١١) أن معاملات الارتباط تراوحت ما بين (٠,٩٣٦ : ٠,٩٦٥) بمعادلة "سبيرمان وبراون"، وقد تراوحت ما بين (٠,٩٤٨ : ٠,٩١٩) بمعادلة "جتمان" مما يدل على أن معاملات الثبات مرتفعة نسبياً مما يدل على ثبات الأبعاد وثبات المقياس ككل.

جدول (١٢)

معاملات الارتباط بين درجات مفردات مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق والدرجة الكلية لأبعاد المقياس

ن = ٢٦

التحكم والسيطرة		التنظيم المعرفي		الوعي الإنفعالي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
*٠,٩٠٤	٣	*٠,٨٤٥	٢	*٠,٧٨٩	١
*٠,٨٥٩	٦	*٠,٧٧٦	٥	*٠,٧٨٢	٤
*٠,٩٢١	٩	*٠,٨٤٤	٨	*٠,٧٨٨	٧
*٠,٨٢٥	١٢	*٠,٧٥٣	١١	*٠,٦٩٧	١٠
*٠,٩٤٦	١٥	*٠,٧٢٣	١٤	*٠,٦٦٧	١٣
*٠,٩٤٧	١٨	*٠,٨٣٦	١٧	*٠,٧٠٨	١٦
*٠,٨٩٧	٢١	*٠,٧٨٧	٢٠	*٠,٧٣١	١٩
*٠,٨٢٥	٢٤	*٠,٧٢٨	٢٣	*٠,٨٠٧	٢٢
*٠,٨٧٤	٢٧	*٠,٨٤٩	٢٦	*٠,٧٦٢	٢٥
*٠,٨٤٢	٣٠	*٠,٧٥٨	٢٩	*٠,٨٢٤	٢٨

* قيمة ر الجدولية عند دال مستوي ٠,٠٥ = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول (١٢) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، بين درجات مفردات مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق والدرجة الكلية لأبعاد المقياس عند مستوي معنوية ٠,٠٥.

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية لمقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٢٦

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس	مقياس إدارة الإنفعالات
*٠,٧٤٦	الوعي الإنفعالي
*٠,٨٦٧	التنظيم المعرفي
*٠,٨٦٨	التحكم والسيطرة

* قيمة ر الجدولية عند دال مستوي ٠,٠٥ = ٠,٤٩٧

يتضح من الجدول السابق (١٣) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً بين درجات الأبعاد والدرجات الكلية مقياس إدارة الإنفعالات لدي الأخصائي الرياضي بجامعة عند مستوي معنوية ٠,٠٥. رابعاً: الدراسة الأساسية:

قامت الباحثة بتطبيق أدوات البحث (السمات الشخصية، إدارة الإنفعالات)، على عينة البحث الأساسية البالغ عددها (٦٥) أخصائي رياضي بجامعة الزقازيق في الفترة من (١٧/١/٢٠٢٢م) إلى (٢٠٢٢/٢/١م). خامساً: المعالجات الإحصائية:

إعتمدت الباحثة علي المعاملات الإحصائية الملائمة للبحث وهدفة في معالجة البيانات إحصائياً عن طريق البرنامج الإحصائي (spss) واستخدمت المعاملات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي
- الوسيط
- الانحراف المعياري
- معامل الالتواء
- معاملات الارتباط

عرض ومناقشة النتائج:

عرض نتائج الفرض الاول والذي ينص علي:

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق

ن = ٦٥

مقياس السمات الشخصية	الوعي الإنفعالي	التنظيم المعرفي	التحكم والسيطرة
العصبية	*٠,٧١٩-	*٠,٥١٢-	*٠,٦٠٢-
العدوانية	*٠,٦٠٤-	*٠,٧٨٩-	*٠,٥٩٧-
الاكتئابية	*٠,٧٩٣-	*٠,٦٥٢-	*٠,٧٦٠-
القابلية للاستئثار	*٠,٥٨٦-	*٠,٧٠٩-	*٠,٦٥٠-
الاجتماعية	*٠,٧٣٤	*٠,٥٩٥	*٠,٧٢٧
الهدوء أو رباطة الجأش	*٠,٧٠١	*٠,٦٨٨	*٠,٦٩٩
السيطرة	*٠,٦٦٨	*٠,٥٥٩	*٠,٧٦٨
الضبط أو الكف	*٠,٦٥٠	*٠,٧٧٢	*٠,٥٢٧

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٢٥٠

يتضح من جدول (١٤) وجود علاقة ارتباطية عكسية دالة احصائياً بين أبعاد مقياس السمات الشخصية (العصبية، العدوانية، الإكتئابية، القابلية للاستئثار) وأبعاد مقياس إدارة الإنفعالات. كما توجد علاقة ارتباطية طردية بين أبعاد مقياس السمات الشخصية (الاجتماعية، الهدوء أو رباطة الجأش، السيطرة، الضبط والكف) وأبعاد مقياس إدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

عرض نتائج الفرض الثاني والذي ينص علي :

جدول (١٥)

تحليل التباين بين مقاييس (السمات الشخصية - إدارة الإنفعالات) لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق وفقاً لعامل الخبرة

ن = ١٥ = ١ ن = ٢٥ = ٢ ن = ٣ = ٢٥

المقاييس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الاحتمال Sig,(p,value)
السمات الشخصية	بين القياسات	٣٢٢٣,٤٦	٢	١٦١١,٧٣	*١٦٢,٦٢	٠,٠٠١
	داخل القياسات	٦١٤,٤٨	٦٢	٩,٩١		
	المجموع	٣٨٣٧,٩٤	٦٤			
	داخل القياسات	٢٢٤٠,٩٣	٦٢	٣٦,١٤		
	المجموع	٩٧٨٦,٢٤	٦٤			
ادارة الانفعالات	بين القياسات	٢٢٦٠,٢٤	٢	١١٣٠,١٢	*٩٧,٢١	٠,٠٠١
	داخل القياسات	٧٢٠,٧٧	٦٢	١١,٦٢		
	المجموع	٢٩٨١,٠١	٦٤			

* قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٣,٠٤

يتضح من الجدول رقم (١٥) وجود فروق معنوية إحصائياً بين المجموعات الثلاثة في مقاييس (السمات الشخصية - إدارة الإنفعالات) لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق وفقاً لعامل الخبرة قيد البحث حيث كانت قيمة ف المحسوبة تتراوح ما بين (٩٧,٢١ : ١٦٢,٦٢) وجميعها أكبر من قيمة ف المحسوبة التي تساوي ٣,٠٤ وذلك عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين متوسطات مقاييس (السمات الشخصية - إدارة الإنفعالات) لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق وفقاً لعامل الخبرة

ن ١٥=١ ن ٢٥=٢ ن ٢٥=٣

المقاييس			المتوسط الحسابي		
إدارة الإنفعالات	السمات الشخصية	إدارة الإنفعالات	السمات الشخصية		
	٠,٠٠١		١٧,٩٢	76,28	أكثر من ٢٠ سنة
	٠,٠٠١		٧,٤٨	86,72	أقل من ٢٠ سنة
				94,20	أقل من ١٠ سنوات
	٠,٠٠١		٢٦,٥٧	62,16	أقل من ١٠ سنوات
				72,93	أكثر من ٢٠ سنة
	٠,٠٠١		٦,٠١	66,92	أقل من ٢٠ سنة
	٠,٠٠١		٨,٩٢	58,00	أقل من ١٠ سنوات

يتضح من الجدول رقم (١٦) وجود فروق معنوية ودالة احصائياً بين مقاييس (السمات الشخصية - المرونة النفسية - إدارة الإنفعالات) لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق وفقاً لعامل الخبرة قيد البحث وذلك عند مستوي معنوية ٠,٠٥.

مناقشة النتائج:

مناقشة الفرض الاول:

يتضح من جدول (١٤) وجود علاقة إرتباطية عكسية دالة احصائياً بين أبعاد مقياس السمات الشخصية (العصبية، العدوانية، الإكتئابية، القابلية للإستثارة) وأبعاد مقياس إدارة الإنفعالات. كما توجد علاقة إرتباطية طردية بين أبعاد مقياس السمات الشخصية (الإجتماعية، الهدوء أو رباطة الجأش، السيطرة، الضبط والكف) وأبعاد مقياس إدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

ويتفق "آدم أحمد ومحمود يعقوب" (٢٠٠٨م) أن السمات الشخصية لها دور كبير في الإنجاز بالإضافة إلى شخصية الفرد وسماته تعتمد في شكلها إلى حد كبير على المواقف التي يقابلها ويتفاعل معها، ونجد أن الفرد الذي يفتقد إلى السمات الإيجابية لن يستطيع مهما بلغت قدراته وسماته من تحقيق أهدافه، نظراً لأن هذه السمات تؤثر بصورة مباشرة في شخصية الفرد ككل. (٢٩٧:١)

لذلك، فإن شخصية الأخصائي الرياضي جملة من السمات الجسمية والعقلية والمزاجية والإرادية التي تميز الأخصائي الرياضي عن غيره في مختلف المواقف. تؤثر في استعداده للعمل وميوله ورغباته وطموحه ودوافعه، مثل مستوى التعليم، الفئة العمرية؛ الجنس والخبرة، بالإضافة إلى عوامل أخرى تتعلق بمهارة الأخصائي نفسه.

ويري "أسامة كامل راتب" (٢٠٠٤م) أن الأخصائي الرياضي قد يتعرض للعديد من الضغوط الإنفعالية التي تتمثل في إنفعالات السمات الشخصية، مما يؤدي إلى فقدان الطاقة والثقة بالنفس وعدم القدرة على الأداء الجيد وحدث الإنهاك البدني والعقلي. (٧٣:٣)

كما تتفق هذه الدراسة مع دراسة فاطمة حمدين (٢٠١٨م) (٦) وليد سامي (٢٠١٥م) (١٢)، إلى وجود علاقة إرتباطية بين السمات الشخصية وأبعاد الضغوط وأن السمات الشخصية أهمية قصوي تؤثر بصورة إيجابية علي مستوي الأداء.

ويتفق أيضا مع نتائج دراسة "غادة فيصل حسين" (٢٠١٧م) (٤٣) حيث أشارت نتائج الدراسة أن النشاط الحركي ينعكس إيجابيا في الحفاظ على الطاقة الأفضل لإدارة الإنفعال والسيطرة على الضغوط المصاحبة للفرد.

"وترى الباحثة" أن إدارة الإنفعالات تتمثل في العمليات التي يستعملها الفرد لتنظيم حالته الوجدانية وضبط مكونات الإستجابة الإنفعالية من خلال الفهم الإنفعالي للمواقف والتعبير عن تلك الخبرات الإنفعالية وتوجيهها للحصول على سلوك منظم وتعزيز حالة السرور أو تجنب الألم قدر المستطاع بما يتناسب وتحقيق أهدافه وأن ثقافة المجتمع تؤثر في عادات الأفراد واتجاهات وأساليب تفكيرهم وقيمهم ومعاييرهم وتعبيرهم عن دوافعهم وإنفعالاتهم.

وبذلك؛ يتحقق الفرض الأول الذي ينص على: "توجد علاقة بين أبعاد السمات الشخصية وأبعاد إدارة الانفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق".
مناقشة الفرض الثاني:

يتضح من الجدول رقم (١٥) وجود فروق معنوية إحصائيا بين المجموعات الثلاثة في مقاييس (السمات الشخصية - إدارة الانفعالات) لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق وفقا لعامل الخبرة يتفق "ألبرت وكاتل وجيلفورد" على أن جميع نظريات الشخصية التي تؤكد على وجود السمات الشخصية لدى جميع الأفراد بنسب متفاوتة، وهذا ما يتفق مع مبدأ الفروق الفردية، ويعود هذا التباين في سمات الشخصية لإختلاف العوامل المؤثرة فيهم مثل المرونة النفسية وإدارة الإنفعالات لديهم، وهذه النتيجة تؤكد على أهمية هذه العوامل في التأثير في السمات الشخصية.

وهذه النتيجة تشير إلى أن السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق يمكن تفسيرها من خلال تعريف أبعاد السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات، وهذه الأبعاد تتطلب أشخاص على قدر كبير من الإلتزان الإنفعالي ولديهم ثقافة عالية وقدرة على التكيف في المواقف البيئية والإجتماعية المختلفة، وكل ذلك يقلل من تشتتهم، وهذه السمات يتصف بها الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق. يمكن تفسير بأن السمات الشخصية مرتبطة بالشخص نفسه وبالتربية التي قد تعزز هذه السمات، وأن الأخصائي الرياضي لم يتم تغيير سماته الشخصية حيث يكون ذلك بسبب عدم توفير التعزيز المناسب لتنمية هذه السمات وتطويرها. في ظل تغيرات عديدة فرضت نفسها، وجعلت من إمتلاك هذه القدرة أمراً حتمياً يؤهل الأفراد للقيام بأدوارهم، ومواجهة مشكلات حياتهم، فقدره الفرد على إتخاذ القرار السليم بالتحكم في إنفعالاته قد تغير مسار حياته بل وحياة من يشاركونه هذه الحياة، وذلك إنطلاقاً من المسؤولية الشخصية عما يتخذه من إتخاذ من قرارات سليمة، وما يملكه من خصائص شخصية وإمكانات وقدرات ذاتية مرنة.

ويذكر "محمد عصام أبوندى" (٢٠١٥م) (١٠) أن العوامل المكونة والتي تتمثل في سمات الفرد الشخصية وفيما يمتلكه الفرد من القدرة على ترويض الإنفعالات القوية من خلال التحكم في النفس أثناء حدوث الضغوط النفسية. أكدت العديد من الدراسات أن هناك عدد من المتغيرات التي تعتمد على نجاح الأخصائي الرياضي للقيام بدوره منها سماته الشخصية وإدارة إنفعالاته ومدى توجيهاته النظرية وخبراته المهنية ومستوى الرضا المهني.

كما تتفق نتائج دراسة كلا من **Basharat & Nia**، **بشارت، نيا** (٢٠١٠م) (١٥) **Mohamed WADAK**، **محمد وداك** (٢٠٠٩م) (١٧) أن السمات الشخصية للرياضيين تختلف وفقا لنوع الرياضة سواء كانت فردية أو جماعية .

ودراسة "فلوجين" **Voljoen** (٢٠١٥م) (١٦)، حيث توصلت نتائجها إلى وجود فروق بين المتغيرات.

"فترى الباحثة" أن نضج السمات الشخصية المتبادلة لها القدرة على تكيف الفرد على إقامة العلاقات الشخصية والاجتماعية بحيث تصبح متحررة من الاندفاعات، وزيادة القدرة على التفاعل والاستجابة بطريقة لها علاقة باستجابة الآخرين وتكون مرنة.

وبذلك؛ يتحقق الفرض الثاني الذي ينص على: "توجد فروق بين السمات الشخصية وإدارة الانفعالات وفقاً لعامل الخبرة لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق".

الإستخلاصات والتوصيات:

أولاً: الإستخلاصات:

في ضوء أهداف وفروض البحث والمنهج المستخدم، وفي حدود عينة البحث وخصائصها ومن خلال التحليل الإحصائي وإستناداً على النتائج التي تم التوصل إليها أمكن للباحثة التوصل للإستخلاصات الآتية:

١- توجد علاقة دالة إحصائياً بين أبعاد السمات الشخصية وأبعاد إدارة الإنفعالات لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق.

٢- توجد فروق بين السمات الشخصية وإدارة الإنفعالات وفقاً لعامل الخبرة لدى الأخصائي الرياضي بجامعة الزقازيق، قيد البحث.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة، وفي حدود مجالها والعينة التي أجريت عليها ووفقاً للإستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصى الباحث بما يلي:

١- بناء وتطوير الإختبارات والمقاييس الخاصة بفئة الأخصائيين الرياضيين، وعمل دورات تدريبية وتأهيليهم، بهدف زيادة وعيهم.

٢- ضرورة تواجد أخصائي رياضي بكل إدارة وكلية بالجامعة.

٣- عمل دورات مكثفة للأخصائيين الرياضيين وتدريبهم على المهارات الإرشادية لكي يستطيعوا القيام بدورهم على أكمل وجه.

٤- إعادة النظر في برامج تكوين محتوى يتماشى مع خصائص المكونات الشخصية الإنسانية.

٥- العمل على جميع العوامل التي تشجع الأخصائيين الرياضيين على تفعيل معايير الجودة الشاملة.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. آدم احمد ومحمود يعقوب (٢٠٠٨م): السمات الشخصية لمدربي كرة القدم كما يراها لاعبي أندية الممتاز بالسودان، المؤتمر العلمي الدولي الثالث، تطوير المناهج التعليمية في ضوء الإتجاهات الحديثة وحاجة سوق العمل، مصر.

٢. آمال محمد عبد القادر ومحمد إبراهيم عسلي (٢٠٠٩م): علم النفس الإيجابي، جامعة الأقصى، مكتبة الصيرفي، غزة، فلسطين، ص (٦٧).

٣. أسامة كامل راتب (٢٠٠٤م): علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.

٤. سهير أحمد (٢٠٠٣م): سيكولوجية الشخصية، شركة الجلالة للطباعة، القاهرة ج.م.ع.

٥. غادة فيصل حسين (٢٠١٧م): إدارة الانفعالات وعلاقتها ببعض المتغيرات لدى مدرسات التربية الرياضية ومدرسات المواد الأخرى للمرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة بغداد.

٦. فاطمة حمدين عيسى (٢٠١٨م): السمات الشخصية وعلاقتها بمهارات مواجهة الضغوط الرياضية ومستوى الأداء المهاري على حضان القفز، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.

٧. محمد العربي شمعون وماجدة إسماعيل (٢٠٠١م): اللاعب والتدريب العقلي، دار الفكر العربي، القاهرة، ص (٤٨).
٨. محمد حسن علاوي (١٩٩٤م): علم النفس الرياضي، ط٩، دار المعارف، القاهرة.
٩. محمد عبد الهادي (٢٠٠٩م): الذكاء العاطفي وديناميات قوة التعلم الاجتماعي، دار الكتاب الجامعي، دبي، الإمارات.
١٠. محمد عصام أبوندي (٢٠١٥م): الضغط النفس في العمل وعلاقته بالمرونة النفسية لدى العاملين بمستشفى كمال عدوان بمحافظة شمال غزة. رسالة ماجستير في علم النفس. كلية التربية. غزة: الجامعة الإسلامية، ص (٥٠).
١١. وائل الرفاعي إبراهيم (٢٠٠٣م): بروفيل السمات الشخصية للمدرب وتأثيره على مهارات الإتصال وإتخاذ القرار في المواقف الرياضية، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية تربية رياضية بنين، جامعة حلوان.
١٢. وليد أحمد سامي (٢٠١٥م): سمات الشخصية لأخصائي الترويح الرياضي في ضوء مجالات سوق العمل، مجلد ٧٣، المجلة العلمية للتربية البدنية الرياضية، مصر.
- ثانياً: المراجع الإنجليزية:

13. **Myers, M.J. (2012):** Examining the relationship between mindfulness, religious coping strategies and emotion regulation. Liberty University.
14. **Min, S.Y. (2013):** Self-esteem, Depression, and Cognitive Emotion Regulation Strategies of University Students Residing in Dormitories. Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing, 22(4), 265-272.
15. **Nia Alibe sharat, mahin Etemadimohammad, (2010):** compariason of athletes, personality characterisintics inindividual and team sports, procedia social and behavioral sciences, 5808_812.
16. **Van Galen, M., De Puijtar, M. & Smeets, C. (2006):** Citizens and resilience. Amsterdm: Dutch Knowledge & Advisise center.

ثالثاً: المراجع الإلكترونية:

17. W W W //http: Chenvez ch/٢٠٠٨) . /٠١ Html (Le 05 .Cot. Phb % : groupe sportif. Inde

