

# الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية

## الرياضية جامعة المنيا

\* أ. د / إبراهيم ربيع شحاتة

\*\* أ.م.د / الزهراء رشاد محمد

\*\*\* الباحثة / رشا إبراهيم شعراوي

### المقدمة ومشكلة البحث :

تزايد الاهتمام مؤخراً بالإعداد المتكامل للرياضيين من النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية ، و قد ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمام بدراسة العوامل النفسية المرتبطة بإعداد الرياضي نظراً لتأثير تلك العوامل النفسية على الأداء الرياضي حيث أن الأعداد البدني و المهارى و الخططي قد تعددت طرقه ومبادئه إلى حد كبير .

ويؤكد " محمد علاوى " ( ١٩٩٨ : ١٣٥ ) على أن المتغيرات النفسية هي أحد المتطلبات الهامة التى تطرقت إليها البحوث والدراسات لما لها من أهمية للوصول إلى المستويات العالية فى الأنشطة المختلفة حيث أن معظم الأبطال الرياضيين على المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهارى والخططي ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل الفوز وتسجيل الأرقام الأ وهو العامل النفسي الذي يلعب دوراً هاماً ويتأسس عليه تحقيق الانتصار والفوز .

وأكد كلامن " مارتنز - Martens " ( ١٩٨٧ : ٩٨ ) ، كسكزنتمهالى -

Csikzentmihalyi " ( ١٩٩١ : ٩٧ ) على أن نجاح عملية الإعداد النفسي من خلال

- 
- \* أستاذ علم النفس الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب جامعة المنيا .  
\*\* أستاذ علم النفس المساعد بقسم العلوم النفسية كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .  
\*\*\* باحثة بقسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .

مهارة تنظيم الطاقة النفسية يتوقف بدرجة كبيرة على إمكانية التعرف على تلك الخصائص النفسية المرتبطة بالطاقة النفسية المثلى وهي تمثل أفضل حالة من الاستعداد النفسي العقلي التي ترتبط بتحقيق أفضل مستوى أداء للرياضي وهذه الحالة يطلق عليها حالة الطلاقة النفسية . وأهم ما يميزها أنها خالية من أنواع التوتر وهذه الحالة يطلق عليها كسكزنتمهالي Csikzentmihal حالة الطلاقة النفسية State of Flow .

ويذكر " حسن عبده " ( ٢٠٠١ : ٢ ) نقلا عن " كمسك ، ستين - Stein , Kimiecik " ( ١٩٩٢ ) إن الرياضيين الذين يعيشون خبرة الطلاقة تكون درجة استمتاعهم بالرياضة أكثر احتمالا ولديهم خبرات انفعالية موجبة بالمقارنة بالرياضيين الذين لا يعيشون تلك الخبرة ومن ثم فكلما فهم المسئولون والمدرّبون حالة الطلاقة وكيف يشعر الرياضيون بها كلما كانوا أكثر قدرة على مساعدة الرياضيين على تحقيق المستوى المثالي .

كما وصف كل من " كمسك ، ستين - Stein , Kimieck " ( ١٩٩٢ : ١٤٥ ) نقلاً عن " مارتنز - Martens " ( ١٩٨٧ ) الطلاقة بأنها مساحة الطاقة المثلى المرتبطة بصورة واضحة ومباشرة مع أهداف وتحسين الأداء للرياضيين .  
واتفق كل من " كسكزنتمهالي - Csikzentmihalyi " ( ١٩٩٢ : ١٨١ ) ، جاكسون ، مارش - Jackson , March " ( ١٩٩٦ : ٢٧ ) على أن الطلاقة حالة من الخبرة الإيجابية تحدث عندما يكون الفرد المؤدى مرتبطاً كلياً بالأداء في موقف ما تتساوى فيه المهارات الشخصية والتحديات المطلوبة للموقف ، كما أنها حالة يتطلع إليها صفوة الرياضيين وهي أيضا حالة يستطيع أن يستمتع بها اللاعب وذلك في أي مستوى من مستويات الاشتراك في الرياضة .

وتلعب الدافعية دوراً هاماً في المجال الرياضي ، فمهما كان مستوى الإعداد والتخطيط تبقى دافعية اللاعب نحو الإنجاز هي المحدد الرئيسي للنجاح أو الفشل في أداء مهمة معينة ، وتمثل الدافعية النقطة الفاصلة في التفوق ، وميدان المنافسة الرياضية ملئ بمواقف النجاح والفشل ، وتلعب الدافعية دوراً أساسياً في تخطي مواقف الفشل وبذل الجهد في سبيل تحقيق النجاح .

وقد أشار "محمد علاوى" (٢٠٠٢: ١٤٢) إلى أن العديد من الباحثين فى علم النفس الرياضة يروا أن وصول اللاعب الرياضى إلى أعلى المستويات الرياضية يتأسس على ما يطلق عليه دافعية الإنجاز و التى يقصد بها استعداد اللاعب لمواكبة مواقف المنافسة الرياضية و محاولة التفوق و الامتياز فى ضوء مستوى أو معيار معين من مستويات أو معايير التفوق أو الامتياز .

كما يشير " أسامة راتب" (١٩٩٥: ١٥٧) إلى دافعية الإنجاز على أنها الجهد الذى يبذله الرياضى من أجل النجاح فى إنجاز الواجبات و المهام التى يكلف بها فى التدريب و المنافسة و كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل و الشعور بالفخر عند إنجاز تلك الواجبات و المهام .

وقد لاحظ الباحثون انخفاض مستوى دافعية الانجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية نظرا لطبيعة الدراسة العملية التى تتطلب قدرات بدنية عالية و مجهود بدني مرتفع لا يتناسب مع طبيعة تكوين الإناث خاصة أن شريحة كبيرة منهن لم تكن تمارس الرياضة بشكل احترافي قبل دخول الكلية .

حيث تتضح أهمية البحث الحالى فى محاولة إيجاد العلاقة بين الطلاقة النفسية كخبرة إيجابية وحالة تستطيع أن تستمتع بها الطالبة فى أي مستوى من مستويات الاشتراك فى الرياضة ودافعية الانجاز كأساس لبلوغ الطالبة أعلى المستويات الرياضية .

### **أهداف البحث :**

يهدف البحث الحالى إلى التعرف على :

- ١- العلاقة بين الطلاقة النفسية و دافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا.
- ٢- الفروق بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا فى (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز) .

## فروض البحث :

في ضوء أهداف البحث يفترض الباحثون ما يلي :

- ١- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في كلاً من (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز) .

## مصطلحات البحث :

- الطلاقة النفسية : psychological- fluency

يعرفها " كسكزنتمهاالي Csikszentmihalyi " (١٩٩٠ : ٢١) بأنها خبرة ذاتية الهدف يصاحبها حالات فوق المتوسط من المشاعر والتي تبدأ عندما تدرك التحديات والمهارات على أنها متوازنة وفوق متوسط مستوى الفرد .

- دافعية الانجاز : Achievement motivation

يعرفها " محمد علاوى " (١٩٩٨:٢٥١) بأنها استعداد الفرد للتنافس في موقف ما من مواقف الإنجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الامتياز وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الإنجاز التي ينتج عنها نوع من النشاط والفاعلية والمثابرة .

## الدراسات السابقة :

قام الباحثون بعمل دراسة مسحية للدراسات السابقة المرتبطة والمتشابهة مع كتغيرات البحث الحالي وتوصلت الباحثة إلي عدد (٦) دراسات منها عدد (٤) دراسات عربية ، عدد (٢) دراسات أجنبية ، وسوف يقوم الباحثون بعرض هذه الدراسات وفقاً لتاريخ إجرائها من الأحدث للأقدم .

الدراسات العربية :

- ١- قام " نبيل المنصوري " (٢٠١٥) (١٠) بدراسة استهدفت التعرف علي

علاقة الطلاقة النفسية بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، كما اشتملت عينة البحث علي (٦٠) لاعب من (٣) أندية لكرة القدم علي مستوي ولاية البويرة يتم اختيارهم بطريقة عشوائية ، واستخدم الباحث مقياس الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود علاقة طردية موجبة بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز ، مستوي الطلاقة النفسية ومستوي دافعية الإنجاز عال علي لاعبي كرة القدم .

٢- قامت " إيمان عبد الله " (٢٠٠٨) (٣) بدراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين الطلاقة النفسية و دافعية الإنجاز لدى لاعبي الكره الطائرة المشتركين في أسبوع شباب الجامعات الثامن بجامعه المنوفية) وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي كما اشتملت عينه البحث على (٧٢) لاعباً للكرة الطائرة من ( ٨ ) ثماني فرق وصلوا إلى دور الثماني للجامعات المصرية يمثلون نسبة (٣٠.٦٤%) من المجتمع الكلى للبحث و البالغ عدده (٢٣٥) ،وقد استخدمت الباحثة مقياس الطلاقة النفسية ،ومقياس دافعية الانجاز الرياضي كوسيلة لجمع البيانات ، وأسفرت أهم النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه موجبة داله إحصائيا بين الطلاقة النفسية ودافع الإنجاز .

٣- قام " محمد سالم " (٢٠٠٥) (٩) بدراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين الطلاقة النفسية وكل من دافعية الإنجاز ومركز التحكم لدى الرياضيين من طلبة جامعة المنيا ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقام الباحث بإختيار عينة عشوائية قوامها (٢٣٥) لاعباً فى الرياضات التالية ( كرة القدم ، كرة السلة ، الكرة الطائرة ، مسابقات ميدان ومضمار ، السباحة ، تنس ، طاولة ، ركوب الدراجات ) ، وقد استخدم الباحث المقاييس التالية ( حالة الطلاقة النفسية ، سمة الطلاقة النفسية ، الدافعية الرياضية ، و البعد

السببي " مركز التحكم " ) تعريب " حسن عبده " كأدوات لجمع البيانات ، وكان من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين مقياس " سمة وحالة الطلاقة النفسية " وأبعاد مقياس " مركز التحكم " و أبعاد مقياس " دافعية الإنجاز .

٤- قام " حسن عبده " (٢٠٠١) (٤) بدراسة استهدفت تقنين حالة الطلاقة النفسية فى البيئة المصرية حيث أستخدم المنهج الوصفى كما شملت عينة البحث على (١٢٨) من رياضى منتخبات الجامعات المصرية وقام الباحث بتعريب مقياس (حالة الطلاقة النفسية) كأداة لجمع البيانات ومن أهم النتائج التى توصل إليها أن أبعاد (تغير الوقت ، واندماج الوعى بالعقل ، وفقدان الوعى بالذات) حصلوا على دعم أقل بينما حصل أبعاد (الخبرة ذاتية الهدف،الأهداف الواضحة)على دعم أكبر.

#### الدراسات الأجنبية :

٥- قام " سكوت Scott " (٢٠٠٣) (١٨) بدراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين الطلاقة والمتغيرات النفسية داخل عملية التدريب للرياضيين. وقد أستخدم الباحث المنهج الوصفى كما شملت عينة البحث على (٨٣) لاعب من منتخبات نيوزيلندا واستخدم الباحث مقياس (جاكسون Jackson) كذلك مقياس الدافعية الرياضية ومن أهم النتائج التى توصل إليها أن اللاعبين ذوى الخبرة العالية ارتفعت لديهم مستوى الدافعية الذاتية وأن حالة الطلاقة النفسية ارتفعت لدى اللاعبين ممن هم أقل خبرة .

٦- قامت " جاكسون وآخرون - Jackson . S .A et all " (١٩٩٨) (١٣) بدراسة استهدفت التعرف على معاملات الارتباط بين سمة وحالة الطلاقة النفسية من جانب وكل من أبعاد الدافعية الداخلية والخارجية واللدافعية ، وتوجه الهدف ، والقلق كسمة ، والقدرة المدركة ، واستخدم الباحث المنهج الوصفى ، واشتملت العينة على (٣٩٨) من الأساتذة من فوق سن (٢٥) سنة والذين اشتركوا فى المباريات العالمية للأساتذة المقامة باستراليا ، وقد

اشتملت أدوات البحث على مقياس سمة وحالة الطلاقة النفسية ، ومقياس الدافعية الداخلية والخارجية ، ومقياس توجه الهدف . وأشارت أهم النتائج إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الطلاقة النفسية والقدرة المدركة والقلق والدافعية الداخلية ، كما تبين وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين المقياس الفرعي الخاص بالشعور بالإثارة (الدافعية الداخلية) والطلاقة النفسية بصفة رئيسية على مستوى السمة ، وكان بعد الخبرة ذاتية الهدف مرتبطاً إلى حد كبير بسمة الدافعية الداخلية بالنسبة لمتغير الشعور بالإثارة ، وهو متغير الدافعية الداخلية الوحيد المرتبط بصورة ذات دلالة بالطلاقة النفسية فى هذه الدراسة .

### إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحثون المنهج الوصفي ( الأسلوب المسحي ) .

مجتمع البحث :

يشتمل مجتمع البحث علي طالبات كلية التربية الرياضية المقيدين بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة بجامعة المنيا والبالغ عددهم (٦٣٠) طالبة في العام الجامعي ٢٠١٧/٢٠١٨ طبقاً لما ورد بكشوف القيد بشئون الطلاب بالكلية .

عينة البحث :

قام الباحثون باختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث وعددهم (٣٠٠) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا المقيدين بالفرقة الأولى والثالثة بنسبة مئوية قدرها (٤٧.٦٢%) ، حيث تنقسم عينة البحث إلي (١٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الأولى و(١٥٠) طالبة من طالبات الفرقة الثالثة ، كما قام الباحثون باختيار عينة البحث الاستطلاعية والبالغ عددهم (١٠٠) طالبة بنسبة مئوية قدرها (١٥.٨٧%) من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية ، والجدول (١) يوضح التوصيف الإحصائي لعينة البحث الأساسية والاستطلاعية .

## جدول (١)

## التوصيف الإحصائي لعينة البحث الأساسية والاستطلاعية

عدد العينة الاستطلاعية	عدد العينة الأساسية	مجتمع البحث	العدد النوع
٦٠	١٥٠	٣١١	طالبات الفرقة الأولى
٤٠	١٥٠	٣١٩	طالبات الفرقة الثالثة
١٠٠	٣٠٠	٦٣٠	المجموع
%١٥.٨٧	%٤٧.٦٢		النسبة المئوية

توزيع أفراد العينة توزيعاً إعتدالياً :

قام الباحثون بالتأكد من مدى اعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في ضوء المتغيرات قيد البحث (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز) ، وجدول (٢) يوضح ذلك .

## جدول (٢)

## المتوسط الحسابي والوسيط والانحراف المعياري ومعامل الالتواء

للمتغيرات قيد البحث (ن = ٣٠٠)

معامل الالتواء	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	المتغيرات	
٠.٢٠	٤.٠٢	١١	١١.٢٧	توازن المهارة بالتحدي	الطلاقة النفسية
٠.٥١-	٤.٩٨	١٢	١١.١٦	اندماج الوعي بالفعل	
٠.٧١	٥.٨٠	١٠	١١.٣٨	الأهداف الواضحة	
٠.١٨	٥.٤٠	١٠	١٠.٣٢	التغذية الراجعة غير الغامضة	
١.٠٧-	٥.٢٩	١٤	١٢.١٢	التركيز على المهمة المتناولة	
٠.٩٨-	٦.٣٨	١٥	١٢.٩٢	الإحساس بالتحكم	
١.٠٣-	٥.١١	١٤	١٢.٢٤	فقدان الوعي بالذات	
٠.٤٩-	٥.١٦	١٤	١٣.١٦	تغير الوقت	
٠.٧٧-	٤.٨٤	١٤	١٢.٧٥	الخبرة ذاتية الهدف	
٠.١٦-	٣٥.١٨	١٠٩	١٠٧.١٦	الدرجة الكلية	
٠.٤٩	٧.٥٠	٤٨	٤٩.٢٢	الدرجة الكلية	دافعية الإنجاز



يتضح من جدول (٢) ما يلي :

تراوحت معاملات الالتواء ما بين (٠.٧١ : -١.٠٧) أي أنها انحصرت ما بين (٣+ ، ٣-) مما يشير إلى أنها تقع داخل المنحنى الاعتدالي وبذلك تكون العينة موزعة توزيعاً اعتدالياً في جميع متغيرات البحث (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز).

#### أدوات جمع البيانات :

أولاً : مقياس سمة الطلاقة النفسية إعداد " كسز نتمهالي - Csiksz entmhaly " (١٩٩٧) ، تعريب / حسن حسن عبده (٢٠٠٤) ملحق (١)  
ثانياً : مقياس دافعية الإنجاز إعداد / إبراهيم قشقوش (١٩٧٥) ملحق (٢)  
أولاً : مقياس سمة الطلاقة النفسية : ملحق (١)  
وصف المقياس :

قام بتصميم هذا المقياس " كسز نتمهالي - Csiksz entmhaly " (١٩٩٧) وقام " حسن عبده " (٢٠٠٤) بنقله إلى العربية ويتكون المقياس من (٣٦) عبارة أمام كل عبارة ميزان تقدير خماسي صمم بطريقة ليكرت ويحتوي علي خمس بدائل لكي يختار المفحوص أحد تلك البدائل وتتراوح من (أبدأ = ١) إلي (دائماً = ٥) ومدى درجة كل عبارة من (١) إلي (٥) علي التوالي حيث أن هذه العبارات مقسمة علي (٩) أبعاد وهي :

١- توازن المهارة بالتحدي :

في حالة الطلاقة يدرك الفرد وجود توازن بين تحديات موقف ما والمهارات الخاصة بهذا الموقف حيث يتم إجراء الأثنين في مستوى شخصي عالي ، وقد أشار " كسز نتمهالي - Csiksz entmhaly " (١٩٩٧) إلي أن هذا البعد يحدث عندما تكون مهارة الفرد في المستوى المناسب لمسايرة متطلبات الموقف والتي تعتبر فوق المتوسط بالنسبة للشخص كانت متحدية ولكنها أصبحت آلية هذه العبارة وصف بها رياضي الميدان والمضمار (٤٧ : ١٨) ، ويمثل هذا البعد عبارات (١) ، (١٠) ، (١٩) ، (٢٨) .

## ٢- اندماج الوعي بالفعل :

عندما يتوازن أو يتناغم التحدي المدرك لنشاط ما والمهارات الخاصة به يندمج الأفراد بصورة عميقة فيما يؤذونه لدرجة أن الأداء يصبح تلقائي ويتوقف الأفراد عن الوعي بذاتهم كأنها منفصلة عن الأفعال التي يؤذونها ، (٤٤ : ٥٣) ، ويمثل هذا البعد عبارات (٢ ، ١١ ، ٢٠ ، ٢٩) .

## ٣- الأهداف الواضحة :

من الصعب أن يصبح الفرد منغمساً في نشاط ما إذا لم تتوافر لديه الأهداف الواضحة وتكون الأهداف في النشاط محددة وبصورة واضحة (إما أن يكون قد تم تحديدها مسبقاً أو تطورت من خلال الاشتراك في النشاط) ، معطية للشخص الذي يكون في حالة طلاقة إحساس قوي بما سيفعله ، ويمثل هذا البعد عبارات (٣ ، ١٢ ، ٢١ ، ٣٠) .

## ٤- التغذية الراجعة غير الغامضة :

يتلقى الفرد تغذية راجعة واضحة وفورية من النشاط ذاته حيث أنها تسمح للفرد بمعرفة خبرته تجاه تحقيق الهدف ومثالاً علي ذلك قال أحد لاعبي التجديف عندما أتلقى التغذية الراجعة من حركاتي أعرف أنني في سرعة مناسبة ، هذه العبارة توضح التغذية الراجعة المستمرة التي تقدمها الأنشطة الرياضية للمؤدي وفي هذا الصدد يؤكد " كسز نتمهالي - Csiksz entmhaly " (١٩٩٨) أن التغذية الراجعة يمكن أن تكون متعددة لدرجة كبيرة ، وعلي الرغم من ذلك فإن نتائجها واحدة وهي معلومات تفيد الفرد كي ينجح في تحقيق هدفه . (٤٧ : ١٩) (٤٦ : ٢٨٣) ، ويمثل هذا البعد العبارات (٤ ، ١٣ ، ٢٢ ، ٣١)

## ٥- التركيز علي المهمة المتناولة :

يحدث التركيز الكامل علي المهمة التي يؤديها الفرد عندما يكون في حالة طلاقة ، إن التركيز لأبعاد أي مشتقات يساعد علي إندماج الوعي بالنشاط بحيث لا يكون هناك انتباه كافي لكي يفكر الفرد في أي شئ آخر ما عدا المهمة المتناولة ،

هذا ويعتبر التركيز الكامل أو الكلي من أكثر أبعاد الطلاقة شيوعاً (٤٤ : ١٩) ،  
ويمثل هذا البعد العبارات (٥ ، ١٤ ، ٢٣ ، ٣٢) .

٦- الإحساس بالتحكم :

تتضمن خبرات الطلاقة الإحساس بالتحكم أو بأكثر دقة ، لا يوجد لدى الفرد  
إحساس بالقلق حول فقد التحكم والذي يعتبر أمراً معتاداً في كثير من مواقف الحياة ،  
وما يبدوا حاسماً لهذا البعد هو أنه يعني إمكانية التحكم وخاصة الإحساس بممارسة  
التحكم في المواقف الصعبة أو المتحدية والتي تعتبر جوهرية في خبرة الطلاقة ،  
(٤٤ : ١٩) ، ويمثل هذا البعد العبارات (٦ ، ١٥ ، ٢٤ ، ٣٣) .

٧- فقدان الوعي بالذات :

يختفي الاهتمام بالذات أثناء حالة الطلاقة حتي يصبح الفرد والنشاط شيئاً  
واحداً ، وعندما يتحرر الرياضي من الوعي بالذات يصبح مؤدياً بصورة أكثر طبيعية ،  
حيث يؤدي بتلقائية وثقة وذلك لأن الذات تعمل بأكملها حيث يستخدم كل الانتباه من  
أجل المهمة المتناولة ، إن غياب الانشغال بالذات لا يعني أن الفرد غير واعي بما  
يحدث في عقله وجسمه ولكنه لا يركز علي المعلومات المستخدمة بصورة عادية  
لتقديم نفسه من حيث كيف يبدو للآخرين أثناء الأداء (٤٩ : ١٤٧ ، ١٤٨) ،  
ويمثل هذا البعد العبارات (٧ ، ١٦ ، ٢٥ ، ٣٤)

٨- تغير الوقت :

يعتبر فقدان الوقت (إما أن يبطل كما أوضح عداء مضمار بأنه " كان هناك  
وقت للتفكير " أو يسرع معطياً الشعور بأن الحدث سريع جداً قالها لاعب دراجات  
خاصية مميزة لخبرة الطلاقة حيث لا يمر ١٠ لوقت بصورته المعتادة نتيجة لتشويشه  
بواسطة الخبرة) (فقدان الوعي بالذات) (٤٤ : ٦٩) ، وعلي العكس من ذلك قد  
يصبح الوقت ببساطه أمراً غير مهم وخارج وعي الفرد ، وعلي الرغم من أن تغير  
الوقت يعتبر أحد أبعاد الطلاقة فقد أشار " كسكز انتمهالي " (١٩٩٠) إلي أن هناك  
مواقف يكون فيها الوعي بالوقت أمراً ضرورياً لإنجاح تنفيذ النشاط مشيراً إلي أن هذا

البعد الخاص بالوقت قد لا يكون شائعاً كالأبعاد الأخرى ، وبالتأكيد فإن بعض الرياضات المعروفة بالوقت فيها يكون جزء من الأداء الجيد ، وهذا في بحث كيفي قامت به " سوزان جاكسون " ( ١٩٩٢ ) تلقي هذا البعد دعماً كبيراً من خلال عينات عديدة من الرياضيين ، ويمثل هذا البعد العبارات ( ٨ ، ١٧ ، ٢٦ ، ٣٥ ) .

٩- الخبرة ذاتية الهدف :

الخبرة ذاتية الهدف هي خبرة داخلية مكافئة للفرد ، وهذا البعد قام بوصفه " كسكز نتمهالي " كنتيجة نهائية لكون الفرد في حالة طلاقة وهي موضحة بعبارات لبعض الرياضيين مثل " حقيقة تمتعت بالخبرة " " تركتني الخبرة وأنا في قمة السعادة " ، ( ٤٤ : ٦٧ ) ، ويمثل هذا البعد العبارات ( ٩ ، ١٨ ، ٢٧ ، ٣٦ ) .

التحليل السيكمومري لمقياس سمة الطلاقة النفسية :

قام الباحثون بحساب المعاملات العلمية للمقياس وذلك على النحو التالي :

أ . الصدق :

لحساب صدق المقياس استخدم الباحثون صدق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيقه على عينة قوامها ( ١٠٠ ) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا المقيدون بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، حيث قام الباحثون بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين المجموع الكلي لدرجات البعد الذي تنتمي إليه ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للمقياس ، كما تم حساب معاملات الارتباط بين المجموع الكلي لدرجات كل بعد والدرجة الكلية للمقياس ، والجداول ( ٣ ) ، ( ٤ ) ، ( ٥ ) توضح ذلك .

## جدول (٣)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس سمة الطلاقة النفسية

والمجموع الكلي للبعد الذي تنتمي إليه (ن = ١٠٠)

٢٨	١٩	١٠	١	رقم العبارة	توازن المهارة بالتحدي
٠.٦٤	٠.٩١	٠.٧٧	٠.٨٠	معامل الارتباط	
٢٩	٢٠	١١	٢	رقم العبارة	اندماج الوعي بالفعل
٠.٨٣	٠.٦٩	٠.٧١	٠.٦٨	معامل الارتباط	
٣٠	٢١	١٢	٣	رقم العبارة	الأهداف الواضحة
٠.٧٥	٠.٦٧	٠.٩٠	٠.٩٣	معامل الارتباط	
٣١	٢٢	١٣	٤	رقم العبارة	التغذية الراجعة غير الغامضة
٠.٨٨	٠.٧١	٠.٦٨	٠.٩٠	معامل الارتباط	
٣٢	٢٣	١٤	٥	رقم العبارة	التركيز علي المهمة المتناولة
٠.٧٤	٠.٩٦	٠.٦١	٠.٨٤	معامل الارتباط	
٣٣	٢٤	١٥	٦	رقم العبارة	الإحساس بالتحكم
٠.٥٥	٠.٦٧	٠.٨٤	٠.٨٩	معامل الارتباط	
٣٤	٢٥	١٦	٧	رقم العبارة	فقدان الوعي بالذات
٠.٧٣	٠.٦٧	٠.٨٤	٠.٦٨	معامل الارتباط	
٣٥	٢٦	١٧	٨	رقم العبارة	تغير الوقت
٠.٦٠	٠.٩١	٠.٦٧	٠.٩٠	معامل الارتباط	
٣٦	٢٧	١٨	٩	رقم العبارة	الخبرة ذاتية الهدف
٠.٩٤	٠.٦٢	٠.٨١	٠.٨٦	معامل الارتباط	

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٩٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٠٥

يتضح من جدول (٣) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس سمة

الطلاقة النفسية والمجموع الكلي للبعد الذي تنتمي إليه ما بين (٠.٥٥ : ٠.٩٦)

وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

#### جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس سمة الطلاقة النفسية

والمجموع الكلي للمقياس (ن = ١٠٠)

٢٨	١٩	١٠	١	رقم العبارة
٠.٩٠	٠.٨١	٠.٧٣	٠.٩٧	معامل الارتباط
٢٩	٢٠	١١	٢	رقم العبارة
٠.٨١	٠.٧٦	٠.٨٤	٠.٦٥	معامل الارتباط
٣٠	٢١	١٢	٣	رقم العبارة
٠.٦٩	٠.٧١	٠.٦٨	٠.٩١	معامل الارتباط
٣١	٢٢	١٣	٤	رقم العبارة
٠.٧٤	٠.٨٢	٠.٨٧	٠.٩٥	معامل الارتباط
٣٢	٢٣	١٤	٥	رقم العبارة
٠.٩٠	٠.٧١	٠.٧٦	٠.٨٨	معامل الارتباط
٣٣	٢٤	١٥	٦	رقم العبارة
٠.٨١	٠.٧٤	٠.٥٨	٠.٨٧	معامل الارتباط
٣٤	٢٥	١٦	٧	رقم العبارة
٠.٧٦	٠.٦٠	٠.٩٤	٠.٨٧	معامل الارتباط
٣٥	٢٦	١٧	٨	رقم العبارة
٠.٨٤	٠.٩٦	٠.٧٧	٠.٩٠	معامل الارتباط
٣٦	٢٧	١٨	٩	رقم العبارة
٠.٩٣	٠.٨٦	٠.٥١	٠.٧٣	معامل الارتباط

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٩٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٠٥

يتضح من جدول (٤) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس سمة

الطلاقة النفسية والمجموع الكلي للمقياس ما بين (٠.٥١ : ٠.٩٧) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

### جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس سمة الطلاقة النفسية

والمجموع الكلي للمقياس (ن = ١٠٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	توازن المهارة بالتحدي	٠.٨٦
٢	اندماج الوعي بالفعل	٠.٩٠
٣	الأهداف الواضحة	٠.٩٤
٤	التغذية الراجعة غير الغامضة	٠.٩٦
٥	التركيز على المهمة المتناولة	٠.٨١
٦	الإحساس بالتحكم	٠.٧٧
٧	فقدان الوعي بالذات	٠.٦٨
٨	تغير الوقت	٠.٨١
٩	الخبرة ذاتية الهدف	٠.٩١

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٩٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٠٥

يتضح من جدول (٥) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس سمة الطلاقة النفسية والمجموع الكلي للمقياس (٠.٦٨ : ٠.٩٦) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

ب . الثبات :

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحثون باستخدام معامل ألفا - كرونباخ وذلك على عينة قوامها (١٠٠) مائة طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا المقيدتين بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث والجدول (٦) يوضح ذلك .

## جدول (٦)

معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ لمقياس

سمة الطلاقة النفسية (ن = ١٠٠)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	توازن المهارة بالتحدي	٠.٩١
٢	اندماج الوعي بالفعل	٠.٨٦
٣	الأهداف الواضحة	٠.٨٤
٤	التغذية الراجعة غير الغامضة	٠.٩١
٥	التركيز علي المهمة المتناولة	٠.٩٣
٦	الإحساس بالتحكم	٠.٨٨
٧	فقدان الوعي بالذات	٠.٩٦
٨	تغير الوقت	٠.٧٩
٩	الخبرة ذاتية الهدف	٠.٨٦
	الدرجة الكلية	٠.٩٨

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٠٥

يتضح من جدول (٦) ما يلي :

تراوحت قيم معاملات ألفا كرونباخ للمقياس ما بين (٠.٧٩ : ٠.٩٨) وهي

معاملات دالة إحصائيا مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات .

ثانياً - مقياس دافعية الإنجاز : ملحق (٢)

وصف المقياس :

قام بتصميم هذا الاختبار " إبراهيم قشقوش " (١٩٧٥) لمقياس دافعية الانجاز

لدي طلاب الجامعة ويتكون الاختبار من (٣٢) اثنان وثلاثون عبارة ، ويتم الاستجابة

على عبارات الاختبار في ضوء استجابتين هما ( نعم - لا ) ، حيث أن (نعم) يقدر لها

(٢) درجتان ، (لا) يقدر لها (١) درجة واحدة ، ويبلغ الحد الأقصى لدرجات الاختبار

(٦٤) أربعة وستون درجة ، الحد الأدنى (٣٢) اثنان وثلاثون درجة ، وتشير الدرجة



المرتفعة علي دافع انجاز مرتفع ، بينما تدل الدرجة المنخفضة على دافع انجاز منخفض ويصلح المقياس لقياس دافعية الانجاز لدي الأفراد في المجالات المختلفة .  
التحليل السيكمومتري لمقياس دافعية الإنجاز في البحث الحالي :  
قام الباحثون بحساب المعاملات العلمية للمقياس وذلك على النحو التالي :  
أ . الصدق :

لحساب صدق المقياس استخدم الباحثون صدق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيقه على عينة قوامها (١٠٠) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا المقيدين بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، حيث قام الباحثون بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة وبين المجموع الكلي للمقياس ، والجدول (٧) يوضح ذلك .

#### جدول (٧)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس

والمجموع الكلي للمقياس (ن = ١٠٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٥٣	٩	٠.٥٥	١٧	٠.٨٢	٢٥	٠.٨٤
٢	٠.٧٠	١٠	٠.٧١	١٨	٠.٦٦	٢٦	٠.٧٦
٣	٠.٨٨	١١	٠.٧٣	١٩	٠.٨٧	٢٧	٠.٥١
٤	٠.٨٤	١٢	٠.٦٢	٢٠	٠.٨٢	٢٨	٠.٧٦
٥	٠.٧٧	١٣	٠.٧٤	٢١	٠.٥٠	٢٩	٠.٨٤
٦	٠.٩١	١٤	٠.٨٠	٢٢	٠.٦٨	٣٠	٠.٧٦
٧	٠.٨١	١٥	٠.٩٣	٢٣	٠.٧٠	٣١	٠.٨٠
٨	٠.٦٥	١٦	٠.٧٧	٢٤	٠.٩٠	٣٢	٠.٦٧

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٩٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٠٥

يتضح من جدول (٧) ما يلي :

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والمجموع الكلي للمقياس ما بين (٠.٥٠ : ٠.٩٣) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الصدق .  
ب . الثبات :

للتأكد من ثبات المقياس قام الباحثون باستخدام معامل ألفا لكرونباخ وذلك على عينة قوامها (١٠٠) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا المقيدين بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، والجدول (٨) يوضح ذلك .

#### جدول (٨)

معامل الثبات باستخدام معامل ألفا لكرونباخ

(ن = ١٠٠)

لمقياس دافعية الإنجاز

معامل الفا	مقياس دافعية الإنجاز
٠.٩٥	الدرجة الكلية

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٢٠٥

يتضح من جدول (٨) ما يلي :

تراوحت قيمة معامل ألفا لكرونباخ للمقياس (٠.٩٥) وهو معامل دال إحصائياً مما يدل على أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات .

#### خطوات البحث :

الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحثون بإجراء دراسة استطلاعية للتأكد من مناسبة المقاييس المستخدمة للتطبيق على العينة قيد البحث ، وقد تم تطبيق تلك المقاييس على عينة قوامها (١٠٠) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا المقيدين بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، وقد

أوضحت نتائج تلك الدراسة عن فهم العينة للمقاييس المستخدمة وكذلك تعليمات التطبيق .

تطبيق البحث :

قام الباحثون بتطبيق المقاييس النفسية قيد البحث علي العينة الأساسية في

٢٢/١٠/٢٠١٧ م .

**الأسلوب الإحصائي المستخدم :**

لحساب نتائج البحث استخدم الباحثون الأساليب الإحصائية الآتية :

- المتوسط الحسابي - الوسيط - الانحراف المعياري

- معامل الالتواء - معامل الارتباط البسيط - معامل ألفا كرونباخ

وقد ارتضى الباحثون مستوى دلالة عند مستوي (٠.٠٥) للتأكد من معنوية

النتائج الإحصائية للبحث ، كما استخدم الباحثون برنامج Spss v22 لحساب بعض

المعاملات الإحصائية .

**عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها**

**أولاً - عرض النتائج :**

سوف يتم عرض نتائج البحث وفقاً للفروض كالتالي :

١- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز

لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا .

## جدول (٩)

معاملات الارتباط بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لد طالبات

كلية التربية الرياضية جامعة المنيا (ن = ٣٠٠)

دافعية الإنجاز		المتغيرات
مستوى الدلالة	قيمة ( ر )	
دالة	٠.٨٦	توازن المهارة بالتحدي
دالة	٠.٧٥	اندماج الوعي بالفعل
دالة	٠.٩٠	الأهداف الواضحة
دالة	٠.٨٣	التغذية الراجعة غير الغامضة
دالة	٠.٧٧	التركيز علي المهمة المتناولة
دالة	٠.٦٩	الإحساس بالتحكم
دالة	٠.٧٣	فقدان الوعي بالذات
دالة	٠.٨١	تغير الوقت
دالة	٠.٨٨	الخبرة ذاتية الهدف
دالة	٠.٩٣	الدرجة الكلية

قيمة (ر) الجدولية عند درجة حرية (٢٩٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.١٣٨

يتضح من جدول (٩) ما يلي :

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لدي طالبات كلية التربية الرياضية بجامعة المنيا ، حيث تراوحت معاملات الارتباط لعينة البحث ما بين (٠.٦٩ : ٠.٩٣) .

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز) .

جدول (١٠)

دلالة الفروق بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية

جامعة المنيا في (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز) (ن = ١ = ن = ٢ = ١٥٠)

المتغيرات	الأبعاد	طالبات الفرقة الثالثة		طالبات الفرقة الأولى		قيمة (ت)	مستوي الدلالة
		ع	م	ع	م		
الطلاقة النفسية	توازن المهارة بالتحدي	١٢.٥٣	٢.٥٤	١٠.٠٢	٤.٧٨	٥.٦٧	دال
	اندماج الوعي بالفعل	١٣.٩٩	٣.١١	٨.٢٠	٤.٨١	١٢.٣٨	دال
	الأهداف الواضحة	١٥.٥٣	٣.٥٥	٧.٢٤	٤.٥٠	١٧.٧٠	دال
	التغذية الراجعة غير الغامضة	١٤.٢٧	٣.٥٥	٦.٣٧	٣.٨١	١٨.٥٧	دال
	التركيز علي المهمة المتأولة	١٦.١٤	٢.١٨	٨.١٠	٤.٣٥	٢٠.٢٥	دال
	الإحساس بالتحكم	١٨.١٠	٢.٠٦	٧.٧٤	٤.٨٣	٢٤.١٨	دال
	فقدان الوعي بالذات	١٤.٨٥	١.٩٣	٩.٦٢	٥.٨٧	١٠.٣٧	دال
	تغير الوقت	١٥.٧٤	٣.٢٤	١٠.٣٧	٥.٣٣	١٠.٥٤	دال
	الخبرة ذاتية الهدف	١٦.١٤	٢.٤٨	٩.٣٥	٤.٢٠	١٧.٠٣	دال
	الدرجة الكلية	١٣٧.٢٩	١٥.٣٩	٧٧.٠٢	٢٠.٠٢	٢٩.٢٣	دال
دافعية الإنجاز	٥٣.٦٤	٦.٦٣	٤٤.٨٠	٥.٤٥	١٢.٦٢	دال	

قيمة (ت) الجدولية عند درجة حرية (٢٩٨) ومستوي دلالة (٠.٠٥) = ١.٩٦٠

يتضح من جدول (١٠) ما يلي :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى في الطلاقة النفسية لصالح طالبات الفرقة الثالثة حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية .
- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطي درجات طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى في دافعية الإنجاز لصالح طالبات الفرقة الثالثة حيث أن قيمة (ت) المحسوبة أكبر من قيمة (ت) الجدولية .

### ثانياً - تفسير ومناقشة النتائج :

لقد أوضحت نتائج الجدول (٩) وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا ، ويعزو الباحثون هذه النتيجة إلى أن الطلاقة النفسية تعد من المقومات الأساسية لدافعية الإنجاز الرياضي فالفرد الذي يتمتع بمستوي عالي من الطلاقة النفسية يكون قد رسم أهدافه وحدد طرق الوصول إليها مما أسهم في رفع واقعيته لإنجازها بأقل وقت وبذلك تظهر العلاقة المترابطة بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي .

أما بخصوص تفسير العلاقة بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي فيعزو الباحثون هذه النتيجة إلى أن هذه النتائج منطقية ومتفقة مع ما ذكرته المصادر العلمية التي تشير إلى أن هناك تفاعل ايجابي ما بين حالة الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي إذ أن الانجاز الرياضي يتوقف على مدى استفادة الطالبات من قدراتهن النفسية على نحو لا يقل عن قدراتهن البدنية فالقدرات النفسية تساعد الطالبات على تعبئة طاقاتهم البدنية لتحقيق أقصى وأفضل أداء رياضي .

وهذا ما شار إليه " محمد شمعون " (١٩٩٦ : ٢١٩) أن حدوث الإنجازات الرياضية يرتبط بوجود اللاعب في منطقة الطاقة النفسية المثلى وقد وجد أن أهم ما يميزها هو أن يكون الانتباه قد تم توجيهه كلياً إلى أداء المهارة .

في حين يؤكد " محمد علاوي " (٢٠٠٢ : ١٤٢) بأن استعداد اللاعب لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق في ضوء معيار معين من معايير

التفوق عن طريق إظهار أكبر قدر ممكن من النشاط والفعالية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل إحراز بطولة ما أو التفوق في مواقف المنافسة الرياضية تتولد لديه طاقة نفسية عالية تزيد من دافعيته للإنجاز .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلاً من " نبيل المنصوري " (٢٠١٥) (١٠) ، "إيمان عبد الله" (٢٠٠٨) (٣) ، " محمد سالم " (٢٠٠٥) (٩) ، " جاكسون وآخرون - Jackson . S .A et all " (١٩٩٨) (١٣) ، " جاكسون Jackson, S.A " (١٩٩١) (١٥) ، والتي تشير إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الطلاقة النفسية وبين دافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا . وبذلك يتحقق الفرض الأول الذي ينص علي : توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا.

كما أوضحت نتائج جدول (١٠) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في الطلاقة النفسية لصالح طالبات الفرقة الثالثة ، ويعزو الباحثون تلك النتيجة إلى أن طالبات الفرقة الثالثة قد درسوا ثلاث سنوات بالكلية حيث اكتسبوا من خلال هذه السنوات العديد من المهارات والخبرات والقدرات الرياضية والنفسية والاجتماعية والتي من شأنها تجعلهم متفوقين ومتقدمين عن طالبات الفرقة الأولى دراسياً وبدنياً وصيحاً ونفسياً واجتماعياً .

كما أن طالبات الفرقة الثالثة لديهم ثقة بأنفسهم لما يبذلونه من جهد ومثابرة فهم يتطلعون دائماً إلى الأفضل في الأداء نظراً لتعاونهم المستمر وتجمعهم بصورة متواصلة سواء داخل المحاضرات العملية والنظرية أو خارجها وتفاعلهم مع بعضهم البعض وتكاتفهم معاً من أجل الوصول إلى أعلى مرتبة يحققون بها سمة الطلاقة النفسية ، وكونهم طلاب جامعيين ينظرون إلى المستقبل الأفضل لمستواهم الرياضي وكذلك لجامعتهم ومن الممكن أن تكون لهم أهداف أخرى يسعون لها وهو الانضمام

في أحد النوادي خارج الجامعة في ظل المجهودات التي يقدمونها فهي تستحق التقدير حيث أن النشاط ذاتي الهدف يكون هدفه الوصول إلي درجة أعلى من سمة الطلاقة النفسية دون اللجوء إلي أي عائد مادي أو مكافآت .

كما يعزو الباحثون هذه الفروق إلي أن طالبات الفرقة الثالثة أكثر استمتاعاً بممارسة الرياضة واندماجهم فيها من طالبات الفرقة الأولى ولديهم قدر أكبر علي الإحساس بالتوازن ما بين المهارات والقدرة علي أدائها وقدرتهم علي تحقيق الأهداف أكثر وبالتالي فإن حالة الطلاقة النفسية لدي طالبات الفرقة الثالثة أعلى من طالبات الفرقة الأولى اللاتي قد يشعرن بالتوتر والقلق والخوف من تحقيق الإنجاز الرياضي نظراً لضعف قدراته البدنية والمهارية وقدرتهم علي بذل المجهود .

كما يعزو الباحثون تدني مستوي الطلاقة النفسية لدي طالبات الفرقة الأولى عن طالبات الفرقة الثالثة إلي أنهم أول سنة لهم بالدراسة بالجامعة بصفة عامة وبكلية التربية الرياضية بصفة خاصة ، الأمر الذي يجعلهم غير مؤهلين بدنيا ورياضياً ونفسياً واجتماعياً ، وكذلك لأنهم لم يتعرضوا للعديد من المواقف الرياضية التنافسية مثل الاشتراك في فرق الجامعة في العديد من الرياضات المختلفة ويشير " محمد إبراهيم ، أشرف محمد " (٢٠٠٢) (٥) إلي أنه كلما زادت خبرة اللاعب وتوزعت معرفته أصبحت قدرته في السيطرة علي انفعالاته أكثر دقة وأكبر في استخدامها في المستقبل ، ويصبح أدائه سريعاً وسهلاً ومن ثم يتطور تفكيره .

وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت إليه نتائج دراسات كلاً من " جاكسون Jackson, S.A" (١٩٩١) (١٥) ، " سكوت Scott " (٢٠٠٣) (١٨) ، إلي أن الطالبات عينة البحث توفرت لديهم حالة مثلي من الطلاقة النفسية ، مما جعلهم مستغرقين تماماً فيما يقومون به من عمل ، كذلك أيضاً وجود توازن بين تحديات الموقف والمهارات الخاصة بالموقف المتواجدين فيه حيث تم إجراء الأثنين في مستوي شخصي عالي ، فتوافر لديهم توازن وتناغم للأنشطة والمهارات الخاصة التي



يؤدونها وبالتالي يكون هناك اندماج بصورة عميقة في أداء هؤلاء الطالبات للأنشطة والمهارات التي يؤدونها .

كما يتضح من نتائج جدول (١٠) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في دافعية الإنجاز لدي طالبات الفرقة الثالثة ويعزو الباحثون هذه النتيجة إلي أن طالبات الفرقة الثالثة يمتلكن دافع كبير للإنجاز والتحمل والمثابرة وإلي تغير الوضع الاجتماعي لها ، وكذلك الوضع الدراسي من أجل الانتقال إلي الفرقة الرابعة ، حيث لم تعد طموحات تلك الطالبات وآمالهم محصورة في المجال الدراسي فقط بل اتسعت تطلعاتهم إلي مجالات الحياة الآخري مثل الدراسة والمهنة وممارسة الأنشطة الرياضية المفضلة لديهم .

كما يعزو الباحثون هذه النتيجة إلي تحلي طالبات الفرقة الثالثة بالعديد من السمات النفسية التي من شأنها تزيد من رغبة هذه الفئة في التقدم والنجاح كالإصرار علي الفوز وعدم الهزيمة ، لأن أهم ما يميز هذه المرحلة عدم تقبل الخسارة والعمل الجاد ، كما أن التعطش الدائم لممارسة الأنشطة الرياضية لدي الفئة المستهدفة وخاصة دوري الألعاب الذي يقام بين الفرق في الألعاب الرياضية بالجامعة يجعلها تقضي أكبر وقتاً في الممارسة مما يحسن من مستواها الرياضي ويقوي دافيتهم نحو الإنجاز والتفوق الرياضي والحصول علي المراكز الأولى في مختلف الألعاب .

ويري " أسامة راتب " (١٩٩٢ : ٣٢) أن نتائج الدراسات والبحوث في مجال دافعية الإنجاز أظهرت أن الرياضيين الذين يتميزون بدرجة من سمة دافعية الإنجاز يظهرون قدراً كبيراً من المثابرة في آدائهم ويتميزون في أعمالهم وأدائهم بمعدل مرتفع ويتميزون بالاستقلالية وتحمل المسؤولية فيما يقومون به من أعمال ويحبون معرفة نتائج آدائهم لتقييم قدراتهم وتطويرها نحو الأفضل ويميلون إلي التفوق في المواقف الإنجازية المختلفة .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة كلاً من " نبيل المنصوري " (٢٠١٥) (١٠) ،

"إيمان عبد الله" (٢٠٠٨) (٣) ، "محمد سالم" (٢٠٠٥) (٩) ، "جاكسون وآخرون - Jackson . S .A et all" (١٩٩٨) (١٣) ، "جاكسون Jackson, S.A" (١٩٩١) (١٥) ، والتي تشير إلي وجود فروق ذات دلالة إحصائية في دافعية الإنجاز الرياضي لدي مختلف العينات .

وبذلك يتحقق الفرض الثاني الذي ينص علي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في (الطلاقة النفسية ، دافعية الإنجاز) .

#### - الاستنتاجات :

في ضوء نتائج البحث توصل الباحثون إلي الاستنتاجات التالية :

- ١- توجد علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لدى طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا .
- ٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في الطلاقة النفسية .
- ٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الثالثة وطالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية جامعة المنيا في دافعية الإنجاز .

#### - التوصيات :

في ضوء نتائج البحث يوصي الباحثون بما يلي :

- ١- إجراء دراسات أخرى عن الطلاقة النفسية في المجال الرياضي وعلاقتها بالعديد من المتغيرات النفسية الأخرى .
- ٢- توطيد العلاقات الاجتماعية بين الطالبات من خلال الحث علي أهمية ممارسة الأنشطة الرياضية لتنمية الاتجاه نحو التعاون فيما بينهم .
- ٣- إعداد دورات وبرامج إرشادية لتنمية مهارات الطلاقة النفسية لدي الطالبات وتوضيح طرق توطيد العلاقات الاجتماعية فيما بينهم .
- ٤- إعداد دورات وبرامج إرشادية لتنمية مهارات دافعية الإنجاز لدي الطالبات وكيفية تحقيق هذا الانجاز في المجال الرياضي .

## قائمة المراجع :

أولاً : المراجع باللغة العربية :

- ١- أسامة كامل راتب (١٩٩٥) : علم نفس الرياضة ، دار الفكر العربى ، القاهرة .
- ٢- أسامة كامل راتب (١٩٩٢) : المقارنة بين سبahi المنافسات للناشئين والعمومي في بعض السمات الانفعالية لمستوي الإنجاز الرقمي ومسافة ونوع المسابقة ، مجلة العلوم والفنون ، المجلد الرابع ، العدد الثاني ، جامعة حلوان .
- ٣- إيمان عبد الله زيد (٢٠٠٨) : الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المشتركين فى أسبوع شباب الجامعات الثامن جامعة المنوفية ، مجلة كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق .
- ٤- حسن حسن عبده ( ٢٠٠١ ) : تقنين مقياس حالة الطلاقة النفسية لدى الرياضيين من طلاب الجامعة ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، العدد الرابع والثلاثون ، يوليو ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان .
- ٥- محمد إبراهيم محمود ، اشرف محمد علي (٢٠٠٢) : تأثير برنامج للتدريب العقلي على مستوى قدرات التفكير الابتكاري والتصرف الخططي لناشئي كرة القدم، بحث منشور في مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية ، العدد ١٤ ، ج ١ ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة أسبوط .
- ٦- محمد العربي شمعون (١٩٩٦) : التدريب العقلي في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٧- محمد حسن علاوي (٢٠٠٢م) : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، دار الكتاب للنشر ، القاهرة.

٨- محمد حسن علاوي (١٩٩٨) : مدخل فى علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .

٩- محمد سالم العجيلي (٢٠٠٥) : الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز ومركز التحكم لدى الرياضيين من طلاب جامعة المنيا ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا .

١٠- نبيل المنصوري (٢٠١٥) : الطلاقة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم بأندية الجهوي لولاية البويرة ، مجلة معارف ، العدد (١٦) ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، جامعة البويرة .

ثانياً : المراجع باللغة الأجنبية :

- 11- Csikszentmihalyi , m (1990) : Flow the psychology of optimal experience m new york ,harper and row publishers .
- 12- Csikszentmihalyi, M (1992): A response to the kimiecik and stein and Jackson papers , journal of applied sport psychology , 4 – 181 – 183 .
- 13- Jackson . S .A., Kimiecik .J.C., Ford .S .K., & Marsh H . W (1998) : psychological correlates of flow in sport Journal of sport & Exercise psychology.20 .358 - 378.
- 14- Jackson , S . A , March , H .W(1996) : Development and validation of a scale to measure optimal experience , the flow state scale , journal of sport & exercise psychology , 18 , 17 – 25 .

- 15- Jackson , S . A (1991) : Examination flow Experience in sport contexts , Implication for peak performance paper presented at the annual meeting of the association for the advancement of applied sport psychology , Savannah , Ga
- 16- Kimiecik , J . C & Stein G . L(1992) : Examining flow experiences in sport contexts , conceptual issues and methodological concerns , journal of applied sport psychology , 4 . 144 – 160 .
- 17- Martens , R (1987) : Coaches guide to sport psychology , Human kinetics publisher , Inc , Champaign , Illinois ,.
- 18- Scott,F.(2003). Examining the relationship between flow and psychological constructs established in the coding process, Book of abstracts. European congress of sport psychology Copenhagen 22-27 July. P 60.

## الطلاق النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدي طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا

\* أ. د / إبراهيم ربيع شحاتة

\*\* أ.م.د / الزهراء رشاد محمد

\*\*\* الباحثة / رشا إبراهيم شعراوي

يهدف البحث إلي التعرف علي العلاقة بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز ، حيث استخدم الباحثون المنهج الوصفي (أسلوب الدراسات المسحية) ، قام الباحثون باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من طالبات كلية التربية الرياضية جامعة المنيا المقيدين بالفرقة الاولى والثالثة لعام ٢٠١٧/٢٠١٨ والبالغ قوامها (٣٠٠) طالبة ، واستخدم الباحثون مقياس سمة الطلاقة النفسية ، مقياس دافعية الإنجاز كأدوات لجمع البيانات ، وكانت من أهم النتائج التي توصل إليها الباحثون أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لدي عينة البحث ، وكذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات الفرقة الأولى وطالبات الفرقة الثالثة في الطلاقة النفسية ودافعية الإنجاز لصالح طالبات الفرقة الثالثة .

\* أستاذ علم النفس الرياضي ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون التعليم والطلاب جامعة المنيا .  
\*\* أستاذ علم النفس المساعد بقسم العلوم النفسية كلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .  
\*\*\* باحثة بقسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية الرياضية بكلية التربية الرياضية - جامعة المنيا .

**The psychological fluency and its relation to the  
achievement motivation of the students of the Faculty of  
Physical Education, Minia University**

**\* Dr. / Ibrahim Rabee Shehata**  
**\*\* Prof. Dr. / Zahra Rashad Mohammed**  
**\*\*\* Researcher / Rasha Ibrahim Sharawi**

---

The research aims to identify the relationship between psychological fluency and achievement of motivation. The researchers used the descriptive method (survey method). The researchers randomly selected the sample of the students of the Faculty of Physical Education, Minia University, enrolled in the first and third classes 2017/2018, As a tool for data collection, and the most important findings of the researchers that there is a positive correlation between statistical function between the psychological fluency and motivation of achievement in the research sample, as well as there are differences of statistical significance between the students of the first division and students of the third division in the For the psychological and motivation of achievement for the benefit of students of the third division

- 
- \* Professor of Sports Psychology and Vice Dean of the Faculty of Physical Education for Education and Students Affairs Minia University.
  - \* \* Assistant Professor, Department of Psychological, Educational and Social Sciences, Faculty of Physical Education, Minia University.
  - \*\*\* Researcher in the Department of Psychological, Educational and Social Sciences, Faculty of Physical Education - Minia University .

