

أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية
(الثابتة ، والمتحركة) لدى لاعبي نادي
الرافدين بالمصارعة الرومانية

تقدم به

م. عامر موسى عباس

الملخص باللغة العربية

أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) لدى لاعبي نادي الرافدين بالمصارعة الرومانية

الباحث : م. عامر موسى عباس

أن اللاعب أثناء خوض المباراة قد يتعرض الى ضغوط نفسية ناتجة عن بعض العوامل الخارجية والتي تؤثر على انفعال اللاعب سواء كان الانفعال سلبياً أو ايجابياً قد يؤثر على فعالية اللاعب وبالتالي يؤثر على نتيجة المباريات ، لذا تجلت أهمية البحث في التعرف على أثر الصلابة النفسية لمصارعي الرومانية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) ، وقد تسبب لهم بعض هذه الانفعالات النفسية أثر كبير وسلبى على أداء واجباتهم ، فارتأى الباحث الخوض في هذه الدراسة لمعرفة مدى الصلابة النفسية للمصارعين بالتدريب في مرحلة الإعداد الخاص وأثرها في الاستجابة الانفعالية(الثابتة ، والمتحركة) وهدفاً للبحث كان التعرف على مستوى الصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) والتعرف على الفروقات بين مصارعي الرومانية (الناشئين ، والشباب) في أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية .

واقترض الباحث بأن هناك فروق إحصائية بين الاختبارات الثلاثة (القبلي ، الوسطي ، النهائي) لكل فئة عمرية (الناشئين ، والشباب) في أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) ووجود تباين بين هذه الفئات العمرية ، واشتمل البحث على الدراسات النظرية التي تخدم البحث وتناول أيضاً فيه الإجراءات الميدانية والوسائل الإحصائية بعد الحصول على البيانات وبعد تفرغها من خلال إجراء ثلاثة اختبارات ، وكذلك قام بعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها ، وتم الاستنتاج ووضع التوصيات على ضوء الاستنتاجات التي تم التوصل إليها .

Abstract

The impact of mental toughness in emotional response (stationary and moving) with players club Alrafden in Greco-Roman wrestling

Researcher : Amer Musa Abbas

That the player during the match may be exposed to psychological pressure caused by some external factors that affect the emotion player whether emotion negative or positive may affect the effectiveness of the player and therefore affect the outcome of games, so reflected the importance of research to identify the impact toughness psychological wrestlers Romanian in Response emotional (fixed and mobile), and may cause them some of these psychological emotions significant impact and negative impact on the performance of their duties, Fartay researcher delving into this study to see how solid psychological wrestlers training in preparation for and impact in responding emotional (fixed and mobile) The research goal was to identify the level of mental toughness and emotional response (fixed and mobile) and to identify the differences between the Roman wrestlers (junior and youth) in the impact of mental toughness in the emotional response .

I suppose the researcher that there is statistical differences between the three tests (tribal, centrist, final) for each age group (junior, and youth) in the impact toughness of mental response emotional (fixed and mobile) and the existence of a discrepancy between these age groups, and research included theoretical studies that serve Find and also addressed the operational procedures and statistical methods to obtain data and discharged through a three tests, as well as introducing the results analyzed and discussed, was the conclusion and make recommendations in the light of the conclusions that have been reached.

١-١ المقدمة وأهمية البحث :

يعد التقدم العلمي من متغيرات عصرنا الحديث اذ الحياة بما فيها الجانب الرياضي الذي يتفاعل مع العلوم الإنسانية والنفسية لإعداد الفرد إعداداً متزن يمهد للوصول الى المستويات العليا في الفعاليات الرياضية . (أحمد أمين ، ٢٠٠٣ ، ٢٧)

أن علم النفس الرياضي هو العلم التطبيقي لمعظم فروع علم النفس حيث يهتم بدراسة السلوك الإنساني الذي يصدر خلال الممارسة الرياضية بمختلف أشكالها ومجالاتها وذلك بهدف فهم السلوك والتحكم فيها والتنبؤ به من اجل العمل على تطويره والارتقاء به وإيجاد الحلول العملية لمختلف المشاكل التطبيقية في التربية البدنية والرياضية والتنافسية والترفيهية الرياضية .

ويعتبر متغير الصلابة النفسية من المتغيرات النفسية التي تسهم في قدرة الفرد على المواجهة الأكثر ايجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية كما أنها تعد خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة المحيطة بالفرد منذ الصغر.

وترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من المظاهر الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة وكذلك بأنواع متعددة من المظاهر والمتغيرات الجسمية الخارجية التي كثيرا ما تعبر عن نوع الانفعال . وأن المصارعين أثناء خوض المباريات قد يتعرضون الى ضغوط نفسية ناتجة عن بعض العوامل الخارجية والتي تؤثر على انفعال اللاعب سواء كان الانفعال سلبياً أو ايجابياً قد يؤثر على فعالية المصارع وبالتالي يؤثر على نتيجة المباريات ، وتجلت أهمية البحث في التعرف على أثر الصلابة النفسية لمصارع الرومانية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) ذلك يساعد المدربين على وضع إعداد خاص بالجانب النفسي لتحسين الصلابة النفسية لديهم .

٢-١ مشكلة البحث :

ان ظروف المباراة والعوامل الخارجية التي يواجهها المصارعين أثناء خوضهم النزالات والجهد المبذول فيها وطبيعة العمل العضلي والنفسي لديهم فضلاً عن المصارع المنافس والمعلومات المتوفرة عليه وما قد يقوم فيه المنافس من استراتيجيات قد تختلف عن ما هو لديه ، تسبب لهم بعض الانفعالات النفسية التي تؤثر سلباً على أداء واجباتهم لطبيعة النزالات في هذه اللعبة والزمن القليل في كل جولة تكون لديه ضغوطات تختلف من مصارع إلى آخر ، فارتأى الباحث الخوض في هذه المشكلة لمعرفة مدى الصلابة النفسية لدى المصارعين بالتدريب في مرحلة الإعداد الخاص وأثرها في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) لدى مصارع الرومانية في نادي الرافدين الرياضي .

٣-١ هدفا البحث :

يهدف البحث الى :

- التعرف على مستوى الصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) لدى مصارعي الرومانية في نادي الرافدين الرياضي .
- التعرف على الفروقات بين مصارعي الرومانية (الناشئين ، والشباب) في أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) .

٤-١ فرضا البحث :

يفترض الباحث :

- هناك فروق إحصائية بين الاختبارات الثلاثة (القبلي ، الوسطي ، النهائي) لكل فئة عمرية (الناشئين ، والشباب) في أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) لدى مصارعي الرومانية في نادي الرافدين الرياضي .
- وجود تباين بين الفئات العمرية (الناشئين ، والشباب) في أثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) لدى مصارعي الرومانية في نادي الرافدين الرياضي .

٥-١ مجالات البحث :

- ١-٥-١ المجال البشري : لاعبي المصارعة الرومانية لفنتي (الناشئين والشباب) لنادي الرافدين الرياضي في محافظة الديوانية لعام (٢٠١٢) .
- ٢-٥-١ المجال الزماني : من ٢٠١٢ /٧/٩ ولغاية ٢٠١٢/١٠/١١ تمثل الاختبارات والتجربة الاستطلاعية
- ٣-٥-١ المجال المكاني : قاعات وساحات نادي الرافدين الرياضي .

٢- الدراسات النظرية :

١-٢ الصلابة النفسية : (أحمد عبد الحميد وحسام الدين ، ٢٠٠٩ ، ٢٧٦-٢٨٣)

تعرف الصلابة النفسية بأنها مجموعة من خصائص الشخصية التي تعمل كمصدر لمقاومة الضغوط الناتجة عن أحداث الحياة الضاغطة .

ويعتبر متغير الصلابة النفسية من المتغيرات النفسية التي تسهم في قدرة الفرد على المواجهة الأكثر ايجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية كما أنها تعد خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المتنوعة المحيطة بالفرد منذ الصغر ، واشتق متغير الصلابة النفسية من النظرية الوجودية في الشخص ، ويشير مضمونه الى ان الأشخاص الأكثر صلابة من السهل ان يلزموا

أنفسهم بما يفعلونه ويعتقدون في قدرتهم على التحكم في أحداث الضغوط وينظرون للتغير على انه ٥ تحدي طبيعي يسمح لهم بالنمو وعند إدراكهم لأحداث الضغوط يمكنهم اتخاذ القرارات واضعين أولويات في حياتهم وأهدافاً جديدة وأنشطة أكثر تعقيدا يقيمونها على أنها قدرات إنسانية مهمة .

فعدم تمتع اللاعبين بالصلابة النفسية يؤدي الى زيادة الضغوط النفسية ويظهر اثر ذلك في هبوط مستوى أداء الفريق فكثيرا ما نلاحظ ان الكثير من اللاعبين يمتلكون الفورمة الرياضية ولكنهم ليسوا قادرين على حسم الصراع لصالحهم بالرغم من تفوق قدراتهم عن الفريق الآخر ويرجع ذلك الى الاستثارة الانفعالية العالية وهذه الحالة تأتي بأشكال مختلفة ولكن توجد حالة عامة مميزة لهذا النوع وتتمثل في الخلل العام غير المواجه وعدم القدرة على التركيز وتوجيه الطاقة نحو التعامل مع اي من الواجبات التي توضع أمامهم في المباراة وتسمى بتشتيت البداية التي تتضح عند حالة حمى البداية او حالة اللامبالاة وتتمثل في حالة عدم الانسجام النفسي فتتغيب اليقظة العقلية ويقل التركيز فيخفقون في تنفيذ الواجبات الخطئية والدفاعية .

وفي حالة تمتع اللاعبين بالصلابة النفسية فأنهم يحسنون التصرف في جميع مواقف اللعب ويكونوا واثقون من أنفسهم ومن الفوز بنتيجة المباراة وخصوصا عندما يتلقى اللاعبون معلومات عن الجوانب القوية لدى الفريق المنافس وفي نفس الوقت قلة المعلومات عن جوانب الضعف فتكون الروح المعنوية عندهم مرتفعة وعلى استعداد لمواجهة الصراع مع المنافس فتقل حدة الضغوط الانفعالية لدى اللاعبين وينظروا الى الموقف على انه موقف تحدى ترتفع فيه مرحلة الاستعداد للكفاح وتقل أثار حمى البداية ويتميزوا بالتفكير الفعال السريع وسرعة اتخاذ القرارات والتوقع السليم لحركة الزميل سرعة رد الفعل نحو الأهداف المراد تحقيقها والقدرة على تغيير القرار في اللحظة المناسبة وبذلك يصل اللاعب الى امتلاك القدرات الحركية الخاصة وإدراك المواقف وتنظيم الموقف تنظيما خاصا يسمح له بالتنبؤ بالمواقف قبل حدوثها واتخاذ القرار المناسب في الوقت المناسب .

١-١-٢ أبعاد الصلابة النفسية :

إن أبعاد الصلابة النفسية نجدها في حالة نمو مستمرة مع التقدم في العمر فدخل الأفراد في خبرات حياتية غنية ومتنوعة بصفة مستمرة تساعد على نمو هذه الأبعاد وهي (الالتزام ، التحكم ، التحدي) .

١-١-٢-٢ الالتزام :

هو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، والالتزام الاجتماعي وهو الاعتقاد بأهمية وقيمة المواقف الاجتماعية التي يتعرض لها الفرد وبضرورة التعامل معها والسيطرة عليها ، والالتزام نحو العمل وهو اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له او للآخرين

واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل والالتزام بنظمه ، اما الالتزام الأخلاقي هو اعتقاد الفرد بضرورة الاستمرار في علاقاته الشخصية والاجتماعية وهو التزام داخلي يرتبط بالقيود الاجتماعية اي التزام الفرد بعلاقة ما يرتبط بوجود قيمة او هدف داخلي تجاه هذه العلاقة (تماسك جماعي) ، اما الالتزام القانوني فهو الذي ارتبطت طبيعته بطبيعة المهن ومن أبرزها ممارسة مهنة الرياضة حيث يلتزم بنفس الالتزام القانوني أثناء ممارسة الرياضة .

٢-١-١-٢ التحكم :

هو اعتقاد الفرد انه بإمكانه ان يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث وتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن التحكم والقدرة على اتخاذ القرارات ، والقدرة على تفسير الأحداث، والقدرة على مواجهة الفعالة للضغوط ، ويمكن تعريفه من الجانب الرياضي على انه اعتقاد الفرد في قدرته على السيطرة والتحكم في أحداث الحياة المتغيرة والمثيرة في مواقف المنافسة .

٢-١-١-٢ التحدي :

وهو اعتقاد الفرد ان ما يطرأ من تغيرات على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري عن كونه تهديد له مما يساعده على مواجهة الضغوط بفاعلية .

أي ان التحدي هو اعتقاد الفرد بان التغير وليس الاستقرار أمر طبيعي في الحياة وان التغير يعد حافزا وليس تهديدا فالتحدي إدراك الصعوبات على إنها مشكلات ينبغي مواجهتها بدرجة اكبر من إدراكها على إنها مهددة للفرد .

٢-٢ التوتر والانفعال : (علي حسين هاشم ، ٢٠١٠ ، ٣٧-٣٨)

الانفعالات هي حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصطحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية خارجية قد تعبر غالبا على نوع الانفعال . وترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من المظاهر الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة وكذلك بأنواع متعددة من المظاهر والمتغيرات الجسمية الخارجية التي كثيرا ما تعبر عن نوع الانفعال .

١-٢-٢ المظاهر الفسيولوجية المصاحبة للانفعالات :

- بالنسبة للدورة الدموية .

- بالنسبة للتنفس .

- بالنسبة لنشاط الغدد .

٢-٢-٢ المظاهر الخارجية المصاحبة للانفعالات :

- الحركات التعبيرية للوجه :

نتيجة الشعور بالانفعال تظهر بعض التغيرات على الوجه ومنها اصفرار الوجه وحركات العينين والحاجبين والفم .

- الحركات التعبيرية لكل أجزاء الجسم :

وهي حركات تظهر على أجزاء الجسم منها ارتعاش اليدين والرجلين او انقباض اليدين وانحناء الوجه .

- التعبيرات الصوتية :

وهي حالات رفع وخفض مستوى الصوت وسرعة الكلام وحدته .

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

١-٣ منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته طبيعة مشكلة البحث .

٢-٣ مجتمع وعينة البحث :

أشتمل مجتمع البحث على لاعبي المصارعة الرومانية في نادي الرافدين الرياضي وعددهم (٦٥) مصارع يمثلون الفئات العمرية* (الأشبال ، الناشئين ، الشباب ، المتقدمين) لعام (٢٠١٢) ، حيث تم اختيار العينة بالطريقة العمدية وعددهم (١٦ مصارع) يمثلون الفئتين العمريتين (الناشئين ، والشباب) والفئات الوزنية (٦٣-٦٩) للناشئين و(٦٦-٧٤) للشباب ، (٨) مصارعين يمثلون الفئتين الوزنيتين لكل فئة عمرية لملائمة هذه الدراسة لمثل هذه الأعمار من حيث المقياس الخاص بالصلابة النفسية ، وكانت نسبة العينة (٦١٥، ٢٤ %) من مجتمع البحث ، فضلاً عن تقارب الأعمار وكذلك الأعمار التدريجية بينهم حيث تراوحت ما بين (٢-٣ سنوات) .

٣-٣ الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة بالبحث :

- المصادر والمراجع العربية

- استمارة جمع وتفريغ البيانات .

- استمارة مقياس الصلابة النفسية .

- الجهاز الخاص بقياس بالاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) .

- فريق العمل المساعد* .

٣-٤ الاختبارات والقياس المستخدمة في البحث :

٣-٤-١ مقياس الصلابة النفسية :

قام الباحث بإجراء اختبار الصلابة النفسية** على لاعبي المصارعة الرومانية وللفئتين العمرية (الناشئين ، والشباب) لعام ٢٠١٢ في القاعة الخاصة بنادي الرافدين الرياضي ولثلاث اختبارات (القبلي ، الوسطي ، النهائي) في فترة التدريب الأعداد الخاص ، حيث تم توزيع استمارة هذا الاختبار عليهم بعد الأخذ بالمعوقات التي حصلت من خلال التجربة الاستطلاعية التي أجريت عليهم وتم تحصيل النتائج لهذه الاستمارة وتبويبها لأجل إجراء الوسائل الإحصائية ، علماً انه تم اعتماد المقياس من المصادر العلمية .

حيث أشتمل المقياس على ثلاثة أبعاد :

- **الالتزام :** ويشتمل على (١١) عبارة وهي الأرقام (١، ٦، ٥، ١١، ٩، ١٢، ١٤، ١٦، ١٩، ٢٢، ٢٠) مع ملاحظة أن العبارتين أرقام (٦، ١١) عبارات عكسية .

- **التحكم :** ويشتمل على (٧) عبارات هي أرقام (٢، ٤، ٧، ١٠، ١٥، ١٨، ٢١) .

- **التحدي :** ويشتمل على (٥) عبارات هي (٣، ٨، ١٣، ٢٣، ١٧) .

وبذلك يكون مجموع عبارات المقياس (٢٣) عبارة ويتم تصحيح المقياس وفقاً لثلاثة استجابات لكل عبارة ايجابية وهي (تنطبق دائماً = ٣ درجات ، تنطبق أحياناً = ٢ درجة ، لا تنطبق أبداً = ١ درجة) والعكس مع العبارات العكسية ، وأعلى درجة للمقياس (٦٩) وأقل درجة (٢٣) وتمثل الدرجة العالية درجة صلابة عالية وتقل الصلابة النفسية كلما قلت الدرجة على المقياس ، والزمن التجريبي لأداء المقياس (١٠) دقائق .

٣-٤-٢ اختبارات الاستجابة الانفعالية :

قام الباحث بإجراء الاختبارات الخاصة بالاستجابة بعد إجراء التجربة الاستطلاعية على عينة من المصارعين في النادي من مجتمع البحث وذلك لمعرفة المعوقات التي قد تعيق العمل من حيث وضع

* م.د. عمار مثني جميل
م.م. غزوان كريم
السيد أحمد شمس الدين
السيد صباح حسان برهان
* ينظر الملحق (٢)

كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية
كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية
مدرّب منتخب العراق للناشئين - نادي الرافدين الرياضي
مدرّب نادي الاتفاق الرياضي للمصارعة الرومانية

٩
الجهاز والأدوات اللازمة لذلك للحصول على أدق النتائج ، حيث قام الباحث بتصنيع هذا الجهاز
بالاعتماد على مشاهدته في أحد المصادر العلمية وقد قام الباحث بإضافة عليه مؤثرات خارجية مثل
(الضوء والصوت) فضلا عن ارتباط الجهاز بمؤقت لقياس الزمن فيه للحصول على أدق النتائج لأقرب
جزء من الثانية .

٣-٤-٢-١ وصف الجهاز :

هو عبارة صندوق صغير من الخشب على شكل مستطيل ثبت عليه لوحة معدنية بها فتحات مفرغة
متدرجة في الاتساع هذه الفتحات موزعة على مجموعتين احدها على شكل ثقب (دوائر) والأخرى
على شكل قنوات مستقيمة تبدأ وتنتهي بدوائر صغيرة .

ويخرج من الصندوق سلك كهربائي ينتهي بمقبض من البلاستيك كالقلم (مجس) مثبت به سن معدني
مدبب هذا السن المدبب عند ملامسته للوحة المعدنية (في حالة تشغيل الجهاز بتوصيلة بمصدر كهربائي)
تستكمل الدائرة الكهربائية ويسجل العداد الموجود بجانب الجهاز عدة واحدة تنقطع بعدها الدائرة حتى تتم
لمسة أخرى وهكذا يستمر العداد في تسجيل عدد اللمسات التي تتحقق على اللوحة المعدنية عند إجراء
القياس ، يجب وضع الجهاز على طاولة ارتفاعها مناسب بحيث يكون الجهاز أمام المفحوص وعلى
مستوى معين ، فضلاً عن إضافة عليه مؤثرات خارجية مثل (الضوء والصوت) فضلا عن ارتباط
الجهاز بمؤقت لقياس الزمن فيه للحصول على أدق النتائج لأقرب جزء من الثانية ، حيث عند مس أحد
جوانب الثقوب يضاء المصباح ويصدر صوت بذلك ويقوم العداد بوضع رقم هذا اللمس ، وكذلك عند
القياس المتحرك .

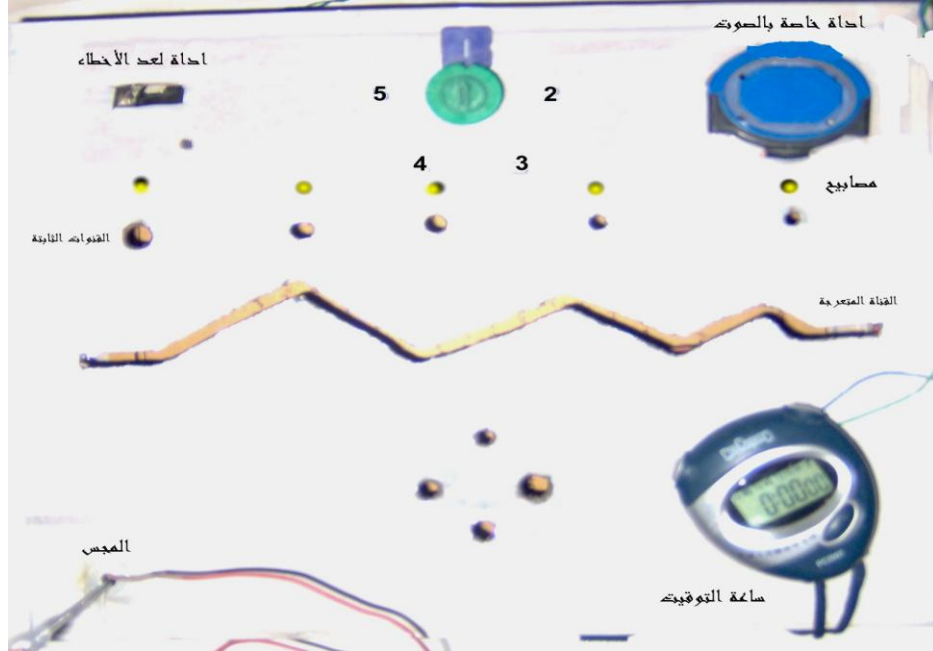
٣-٤-٢-٢ طريقة قياس الاستجابة الانفعالية (الثابتة)

يمسك المفحوص بالمقبض البلاستيك (المجس) من نهايته موجهها السن المعدني تجاه الثقب الأول (الأكثر
اتساعاً) يقوم المفحوص بإدخال السن المعدني في الثقب مع نداء المختبر (أبدا) ويحاول الثبات به وسط
الثقب وتجنب لمس الأجناب لمدة (١٠) ثانية بعد انتهاء فترة الـ (١٠) ثانية وعلى نداء المختبر يخرج
المفحوص السن المعدني من الثقب ويكرر العمل السابق في كل ثقب من الثقوب الخمسة ترتب اتساعها ثم
تأخذ قراءة العداد الذي يسجل مجموع اللمسات الخاطئة التي تمت خلال القياس كلما قل عدد اللمسات
المسجلة بالعداد كانت الاستجابة الانفعالية أفضل .

٣-٤-٢-٣ طريقة قياس الاستجابة الانفعالية (المتحركة)

يمسك اللاعب المقبض البلاستيكي (المجس) من نهايته وموجهها السن المعدني تجاه القناة المتعرجة ،

يقوم بإدخال السن المعدني في بداية القناة ، وذلك مع نداء المختبر (ابداً) يتحرك بالسن المعدني داخل القناة حتى نهايتها مع تجنب لمس الأجناب قدر الإمكان ، يتم التوقيت من بداية القناة المتعرجة والى نهايتها وبعد الوصول الى نهاية القناة يخرج اللاعب (المجس) يكرر العمل السابق خمس مرات (يتم تسجيلها) كلما قل عدد اللمسات المسجلة كلما دل ذلك على ان اللاعب أكثر ثباتاً من الناحية الانفعالية .



شكل (١) يمثل الجهاز الخاص بالاستجابة الانفعالية (الثابتة والمتحركة) الذي تم التعديل عليه

٣-٥ التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية في يوم الخميس المصادف ٥ / ٧ / ٢٠١٢ حيث قام الباحث بإجرائها على (٨ مصارعين) من مجتمع البحث وذلك للتعرف على :

- المعوقات التي تعيق البحث .
- الوقت اللازم لأداء الاختبارات والقياس المستخدمة في البحث .
- فاعلية كادر العمل المساعد .

٣-٦ إجراءات البحث الميدانية :

في يوم السبت المصادف ٧ / ٧ / ٢٠١٢ أجرى الباحث الاختبارات والقياس على عينة البحث وهم (١٦) مصارع من نادي الرافدين الرياضي للفئتين العمرية (الناشئين ، والشباب) ، وقد أختبر الباحث العينة ثلاث اختبارات (قبلية ، وسطية ، نهائية) خلال فترة التدريب (الإعداد الخاص) الذي مدته (٣ أشهر) وذلك بعد تصنيع جهاز الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) والتعديل عليه بإضافة بعض المؤثرات (كالصوت ، والضوء) فضلاً عن مؤقت ، حيث تم عرض الجهاز بعد التعديل عليه على الخبراء

والمختصين* ، وكذلك الحصول على الاستمارة الخاصة بمقياس (الصلابة النفسية) وإجراء التجربة^{١١} الاستطلاعية ، قام الباحث بإجراء تلك الاختبارات والقياس ومن تفرغها باستمارة خاصة للحصول على النتائج لكي يتم إجراء الوسائل الإحصائية عليها .

٣-٧ الوسائل الإحصائية المستخدمة بالبحث :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) للحصول على أدق النتائج من خلال إجراء القوانين الإحصائية عليها ضمن هذا البرنامج ، وهذه القوانين هي :

- الوسط الحسابي .
- الانحراف المعياري .
- النسبة المئوية
- اختبار (ت) للعينات المستقلة .
- اختبار (ف) للعينات المترابطة .

٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها :

- * - م.م نصير حميد حمزه ماجستير كلية الهندسة – جامعة القادسية .
- م.م ماسي فيصل ملك ماجستير كلية الهندسة – جامعة القادسية .

١-٤ عرض نتائج الاختبارات الثلاثة (القبلي ، والوسطي ، والنهائي) الصلابة النفسية^{١٢}
والاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) للفئات العمرية (الناشئين ، والشباب)
وتحليلها :

جدول (١)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة للاختبارات الثلاثة (القبلي والوسطي والنهائي) للصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) بين الفئات العمرية (الناشئين ، والشباب)

الاختبارات	المتغيرات	الناشئين		الشباب		قيمة(ت) المحسوبة*	دلالة الفروق	
		س	ع ±	س	ع ±			
القبلي	الصلابة النفسية (درجة)	٥٤،٥٠٠	٢،٨٧٨	٥٧،٦٢٥	٤،٦٥٨	١،٦١٤	عشوائي	
	الاستجابة الانفعالية (الثابتة) (عدد)	٨،٧٢٥	٠،٨٩٤	٧،٨٧٥	٠،٧٢٩	١،٨٣٩	عشوائي	
	الاستجابة الانفعالية (المتحركة)	الزمن (ثانية)	١٤،٦٠٣	٢،٧٧١	١٤،٧٣٤	٢،٣٦٤	٠،١٠٢	عشوائي
		الأخطاء (عدد)	١١،١٢٥	٢،٤١٦	١٠،٢٥	٢،٦٥٩	٠،٦٨٩	عشوائي
الوسطي	الصلابة النفسية (درجة)	٥٧،٨٧٥	٣،٣١٣	٦١،٣٧٥	٢،٣٨٧	٢،٤٢٤	معنوي	
	الاستجابة الانفعالية (الثابتة) (عدد)	٨،٠٣٨	١،٠٢٩	٦،٧٤١	٠،٩٠٠	٢،٦٨١	معنوي	
	الاستجابة الانفعالية (المتحركة)	الزمن (ثانية)	١٤،١٢١	٢،٢٩٩	١٤،٠٩	٢،٢٢١	٠،٢٨	عشوائي
		الأخطاء (عدد)	٩،٣٧٥	١،٨٤٦	٨،٥٠٠	٢،٢٠٨	٠،٨٦١	عشوائي
النهائي	الصلابة النفسية (درجة)	٦١،٥٠٠	٢،٦١٩	٦٤،٣٧٥	١،٩٩٦	٢،٤٧٠	معنوي	
	الاستجابة الانفعالية (الثابتة) (عدد)	٧،٥١٣	٠،٩٣١	٥،٣٠٠	١،٢٥١	٤،٠١٢	معنوي	
	الاستجابة الانفعالية (المتحركة)	الزمن (ثانية)	١٣،٧٥٩	٢،١٨٧	١٣،٦٤٠	١،٩٧٩	٠،١١٤	عشوائي
		الأخطاء (عدد)	٨،٣٧٥	١،٨٤٧	٦،٨٧٥	١،٨٨٥	١،٦٠٨	عشوائي

• قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠،٠٥) باتجاهين ، ودرجة حرية (١٤) = ٢،١٤٥

من خلال الجدول (١) أظهرت النتائج أوساطاً حسابية للمتغيرات (الصلابة النفسية) للناشئين والشباب في الاختبارات القبليّة على الترتيب (٥٤،٥٠٠ - ٥٧،٦٢٥) وبانحراف معياري قدره (٢،٨٧٨ - ٤،٦٥٨) على الترتيب ، أما الاستجابة الانفعالية (الثابتة) لهاتين الفئتين فكانت الأوساط الحسابية لهما

على الترتيب (٨،٧٢٥ - ٧،٨٧٥) وبانحراف معياري قدره على الترتيب (٠،٨٩٤ - ٠،٧٢٩) ،^{١٣} ،
بينما الأوساط الحسابية للاستجابة المتحركة (الزمن) على الترتيب (١٤،٦٠٣ - ١٤،٧٣٤) وبانحراف
معياري قدره (٢،٧٧١ - ٢،٣٦٤) على الترتيب ، وكانت الأوساط الحسابية للاستجابة الانفعالية
(الأخطاء) في الاختبارات القبلية للناشئين والشباب على الترتيب (١١،١٢٥ - ١٠،٢٥) وبانحراف
معياري قدره على الترتيب (٢،٤١٦ - ٢،٦٥٩) ، وأظهرت النتائج أوساطاً حسابية للمتغيرات
(الصلابة النفسية) للناشئين والشباب في الاختبارات الوسطية على الترتيب (٥٧،٨٧٥ - ٦١،٣٧٥)
وبانحراف معياري قدره (٣،٣١٣ - ٢،٣٨٧) على الترتيب ، أما الاستجابة الانفعالية (الثابتة) لهاتين
الفئتين فكانت الأوساط الحسابية لهما على الترتيب (٨،٠٣٨ - ٦،٧٤١) وبانحراف معياري قدره على
الترتيب (١٠،٠٢٩ - ٠،٩٠٠) ، بينما الأوساط الحسابية للاستجابة المتحركة (الزمن) على الترتيب
(١٤،١٢١ - ١٤،٠٠٩) وبانحراف معياري قدره (٢،٢٩٩ - ٢،٢٢١) على الترتيب ، وكانت الأوساط
الحسابية للاستجابة الانفعالية (الأخطاء) في الاختبارات القبلية للناشئين والشباب على الترتيب
(٩،٣٧٥ - ٨،٥٠٠) وبانحراف معياري قدره على الترتيب (١،٨٤٦ - ٢،٢٠٨) ، وحيث أظهرت
النتائج أوساطاً حسابية للمتغيرات (الصلابة النفسية) للناشئين والشباب في الاختبارات النهائية على
الترتيب (٦١،٥٠٠ - ٦٤،٣٧٥) وبانحراف معياري قدره (٢،٦١٩ - ١،٩٩٦) على الترتيب ، أما
الاستجابة الانفعالية (الثابتة) لهاتين الفئتين فكانت الأوساط الحسابية لهما على الترتيب (٧،٥١٣ -
٥،٣٠٠) وبانحراف معياري قدره على الترتيب (٠،٩٣١ - ١،٢٥١) ، بينما الأوساط الحسابية
للاستجابة المتحركة (الزمن) على الترتيب (١٣،٧٥٩ - ١٣،٦٤٠) وبانحراف معياري قدره (٢،١٨٧ -
١،٩٧٩) على الترتيب ، وكانت الأوساط الحسابية للاستجابة الانفعالية (الأخطاء) في الاختبارات
القبلية للناشئين والشباب على الترتيب (٨،٣٧٥ - ٦،٨٧٥) وبانحراف معياري قدره على الترتيب
(١،٨٤٧ - ١،٨٨٥) ، وعند مقارنة قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات أعلاه في الاختبارات (القبلية ،
والوسطية ، والنهائية) على التوالي (١،٦١٤ - ١،٨٣٩ - ١،٠٢ - ٠،٦٨٩ - ٠،٤٢٤ - ٢،٦٨١ - ٢،٢٨ - ٠،٨٦١ -
٢،٤٧٠ - ٤،٠١٢ - ٠،١١٤ - ١،٦٠٨) وعند مقارنتها مع قيمتها الجدولية والبالغة (٢،١٤٥) عند مستوى
دلالة (٠،٠٥) ودرجة حرية (١٤) ، نجد معنوية الفروق في بعض المتغيرات كما في الاختبارات
الوسطية والنهائية لمتغيري (الصلابة النفسية ، والاستجابة الانفعالية الثابتة) ولصالح الفئة العمرية
(الشباب) ، وعشوائيتها في المتغيرات جميعها في الاختبارات القبلية وفي بعضها في الاختبارات
الوسطية والنهائية كما في متغير (الاستجابة الانفعالية المتحركة (الزمن ، والأخطاء) وهذا يحقق
الهدف والفرض الأول .

يبين قيم (ف) المحسوبة لاختبارات للاختبارات الثلاثة (القبلي والوسطي والنهائي) للصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) للفئتين العمرية (الناشئين ، والشباب)

الطلبة	المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المحسوبة*	دلالة الفروق	
الناشئين	الصلابة النفسية (درجة)	بين المجموعات	١٩٦,٠٨٣	٢	٩٨,٠٤٢	١١,٢٥٨	معنوي	
		داخل المجموعات	١٨٢,٨٧٥	٢١	٨,٧٠٨			
	الاستجابة الانفعالية (الثابتة) (عدد)	بين المجموعات	٥,٩١٦	٢	٢,٩٥٨	٣,٢٥٥	عشوائي	
		داخل المجموعات	١٩٠,٠٨٣	٢١	٩,٠٠٩			
	الاستجابة الانفعالية (المتحركة)	الزمن (ثانية)	بين المجموعات	٢,٨٦٦	٢	١,٤٣٣	٠,٢٤٢	عشوائي
			داخل المجموعات	١٢٤,٢٥٩	٢١	٥,٩١٧		
	الأخطاء (عدد)	بين المجموعات	٣١	٢	١٥,٥٠٠	٣,٦٧٣	معنوي	
		داخل المجموعات	٨٨,٦٢٥	٢١	٤,٢٢٠			
	الشباب	الصلابة النفسية (درجة)	بين المجموعات	١٨٣	٢	٩١,٥٠٠	٨,٧٤٩	معنوي
			داخل المجموعات	٢١٩,٦٢٥	٢١	١٠,٤٥٨		
		الاستجابة الانفعالية (الثابتة) (عدد)	بين المجموعات	٢٨,٦٨٠	٢	١٤,٣٤٠	١٤,٧٩٩	معنوي
			داخل المجموعات	٢٠,٣٤٨	٢١	٠,٩٦٩		
الاستجابة الانفعالية (المتحركة)		الزمن (ثانية)	بين المجموعات	٤,٨٣٥	٢	٢,٤١٨	٠,٥٠٢	عشوائي
			داخل المجموعات	١٠١,٠٨٠	٢١	٤,٨١٣		
الأخطاء (عدد)		بين المجموعات	٤٥,٥٨٣	٢	٢٢,٧٩٢	٤,٤١٦	معنوي	
		داخل المجموعات	١٠٨,٣٧٥	٢١	٥,١٦١			

• قيمة (ف) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢-٢١) = ٣,٤٧

من خلال الجدول (٢) أظهرت النتائج للاختبارات الثلاثة (القبلي ، والوسطية ، والنهائية) وللفئتين العمرية (الناشئين ، الشباب) في متغيرات (الصلابة النفسية ، الاستجابة الانفعالية (الثابتة والمتحركة) قيمة (F) المحسوبة للمتغيرات في الاختبارات الثلاثة للفئة العمرية (الناشئين) على التوالي (١١,٢٥٨ - ٣,٢٥٥ ، ٣,٦٧٣-٠,٢٤٢) ، بينما كانت قيمة (F) المحسوبة للمتغيرات في الاختبارات الثلاثة للفئة العمرية (الشباب) على التوالي (٨,٧٤٩ - ١٤,٧٩٩ - ٠,٥٠٢ - ٤,٤١٦) وعند مقارنتها مع قيمة (F) الجدولية والبالغة (٣,٤٧) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢-٢١) ، نجد القيمة المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية في بعض المتغيرات كما في (الصلابة النفسية ، والاستجابة الانفعالية المتحركة (الأخطاء) للناشئين مما يدل على معنوية الفروق لهذه المتغيرات في الاختبارات الثلاثة وعشوائيتها في المتغيرات

الأخرى بالرغم من وجود بعض الفروق البسيطة بين هذه الاختبارات في الأوساط الحسابية ، بينما كانت القيمة المحسوبة لفئة الشباب أكبر في أغلب المتغيرات كما في متغيرات (الصلابة النفسية ، والاستجابة الانفعالية الثابتة ، والمتحركة (الأخطاء) وعشوائيتها في متغير (الاستجابة الانفعالية (الزمن) بالرغم من وجود فروق ملحوظة بين هذه الاختبارات الثلاثة ولصالح الاختبارات الوسطية والنهائية وهذا ما يحقق الهدف والفرض الثاني ، ولغرض إيجاد التباين بين الاختبارات الثلاثة (القبلي ، والوسطية ، والنهائية) للمتغيرات استخدم الباحث قانون أقل فرق معنوي (L.S.D) .

جدول (٣)

يبين قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات الثلاثة لمتغير (الصلابة النفسية) للناشئين .

الاختبارات	فرق الأوساط	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
١خ - ٢خ	٣,٣٧٥*	٠,٠٣٣	معنوي
١خ - ٣خ	٧*	٠,٠٠٠	معنوي
٢خ - ٣خ	٣,٦٢٥*	٠,٠٢٣	معنوي

* معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

من الجدول (٣) أظهرت نتائج الاختبارات الثلاثة لمتغير (الصلابة النفسية) لأقل فرق معنوي (L.S.D) اذ كانت فرق الأوساط لهذا المتغير على التوالي (٣,٣٧ - ٧ - ٣,٦٢٥) ، وكانت معنوية في جميع الاختبارات عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكانت لصالح الاختبارين الوسطي والنهائي .

جدول (٤)

يبين قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات الثلاثة لمتغير الخطأ (الاستجابة الانفعالية المتحركة) للناشئين .

الاختبارات	فرق الأوساط	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
١خ - ٢خ	١,٧٥	٠,١٨٣	عشوائي
١خ - ٣خ	٢,٧٥*	٠,٠١٤	معنوي
٢خ - ٣خ	١	٠,٣٤١	عشوائي

* معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

من الجدول (٤) أظهرت نتائج الاختبارات الثلاثة لمتغير الخطأ (الاستجابة الانفعالية المتحركة) لأقل فرق معنوي (L.S.D) اذ كانت فرق الأوساط لهذا المتغير على التوالي (١,٧٥ - ٢,٧٥ - ١) ، وكانت معنوية بين الاختبارين (القبلي ، والنهائي) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكانت لصالح الاختبار النهائي .

جدول (٥)

يبين قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات الثلاثة لمتغير (الصلابة النفسية) للشباب .

الاختبارات	فرق الأوساط	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
١خ - ٢خ	٣,٧٥*	٠,٠٣١	معنوي
١خ - ٣خ	٦,٧٥ *	٠,٠٠٠	معنوي
٢خ - ٣خ	٣	٠,٠٧٨	عشوائي

* معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

من الجدول (٥) أظهرت نتائج الاختبارات الثلاثة لمتغير(الصلابة النفسية) للشباب لأقل فرق معنوي (L.S.D) إذ كانت فرق الأوساط لهذا المتغير على التوالي (٣,٧٥ - ٦,٧٥ - ٣) ، وكانت معنوية بين الاختبارات الثلاثة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكانت لصالح الاختبارين الوسطي والنهائي .

جدول (٦)

يبين قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات الثلاثة لمتغير الخطأ في (الاستجابة الانفعالية الثابتة) للشباب .

الاختبارات	فرق الأوساط	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
١خ - ٢خ	١,٢٣٤*	٠,٠٢٠	معنوي
١خ - ٣خ	٢,٦٧٥ *	٠,٠٠٠	معنوي
٢خ - ٣خ	١,٤٤١*	٠,٠٠٨	معنوي

* معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

من الجدول (٦) أظهرت نتائج الاختبارات الثلاثة لمتغير(الاستجابة الانفعالية الثابتة) للشباب لأقل فرق معنوي (L.S.D) إذ كانت فرق الأوساط لهذا المتغير على التوالي (١,٢٣٤ - ٢,٦٧٥ - ١,٤٤١) ، وكانت معنوية بين الاختبارات الثلاثة عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكانت لصالح الاختبارين الوسطي والنهائي .

جدول (٧)

يبين قيمة أقل فرق معنوي (L.S.D) للاختبارات الثلاثة لمتغير الخطأ في (الاستجابة الانفعالية المتحركة) للشباب .

الاختبارات	فرق الأوساط	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
١خ - ٢خ	١,٧٥	٠,١٣٨	عشوائي
١خ - ٣خ	٢,٣٧٥ *	٠,٠٠٧	معنوي
٢خ - ٣خ	١,٦٢٥	٠,١٦٧	عشوائي

* معنوية عند مستوى دلالة (٠,٠٥)

من الجدول (٧) أظهرت نتائج الاختبارات الثلاثة لمتغير الخطأ في (الاستجابة الانفعالية المتحركة) للشباب لأقل فرق معنوي (L.S.D) إذ كانت فرق الأوساط لهذا المتغير على التوالي (١,٧٥ - ٢,٣٧٥ - ١,٦٢٥) ، وكانت معنوية بين الاختبارين (القبلي ، والنهائي) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وكانت لصالح الاختبار النهائي .

٤-٢ مناقشة نتائج الاختبارات الثلاثة (القبلي ، والوسطي ، والنهائي) الصلابة النفسية^{١٧}

والاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) للفئات العمرية (الناشئين ، والشباب) :

من خلال عرض وتحليل الجدول (١) أظهرت النتائج معنوية الفروق بين (الناشئين، والشباب) في الاختبارات (الوسطية ، والنهائية) في متغيرات (الصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية الثابتة ، والمتحركة (الأخطاء) ولصالح الفئة العمرية (الشباب) بالرغم من وجود فروق بسيطة بين هاتين الفئتين في المتغيرات الأخرى من خلال الأوساط الحسابية اي وجود فروق بينهما من حيث الأثر للصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) ويعزو الباحث ذلك الفرق بين هذه الفئات الى أن الشباب ومن خلال الخبرة التي تراكمت من التدريب والبطولات فضلاً عن الجانب الاجتماعي والنضج الذي حصل عليه المصارع في هذه الفترة ، ففي الاختبار للاستجابة الانفعالية (الثابت) أظهرت النتائج وجود علاقة عكسية إي كلما زادت الصلابة النفسية قلت الأخطاء في هذا الاختبار " ان أبعاد الصلابة النفسية نجدها في حالة نمو مستمرة مع التقدم في العمر فدخل الأفراد في خبرات حياتية غنية ومتنوعة بصفة مستمرة تساعد على نمو هذه الأبعاد وهي (الالتزام ، التحكم ، التحدي) " (أحمد وحسام الدين ، ٢٠٠٩ ، ٢٨٠) ومن خلال الجدول (٢) أظهرت النتائج بين الاختبارات الثلاثة (القبلي ، والوسطية ، والنهائية) للمتغيرات لـ(لناشئين ، والشباب) معنوية الفروق في بعض المتغيرات كما في متغيري (الصلابة النفسية ، والاستجابة الانفعالية المتحركة (الأخطاء) للناشئين ، أي هناك فروق بين هذه الاختبارات الثلاثة ، بينما لفئة الشباب أظهرت النتائج وجود فروق بين الاختبارات الثلاثة لـ(الصلابة النفسية ، والاستجابة الانفعالية الثابتة والاستجابة الانفعالية المتحركة (الأخطاء) ، وعشوائيتها في المتغيرات الأخرى بالرغم من وجود فروق محسوسة ولكنها لم تظهر إحصائياً ولكن يمكن التعرف عليها من خلال الأوساط الحسابية لهذه الاختبارات الثلاثة .

" ان الأفراد ذوي الصلابة النفسية يميلون بطبيعتهم الى مواجهة الضغوط وتحقيق الانجاز والتفوق في النشاط الرياضي الممارس " (أحمد وحسام ، ٢٠٠٣ ، ٢٧٨)

ومن أجل التعرف على أفضل هذه الاختبارات من حيث التحسن بالنتائج وذلك من خلال استخدام قانون أقل فرق معنوي (L.S.D) للناشئين فمن الجدول (٣) أظهر ان متغير الصلابة النفسية لهذه الفئة قد أصبحت تتحسن في فترة التدريب وفق الإعداد الخاص وهذا ما أظهرته النتائج في الاختبارين (الوسطي والنهائي) وقد أثر ذلك بدوره على الاستجابة الانفعالية الثابتة وهذا ما نراه من خلال الأوساط الحسابية

للأخطاء وهي قد تراجعت وبالتالي قد أثر على الاستجابة الانفعالية المتحركة من خلال الزمن والأخطاء وهي قد تراجعت نحو الأفضل وهذا ما نلاحظه بالجدول (٤) .

والجدول (٥) أظهر النتائج الخاصة بالشباب لمتغير الصلابة النفسية والتحسّن الذي أظهرته أفراد هذه الفئة في تلك الفترة (الإعداد الخاص) حيث كانت الأفضلية في الاختبارين (الوسطي والنهائي) ، أما بخصوص الجدول (٦) فقد أظهر ان هناك تحسّن في نتائج الاستجابة الانفعالية الثابتة من حيث أثر الصلابة في التقليل من الأخطاء في الاختبارين (الوسطي والنهائي) ، وكذلك بالنسبة للجدول (٧) الخاص بالاستجابة الانفعالية المتحركة (الأخطاء) فقد أظهر تحسناً ملحوظاً في قلة الأخطاء الحاصلة في هذا الاختبار ، ويعزو الباحث ذلك التحسّن للصلابة النفسية والمتغيرات الأخرى للتدريبات التي تعطى للمصارعين من حيث الأحمال البدنية الخاصة بالقوة العضلية فضلاً عن الصفات البدنية الأخرى وكذلك الجانب النفسي والمهاري والاجتماعي الذي يربط بين المدرب واللاعبين قد أثر وبشكل ايجابي في هذه لمتغيرات ، اذ كانت هناك علاقة عكسية اي ان للصلابة دور كبير في تقليل الزمن للناشئين والشباب وبنفس الاختبار من حيث الأخطاء

ويعزو الباحث ذلك لان لاعبي المصارعة الرومانية يحتاجون الى صلابة عالية جداً من الجانب البدني والجانب النفسي كون طبيعة اللعبة تحتاج الى تلك الجوانب المهمة إضافةً للجانب المهاري .
 " إن الأشخاص الأكثر صلابة أنهم يتسمون بأنهم أكثر صموداً وانجازاً وسيطرة وقيادة وضبطاً داخلياً وأكثر مرونة وكفاية واقتدار ونشاطاً ومبادأة واقتراماً وواقعية وأكثر تقديراً لذاتهم الايجابية " (عماد محمد، ٢٠٠٢، ١٢١٠)

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات :

في ضوء ما أسفرت عنه النتائج من خلال عرض وتحليل ومناقشة النتائج استنتج الباحث ما يأتي :

- ١- قدرة المقياس على كشف أثر الصلابة النفسية لدى لاعبي نادي الرافدين بالمصارعة الرومانية.
- ٢- للصلابة النفسية أثر كبير في الاستجابة الانفعالية الثابتة والمتحركة لدى لاعبي نادي الرافدين بالمصارعة الرومانية للفئتين العمرية (الناشئين ، والشباب) .
- ٣- هناك تباين بين (الناشئين ، والشباب) لأثر الصلابة النفسية في الاستجابة الانفعالية (الثابتة ، والمتحركة) .

- ومن خلال الاستنتاجات التي تم التوصل إليها يوصي الباحث بما يلي :
- ١- التركيز على الصلابة النفسية في التدريبات الخاصة بلعبة المصارعة الرومانية للفئات العمرية (الناشئين ، والشباب) ، إضافةً للتدريبات البدنية والمهارية .
 - ٢- إجراء اختبارات دورية للاعب المصارعة الرومانية لمعرفة مدى صلابتهم النفسية وكذلك الاستجابة الانفعالية لمعالجة جوانب الضعف فيها .
 - ٣- إجراء بحوث مشابهة على فعاليات للصلابة النفسية والاستجابة الانفعالية .

- المصادر

- ١- أحمد عبد الحميد وحسام الدين : أسس التدريب في المصارعة ، ط ١ ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الإسكندرية ، ٢٠٠٩ .
- ٢- أحمد أمين فوزي : مبادئ علم النفس الرياضي ، ط ١ ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٣ .
- ٣- علي حسين هاشم : الدلائل الفسلجية والحركية في علم النفس الرياضي ، ط ١ ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، العراق ، ٢٠١٠ .
- ٤- عماد محمد أحمد مخيمر : استبيان الصلابة النفسية ، مكتبة الانجلو المصرية ، ٢٠٠٢ .
- ٥- نزار الطالب ، كامل لويس : علم النفس الرياضي ، ط ٢ ، المكتبة الوطنية ، بغداد ، ٢٠٠٠ .

ملحق (١)

يبين الفئات العمرية المعتمدة لإتحاد المصارعة العراقي المركزي لعام ٢٠٠٩

ت	فئة البراعم	فئة الأشبال	فئة الناشئين	فئة الشباب	فئة المتقدمين
١	١٠ - ١٢ سنة	١٣ - ١٥ سنة	١٥ - ١٧ سنة	١٧ - ٢٠ سنة	١٧ سنة فما فوق
١	٢٥ كغم	٢٩ - ٣٢ كغم	٤٢ كغم	٥٠ كغم	٥٥ كغم
٢	٢٨ كغم	٣٥ كغم	٤٦ كغم	٥٥ كغم	٦٠ كغم
٣	٣١ كغم	٣٨ كغم	٥٠ كغم	٦٠ كغم	٦٦ كغم
٤	٣٤ كغم	٤٢ كغم	٥٤ كغم	٦٦ كغم	٧٤ كغم
٥	٣٧ كغم	٤٧ كغم	٥٨ كغم	٧٤ كغم	٨٤ كغم
٦	٤٠ كغم	٥٣ كغم	٦٣ كغم	٨٤ كغم	٩٦ كغم
٧	٤٤ كغم	٥٩ كغم	٦٩ كغم	٩٦ كغم	١٢٠ كغم
٨	٤٨ كغم	٦٦ كغم	٧٦ كغم	١٢٠ كغم	
٩	٥٣ كغم	٧٣ كغم	٨٥ كغم		
١٠	٦٠ كغم	٨٥ كغم	١٠٠ كغم		

ملحق (٢)

مقياس الصلابة النفسية للرياضيين

الاسم : العمر : العمر التدريبي : اسم النادي :

ت	العبارات	تنطبق	تنطبق احياناً	لا تنطبق أبداً
١-	اهتم كثيراً بنتائج زملائي وأشجعهم .			
٢-	أخطط لأمر حياتي ولا أتركها للصدفة .			
٣-	أرجع هزيمتي في أي مباراة لأسباب تتعلق بي .			
٤-	تستثيرني المشكلات الصعبة لإيجاد حلول لها .			
٥-	أشعر بالمسؤولية تجاه زملائي .			
٦-	أمارس هذه اللعبة كنوع من الواجهة الاجتماعية .			
٧-	التزم بالمحافظة على وزني .			
٨-	اتخذ القرار السليم أثناء المنافسة .			
٩-	التزم بالأهداف التي وضعتها لنفسي .			
١٠-	استطيع التحكم في أحداث المباراة لصالحني .			
١١-	أحضر التدريب ليقال عني لآعب فقط .			
١٢-	أحضر جميع البطولات حتى لو لم أكن مشاركاً فيها .			
١٣-	أشارك في المباراة دون خوف أو قلق .			
١٤-	أستطيع حل المشكلات التي تتعلق بممارستي للعبة .			
١٥-	أتحمل مسؤولية الهزيمة في المباراة .			
١٦-	استطيع دعم أسباب فوزي في المباراة .			
١٧-	أعمل جاهداً للفوز بالمباراة .			
١٨-	أستطيع وضع أهداف مرحلية لنفسني كآعب .			
١٩-	أحرص على الحضور قبل مواعيد التدريب .			
٢٠-	التزم بالسلوك القويم لأكون قدوة لغيري .			
٢١-	يدفعني التغلب على مشكلات وضغوط اللعبة لمزيد من الكفاح في حياتي .			
٢٢-	التزم بتعليمات المدرب .			
٢٣-	أتسلح بالمهارة في اللعبة لمواجهة المنافس .			