

بناء مقياس التوافق النفسى للاعبى المنازلات

• د. عاطف نمر خليفة

•• د. أسامة صلاح فؤاد

المقدمة:

يتوقف الارتقاء بالمستوى الرياضى فى كافة الأنشطة الرياضية إلى حد كبير على اكتمال الحالة التدريبية الشاملة للفرد الرياضى ، والتي تعتمد على مستوى الفرد فى النواحي البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية ، وهى العوامل التى قد تؤدي إلى تكامل الأداء أثناء المنافسة ، والوصول إلى المستويات الرياضية العليا .

ويذكر علاوى (١٩٨٣م) أن معظم الأبطال على المستوى الدولى يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدنى والمهارى والخططى ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية فى سبيل الفوز وتسجيل الأرقام وهو "العامل النفسى" الذى يلعب دوراً هاماً ويتأسس عليه تحقيق الانتصار والتفوق . (٩ : ١٦)

ويعتبر التوافق النفسى من الموضوعات النفسية الهامة والتي قد تؤثر على مستوى الفرد الرياضى .

فالتوافق النفسى للاعبين هو ثمرة المؤثرات البيئية التى يتعرضون لها وهذه المؤثرات لا تقتصر على المنزل والمدرسة والعمل والنادى وإنما تمتد

• أستاذ مساعد بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق

•• مدرس بقسم المنازلات والرياضات المائية بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق.

أيضاً إلى ما يتم توفيره للاعب بحيث يساعده على التحكم فى تعبيراته الانفعالية وتشكيل مختلف دوافعه وميوله وحاجاته والارتقاء بها ، (١ : ١)

ويرى أحمد عزت راجح (١٩٨٥م) أن التوافق حالة من التواءم والانسجام بين انفراد ونفسه وبينه وبين بيئته تبدو فى قدرته على إرضاء أغلب حاجاته وتصرفه تصرفاً مرضياً إزاء مطالب البيئة المادية والاجتماعية ، ومن ناحية أخرى فإن عجز الفرد عن إقامة هذا التواءم والانسجام بينه وبين نفسه وبيئته يجعله سيئ التوافق ، (٢ : ٥٧٨)

وتعتبر رياضتى المبارزة والملاكمة من الأنشطة التى يقوم فيها اللاعب بالاعتماد على نفسه أثناء المباريات وهذا يختلف عن الألعاب الجماعية حيث أن اللاعب يجد معاونة زملاءه فى الملعب ،

ولهذا تتطلب من ممارسيها أن يكونوا مكتملين من الناحية البدنية والمهارية والنفسية إلى أقصى مدى حتى يحققوا الفوز أثناء المباراة ، ويعتبر التوافق النفسى أحد العوامل النفسية الهامة التى تساعد اللاعب على تحقيق أعلى مستوى ممكن ،

ومما تقدم يتضح أن التوافق النفسى موضوع هام شغل المتخصصين فى علم النفس العام والرياضى ولم يحظى بالاهتمام الكافى فى مجال التربية الرياضية رغم أنه يمثل جانب هام من جوانب الشخصية ألا وهو الجانب النفسى ، وقد عضد ذلك كمال دسوقي (١٩٨٥م) مستخلصاً تعريفاً لعلم النفس بأنه علم دراسة توافق الفرد أو عدم توافقه ، بمتطلبات مواقف حياته التى تملئها عليه طبيعته الإنسانية والشخصية فى استجاباتها للمواقف ، (٣ : ٢٨ ، ٢٩)

مشكلة البحث:

مما تقدم يرى الباحثان أن ارتفاع مستوى التوافق النفسى قد يكون ضمن الأسباب الأساسية فى إحراز التفوق ، واللاعب عندما يكون متوافقاً أى يتميز جانبه النفسى بالتكامل ، يكون قادراً على الموائمة بينه وبين ذاته وكذلك بينه وبين زملائه اللاعبين ، وقادراً على الموائمة والتكيف مع طاقم التحكيم ومواجهة الجمهور ومن ثم يكون قادراً على توظيف قواه النفسية للقيام بمهامه البدنية والمهارية والخططية على خير وجه حيث أن الجانب النفسى هو الذى يرجح نتيجة لاعب عن لاعب آخر .

وتتعلق مشكلة هذا البحث عن مدى معرفة التوافق النفسى لدى اللاعبين وعلاقته بنتائج المباريات فى رياضتى المبارزة والملاكمة وقد لاحظ الباحثان أنه رغم التدريب الشاق فإن كثير من اللاعبين يخفقون أثناء المباريات رغم ارتفاع مستوى الأداء لديهم ولذلك يعزى الباحثان هذا إلى عدم تكامل شخصية اللاعبين وتوافقها مع ذاته ومع الآخرين من زملاء وحكام ومدربين والجمهور .

وبمتابعة البحوث السابقة فى هذا المجال لاحظ الباحثان اتساع موضوعات علم النفس الرياضى إلا أنها لم تحظى بالاهتمام الكافى بموضوع التوافق النفسى وتأثيره على شخصية اللاعبين وعلاقته بنتائج المباريات .

ومن هنا بدأ الباحثان نقطة الانطلاق نحو هذه المشكلة للوصول إلى أفضل مستوى فى أداء اللاعبين فى ضوء التوافق النفسى لشخصية لاعبى المبارزة والملاكمة وتأثير ذلك على نتائج المباريات . ولاحظ الباحثان أن هناك قصوراً وخطأ فى المقاييس النفسية المتخصصة وهى لا تفى بالغرض المطلوب وخاصة لقياس التوافق النفسى لدى الرياضيين وخاصة لاعبى المنازلات (الملاكمة،

المبارزة) ولذلك حاولا جاهدا لبناء مقياس للتوافق النفسي حتى يكون له دوراً بارزاً في تحقيق الانسجام والتوافق للاعب مع نفسه ومع قدراته ومع زملاءه والحكم والجمهور وليس من المعقول أن نطلب من المدربين واللاعبين أن يقدموا لنا المستوى الأفضل دائما دون أن نقدم لهم الطرق والإمكانيات المساعدة والنواحي العلمية المناسبة.

ومن هنا يرى الباحثان أن التطور المستمر لمحاولة الوصول للإنجاز العالي في رياضتى المبارزة والملاكمة يستوجب تحقيق عديد من المتطلبات التى منها التوافق النفسى الذى قد يكون له دور بارز فى إظهار وتحليل العلاقة بين التوافق النفسى وعلاقته بنتائج المباريات ويعتبر هذا البحث إسهاما علمية يزيد من فهمنا لشخصية لاعب المبارزة والملاكمة.

أهداف البحث:

يرى الباحثان من خلال العرض السابق أن أهمية هذا البحث تتضح فى محاولة تحقيق الأهداف الآتية:

١- بناء مقياس للتوافق النفسى للاعبى المنافسات (المبارزة - الملاكمة).

أ) مستوى التوافق النفسى لدى لاعبى المبارزة.

ب) مستوى التوافق النفسى لدى لاعبى الملاكمة.

ج) العلاقة بين مستوى التوافق النفسى لدى لاعبى المنافسات (قيد البحث) ونتائج المباريات.

فروض البحث:

فى ضوء أهداف البحث وضع الباحثان الفروض التالية:

١- بناء مقياس التوافق النفسى لقياس مستوى التوافق لدى لاعبى المنافلات (قيد البحث).

٢- هناك مستوى محدد للتوافق النفسى لدى لاعبى المبارزة.

٣- هناك مستوى محدد للتوافق النفسى لدى لاعبى الملاكمة.

٤- توجد علاقة إيجابية بين مستوى التوافق النفسى لدى لاعبى المنافلات (قيد البحث) ونتائج المباريات.

المصطلحات المستخدمة:

التوافق:-

هو التناغم ما بين الفرد وذاته وبينه وبين بيئته بما يعنى انخفاض التوتر

إلى أقصى حد يقترب به من انعدام كل توتر مع تحقيق الذات. (٧: ١٣)

٢ / ٠ الإطار النظري والدراسات السابقة:

٢ / ١ الإطار النظري

٢ / ١ / ١ التوافق النفسي:

يعرف الزياى (١٩٦٩) التوافق بأنه "القدرة على إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين مثمرة وممتعة" تتسم بقدرة الفرد على الحب والعطاء ، هذا من ناحية ، ومن ناحية أخرى ، القدرة على العمل المنتج الفعال الذى يجعل من الفرد شخصا نافعا فى محيطه الاجتماعى ، فالتوافق مفهوم شامل ، يرمز إلى حالة معينة من النضج يصل إليها الفرد (١١ : ٢٠٣) . كما يعرفه *Good* بأنه عملية اكتشاف وتبنى أساليب من السلوك تكون ملائمة للمتغيرات البيئية (٨ : ٨٣) ، ويرى حامد زهران أن التوافق هو السلوك الذى ينتفى مع مفهوم الذات والمعيير الاجتماعية ، فإذا لم يتفق السلوك مع بنية الذات والمعايير الاجتماعية أى عند حدوث تعارض يحدث عدم توافق . (٥ : ٨٥)

ويرى *فاى وجارى وريشلى Phye , Gary, Reschly* أن درجة التوافق

تحدد بدرجة الفاعلية التى يواجه بها الفرد المتطلبات الشخصية والمسئولية الاجتماعية ، وجماعته الثقافية . (١٨ : ٣١)

ويعرفه *جابر عبد الحميد (١٩٨٨)* فى معجم علم النفس أنه "عملية تعديل

الاتجاهات والسلوك لى توفى بمطالب الحياة بشكل فعال مثل إقامة علاقات شخصية بناءة مع الآخرين والتعامل الكفاء مع المواقف المشككة أو الضاغطة وتحمل المسئوليات وتحقيق الحاجات والأهداف الشخصية . (٤ : ٦٥)

٢/١/٢ جوانب التوافق النفسى:-

١/٢/١/٢ التوافق النفسى (الذاتى):

يرى مصطفى فهمى (١٩٧٦) التوافق الشخصى أن يكون الشخص راضياً عن نفسه غير كارهاً لها أو نافراً منها أو ساخطاً عليها أو غير واثقاً فيها، كما تتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التى تكثر بمشاعر الذنب والقلق والضيق (١٣: ٣٤) ويضيف مصطفى فهمى أن الأساس الأول لعدم التكيف الشخصى هو وجود حالة صراع انفعالى يعانى منها وتوجد هذه الحالات من الصراع إذا تعرض الفرد إلى حالة من حالات المنع أو الصد أو الإحباط (١٣: ١٩) ، ويرى عباس محمود عوض أن التوافق الذاتى يتعلق بالتنظيم الداخلى أى بالعلاقات الداخلية الذاتية . (٨: ٣٠)

٢/٢/١/٢ التوافق الاجتماعى:

التغير الاجتماعى يعتبر خاصية أساسية تتميز بها الحياة الاجتماعية فهو سبيل ثباتها ونموها ، وعن طريقها يتحقق التوازن والاستقرار الاجتماعى ، وعن طريقه أيضاً تواجه الجماعات متطلبات أفرادها ، وحاجاتهم المتعددة لذا فإن هذه الظاهرة ، تتطلب من الأفراد والجماعات أن يكتفوا سلوكهم لمواجهة ما يطرأ على المجتمع من تغير تبعاً لهذا فيجب عليهم أن يغيروا بعض عاداتهم وتقاليدهم عن طريق تعلم جيد ، وأن عملية التوافق الاجتماعى هذه من شأنها توحد وجهات النظر والآراء والأفكار فى المجتمع وتحقق حد أدنى من التفاهم المتبادل فيما يتعلق بالأوضاع الاجتماعية الجديدة فنصيب السلوك الاجتماعى للأفراد والجماعات فى إطار متوافق مع التغيير الاجتماعى . (١٥: ١١ ، ١٢)

٣/٢/١/٢ التوافق الرياضى:

إن علم النفس فى محاولته للكشف عن القوانين والمبادئ التى تفسر العلاقات الوظيفية القائمة بين العوامل المتفاعلة والمتداخلة فى أى موقف سلوكى يفرض فهم السلوك والتحكم فيه والتنبؤ به ، ومن هنا فهو يتطرق إلى مجالات النشاط الإنسانى من اجتماعى وتربوى وطبى ورياضى . (٣ : ٢٢)

وعلم النفس الرياضى يبحث فى الموضوعات النفسية المرتبطة بالنشاط الرياضى على مختلف مجالاته ومستوياته ، وكذلك فى الخصائص والسمات النفسية للشخصية الرياضية التى تشكل الأساس للنشاط الرياضى بهدف العمل على تطوير النشاط الرياضى ، وإيجاد الحلول لمختلف مشاكله التطبيقية . (١٠ : ٢٦)

٢/٢ الدراسات السابقة:

١/٢/٢ أجرت هناع عبد الوهاب عام (١٩٨٦م) دراسة بعنوان "التوافق النفسى وعلاقته بمستوى الأداء لمسابقات الميدان والمضمار" وهدفها : وضع مقياس للتوافق النفسى ببعديه الشخصى والاجتماعى بمستوى الأداء فى مسابقات الميدان والمضمار . (١٦)

تكونت العينة من طالبات الصف الرابع بكلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية عام ١٩٨٤/١٩٨٥م

وقد استخدمت المنهج الوصفى وكانت أهم النتائج :

- هناك علاقة موجبة بين التوافق النفسى ومستوى الأداء فى مسابقات الميدان والمضمار .

٢/٢/٢ قام استيفن جولدين عام (١٩٨١م) بدراسة بعنوان "التوافق لدى لاعبي

البيسبول المحترفين عن الاعتزال" (١٩) وقد افترض :

- أن الرياضيين من لاعبي البيسبول الأكثر تعليماً أكثر توافقاً .
- أن الرياضيين من لاعبي البيسبول ذوى الاتجاهات الإيجابية أفضل توافقاً .
- أن الرياضيين من ذوى الحالة الصحية الجيدة أفضل توافقاً .
- أن الرياضيين من لاعبي البيسبول ذوى المستويات العليا من الدخل أفضل توافقاً .

تكونت العينة من ١١٢٨ لاعب من لاعبي البيسبول الأساسيين السابقين

بالجامعة .

واستخدم الباحث المنهج الوصفي وكانت أهم النتائج أن الرياضيين من لاعبي البيسبول السابقين الأكثر تعليماً وذى الاتجاهات الإيجابية ، وذوى الصحة الأفضل ، وذوى المستويات العليا من الدخل هم أكثر توافقاً من أقرانهم فى عينة البحث .

إجراءات البحث:

منهج البحث:

قام الباحثان باستخدام المنهج الوصفي المقارن نظراً لمناسبته لطبيعة هذا

البحث .

عينة البحث:

اشتملت عينة البحث على عدد ٣٤ لاعب مباراة ، ٤٨ لاعب ملاكمة .

وتمثلت فى الآتى:

أولاً - عينة لاعبي المباراة:

اشتملت العينة من لاعبي المباراة الذين اشتركوا في بطولة كأس الشهيد مصطفى زيان والتي أقيمت يوم الجمعة ١٥/١٠/١٩٩٩ بصالة نادي السلاح السكندري وشارك بها عدد ٤٨ لاعب ، وقد استند الباحثان لاختيار العدد المتمثل من ٣٤ لاعباً طبقاً لنتائجهم في البطولة ، وتم استبعاد باقي العينة ، وهذا ما يوضحه جدول رقم (١)

جدول (١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعاملات الالتواء لعينة البحث " من لاعبي المباراة "

المتغيرات	م	ع	و	ل
التوافق الاجتماعي	٧١,٦٨	٢,٥	٧٢	٠,١٣
التوافق الرياضي	٧٢,٥٦	٢,٠٥	٧٣	٠,٥٧
التوافق الشخصي	٤٨,٣٨	٢,٤٢	٤٨	٠,٦٣
التوافق النفسي العام	١٩٣,٨٥	٤,٥٣	١٩٣	٠,٤٣

يوضح جدول (١) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعاملات الالتواء لعينة البحث من لاعبي المباراة في جميع محاور مقياس التوافق النفسي ونجد أن معاملات الالتواء قد تراوحت بين (٣+ ، -٣) مما يدل على تجانس العينة في هذه المحاور والمجموع ،

ثانياً - عينة لاعبي الملاكمة:

اشتملت العينة على عدد ٤٨ ملاكم والذين وصلوا إلى الدور قبل النهائي والنهائي في بطولة الجمهورية للدرجة الأولى والتي أقيمت خلال المدة من ٢٥ - ٢٧ / ٤ / ١٩٩٩م على حلقة إستاذ الإسكندرية والتي اشترك فيها عدد ١٠٧ لاعب يمثلون ١٣ منطقة، وقد استند الباحثان لاختيار العدد طبقاً لترتيب أوزانهم في البطولة وتمثلت لعدد ٤ ملاكمين في كل وزن وهذا ما يوضحه جدول رقم (٢) .

جدول (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعاملات الالتواء لعينة البحث " من لاعبي الملاكمة "

المتغيرات	م	ع	و	ل
التوافق الاجتماعي	٦٩,٤٤	٤,٧٥	٧٠	١,١٥
التوافق الرياضي	٧١,٩٨	٢,٠٤	٧٢	٠,٤٨
التوافق الشخصي	٤٦,٠٨	٣,٥٧	٤٦	٠,٠٢
التوافق النفسي العام	١٨٨,١٩	٧,٨٦	١٩١	١,٠١

يوضح جدول (٢) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعاملات الالتواء لعينة البحث من لاعبي الملاكمة في جميع محاور مقياس التوافق النفسي ونجد أن معاملات الالتواء قد تراوحت بين (+٣ ، -٣) مما يدل على تجانس العينة في هذه المحاور والمجموع .

خطوات إعداد الاختبار:

١- تم عمل مسح مرجعي للرسائل والبحوث العلمية والمراجع العربية والأجنبية للوصول إلى أهم السمات الخاصة المرتبطة بالتوافق النفسى .
وقد توصل الباحثان إلى أهم السمات المرتبطة بالتوافق واشتملت على عدد (٦) أبعاد هي:

- التوافق الاجتماعى .
- التوافق الرياضى .
- التوافق الصحى .
- التوافق الأسرى .
- التوافق الشخصى .
- التوافق الانفعالى .

٢- قام الباحثان بعمل استمارة استطلاع رأى الخبراء حول الأهمية النسبية لهذه الأبعاد ومدى ارتباطها بالتوافق مرفق (١) . وقد تم تحديد السادة الخبراء وفقاً للشروط الآتية:

- أن يكون حاصل على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية .
- أن يكون تخصص سيادته العملى (ملاكمة ، مبارزة) ولا تقل خبرته العملية عن ١٠ سنوات ويفضل أن تكون أبحاثه فى المجال النظرى - علم النفس الرياضى .

وقد توصل الباحثان إلى النتائج الآتية:

- ١- إضافة بعد جديد وهو التوافق الدراسى والتوصية بدمجه مع التوافق الاجتماعى والأسرى ويكونوا تحت مسمى واحد وهو التوافق الاجتماعى .
- ٢- دمج التوافق الرياضى والتوافق الصحى تحت مسمى واحد وهو التوافق الرياضى .

٣- دمج التوافق الشخصي والتوافق الانفعالي تحت مسمى واحد وهو
التوافق الشخصي .

بذلك أصبح هناك ثلاث سمات أساسية للتوافق النفسي وهي :

- التوافق الاجتماعي ويتضمن (التوافق الدراسي - التوافق الأسرى -
التوافق الاجتماعي)

- التوافق الرياضى ويتضمن (التوافق الصحى - التوافق الرياضى)

- التوافق الشخصى ويتضمن (التوافق الشخصى - التوافق الانفعالى)

وهذا ما يوضحه جدول رقم (٣)

جدول (٣)

م	المحاور قبل الدمج	المحاور بعد الدمج
١	التوافق الاجتماعى - التوافق الدراسى - التوافق الأسرى	التوافق الاجتماعى
٢	التوافق الرياضى - التوافق الصحى	التوافق الرياضى
٣	التوافق الشخصى - التوافق الانفعالى	التوافق الشخصى

وبذلك أصبح المقياس يتضمن ثلاث محاور أساسية هي:

- التوافق الاجتماعى . - التوافق الرياضى . - التوافق الشخصى .

قام الباحثان بعد ذلك بتصميم عبارات المقياس والتي تتناسب مع كل محور وكان عدد العبارات ٧٩ عبارة ، يتضمن المحور الأول ٢٩ عبارة ، المحور الثانى ٢٩ عبارة ، المحور الثالث ٢١ عبارة . مرفق (٢)

- تم عرض العبارات على السادة الخبراء والذين تم تحديدهم وفقاً للشروط السابقة.

وجاءت نتيجة العرض على السادة الخبراء كما يلي:

أولاً- المحور الأول المتمثل في (التوافق الاجتماعى) : تم إلغاء العبارات أرقام ١٨ ، ٢٩ كما يوضحها جدول (٤)

جدول (٤)

رقم العبارة	العبارات التي تم إلغاؤها
١٨	أشعر بالحرص لانتمائى لأسرتى - أشعر بالحرص من زملائى فى الفريق
٢٩	أشعر بارتياح شديد عند مقابلة زملائى اللاعبين

تم تعديل العبارات أرقام ٣ ، ٢٠ كما يوضحها الجدول (٥)

جدول (٥)

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
٣	أشعر بالاستمتاع بالوقت الذى أقضيه مع والديين	أشعر بالاستمتاع بالوقت الذى أقضيه مع أسرتى
٢٠	أرى أن أفراد أسرتى لا يقدروننى بدرجة كافية	أرى أن أفراد أسرتى يتجاهلوننى فى حل مشاكلى

وبذلك اصبح المحور يتضمن عدد (٢٧) عبارة.

ثانياً المحور الثانى المتمثل في (التوافق الرياضى) تم إلغاء العبارات أرقام ١٧،

٢٥ ، ٢٨ كما يوضحها الجدول رقم (٦)

جدول (٦)

العبارات التي تم إلغائها	رقم العبارة
أشعر بحب الجمهور لى وزملائى يتقون فى سـ لوكى المستزن وأخلاقى	١٧
أشعر باطمئنان زملائى وأنا فى الفريق	٢٥
أشعر بالقدرة على التصرف أثناء المواقف الحرجة	٢٨

تم تعديل العبارات أرقام ١ ، ١١ كما يوضحها الجدول (٧)

جدول (٧)

العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل	م
لا أشعر بالارتباك والضيق عندما لا تفسر الأمور على ما يرام	أستطيع التغلب على الإحباط عند مواجهة الهزيمة	١
لدى شعور دائماً بأننى غير مرغوب من الفريق	لدى شعور بأننى أفضل لاعبى الفريق	١١

وبذلك اصبح المحور يتضمن عدد (٢٦) عبارة.

ثالثاً - المحور الثالث المتمثل فى (التوافق الشخصى) تم إلغاء العبارات أرقام

٢ ، ٢١ كما يوضحها الجدول رقم (٨)

جدول (٨)

رقم العبارة	العبارات التي تم إلغاؤها
٢	يمكننى مصارحة صديقى بأن حديثه ممل
٢١	تقتى كبيرة فى مواجهة المواقف الصعبة

تم تعديل العبارات أرقام ١، ٣، ١٠ كما يوضحها الجدول (٩)

جدول (٩)

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أنكر وجودى لو حضر صديق لى قبل خروجى لموعد سابق	أنكر وجودى لو حضر شخص لا ارتاح فى التعامل معه
٣	لو تعثرت مصالحي فى العمل يمكننى ضبط انفعالاتى	يمكننى ضبط انفعالاتى لو تعثرت بعض مصالحي فى العمل
١٠	لا أشعر بإحباط شديد أو سخط عندما أفشل فى تحقيق طموحاتى	يمكننى السيطرة على أعصابى عندما أفشل فى تحقيق طموحاتى

وبذلك أصبح المحور يتضمن عدد (١٩) عبارة.

ومن هنا أصبح المقياس فى صورته قبل النهائية ، يتضمن عدد (٧٢) عبارة مقسمة على عدد ١٥ لاعب من لاعبي المباراة ، ١٥ لاعب من لاعبي الملاكمة وتم بعد ذلك تطبيق هذه العبارات على عينة استطلاعية مكونة من (٣٠) لاعب حتى يمكن الاستقرار عليها فى صورتها النهائية ومدى ارتباطها وأهميتها بالنسبة للمحور الخاص بها وهذا ما توضحه الجداول أرقام ١٠، ١١، ١٢

جدول (١٠)

معاملات ارتباط مفردات محور التوافق الاجتماعي مع مجموع المحاور والمجموع الكلي
لمقياس التوافق النفسي للعيينة الاستطلاعية
(ن ر ٣٠)

م	العبارات	التوافق الاجتماعي	التوافق الرياضي	التوافق الشخصي	التوافق للنسب العام
١	يختارني زملائي في المدرسة أو الجامعة كقائد للمجموعة	٠,٥٨٦	٠,١٣٦	٠,١٢٨	٠,٦١٢
٢	أشعر بارتياح عندما يشركني المدرب في اختيار باقي أعضاء الفريق	٠,٧٢١	٠,٢١٣	٠,١٧١	٠,٤٦٣
٣	أشعر بالاستمتاع بالوقت الذي أقضيه مع أسرتي	٠,٦١٨	٠,٠٤٧	٠,١٢٣	٠,٥٦١
٤	أميل للتشاجر مع أختوتي وزملائي	٠,٤٩٣	٠,٢٥٦	٠,٠٠٤	٠,٣٩٨
٥	أشعر بأن والدي مثلي الأعلى	٠,٣٨٦	٠,٣٠٤	٠,١٤٢	٠,٤٩١
٦	أشعر بارتياح لمجرد مغادرتي للتدريب	٠,٤١٤	٠,٣٢١	٠,١١٦	٠,٣٩٩
٧	أشعر بالنعاسة بسبب انتقاد أفراد أسرتي لبعض تصرفاتي	٠,٦١٣	٠,١٢٣	٠,٢١٣	٠,٤٢٦
٨	أحس باهتمام أفراد أسرتي لي عندما أتحدث عن اهتماماتي الخاصة	٠,٧٢٣	٠,١٤٦	٠,١٨٢	٠,٧١٨
٩	أجد التشجيع الكافي من والدي لتنمية مواهبتي	٠,٨١٦	٠,٢١٣	٠,٠٦٥	٠,٤٩١
١٠	يمكنني المحافظة على حقوق زملائي اللاعبين	٠,٤٩١	٠,١١٤	٠,٢١٦	٠,٥٦٣
١١	أحس بالسعادة حينما أساعد زملائي أثناء التدريب أو المنافسة	٠,٣٨٧	٠,٢١٦	٠,٣١٠	٠,٤٩٢
١٢	أهتم بإشراك زملائي في اختياري لملابسي	٠,٥٦٣	٠,٣٥٦	٠,١٨٢	٠,٥٦١
١٣	أشعر بضعف الروابط بين أفراد أسرتي	٠,٤٣٣	٠,٢١٢	٠,٠٦٢	٠,٤١٤
١٤	أشعر بالسعادة لمجرد مغادرتي المنزل	٠,١٨٢	٠,٠١٢	٠,٢١٥	٠,١٤٣
١٥	أهتم عادة بمشاكل الأسرة واشترك في حلها	٠,٥١٦	٠,٠٦١	٠,١١٤	٠,٦١٣
١٦	يتحالف أفراد الفريق جميعهم في حالات الشدة	٠,٤٢١	٠,١٨٢	٠,٠٢٦	٠,٧٢٦
١٧	أهتم للاشتراك في مناسبات الزملاء في الفريق	٠,٥١٣	٠,١٣٢	٠,٠٠٤	٠,٥١٤
١٨	أحس أن والدي يعاملني بطريقة تختلف عن إخوتي	٠,٦١٤	٠,٢١٣	٠,١٤٢	٠,٦١٢
١٩	أرى أن أفراد أسرتي يتجاهلونني في حل مشاكلتي	٠,٧٢٥	٠,١٨٦	٠,١٥١	٠,٧١٤
٢٠	أتناقش مع والدي في بعض الأمور الخاصة دون خجل أو خوف	٠,٦٣٣	٠,٠٤٨	٠,١٣٦	٠,٥٦٤

جدول (١٠)

معاملات ارتباط مفردات محور التوافق الاجتماعي مع مجموع المحاور والمجموع الكلي
لمقياس التوافق النفسي للعيينة الاستطلاعية (ن ر ٣٠)

م	العبارات	التوافق الاجتماعي	التوافق الرياضي	التوافق الشخصي	التوافق الكلي العام
١١	بضايقتني اختلاف معاملة المدرب لى عن باقى زملائي	٠,٧٢٦	٠,٠٠٩	٠,١٤٦	٠,٦٢٣
١٢	عندما يحضر ضيف لى فى المنزل يحرص الجميع على حسن معاملته	٠,٢١٣	٠,١٦٢	٠,١٥٢	٠,١٨٨
١٣	إذا طلب منى والدى أن أعمل عمل ما أتضايق ولا أعمله	٠,٨١٤	٠,١٧٣	٠,٠٠٨	٠,٣٦٤
١٤	تحاول أسرتى إشراكى فى اتخاذ القرارات الخاصة بنا	٠,٧١٨	٠,٠٠٨	٠,١٧٦	٠,٥١٣
١٥	عندما أسافر مع فريقى أشعر بالحنين لأسرتى	٠,٧٢٨	٠,٠٦٥	٠,١٨٢	٠,٣٦٧
١٦	أشعر بسعادة عندما يهتم منربى بضيوفى	٠,٨١٣	٠,١٥٤	٠,٠٤٣	٠,٥٢١
١٧	أشعر بسعادة عندما يعود زميل لى	٠,٤١٩	٠,١٨٢	٠,١٦٣	٠,٥٤٦

دلالة معامل الارتباط (٠,٣٤٩) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق دلالة معاملات الارتباط لجميع مفردات محور التوافق الاجتماعي مع مجموع المحور والمجموع الكلي للتوافق النفسى العام ماعدا العبارة رقم (١٤)، (٢٢) مما يدل على صدق تمثيلها للمحور ، وبذلك يصبح عدد مفردات المحور (٢٥) بدلا من (٢٧)

جدول (١١)

معاملات ارتباط مفردات محور التوافق الرياضى مع مجموع المحاور والمجموع الكلى
لمقياس التوافق النفسى للعينة الاستطلاعية

(ن ر ٣٠)

م	العبارة	التوافق الاجتماعى	التوافق الرياضى	التوافق الشخصى	التوافق النفسى العام
١	أستطيع التغلب على الإحباط عند مواجهة الهزيمة	٠,١٣٦	٠,٥١٦	٠,١٨٦	٠,٤٩٦
٢	أمتلك قدرة التعامل تجاه معظم المشرفين على الفريق	٠,٢١٤	٠,٦١٣	٠,٠٠٤	٠,٦٢١
٣	أدائى يتحسن بتشجيع زملائى أثناء المنافسة	٠,٠٢٤	٠,٧١٤	٠,١٧٤	٠,٤١٦
٤	أعترف بخطئى أمام فريقى دون اضطراب أو مضايقة	٠,١٥٣	٠,٤٩٢	٠,٠٤٣	٠,٣٩٨
٥	أكون سعيدا عندما أجد علاقة زملائى فى الفريق أصبحت قوية	٠,٠٠٣	٠,٥١٤	٠,٢١٦	٠,٤٩٩
٦	أستطيع ضبط انفعالى وامتصاص عنف المنافسة	٠,١٤٨	٠,٤٩٨	٠,٠٠٥	٠,٥٣٦
٧	يمكننى اللعب لفترات طويلة دون هبوط فى مستوى أدائى	٠,٣١١	٠,٣٩٩	٠,٣١٤	٠,٤٢١
٨	زملائى يشعروا أننى أتمتع بالروح الرياضىة	٠,٢٦٣	٠,٥١٤	٠,٢١١	٠,٣٩٦
٩	علاقتى بزملائى فى التدريب والمنافسة يسودها الحب والاحترام	٠,١٥٦	٠,٥٦٢	٠,٠٦١	٠,٦١١
١٠	أحسن أننى أميل للخشونة ضد زملائى فى المنافسة	٠,٠٠٤	٠,٣٩١	٠,٢٦١	٠,٧٢٦
١١	لدى شعور بأننى أفضل لاعبى الفريق	٠,٠٨١	٠,٤١٤	٠,١١٣	٠,٥٩١
١٢	أشعر بالحب والانتماء لفريقي ويزداد أثناء المنافسة حتى الفوز	٠,١٨٦	٠,٥٦٣	٠,٣١٤	٠,٧١٧
١٣	يضايقنى أى موضوع يسيء لسمعة فريقى	٠,٣١٤	٠,٧١١	٠,٠٠٦	٠,٦١٧
١٤	أرى أن قدراتى وفاعلية أدائى محدودة ومتواضعة	٠,٢١٥	٠,٦١٢	٠,٢١١	٠,٥٩٢
١٥	يمكننى استخدام طرق غير مشروعة فى سبيل الفوز	٠,٣١٣	٠,٥١٢	٠,١٦٧	٠,٦٤٣
١٦	أعتبر نفسى منافس قوى وعنيد	٠,٢١١	٠,١٤٢	٠,٠٢٣	٠,٢٦١
١٧	يمكننى أن أتعلم المهارات بسهولة	٠,١٤٨	٠,٤٩٣	٠,٢١٤	٠,٥٢٢
١٨	أفضل الاشتراك فى المباريات الصعبة ولا أهرب	٠,١٦١	٠,٥١١	٠,١٨٣	٠,٤٨١
١٩	عندما يهزم فريقى فإننى أشعر برغبة فى الاعتداء على المنافسين	٠,٠٢٣	٠,٧١٨	٠,٠٠٨	٠,٦١٤
٢٠	يمكننى أن أتصرف بسرعة ومرونة فى مواقف اللعب المختلفة	٠,١٤٢	٠,٦١٢	٠,٢١٨	٠,٥١١

تابع جدول (١١)

معاملات ارتباط مفردات محور التوافق الرياضى مع مجموع المحاور والمجموع الكلى
لمقياس التوافق النفسى للعينة الاستطلاعية

(ن ر ٣٠)

٤	العبارات	التوافق الاجتماعى	التوافق الرياضى	التوافق الشخصى	التوافق النفسى العام
١١	أميل للحضور فى ميعاد التدريب بانتظام	٠,٠٦١	٠,٥١٤	٠,١١٤	٠,٦٢٥
١٢	يمكننى قيادة زملائى فى الفريق	٠,١٥١	٠,٣٩٨	٠,٠٤٤	٠,٥٦٢
١٣	أجيد المبادأة ولإرباك المنافس	٠,٢١١	٠,٤١٩	٠,١٦٣	٠,٥٨١
١٤	أميل لمواجهة المنافس القوى والعنيد	٠,١٤١	٠,٦١٣	٠,٠١٠	٠,٣٨٦
١٥	تتناهى حالة من العدوانية لو أحسست باقتراب الهزيمة	٠,٢١٣	٠,٥٦١	٠,١٥٧	٠,٥٢٦
١٦	يمكننى سرعة تغيير خطط اللعب طبقا لقدرات المنافس	٠,١١٤	٠,٤٧١	٠,٠٧٦	٠,٦١١

دلالة معامل الارتباط (٠,٣٤٩) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق دلالة معاملات الارتباط لجميع مفردات محور التوافق الرياضى مع مجموع المحور والمجموع الكلى للتوافق النفسى العام ماعدا العبارة رقم (١٦) مما يدل على صدق المفردات وتمثيلها للمحور ، وبذلك يصبح عدد مفردات المحور (٢٥) بدلا من (٢٦)

جدول (١٢)

معاملات ارتباط مفردات محور التوافق الشخصي مع مجموع المحاور
والمجموع الكلي لمقياس التوافق النفسي للعينة الاستطلاعية

(ن ر ٣٠)

م	العبارات	التوافق الاجتماعي	التوافق الرياضي	التوافق الشخصي	التوافق النفسي العام
١	أنكر وجودى لو حضر شخص لا أرتاح فى التعامل معه	٠,٠٠٤	٠,١٤٢	٠,٣٩٩	٠,٤١٦
٢	يمكننى ضبط انفعالاتى لو تعثرت بعض مصالحى فى العمل	٠,٠٩٦	٠,١٣٩	٠,٤١٨	٠,٥١٨
٣	تتساقط الدموع من عيني بمجرد سماعى خبر أليم	٠,١٤٦	٠,٠٠٨	٠,٥٦٧	٠,٦١٧
٤	أميل إلى المغامرة والمخاطرة	٠,١٠٩	٠,١٥٦	٠,٦٧٥	٠,٤٩٧
٥	تنتابنى حالة من السرحان أثناء المذاكرة أو العمل	٠,٢١٥	٠,٢١١	٠,٤٦٥	٠,٥٢٦
٦	أصدقائى لا يفضلوننى أولاً	٠,٠٣٣	٠,٣٠١	٠,٥٧٦	٠,٤١٧
٧	أملك قدرة الإجابة بسرعة على أى أسئلة توجه لى	٠,١٦٣	٠,٢٥١	٠,٤٨٢	٠,٥١٨
٨	أملك جرأة الحديث مع شخصية هامة	٠,٠٨٦	٠,٢٢١	٠,٥١٦	٠,٤٤٤
٩	يمكننى السيطرة على أعصابى عندما أفسل فى تحقيق طموحاتى	٠,٢١٤	٠,١٢١	٠,١٠٤	٠,١٣٩
١٠	أشعر بأن طموحاتى المستقبلية تتناسب مع قدراتى	٠,٠٠٨	٠,٢١٠	٠,٥١٣	٠,٣٩٨
١١	أحترم رأى الأغلبية مهما كانت مخالفة لرأى	٠,٣٠١	٠,١٦٧	٠,٤١٤	٠,٥١١
١٢	مزاجى متقلب بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر	٠,١٧٩	٠,٠١٨ ٨	٠,٥١٨	٠,٤٨١
١٣	تنتابنى أوهام تتعلق بحالتى الصحية	٠,٠٢٣	٠,٢١٣	٠,٤٨٦	٠,٥١٤
١٤	أملك القدرة على تذكر الأسماء وبسرعة	٠,١٨٦	٠,٠٠٨	٠,٥١٤	٠,٣٩٨
١٥	أشعر بالخجل وصعوبة التفكير عندما أشعر بمراقبتى	٠,٢١٥	٠,٠٢١	٠,٢١٤	٠,١١٦
١٦	يتأثر سلوكى وقراراتى بسلوك وقرارات الأشخاص الذين أحبهم	٠,٠٠٧	٠,٢١٣	٠,٤١٩	٠,٤٨١
١٧	تنتابنى حالة من الخوف الغامض دون سبب	٠,٢١١	٠,١٤٢	٠,٦١٧	٠,٥٦٣
١٨	أقدم بثقة وبلا تردد على مواجهة المواقف الجديدة	٠,٢١٦	٠,٠٢٦	٠,٥٤٩	٠,٤٩١
١٩	أتفائل بكل ما تأتى به الحياة وأتقبله	٠,٠٤٢	٠,٠٨٩	٠,٣٨٢	٠,٥١٦

دلالة معامل الارتباط (٠,٣٤٩) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق دلالة معاملات الارتباط لجميع مفردات محور التوافق الشخصى مع مجموع المحور والمجموع الكلى لمقياس التوافق النفسى العام ماعدا المفردات أرقام (٩) ، (١٥) مما يدل على صدق تمثيلها للمحور والمقياس وبذلك يصبح عدد المفردات (١٧) بدلا من (١٩)

وقد نتج عن هذه المعالجات إلغاء عدد (٥) عبارات غير دالة إحصائيا كما يوضحها جدول رقم (١٣)

جدول (١٣)

م	المحور	عدد العبارات	العبارات التى تم إلغائها	عدد العبارات بعد الإلغاء
١	التوافق الاجتماعى	٢٧	رقم ١٤ ، ٢٢	٢٥
٢	التوافق الرياضى	٢٦	رقم ١٦	٢٥
٣	التوافق الشخصى	١٩	رقم ٩ ، ١٥	١٧

وبذلك أصبح إجمالى العبارات (٦٧) عبارة.

تم وضع العبارات فى الصورة النهائية للمقياس بطريقة مزج العبارات للوصول إلى الصورة النهائية حتى أصبح المقياس فى صورته النهائية مرفق (٣)

المعاملات العلمية للمقياس:

- صدق المقياس

- صدق التكوين الفرضي

تم حساب معامل الصدق بطريقة التمييز بين المجموعات ولذلك اختيرت مجموعة من لاعبي المباراة ولاعبى الملاكمة وتم تقسيمهم إلى مجموعتين أحدهما مميزة والأخرى غير مميزة (طبقاً لنتائجهم ومستواهم فى البطولة) وبحساب دلالة الفروق بين المجموعتين كانت لصالح المجموعة المميزة وقد بلغ معامل الصدق لهذه المجموعة ٨٦,٧ %

ثبات المقياس:

تم حساب معامل الثبات بطريقة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه بفواصل زمنى قدره ١٥ يوم بين التطبيق الأول والثانى وبحساب معامل الارتباط بين التطبيقين أسفرت النتائج عن وجود معامل ثبات قدره ٠,٧٤

التجربة الأساسية:

بعد إجراء الدارسان الإستطلاعية إتضح للباحثان إمكانية تطبيق المقياس فى الصورة النهائية الأساسية له . وتم التطبيق على العينة المتمثلة من لاعبي الملاكمة والمبارزة وفقاً للمستويات المختلفة لأوزانهم ونتائجهم .

أسلوب الإحصاء :

إستخدم الباحثان :-

- المتوسط الحسابى .

- الإنحراف المعيارى .

- معامل الإنتواء .

- الوسيط .

- معامل الارتباط .

- تحليل التباين .

- إختبار " ت " .

عرض النتائج:

جدول (١٤)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث من لاعبي المستوى الأعلى والأقل للاعبين
الملاكمة في محاور ومجموع مقياس التوافق النفسي

المتغيرات	المستوى الأعلى (ن=٢٤)		المستوى الأقل (ن=٢٤)		الفرق	قيمة ت
	ع	م	ع	م		
التوافق الاجتماعي	٤,٤٢	٦٩,٥٨	٥,١٥	٦٩,٢٩	٠,٢٩	٠,٢١
التوافق الرياضي	٢,١٢	٧١,٦٢	١,٩٣	٧٢,٣٣	٠,٧١	١,٢١
التوافق الشخصي	٣,٦٥	٤٥,٩٦	٣,٥٦	٤٦,٢١	٠,٢٥	٠,٢٤
التوافق النفسي العام	٧,٧٩	١٨٨,٤٢	٨,٠٨	١٨٧,٩٦	٠,٤٦	٠,٢

قيمة ت الجدولية (٢,٠٦) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبي
المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبين الملاكمة في جميع محاور ومجموع
مقياس التوافق النفسي

جدول (١٥)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث من المستوى الأعلى والأقل للاعبى السلاح
فى محاور ومجموع مقياس التوافق النفسى

قيمة "ت"	الفرق	المستوى الأقل (ن=١٧)		المستوى الأعلى (ن=١٧)		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
٠,٣٤	٠,٢٩	٢,٦٥	٧١,٨٢	٢,٤	٧١,٥٣	التوافق الاجتماعى
٠,٠٨	٠,٠٦	١,٤٦	٧٢,٥٣	٢,٥٥	٧٢,٥٩	التوافق الرياضى
٠,٩٢	٠,٧٦	٢,٧٨	٤٨,٠٠	٢,٠٢	٤٨,٧٦	التوافق الشخصى
٠,٢٦	٠,٤١	٣,٨٩	١٩٣,٦٥	٥,٢	١٩٤,٠٦	التوافق النفسى العام

قيمة ت الجدولية (٢,١١) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي
البحث من المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبى السلاح فى جميع محاور
ومجموع مقياس التوافق النفسى

جدول (١٦)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث من المستوى الأعلى في رياضتي الملاكمة-السلاح في محاور ومجموع مقياس التوافق النفس

المتغيرات	المستوى الأعلى للملاكمة (ن=٢٤)		المستوى الأعلى للسلاح (ن=١٧)		الفرق	قيمة ت
	ع	م	ع	م		
التوافق الاجتماعي	٤,٤٢	٧١,٥٣	٢,٤	١,٩٤	١,٨١	
التوافق الرياضي	٢,١٢	٧٢,٨٩	٢,٥٥	٠,٩٦	١,٢٨	
التوافق الشخصي	٣,٦٥	٤٨,٧٦	٢,٠٢	٢,٨١	٣,١٥	
التوافق النفسي العام	٧,٧٩	١٩٤,٠٦	٥,٢	٥,٦٤	٢,٧٨	

قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث من لاعبي المستوى الأعلى في رياضتي الملاكمة والسلاح في محور التوافق الشخصي ومجموع مقياس التوافق النفسي وعدم وجود فروق دالة إحصائية بينهم في محور التوافق الاجتماعي ، التوافق الرياضي .

جدول (١٧)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث من المستوى الأقل في رياضتي الملاكمة - السلاح
في محاور ومجموع مقياس التوافق النفسى

قيمة ت	الفرق	المستوى الأقل للسلاح (ن=١٧)		المستوى الأقل للملاكمة (ن=٢٤)		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
* ٢,٠٦	٢,٥٣	٢,٦٥	٧١,٨٢	٥,١٥	٦٩,٢٩	التوافق الاجتماعى
٠,٣٧	٠,٢	١,٤٦	٧٢,٥٣	١,٩٣	٧٢,٣٣	التوافق الرياضى
١,٨١	١,٧٩	٢,٧٨	٤٨,٠٠	٣,٥٦	٤٦,٢١	التوافق الشخصى
* ٢,٩٩	٥,٦٩	٣,٨٩	١٩٣,٦٥	٨,٠٨	١٨٧,٩٦	التوافق النفسى العام

قيمة ت الجدولية (٢,٠٤) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتي البحث من لاعبي المستوى الأقل في رياضتي الملاكمة والسلاح فى محور التوافق الاجتماعى ومجموع مقياس التوافق النفسى وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بينهم فى محور التوافق الرياضى ، التوافق الشخصى .

جدول (١٨)

دلالة الفروق بين مجموعتي البحث من لاعبي الملاكمة - السلاح
في محاور ومجموع مقياس التوافق النفسي

قيمة ت	الفرق	لاعبة السلاح (ن=٣٤)		لاعبة الملاكمة (ن=٤٨)		المتغيرات
		ع	م	ع	م	
* ٢,٧٧	٢,٢٤	٢,٥	٧١,٦٧	٤,٧٥	٦٩,٤٣	التوافق الاجتماعي
١,٢٧	٠,٥٨	٢,٠٥	٧٢,٥٦	٢,٠٤	٧١,٩٨	التوافق الرياضي
* ٣,٤٧	٢,٣	٢,٤٣	٤٨,٣٨	٣,٥٧	٤٦,٠٨	التوافق الشخصي
* ٤,١٢	٥,٦٧	٤,٥٣	١٩٣,٨٥	٧,٨٦	١٨٨,١٩	التوافق النفسي العام

قيمة ت الجدولية (٢,٠٠) عند مستوى (٠,٠٥)

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتي البحث
من لاعبي الملاكمة - السلاح في محور التوافق الاجتماعي - التوافق
الشخصي - التوافق النفسي العام وعدم وجود فروق دالة إحصائية في محور
التوافق الرياضي .

جدول (١٩)

الأهمية النسبية لمحاور ومجموع مقياس التوافق النفسي

للاعبى الملاكمة والسلاح

لاعبى السلاح (ن- ٣٤)			لاعبى الملاكمة (ن- ١٨)			عدد	النشاط
الأهمية النسبية	ع	م	الأهمية النسبية	ع	م	العبارات	المحاور
٩٥,٥٦	٢,٥	٧١,٦٧	٩٢,٥٧	٤,٧٥	٦٩,٤٣	٢٥	التوافق الاجتماعى
٩٦,٧٥	٢,٠٥	٧٢,٥٦	٩٥,٩٧	٢,٠٤	٧١,٩٨	٢٥	التوافق الرياضى
٩٤,٨٦	٢,٤٣	٤٨,٣٨	٩٠,٣٥	٣,٥٧	٤٦,٠٨	١٧	التوافق الشخصى
٩٦,٤٤	٤,٥٣	١٩٣,٨٥	٩٣,٦٣	٧,٨٦	١٨٨,١٩	٦٧	التوافق النفسى العام

يتضح من الجدول السابق تحسن نسبة الأهمية النسبية لمحاور ومجموع مقياس التوافق النفسى للاعبى السلاح وكانت أعلاها بنسبة ٩٦,٧٥ % لمحور التوافق الرياضى وأقلها لمحور التوافق الشخصى بنسبة قدرها ٩٤,٨٦ % عن لاعبة الملاكمة حيث كانت أعلاها بنسبة ٩٥,٩٧ % لمحور التوافق الرياضى وأقلها بنسبة ٩٠,٣٥ % لصالح محور التوافق الشخصى.

مناقشة النتائج وتفسيرها :

بعد أن توصل الباحثان إلى بناء المقياس قاما بتقنيته وتطبيقه للتأكد من مدى فاعليته للعينة المتمثلة من الملاكمين والمبارزين وجمع البيانات ومعالجتها إحصائياً وبذلك قد تحقق الغرض الأول الذى إتسم ببناء المقياس .

ويتضح من الجداول أرقام (١٤) ، (١٥) عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبي المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبى الملاكمة والمبارزة فى جميع محاور ومجموع مقياس التوافق النفسى ويعزى الباحثان ذلك إلى أن أنشطة الملاكمة والمبارزة مليئة بمواقف جديدة ومتغيرة وسريعة التغير تضى المرونة على سلوك وردود أفعال الملاكمين ولاعبى المبارزة بما يتفق مع تفسير هذه المواقف وذلك راجع لتعود الرياضى وتكرار تدريبه على الاستجابة للمواقف الرياضية المتغيرة داخل الملاعب والمسابقات والبطولات مما يجعله قادراً على مرونة سلوكه خارج الملاعب لتصبح سمة من سمات تصرفاته وسلوكه الدائم كما أن لاعبي المستوى الأعلى فى الرياضيتين اكتسبا قدرة التعامل وسرعة التصرف فى المواقف المتغيرة كالعاب فردية تتميز بخصائص معينة .

ويعزى الباحثان عدم وجود فروق بين المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبى الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الاجتماعى إلى أن المجال الرياضى يحتم أن تكون هناك علاقات ود وصداقة وتعاون بين الزملاء بل وبين الرياضى ومنافسه فدائماً يدرك الرياضى أهمية هذا العامل الاجتماعى كما يشعر دائماً ويحترم المعايير الاجتماعية ، كما أن الرياضة تبنى على الانتماء فهى تبنى هذا الشعور وتقويه فيصبح الرياضى أكثر الناس معرفة بالانتماء كما أن تدريب اللاعب داخل النادى تجبره دائماً على معرفة أصدقاء جدد وإقامة علاقات ود مع الزملاء فى التدريب والمنافسات .

ويعزى الباحثان عدم وجود فروق بين المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبى الملاكمة والمبارزة فى التوافق الرياضى وإن ممارسة الرياضة تؤدي لتنمية الفرد لذاته الجسمية وإدراكه لإمكاناته وقدراته البدنية كما أنها تحسن من كفاءة الأجهزة الداخلية والخارجية للجسم مما يزيد من مقاومة الجسم للأمراض ، كما أن ممارسى الألعاب الفردية يكونا دائما مدركا للواقع الذى هو فيه وما حوله فيكون أكثر واقعية من غيره وملما بإمكاناته البدنية وقدراته أكثر من ممارسى الألعاب الجماعية وهذا يتفق مع سامى غنيم (٦) حيث جاءت نتائج بحثه إلى أن هناك فروق بين لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الجماعية لصالح الألعاب الفردية فى التوافق النفسى العام .

ويعزى الباحثان عدم وجود فروق بين لاعبي المستوى الأعلى والأقل للاعبى الملاكمة والمبارزة فى التوافق الشخصى إلى أن الرياضة فى تحقيقها للفوز تقوى المسئولية الذاتية لما يتحملة الممارس من مواقف صعبة يتحمل نتائجها كما تنمى فهم وتقبل الذات والقيمة الذاتية لما يحققه الفوز من تحقيق أهداف الفرد ويساعد على فهم قدراته وقيمة الذات لأن الرياضة مجال يبذل فيه الرياضى كل إمكاناته واستعداداته لتحقيق الفوز كما تكسب الفرد القدرة على تنمية علاقات شخصية وتنمية قدرة الفرد على إدراك الذات الشخصية والإدراكية لأن الرياضى يدرك قدراته وذاته جيدا .

يتضح من جدول (١٦) وجود فروق دالة إحصائيا بين مجموعتى البحث من لاعبي المستوى الأعلى فى رياضتى الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الشخصى ومجموع مقياس التوافق العام وعدم وجود فروق دالة إحصائيا فى محور التوافق الاجتماعى ، التوافق الرياضى ويعزى الباحثان هذا الفرق إلى

اختلاف طبيعة رياضة الملاكمة عن طبيعة رياضة المبارزة فرياضة الملاكمة تتسم بالقوة وطبيعة ممارستها تتطلب من الملاكم مستوى عالى من التحمل للكدمات نظرا لإقامة المباراة لعدد من الجولات وزمن الجولة من ٣ : ٤ دقائق طبقا لنظام البطولة وهذا ما يجعل الملاكم يتدرب كثيرا لزيادة القوة والتحمل والسرعة بينما رياضة المبارزة تتسم بطبيعة خاصة حيث أن وسيلة التسجيل فيها هو اللمس بذبابة السلاح وبالتالي فإن مستوى تحمل اللاعب يكون أقل بمقارنته بالملاكم وبالتالي فإن ذلك يؤثر على التوافق العام ، لشخصية كل منهما

يتضح من جدول (١٧) وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتى البحث من لاعبي المستوى الأقل فى رياضتى الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الاجتماعى ومجموع مقياس التوافق النفسى وعدم وجود فروق دالة إحصائية بينهم فى محور التوافق الرياضى ، التوافق الشخصى ، ويعزى الباحثان الفروق بين لاعبي المستوى الأقل فى رياضتى الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الاجتماعى إلى أن هذه الفروق تعتبر فروق طبيعية لأن رياضة الملاكمة تختلف إلى حد ما فى طبيعة ممارستها من حيث إنخفاض فى المستوى الاجتماعى والاقتصادى عن رياضة المبارزة الذى يتميز رياضتها بارتفاع ملحوظ فى المستوى الاجتماعى والاقتصادى ، ويرجع الباحثان عدم وجود فروق دالة إحصائية فى محوري التوافق الرياضى والتوافق الشخصى حيث أن ممارسة الرياضة بطبيعة الحال تكسب اللاعبين حب المنافسة والتدريب وتزيل الفوارق الاجتماعية والاقتصادية والشخصية بين اللاعبين وتجعلهم أسرة واحدة نظرا لتميز الرياضة بوجود المدرب والإدراى القدوة للاعبين جميعهم مع تسهيل وحل مشاكلهم المالية والعلمية والمهنية حتى تذوب الفوارق الطبقة بينهم وتكسبهم صفة التوافق مما تجعلهم فى حالة اتزان شخصى ورياضى يتواءم مع طبيعة

المجتمع فالرياضة تكسب اللاعب حياة الأسرة الاجتماعية والتعاون وتزيد من معارفه مع تكوين صداقات جديدة .

يتضح من جدول (١٨) وجود فروق في مجموع محاور مقياس التوافق النفسى لدى لاعبي المباراة عن لاعبي الملاكمة في مجموعة محاور التوافق النفسى وهذا يعتبر فرق طبيعى حيث أن رياضة المباراة تتميز عن رياضة الملاكمة بدرجة صعوبة عالية في التوافق الحركى حيث يتوقف النجاح فى الأداء على سرعة الاختيار لأداء الاستجابة الحركية السليمة ويتطلب أداء لاعب المباراة درجة عالية من سرعة العمليات العصبية والتي يمكن الحكم عليها من سرعة الاستجابات الحركية البسيطة والمركبة . وهذا ما أكدته جدول رقم (١٩) بالنسبة للأهمية النسبية حيث أثبت تحسن الأهمية النسبية لمحاور ومجموع مقياس التوافق النفسى لدى لاعبي المباراة لمجموع المحاور عن نسبة الأهمية النسبية لدى لاعبي الملاكمة .

ومن هذا اتضح لنا أن الهدف من البحث قد تحقق بالوصول لهذه النتائج والتي أظهرت قدرة المقياس للوصول إلى قياس ما وضع من أجله لدى لاعبي الملاكمة والمبارزة .

الاستنتاجات:

فى ضوء حدود عينة ونتائج البحث أمكن للباحثان التوصل إلى :-

- ١- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبي المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبى الملاكمة فى جميع محاور ونبسوع مقياس التوافق النفسى .
- ٢- عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتى البحث بين المستوى الأعلى والمستوى الأقل للاعبى المبارزة فى جميع محاور مقياس التوافق العام .
- ٣- وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتى البحث من لاعبي المستوى الأعلى فى رياضتى الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الشخصى ومجموع مقياس التوافق النفسى وعدم وجود فروق دالة إحصائية بينهم فى محور التوافق الاجتماعى ، التوافق الرياضى .
- ٤- وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتى البحث من لاعبي المستوى الأقل فى رياضتى الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الاجتماعى ومجموع مقياس التوافق النفسى وعدم وجود فروق دالة إحصائية بينهم فى محور التوافق الرياضى ، والتوافق الشخصى .
- ٥- وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعتى البحث من لاعبي الملاكمة والمبارزة فى محور التوافق الاجتماعى ، التوافق الشخصى ، التوافق النفسى العام وعدم وجود فروق دالة إحصائية فى محور التوافق الرياضى .
- ٦- تحسن فى الأهمية النسبية لمحاور ومجموع مقياس التوافق النفسى للاعبى المبارزة وكانت أعلاها بنسبة ٩٦,٧٥% لمحور التوافق الرياضى وأقلها لمحور التوافق الشخصى بنسبة قدرها ٩٤,٨٦% عن لاعبي الملاكمة حيث كانت أعلاها بنسبة ٩٥,٩٧% لمحور التوافق الرياضى وأقلها بنسبة ٥٠,٣٥% لصالح محور التوافق الشخصى .

التوصيات:

- ١- ضرورة الإهتمام بتطبيق المقياس حتى يمكن إنتقاء الناشئين والوقوف على مشاكلهم النفسية والتي قد يعجز المدرب عن التعرف فى حلها .
- ٢- الإهتمام بتأهيل المدربين بعقد دورات تدريبية حتى يمكن صقلهم وتنوידهم بأحدث المعلومات والمعارف النفسية والتربوية عن اللاعبين .
- ٣- الإهتمام بعمل سجل خاص لكل ملاكم ومبارز حتى يمكن العناية والرعاية النفسية وبالتالي يمكن تحسن مستوى درجة التوافق النفسى العام لديهم .
- ٤- ضرورة توافر الأخصائى النفسى المصاحب لجهاز التدريب للتقويم النفسى المستمر والعمل على حل مشاكل اللاعبين بالتنسيق مع المدرب والإدارى والطبيب .
- ٥- تدعيم مكاتبات الإتحادات الرياضية بالمقاييس النفسية المتخصصة لمعاونة المدربين والإداريين واللاعبين لتفهم وتحليل سلوك الشخصية لكل منهم .
- ٦- إهتمام المدربين بتوفير عدد من الساعات التدريبية لتنمية شخصية الملاكمين والمبارزين من الجانب النفسى .

المراجع

- ١- أحمد أمين فوزى : أثر التدريب الرياضى فى التوافق لتلاميذ المرحلة الإعدادية ، المؤتمر العلمى لدراسات وبحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية بأبى قير ، مايو ١٩٨٠م.
- ٢- أحمد عزت راجح : أصول علم النفس ، دار المعارف ١٩٨٥م.
- ٣- انتصار يونس : السلوك الإنسانى ، دار المعارف ١٩٨٣م.
- ٤- جابر عبد الحميد ، علاء الدين كفاى : معجم علم النفس والطب النفسى، الجزء الأول ، دار النهضة العربية ، ١٩٨٨م.
- ٥- حامد عبد السلام زهران : الصحة النفسية والعلاج النفسى ، عالم الكتب ١٩٧٤م.
- ٦- سامى غنيم محمد : تأثير النشاط الرياضى على التوافق النفسى العام لطلاب جامعة عين شمس ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق ، ١٩٩١م.
- ٧- صلاح مخيمر : الإيجابية كمعيار وحيد وأكد لتشخيص التوافق عند الراشدين ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٨٤م.
- ٨- عباس محمود عوض : الموجز فى الصحة النفسية ، دار المعرفة الجامعية ، ١٩٨٨م.
- ٩- كمال دسوقى : علم النفس ودراسة التوافق ، الطبعة الثالثة ، مطابع جامعة الزقازيق، ١٩٨٥م.

- ١٠- محمد حسن علاوى : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، الطبعة الخامسة ، دار المعارف ، ١٩٨٣م .
- ١١- محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، الطبعة الخامسة ، دار المعارف ، ١٩٨٣م .
- ١٢- محمود محمد الزيدى : علم النفس الإكلينيكي التشخيصى ، مكتبة الأنجلو المصرية ، ١٩٦٩م .
- ١٣- مصطفى فهمى : الصحة النفسية ، دراسات فى سيكولوجية التكيف ، مكتبة الخانجى ، القاهرة ، ١٩٧٦م .
- ١٤- مصطفى فهمى : التكيف النفسى ، مكتبة مصر ، ١٩٧٨م .
- ١٥- مصطفى فهمى : التوافق الشخصى والاجتماعى ، مكتبة الخانجى ، القاهرة ، ١٩٧٩م .
- ١٦- هناء عبد الوهاب حسن : التوافق النفسى وعلاقته بمستوى الأداء لمسابقات الميدان والمضمار ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية للبنات بالإسكندرية ، ١٩٨٦م .
- 17- Good , Carter : **Dictionary of Education** , New York, MC grow hill Book Co.- 1973.
- 18- Phye , Gary, D, Reschly Deniet, H. : **School perspectives and issues** , New York Acade- stil press Inc., 1979.
- 19- Stephen, H, Lerch : **The adjustment to Retirement PF professional base ball players**, Red ford University. Conference 1st, 1981.

مرفق (١)



جامعة الزقازيق

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم المنازلات والرياضات المائية

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول سمات التوافق النفسى للاعبى المنازلات

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحثان: أ.م.د. عاطف نمر خليفة ، د.أسامة صلاح فؤاد

بقسم المنازلات والرياضات المائية بعمل بحث وعنوانه :

التوافق النفسى للاعبى المنازلات وعلاقته بنتائج المباريات
بهدف تحقيق أهم السمات التى تتواءم مع التوافق النفسى

البيانات الشخصية

- ١- الاسم :
- ٢- الوظيفة :
- ٣- عدد سنوات الخبرة :

* الرجاء من سيادتكم التفضل بالإجابة على هذه الاستمارة شاكرين حسن
تعاونكم الصادق فى إنجاز هذا البحث .

إستمارة إستطلاع رأى السادة الخبراء
لتحديد أهم سمات التوافق النفسى للاعبى المنازلات

م	التوافق	نعم	لا
١	التوافق الإجتماعى		
٢	التوافق الرياضى		
٣	التوافق الصحى		
٤	التوافق الأسرى		
٥	التوافق الشخصى		

إجابات أخرى ترونها سيادتكم :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

مرفق (٢)



جامعة الزقازيق

كلية التربية الرياضية للبنين

قسم المنازلات والرياضات المائية

استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول العبارات الخاصة بالتوافق النفسى للاعبى المنازلات

السيد الأستاذ الدكتور /

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحثان: أ.م.د. عاطف نمر خليفة ، د.أسامة صلاح فؤاد

بقسم المنازلات والرياضات المائية بعمل بحث وعنوانه :

التوافق النفسى للاعبى المنازلات

وعلاقته بنتائج المباريات

البيانات الشخصية

- ١- الاسم :
- ٢- الوظيفة :
- ٣- عدد سنوات الخبرة :

* الرجاء من سيادتكم التفضل بالإجابة على هذه الاستمارة شاكرين حسن تعاونكم الصادق فى إنجاز هذا البحث .

م	التوافق الاجتماعي			
	التقويم	دائما	أحيانا	أبدا
١				يختارنى زملائى فى المدرسة أو الجامعة كقائد للجماعة .
٢				أشعر بارتياح عندما يشركنى المدرب فى إختيار باقى أعضاء الفريق .
٣				أشعر بالإستمتاع بالوقت الذى أقضيه مع أسرتى .
٤				أميل للتشاجر مع إخوتى وزملائى .
٥				أشعر بأن والدى مثلئى الأعلى .
٦				أشعر بارتياح لمجرد مغادرتى للتدريب .
٧				أشعر بالتعاسة بسبب إنتقاد أفراد أسرتى لبعض تصرفاتى .
٨				أحس بإهتمام أفراد أسرتى لى عندما اتحدث عن إهتماماتى الخاصة .
٩				أجد التشجيع الكافى من والدى لتنمية مواهبى .
١٠				يمكننى المحافظة على حقوق زملائى اللاعبين .
١١				أحس بسعادة حينما أساعد زملائى أثناء التدريب أو المناقشة .
١٢				أهتم بإثراك زملائى فى إختيار ملابسى .
١٣				أشعر بضعف الروابط بين أفراد أسرتى .
١٤				أشعر بسعادة لمجرد مغادرتى المنزل .
١٥				أهتم عادة بمشاكل الأسرة وأشارك فى حلها .
١٦				يتحالف أفراد الفريق جميعهم فى حالات الشدة .
١٧				أهتم للإشتراك فى مناسبات الزملاء فى الفريق .
١٨				أشعر بالحرج لإتيمانى لأسرتى - أشعر بالحرج من زملائى فى الفريق .
١٩				أحس ان والداى يعاملانى بطريقة تختلف عن إخوتى .
٢٠				أرى أن أفراد أسرتى يتجاهلوننى فى حل مشاكلى .
٢١				أناقش مع والدى فى بعض الأمور الخاصة دون خجل أو خوف .
٢٢				يضايقتنى إختلاف معاملة المدرب لى عن باقى زملائى .
٢٣				عندما يحضر ضيف لى فى المنزل يحرض الجميع على حسن معاملته .
٢٤				إذا طلب من والداى أن أعمل عمل ما لتضايق ولا أعمله .
٢٥				تحاول أسرتى إشراكى فى إتخاذ القرارات الخاصة بنا .
٢٦				عندما أسافر مع فريقى أشعر بالحنين لأسرتى .
٢٧				أشعر بسعادة عندما يهتم منربى بضيوفى .
٢٨				أشعر بسعادة عندما يعود زميل لى .
٢٩				أشعر بارتياح شديد عند مقابلة زملائى اللاعبين .

م	التقويم		
	أبدا	أحياتا	دائما
١			لا أشعر بالإرتباك والضيق عندما لاتسير الأمور على ما يرام .
٢			أمتلك قدرة التعامل تجاه معظم المشرفين على الفريق .
٣			أدائى يتحسن بتشجيع زملائى أثناء المنافسة .
٤			أعترف بخطئى أمام فريقى دون إضطراب أو مضايقة .
٥			أكون سعيدا عندما أجد علاقة زملائى فى الفريق أصبحت قوية .
٦			أستطيع ضبط إنفعالى وإمتصاص عنف المنافس .
٧			يمكننى اللعب لفترات طويلة دون هبوط فى مستوى أدائى .
٨			زملائى يشعرون أننى أتمتع بالروح الرياضية .
٩			علاقتى بزملائى فى التدريب والمنافسة يسودها الحب والإحترام .
١٠			أحس أننى أميل للخشونة ضد زملائى فى المنافسة .
١١			لدى شعور دائما بأننى غير مرغوب فى الفريق .
١٢			أشعر بالحب والإتئام لفريقي ويزداد اثناء المنافسة حتى الفوز .
١٣			يضايقتنى أى موضوع يسئ لسمعة فريقى .
١٤			أرى أن قدراتى وفاعلية أدائى محدودة ومتواضعة .
١٥			يمكننى إستخدام طرق غير مشروعة فى سبيل الفوز .
١٦			أعتبر نفسى منافس قوى وعنيد .
١٧			أشعر بحب الجمهور لى وزملائى يتقون فى سلوكى المعتزى وأخلاقى.
١٨			يمكننى أن أتعلم المهارات بسهولة .
١٩			أفضل الإشتراك فى المباريات الصعبة ولا أهرب .
٢٠			عندما يهزم فريقى فأبنى أشعر برغبة فى الإعتداء على المنافسين .
٢١			يمكننى أن اتصرف بسرعة وبمرونة فى مواقف اللعب المختلفة .
٢٢			أميل للحضور فى ميعاد التدريب بانتظام .
٢٣			يمكننى قيادة زملائى فى الفريق .
٢٤			أجيد المبادأة وإرباك المنافس .
٢٥			أشعر بإطمئنان زملائى وأنا فى الفريق .
٢٦			أميل لمواجهة المنافس القوى والعنيد .
٢٧			تنتابنى حالة من العدوانية لو أحسست بإقترب الهزيمة .
٢٨			أشعر بالقدرة على التصرف أثناء المواقف الحرجة .
٢٩			يمكننى سرعة تغيير خطط اللعب طبقا لقدرات المنافس .

م	التقويم		
	أبدا	أحياتا	دائما
١			أنكر وجودى لو حضر صديق لى قبل خروجى لموعد سابق .
٢			يمكننى مصارحة صديقى بأن حديثه ممل .
٣			لو تعثرت مصالحي فى العمل يمدنى ضبط إنفعالاتى .
٤			تتساقط الدموع من عيني بمجرد سماعى خبر أليم .
٥			أميل إلى المغامرة والمخاطرة .
٦			تنتابنى حالة من السرحان أثناء المذاكرة أو العمل .
٧			أصدقائى لا يفضلوننى أولا .
٨			أمتلك قدرة الإجابة بسرعة على أى اسئلة توجه لى .
٩			أمتلك جراءة الحديث مع شخصية هامة .
١٠			لا أشعر بإجباط شديد أو سخط عندما أفشل فى تحقيق طموحاتى .
١١			أشعر بأن طموحاتى المستقبلية تتناسب مع قدراتى .
١٢			أحترم رأى الأغلبية مهما كانت مخالفة لرأىى .
١٣			مزاجى متقلب بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر .
١٤			تنتابنى أوهام تتعلق بحالتى الصحية .
١٥			أمتلك القدرة على تذكر الأسماء وبسرعة .
١٦			أشعر بالخجل وصعوبة التفكير عندما أشعر بمراقبتى .
١٧			يتأثر سلوكى وقراراتى بسلوك وقرارات الأشخاص الذين أحبهم .
١٨			تنتابنى حالة من الخوف الغامض دون سبب .
١٩			أقدم بثقة وبلا تردد على مواجهة المواقف الجديدة .
٢٠			أفغانل بكل ما تأتى به الحياة وأقبله .
٢١			تقتى كبيرة فى مواجهة المواقف الصعبة .

مرفق (٣)

م	العبارات	التقويم		
		أبدا	أحياتا	دائما
١	يختارنى زملائى فى المدرسة او الجامعة كقائد للجماعة .			
٢	أستطيع التغلب على الإحباط عند مواجهة الهزيمة .			
٣	أنكر وجودى لو حضر شخص لا أرتاح فى التعامل معه .			
٤	أشعر بالإستمتاع بالوقت الذى أقضيه مع اسرتى .			
٥	أمتلك قدرة التعامل تجاه معظم المشرفين على الفريق .			
٦	يمكننى ضبط إنفعالاتى لو تعثرت بعض مصالحى فى العمل .			
٧	أميل للتشاجر مع إخوتى وزملائى .			
٨	أدائى يتحسن بتشجيع زملائى أثناء المنافسة .			
٩	تتساقط الدموع من عينى بمجرد سماعى خبر أليم .			
١٠	أشعر بأن والدى مثلى الأعلى .			
١١	أعترف بخطئى أمام فريقى دون إضطراب أو مضايقة .			
١٢	أميل إلى المغامرة والمخاطرة .			
١٣	أشعر بالتعاسة بسبب إنتقاد أفراد أسرتى لبعض تصرفاتى .			
١٤	أستطيع ضبط إنفعالى وإمتصاص عنف المنافس .			
١٥	تنتابنى حالة من السرحان أثناء المذاكرة أو العمل .			
١٦	أحسن بإهتمام أفراد اسرتى لى عندما أتحدث عن إهتماماتى الخاصة .			
١٧	يمكننى اللعب لفترات طويلة دون هبوط فى مستوى أدائى .			
١٨	أمتلك قدرة الإجابة بسرعة على أى اسئلة توجه لى .			
١٩	أجد التشجيع الكافى من والدى لتنمية مواهبى .			
٢٠	زملائى يشعرون أننى أتمتع بالروح الرياضية .			
٢١	أمتلك جراءة الحديث مع شخصية هامة .			
٢٢	يمكننى المحافظة على حقوق زملائى اللاعبين .			
٢٣	علاقى بزملائى فى التدريب والمنافسة يسودها الحب والإحترام .			
٢٤	يمكننى السيطرة على أعصابى عندما أفضل فى تحقيق طموحاتى .			
٢٥	أحسن بمساعدة حينما أساعد زملائى أثناء التدريب أو المنافسة .			
٢٦	أحسن أننى أميل للخشونة ضد زملائى فى المنافسة .			
٢٧	أشعر بأن طموحاتى المستقبلية تتناسب مع قدراتى .			

تابع مرفق (٣)

م	العبارات	التقويم		
		أبدا	أحيانا	دائما
٢٨	أهتم بإشراك زملائي في إختياري لملابسي .			
٢٩	لدى شعور بأننى أفضل لاعبي الفريق .			
٣٠	أحترم رأى الأغلبية مهما كانت مخالفة لرأى .			
٣١	أشعر بضعف الروابط بين أفراد أسرتى .			
٣٢	أشعر بالحب والانتماء لفريقي ويزداد أثناء المنافسة حتى الفوز .			
٣٣	مزاجى متقلب بين السعادة و الحزن دون سبب .			
٣٤	أشعر بسعادة بمجرد مغادرتى المنزل .			
٣٥	يضايقنى أى موضوع يسئ لسمة فريقي .			
٣٦	أمتك القدرة على تذكر الأسماء وبسرعة .			
٣٧	أهتم عادة بمشاكل الأسرة وأشترك فى حلها .			
٣٨	أرى أن قدراتى وفاعلية أدائى محدودة ومتواضعة .			
٣٩	أشعر بالخجل وصعوبة التفكير عندما أشعر بمراقبتى .			
٤٠	يتحالف أفراد الفريق جميعهم فى حالات الشدة .			
٤١	يمكننى إستخدام طرق غير مشروعة فى سبيل الفوز .			
٤٢	يتأثر سلوكى وقراراتى بسلوك وقرارات الأشخاص الذين أحبهم .			
٤٣	أهتم للإشتراك فى مناسبات الزملاء فى الفريق .			
٤٤	اعتبر نفسى منافس قوى و عنيد .			
٤٥	تنتابنى حالة من الخوف الغامض دون سبب .			
٤٦	أحس أن والداى ياملانى بطريقة تختلف عن إخوتى .			
٤٧	يمكننى أن أتعلم المهارات بسهولة .			
٤٨	أقدم بثقة وبلا تردد على مواجهة المواقف الجديدة .			
٤٩	أرى ان أفراد أسرتى يتجاهلوننى فى حل مشاكلى .			
٥٠	أفضل الإشتراك فى المباريات الصعبة ولا أهرب .			
٥١	أتفائل لكل ما تأتى به الحياة وأتقبله .			
٥٢	أتناقش مع والداى فى بعض الأمور الخاصة دون خجل أو خوف .			
٥٣	عندما يهزم فريقي فإبنى أشعر برغبة فى الإعتداء على المنافسين .			
٥٤	يضايقنى إختلاف معاملة المدرب لى عن باقى زملائي .			
٥٥	يمكننى أن أتصرف بسرعة وبمرونة فى مواقف اللعب المختلفة .			
٥٦	عندما يحضر ضيف لى فى المنزل يحرص الجميع على حسن معاملته .			

تابع مرفق (٣)

م	العبارات	التقويم		
		أبدا	أحيانا	دائما
٥٧	أميل للحضور في ميعاد التدريب بانتظام .			
٥٨	إذا طلب منى والداى أن أعمل عمل ما أتضايق ولا أعمله .			
٥٩	يمكننى قيادة زملائى فى الفريق .			
٦٠	تحاول أسرتى إشتراكى فى إتخاذ القرارات الخاصة بنا .			
٦١	أجيد المبادأة وإرباك المنافس .			
٦٢	عندما أسافر مع فريقى أشعر بالحنين لسرتى .			
٦٣	أميل لمواجهة المنافس انقوى والعنيد .			
٦٤	أشعر بسعادة عندما يهتم مدربى بضيوفى .			
٦٥	تنتابنى حالة من العدوانية لو أحسست بإقتراب الهزيمة .			
٦٦	أشعر بسعادة عندما يعود زميل لى .			
٦٧	يمكننى سرعة تغيير خطط اللعب طبقا لقدرات المنافس .			

أرقام العبارات	
، ٢٨ ، ٢٥ ، ٢٢ ، ١٩ ، ١٦ ، ١٣ ، ١٠ ، ٧ ، ٤ ، ١ ، ٥٤ ، ٥٢ ، ٤٩ ، ٤٦ ، ٤٣ ، ٤٠ ، ٣٧ ، ٣٤ ، ٣١ . ٦٦ ، ٦٤ ، ٦٢ ، ٦٠ ، ٥٨ ، ٥٦	التوافق الإجتماعى
، ٢٩ ، ٢٦ ، ٢٣ ، ٢٠ ، ١٧ ، ١٤ ، ١١ ، ٨ ، ٥ ، ٢ ، ٥٥ ، ٥٣ ، ٥٠ ، ٤٧ ، ٤٤ ، ٤١ ، ٣٨ ، ٣٥ ، ٣٢ . ٦٧ ، ٦٥ ، ٦٣ ، ٦١ ، ٥٩ ، ٥٧	التوافق الرياضى
، ٣٠ ، ٢٧ ، ٢٤ ، ٢١ ، ١٨ ، ١٥ ، ١٢ ، ٩ ، ٦ ، ٣ . ٥١ ، ٤٨ ، ٤٥ ، ٤٢ ، ٣٩ ، ٣٦ ، ٣٣	التوافق الشخصى