

## الصلابة النفسية وتأثيرها علي تحديد مراكز الفرق في الدور النهائي لدوري كرة الماء للناشئين

م.د. / رامت سيد هاشم

مدرس بقسم تدريب الرياضات الفردية

بكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم

جامعه حلوان

### مقدمه ومشكله البحث:

التميز الرياضي والوصول إلى أعلى المستويات يحتاج إلى البحث عن كل ما هو جديد ومبتكر من وسائل واساليب علمية وتدريبية لتحقيق الهدف، والتفوق في المجال الرياضي لا يمكن أن يتم إلا بالعمل المتكامل بين جميع الجوانب (البدنية - المهارية - الخطئية - النفسية - العقلية). فمهما كانت لياقة اللاعب كاملة وبنيته الجسدية ذات بناء جيد فلا بد من التحكم في هذه الامكانيات والتأكد من أداء اللاعب بدون أي خوف أو قلق من المنافسة لبذل أقصى جهد عنده، والمسئول عن هذا الدور هو الجانب النفسي اللازم لتحقيق الهدف لضمان بذل اللاعب لإقصى جهد ممكن بغض النظر عن مستوي وصعوبة المنافسة أو المنافس.

وتعد المنافسة الرياضية مصدر للعديد من المواقف الانفعالية وهي بمثابة اختبار لقدرات اللاعب وتحتوي علي العديد من مصادر التهديد والضغوط النفسية التي تؤثر سلبا على أداء اللاعب. (17: 286) (10: 179)

وتمثل الصلابة النفسية إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط ، وعدم تعرضه للاضطرابات الناتجة عنها وقد تتضمن وقد تتضمن الشعور بالخوف من الفشل أو فقدان الثقة في قدراته أو عدم السيطرة على العوامل المختلفة المرتبطة بتحقيق الفوز في المنافسة، حيث يتصف اللاعب ذو الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي، والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط لذلك فإنهم يحققون النجاح في التعامل مع المنافسة، ويستطيعون تحويل المواقف ذات الصعوبة العالية إلى مواقف أقل تهديداً والتعامل الجيد معها. (4 : 9) (15 : 427)

ويشير إبراهيم عبدربه خليفة (1997) إلى أن الضغوط النفسية تعتبر أحد الظواهر النفسية المؤثرة على صحة الرياضي، وقد تؤدي شدتها والتعرض لها إلى تأثيرات سلبية في الأداء الرياضي وإلى خلل في الصحة النفسية مما قد يؤثر على الصحة المتكاملة للرياضيين وقد يصل الأمر إلى الإنهاك النفسي والإحساس بالمشاعر النفسية السلبية التي يصعب على اللاعب مقاومتها ومواجهتها ويصبح عرضة للفشل والانسحاب من الرياضة. (1: 163)

وقد أشار هانتون Hanton (2010) إلى أن الفرد الذي يتمتع بالصلابة النفسية يستخدم التقييم واستراتيجيات المواجهة بفاعلية، وهذا يشير أن لدى ذلك الفرد مستوى عالي من الثقة النفسية وهكذا فإن ذلك الفرد يقدر الموقف الضاغط بأنه أقل تهديداً، ثم يعيد بناءه إلى شيء أكثر إيجابيه. (9 : 175)

وفى هذا الصدد يشير العربي شمعون (1996) إلى أن تنمية المهارات النفسية يجب أن تسير جنباً إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية من خلال برامج التدريب الرياضي ويجب التركيز عليها كما هو الحال في المهارات الأساسية للنشاط الرياضي. (7: 362)

وان القدرة على التعامل مع المواقف المختلفة تعطي اللاعبين الفرصة لمواجهه كافة الجوانب التي تشملها المنافسة من ضغوط وأشخاص يحاولون تشتيت تركيزهم فتمكنهم من العمل مهما كانت الظروف المحيطة بدون قلق أو الشعور بالصدمة وتدفعه للدفاع عما يؤمن به، وتتضمن التركيز والانضباط والثقة بالنفس والصبر والمثابرة وقبول المسؤولية دون شكوي أو عذر والتخيل وتحمل الألم والتفكير الايجابي وقد تزايدت ضغوط الاداء التي يواجهها اللاعبين في العقود الأخيرة بسبب ارتفاع مستوى المنافسة وكذلك تطور التدريب، أدت هذه الضغوط إلى زيادة الاهتمام بكيفية استخدام القوى الداخلية لتحقيق أداء رياضي متفوق، في محاولة للوصول إلى اقصى إمكاناتهم الرياضية فقد استكمل اللاعبين تدريباتهم البدنية بأدوات التدريب النفسي مثل الصلابة النفسية وتحديد الاهداف والتصور والاسترخاء. (14 : 343 – 354)

ونتيجة لعمل الباحث في مجال التدريب والمشاركة في العديد من البطولات الرياضية وبمختلف المراحل السنيه وجد أن نتائج المباريات تختلف اختلاف كلي علي أساس أهميه المباراة ففي بطولات كرة الماء المقامة علي المستوي المحلي في السنوات الماضية كانت تقام بنظام

دوري من دور واحد ثم بعد ذلك يلعب الدور النهائي لأول أربع أو ستة فرق في الترتيب - علي حسب عدد الفرق المشاركة في هذه المرحلة - للحصول علي الترتيب النهائي فنجد علي سبيل المثال أن نتائج الفرق في المرحلة الأولى تختلف بشكل كبير عن الدور النهائي فنجد علي سبيل المثال أن نتيجة مباراة نادي المعادي ونادي الشمس في الدور الأول هي فوز نادي المعادي ولكن في الدور النهائي كان العكس ومباراة نادي المعادي مع النادي الاهلي انتهت في الدور الأول بالتعادل بعد أن كان نادي المعادي متقدم طوال المباراة ولكن في الدور النهائي فاز النادي الأهلي من أول المباراة وهنا لاحظ الباحث أن أهميه المباراة والضغط الجماهيري الغير معتاد في الدور الأول وأهميه المنافسة كل ذلك يضعف من ثقة اللاعب بنفسه ويؤثر علي صلابته النفسية مما ينعكس علي ضعف مستوي الأداء البدني والخططي والتكتيكي فيؤثر في النهاية علي نتيجة المباراة علي الرغم من اللعب مع المنافس من قبل ولكن عند تغير ظروف وأهميه المنافسة وعندما يكون اللعب لتحقيق مركز ما والحصول علي ميدالية يكون شعور اللاعب مختلف خاصاً اذا كان هذا الشعور جديد عليه أن يكون قريب بهذا القدر من أحرار الميدالية فينخفض مستوي الأداء كما ذكر من قبل.

لهذا يعتقد الباحث أن الصلابة النفسية هي الأساس والمتحكم في ردود أفعال اللاعبين فكلما زادت تحسنت ثقة اللاعب وهدوئه والتعامل مع المواقف الصعبة والحرجة بشكل أفضل وبالتالي تحقيق نتائج أحسن ففي الأدوار النهائية يكون المستوي التدريبي للفرق المتأهلة تقريباً واحد ولكن يصبح الفرق الأكبر والملحوظ هو مستوي التأهيل النفسية وأشير هنا الي الصلابة النفسية للاعبين.

### **هدف البحث:**

يهدف البحث الي التعرف علي مستوي الصلابة النفسية للاعبي كرة الماء وتأثيرها علي تحديد مراكز الفرق في الأدوار النهائية من دوري الناشئين.

### **تساؤلات البحث:**

تحاول الدراسة الإجابة علي التساؤلات التالية:

1- ما هو مستوى الصلابة النفسية للاعبين كرة الماء المشاركين في الأدوار النهائية من دوري الناشئين تحت 19 سنة؟

2- هل توجد اختلافات بين مستوى الصلابة النفسية بين لاعبي الفرق المتأهلة للأدوار النهائية من دوري كرة الماء للناشئين تحت 19 سنة؟

### **المصطلحات المستخدمة في البحث:**

- الصلابة النفسية:

" نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث ، ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث ، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا وإعاقة له"(6 : 284)

ويعرفها عماد مخيمر 1996 بأنها " مجموعته من السمات الشخصية تعمل على التصدي والمواجهة للأحداث الحياتية الصعبة وتمثل اعتقاداً عاماً لدى الفرد في قدرته على استخدام مصادره الذاتية والبيئية لمقاومته تلك الأحداث وتفسيرها بموضوعيه وواقعيه " (6 : 23)

### **الدراسات السابقة:**

1- دراسة عدنان هادي ومحمد خيرالدين (2020) بعنوان "إدراكات النجاح وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى لكرة القدم" يهدف البحث إلى التعرف على درجة إدراكات النجاح والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة نينوى، فضلاً عن التعرف على العلاقة بين إدراكات النجاح والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة نينوى ،وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة البحث. وتمثل مجتمع البحث من لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة نينوى للموسم الرياضي (2018) وبواقع (7) أندية والبالغ عددهم (178) لاعباً وتم اختيار عينة البحث من لاعبي الأندية المشاركة بعد استبعاد عينة الثبات البالغة (10) لاعبين واستبعاد عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (10) واستبعاد اللاعبين الذين لم يكملوا الإجابة على المقياسين البالغ عددهم (23) لاعباً وبذلك بلغ أفراد عينة البحث (135) لاعباً، واستخدم

الباحثان مقياس إدراكات النجاح ومقياس الصلابة النفسية بوصفهما أداتين للقياس في البحث، وتمة معالجة البيانات التي حصل عليها الباحثان باستخدام (الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، قانون النسبة المئوية، معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، قانون المتوسط الفرضي) وقد توصل الباحثان الي 1- امتلاك لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة نينوى درجات جيدة في إدراكات النجاح والصلابة النفسية -2- وجود علاقة ارتباطيه دالة وموجبه بين إدراكات النجاح والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بكرة القدم في محافظة نينوى. (5)

2- دراسة محمد الشناوي (2019) بعنوان "الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى بعض لاعبي التنس الأرضي" كشف البحث عن العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى بعض لاعبي التنس الأرضي وتكونت عينة البحث من (40) لاعبا من لاعبي التنس الأرضي من نادي التجديف ونادي الزهور ببور فؤاد ونادي الصيد ومركز شباب الإستاذ ببورسعيد. تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي. تمثلت أدوات البحث في مقياس الصلابة النفسية، ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي. وجاءت أهم النتائج مؤكدة على وجود علاقة عكسية سالبة بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز في بعد دافع تجنب الفشل لدى بعض لاعبي التنس الأرضي، ووجود علاقة عكسية سالبة بين الالتزام وبعد دافع تجنب الفشل لدى بعض لاعبي التنس الأرضي، ووجود علاقة عكسية سالبة بين دافع إنجاز النجاح وبعد دافع تجنب الفشل لدى بعض لاعبي التنس الأرضي. أوصى البحث بنشر الوعي النفسي بأهمية الصلابة النفسية لرفع دافعية الإنجاز الرياضي بين اللاعبين. (8)

3- دراسة جهاد ضرغام (2018) بعنوان "الطلاقة النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى لاعبي الكاراتيه" هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الطلاقة النفسية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكاراتيه، ومن أجل تحقيق أهداف الدراسة قام الباحث باستخدام المنهج الارتباطي، وقد بلغ عدد العينة (203) لاعب كاراتيه من لاعبي فلسطين وجاءت النتائج بأن الطلاقة النفسية والصلابة النفسية الأثنين جاءوه بدرجه عالية وأظهرت النتائج وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين الطلاقة النفسية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكاراتيه. (2)

- 4- دراسة **حلا جهاد** (2017) بعنوان "مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق" هدف البحث إلى تعرف مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق، وتعرف الفروق في مستوى الصلابة النفسية بين أفراد عينة البحث وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور/ إناث) والعمر (12/ 13/ 14/ 15) عاماً. وتكونت عينة البحث من (77) فرداً موزعين إلى (54) من الذكور، و(23) من الإناث. تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية، حيث طبق عليهم مقياس الصلابة النفسية (من إعداد الباحثة) بعد التحقق من صدقه وثباته. وأشارت النتائج إلى ما يلي: 1. وجود مستوى متوسط من الصلابة النفسية بشكل عام لدى لاعبي السباحة أفراد عينة البحث في محافظة دمشق-2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لصالح الذكور-3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الصلابة النفسية تبعاً لمتغير العمر لصالح العمر الأكبر. (3)
- 5- دراسة **سيمون وآخرون Simon et al** (2015) بعنوان "الصلابة النفسية لموهوبين رياضياً" وقد تم تطبيق البحث على عينة قوامها (33) لاعب أعمارهم (37.68 +/- 13.36) مقسمين إلى (21) لاعب ذكر و(12) لاعبة أنثى ومن بين العينة عدد (8) لاعبين من أبطال العالم في ألعاب القوى، السباحة، الملاكمة، وكان من أهم النتائج أن أهم سمات الصلابة النفسية والتي ترتبط بالإنجاز الرياضي هي الكفاءة الذاتية والقدرة على مواجهة الفشل والقدرة على الانتباه والتركيز والدافعية ومهارات التحمل وأوصى الباحثون بإضافة محددات الدعم الاجتماعي وطبيعة الضغوط لقائمة الصلابة النفسية. (18)
- 6- دراسة **رمزي وبشارت Ramzi & Besharat** (2010) بعنوان "تأثير الصلابة النفسية على الانجاز الرياضي والصحة النفسية" وقد تم تطبيق الدراسة على عينة قوامها (47) لاعب بواقع (44) ذكر و(30) أنثى وتم تطبيق مقياس الصلابة النفسية ومقياس الصحة النفسية ومقياس الإنجاز الرياضي على عينة البحث وقد أظهرت النتائج تأثيراً إيجابياً للصلابة النفسية على الصحة النفسية والإنجاز الرياضي وقد اقترح الباحثون ضرورة رفعه مستوى الصلابة

النفسية لدى اللاعبين لما لها من أثر ايجابي علي الصحة النفسية وزياده الإنجاز الرياضي من خلال شعور اللاعبين بالالتزام والتحكم والتحدي. (16)

7- دراسة فوري وبوتجيتير **Fourie & Potgieter** (2001) بعنوان " طبيعة الصلابة النفسية في المجال الرياضي" ونهدف الي التعرف على مكونات الصلابة النفسية على عينة قوامها (131) مدرب و(160) لاعب من (31) لعبه مختلفة وتحتوي علي (12) محور مستوى الدافعية، مهارات التحمل، ثبات الثقة، مهارة الإدراك، الهدف الموجه، التنافسية، وحدة الفريق، المهارات الإستقبالية، الصلابة النفسية، المنظور الديني، امتلاك المتطلبات البدنية والنفسية والأخلاق، وكاف من أهم النتائج أن المدربين يروا أن التركيز يعتبر من أهم السمات بينما يرى اللاعبون أن الدافعية من أهم السمات المحققة للإنجاز الرقمي وان المدربين يروا أن الدور الأكبر يقع على المدربين وعلماء النفس الرياضي في تدعيم وتطوير الصلابة النفسية أكثر من الرياضيين أي إنها سمة مكتسبة يمكن تطويرها من خلال تدريبات الصلابة النفسية. (13)

### إجراءات البحث:

#### - منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي كأحد أساليب البحث العلمي ، وذلك لوصف الظاهرة عن طريق جمع البيانات وتبويبها لتحديد حالة المتغيرات المدروسة قيد البحث.

#### - مجتمع البحث:

يتمثل مجتمع البحث في لاعبي كرة الماء مرحلة 19 سنة بجمهورية مصر العربية المقيدين بسجلات الاتحاد المصري للسباحة من لاعبي رياضة كرة الماء بالأندية (هليوبوليس - الأهلي - المعادي - الشمس) وهم الأندية المتأهلة للدور النهائي من الدوري المصري لكرة الماء.

#### - عينه البحث:

اشتملت عينة البحث الأساسية على عدد (82) لاعباً من مرحلة 19 سنة تم اختيارهم بالطريقة العمدية من اللاعبين المشتركين في بطولة الدوري موسم (2021- 2022) ، تم تقسيمهم الي (62) لاعباً للمجموعة الأساسية و(20) لاعب للعينة الاستطلاعية.

– المجال المكاني والزمني للقياسات :

أ- المجال المكاني:

– تم تسجيل استجابات اللاعبين من خلال أعداد نسخه إلكترونيه من المقياس وأرسالها للاعبين عبر البريد الإلكتروني لتسجيل استجاباتهم.

ب- المجال الزمني:

– تم تسجيل القياسات في الفترة من 2022/2/5 الي 2022/2/14 بعد انتهاء بطولة الدوري العام المصري لمرحلة 19 سنة يوم 2022/1/29 أي بعد أسبوع من انتهاء المباريات.

– وسائل وأدوات جمع البيانات:

قام الباحث بالبحث في اطار المسح المرجعي للدراسات المرتبطة وشبكة المعلومات الدولية والدوريات العلمية والكتب والمراجع التي تناولت موضوع البحث؛ وقد ساعد هذا في التعرف علي:

– ماهيه ومفهوم الصلابة النفسية.

– علاقه الصلابة النفسية بتحقيق الهدف والوصول الي افضل النتائج.

– مقياس الصلابة النفسية لأحمد عماره (مرفق 1) تم بناء هذا المقياس للاعبين

المنتخبات القومية (المصارعة – الجودو – التايكوندو – الكونغ فو – كاراتيه – سلاح – كرة

اليد – الكره الطائرة – الهوكي) وذلك من خلال ثلاثة محاور رئيسيه ( الالتزام – التحكم –

التحدي) تحتوى على 23 عبارة جميعها تعبر عن الصلابة النفسية للرياضيين وعلى النحو

التالي:

أ- بعد الالتزام يتكون من (11) عبارة إيجابيه هي أرقام (1، 5، 9، 12، 14، 16، 19،

20، 22)، والعبارات السلبية هي أرقام (6، 11).

ب- بعد التحكم يتكون من (7) عبارات إيجابيه وهى أرقام (21، 18، 15، 10، 7، 4، 2).

ج- بعد التحدي يتكون من (5) عبارات إيجابيه وهى أرقام (23، 17، 13، 8، 3).

مفتاح تصحيح المقياس	العبارات الإيجابية	تنطبق دائما	تنطبق احيانا	لا تنطبق أبدا	الحد الأقصى للمقياس
	الإيجابية	3	2	1	
	السلبية	1	2	3	69

## - الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

تم تحديد الأجهزة والأدوات وفقاً لما تحتاجه القياسات والاختبارات المستخدمة في البحث:

- مقياس الصلابة النفسية - حاسب آلي - أنترنت

## - الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بتطبيق التجربة الاستطلاعية على عدد (20) لاعب من لاعبي كرة الماء من أندية (هليوبوليس - الشمس - الاهلي - المعادي) بواقع (5) لاعبين من كل نادي من نفس مجتمع البحث ومن خارج العينة وذلك لمعرفة مدى فهم المختبرين للعبارات والوقت المستغرق لانتهاء من الإجابة على العبارات وقد أبدى المختبرين فهمهم لعبارات المقياس.

## - المعاملات العلمية لمقياس الصلابة النفسية:

### - أولاً حساب معامل الصدق:

تم حساب الصدق باستخدام الاتساق الداخلي من خلال معاملات الارتباط بين كل عبارته من عبارات المقياس ومجموع كل محور، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين مجموع كل محور والمقياس ككل على العينة وكانت على النحو التالي:

### جدول (1)

صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس الصلابة النفسية للرياضيين

ن = 20

العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	العبرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
	البعد الأول "الالتزام"										
1	2.800	0.616	*0.471	10	2.400	0.754	*0.508	7	2.750	0.444	*0.626
2	2.900	0.308	*0.492	11	2.700	0.657	*0.468	مج 2	18.000	1.892	
3	2.450	0.686	*0.632	مج 1	28.600	2.501		البعد الثالث "التحدى"			
4	2.550	0.510	*0.561	1	2.650	0.489	*0.509	1	2.200	0.616	*0.568
5	2.400	0.503	*0.553	2	2.450	0.605	*0.644	2	2.150	0.489	*0.533
6	2.750	0.444	*0.616	3	2.500	0.688	*0.485	3	2.350	0.489	*0.570
7	2.300	0.657	*0.533	4	2.250	0.444	*0.689	4	2.800	0.523	*0.564
8	2.650	0.489	*0.568	5	2.650	0.489	*0.454	5	2.650	0.489	*0.582
9	2.700	0.470	*0.564	6	2.750	0.444	*0.564	مج 3	12.150	0.933	

\*قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.444

تشير نتائج الجدول (1) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين العبارة ومجموع البعد الذي تنتمي إليه العبارة، مما يدل على صدق عبارات مقياس الصلابة النفسية للرياضيين.

### جدول (2)

صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين

ن = 20

م	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
1	الالتزام	28.600	2.501	*0.846
2	التحكم	18.000	1.892	*0.633
3	التحدي	12.150	0.933	*0.503
	مجموع المقياس	58.750	3.782	

\*قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.444

تشير نتائج الجدول (2) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مجموع البعد والمجموع الكلي لمقياس الصلابة النفسية للرياضيين ، مما يدل على صدق أبعاد مقياس الصلابة النفسية للرياضيين.

- أولاً حساب معامل الثبات:

قام الباحث بحساب معامل الثبات باستخدام معامل الفا كرونباخ Cronbach's Alpha.

### جدول (3)

معامل ثبات مقياس الصلابة النفسية للرياضيين باستخدام معامل الفا كرونباخ

ن = 20

م	البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الفا كرونباخ
1	الالتزام	28.600	2.501	*0.676
2	التحكم	18.000	1.892	*0.544
3	التحدي	12.150	0.933	*0.718
	مجموع المقياس	58.750	3.782	*0.746

\*قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 هي 0.444

تشير نتائج الجدول (3) إلى أن قيم معاملات الثبات تراوحت بين (0.544 : 0.746) مما يدل على ثبات الابعاد و مقياس الصلابة النفسية للرياضيين باستخدام معامل ألفا كرونباخ.

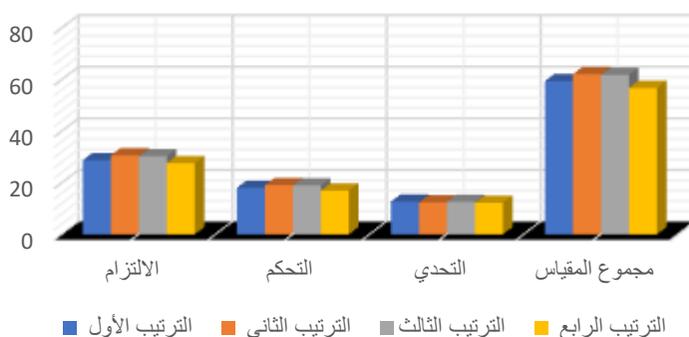
- عرض ومناقشه النتائج:

أولاً: عرض ومناقشه النتائج الخاصة بالتساؤل الأول والذي ينص علي "ما هو مستوى الصلابة النفسية للاعبين كرة الماء المشاركين في الأدوار النهائية من دوري الناشئين تحت 19 سنه؟"

#### جدول (4)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة البحث من الأندية وفقاً لترتيبها على مقياس الصلابة النفسية للرياضيين

م	البعد	الترتيب الأول ن = 15		الترتيب الثاني ن = 15		الترتيب الثالث ن = 15		الترتيب الرابع ن = 17		العينة الكلية ن = 62	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	الالتزام	28.733	2.154	30.600	2.028	30.267	2.463	27.529	2.649	29.226	2.614
2	التحكم	18.000	2.591	19.067	1.710	18.933	1.668	16.941	2.076	18.194	2.179
3	التحدي	12.667	1.397	12.400	1.183	12.600	1.121	12.235	1.251	12.468	1.224
	مجموع المقياس	59.400	4.548	62.067	1.831	61.800	4.313	56.706	4.283	59.887	4.421



شكل (1)

المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث من الأندية وفقاً لترتيب الفرق على ابعاد ومجموع مقياس الصلابة النفسية للرياضيين

تشير نتائج جدول (4) وشكل (1) إلى المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات عينة البحث من الأندية وفقاً لترتيبها على محاور ومجموع مقياس الصلابة النفسية للرياضيين. يتضح من جدول (4) وشكل (1) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينه البحث علي محتور مقياس الصلابة النفسية وفقاً للترتيب النهائي للفرق بعد انتهاء الدوري المحلي لمرحلة 19 سنة موسم 2021 - 2022 ونجد من خلال المجموع الكلي للمقياس ان الأندية الاربع الاولي يتميزون بدرجة عالية من مستوي الصلابة النفسية الواجب توافرها عند اللاعبين النخبة وبالرغم من وجود اختلاف بين نتائج الفرق الأربعة في مجموع محاور المقياس إلا ان أقل فرق حصل علي جموع 59.400 بنسبه 86% واعي فريق حصل علي 62.067 بنسبه 90% وهذا يبرهن ان الفارق بين الفرق الاربع في الصلابة النفسية 4% فقد يظهر ان هذا الفارق بسيط وغير مؤثر علي النتائج النهائية ولكن مع اقتراب المستوي التنافسي (البدني - الفني - المهارى - الخططي) تؤثر عوامل ومتطلبات أخرى في حسم نتائج المباريات وبالتالي الشكل النهائي للترتيب العام ومنهم الصلابة النفسية فان هذا الفارق البسيط قد ساعد ولعب دوراً في تحديد نتائج المباريات وكان له دور فعال في حسم النتائج.

ويتفق في هذا الجانب كلاً من كلوخ وسويل **Sewell & Clough** (2002) حيث يروا أن الرياضيين والمدربين شعروا أن 50% على الأقل من النجاح يرجع إلى عوامل نفسية تعكس الصلابة النفسية وليس التدريب التقليدي. (11 : 32-43)

ويتفق الباحث مع هذا الرأي أن تحقيق النجاح في البطولات الرياضية لا يعتمد فقط علي الجانب التدريبي بل أن هناك العديد من الاعتبارات والجوانب التي تصنع الفارق النهائي في أحرار مراكز متقدمة خاصه كلما اقتربت المستويات المتنافسة كما وضح من قبل فحسم النتيجة يرجع الي اسباب اخري أهمها والذي قد يصل الي نسبة 50% من حسم النتيجة الصلابة النفسية.

ويتفق مع ذلك كلاً من هونج **Hong** (1997) ، دولي وآخرون **Dolly et all** (2019) ، بومان و والدو **Bauman & Waldo** (1998) ، لي كريست **Lee Crust** (2000) ، محمد العربي شمعون (1996) ، مدحت عباس ( ٢٠١٠ ) ، عدنان موسى ومحمد خير الدين (2020) ، محمد عيسى الشناوي (2019) ، سيمون ميدلتون وآخرون **Simon**

وبورتيجيتر **Middleton et all (2015)** ، رامزي وبيشارت **Ramzi & Beshart (2010)** ، فوري  
**Fourie And Portgieter (2001)**.

وهذا ما يجيب علي التساؤل الأول للبحث والذي ينص علي "ما هو مستوى الصلابة النفسية  
 للاعبين كرة الماء المشاركين في الأدوار النهائية من دوري الناشئين تحت 19 سنة؟".  
 ثانياً: عرض ومناقشه النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني والذي ينص علي "هل توجد اختلافات بين مستوى  
 الصلابة النفسية بين لاعبي الفرق المتأهلة للأدوار النهائية من دوري كرة الماء للناشئين تحت 19 سنة؟":

### جدول (5)

تحليل التباين بين استجابات عينة البحث من الأندية وفقاً لترتيب الفرق

على مقياس الصلابة النفسية للرياضيين

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة " ف "	احتمال الخطأ
الالتزام	بين الفرق	97.137	3	32.379	*5.874	0.001
	داخل الفرق	319.702	58	5.512		
	المجموع	416.839	61			
التحكم	بين الفرق	46.870	3	15.623	*3.732	0.016
	داخل الفرق	242.808	58	4.186		
	بين الفرق	289.677	61			
التحدي	داخل الفرق	1.843	3	0.614	0.398	0.755
	بين الفرق	89.592	58	1.545		
	داخل الفرق	91.435	61			
مجموع المقياس	بين الفرق	301.747	3	100.582	*6.551	0.001
	داخل الفرق	890.463	58	15.353		
	بين الفرق	1192.210	61			

\* قيمة "ف" الجدولية عند درجة حرية 3 ، 58 هي 2.78

تشير نتائج جدول (5) إلى أنه توجد فروق داله إحصائياً بين ترتيب الأندية على أبعاد  
 مقياس الصلابة النفسية للرياضيين في (البعد الأول "الالتزام" ، البعد الثاني "التحكم") ومجموع  
 مقياس الصلابة النفسية.

بينما توجد فروق غير داله إحصائياً في البعد الثالث (التحدي).

## جدول (6)

دلالة الفروق بين ترتيب الفرق عينة البحث في مقياس الصلابة النفسية

للرياضيين باستخدام أقل فرق معنوي L.S.D.

المركز الرابع	المركز الثالث	المركز الثاني	المركز الأول	س	الترتيب	البعد
1.204	1.533	*1.867		28.733	المركز الأول	الالتزام
*3.071	0.333			30.600	المركز الثاني	
*2.737				30.267	المركز الثالث	
				27.529	المركز الرابع	
1.059	0.933	1.0667		18.000	المركز الأول	التحكم
*2.125	0.133			19.067	المركز الثاني	
*1.992				18.933	المركز الثالث	
				16.941	المركز الرابع	
2.694	2.400	2.667		59.400	المركز الأول	مجموع المقياس
*5.361	0.2667			62.067	المركز الثاني	
*5.094				61.800	المركز الثالث	
				56.706	المركز الرابع	

يتضح من جدول (6) أنه توجد فروق داله إحصائياً بين :

- المركز الأول والمركز الثاني ولصالح المركز الثاني في بعد "الالتزام".
- المركز الثاني والمركز الرابع ولصالح المركز الثاني في بعد "الالتزام".
- المركز الثالث والمركز الرابع ولصالح المركز الثالث في بعد "الالتزام".
- المركز الثاني والمركز الرابع ولصالح المركز الثاني في بعد "التحكم".
- المركز الثالث والمركز الرابع ولصالح المركز الثالث في بعد "التحكم".
- المركز الثاني والمركز الرابع ولصالح المركز الثاني في مجموع مقياس الصلابة النفسية للرياضيين.

- المركز الثالث والمركز الرابع ولصالح المركز الثالث في مجموع مقياس الصلابة النفسية للرياضيين.

ولتفسير ومناقشه نتائج التساؤل الثاني سيقوم الباحث بتقسيم المناقشة الي ثلاث أقسام -أولاً- بعد الالتزام -ثانياً- بعد التحكم -ثالثاً- مجموع المقياس.

**أولاً: بعد الالتزام:**

يرجع الباحث وجود فروث ذات دلالة إحصائية بين المركز الثاني والرابع والمركز الثالث والرابع لصالح المركزين الثاني والثالث نتيجة لان لاعبي هذه الفرق أصحاب المركزين الثاني والثالث أكثر التزاماً بتنفيذ ما هو متفق عليه من خطط هجوميه أو دفاعيه وكذلك تنفيذ المهارات الفردية علي أكمل وجه مهما كانت الظروف أثناء المباراة سواء كانت النتيجة أو الوقت المتبقي للمباراة أو الضغط الجماهيري ومجاابه ارتفاع وتيره المنافسة لذلك كانت الفروق لصالح أصحاب هذه المراكز بينما الفريق المحقق للمركز الرابع يتميز ايضاً بدرجة مقبولة لبعء الالتزام لمقياس الصلابة النفسية ولكن ليس بالدرجة الكافية حيث قد وضح من قبل أن الفارق الصغير من الممكن أن يحدث الفرق الكبير وهذا ما حدث بالفعل فأن تأثر لاعبي الفريق اصحاب المركز الرابع بأحداث ومجريات المباريات أكثر من تأثر لاعبي الفرق أصحاب المركز الثاني والثالث، بينما وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين فرق المركز الاول والثاني لصالح المركز الثاني يرجعه الباحث الي ان الفريق المحرز للمركز الأول قد أعتاد تحقيق المركز الأول في أغلب البطولات التي يشارك بها حيث أن هذا الفريق يمثل الفريق رقم (1) في جمهوريه مصر العربية في كرة الماء ويتربع علي عرش اللعبة لأكثر من 15 عام واعتبار أن لعبه كرة الماء هي اللعبة الشعبية لديهم واللعبة رقم (1) علي مستوى النادي لأحراز البطولات والالقب فنتيجة لتراكم خبره الفوز والتأكد من تحقيق المكسب في اي مباراة مهما كانت ظروفها أو أهميتها مما ساعد في زياده الثقة بالنفس للاعبين والبرمجة العصبية لديهم نحو تحقيق الفوز مما أدى الي انتاج صلابه نفسيه ذاتيه لديهم مندمجة في سماتهم الشخصية.

ومن هذ التفسير السابق يود الباحث ان يوضح أن كرة الماء في جمهوريه مصر العربية تتميز بالمنافسة الشرسة والشريفة بين كل الأندية وليست محسومه قبل انطلاق البطولة ولكن

تتميز مبارياتها بالجدية والقوه وقرب مستوي التنافس حيث أن نتائج المباريات قريبه جدا حيث تنتهي المباريات النهائية بفارق هدفين أو ثلاث علي الاكثر ولكن التميز في كافه جوانب العملية التدريبية هو ما يحسم النتائج.

#### ثانياً: بعد التحكم:

يرجع الباحث وجود فروث ذات دلالة إحصائية بين المركز الثاني والرابع لصالح المركز الثاني وبين المركز الثالث والمركز الرابع لصالح المركز الثالث يري الباحث منطقيه وعقلانية هذه النتائج حيق أن الفرق حيث أن الفرق المحرزة للمراكز المتقدمة لديها القدرة الاكبر علي التحكم بمجريات المباراة والقدرة علي التحكم في سرعه اللعب سواء انهاء الهجمات بشكل سريع او انهاء الهجمة في اخر وقت لها مما يجبر الفريق المنافس علي اللعب بنفس الطريقة التي يريدونها أي يصبحوا رد فعل لهم مما يسهل عليهم الفوز او العودة مره اخري في المباراة اذا كانت النتيجة ليست لصالحهم في البداية ويبرز اهميه هذا البعد غالباً من منتصف الشوط الثالث والشوط الرابع بأكمله فالفريق القادر علي الالتزام والتحكم في سرعه وطريقه اللعب يكزن أقري لتحقيق الفوز وبذلك احراز مراكز متقدمة.

#### ثالثاً: مجموع المقياس:

يرجع الباحث وجود فروث ذات دلالة إحصائية بين المركز الثاني والرابع والمركز الثالث والرابع لصالح المركزين الثاني والثالث في مجموع مقياس الصلابة النفسية للرياضيين الي انه من الطبيعي والمنطقي ان الفرق المتقدمة في المراكز النهائية تكون هي الحاصلة علي اكبر مجموع لمقياس الصلابة النفسية للرياضيين لما للصلابة النفسية من تأثير صريح ومباشر من دعم اللاعبين وتعزيز ثقتهم بنفسهم وتعتبر هي الدافع والمؤثر الاول للفرق نحو تحقيق الفوز عند اقتراب المستوي التنافسي.

ويتفق مع الباحث كلاً من ابراهيم عبدربه خليفه (1997) ، عبدالمنعم عبدالله السيد (٢٠٠٧) ، عدنان موسى ومحمد خير الدين (2020) ، مدحت عباس ( ٢٠١٠ ) ، رامزي وبشارت ، Ramzi & Beshart (2010) ، روث دي وآخرون Roth,D et all (1989) ، سيمون

ميدلتون وآخرون (Simon Middleton et al (2015) ، كلوخ وسويل Sewell & Clough (2002).

وهذا ما يجيب علي التساؤل الأول للبحث والذي ينص علي "هل توجد اختلافات بين مستوي الصلابة النفسية بين لاعبي الفرق المتأهلة للأدوار النهائية من دوري كرة الماء للناشئين تحت 19 سنة؟".

- الاستنتاجات:

من خلال تساؤلات البحث ووفقا لما أشارت إليه نتائج التحليل الإحصائي وفي ضوء مناقشة النتائج وفي حدود عينة البحث توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:

- التعرف علي مستوي الصلابة النفسية للاعبي كرة الماء في المستويات العليا.
- العلاقة بين مستوي الصلابة النفسية عند اللاعبين والمركز النهائي للفريق بعد البطولة.
- التعرف علي أهميه الصلابة النفسية ودورها في حسم نتائج المباريات.
- اثبات ان الجوانب التقليدية للعملية التدريبية (بدني - فني - خططي - مهاري) ليست هي فقط المتحكمة في نتائج المباريات خاصة مع تقارب المستوي التنافسي.
- التعرف علي المحاور المكونة للصلابة النفسية (الالتزام - التحكم - التحدي) ودور كلاً منها في المباريات ودورها في بناء ثقة اللاعب بنفسه وقدرته علي مواجهه خوف وقلق وضغوط المنافسة وتحفيز اللاعبين نحو تحقيق هدفهم.

- التوصيات :

في ضوء أهداف البحث واستنتاجاته واعتمادا على البيانات التي تم التوصل إليها في حدود عينة هذا البحث يوصى الباحث بالآتي:

- ضرورة تصميم برامج لتنمية الصلابة النفسية لدي لاعبي كرة الماء منذ مراحل الناشئين.
- ضرورة الاهتمام بتنمية الصلابة النفسية لدي كاهه اللاعبين في كل الرياضات منذ مراحل الناشئين.
- الاهتمام بتنمية الجوانب النفسية والعقلية المساعد والمكملة للعملية التدريبية.
- ضرورة إجراء دراسات مماثله علي عينات مختلفة والعب اخري نظرا لا هميه الصلابة النفسية.

- المراجع:

- 1- ابراهيم عبدربه خليفه (1997): إصدارات علمية في المجال الرياضي، المجلس الأعلى للشباب والرياضة، مركز التدريب واعداد القادة، القاهرة.
- 2- جهاد ضرغام (2018): الطلاقة النفسية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى لاعبي الكاراتيه، رساله ماجستير منشوره، ج القدس، فلسطين.
- 3- حلا جهاد (2017): مستوى الصلابة النفسية لدى عينة من لاعبي السباحة في محافظة دمشق، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، مج 39.
- 4- عبدالمنعم عبدالله السيد ( ٢٠٠٧ ). أبعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والإحساس بالكفاءة الذاتية. مجلة الإرشاد النفسي، عدد ٢١.
- 5- عدنان موسي ومحمد خير الدين (2020): إدراكات النجاح وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى لكرة القدم، مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية، المجلد 28، العدد 3.
- 6- عماد مخيمر ( ١٩٩٦ ). إدراك القبول/ الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية، مجلد 6.
- 7- محمد العربي شمعون (1996): التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 8- محمد عيسى الشناوي (2019): الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى بعض لاعبي التنس الأرضي، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة، مجلد 10، كلية التربية الرياضية للبنات، ج حلوان.
- 9- مدحت عباس ( ٢٠١٠ ): الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدوانى لدى معلمي المرحلة الإعدادية . مجلة كلية التربية، مجلد ٢.

- 10- **Bauman s And Waldo,M** (1998) :Existential Theory and Mental health Counseling : if it were a snake, It would have bitten, Journal of Mental Health Counseling, v20.
- 11- **Clough P, Earle K, Sewell D** (2002): Mental toughness: The concept and its measurement. Solutions in sport psychology.
- 12- **Dolly, Himanshu and Deepak** (2019): A comparative study of mental toughness between aquatic and non-aquatic university level players, International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education.
- 13- **Fourie, S And Portgieter, R** (2001) The Nature of mental toughness in sport south Africa, Journal For Research In Sport Physical Education And Recreation vol. 23, No.2.
- 14- **Hong F** (1997): Commercialism and sport in China: Present situation and future expectations. Journal of Sport Management. 343-354
- 15- **Lee Crust** (2000): Peak performance Sport psychology, <http://www.pponline.co.uk/encyc/sports-psychology.html>.
- 16- **Ramzi S and M Beshart** (2010): The Impact Of Hardiness On Sport Achievement And Mental Health, Procedia - Social and Behavioral Sciences, v5.
- 17- **Roth,D.I , Wiebe,D.J , Fillingim And Shay,K.A** (1989): Life events Fitness, Hardiness and Health: a Simultaneous analysis of proposal stress - resistance e effects, Journal of personality and Social Psycho.
- 18- **Simon C. Middleton, Herb W. Marsh, Andrew J. Martin, Garry E. Richards And Clark Perry** (2015): Discovering Mental Toughness: A Qualitative Study Of Mental Toughness Elite Athletes , Third International Biennial, Self Research, Conference, Self- Concept, Motivation And Identity: where to form here, July 4-7, Berlin, Germany..