



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خضر بسكرة



معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي
تخصص التحضير النفسي الرياضي

أطروحة ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه LMD في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

عنوان

التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى

لاعب كرة القدم

دراسة ميدانية على بعض فرق كرة القدم صنف أكابر الناشطة في الرابطة الجهوية باتنة

إشراف الأستاذ الدكتور:

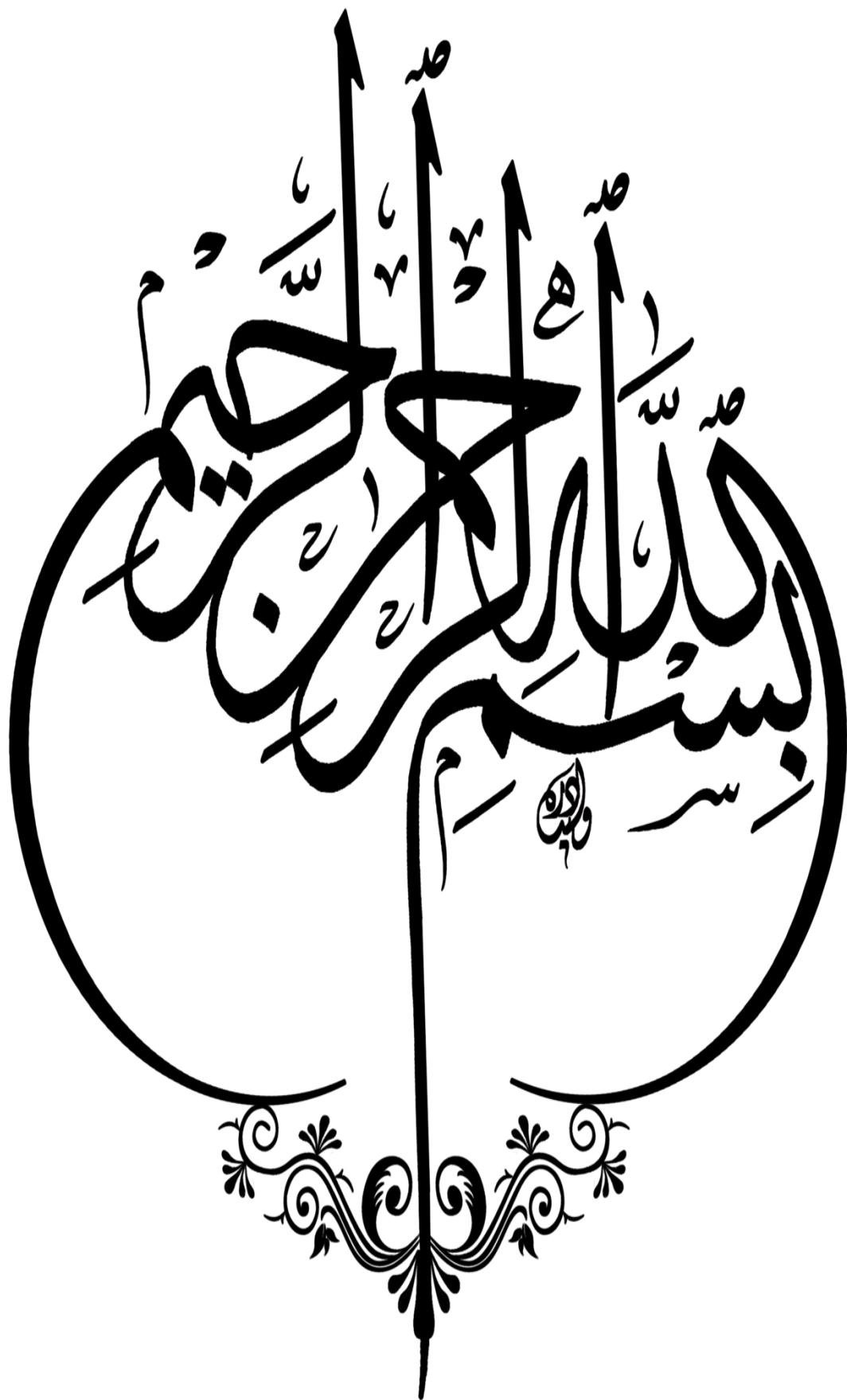
أحمد لزنك

من إعداد الطالب

عبد الحكيم قروش

ال المؤسسة	الصفة	الرتبة العلمية	الاسم واللقب
جامعة بسكرة	رئيسا	أستاذ	أحمد لزنك
جامعة بسكرة	مشرفا ومقررا	أستاذ	خليل مراد
جامعة بسكرة	عضو مناقشا	أستاذ محاضر أ	عده بن علي
جامعة بسكرة	عضو مناقشا	أستاذ محاضر -أ-	ناصر بقار
جامعة المسيلة	عضو مناقشا	أستاذ محاضر -أ-	بدر الدين بوساق
جامعة المسيلة	عضو مناقشا	أستاذ	يوسف لورنيق

السنة الجامعية: 2024/2025



الشكر والعرفان

أشكر الله عز وجل الذي وفقني في إنجاز هذا البحث

كما أتمنى بالشكر الجليل إلى كل من قدم لي بذ المعاونة في إتمام

هذا البحث وأخص بالذكر الأستاذ الدكتور الفاضل **أحمد لزك**

الذي لم يبذل علينا بعطائه العلمي وأرائه وأفكاره من خلال مراحل هذا البحث من أن كان فكرة حتى صار بحث، وأنا أكثن له فائق التقدير والاعتزام وأشكره جزيل الشكر على ما قدمه لي من نصائح وإرشادات وتجاهله.

كما لا يفوتي أن أشكر كل من ساهم من قريب أو من بعيد في إنجاز البحث العلمي.

عبد الحكيم فروش

إهدا

إلى الآبوين الكريمين اللذان صحياً وبذلاً وأدياً فما بخلاً ، فلهمَا الدُّعَاءُ مِنْ فَلَذَةٍ كَبَدُهُمَا وَإِنْتَاجُ غَرَسَهُمَا ، لَوْأَنَّهُمَا تَكْرِمَا وَقَبْلَا بَأْنَ أَهْدَى إِلَيْهِمَا ثُمَّرَةً جَهْدِيَّ هَذَا إِكْرَامًا لَّهُمَا وَتَقْدِيرًا لِبَعْضِ حَقِّيْمَا ، وَوَفَاءً بِفَضْلِهِمَا عَلَيْا ، ثُمَّ تَفْضِلَا وَسَمْحَا بَأْنَ أَضْعَعَ خَدِيَّ عِنْدَ مَوْطَئِ قَدْمِيْمَا احْتِرَامًا وَتَبْجِيلًا لَّهُمَا.

إلى أخوتي وأخواتي وأولادهم وأزواجهم كل باسمه وإلى كل الأهل والأقارب من أجدادي وجدادي وأعمامي وعمامي، أخوالى وخالاتى وكل أولادهم وأزواجهم

إلى كل أستاذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة.

إلى كل أستاذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة بسكرة.

إلى كل الأصدقاء والأحباب الذين ساعدوني من قريب أو من بعيد
في إنجاز هذا البحث

إلى كل هؤلاء أهدي عملي هذا.

جبر الحكيم فروش

ملخص الدراسة

التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى لاعبي كرة القدم
دراسة ميدانية على بعض فرق كرة القدم صنف أكابر الناشطة في الرابطة الجهوية باتنة
من إعداد: عبد الحكيم قروش
إشراف: أ.د. أحمد لزنك

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف على العلاقة بين التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للاعبين كرة القدم، وكذا الكشف على مستوى التحمل النفسي ومستوى السمات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من (150) لاعباً من بعض فرق الجهوي الأول رابطة باتنة صنف أكابر موسم 2023-2024، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي وتم استخدام مقياس التحمل النفسي الذي قام بإعداده كامل عبود حسين العزاوي (2004) والذي يضم 33 عبارة موزعة على ستة أبعاد وهي الالتزام، السيطرة، الانجاز، التحدي، الصمود، التأني ومتى يضم 56 عبارة موزعة على ثمانى أبعاد وهي العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف واعتمد الباحث في معالجته على برنامج SPSS، المتوازنات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل بيرسون، وتوصلت الدراسة إلى:

- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية متوسطة بين التحمل النفسي وبُعد سمة العصبية للاعبين كرة القدم
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وبُعد سمة (العدوانية والاكتئابية والقابلة للاستثارة) للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية قوية التحمل النفسي وبُعد سمة (الاجتماعية والهدوء) للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية متوسطة التحمل النفسي وبُعد سمة السيطرة للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية ضعيفة التحمل النفسي وبُعد سمة الكف للاعبين كرة القدم.
- مستوى التحمل النفسي مرتفع للاعبين كرة القدم

- السمات الظاهرة هي الهدوء والاجتماعية والقليلة هي العدوانية والعصبية

Psychological endurance and its relationship to some personal traits among football players

A field study on some senior football teams active in the Batna Regional League

Prepared by: Abdelhakim karrouche

Supervision: Prof. Ahmed Laznek

This study aims to reveal the relationship between psychological endurance and some personal traits of football players as well as unveiling both their levels of psychological endurance and personal traits. The study sample consisted of (150) players from some of the first regional teams of Batna League, senior class, for the 2023-2024 season. The study participants were chosen randomly. The researcher adhered to the descriptive correlation approach using the psychological endurance scale prepared by Kamel Abboud Hussein Al-Azzawi (2004), and which includes 33 statements distributed over six dimensions, namely commitment, control, achievement, challenge, steadfastness, and patience. Besides, the Freiburg Personality Trait Dimensions Scale, was employed, it includes 56 statements distributed over eight dimensions that are nervousness, aggression, depression, susceptibility to irritation, sociability, calmness, control, and desistance. In order to analyze the findings, the researcher relied on the SPSS program, arithmetic averages, standard deviations, and Pearson's coefficient. Ultimately, the study concluded that:

- There is a correlation between psychological endurance and the dimensions of the personality traits of football players.
- There is a moderate inverse relationship between psychological endurance and the neuroticism dimension of football players

- There is a strong inverse relationship between psychological endurance and the trait dimension (aggressive, depressive, and excitable) for football players.
- There is a positive relationship between strong psychological endurance and the trait dimension (sociality and calmness) of football players.
- There is a positive, moderate relationship between psychological endurance and the dimension of control trait for football players.
- There is a direct relationship between weak psychological endurance and the hand trait dimension of football players.
- The level of psychological endurance is high for football players

The apparent traits are calm and social, while the few traits are aggressive and nervous

قائمة المحتويات

الصفحة	العناوين
	شكر وعرفان
	إهداء
	قائمة المحتويات
	قائمة الجداول
	قائمة الأشكال
أ - د	مقدمة
	الباب النظري
	الفصل التمهيدي
07	1- الإشكالية
10	2- الفرضيات
10	3- أهداف الدراسة
11	4- أهمية الدراسة
11	5- تحديد المفاهيم و المصطلحات
	الفصل الثاني الدراسات السابقة
16	1- الدراسات السابقة والمشابهة
16	1-1 الدراسات التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي والسمات الشخصية
17	1-2 الدراسات التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي
24	3-1 الدراسات التي ارتبطت متغير بالسمات الشخصية
33	2- التعقيب على الدراسات السابقة
38	3- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة
38	4- أوجه تمييز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة
	الفصل الثالث التحمل النفسي في كرة القدم

40	تمهيد
41	1- مفهوم التحمل النفسي
42	2- مجالات التحمل
43	3- خصائص قوه التحمل النفسي
46	4- أنواع قوة التحمل النفسي
48	5- المدارس والنظريات
48	1-5 نظرية التحليل النفسي (قوة الأنا) (فرويد Freud)
49	2-4 نظرية كوباسا Kobasa 1979
51	3-5 النظرية الوجودية
52	4-5 نظرية ليفين - التحمل النفسي طاقة البيئة النفسية الموجهة
52	5-5 نظرية يونج التحليلية (Yung Theory)
53	6-5 نظرية ألفريد آدلر (Alfred Adler)
53	6- مناقشة النظريات
55	7- ماهية التحمل النفسي في المجال الرياضي
57	8- العوامل المؤثرة في التحمل النفسي في المجال الرياضي
59	9- القيم والتقاليد الاجتماعية التي ينشأ عليها اللاعب
59	10- سمات الأفراد ذوي التحمل النفسي
60	11- خصائص الأفراد ذوي التحمل النفسي المرتفع
61	12- أهمية الإعداد النفسي لدى لاعبي كرة القدم
62	13- دور التحمل النفسي في أداء المهارات الأساسية بكرة القدم
63	14- الصفات النفسية المكونة لشخصية لاعب كرة القدم
64	15- عناصر الناحية النفسية في كرة القدم
67	خلاصة
	الفصل الرابع السمات الشخصية
69	تمهيد

70	1-تعريف الشخصية
72	2-مكونات الشخصية
74	3-نظريات الشخصية
74	1-3 نظرية التحليل النفسي
76	2-3 النظرية التحليلية
77	3-3 نظرية الذات
78	4-3 نظرية السمات
78	5-3 نظرية التعلم
80	مناقشة النظريات
81	4- السمة
81	1-4 مفهوم السمة
82	2-4 أنواع السمات
84	3-4 نظريات السمات
84	1-3-4 نظرية السمات لأيلبورت (G allport)
86	2-3-4 نظرية السمات لكاين kAttele
88	3-4-4 نظرية السمات لفرايبورج
91	مناقشة النظريات
92	5-4 تصنیف السمات
93	6-4 معايير تحديد السمة
96	خلاصة
	الفصل الخامس منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية
99	تمهيد
100	1- الدراسة الاستطلاعية
100	2- مجالات الدراسة
100	1-2 المجال المكاني

100	2- المجال الزمني
100	3- متغيرات الدراسة
101	4- مجتمع الدراسة
101	5- عينة الدراسة
101	1-5 العينة الاستطلاعية
102	2-5 عينة الدراسة الأساسية
102	6- أدوات الدراسة
103	1-5 - مقياس التحمل النفسي
103	2-6 مقياس فرايبورج السمات الشخصية
104	7- الأسس العلمية للأداة
104	1-7 صدق أداة الدراسة (مقياس التحمل النفسي)
105	1-1-7 صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التحمل النفسي
109	2-1-7 صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التحمل النفسي
110	3-1-7 الصدق الذاتي لأبعاد مقياس التحمل النفسي
111	4-1-7 ثبات مقياس التحمل النفسي
111	5-1-7 طريقة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha
112	2-7 صدق أداة الدراسة (مقياس السمات الشخصية)
112	1-2-7 صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس السمات الشخصية
119	2-2-7 صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس السمات الشخصية
119	3-2-7 الصدق الذاتي لأبعاد مقياس السمات الشخصية
120	4-2-7 ثبات مقياس السمات الشخصية
120	5-2-7 طريقة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha
121	8-منهج الدراسة
121	9- الأساليب الإحصائية
122	10- إجراءات الدراسة الميدانية

123	خلاصة
	الفصل السادس عرض وتحليل النتائج
125	تمهيد
126	اختبار اعتدالية التوزيع لمتغيرات الدراسة
128	عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى
129	عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية
131	عرض وتحليل نتائج لفرضية الثالثة
133	عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة
135	عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة
136	عرض وتحليل نتائج لفرضية السادسة
138	عرض وتحليل نتائج الفرضية السابعة
139	عرض وتحليل نتائج الفرضية الثامنة
141	عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة
145	خلاصة
	الفصل السابع مناقشة الفرضيات
147	مناقشة الفرضية الأولى
148	مناقشة الفرضية الثانية
149	مناقشة الفرضية الثالثة
150	مناقشة الفرضية الرابعة
151	مناقشة الفرضية الخامسة
152	مناقشة الفرضية السادسة
153	مناقشة الفرضية السابعة
154	مناقشة الفرضية الثامنة
155	مناقشة الفرضية العامة
156	الاستنتاجات

156	الاقتراحات
159	خاتمة
162	قائمة المصادر والمراجع
	قائمة الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول
101	الجدول رقم (01) يمثل وصف مجتمع الدراسة
102	الجدول رقم (02) يمثل يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية على النوادي الرياضية رابطة باتنة
105	الجدول رقم (03) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الالتزام والدرجة الكلية للبعد
106	الجدول رقم (04) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات السيطرة والدرجة الكلية للبعد
106	الجدول رقم (05) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الانجاز والدرجة الكلية للبعد
107	الجدول رقم (06) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات التحدي والدرجة الكلية للبعد
108	الجدول رقم (07) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الصمود والدرجة الكلية للبعد
109	الجدول رقم (08) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات التأني والدرجة الكلية للبعد
109	الجدول رقم (09) يمثل معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد التحمل النفسي والدرجة الكلية
110	الجدول رقم (10) يمثل معاملات الصدق الذاتي لأبعاد التحمل النفسي
111	الجدول رقم (11) يمثل معاملات الثبات لأبعاد التحمل النفسي

112	الجدول رقم (12) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات العصبية والدرجة الكلية للبعد
113	الجدول رقم (13) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات العدوانية والدرجة الكلية للبعد
114	الجدول رقم (14) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات القابلة للاستثارة والدرجة الكلية للبعد
114	الجدول رقم (15) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاكتئابية والدرجة الكلية للبعد
115	الجدول رقم (16) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاجتماعية والدرجة الكلية للبعد
116	الجدول رقم (17) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الهدوء والدرجة الكلية للبعد
117	الجدول رقم (18) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات السيطرة والدرجة الكلية للبعد
118	الجدول رقم (19) يمثل معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الكف والدرجة الكلية للبعد
119	جدول رقم (20): معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد السمات الشخصية والدرجة الكلية
119	الجدول رقم (21) يمثل معاملات الصدق البنائي الذاتي لأبعاد السمات الشخصية
120	الجدول رقم (22) يمثل معاملات الثبات لأبعاد السمات الشخصية
126	الجدول رقم (23) يمثل اختبار اعتدالية التوزيع لمتغيرات الدراسة
128	الجدول رقم (24) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبعد العصبية
128	الجدول رقم (25) يمثل العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العصبية
129	الجدول رقم (26) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبعد

	العدوانية
130	الجدول رقم (27) يمثل العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية
131	الجدول رقم (28) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد الاكتئابية
132	الجدول رقم (29) يمثل العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الاكتئابية
133	الجدول رقم (30) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد القابلة للاستثارة
133	الجدول رقم (31) يمثل العلاقة بين التحمل النفسي وسمة القابلة للاستثارة
135	الجدول رقم (32) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد الاجتماعية
135	الجدول رقم (33) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الاجتماعية
136	الجدول رقم (34) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد الهدوء
137	الجدول رقم (35) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الهدوء
138	الجدول رقم (36) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد السيطرة
138	الجدول رقم (37) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة السيطرة
139	الجدول رقم (38) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد الكف
140	الجدول رقم (39) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الكف
141	الجدول رقم (40) العلاقة بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل
127	الشكل (01) يمثل انتشار اختبار اعتدالية التوزيع لمقياس التحمل النفسي
127	الشكل (02) يمثل انتشار اختبار اعتدالية التوزيع لمقياس السمات الشخصية

مُؤْمِن



مقدمة:

يعد علم النفس الرياضي واحداً من أهم العلوم التي تزيد الاهتمام بها على المستوى العالمي والمستوى العربي في تحقيق التقدم والإنجاز الرياضي، كونه يرتبط بمختلف الأنشطة الرياضية منها كرة القدم، فهو يأتي في أولويات الوسائل المعينة لنجاح العملية التدريبية والكادر التدريبي، فهو يساعد على حل الكثير من المشكلات ذات العلاقة بالأداء خلال الحصص التدريبية أو المباريات الرياضية، وذلك من خلال الاهتمام بالبرنامج التدريبي المعد مسبقاً من قبل المدرب، ليكون مكملاً للجوانب الأخرى، والتي تشمل الإعداد (البدني، المهاري، الخططي، النفسي)، وهذا الأخير لا تقل أهميته في وصول اللاعب إلى أفضل مستوى قبل وفي أثناء المنافسة الرياضية فإن الإعداد النفسي يتم التدريب عليه من خلال مساعدة اللاعب في السيطرة على أفكاره وتركيز انتباذه والتحكم بالانفعالات وعدم التوتر أو الخوف الزائد من المنافسة.

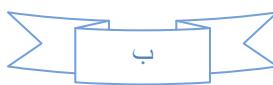
وإن الإعداد الجيد للاعبين في كرة القدم له متطلبات متصلة متعددة تشمل على القدرات (البدنية، المهارية، النفسية) كلها لدى اللاعبين تعد عاملات حاسماً للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية، والتي تساعد على تحقيق الهدف المنشود في أقل وأقصر وقت ممكن، ولعل مجال علم النفس الرياضي من بين المجالات المهمة في كرة القدم، إذ كانت أولى تلك الدراسات والبحوث التي بدأ بها هذا العلم هي دراسة الشخصية الرياضية، والتحمل النفسي هو مظهر من مظاهر الشخصية. (نizar سعيد، 2015).

وقد ازداد اهتمام علماء النفس في الربع الأخير من القرن الماضي على تحليل ودراسة مفهوم التحمل النفسي باتجاه كشف مستويات هذا التحمل لدى الأفراد وتحديد قدراتهم على مواجهة المواقف الحياتية الضاغطة وأثارها السلبية المتحققة على صحة الفرد النفسية والجسمية.

وقد استخلصت عموم تلك الدراسات نتيجة دالة ومهمة حول تفاوت واختلاف قدرات الأفراد على التعامل مع أحداث الحياة سواءً الاعتيادية منها أو الطارئة كلًّ حسب تفاوت واختلاف سماتهم وخصائصهم الشخصية والتي هي في واقعها محصلة لتفاعل عوامل التنشئة البيئية المتمثلة أولاً بالأسرة، فالمدرسة ثم المجتمع مع التغيرات البيولوجية المتمثلة بالتغييرات الجسمية والجنسية لدى الفرد فضلاً عما يستجد من تطور وتغير في حياته العاطفية والانفعالية والسلوكية.

وإن دراسة محاولات الكشف عن مستوى التحمل النفسي لدى الرياضيين لغرض السيطرة على الضغوط البيئية التي تواجه الرياضيين، في إثراء خبراته وتجاربه باتجاه شمولية تواقه وقدرته على التصرف المرن والملاثم وكذلك إعطاء صورة للمدرب عن حالة اللاعب النفسية كي يرسم من خلالها نوع الإعداد النفسي المطلوب، وكلما ازدادت درجات تلك الضغوط المؤثرة كلما تأثر انجاز اللاعب سلباً لكن هل إن لبناء شخصيته دوراً في زيادة التحمل النفسي .

والسمات الشخصية هي واحدة من المواضيع التي اهتم بها علماء النفس لأنها تتناول الفرد في كل جوانبه النفسية ومفرداته البدنية والعقلية والاجتماعية وما يتعلق به من أنشطة متنوعة تؤثر عليه من تفاعله مع محيطه، فالسمات تبني على أساس وراثي لكنها تهذب وتصقل من خلال مزاولة النشاط الرياضي داخل البيئة وخارجها في كافة مراحل تكوين الشخصية، أو أن يتعلمها عن طريق المحاولة والخطأ أو عن طريق التقليد.



ولأجل هذا قام الباحث بإنجاز هذه الدراسة قصد الوقوف على مدى العلاقة الموجودة بين التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية وقد تناول الباحث الموضوع من وجهة نظر اللاعبين وهذا على مستوى الجهوي الأول رابطة باتنة لموسم 2023-2024 وقد قسم الباحث الدراسة إلى:

جانبين الأول الجانب النظري ويحتوي على أربعة فصول: الفصل الأول وكان تحت عنوان الفصل التمهيدي وتطرق فيه الباحث إلى إشكالية الدراسة وفرضيات الدراسة وأهداف وأهمية الدراسة بالإضافة الكلمات الدالة للدراسة، أما الفصل الثاني الموسوم بـ: الدراسات السابقة تناول فيه الباحث مختلف الدراسات التي لها علاقة بالمتغير المستقل والمتغير التابع، أي الدراسات التي لها علاقة بالتحمل النفسي، والدراسات التي لها علاقة بالسمات الشخصية.

أما الفصل الثالث كان بعنوان: التحمل النفسي في كرة القدم وقد تم التطرق إلى مفاهيم في التحمل النفسي وأهم نظريات التحمل النفسي ، العوامل المؤثرة في التحمل النفسي في المجال الرياضي، دور التحمل النفسي في كرة القدم.

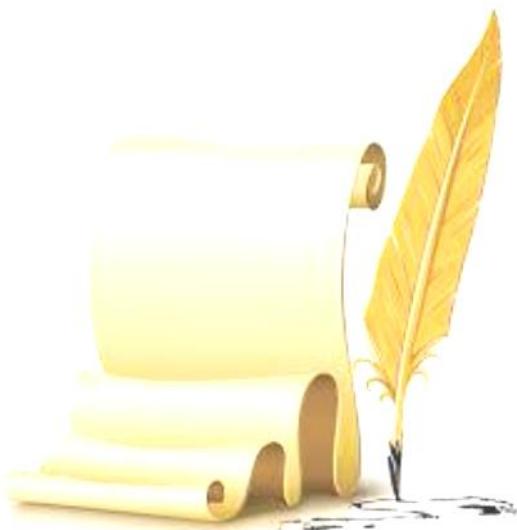
وفي الأخير الفصل الرابع الموسوم بـ: السمات الشخصية وتطرق الباحث إلى المفاهيم والمصطلحات المتعلقة بالشخصية، ومكوناتها والسمة، ونظرياتها، ونظريات السمات ومعايير تحديد السمة.

أما الجانب الثاني يتعلق بالجانب التطبيقي، وقد تناول فيه الباحث ثلاث فصول وهي: الفصل الخامس وكان بعنوان: منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية والذي احتوى على الدراسة الاستطلاعية للدراسة والمنهج المتبعة في الدراسة ، مجتمع وعينة الدراسة، أدوات جمع البيانات، وإجراءات التطبيق الميداني للأداة، والأساليب الإحصائية المتبعة في الدراسة.

أما الفصل السادس: الذي تناول فيه الباحث عرض النتائج وتقديرها ، وفي الأخير الفصل السابع بعنوان: مناقشة النتائج في ظل الفرضيات ، بالإضافة إلى الاستنتاجات والاقتراحات والآفاق المستقبلية للبحث.



الباب النطري



الفصل الأول

الفصل التمهيدي



1- الإشكالية:

شهدت كرة القدم في السنوات الأخيرة تطويراً متزايداً وملحوظاً في جميع النواحي البدنية والنفسية والخططية والمهارية للوصول باللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية من خلال التدريب المبني على الأسس والمبادئ العلمية وينصب الاهتمام الكبير على المهارات الأساسية والتي تعتبر مؤشراً ذو قيمة لقدرات اللاعبين في تنفيذ المهام الرئيسية، كما ترتبط مباريات كرة القدم بالعديد من المواقف الانفعالية المتباينة في قوتها وشدة، حيث تتعدد خبرات النجاح والفشل من موقف لآخر، ويظهر لاعبي كرة القدم استجابات لتلك المواقف نتيجة إعداد البدني والمهاري والنفسى لتحقيق أفضل مستوى له في المباراة، لذا تعد وسيلة الإعداد هامة لخوض المواقف الضاغطة ويجب أن تهدف إلى تهيئة اللاعب وتعبئته قدراته، حيث أنه من الضروري على واضعي البرامج التدريبية مراعاة الوقت اللازم لتحقيق التنمية العقلية للاعبين (حسن، 2013، ص 33).

يعتبر البحث في الجوانب النفسية لدى لاعبي كرة القدم بمثابة معيار للحكم في ضوئه ومراعاته عند الإعداد النفسي للاعبين، فنتيجة للتطور الحاصل في كرة القدم من حيث الجانب البدني والخططي وتقاريرها في المستويات العالية، يلعب الإعداد النفسي دوراً بارزاً في كثير من الأحيان ويكون هو العامل الحاسم في حسم كثير من نتائج المباريات أو الوصول إلى الانجاز أو البطولة. (مرصالي، 2022، ص 482).

من أهم الدراسات النفسية الحديثة المساعدة في الوصول إلى النجاحات وحسن التعامل لتجنب الفشل في المنافسات الرياضية يكون عن طريق التحمل النفسي الذي "يعتبر سمة ثابتة نسبياً في سلوك الفرد الرياضي تؤهله لمواجهة المواقف الضاغطة التي يقومها على أنها محبطة، أو غامضة أو غير متطابقة مع ذاته من خلال التصدي لها دون الشعور بالضعف والاستسلام والفشل بغض السيطرة على الضغوط النفسية والتي تتعكس على إنجاز اللاعبين". (بن التومي، 2021، ص 333).

كذلك يلعب التحمل النفسي دوراً مهماً في إعداد الفرد الرياضي في رفع قدرته على تحمل الألم والصعوبة والضغط دون عواقب سيئة والتحمل النفسي هو استعداد عقلي لمواجهة معتقدات وأفكار وعادات تختلف أو تتناقض مع معتقدات هذا الشخص، وهو مصطلح يصف مواقف سلوكيات الفرد تجاه المواقف الغامضة أو المحبطة والتي لا تتفق مع وجهة نظره دون إظهار العداء أو الشكوى أو التذمر "وهو أيضاً" قدرة الفرد على تحمل الاختلاف في الأفكار والمعتقدات والسلوك بين الناس (حمد، 2022، ص 3).

إن اختلاف الرياضيين عن غير الرياضيين في تربية السمات الشخصية المعينة يمكن أن يعزى من خلال مزاولة النشاط الرياضي فإذا كانت النشاطات الرياضية تبني السمات الشخصية فستكون الفرصة ثمينة أمام المدرب أو المربى لتجهيزه للدرس أو التدريب بخدمة تربية سمات تحقق الأهداف الرياضية والتربية والاجتماعية ويعودي علم النفس الرياضي الدور الرئيسي في تشخيص هذه السمات ومساعدة الرياضي في تربية السمات المرغوب فيها باستخدام أساليب كثيرة ، ومن أهم الواجبات الملقاة على عاتق المدرب الرياضي في هذا المجال تربية الميزات الشخصية الإيجابية والسلوك الاجتماعي في شخصياتهم وعلى المدرب كمتطلب أساسى قبل تربية الميزات الإيجابية أن يقدم برنامجاً يتخلله شعور المتعة التي تستقطب جميع الرياضيين . (الخicanي، 2015، ص 23).

ويرى أسامة كامل راتب 1995 أن الاختلاف في السمات الشخصية بين الرياضيين وغير الرياضيين وكذلك الاختلاف بين الرياضيين أنفسهم حسب نوع الفعالية أو مركز اللعب أو المستوى المهاري ، وهناك أيضاً الفروق بين المجتمعات، إذ يذكر المختصون قد يتصرفون بصفة معينة في إحدى المجتمعات ولا يتصرفون بها في مجتمع آخر، وينظرأسامة كامل راتب في سنة 2000 أن كل نشاط من الأنشطة الرياضية له متطلبات خاصة في بناء شخصية الرياضي، وأن النشاط الرياضي له مجموعة خصائص وسمات مميزة تختلف

باختلاف نوع النشاط الرياضي الممارس، وبناءً على هاته السمات يتم انتقاء اللاعبين المناسبين لكل نشاط.

تعد عملية إعداد اللاعب نفسياً من المهام الضرورية التي يقوم بها المدرب ، لما لها من دور في التأثير في بقية جوانب الإعداد الأخرى لذا فإن طبيعة التدريب وما يمتلكه اللاعب من إعداد نفسي جيد، أي من تحمل نفسي عالي للمواقف التي تواجهه تؤثر في نتيجة الفريق فنجد هذا واضحاً لدى لاعب كرة القدم عندما يتأثر بالمواقف السلبية يفقد أعصابه نتيجة ضعف الخبرة في التحكم بالاستثارة التي تحدث خلال المواقف المفاجئة مثل التعب أو السلوك الغير الرياضي من المنافس، لذا فمن خلال هذا العمل البحثي سنوفر الوسيلة المناسبة لقياس مستوى التحمل النفسي للاعب وكذلك السمات الشخصية لديها فضلاً عن التعريف على طبيعة العلاقة بين التحمل النفسي للرياضي وشخصيته فبواسطة هذه الدراسة سنتمكن من مواجهة الحالات السلبية التي تحدث خلال المباريات من ضعف وانخفاض التحمل النفسي وتأثيرها على شخصية الرياضي وكيفية توجيهه للتحكم بأي ظرف صعب يواجهه .

1-1 السؤال العام:

هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم ؟

2-1 الأسئلة الفرعية:

- 1- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد العصبية للاعب كرة القدم ؟
- 2- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد العدوانية للاعب كرة القدم ؟
- 3- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الإكتئابية للاعب كرة القدم ؟
- 4- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد القابلة للإستثارة للاعب كرة القدم ؟
- 5- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الإجتماعية للاعب كرة القدم ؟
- 6- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الهدوء للاعب كرة القدم ؟

7- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد السيطرة للاعبي كرة القدم ؟

8- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الكَف للاعبي كرة القدم ؟

2- **الفرضيات:**

1-2 **الفرضية العامة:**

توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للاعبي كرة القدم.

2-2 **الفرضيات الفرعية:**

1- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد العصبية للاعبي كرة القدم.

2- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد العدوانية للاعبي كرة القدم.

3- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الإكتئابية للاعبي كرة القدم.

4- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد القابلة للإستثارة للاعبي كرة القدم.

5- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الإجتماعية للاعبي كرة القدم.

6- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الهدوء للاعبي كرة القدم.

7- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد السيطرة للاعبي كرة القدم.

8- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الكَف للاعبي كرة القدم.

3- **أهداف الدراسة :**

إن لكل دراسة غاية ترجى من ورائها وأهداف تسعى لتحقيقها من أجل تقديم البديل أو تعديل ما هو موجود ويبقى إعطاء الأجوبة عن الأسئلة التي تطرحها المشكلة هدف كل دراسة يمكن تلخيص أهداف الدراسة فيه.

1- الكشف على مستوى التحمل النفسي للاعبي كرة القدم

2- الكشف على مستوى السمات الشخصية للاعبي كرة القدم

3- الكشف على العلاقة بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية (العصبية، العدوانية، الإكتئابية، القابلة للاستثارة، الإجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف) للاعب كرة القدم

4- أهمية الدراسة :

تكمّن أهمية الدراسة في الإضافة النوعية التي تؤتي بها هذه الدراسة، وذلك عند مقارنته بالدراسات السابقة نجد هذه الإضافة، من البحث والتي تتناول مواضيع نفسية في المجال الرياضي في شرح الجانب النفسي للاعب وما يعانيه من مشاكل واضطرابات سلوكية وانفعالية نتيجة التحمل النفسي للاعبين.

السمات الشخصية للرياضي تعني تميز الرياضي عن غيره بمجموعة من الصفات الهامة التي تسمح له بالنجاح في المشوار الرياضي.

أهمية التدريب النفسي وتأثيره على السمات الشخصية .

5- تحديد المفاهيم و المصطلحات :

التحمل النفسي:

لغة: التحمل تحمل الأمر: احتمله، وتحمّل الرجل: تجلّد. احتمل الأمر: صَبَرَ عليه (المنجد، 1986، ص156).

اصطلاحاً: يعرفه (الخزاعلة، 2013) بأنه مظهر من مظاهر الشخصية السوية وعنصراً هاماً في عملية التوافق الفعال، إن الفرد الرياضي الذي لديه تحمل عالي لديه مستوى عالي من القدرة على التوافق والتعامل مع ضغوط الحياة.

التحمل النفسي يتمثل في الالتزام بالقيم والتحكم في مجريات الأحداث والاستمتاع بتحدي الصعوبات. (كواش، 2022، 302).

ويستخلص الباحث قدرة لاعب كرة القدم على ضبط النفس وتحمل الصمود أمام الضغوط في مواجهة المواقف الصعبة التي تحدث أثناء التدريب والمنافسات والتعامل معها بأسلوب يبعد الرياضي عن احتمال الإصابة بالأمراض النفسية والجسمية، واستعداد أو قدرة الفرد على تحمل ما لا يرغب من المواقف والأحداث.

السمة :

لغة: وسم : اتسم وصارت له سمة خاصة يعرف بها ، وهي في علم النفس صفة ثابتة تميز الفرد عن غيره، فهي بهذا المعنى الشامل تضم المميزات الجسمية والحركية والفعلية والوجودانية والاجتماعية، أي إنها تضم الذكاء والقدرات والاتجاهات والميول والعادات. (ثائر، 1992، ص 19).

اصطلاحا: إنها مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع الوحدة التي تسمح لهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها في نفس الطريقة في معظم الأحيان. (راجح، 1970، ص 293).

الشخصية:

لغة: كلمة شخصية Personality مشتقة من الأصل اللاتيني Personae، بمعنى القناع، لباس الممثل في العصور القديمة على خشبة المسرح لتأدية دور يتواءم مع المظهر الذي يجسده. (الداهري، 1999، ص 16).

ب- اصطلاحا :

يعرف ايزنك AYSENEK - الشخصية على أنها" التنظيم الثابت المستمر نسبيا لخلق الشخص ومزاجه وعقله، وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكيفه الفريد مع محيطه. (شاكر، 2015، ص 21).

وعرف ألبورت ALPORT الشخصية بأنها التنظيم الديناميكي في الفرد لتلك الأجهزة الجسمية النفسية التي تحدد مطابقة الفرد في التوافق مع بيئته. (شاكر، 2015، ص 21).

ويرى كاتل CATTELL في تعريفه لمفهوم الشخصية على القيمة التنبؤية، فيذهب إلى أن الشخصية هي ما يمكننا التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين، فالشخصية تختص بكل سلوك يصدر عن الفرد سواء كان ظاهراً أم خفي (إبراهيم، 2014، ص 16).

ويعرفها الباحث إجرائيا

بأنها نظام ديناميكي متكامل من الخصائص والسمات الجسمية والعقلية والاجتماعية والانفعالية التي تجعل الفرد مميزاً عن غيره من الأفراد وتمكننا من التنبؤ بسلوكه في موقف معين خلال تعامله وتفاعله مع البيئة المحيطة به.

كرة القدم اصطلاحاً:

كرة القدم يتبارز فيها فريقان في ملعب ذو أرضية مزروعة على جانبيه مرمى والكرة في كرة القدم محاولة إيداع المرة في مرمى الخصم وذلك باستخدام الأرجل والرأس لا يسمح باستخدام اليدين إلا لحارس المرمى ويكون الفريق من 11 لاعباً. (أبو جاموس، 2012، ص 526).

ويعرفها (رومي، 1986) وهي من الألعاب الجماعية ذات الطابع الدولي تجرى بين فريقين، وكل فريق يتكون من إحدى عشر لاعب يستخدمون كرة منفوخة وذلك على أرضية ملعب مستطيلة.

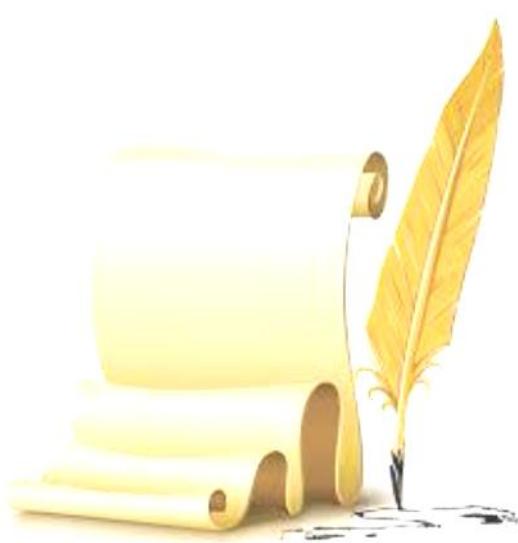
ويعرفها الباحث إجرائياً هي رياضة جماعية يشارك فيها فريقان يحاولان تسجيل الأهداف في مرمى الفريق الآخر، وتعد كرة القدم أحد الرياضات شعبية وانتشاراً في جميع أنحاء العالم تتم

لبعها على ملعب مستطيل الشكل يغطيه العشب، وتتألف من فريق يتكون من 11 لاعبا، بما في ذلك حارس المرمى.

الفصل الثاني

الدراسات

السابقة



1- الدراسات السابقة والمشابهة:

يعتبر البحث العلمي سلسلة متربطة الأجزاء، ولا بد أن يستعين الباحث فيها بكافة البحوث والدراسات التي تناولت نفس الظاهرة التي تم اختيارها من طرف الباحث، فالدراسات السابقة هي كل الدراسات والأبحاث والأطروحتات والرسائل الجامعية التي تناولت نفس الظاهرة التي يتناولها الباحث. (سلطانية، 2000، ص113).

1-1 الدراسات التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي والسمات الشخصية:

من هنا إذن يأتي هذا العمل الذي نعتبر من خلاله أن التحمل النفسي له علاقة ببعض السمات الشخصية وفيما يلي: عرض بالتفصيل لدراسات التي تناولت التحمل النفسي والسمات الشخصية في حدود علم الباحث:

1- دراسة نضال كاظم مطر الريبيعي (2019)، بعنوان "التحمل النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لطلبة معهد الفنون التطبيقية".

تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى التحمل النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لطلبة معهد الفنون التطبيقية الجامعة التقنية الوسطى والعلاقة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية للطلاب والطالبات الدارسين بمعهد الفنون التطبيقية الجامعة التقنية الوسطى، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي بطريقة الملح و تكون مجتمع البحث من 431 منهم 264 طالبة و 164 طالب وتم تحديد العينة ب 30 طالب وطالبة بطريقة العشوائية واستخدمت الباحثة مقياس التحمل النفسي و مقياس فرايبورج للشخصية وتوصلت إلى النتائج التالية:

- طالبات المرحلة المنتهية (الثانية) في المعهد اتسمن بحدود الاعتدال في معظم السمات الشخصية باستثناء السمات (العصبية الاكتئاب والكف) كانت في المستوى الواطئ.

- تتمتع الطالبات بدرجة عالية من التحمل النفسي عكس الطلبة الذين كانوا يميلون إلى أسلوب المجازفة والتهور في اتخاذ القرارات وأغلب التصرفات التي يقومون بها.

2- دراسة حيدر ناجي حبش (2010)، بعنوان "التحمل النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية".

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي ومستوى السمات الشخصية والعلاقة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية / كلية التربية للبنات / جامعة الكوفة وافتراض الباحث وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للطالبات واستخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح وطريقة العلاقات الإرتباطية لملائمتها لطبيعة البحث وتم تحديد مجتمع البحث طالبات المرحلة الرابعة قسم التربية الرياضية/ جامعة الكوفة، والبالغ عددهن (51) طالبة اختيرًا بالطريقة العدمية، إذ تم تحديد طالبات المرحلة الرابعة وقد بلغ عدد أفراد العينة 25 اختيرت بالطريقة العشوائية والأدوات المستخدمة في البحث مقياس التحمل النفسي واستخبار فرايبورج للشخصية وخلص الباحث إلى النتائج التالية:

- طالبات المرحلة الرابعة اتسمن بحدود الوسط في معظم سمات الشخصية باستثناء سمات العصبية الاكتئابية الكف إذ كانت في المستوى الواطئ.

- تتمتع طالبات المرحلة الرابعة بدرجة عالية من التحمل .

1-2- الدراسات السابقة التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي:

وقد قام الباحث بمراجعة عدد من الدراسات التي لها صلة بموضوع البحث، ومن بين الدراسات المشابهة فهي محدودة في نطاق علم الباحث ومتابعته، ومن بين هذه الدراسات ما يلي:

3- دراسة عبد الحكيم قروش، أحمد لزنك (2024)، بعنوان "التحمل النفسي وعلاقته ببعض أبعاد التفوق الرياضي للاعبين كرة القدم" ، دراسة ميدانية ببعض فرق الجهوى الأول رابطة باتنة.

تهدف هذه الدراسة إلى الكشف على العلاقة بين التحمل النفسي وبعض أبعاد التفوق الرياضي للاعبين كرة القدم، حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (60) لاعبا من بعض فرق الجهوى الأول رابطة باتنة صنف أكابر موسم 2022-2023، تم اختيارهم بطريقة عشوائية، حيث تم استخدام مقياس التحمل النفسي ومقياس أبعاد التفوق الرياضي واعتمد الباحث في معالجته على برنامج SPSS ، وتوصلت الدراسة إلى:

- هناك علاقة ارتباط طردية موجبة قوية بين التحمل النفسي (بعد ضبط النفس، وبعد الإحساس بالمسؤولية، وبعد احترام الآخرين) للاعبين كرة القدم.

4- دراسة عرابي الشيخ، بن الدين كمال (2023)، بعنوان "التدريب العقلي وانعكاسه على مستويات الحمل النفسي" من وجهة نظر لاعبي كرة القدم- أكابر.

هدفت الدراسة إلى إبراز انعكاس التدريب العقلي على الحمل النفسي من وجهة نظر لاعبي كرة القدم، حيث ضمت العينة (24) لاعبا من بعض الفرق لقسم ما بين الرابطات الجنوب الغربي اختيرت العينة بالطريقة المقصودة ، حيث اعتمد المنهج الوصفي كمنهج للدراسة، وتم استخدام مقياس الحمل النفسي لكامل عبود حسين، وذلك بعد تكيف بعض عباراته، بالإضافة إلى استبيان التدريب العقلي ، وقد خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة وطيدة بين التدريب العقلي والحمل النفسي من وجهة نظر اللاعبين وكذا مستوى حمل نفسي متوسط لدى أفراد عينة الدراسة وهذا نتيجة للاهتمام الكامل بمهارة التدريب العقلي كونها تشكل الركيزة الأساسية في النجاح وتحقيق أفضل النتائج.

5- دراسة نوقال محمد، سعدي زروقي يوسف، بن هيبة تاج الدين، (2023)، بعنوان دراسة العلاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهاريه لدى لاعبي كرة القدم.

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي وتقدير الذات المهاريه لدى لاعبي كرة القدم، وكذا التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهاريه لديهم ، حيث استخدم الباحثون في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملائمه طبيعة الدراسة، كما اشتملت عينة الدراسة على 40 لاعبا لكرة القدم فتني اقل من 19 و 18 سنة بمعدل 20 لاعبا لكل فئة، وكأدوات الدراسة تم الاعتماد على مقياس التحمل النفسي والذي يتتألف من 42 عبارة، وكذا مقياس تقدير الذات المهاريه والذي يتتألف من 39 عبارة، وبغرض معالجة البيانات إحصائيا تم استخدام برنامج spss نسخة 23، معتمدين في ذلك على كل من المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الريبيعتيات، معامل الارتباط بيرسون، وفي الأخير توصل الباحثون إلى:

- مستوى التحمل النفسي لدى أفراد عينة البحث يقع عند تقدير جيد .

- أما مستوى تقدير الذات المهاريه فيقع عند تقدير قريب من الجيد.

- وجود علاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهاريه لدى اللاعبين .

6- دراسة حمد، لؤي ناجي. (2022)، بعنوان "التردد النفسي والتحمل النفسي وعلاقتهما ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم التباعد".

هدف البحث إلى التعرف على مستوى التردد النفسي لدى عينة البحث، والتعرف على مستوى التحمل النفسي والتعرف على العلاقة بين التردد النفسي والتحمل النفسي وبعض المهارات الأساسية بكرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح وال العلاقات الإرتباطية وذلك لملائمة طبيعة مشكلة البحث على لاعبي منتخب نادي سعد الرياضي

للموسم الكروي 2018-2019 والبالغ عددهم 18 لاعبا بعد استبعاد 8 لاعبين واستخدم الباحث الحقيقة الإحصائية SPSS لاستخراج(الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط بيرسون) وتوصل الباحث إلى النتائج التالية:

- وجود تردد نفسي عالي لدى عينة البحث في أداء المهارات الأساسية (المناولة، الإخمام، التهديف) بكرة القدم.

- هناك وجود ضعف في التحمل النفسي لدى عينة البحث.

7- دراسة سعدون، شعيب. (2022)، بعنوان "علاقة التدريب العقلي بالتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم" بحث وصفي على بعض أندية كرة القدم للرابطة الجزائرية المحترفة الأولى.

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة الإرتباطية بين التدريب العقلي والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم، ومن أجل دراسة هذا الموضوع اعتمد الباحث على المنهج الوصفي بصفته المنهج المناسب لطبيعة البحث والذي يقوم بدراسة العلاقات الإرتباطية، كما شملت عينة البحث على 80 لاعبا ينشطون في أربع فرق من الدوري الجزائري المحترف الأول لكرة القدم، كما قمنا باختبار صدق وثبات مقياس التحمل النفسي واستبيان التدريب العقلي على عينة مكونة من 15 لاعبا وقمنا بإجراء الدراسة الأساسية على 65 لاعبا وهذا قصد التحقق من صحة الفرضيات، وبعد جمع البيانات تمت معالجتها باستخدام برنامج spss الحزمة الإحصائية في حساب المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، ومعامل الارتباط بيرسون بعدها تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين التدريب العقلي و التحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الاسترخاء والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الانتباه والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين التصور العقلي والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

8- دراسة بن التومي بلال، وسالم العياشي، ويوصلاح النذير (2021) بعنوان "التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة".

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الإرتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، وهذا باستخدام المنهج الوصفي على عينة شملت 63 لاعباً ينتمون إلى بطولة القسم الوطني الأول الممتاز لكرة الطائرة وقد استخدم الباحثون، مقياس التحمل النفسي وقياس السلوك التنافسي كوسيلة لجمع البيانات، وبالنسبة لأهم النتائج المتوصل إليها:

- التحمل النفسي يؤثر على السلوك التنافسي.

- توجد علاقة ارتباطية بدرجة قوية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

- توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

9- دراسة محمد حسن (2019)، بعنوان "التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتيه".

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة الإرتباطية بين التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتيه وقام الباحث بإجراء الدراسة على عينة قوامها 20 حكما بالاتحاد المصري لرياضة الكاراتيه، واستعمل المنهج الوصفي المسحي، وتوصل إلى استنتاجات أهمها:

- وجود علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتيه.

- وجود فروق دالة إحصائياً بين فئات الحكام (دوليين - قاريين - درجة أولى - درجة ثانية) ودرجة ثلاثة (في المتغيرات قيد البحث) التحمل النفسي، تركيز الانتباه، اتخاذ القرار.

10- دراسة حسين عبود و جلال كامل (2018)، بعنوان "قوة التحمل النفسي و علاقتها بعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض أندية ديالى بألعاب القوى".

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة الإرتباطية بين قوة التحمل النفسي وبعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض أندية ديالى بألعاب القوى، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الإرتباطية على عينة تمثلت في (31) رياضي من لاعبي أندية محافظة ديالى لألعاب القوى، وبعد التحليل و التفسير توصل الباحثان إلى استنتاجات أهمها:

- وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين قوة التحمل النفسي و دافعية الإنجاز لدى عينة البحث، وكذلك بين الثقة بالنفس والتحمل النفسي، وقلق المنافسة الرياضية والتحمل النفسي لدى العينة.

- وجود علاقة ارتباط معنوية موجبة بين قوة التحمل النفسي والثقة بالنفس.

- وجود علاقة ارتباط موجبة بين قوة التحمل النفسي و قلق المنافسة.

11- دراسة شيماء علي خميس ، (2014)، بعنوان التحمل النفسي وعلاقته بقلق المنافسة لدى لاعبات الكرة الطائرة.

تهدف الدراسة إلى التعرف على علاقة بين التحمل النفسي وقلق المنافسة لدى لاعبات الكرة الطائرة. استخدم الباحث المنهج الوصفي. وكانت عينته 44 لاعبة اختارت بالطريقة الاصدبية. واستخدم الباحث مقياس التحمل النفسي ومقاييس قلق المنافسة. من أهم نتائجه: امتلاك لاعبات الجامعات العراقية للمنطقة الوسطى الجنوبية في الكرة الطائرة تحمل نفسي منخفض وقلق نفسي عالي.

هناك علاقة بين التحمل النفسي وقلق المنافسة لدى لاعبات الجامعات العراقية للمنطقة الوسطى والجنوبية.

12- دراسة ميسون كريم ضاري، إسماعيل طه الدليمي ، (2012)، بعنوان "التحمل النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى جامعة بغداد .

تهدف الدراسة إلى التعرف على دلالة الفروق في التحمل النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري (النوع- التخصص) والتفاعل بينهما والتعرف على دلالة الفروق في فاعالية الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري (النوع- التخصص) والتفاعل بينهما والتعرف على قوة واتجاه العلاقة بين التحمل النفسي وفاعلية الذات عند أفراد عينة الدراسة، استخدم الباحث المنهج الوصفي. كانت عينته 370 طالب اختارت بالطريقة الاصدبية ، كما استخدم مقياس التحمل النفسي ومقاييس فاعالية الذات، ومن أهم نتائجه:

- الطالبات أقل من الذكور في القدرة على التحمل .

- العلاقة بين التحمل النفسي وفاعلية الذات علاقة دالة طردية .

- لا توجد فروق دالة في فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري (النوع- التخصص) و التفاعل بينهما.
- لا توجد فروق دالة في التحمل النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير (التخصص) و التفاعل بينهما.

1-3 الدراسات السابقة التي ارتبطت بمتغير سمات الشخصية:

أشار كثير من التربويين إلى أن السمات الشخصية تحتل مكانة مهمة في علم النفس وذلك لاهتمامها بجوانب الرياضي وقد قام الباحث بمراجعة عدد من الدراسات التي لها صلة بموضوع البحث، ومن بين الدراسات المشابهة ، ومن هذه الدراسات ما يلي :

13- دراسة تهامي عبد الصمد، ناصر محمد، حريزي عبد النور (2022)، بعنوان "السمات الشخصية للاعبى النخبة الوطنية الجزائرية للمصارعة المشتركة المشاركين في البطولة الإفريقية بالمغرب 2022".

هدفت الدراسة إلى معرفة السمات الشخصية التي يتميز بها رياضي النخبة الوطنية الجزائرية للمصارعة المشتركة المشاركين في البطولة الإفريقية بالمغرب 2022، حيث استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي، كما اعتمد على مقياس فرايبورج للشخصية على عينة تكونت من 24 مصارع ، و من خلال دراسته توصل إلى:

- المصارعين يتميزون بالسمات الشخصية التالية وهي مرتبة حسب درجة كل سمة : (الهدوء، القابلية للاستثارة، الاكتئابية، الضبط، السيطرة، العصبية، الاجتماعية، العدوانية) أي أن المصارعين يتميزون (بالهدوء والقابلية للاستثارة)، بدرجة عالية بينما يبتعدون عن (العصبية والاجتماعية والعدوانية) بدرجة منخفضة ضمن مقياس فرايبورج.

14- دراسة سليماني رحمة ، حرشاوي يوسف، عطا الله أحمد (2022)، بعنوان "السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل جائحة كوفيد 19 وتأثيرها على التوافق المهني".

تهدف الدراسة إلى التعرف انعكاسات جائحة كرونا على شخصية أستاذ التربية البدنية و أثرها على التوافق المهني، تكونت عينة البحث من أساتذة التربية البدنية وبلغ عددهم 20 أستاذ اختيرت بالطريقة القصدية، استخدمنا المنهج الوصفي، باستعمال مقياس فرايبورج للشخصية و مقياس التوافق المهني لدى أساتذة التعليم المتوسط من إعداد (إيمان محمود عبيد 2014)، استتتجنا أن أغلبية أساتذة التربية البدنية كانت لهم درجة عالية من سمة القابلية للاستثارة والعصبية والسيطرة والاكتئابية على الترتيب ثم تلتها سمة الاجتماعية والضبط والهدوء أثناء العمل ظروف الكوفيد وظهور مستويات متوسطة على مقياس التوافق المهني في كل من علاقة الأستاذ بعمله والحالة الصحية والنفسية للمعلم والظروف الفيزيقية في العمل و عوامل خارج العمل تؤثر عليه.

15- دراسة لباد معمر وأحمد رويني (2022)، بعنوان "علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم".

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السمات الشخصية للمدرب وتماسك الفريق الرياضي" ، ولإنجاز هذه الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبه الارتباطي، وذلك بتطبيق مقياس فرايبورج لقياس السمات الشخصية الذي أعد نسخته العربية محمد حسن علاوي 1998، وكذلك مقياس التماسك الاجتماعي داخل الفريق الرياضي من تصميم محمد علاوي 1994، على عينة تتكون من 60 مدرب و 900 لاعب موزعين على 60 فريق في بعض ولايات الشرق الجزائري) باتنة، قسنطينة، أم البواقي، خنشلة، تبسة (للموسم الرياضي 2019/2018 . وتوصل إلى النتائج التالية:

- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بارتباط موجب قوي بين التماسك الاجتماعي وسمتي الاجتماعية والهدوء.

- هناك ارتباط قوي عكسي بين التماسك الاجتماعي وسمتي العصبية والعدوانية، بينما لا يوجد أي ارتباط بين التماسك الاجتماعي وسمة الكف.

16- دراسة بوسيف إسماعيل(2022)، بعنوان "تقدير السمات وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمتوسط".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة مستوى الرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية والتقصي حول ما إن كان هناك علاقة بين سمات الشخصية والرضا الوظيفي لعينة الدراسة من خلال دراسة الفروق الإحصائية بين متغيرات البحث، ولقد أجريت الدراسة على عينة بحثية قوامها 50 أستاذًا من متوسطات ولاية تيارت باعتماد المنهج الوصفي، وباستخدام مجموعة من الأدوات والوسائل الإحصائية، ولقد خلصت أهم النتائج إلى:

- وجود مستوى متوسط من الرضا الوظيفي لدى الأساتذة.

- مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الوظيفي لدى الأساتذة تعزى إلى متغيرات السن وسنوات التدريس.

- وجود علاقة طردية موجبة بين سمات الشخصية والرضا الوظيفي.

17- دراسة سليماني رحمة ، حرشاوي يوسف، كحلي كمال، عطا الله أحمد (2022)، بعنوان "السمات الشخصية للتلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية الالاصفية للمرحلة المتوسطة" (دراسة وصفية لمزاولة الكرة الطائرة).

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مستوى السمات الشخصية التي يتميز بها التلاميذ المنخرطون في الكرة الطائرة، ومعرفة ما إذا كانت توجد فروق في مستوى السمات الشخصية

لدى أفراد العينة البحث تعزى لمتغير المستوى الأكاديمي، اعتمدنا على المنهج الوصفي استخدمنا مقاييس السمات الشخصية المعد من طرف الباحثة بعد تقنيته على البيئة الجزائرية، وبلغ حجم العينة 250 منخرط في الكرة الطائرة ذكور تم اختيارهم بالطريقة القصدية، ومن أجل معالجة البيانات إحصائيا استخدمنا المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار anova، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- أفراد العينة يتميزون بمستوى مرتفع من السمات الشخصية حسب ترتيبها وهي كالأتي: (الاجتماعية، الاتزان الانفعالي، الإصرار، تحمل المسؤولية، الشجاعة، تقدير الذات، الانبساطية، السيطرة، الاستقلالية).
- يتميز تلميذ السنة الرابعة بمستوى مرتفع في جميع أبعاد الشخصية مقارنته مع السمات الأخرى.

18- دراسة مقي عmad الدين ، لعبان الكريم (2020)، بعنوان "تحديد السمات الشخصية ضمن مقاييس فرايبورج لدى لاعبي الكرة الطائرة" القسم الوطني الثاني (صنف أكابر).

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى درجة السمات الشخصية وترتيبها ضمن مقاييس فرايبورج للشخصية والكشف أيضاً عن الفروق في كل من السمات الشخصية تبعاً لمتغير الخبرة لدى لاعبي الكرة الطائرة، استخدمنا المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من 45 لاعباً لكرة الطائرة موزعين على أربع فرق ينشطون في القسم الوطني الثاني للجهة الشرقية وتم استخدام مقاييس فرايبورج للسمات الشخصية تعریب محمد حسن علاوي ، وخلصت نتائج البحث إلى :

- اللاعبين يتميزون بسمتي الهدوء والاجتماعية وحققت هاتين السمتين درجة عالية بينما حققت باقي السمات (القابلية للاستثارة الاكتئابية السيطرة الضبط) درجة متوسطة.

- حققت سمتا كل من العصبية والعدوانية درجة منخفضة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين اللاعبين في درجة السمات الشخصية تبعاً لمتغير الخبرة.

19- دراسة حريزي عبد النور (2019)، بعنوان "أنماط الشخصية والاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالتجهيز نحو أبعاد التفوق الرياضي عند رياضي كرة السلة".

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين أنماط الشخصية أو أبعاد الشخصية على وفق ما جاء به "أيزنك" والمتمثلة في (الانبساطية، والانطوانية، والانفعالية، والاتزان الانفعالي) وأبعاد التفوق الرياضي والملخصة في ثلاثة أبعاد هي (ضبط النفس، وتحمل المسؤولية، واحترام الآخرين)، وعلاقة الاستثارة الانفعالية بأبعاد التفوق الرياضي وذلك عند لاعبي ولاعبات كرة السلة، المتمدرسين بالثانوية الرياضية بدرارية. كما هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين الجنسين في متغير (أنماط الشخصية، الاستثارة الانفعالية، وأبعاد التفوق الرياضي)، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة تتكون من 22 لاعباً و 15 لاعبة من رياضي كرة السلة، من التلاميذ المتمدرسين في الثانوية الرياضية للسنة الدراسية (2017-2018) المنخرطين في النوادي المنتشرة في الجزائر العاصمة وضواحيها ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لملائمةه لموضوع الدراسة، كما اعتمد الباحث في اختيار العينة على الطريقة القصديرية، وبغرض جمع البيانات استخدم من أجل ذلك المقاييس النفسية كاختبار (أيزنك للشخصية E P Q وقياس الاستثارة الانفعالية وقياس أبعاد التفوق الرياضي)، وبعد استخراج البيانات ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج Spss تم التوصل إلى النتائج التالية:

- عدم وجود علاقة ارتباطية بين (نط الانطوانة والانفعال، ونط الانبساط والاتزان الانفعالي، ونط الانبساط والانفعال) و أبعاد التفوق الرياضي لدى رياضي كرة السلة.

- عدم وجود علاقة ارتباطية بين الاستشارة الانفعالية و أبعاد التفوق الرياضي، ويعزو الباحث سبب عدم وجود علاقة ارتباطية بين المتغيرات المذكورة لنقص في عدد أفراد العينة.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات كرة السلة في متغير أنماط الشخصية، و أبعاد التفوق الرياضي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي ولاعبات كرة السلة في متغير الاستشارة الانفعالية.

20- دراسة ريوحي سليم (2018)، بعنوان "علاقة سمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة".

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين بعض السمات الشخصية والاحترق النفسي للمدرب الرياضي، ومعرفة السمات الشخصية السائدة لديهم، وكذا معرفة مستوى الاحترق النفسي لديهم، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة المتمثلة في كل مدربى أندية كرة القدم المحترفة والهواة لولاية باتنة الحاصلين على شهادة التدريب والذين يقدر عددهم (26) مدرب، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة تم تطبيق قائمة السمات الشخصية لفرايبورج التي تتكون من ثمانية أبعاد، ومقاييس الاحترق النفسي المقتبس من مقاييس ماسلاش للاحترق النفسي الذي يتضمن ثلات أبعاد موزعة على (22) فقرة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، لملائمة طبيعة هذه الدراسة لأنها لا تقوم بوصف الظاهرة فقط بل تتعدى إلى تفسير وتحليل النتائج المتحصل عليها. ولقد كشفت الدراسة عن النتائج التالية :

- السمات الشخصية السائدة لدى عينة البحث تمثلت في: (الاجتماعية، الهدوء والضبط).
- مستوى الاحترق النفسي لدى عينة البحث مستوى عالي على كل الأبعاد.

- توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمات الشخصية التالية: (العصبية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، السيطرة، والضبط) والاحتراق النفسي.

- توجد علاقة ارتباطية ضعيفة عكسية بين سمات الشخصية التالية: (العدوانية، الاجتماعية، الهدوء) والاحتراق النفسي.

21- دراسة عياد مصطفى(2015)، بعنوان "سمات الشخصية وعلاقتها بداعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية".

إن الهدف من هذه الدراسة هو معرفة العلاقة الموجودة بين سمات الشخصية وداعية الإنجاز والفرق الموجودة بينهم حسب النشاط الرياضي الممارس باستخدام المنهج الوصفي المناسب لنوع هذه الدراسة، كما اعتمد على مقياس فرايبورج للشخصية على عينة من 100 تلميذ مشارك من الثانويات المشاركة في الرياضة المدرسية لدائرة تقرت ولاية ورقلة، انتلقياً من التساؤل حول تأثير سمات الشخصية على داعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية مروراً بالطرق إلى هل اختلاف درجة السمات يؤثر على درجة داعية الإنجاز وصولاً إلى معرفة هل باختلاف نوع النشاط الرياضي الممارس تختلف درجات الداعية وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- وجود علاقة ارتباطية بين داعية الإنجاز والسمات الشخصية، حيث قدرت قيمة معامل الارتباط بين الداعية وسمات الشخصية 0.67

- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين سمات شخصية(الهدوء 0.68، الاكتئابية 0.90، العصبية 0.23، العدوانية 0.33، القابلة للاستثارة 0.22، الاجتماعية 0.62، السيطرة 0.56، الكف 0.68) وداعية الإنجاز لدى القائمين المشاركين في الرياضة المدرسية.

- هناك فروق في السمات الشخصية حسب النشاط الرياضي الممارس لصالح المشاركين في نشاط لعنة اليد، وفروق في دافعية الإنجاز حسب نوع النشاط الرياضي الممارس لصالح المشاركين في نشاط كرة السلة.

22- دراسة محمد ودك ، (2014)، بعنوان "السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق لفرق كرة القدم".

تهدف الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين شخصية المدرب الرياضي وتماسك الفريق الذي يشرف عليه باعتباره قائد للجامعة واستخدم الباحث المنهج الوصفي حيث كانت عينته 180 لاعب تم اختيارها بالطريقة القصدية، حيث استخدم الباحث مقياس السمات الشخصية للمدرب الرياضي ومقاييس تماستك الفريق من أهم نتائجه:

- تؤثر السمات الشخصية للمدرب الرياضي على تماستك الفريق الرياضي الذي يشرف عليه.

- تسليط الضوء على العلاقة بين السمات الشخصية للمدرب الرياضي وتماسك الفريق.

- كلما ارتفعت درجات سمات المدرب الرياضي كلما ارتفعت درجات تماستك الفريق وكلما انخفضت درجات سمات المدرب الرياضي أثرت بالسلب على درجات تماستك الفريق.

23- دراسة سربوت عبد المالك (2013)، بعنوان "سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتمدرسين".

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة أثر السمات الشخصية و النفسيه (الاكتئاب، والاندفاعة، والاستقلالية، إلى جانب الثقة بالنفس ومستوى الطموح، وكذا الاجتماعية، العصبية والعدوانية) ومدى الاختلاف الموجود بين درجة هذه السمات ودرجة الدافعية للإنجاز عند كلا الفترين، أي ذات الدافعية للإنجاز المرتفعة، و ذات الدافعية للإنجاز المنخفضة لدى

الرياضيين المتدرسين، كما تمكنا من التعرف على السمات ذات الأثر الإيجابي على الدافعية للإنجاز، وذات الأثر السلبي، إلى جانب ذلك، فإنها فرصة للمربين للاطلاع ومعرفة أهمية الدافعية للإنجاز في المجال الرياضي .

استخدم الباحث المنهج المسحي حيث أجري على عينة مكونة من 231 رياضي من التلاميذ المشكلين لفرق ثانويات عين وسارة وكذا بلدية الجلفة معدل أعمارهم 17 سنة واستخدم مقياس الدافعية للإنجاز وقائمة فرايبورج للشخصية، حيث استخدم الباحث النسبة المئوية والمتوسط الحسابي الانحراف المعياري مربعات القيم على المتوسط الحسابي. الربع الأول والثالث :معامل الارتباط البسيط^٢ ، معامل الارتباط الجزئي معامل الارتباط المتعدد، اختبار T لعينتين مستقلتين، والنتائج المتوصل إليها:

- بعد الاتكئ يميز الأفراد ذوي الدافع للإنجاز المرتفع.
- بعد مستوى الطموح فيميز ذوي الدافع للإنجاز المنخفض.
- بعد الاندفاعية والاستقلالية.
- بعد الثقة بالنفس والاجتماعية فيميز ذوي الدافع للإنجاز المرتفع.
- بعد العدوانية فيميز ذوي الدافع للإنجاز المنخفض، وبعد العصبية فيميز ذوي الدافع للإنجاز المرتفع.

24- دراسة محمد خير الدين صالح الطائي (2011)، بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بعض السمات الشخصية لدى لاعبات الكرة الطائرة".

تهدف الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية وأبعاد السمات الشخصية لدى لاعبات الكرة الطائرة استخدم الباحث المنهج الوصفي. وكانت عينته 119 لاعبة اختارت بالطريقة القصدية واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية ومقاييس

أبعاد السمات الشخصية ومن أهم نتائجه: ظهور علاقة قوية بين الضغوط النفسية والسمات الشخصية حيث جاءت العلاقة طردية بين الضغوط النفسية وكل من (العصبية، الاكتئابية، الاستثارة، السيطرة، الضبط) وعكسية بين (الهدوء، الاجتماعية) والضغط النفسي في لم تكن هناك علاقة بين العدوانية والضغط النفسي.

2- التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استقراء الباحث على الدراسات السابقة يمكن الخروج بما يلي:

2-1- الدراسات التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي ومتغير السمات الشخصية:

↳ من حيث الهدف:

- تهدف الدراسة إلى التعرف على مدى التحمل النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لطلبة معهد الفنون التطبيقية الجامعة التقنية الوسطى والعلاقة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية للطلاب والطالبات الدارسين بمعهد الفنون التطبيقية الجامعة التقنية الوسطى

- تهدف الدراسة إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي ومستوى السمات الشخصية والعلاقة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية / كلية التربية للبنات/ جامعة الكوفة

↳ من حيث المنهج:

- المنهج الوصفي الارتباطي بطريقة المسح

- المنهج الوصفي بطريقة المسح وطريقة العلاقات الإرتباطية

↳ من حيث العينة:

- للطلاب والطالبات الدارسين بمعهد الفنون التطبيقية الجامعة التقنية الوسطى

- لطالبات قسم التربية الرياضية

» من حيث الأداة:

- مقياس التحمل النفسي ومقاييس فرايبورج

- مقياس التحمل النفسي واستخبار فرايبورج للشخصية

2-2- الدراسات التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي

» من حيث الهدف:

- الكشف على العلاقة بين التحمل النفسي وبعض أبعاد التفوق الرياضي للاعب كرة القدم

- إبراز انعكاس التدريب العقلي على الحمل النفسي من وجهة نظر لاعبي كرة القدم

- التعرف على مستوى التحمل النفسي وتقدير الذات المهارية لدى لاعبي كرة القدم، وكذا التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهارية لديهم

- التعرف على مستوى التردد النفسي لدى عينة البحث ، والتعرف على مستوى التحمل النفسي والتعرف على العلاقة بين التردد النفسي والتحمل النفسي وبعض المهارات الأساسية بكلة القدم

- التعرف على العلاقة الإرتباطية بين التدريب العقلي و التحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم

- معرفة العلاقة الإرتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التناصي لدى لاعبي الكرة الطائرة

- التعرف على العلاقة الإرتباطية بين التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتيه

- التعرف على العلاقة الإرتباطية بين قوة التحمل النفسي وببعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض أندية ديالى بألعاب القوى

- التعرف على علاقة بين التحمل النفسي وقلق المنافسة لدى لاعبات الكرة الطائرة

- التعرف على دلالة الفروق في التحمل النفسي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري (النوع- التخصص) والتفاعل بينهما والتعرف على دلالة الفروق في فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري (النوع- التخصص) والتفاعل بينهما والتعرف على قوة واتجاه العلاقة بين التحمل النفسي وفاعلية الذات عند أفراد عينة الدراسة.

► من حيث المنهج:

- المنهج الوصفي

► من حيث الأداة:

- مقياس التحمل النفسي

► من حيث العينة:

- كرة القدم

- الكرة الطائرة

- حكام

- العاب القوى

- طلبة الجامعة

2-3- الدراسات التي ارتبطت بمتغير مستوى السمات الشخصية.

► من حيث الهدف:

- معرفة السمات الشخصية التي يتميز بها رياضيي النخبة الوطنية الجزائرية للمصارعة المشتركة المشاركين في البطولة الإفريقية بالمغرب

- انعكاسات جائحة كرونا على شخصية أستاذ التربية البدنية وأثرها على التوافق المهني

- التعرف على العلاقة بين السمات الشخصية للمدرب وتماسك الفريق الرياضي

- تقدير السمات الشخصية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى أستاذة التربية البدنية والرياضية بمرحلة المتوسط
- معرفة مستوى السمات الشخصية التي يتميز بها التلاميذ المنخرطون في الكرة الطائرة
- إلى الكشف عن مستوى درجة السمات الشخصية وترتيبها ضمن مقياس فرايبورج للشخصية والكشف أيضاً عن الفروق في كل من السمات الشخصية تبعاً لمتغير الخبرة لدى لاعبي الكرة الطائرة
- معرفة العلاقة بين أنماط الشخصية أو أبعاد الشخصية على وفق ما جاء به "أيزنك" والمتمثلة في (الانبساطية، والانطوائية، والانفعالية، والاتزان الانفعالي) وأبعاد التفوق الرياضي والملخصة في ثلاثة أبعاد هي (ضبط النفس، وتحمل المسؤولية، واحترام الآخرين)، وعلاقة الاستثارة الانفعالية بأبعاد التفوق الرياضي وذلك عند لاعبي ولاعبات كرة السلة، المتمدرسين بالثانوية الرياضية بدرارية، كما هدفت الدراسة إلى معرفة الفروق بين الجنسين في متغير (أنماط الشخصية، الاستثارة الانفعالية، وأبعاد التفوق الرياضي)،
- معرفة طبيعة العلاقة بين بعض السمات الشخصية والاحتراق النفسي للمدرب الرياضي، ومعرفة السمات الشخصية السائدة لديهم، وكذا معرفة مستوى الاحتراق النفسي لديهم
- معرفة العلاقة الموجودة بين سمات الشخصية ودافعية الإنجاز والفرق الموجودة بينهم حسب النشاط الرياضي الممارس باستخدام المنهج الوصفي المناسب لنوع هذه الدراسة
- معرفة أثر السمات الشخصية والنفسية (الاكتئاب، والاندفاع، والاستقلالية، إلى جانب الثقة بالنفس ومستوى الطموح، وكذا الاجتماعية، العصبية والعدوانية) ومدى الاختلاف الموجود بين درجة هذه السمات ودرجة الدافعية للإنجاز عند كلا الفتئتين، أي ذات الدافعية للإنجاز المرتفعة، و ذات الدافعية للإنجاز المنخفضة لدى الرياضيين المتمدرسين، كما تمكنا من التعرف على السمات ذات الأثر الإيجابي على الدافعية للإنجاز، و ذات الأثر السلبي، إلى جانب ذلك، فإنها فرصة للمربيين للاطلاع ومعرفة أهمية الدافعية للإنجاز في المجال الرياضي

- الكشف عن العلاقة بين شخصية المدرب الرياضي وتماسك الفريق الذي يشرف عليه باعتباره قائد للجامعة

- التعرف على طبيعة العلاقة بين الضغوط النفسية وأبعاد السمات الشخصية لدى لاعبات الكرة الطائرة

► من حيث المنهج:

- المنهج الوصفي

- المنهج الوصفي الارتباطي

- المنهج الوصفي المسحي

► من الأداة:

- على مقياس فرايبورج للشخصية

- السمات الشخصية المعد من طرف الباحثة

- أيزنك للشخصية E P Q

- مقياس السمات الشخصية للمدرب الرياضي

► من حيث العينة:

- المصارعين

- الأساتذة التعليم المتوسط

- لاعبي كرة الطائرة

- رياضي كرة السلة

- المدربين

- القلائد

3- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

- استفاد الباحث من الدراسات السابقة:
- اختيار منهج الدراسة والأساليب الإحصائية المتبعة في هذه الدراسات، والكيفية التي تمت فيها تحليل البيانات في هذه الدراسات.
- عرض الإطار النظري.
- اختيار المقاييس.
- المراجع والكتب التي اعتمدت عليها الدراسات السابقة لتوفير الوقت والجهد.

وعلى هذا الأساس يمكن القول أن هذه الدراسات تلعب دورا هاما وبارزا في دراسة الباحث، حيث استفاد منها من ، خلال تطرقه إلى أهم النتائج والتي حملت الكثير من الموضوعية في معالجة موضوع الدراسة كضبط إشكالية الدراسة بشكل دقيق وكذلك التعرف على المنهج المناسب وكذا الأداة التي تتناسب موضوع الدراسة بطريقة علمية .

4- أوجه تتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

تتميز الدراسة الحالية عن ما سبقها من الدراسات السابقة بتناولها لموضوع التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم ، كما تميزت في اختيار متغيرات الدراسة حيث كان المتغير التابع أبعاد السمات الشخصية ، وتعتبر هذه الدراسة التي تناولها الباحث من أهم الدراسات في تناول التحمل النفسي ، مع التركيز على السمات الشخصية، بينما من حيث المنهج المستخدم في الدراسة فتم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي أما في الدراسات السابقة بعضها على استخدام المنهج الوصفي، أما من حيث أداة الدراسة الحالية فقد اعتمدت على مقياس قوة التحمل النفسي وقياس السمات الشخصية.

الفصل الثالث

التعمل النفسي

في كرة القدم



تمهيد:

تعد دراسة التحمل النفسي في كرة القدم أساسية ومهمة لفهم كيفية تأثير الظروف الخارجية على الأداء الرياضي والصحة النفسية للاعبين، وفهم كيفية تأثير الضغوطات والتحديات الحياتية على الفرد، وكيف يمكن تعزيز مهارات التعامل معها للمحافظة على الصحة النفسية والعافية الشخصية، وكذلك لتطوير استراتيجيات فعالة لتحسين التعامل مع هذه التحديات والضغوطات.

1- مفهوم التحمل النفسي:

تعددت التعاريف لمفهوم التحمل النفسي ذكر منها:

هو قدرة الرياضي على ضبط النفس في مواجهة أحداث التدريب والمنافسات والتعامل معها بأسلوب يبعد الرياضي عن احتمال الإصابة بالأمراض النفسية والجسمية التي تحدثها هذه الظروف (العزاوي، 2004، ص 4).

ويعرفه حريم أن التحمل النفسي هو أحد المتغيرات النفسية التي تختص بعلاقة الفرد مع البيئة التي يعيش فيها إذ أن الناس يتقاولون في مدى قدرتهم على تحمل الضغوط التي يتعرضون لها وتكيفهم معها وعلى وفق سماتهم الشخصية وطبيعة الضغوط التي يواجهونها (حريم ، 1997 ، ص386).

ويرى أرنوف 1988 التحمل النفسي هو القدرة على تحمل الألم والصعوبة الضغط دون آثار تكيفية سيئة وهو استعداد عقلي لمواجهه معتقدات وأفكار وعادات تختلف مع معتقدات هذا الشخص (أرنوف، 1998، ص 325).

ويذكر محمد حسن علاوي 1998 أن هناك دوافع داخلية لدى الفرد لمعالجة ظروف البيئة والسيطرة عليها، ليتمكن من أن يحيا حياة طبيعية وتنقاوت هذه الدوافع بين الناس فبعضهم يظهرها بشكل قوه أو سيطرة، في حين يظهرها آخرون كتحمل وذلك من خلال القدرة على معالجه الضغط (علاوي، 1998، ص 78).

ومن هاته التعاريف يستخلص الباحث أن التحمل النفسي القدرة على التكيف ومواجهة التحديات والصدمات والضغوط الحياتية يمكن اعتباره كمهارة تساعد الأفراد على مواجهة الصعوبات والتكيف مع المواقف الصعبة.

- مجالات التحمل:

يتكون التحمل النفسي من عدة مجالات نذكرها:

1- مجال السيطرة: وهي اعتقاد الفرد بأنه يستطيع السيطرة على الأحداث والتأثير فيها بخبرته الخاصة ،كما هي قدرة اللاعب على تنظيم بيئته الرياضية والسيطرة عليها من أجل التخفيف من آثارها المتوقعة في التدريب والمنافسة وتحويل الحوادث المؤدية للإجهاد إلى سياق عمل حياتي مثمر .

2- مجال الالتزام: وهو امتلاك الفرد لشعور المشاركة والارتباط بنشاطات الحياة ،هو شعور اللاعب بالارتباط بمسؤولياته الرياضية في التدريب والمنافسات والالتزام بها وعدم الاغتراب عن أذات وأسرة والأصدقاء والمجتمع والإبقاء بما يفرضه هذا الارتباط من واجبات ومسؤوليات وعدم التراجع عنها .

3- مجال التحدي: توقع التغيير كتحد نحو تطور ابعد وأفضل ،هو قدرة اللاعب على مواجهة عوامل الهزيمة أو الفشل في المنافسات والتدريب وشعوره الايجابي للمتغيرات التي تحصل في الرياضة.

4- مجال الإنجاز: هو قدرة اللاعب على بلوغ أقصى درجات الأداء والمنافسة والتغلب على العقبات التي تجابهه وبلوغ أهدافه شريطة أن يتسم أداءه بالجودة.

5- مجال الصمود: هو قدرة اللاعب على التصدي للهزيمة أو الفشل في المنافسات والتدريب ومحاولة التغلب عليها وذلك بتقديم أفضل أداء.

6- مجال الثاني: هو قدرة اللاعب على التروي في اتخاذ القرار والتخطيط المنظم في توزيع جهده أثناء التدريب والمنافسة والتركيز على الجودة في الأداء. (ضرام، 2013، ص69).

ويرى الباحث أن هذه المجالات متكاملة ومتراقبة وترتبط بعضها البعض وتشكل معاً قدرة الفرد على التحمل النفسي وتعزيز هذه القدرات من خلال التدريب والممارسة والإدارة الفعالة للضغط.

3- خصائص قوه التحمل النفسي:

أبرز الخصائص المرتبطة بالتحمل النفسي:

- تعلم قوه التحمل النفسي كمورد مقاومه في مواجهة أحداث الحياة المتيبة من خلال الالتزام والتحكم.
- الأشخاص الملزمون لديهم إحساس عام بالهدف الذي يسمح لهم بالتعرف على الأحداث والأشياء والأشخاص الموجودين في بيئتهم وإيجاد معنى لها.
- أن التحكم يميل إلى الشعور والتصرف كما لو كان الشخص لديه تأثير أو قدره على مواجهه الظروف العاجلة المختلفة في حياته (kobasa•1979.P169).
- يحدد طريقه حياته وأسلوبها بعد أن يقرر طريقه العيش التي يريدها ويدرك أهمية حياته ومعناها.
- يتصف بالتكيف مع الظروف المرنة ولديه نظره متفائلة عن ذاته وعن طريقه حياته بصورة مختلفة.
- يشعر بأنه لديه السيطرة الكاملة والتحكم على قدره ومصيره وذي نظر مختلفة بالنسبة إلى مركز السيطرة لديه ويعرف نظام سلوك الذي لديه الحياة بأنه نظام حر ويتصرف على وفق هذا النظام. (كالفن، 1988، ص 22).

وقد افترضت Kobasa بعض الخصائص التي يتميز بها الأشخاص الذين يتعرضون للضغوط لكن لا تظهر عليهم أعراض الإصابة بها ، من هذه الخصائص:

* **مكون السيطرة:** يشير إلى ميل الناس إلى الاعتقاد أن لهم قدرة التأثير على الأحداث التي يتعرضون لها في حياتهم وضبطها، وإذا تناولنا الموضوع في ضوء بحوث Rotter نجد أن الأفراد الذين يتسمون بدرجة عالية من التحمل النفسي يماثلون ذوي التحكم الداخلي internal locus of control، إذ يشير مفهوم مركز التحكم إلى كيفية إدراك الفرد مواجهة الأحداث في حياته.

* **مكون الالتزام:** هو يشير إلى إحساس الأفراد بروح تحمل المسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم العائلية والاجتماعية والمهنية.

* **مكون التحدي:** يشير إلى ميل الأفراد إلى إدراك التغيرات التي تحدث في حياتهم على أنها حواجز أو فرص يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي بدلاً من اعتبار هذه التغيرات تهديداً لاستقرارهم. (عبد العزيز، 2010، ص 130).

طبقاً لكونيسا فإن الفرد الذي يتحمل درجة عالية من الضغوط دون أن يصاب بالمرض فإن له بناءً للشخصية يختلف عن الفرد الذي يمرض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغوط والتي أطلقت كونيسا عليه hardness أي قوة تحمل أو القدرة على الاحتمال وت تكون هذه الشخصية حسب كونيسا من ثلاثة مكونات وهي:

► **السيطرة:** اعتقاد الفرد بأنه يستطيع السيطرة على الأحداث والتأثير فيها بخبرته الخاصة.

► **الالتزام:** وهو امتلاك الفرد لشعور المشاركة و الارتباط بنشاطات الحياة.

► **التحدي:** توقع تغيير كتحدي نحو تطور أبعد وأفضل. (الحلو، 1995، ص 60).

فرضيات كوباسا على المكونات الثلاثة :

الافتراض الأول : امتلاك قوة السيطرة على أحداث الحياة أو حتى الإحساس به والاعتقاد به تظهر الفرد بصحة أفضل من عدم امتلاكه أو عدم الإحساس به.

واعتمدت كوباسا افتراضات افرل للفحوص المختبري التي تبين أن هناك بناءات للشخصية منظمة لا تضعف اتجاه المنبهات الضاغطة وان الشخص السليم يملك :

➢ سيطرة جازمة أي اختيار البديل المناسب من السلوك للتعامل مع الضغط.

➢ سيطرة معرفية أي القابلية على تفسير وتقييم الأحداث الضاغطة.

➢ مهارات التعامل أي الاستجابات الملائمة للتعامل مع الضغوط، لعرض مواجهة ومقاومة الأحداث عدم الاستسلام لها والذين لا يمتلكون استجابات ملائمة ومتطرفة ولا يستطيعون المواجهة.

وتوصل افرل إلى أن الشخص الذي يتعرض للمرض نتيجة الضغط يكون بدون طاقة أو قدرة وتكون لديه الدافعية للإنجاز قليلة فيضعف أمام الضغوط وبالتالي يستسلم لها.

الافتراض الثاني: عند تعرض فرد يشعر بالالتزام للضغط في مجالات حياته فإنه يبدو سليم من الأمراض النفسية.

الالتزام هو قدرة الفرد لربط حياته في صور كاملة في الظروف المختلفة بما فيها العمل والعائلة وعلاقت الشخصية فإن مواجهة هذا الفرد للبيئة الضاغطة يخفف منها فضلا عن أن الشخص الملزם يشعر دائما أنه يشارك الآخرين وهذا يشكل مصدرا لمقاومة الضغط.

الافتراض الثالث : إن الشخص الذي تكون لديه صفة التحدي ليواجه به التغير بصورة مستمرة يكون عند تعرضه للضغط بعيدا عن الإصابة بمرض فالشعور الإيجابي عن التغير الذي يحصل من البيئة يعد حافزا لي إدراكه قيمة الحياة وتعلقه بها فضلا على أنه

يجد المتعة في هذه الخبرات وطبقاً لکوباساً فإن متغير قوة التحمل النفسي يمكن أن يحمي الفرد من التأثيرات المدمرة لأحداث الحياة الضاغطة. (علوان، 2009، ص2).

4- أنواع قوة التحمل النفسي :

هناك ثلاثة أنواع لقوة التحمل النفسي هي:

4-1- تحمل الإحباط:

يُعد تحمل الإحباط مظهراً من مظاهر التحمل النفسي أو الصمود ضد مظاهر الأنماط المهددة التي تتولد عندما يتم منع الرياضي الوصول إلى الهدف الذي يرغب فيه (دافيدوف، 1983، ص28).

ويُعد الإحباط حالة غير مرغوبه ومزعجة، تحدث تغيرات في السلوك تتراوح بين الغضب والعدوان إلى التراجع والانسحاب، فالإحساس بالضعف واليأس جزء مهم من المشاعر غير السارة المصاحبة للإحباط فالشخص المحبط يشعر باليأس وفقدان الأمل في تلبية رغباته، وبسبب إدراكه لقوة هذه الرغبات فإنه سيشعر أن قدرته على تحمل التوتر معرضة للخطر، فسيشعر بفقدان الأمل في مواجهة العقبات المحيطة المفروضة عليه عنوة. (درويش، 2001، ص38).

وينشأ الإحباط عن المواقف الضاغطة المكررة والمهددة التي لا يمكن السيطرة عليها وجعل الرياضيين يغيرون طريقة تفكيرهم عن الضغوط والأحداث التي تواجههم خلال حياتهم وهو إحدى الطرائق المؤثرة في عملية الإحباط. (الشرقاوي، 1983، ص38).

ويعد تحمل الإحباط مظهراً من مظاهر التحمل النفسي أو الصمود ضد مظاهر الأنماط التي تتولد عن منع الشخص من الوصول إلى الهدف الذي يرغب فيه، يختلف تحمل الإحباط من شخص لأخر لسببين :

- أن تحمل الإحباط يميل للزيادة مع التقدم في العمر .

-لكل فرد درجة تحمل تبدأ عندما يتجاوز الضغط ومصادر الفرد الاعتيادية التكيفية كما أنه درجة قصوى من التحمل وهي كمية الإحباط التي يصل إليها الفرد عند عمر معين كي يحصر على أقصى تحمل من الإحباط.(علاوي، 1987، ص45).

4-2- تحمل الغموض:

تحمل الغموض يعني قدرة الفرد على تحمل شدة التنبهات الباعثة على عدم الارتباط النفسي والتي تشكل تهديدا أو ضغطا عليه أو قدرة الفرد ليصمد، أو يقاوم الفشل المتولد عن المثيرات غير المنظمة، أو الأصولية، أو الملتبسة والغير الواضحة، ويرى بودنر 1962 أن المواقف الغامضة هي المواقف الجديدة على خبرة الفرد أو المواقف المتناقضة بتقاصيلها أو محتواها يحدث تحمل الغموض في مستويين هما الإجرائي والظاهري.

❖ المستوى الظاهري: ويحدث ضمن الإدراكات والمشاعر الفردية، فالفرد يدرك ويفقim ويشعر .

❖ المستوى الإجرائي: ويحدث في عالم الأشياء الطبيعية والاجتماعية (الواقعية) ويتمثل بالسلوك والفعل المتصل بالبيئة الخارجية (منصور، 2016، ص30)

4-3- تحمل عدم التطابق:

التطابق هو مصطلح (congruence) جاء به روجرز (Rogers) ويعني الاتساق بين ما يخبره الفرد نحو الداخل وبين ما يعبر عنه نحو الخارج.

ويرى (ولمان) أن تحمل عدم التطابق هو القدرة على النظر في أفكار متنافرة دون قلق ودون استخدام الدفاعات، أما روجرز يشير إليه إلى أن التناقض الحاصل بين مفهوم الفرد عن ذاته وبين خبراته الواقعية (أي وجود صراع بين الذات المدركة والذات المثلث) والتي تعني ما

يطمح أن يكونه الإنسان عن نفسه، وافتراض روجرز هو أن الكائنات البشرية تجاهد لتحقيق الاتساق بين الخبرات وصورة الذات، (فمن المحتمل أن الناس تسمح للمواقف التي تتفق مع مفهوم ذاتهم بالدخول في الوعي ويدركون هذه الأمور بدقة)، أما الخبرات الصراعية فهي عرضة لأن تمنع من الدخول في الشعور وتدرك بغير دقة فإذا حدث تعارض بينهما ينظر إلى الفرد على أنه يعاني من عدم الاتساق، أما البيئة التي لا تكون مصدر تهديد لفرد وتتبع أساليب التعامل القائمة على الحب والتساهل وتسمح بإشباع الحاجات الأساسية فإنها تكون مصدر إسناد له وتدفعه باتجاه تحقيق الذات، وينظر روجرز إلى مفهوم الذات كما مفهوم معقد يعبر عن تفاؤل الفرد ع بيئته. (منصور، 2009، ص4).

5- المدارس والنظريات:

من بين النظريات التي فسرت التحمل النفسي نذكر منها:

5-1- نظرية التحليل النفسي (قوة الأنا) Freud

إن مدرسة التحليل النفسي أعطت التركيز على الدور العام الذي تؤدي العوامل البيئية والاجتماعية المحيطة بالفرد من جهة، وعلى ما لدى الفرد من خبرات سلوكية مكتسبة من جهة أخرى، وان هدف السلوك الوحيد ليس مجرد تخفيف حدة الضغط النفسي أو الرغبة في التخلص من الألم والقلق، لأن الفرد مخلوق لديه القدرة على الإدراك والاختيار وصنع القرار والسيطرة على سلوكه وتحمل مسؤوليات ذلك وليس مجرد أداة تعب بها القوى اللاشعورية (القذافي، 2001، ص117).

فالأنا هي ما نستطيع تسميتها بالشخصية الشعورية، يتكون بالتدريج من الاتصال بالعالم الخارجي الواقعي عن طريق الحواس، فهي (الأنا) وقلالية يشبهها البعض بما يشبه قشرة الشجرة، فجزء منها سوف يتصلب بفعل العوامل الخارجية لكي تحمي الشجرة . فهي تمثل مركز الشعور والإدراك والتفكير والحكم والتبصر في العوّاقب، والمشرف على أفعالنا الإرادية،

وعن طريقه تتحقق الدوافع أو لا تتحقق، إذا فإن (لأننا) وجهتين، أحدهما يطل بها على الدوافع الفطرية الغريزية في الهو، والأخر يطل على العالم الخارجي وهدفها التوفيق بينهما (راجع، 1970، ص 411).

فانخفاض قوة الأنماط أو قوة التحمل يتضمن نقصاً في كبح الذات والسيطرة على البيئة، ونقصاً في الوعي المعرفي الذي يعوق قدرة الفرد في معالجة المشكلات غير المألوفة والعقبات (عبد الخالق، 1983، ص 342).

ولكي يستطيع الفرد الوفاء بمتطلبات العالم الواقعي، يجب أن تصبح (الأنماط) قادرة على إتباع منهج التفكير المنطقي. (عيسوي، 1982، ص 114).

5-2- نظرية كوباسا 1979 : Kobasa

طرحت كوباسا مفهوم التحمل في الشخصية التي أنت استكمالاً وتعزيزاً لبحثها لنيل درجة الدكتوراه، فقد استهدفت من تلك الدراسات معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغط ،أن هذا المفهوم هو الأكثر ارتباطاً بمفهوم الضغط وتأثيره في الفرد ، واستمرت هذه النظرية من التأكيد الوجودي لمفرد كائن حي في العالم ،يعتقد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعليه أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها وعدم تجنبها (عبد العزيز، 2010، ص 129).

اعتمدت Kobasa على ما توصل إليه (Averill 1973) في أن البناءات الشخصية المنظمة لا تضعف عند تعرضها لضغط الحياة اليومية، فالأفراد الذين لا يصابون بالاضطراب بسبب تلك الضغوط لديهم:

سيطرة حاسمة: أو قابلية على اختيار البديل المناسب في السلوك لتجاوز تلك الضغوط.

سيطرة معرفية: تمكّنهم من تفسير الحدث الضاغط مع ما موجود من بنى معرفية فتساعدهم على تعطيل أو إلغاء تأثيرات ذلك الحدث.

مهارات التعامل: وهي مهارات تمكّنهم من اختبار الاستجابة الملائمة للضغط ، وتكون عن طريق ما يمتلكون من دافعية متميزة عبر المواقف كلها، وبالمقابل نجد من تظهر عليهم أعراض المرض أن لهم مستوى واطئ من الدافعية، فعندما تحدث تلك الضغوط فإنهم يفقدون كل وسيلة لمواجهتها (رشا فؤاد، 2004، ص 80).

كما أشارت Kobasa إلى أن أحداث الحياة الضاغطة لها دور كبير في ظهور أعراض نفسية وجسمية لدى الأفراد المعرضين لتلك الضغوط، إلا أنها لم تظهر مثل تلك الأعراض لدى البعض الآخر، والذين تعرضوا لنفس شدة تلك الضغوط مما دفع الكثير من الباحثين إلى البحث عن السبب الذي يقف وراء ذلك، فما هي تلك العوامل التي تتوسط الضغط والإصابة؟ فازدياد الاهتمام بالمتغيرات النفسية باعتبارها متغيرات وسطية تتوسط الاستجابة للمواقف الضاغطة ومن هذه المتغيرات التحمل النفسي. (رشا فؤاد، 2004، ص 79).

وقد افترضت Kobasa بعض الخصائص التي يتميز بها الأشخاص الذين يتعرضون للضغط لكن لا تظهر عليهم أعراض الإصابة بها، من هذه الخصائص:

1-مكون السيطرة: يشير إلى ميل الناس إلى الاعتقاد أن لهم قدرة التأثير على الأحداث التي يتعرضون لها في حياتهم وضبطها، وإذا تناولنا الموضوع في ضوء بحوث Rotter نجد أن الأفراد الذين يتسمون بدرجة عالية من التحمل النفسي يماثلون ذوي التحكم الداخلي، إذ يشير مفهوم مركز التحكم إلى كيفية إدراك الفرد مواجهة الأحداث في حياته.

2-مكون الالتزام: هو يشير إلى إحساس الأفراد بروح تحمل المسؤولية نحو الآخرين والأحداث في حياتهم العائلية والاجتماعية والمهنية.

3- **مكون التحدي:** يشير إلى ميل الأفراد إلى إدراك التغيرات التي تحدث في حياتهم على أنها حواجز أو فرص يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي بدلاً من اعتبار هذه التغيرات تهديداً لاستقرارهم. (عبد العزيز، 2010، ص 130).

5-3- النظرية الوجودية:

تفق النظريات الوجودية على مجموعة من الأسس الفلسفية، وأن الأفكار الأساسية التي تؤكدها الوجودية هي فكرة الوحدة الغير قابلة للتفكك ويطبق عليها مصطلح (الوجود في العالم)، استندت إليها الكثير من البحوث والدراسات التي تناولت موضوع التحمل النفسي منها دراسة فرانكل التي اعتمدت على فكرة تنشئة الوجودية، التي مفادها من يحاول أن يجد سبباً ليجعل حياته ذات هدف ومعنى لوجوده، فإذا كانه أن يتحمل أي شيء. (جورارد، 1988، ترجمة الحمداني، ص 88).

ويرى فرانكل أن الإنسان الذي لا يستطيع اكتشاف المعنى سيعيش خبرة الإحباط الوجودي الذي تعد من وجهة نظره المصدر الرئيسي للسلوك الشاذ، والرغبة في إيجاد المعنى يعني كفاح الكائن البشري لإيجاد سبب أو شيء من المنطق لمشكلات وجوده ولا يمكن إيجاد هذا المعنى إلا من خلال خبرة وممارسة القيم ولا يمكن اكتشاف هذه القيم إلا من خلال ممارسة العمل وحب الآخرين ومواجهة الفرد لمعاناته وتحملها، إذن مفهوم قوة التحمل النفسي وطبقاً للنظرية الوجودية يمكن النظر إليه على أنه تحمل مسؤولية الفعل والقرار الحر باعتماد العقل عن طريق تحمل الأحداث الضاغطة ومواجهتها ، من خلال وجود هدف في الحياة. (علوان، 2009، ص 5).

5-4- نظرية ليفيين - التحمل النفسي طاقة البيئة النفسية الموجهة:

يرى ليفيين الشخصية بوصفها بنية يفصلها عن العالم الخارجي بسياج نفاذ تعقبه مباشرة الأجهزة الإدراكية الحركية التي تتصل بالمحيط الخارجي فتحس بالمثيرات وترد عليها مباشرة. (عبد الرحمن، 1983، ص 140).

فالمثير في نظر ليفيين هو مجال معقد يتضمن حاجات الفرد ومكونات شخصيته وإدراكه لإمكانياته المتاحة للفعل، وأن البيئة الإدراكية الخارجية تمتاز بالمرونة، لأن عليها أن تتوافق مع المطالب الخارجية المتغيرة، وفي ضوء هذا نستطيع أن نقول بأن الضغوط النفسية للفرد تتكون نتيجة البيئة الخارجية فتسبب له التوتر، ويحدث هذا التوتر في إدراك الفرد ويؤثر في مكونات مجده النفسي بالتعاقب إذ أن الفرد يحاول خفض هذا التوتر عن طريق إدراكه للبيئة الخارجية نتيجة للضغط، فيوجه طاقة نفسية دافعية لخفض التوتر. (الويس، 1981، ص 130).

5-5 نظرية يونج التحليلية (Yung Theory) :

يعد كارل يونج أحد مؤسسي علم النفس التحليلي، وتنسم نظرته للنوع البشري بأنها تقدمية فهو يرى بأن الأفراد يستمرون في التحسن نحو المستقبل ليس للأمام فحسب، بل للأعلى وهذا ما سماه بالتحقيق الاسمي، وقد ميز يونج الشخص ذو قدرة على التحمل النفسي، بأنه يحاول أن يتطور ويتسع ويعبر نحو الأفضل، والأشخاص ذوي قوة تحمل هم أشخاص متعاونون لأنهم يخلقون بتعاونهم حماسا وقوة لا حد لها في مواجهة الظروف الصعبة، لأن التعاون لا يثير الروح المعنوية بداخلهم ويحفزها فحسب، بل يخلق الكفاءة العالية ويضاعف الطاقة والمقدرة ويقوى العزيمة والمقاومة، وهذا التمايز بين الأفراد هو توليف ومشاطة مجريات الأمور والعادات والقوانين وأساليب الحياة عموما بين جماعتين أو أكثر، إذن حسب وجهة نظر يونج إن ما يزيد الفرد قوة ويجعله أكثر قدرة على تغيير الأوضاع هو مواجهتها

عن طريق التوجه نحو المستقبل والمساندة والمشاركة والتعاون والالتزام وتحمل المسؤولية

(سعدون، 2022، ص 52)

5-6 نظرية ألفريد آدلر (Alfred Adler)

تدور فكرة آدلر (Adler) حول مفهوم قوة التحمل عن طريق المصطلحات التي طرحتها وهي الكفاح من أجل التفوق الذي أعده الهدف النهائي الذي يسعى إليه كل الناس، فالإنسان تحركه توقعاته أكثر مما تحركه خبراته الماضية، لأن الأهداف والتطلعات التي يضعها الفرد لنفسه ولغيره، هي التي توجه مشاعره وانفعالاته، وبعد مصطلح قوة الإرادة مرادفاً لمصطلح قوة التحمل النفسي، ويمثل ضرورة داخلية للتوجه نحو الحياة، ولكونها حافزاً قوياً وجذرياً لحل المشكلات، والأزمات التي يصادفها الفرد في حياته اليومية، والتي تحدد كيفية مواجهته وتعامله مع تلك المشكلات، والإنسان هو دائم البحث عن القوة وعززها في داخله، لكي يكون مسيطراً على الأحداث البيئية، وفق مبدأ أسلوب الحياة الذي يتخذ لنفسه والذي هو نتيجة لقوتين أساسيتين، الأولى ذات منشأ داخلي تنمو مع الفرد والثانية ذات منشأ خارجي تأتي من البيئة، وتأثير في سلوك الفرد وتصرفاته، وتبلغ الذات أعلى قوتها عندما تكون خلقة ومبدعة، وبعد (آدلر) الإنسان بأن له القدرة على أن يكون مبدعاً ومحكماً في ظروفه البيئية وتخطي العقبات الصعبة التي تصادفه مهما بلغت درجة خطورتها، لأنها مبدع ونشط وصانع لقراراته، ويستطيع إن يختار نمط حياته بنفسه (سعدون، 2022، ص 52-53).

6- مناقشة النظريات:

❖ حسب نظرية التحليل النفسي، فإن قوة الأنما هي مكون أساسي في التحمل النفسي للفرد، والتي تتطور خلال مرحلة النمو النفسي السليمة.

❖ تشير نظرية كوباسا إلى أن تواجد هذه الصفات (التحكم والسيطرة والالتزام)، لدى الأفراد يمكن أن يساعدهم في التكيف مع الضغوط النفسية والعوامل الإيجابية بشكل

أفضل، وتعتبر هذه الصفات أساسية لقدرة الأفراد على التكيف مع الضغوطات النفسية ويعزز من مرونتهم النفسية.

❖ النظرية الوجودية تعتبر هذه النظرية أساسية في فهم الهوية الشخصية والتكيف مع التحديات الحياتية، وقد تأثرت بشكل كبير بالفلسفات الحديثة والتطورات الاجتماعية والثقافية، وهذه النظرية في التحمل النفسي، تتيح للأفراد فرصة لفهم عميق لذواتهم وتجاربهم الشخصية مما يمكنهم من التكيف بشكل أفضل مع التحديات والضغوط النفسية في حياتهم اليومية.

❖ نظرية "ليفيين التحمل النفسي طاقة البيئة النفسية الموجهة" تعتبر نظرية نفسية تركز على كيفية تأثير البيئة النفسية على تحمل الفرد للضغط والتحديات، وتسلط الضوء على أهمية البيئة النفسية في تأثيرها على تحمل الفرد للضغط النفسي، وكيفية استخدام الطاقة النفسية الموجهة لتعزيز التكيف والصمود أمام التحديات.

❖ تعد نظرية يونغ التحليلية من الأنظمة النفسية الشاملة التي تسعى إلى فهم النفس البشرية بشكل شامل، وتطبيقاتها تمتد إلى مجالات متعددة من علم النفس، تقدم إطاراً نظرياً غنياً يساعد في فهم كيفية تطوير التحمل النفسي والنمو الشخصي من خلال التفاعل مع الذات والمحيط الاجتماعي والثقافي بشكل متكامل.

❖ نظرية آدلر تعتمد على مجموعة من المفاهيم الرئيسية التي تساهم في فهم كيفية تأقلم الأفراد مع التحديات والضغط النفسي، تقدم مفهوماً شاملاً يركز على التوازن النفسي والاجتماعي وتحقيق الأهداف الشخصية كأساس للصحة النفسية والرفاهية العامة.

7- ماهية التحمل النفسي في المجال الرياضي:

يعد التحمل النفسي من المفاهيم النفسية المهمة والمتصلة بشخصية اللاعب وفي علاقته التفاعلية مع أحداث البيئة سواء في التدريب أو المنافسات، فاللاعبين الذين يتمكنون من مواجهة الظروف التي يتعرضون لها في أثناء التدريب أو المنافسات ويتمكنون من المحافظة على توازنهم النفسي وتحقيق الانجازات الرياضية . (أنويا، 1998، ص 214).

وأن تأثيرات التحمل النفسي يمكن أن تتخذ أشكالاً مختلفة يعبر عنه بعدم الارتياح أو العرقلة في الحركة أو الخل في التنسيق أو الاضطراب الذهني والفكري، وتحمل كيفية التصرف والسلوك وتأثيرات الاجهادات النفسية طابعاً فردياً يتلاءم والظروف الداخلية للشخص نفسه، يعني ذلك أن أوضاع التحمل النفسي بشكل حالات سلبية ومعروفة مثل حمى البداية أو أثناء المباراة فقد يؤدي إلى خذلانه أما خصم أضعف منه أو معادل له بالقوة مع ذلك فلا بد أن تؤكد بأن التحمل النفسي لا يظهر فقط في المباريات ورغم أن تأثيرها الذي يضعف الإنجاز حسب ما هو محتمل، وأن دور التدريب لا ينجم فقط عن حجم التدريب وكثافته بصفته أهم العوامل المؤثرة ولا من طول مدة الاستراحة وتكرار التدريب ورتبة الجهد، وإنما يتبع إلى حد واسع الإمام بحالة الرياضي النفسية والبدنية وأن درجة تحمله تعتمد على ما يدركه بنفسه (الويس، 1981، ص 133).

ولهذا فإن اللاعب يتعلم في حياته كيف يتحمل ويتعايش مع الموقف الضاغط، فإن لم يتمكن من ذلك فإنه سيواجه صعوبات كثيرة لا يستطيع التوافق معها وذلك لضعف قوة التحمل النفسي لديه مما يؤدي إلى قلة التركيز لديه وزيادة الترفة والعصبية لديه، وإن جهد التدريب لا ينجم فقط عن حجم التدريب وكثافته وتكرار التدريب ورتبة الجهد وإنما يتعلق أيضاً بالحالة النفسية الآنية لدى الرياضيين . (الزق، 2009، ص 261).

والطريقة التي يتعامل بها اللاعبون في المواقف التي تتطوي على الإحباط أو الضغط أو التهديد وردود أفعالهم تجاه تأثيرات الاجهادات النفسية تحدث في ثلاثة مراحل متميزة هي:

﴿ مرحلة الإنذار أو التنبية للموقف الضاغط: ﴾

أي استعداد الجسم لمواجهة الموقف الضاغط في إفراز هرمون الغدد الصماء (الدرقية) مما يؤدي إلى زيادة ضربات القلب والتوتر في العضلات وزيادة نسبة السكر في الدم.

﴿ مرحلة المقاومة: ﴾

إصلاح الجسم لما سببته الحالة الأولى من أضرار فيشعر اللاعب بالقلق والإجهاد محاولا مقاومة الموقف الضاغط فإذا حقق النجاح في التغلب عليها فإن أعراض الموقف الضاغط ستزول.

﴿ مرحلة الإنهاك: ﴾

وإذا لم يستطع اللاعب التغلب على الموقف الضاغط واستمر في معاناته فترة طويلة فإن قدرة الجسم على التوافق تصبح منهكة وي تعرض لعدة أمراض منها (الصداع، ارتفاع ضغط الدم، القرحة، أزمة قلبية) مما يشكل خطر على اللاعب، إذ لا يستطيع تحمل الموقف الضاغط ومقاومته، وإن العوامل البيئية كالتشتت وأساليب معاملة الوالدين مهمة في تكوين قوة التحمل النفسي عند اللاعب.

ويرى ليفين نيلا عن سلفا نور بأن الطاقة النفسية تدل على قدرة اللاعب للانتقال من حالة عدم التوازن إلى التوازن ويعبر عن خاصية تكافؤ داخلي للبيئة النفسية ويؤدي إلى خفض التوتر، ومن هذا نصل إلى أن البيئة الخارجية تسبب ضغوطا على بيئه اللاعب النفسية فتساهم له التوتر، ويؤثر هذا التوتر في إدراك اللاعب لذا فإن اللاعب يحاول خفض

التوتر عن طريق إدراكه لبيئته الخارجية بشكلها الواقعي فيوجه طاقة نفسية دافعة لخوض توتره. (سعدون، 2022، ص 50).

ويستخلص الباحث التحمل النفسي في المجال الرياضي يمثل القدرة على التكيف والصمود أمام الضغوطات والتحديات التي تواجه الرياضيين أثناء ممارسة الرياضة ويمثل أساساً حيوياً للنجاح والاستمرارية في الممارسة الرياضية، وبعد تطويره وتعزيزه جزءاً أساسياً من التدريب الرياضي للرياضيين على جميع المستويات.

8- العوامل المؤثرة في التحمل النفسي في المجال الرياضي:

هناك اختلاف في قوه التحمل النفسي بين اللاعبين وكل حسب قدراته وقابليته مقدرتهم على تحمل المشاكل والمصاعب وتحمل الأزمات وأن هذه القدرة على التحمل العديد من العوامل أهمها:

- * خبرات اللاعب السابقة.
- * ثقافة اللاعب.
- * النمط العصبي للاعب.
- * الحالة الهضمية والجسمية للاعب.
- * القدرات العقلية للاعب.
- * القيم والتقاليد الاجتماعية التي ينشأ عليها اللاعب. (علوي، 2003، ص 101).

1- **خبرات اللاعب السابقة:** وهي تعمل في عامل مساعد في معرفه طبيعة المعوقات التي تقف في طريق إشباع الحاجات على وفق خبرته السابقة تجنبها أو تقبلها إذ أن الخبرة التي

يكتسبها اللاعب في حياته الكثير من الضغوط التي يتعرض لها تجعله ملماً بهذه الضغوط التي تواجهه وبذلك يتمكن من تحملها. (الطالب، 2001، ص 162).

2- ثقافة اللاعب: تتأثر ثقافة اللاعب بارتفاع وانخفاض درجة التحمل فاللاعب الذي يمارس نشاطاً معيناً قد يكتسب الكثير من المعلومات نتيجة لممارسته هذا النوع من النشاط الرياضي فاللاعب الذي يعرف قواعد اللعب والنواحي الخططية لها يتمكن من تحمل هذا النشاط وقد تزيد من قوته تحمله للظروف التي تواجهه. (الإبراهيمي، 2002، ص 53).

3- النمط العصبي للاعب: نوع النمط العصبي المميز للاعب بدرجة كبيرة في قوته تحمله إذ أن هناك بعض اللاعبين الذين يتميزون بالاستثارة السريعة بأقل مثير ويحتاجون إلى المزيد من الوقت للتحكم في انفعالاتهم وهؤلاء غالباً ما يتميزون بتحمل نفسي أقل من زملائهم. (الكاتب، 1987، ص 7)

4- الحالة الصحية والجسمية للاعب: اللاعبون في مختلف مستوياتهم وخاصة المستويات العليا لضغوط كبيرة وبالأخص في وقت المنافسات ، وأن هذه الضغوط تعمل على تعرض اللاعب إلى العديد من المشاكل البدنية والنفسية إذ أن الحالة الصحية والجسمية الجيدة للاعب تعمل على أن يكون صحيحاً في البدن ذا عقلية جيدة من خلال زيادة قابلية جسمه على تحمل أعباء الحمل الذي يمارسه أثناء قيامه بالتمارين. (الضمد، 2006، ص 245)

5- القدرات العقلية للاعب: إن الفرد الذي يدرك المواقف إدراكاً صحيحاً يساعد ذكائه على التعرف المناسب الذي يجنبه الإحباط والتوتر والانفعال ، وأن العمليات العقلية هي عملية إدراك ومعرفية والإدراك يتضمن تفاعل المعلومات المتعارف عليها بواسطة الحواس مع المعلومات الموجودة في الذاكرة ، فالقدرات العقلية والبدنية والحركية تشكل ب بصورة مجتمعه عوامل الانجاز الرياضي ، فيجب التأكيد على تتميّة هذا العامل من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية من أجل تتميّة التحمل النفسي. (شمعون، 2001، ص 79).

9- القيم والتقاليد الاجتماعية التي ينشأ عليها اللاعب:

قد يتمسك اللاعب ببعضها وينفر البعض الآخر وعند نفر البعض منها قد يقف موقف المعارض منها، لكنه ملزم في الكثير من الأحيان بتحملها، فالوراثة والبيئة لها تأثير كبير على تطوير قوة التحمل النفسي للاعب، فالوراثة تزود اللاعب بالإمكانات والاستعدادات للتحمل والبيئة تقرر ما إذا كانت الإمكانات ستتحول أو لا تتحول إلى قدرات فعلية ومدى استغلالها ولكن هذا لا يعني أن الوراثة والبيئة تحددان القدرة أو السمة بنفس النسبة، فقد يكون أثر أحدهما أكثر من أثر الأخرى، ويطلق على الصفات التي يكون أثر الوراثة أكبر بكثير في تحديدها من أثر البيئة. (علوان، 2009، ص 9).

ويختلص الباحث مما سبق بتأثر التحمل النفسي في المجال الرياضي نتيجة تأثير مجموعة متنوعة من العوامل الداخلية والخارجية التي يمكن أن تؤثر بشكل كبير على أداء الرياضي ومستوى استقراره النفسي خلال مسيرته الرياضية.

10- سمات الأفراد ذوي التحمل النفسي:

"يذكر Van Galen فان كالين (2006) عدداً من السمات التي يتصف بها الأفراد ذو التحمل النفسي و(هي كالتالي:

- » إقامة علاقات جيدة مع الآخرين.
- » امتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة.
- » ارتفاع مستوى تقدير الذات وفاعلية الذات.
- » الإحساس بالهدف من الحياة.
- » الشعور بالانتماء و المساهمات في الحياة.
- » امتلاك أساليب لمواجهة الضغوط متوافقة مع طبيعة الموقف و الفرد.
- » الانفعال الإيجابي وروح الدعابة.

- امتلاك المهارات الفعالة في حل المشكلات.
 - الإيمان بأن الضغوط يمكن أن تزيد الفرد قوة.
 - تقبل المشاعر السلبية ومحاولة تخطي الخبرات السلبية.
 - التعامل الصحيح مع الضغوط واعتبارها تحديات ينبغي مواجهتها. (سعدون، 2022)
- (63) ص

11- خصائص الأفراد ذوي التحمل النفسي المرتفع:

يعد التحمل النفسي أحد المصطلحات التربوية التي تتناول علاقة الفرد مع البيئة ، حيث يختلف الأفراد فيما بينهم في مدى قدرتهم على تحمل الضغوط والتكيف معها، ويعتبر التحمل النفسي معيارا لنضج الشخصية وتكاملها "شخص ناضج" ، هو الشخص قادر على السيطرة على انفعالاته ولديه قدره على مواجهه المشكلات والتعامل مع مواقف الفشل.

ومن زاوية أخرى يعد التحمل النفسي من المفاهيم التي يمكن من خلالها الاستدلال على مستوى السلوك الإنساني السلبي والإيجابي ، حيث ينظر إلى التحمل النفسي بأنه عتبة الحالة النفسية للفرد ويرتبط ارتباطا كبيرا بالخصائص الفسيولوجية والعصبية للإنسان (الحالة النفسية)، أي أن التحمل النفسي هو معيار للحكم على السلوك السوي وغير السوي ويرتبط مستوى التحمل النفسي لفرد بدرجة كبيرة بالجانب المعرفي لديه ، حيث أشارت الدراسات إلى أن الأفراد ذوي المستوى الأقل من التحمل في المواقف المختلفة يظهرون في الغالب أنماطا سلوكية سلبية اتجاه المواقف المختلفة ، قد تكون تجنبية في بعض الأحيان مثل الرفض الإنكار ، الانعزal وقد تكون عدوانية في أحيان أخرى، كما أنهم يميلون لأن يكونوا أقل التزاما في جميع مجالات الحياة والعمل وفقا لتلك الرؤية ، فإن التحمل النفسي هو حالة نفسية انفعالية ترتبط بالخصائص الفسيولوجية العصبية للفرد تجعله قادرا على التحكم في سلوكه بطريقة سوية، وهو يعد مؤشرا لقدرة الفرد أيضا على مواجهة المحفزات السلبية في العمل

والحياة، وفي ذات السياق يعد التحمل النفسي سمة شخصية تقلل من الآثار السلبية للتوتر بل ويعندها ، كما أن الأفراد ذوي المستوى العالي من التحمل النفسي أكثر انخراطا في الأنشطة والعمل ، ولديهم القدرة على السيطرة على أمور حياتهم والتحكم في المتغيرات غير المتوقعة، كما يتسمون بعدة خصائص منها التحكم الذاتي ، الشخصية الجيدة ، التواصل الإيجابي مع الآخرين ، احترام الذات ، التطور الذاتي ، التعاطف ومقاومة الاغتراب، حيث أشارت دراسة أنس المصري هابس أن التحمل النفسي يرتبط سلباً مع أساليب المواجهات التجنبية للفرد في مواجهة المشكلات مثل البكاء اللون الذات والانعزال ، كما يرتبط التحمل النفسي بشكل إيجابي ببعض السمات الإيجابية للفرد مثل الرغبة في مواجهة الأزمات التحدث مع الآخرين في المواقف الصعبة ودعم العلاقات الاجتماعية وكذلك طلب العلم الاجتماعي في الأزمات ، كما أن التحمل النفسي يعد من المصادر الداعمة للإنسان والذي يجعله يتمتع بقدر لدى الفرد منها التفاؤل الأمل الإبداع والكفاءة الذكية (مراد محمود محمد، 2021، ص 30).

ويرى الباحث أن الأفراد ذوي التحمل النفسي المرتفع لديهم قدرة على التعامل بشكل فعال مع الضغوطات والتحديات الحياتية والمهنية، مما يساعدهم على تحقيق النجاح والرضا الشخصي في مختلف جوانب حياتهم.

12- أهمية الإعداد النفسي لدى لاعبي كرة القدم:

يعتمد تحقيق الانجازات والبطولات الرياضية على إعداد اللاعبين من الناحية البدنية والتي اشتملت على واجبات هامة وخاصة لتنمية الصفات البدنية ثم الإعداد من الجانب المهاري الذي اشتمل على امتلاك اللاعب للمهارات الأساسية وكيفية تطبيقها أثناء المباراة ثم الإعداد الخططي بشقه الدفاع والهجومي تحسين استخدام القدرات البدنية والمهارية بما يتناسب مع قانون كرة القدم ومع الزيادة والتطور المستمر في التطبيقات الخططية ومتطلبات

الأداء البدنية والمهارية، وما يصاحبها من استفاده الذهنية والبدنية أصبح الإعداد النفسي حدث الضروريات اللازمة لإعداد اللاعب نفسياً بجانب إعداده بدنياً مهارياً وخططياً للوصول إلى الفورة الرياضية وأصبح الإعداد النفسي أحد جوانب الإعداد الهامة للوصول باللاعب إلى تحقيق المستويات الفنية العالية، بما يمتلكه اللاعب من السمات الشخصية مثل الشجاعة والمثابرة والثقة بالنفس والتعاون والإرادة وكذلك القدرة على استخدام العمليات العقلية العليا مثل التفكير والتذكر والإدراك والتخيل والدافعية تحت ظروف التنافس الصعبة، كذلك أصبح الإعداد النفسي أحد العوامل المؤثرة في نتائج المباريات ذات المستويات المتقاربة والتي يشتت فيها التنافس في أوقات المباراة الصعبة بين الفرق المتقاربة فنياً وتحسن نتائج اللقاء، للفريق الأكثر إعداداً من الناحية النفسية والإراديّة.

وعلى ذلك يمكن القول بأن الإعداد النفسي في كرة القدم هو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق وتنمية الدوافع والاتجاهات و الثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي والعمل على التشكيل وتطوير السمات الإراديّة بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين (أبو عده، 2012، ص 263-264)

13- دور التحمل النفسي في أداء المهارات الأساسية بكرة القدم:

في مباريات كرة القدم يبذل اللاعب جهداً بدنياً وعصبياً عالياً ، مما يرافق ذلك انفعالات مختلفة وأن المتطلع أيضاً إلى طريقة اللعب وإعداده من حيث الحجم والشدة يعرض الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة وأهمية المبارزة ولذلك يجب الاهتمام بتوجيه اللاعب من أجل تحمل الضغوط النفسية التي ترافق التدريب والمنافسة للوصول إلى الهدف المنشود وهناك عوامل نفسية كثيرة تؤثر في مستوى الأداء المهاري للاعب وخصوصاً المنافسات في لعبة كرة القدم منها عوامل داخلية كشخصية اللاعب من قدرات عقلية ومتغيرات وجذانية أو انفعالية خارجية ، كالبيئة التنافس جمهور الحكم إلى آخره وهذه كلها

تشكل ضغوطاً نفسية يجب على اللاعب تحملها و مقاومتها من أجل الأداء بشكل جيد وأن لعبه كرة القدم وخاصة المهارات الأساسية بها تتطلب من اللاعب إمكانيات جيدة في الحركات وأداء المهارات بصورة دقيقة للنغلب على المشاكل المتكررة و حل الصعوبات المتعاقبة وللقيام بعشرات الحركات المهارية التي تتطلب الإتقان الكامل بوجود الخصم الضغط أو بدون خصم وكل ذلك يحتاج إلى الكثير من السمات النفسية كالصبر و القوة (علوان، 2016، 45-46).

ويستخلاص الباحث أن التحمل النفسي عاملًا أساسياً يؤثر على أداء اللاعبين في كرة القدم، حيث يساعدهم على التعامل مع الضغوطات والتحديات بشكل فعال، وبالتالي يؤثر بشكل مباشر على تنفيذ المهارات الأساسية بدقة واحترافية.

14 الصفات النفسية المكونة لشخصية لاعب كرة القدم:

يجب أن تتميز صفات النفسية للاعب كرة القدم بالثبات والصدق أثناء التدريب بمراحله المختلفة وأثناء المباريات التجريبية والرسمية' ويحدد هذه الصفات سلوك اللاعبين في اللحظات الصعبة والحرجة وغير الشخصية للاعب وتحدد إطارها من حيث:

- » القدرة على التنافس
- » صلابة وقوة الشخصية
- » الاستعداد للاستثارة
- » السمات الإرادية
- » المشاهد الانفعالية
- » الحالة المزاجية

وأهم صفات التي تميز شخصية اللاعب هي مستوى ثبات الانفعال والذي يجب أن يتتوفر بمستوى مرتفع من الكفاية الحيوية والقدرة على الجسم وتحمل المسؤولية في أقصى الظروف الانفعالية وتطوير الشعور بالتحكم في الذات والإحساس بها (أبو عبده، 2012، ص 268).

15- عناصر الناحية النفسية في كرة القدم:

هناك عناصر عديدة يجب أن ينتبه إليها المدرب عند تطويره للناحية النفسية للاعب وأهمها:

في كرة القدم، النواحي النفسية تلعب دوراً حاسماً في أداء اللاعبين وفرقهم، هنا بعض العناصر النفسية الأساسية في كرة القدم:

حب اللاعب للعبة: أن أول ما يضعها المدرس اعتباره هو أن الناشئ يحب اللعبة وهذا الحب هو الذي يدفعه للمجيء إلى الملعب وانطلاقاً من هذا يجب على المدرب أن يجعل هذا النشء يحس بأنه يتتطور وأنه هناك فائدة من حضوره التدريب.

عدم التردد: سرعة التصرف من أهم مكونات الحالة الذهنية للاعب ولكي يستطيع اللاعب أن يتصرف بسرعة يجب أن يتحلى بصفة عدم التردد خاصة عند التصويب أو مهاجمة الكرة بالنسبة للمدافع.

الثقة بالنفس: أن بث الثقة في نفسية اللاعب الناشئ تجعله يؤدي الفعاليات بسرعة تقوى بجهود أقل وفي نفس الوقت فإن هذا يؤدي الفعاليات التعاونية بصورة أفضل ولكن يجب تحاشي الثقة الزائدة والتي لا تستند على أساس لأنها تظهر على شكل غرور.

تحمل وتمالك النفس: تلقي واجبات كبيرة على اللاعب فعليه أن يتحمل الضغط النفسي الذي تسببه الفعاليات المتتالية من الأحيان ، لا يستطيع اللاعب أداء ما يريد اسم يقوم بما لا يرضاه بما لا يرغب لتسجيل إصابة ذلك على اللعب بعد كل نشاط جزئي أن يتمالك نفسه.

الجرأة (الشجاعة وعدم الخوف): تلعب صفات الجرأة دورا هاما في كرة القدم ففي هذه الأخيرة تكون الكرة في حيز اللاعب ويحاول المنافس مهاجمته للحصول عليها وهذا يقتضي من المدافع جرأة وشجاعة والعكس صحيح وكلما أحس اللعب بقوته ومقدراته المهارية ازدادت جرعته ولكن يجب أن يلاحظ المدرب أن لا تصل هذه الجرأة إلى الاندفاع والتهور.

المثابرة: على لاعب كرة القدم أن لا يتوقف إذا فشلت فعالية من فعاليته وعليه أن يثابر للحصول على نتيجة أحسن وإذا استطاع أن يسجل الإصابة في هدف الخصم فإنه يجب أن يستمر على المثابرة لتسجيل الإصابة أخرى.

الكافح: أصبح الآن كفاح اللعب للاستحواذ على الكرة إحدى الصفات الإرادية الهامة التي يجب أن يتصف بها لاعب الكرة الحديث وخاصة اللاعب الدفاع.

التصميم: وهي صفة أخرى لها قيمتها في أداء الفريق عامة واللاعب خاصة في التصميم يعني إصرار اللاعب على أداء واجبهم الهجوم والدفاع في كل لحظة من اللحظات المبارزة وعدم التأثر بالصعوبات التي تقابله أثناء المبارزة وخاصة أن لم تكن نتيجة المبارزة في صالح فريقه ففي مثل هذه الحالة يلعب الإصرار والتصميم دورا هاما في رفع الروح المعنوية للفريق.

الاستمرار: مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها إذ يكون فيها برنامج البطولة مطول سنوي ومستمر أسبوعيا مقارنته مع رياضة فردية التي تجري منافساتها في شكل متبع.

الحرية: اللاعب في كرة القدم رغم ارتباطه بزمائه وبالهدف الجماعي لأنه يملك حرية كبيرة في اللعب الفرد والإبداع في أداء المهارات مرتبطة بإمكانيات وقدرات كل لاعب فردية إذ أنه ليس مقييد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في اغلب الرياضات الفردية لديه الحرية في

التفاعل والتعرف حسب الوضعية التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعاً تشويقياً ممتعاً (نريكي، 2017، ص 75-76).

ويستخلص الباحث أن النواحي النفسية في كرة القدم تساهم بشكل كبير في تحديد أداء اللاعبين وتأثيرهم على الفريق بشكل عام، وتطوير هذه الجوانب يتطلب تدريبياً نفسياً مكثفاً بالإضافة إلى التدريبات البدنية والفنية لتحقيق أقصى استفادة من المهارات الكروية لدى اللاعبين.

خلاصة:

التحمل النفسي هو قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوطات والتحديات النفسية والعاطفية دون أن يتأثر سلباً بشكل كبير على صحته النفسية. يتضمن ذلك إدارة العواطف بشكل صحي، التفكير بشكل إيجابي، التكيف مع التغيرات، والحصول على الدعم الاجتماعي، تعزيز التحمل النفسي يتطلب التدريب والممارسة المستمرة لتقنيات الاسترخاء والتفكير الموضوعي، مما يساعد على الحفاظ على الراحة النفسية والاستقرار في مواجهة التحديات الحياتية. تعزيز التحمل النفسي يتطلب التدريب والممارسة المستمرة لتقنيات الاسترخائية وتعلم استراتيجيات إدارة الضغوط اليومية، مما يساهم في تحقيق التوازن والرفاهية الشخصية في الحياة.

الفصل الرابع

المهام الشخصية



تمهيد:

الشخصية من المفاهيم التي تختلف بمعناها تبعاً لاتجاهات من يقوم بتعريفها، تبعاً لاهتماماته العلمية والطريقة التي ينظر بها إلى طبيعة الإنسان، فالبعض يقول هذه الشخصية قوية وأخرى جذابة وأخرى متفردة ومنها نستعرض الملحظ بين الناس حول مفهوم الشخصية أين نجد تعريفات جزئية، ففي الجانب الجسمى للشخصية هي ذلك الرجل الطويل العريض وفي الجانب العقلي للشخصية هي الشخص الذكي، والجانب الاجتماعى للشخصية هي الشخص الذي له علاقات اجتماعية وقدرة على حل المشاكل بين الناس، والجانب الانفعالي للشخصية هي الشخص المترن الثابت والهادئ انفعالياً ولكن في حقيقة الأمر الشخصية ليست مجزأة وإنما هي كل متكامل.

1-تعريف الشخصية:

مفاهيم الشخصية متعددة ذكر منها:

"الشخصية" نجدها مشتقة من الأصل اللاتيني (برسونا) بمعنى ذلك القناع الذي كان يلبسه الممثل في العصور القديمة يؤدي دوره على خشبة المسرح، فيظهر أمام الجمهور بمظهر خاص يتماشى ويساير طبيعة الدور المسرحي الذي يؤديه. (القذافي، 1996، ص12).

وتعتبر الشخصية في نظر علماء النفس مفهوم معقد يتكون من عوامل كثيرة ومتداخلة بحيث لا يمكن فصلها أو تحليلها على انفراد، أي أن عالم النفس وجهة نظر تختلف في شكلها ومضمونها بما يراه الشخص العادي، إذ تعني الشخصية في نظره التراكيب والعمليات النفسية الثابتة التي تنظم الخبرات الإنسانية وتشكل سلوك الفرد وكيفية استجابته للمؤثرات المحيطة به. (الأزرق، 2000، ص59).

و جاءت التعريفات التالية النفسية للشخصية لبعض العلماء كل حسب مفهومه:

يعرف ريموند كاتل أن "الشخصية هي التباين بما يفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين" ويضيف أن "الشخصية تختص بكل سلوك يصدر عن الفرد أكان ظاهراً أم خفياً وبعد تعريفه تعريفاً عاماً يركز على القيمة التنبؤية بمفهوم الشخصية". (علاوي، 1992، ص291).

ويعرفها أيزنك AYSENNEK - الشخصية على أنها" التنظيم الثابت المستمر نسبياً لخلق الشخص ومزاجه وعقله وجسمه، وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكيفه الفريد مع محيطه. (شاكر، 2015، ص20).

أن الشخصية تشير إلى الأساليب الثابتة للسلوك والسمات التي تميز الأشخاص.

أن الشخصية تهتم بالتنظيم البناءي الخاص بالأساليب السلوكية.

أن الشخصية تشمل مجموع التفاعلات بين تلك الأنماط السلوكية والتغيرات الداخلية لفرد من جهة والمثيرات الخارجية من جهة أخرى. (سفيان، 2004، ص 17).

ويرى علماء الاجتماع على أن الشخصية من الموضوعات العريضة، فهي لا تقف عند دراسة ظاهرة معينة أو نمط واحد من أنماط السلوك الطارئ مثلاً، و لكنها تتسع لتشمل عمليات تحديد الصفات الأساسية لدى الأفراد و التي لها تأثير دائم على جميع جوانب سلوكهم، سواء كانت تلك الصفات أصلية أم مكتسبة، و كذلك التأثير المشترك بين الأفراد و البيئة المحيطة بهم بجميع مكوناتها.

وعادة ما تكون النظرة في دراسة الشخصية نظرة شاملة متكاملة لفرد ككل، لا يتجزأ مع أحد العوامل التالية في الاعتبار:

✓ تاريخ الفرد منذ ولادته، وطرق تربيته، ومجموع الخبرات المكتسبة تؤثر في شخصيته و تعتبر من العوامل الهامة في تطويرها بشكل إيجابي أو سلبي وتسماى جملة هذه الأسباب العامل التاريخي.

✓ العوامل الداخلية المتمثلة في مجموع العوامل التكوينية والغاية التي يولد الفرد مزوداً بها لها تأثير على طباعه و سلوكه و علاقته بالآخرين.

✓ المؤثرات الخارجية المتمثلة في مجموع المثيرات البيئية التي يستقبلها الفرد ويستجيب لها تؤثر في سلوكه وتطور شخصيته. (نشواتي، 1993، ص 69).

ويستخلص الباحث من التعريف السابقة أن موضوع الشخصية واسع ومتعدد، ويمكن الحديث عنه من منظورات مختلفة، الشخصية تمثل مجموعة من الصفات الفردية التي تحدد كيفية تفاعل الشخص مع العالم من حوله، وتشمل الشخصية المعتقدات والقيم والمشاعر

والسلوكيات التي تميز كل فرد عن غيره، تتأثر الشخصية بالعديد من العوامل مثل التربية، والبيئة، والتجارب الحياتية، والوراثة ، والشخصية تتطور وتتغير على مدار الحياة، مما يعني أنها قابلة للتطوير والتعزيز من خلال التعلم والتجارب الجديدة.

2- مكونات الشخصية:

عندما يحاول العلماء تفسير كيفية ظهور الشخصية و تحديد مكوناتها فإنهم ينقسمون إلى فسمين رئيسيين بشكل عام، إذ يرى فريق من العلماء أن الشخصية هي نتائج لعمليات التعلم و أن الطفل حديث الولادة لا شخصية له في نظرهم و أنه يتحتم على أي طفل أينما كان أن يكتسب شخصيته عن طريق التفاعل مع عناصر المجتمع و من خلال عمليات التوافق التي يجريها. (لازاروس 1989، ترجمة غنيم، ص 13).

ويرى بلانت أن هناك ثلاثة عوامل رئيسية تشارك في تركيب مكونات الشخصية وهي:

* الصفات الفطرية الأساسية:

وهي تمثل مجموع القدرات الاستعدادية والصفات العقلية والجسمية التي يولد الفرد مزودا بها والتي يتشابه جميع أفراد النوع فيها، وتمثل بعض تلك الصفات والمكونات في استعداد الفرد الطبيعي للاستجابة للمثيرات الداخلية والخارجية التي تعتمد بدورها اعتمادا كبيرا على سلامة الجهاز العصبي و أجهزة الحس لديه، على مستوى ذكائه، وعلى سماته المزاحية ودفافعه، وعلى قدرته على التوافق مع البيئة. (لبيب، 1990، ص 28).

* الاتجاهات (العادات):

وتأثير اتجاهات الفرد على علاقته بالآخرين كما ترتبط بمجموعة من العوامل البيئية الأخرى، وينتاج عن هذه الاتجاهات في صورتها الإيجابية شعور الفرد بالاطمئنان والحب والانتماء مع وضوح مفهوم الذات لديه، يعني ذلك قدرة الفرد على تحديد الصورة التي يرى

نفسه عليها وما يستطيع عمله أو ما لا يقدر عليه، وذلك اعتماداً على ما يصله من مجموع انطباعات الآخرين عنه، وقد تؤدي علاقة الفرد بالآخرين، في حالة انحرافها، إلى انحراف الشخصية واتجاهها في مسار غير اجتماعي (غير سوي). (البيب، 1990، ص 29).

* التربية و الخبرات المكتسبة :

وهي مجموع العوامل التي تدرج تحت الصفات الأساسية أو الاتجاهات المذكورة في الفقرتين السابقتين، حيث يرى أبورت "أن الأساس الذي تقوم عليه الشخصية يتكون من مجموع العوامل الوراثية التي يولد الفرد مزوداً بها، وهي تتركب من ثلاثة مجموعات:

- عوامل يشترك فيها جميع أفراد النوع وتعلق بالمحافظة على الحياة مثل الانعكاسات (Reflex) والدوابع (Drives) وعمليات التوازن الداخلي، وهي عمليات مرتبطة بالجهاز العصبي و تتم بشكل طبيعي دون تدخل الفرد فيها بشكل مباشر.
- عوامل وراثية تنتقل عن طريق ناقلات الصفات الوراثية وتعلق بجنس الكائن البشري ولون بشرته و تركيبه العام وحجمه وطباعه المزاجية وغيرها من السمات الأخرى.
- الاستعداد للقيام بعمليات تكوين الارتباطات ونستنتج من هذا المفهوم أن الإنسان يولد مزوداً بقدرة طبيعية على التعلم.

وتشابه هذه الفكرة مع وجهة النظر القائلة بأن الإنسان لديه شعور بالحاجة إلى التحصيل العلمي، وهي حاجة أصلية فيه وليس من نتاج البيئة المحيطة به. (القذافي، 1996، ص 28).

ويستخلص الباحث أن الشخصية تتكون من مزيج من الصفات الفطرية الأساسية التي يورثها الفرد، والاتجاهات والعادات التي يتطورها، والتأثير القوي للتربية والخبرات المكتسبة على مدار الحياة، وهذه العوامل تعمل معًا لتحديد سلوكيات الفرد وتفاعلاته مع العالم من حوله.

3- نظريات الشخصية :

لقد وضع العلماء في محاولاتهم لدراسة الشخصية عدة نظريات مختلفة تهدف إلى تحقيق إمكانية التنبؤ بالسلوك البشري أو احتمال حدوثه مما يسمح بتعديلاته أو إعادة تشكيله.

كما أنها تهدف كذلك إلى تحقيق فهم الإنسان لسلوكه وسلوك الآخرين مما يسمح بإقامة علاقات مشتركة معهم وتسهيل عمليات التوافق ويرى بعض العلماء أن نظريات الشخصية الجيدة هي النظريات القادرة على تفسير أحاسيس الإنسان ومدركاته وقيمه وحواجزه. (فلادون،

1992، ترجمة المصري، ص52)

ومن بين النظريات التي سنتطرق إليها ما يلي:

- نظرية التحليل النفسي.
- نظرية التحليلية.
- نظرية الذات.
- نظرية السمات.
- نظرية التعلم.

3-1- نظرية التحليل النفسي:

هذه النظرية قدمها سigmund Freud و هو طبيب أعصاب نمساوي وقد تميزت نظرياته باعتناق الاحتمالية كوجهة نظر لها، كما تتميز هذه النظرية بالتطورية أو التكعيبية فهي تعطي أهمية كبيرة لمراحل النمو المبكر كمحدد لشخصية الفرد عندما يكبر و فضلا عن ذلك يمكن أن نصنف نظرية فرويد التحليلية بأنها نظرية بنائية إذ تتكون الشخصية في نظره من ثلاثة أقسام رئيسية هي: (حكمت دور الحلو، 1998، ص172).

أ - **الهو:**

وهو ذلك الجزء من اللاشعور و الذي يمثل النفس هو مصدر كل الطاقات الغريزية الضرورية لاستمرار بقاء الفرد، ولا يعرف وهو مبدأ اللذة. (حيدر ، 1990 ، ص 11).

وهذا القسم تتمثل فيه كل الخصائص البدائية للإنسان كالأنانية و العدوان و الجنس و هدفه الإشباع مع عدم اعترافه بمعايير و القيود الاجتماعية و الأخلاقية السائدة.

ب - **الأنما:**

هو ذلك القسم من الهو الذي تعدل نتيجة تأثير العالم الخارجي فيه تأثيراً مباشراً بواسطة جهاز الإدراك الحسي الشعوري: أي أن الأنما عبارة عن امتداد لعملية تمييز السطح، وفضلاً عن ذلك فإن الأنما يقوم بنقل تأثير العالم الخارجي إلى الهو وما فيه من نزعات، ويحاول أن يضع مبدأ اللذة يسيطر عليه الهو. (فرويد، 1989، ترجمة نجائي، ص 42)

والأنما يشعر بضغط الدافع الداخلية و يدرك وجودها و حاجتها لـإشباعها كما يدرك ظروف البيئة الخارجية و أوضاع المجتمع و بفرضه لنظم و تقاليد و قيم و معايير.

ج - **الأنما الأعلى :**

وهو يمثل الضمير أو المعايير الأخلاقية التي يحصل عليها عن طريق تعامله مع والديه ومدرسيه والمجتمع الذي يعيش فيه والأنما الأعلى ينزع إلى المثالى لا إلى الواقع ويتوجه إلى الكمال لا إلى اللذة، وهو يوجه الأنما إلى كف الرغبات الغريزية للهو وبخاصة الجسمية والعدوانية. (حلمي المليحي، 2001، ص 51).

وهذا المكون من مكونات الشخصية يمكن تسميته بالضمير وهو يقع بين الشعور واللاشعور، ويعد الأنما الأعلى السلطة الضابطة أو الضمير اللاشعوري.

2-3 النظرية التحليلية:

هذه النظرية وضعها كارل يونج Carl Yung و هو عالم نفس سويسري اختلف مع فرويد في فترة غير قصيرة لكنه اتفق معه في بعض معطيات التحليل النفسي و خصوصا فيما يتعلق برفض يونج على تأكيد فرويد و على دور الجنس في حياة الإنسان و كذلك في مكونات النفس الثلاثة التي وضعها فرويد حيث يرى يونج أن الشخصية تتالف من أربعة مكونات هي :

أ لأننا:

وهذا المكون يشابه لأننا عند فرويد إذ يعد الجزء الشعوري من العقل و يتالف من المدارات والأفكار والمشاعر والذكريات و يقع في مركز العالم الشعوري للإنسان و لذا فهو تضاد مع اللاشعور لكنه يتنازل بتقدم العمر للنفس التي تتقبل الشعور واللاشعور. (الشاعر، 1989، ص 32)

ب - اللاشعور الشخصي:

هو المنطقة المجاورة لأننا ويكون من خبرات كانت في الماضي شعورية ولكنها كبُرت أو قمعت أهملت وأنها كانت ضعيفة منذ البداية فلم تترك أثرا، وقد تجتمع في الشعور خبرات الفرد من مناطق مختلفة ويبني حولها مشاعر وانفعالات وذكريات ، لتكون مركزا يطلق عليه العقد، وتوثر العقد على سلوك الفرد دون أن يدرى. (حكمت دور الحلو، 1998، ص 174).

ج - اللاشعور الجماعي:

ويتألف من مجموع الخبرات التي مرت بها البشرية ويمثل الماضي بمخلفاته التي يخزنها العقل الإنساني وينقلها معه من جيل لآخر ويرى يونج أن الوراثة لا تتم مباشرة في هذا المجال وإنما يورث الاتجاه والاستعداد والاحتمال فقط، فإذا دعمت خبرة أو فكرة ما

ظهرت في السلوك وغالباً ما لا تظهر في الفرد الواحد، ويضم اللاشعور الجماعي صوراً يستخدمها الإنسان كثيراً في حياته اليومية وقد اسماها **يونج** بالأنماط الأولية كما تسمى أنماط سلوكية، حيث يرى **يونج** أن هذه الأنماط المحمولة بالانفعال عادة وهناك عدد كبير منها مثل (الله، الأم، الأب، الميلاد، الموت، الآخرة، القيامة، الملائكة، الشياطين). (حكمت دور الحلو، 1998، ص 175).

د - الذات:

وتمثل تكامل الشخصية بجوانبها المختلفة الشعورية واللاشعورية ويرى **يونج** أن هذا لا يتم قبل سن الأربعين إذ أن الإنسان في هذا السن لا يعود بحاجة إلى الكثير من الطاقة الجسدية التي كان يستخدمها سابقاً فيحولها إلى طاقة نفسية ليحافظ على توازن صورة الحياة الجديدة. (الحلو، 1998، ص 172).

3-3 نظرية الذات:

صاحب هذه النظرية هو كارل روجرز Carl Rogers عالم النفس الأمريكي المشهور الذي تقوم نظرياته في الشخصية بشكل أساسي على الذات باعتبارها المحرك الأساسي للسلوك كما أنها الأساس أيضاً في البناء الشخصية الفرد وهذه الذات هي حاصل جميع الخبرات التي مر بها الفرد وهذا الأخير هو المسؤول عن التغيرات التي تطرأ على شخصيته وسلوكه فهو الذي يسعى إلى التحسين أو الاستقلال أو غيرها من التغيرات وهو بذلك يؤكد أهمية العمليات الشعورية بالنسبة للشخصية ويعتبر أن دور الشعور محدود جداً في تحديد سلوك الإنسان. ويرى "روجرز" أن الذات تأخذ صوراً ثلاثة وهي:

- الذات الواقعية:

وتتمثل في مجموعة القرارات والاستعدادات التي يمتلكها الفرد التي تشكل صورته الحقيقية كما يشعر بها.

- الذات الاجتماعية:

وتتمثل في مجموعة التصورات والمدركات التي يجهلها الفرد عن نفسه من خلال تعامله مع الآخرين والتي يستنتجها منهم عن ذاته.

- الذات المثالية:

وتتمثل في الأهداف والتصورات المستقبلية التي يسعى الفرد جاهدا في حياته اليومية لكي يصل إليها ، وهذه الأهداف قد تكون واقعية سهلة المنال تحقق الرضا والإشباع للفرد، وقد تكون صعبة ولا يمكن من تحقيقها فيتعرض للإحباط المستمر و الفشل المتكرر و من ثم التعرض للأزمات النفسية.(عدس ، 1986، ص86).

3-4 نظرية السمات:

هذه النظرية تنتهي إلى ريموند كاتل R.Cattel الذي يرى بأن العنصر الأساسي في بناء الشخصية هو السمة أو الصفة التي يمكن أن تكون جسمية أو عقلية أو انفعالية أو اجتماعية موروثة أو مكتسبة.

ويصنف كاتل السمات إلى الفردية أي خاصة بالفرد وهذه السمات لا يغيرها اهتماما كبيرا، وسمات مشتركة أي تلك التي يشترك فيها جميع الأفراد في البيئة ما، وبشكل عام فإن كاتل يرى أن السمات على ثلاثة أنواع و هي: السمات التكوينية، السمات البيئية و الاتجاهات. (نشواتي، 1993، ص112).

3-5 نظرية التعلم:

بدايات هذه النظرية من " واطسون ثورندا ريكو سكتر" إلا أن خير من قدمها بوضوح هما "دولارد و ميلر" و تسمى هذه النظرية أيضا بنظرية (الإثارة ، الاستجابة) وهذه النظرية تلقي مع نظرية التحليل النفسي التي تؤكد على أهمية خبرات الطفولة إلا أن هذه النظرية

تحاول إيجاد خبرات خاصة لها صلة بالعقاب والثواب ويكون لها تأثير على تشكيل الشخصية فيما بعد.

كما أن هذه النظرية تؤكد على أهمية التعلم والدافعية والإدراك في تكوين وتنظيم الشخصية وتعتمد في قوانينها على التجريب داخل المختبر وعلى العلوم الاجتماعية لفهم السلوك البشري. وترى بأن الأفراد متساوون في طرق اكتساب السلوك ولكنهم مختلفون من حيث محتوى السلوك المتعلم وأن التعلم ما هو إلا عملية اكتساب عادات تتأصل لدى الفرد عن طريق الارتباطات الشرطية الحاصلة بين المثيرات والاستجابات. (أبو العلا، 1992، ص 76).

ومن وجهة نظر هذه النظرية فإن للتعلم أربعة مبادئ أساسية وهي :

أ-الاستجابة:

وهي ردود الأفعال الصادرة عن الفرد نتيجة مثير أو موضوع معين ويتعرض له هذا الفرد في موقف ما والاستجابة كلما كانت متكررة كلما كان ارتباطها أقوى بالثير.

ب-التعزيز:

هو الحدث الذي يعقب إتمام الاستجابة، فيزيد من احتمال حدوث هذه الاستجابة مرة أخرى وكلما كان الزمن بين الاستجابة والتعزيز قريبا، كلما كان التعزيز أكثر فعالية في حدوث الاستجابة.

بعد تطرقنا إلى بعض النظريات الخاصة بالشخصية، نستنتج أن كلها تهدف إلى تحقيق فهم الإنسان لسلوكه وسلوك الآخرين مما يسمح بإقامة علاقات مشتركة معهم وتسهيل عمليات التوافق كما أنها قادرة على تفسير أحاسيس الإنسان ومدركاته وقيمة وحوافذه. (سهير، 2003، ص 343).

مناقشة النظريات:

نظريات الشخصية تشكل جزءاً أساسياً من دراسة علم النفس الشخصي وتهدف إلى فهم الفروقات بين الأفراد وتوضيح كيفية تشكيل الشخصية وتطورها عبر الزمن

نظيرية التحليل النفسي: تركز على الدافعيات اللاواعية والتأثيرات النفسية العميقة التي تؤثر على السلوك والشخصية ، تشمل الهيكل النفسي (النظيرية الثلاثية: الهو ، الأنما ، الأنما ، الأعلى) ، ومفهوم الجماعة الأولية ، وأهمية الحلم والانزواء .

نظيرية الذات : تركز على تطور وتكوين الذات من خلال التفاعلات مع البيئة ، تشمل التأكيد الذاتي ، والذات كنظام تنظيمي للخبرات ، وأهمية الواقعية والمشاعر الذاتية .

نظيرية السمات: تركز على تحليل السمات الشخصية الثابتة والمستمرة التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض ، تحديد واختبار السمات الشخصية ، ودراسة كيفية تأثير هذه السمات على السلوك والتفاعلات الاجتماعية .

نظيرية التعلم: تركز على كيفية اكتساب الأفراد للمعرفة والسلوك من خلال التجارب والتفاعلات مع البيئة ، تشمل الشرطة ، والتعلم النقدي ، ونظيرية الانجذاب والتحفيز ، وأهمية التعلم الاجتماعي .

هذه النظريات تمثل مجموعة من النهج المختلفة لفهم الشخصية والتفاعلات النفسية والسلوكية للأفراد. كل نظرية توفر إطاراً نظرياً فريداً لفهم الجوانب المختلفة من التطور الشخصي والاجتماعي .

- 4 - السمة:

- 1 - مفهوم السمة:

يعرف أحمد زكي السمة بقوله " هي مجموع أساليب الأداء التي ترتبط بعضها ارتباطا قويا" (صالح، 1972، ص 25).

وهي تكوين معقد من مجموعة من الوحدات السلوكية والأجهزة التابعة لها، تكون في تفاعل دائم مثل الثبوت والصلابة، الدقة وغير ذلك.

ويشير بعض العلماء إلى أن السمة هي صفة للشخص تتضمن بعض الوحدة في سلوكه، فهي ليست عارضة ولكنها نمط يتميز بالاستمرار النسبي، كما أنها تتضمن معيارا اجتماعيا حينما تقول هذا الشخص عدواني حنون الخ.

فالسمة حسب (جيلفورد) هي " طريقة متميزة ثابتة نسبيا يتميز بها الفرد عند غيره من الأفراد".

ويعرفها (جوردون ألبرت G.allport) بأنها " نظام نفسي عصبي مركزي عام يختص بالفرد وي العمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفيا، كما يعمل على إصدار وتوجيهه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري". (غريم، 1975، ص 35).

فالسمات هي مفاهيم إستعدادية تثير إلى نزاعات للفعل أو الاستجابة بطريقة معينة، ومن المفترض أن الشخص ينقل الاستعدادات السيكولوجية من موقف لآخر وأنها تتضمن قدرًا من احتمال سلوك الشخص بطرق معينة ويجب أن نميز مفهوم (السمات) عن مفهوم (الحالة) التي تشير إلى استجابة تحدث الآن، لأن يعني شخص مثلا حالة قلق في موقف معين، أما أن نصف الشخص بسمة القلق فهذا يعني أنه سوف يستجيب بحالة قلق في ظروف معينة رغم أنه قد لا يعني الآن من أي قلق، فوجود السمة لا تتضمن بالضرورة أن الشخص

) سوف يكون قلقا دائما، ولكن لديه فقط استعداد للاستجابة بالقلق في مواقف معينة".
غنيم، 1975، ص 54.

ويمكن أن تكون السمة استعدادا فطريا كالسمات المزاجية مثل شدة الانفعال، وضعفه
ويمكن أن تكون السمة مكتسبة كالسمات الاجتماعية الصدق، الأمانة والإخلاص. (المليجي،
1985، ص 360-361).

وقد تعددت التعريفات لسمات الشخصية ومن بين هذه التعريفات تعريف (ريموند كاتل R.cattel) للسمة بقوله " أنها مجموعة ردود الأفعال والاستجابات التي يربطها نوع من
الوحدة التي تسمح بهذه الاستجابات أن توضع تحت اسم واحد ومعالجتها بنفس الطريقة في
معظم الأحيان. (ليندزي، 1971، ترجمة فرج، ص 270).

وعلى ضوء ما ذكرناه يمكن أن نستنتج أن السمة هي تجمع سلوكي قابل لللحظة في
سلوك الفرد، يظهر في اتساق عادات الفرد في أفعاله المتكررة، لذا فهي ليست أسبابا للسلوك
 وإنما هي مصطلحات وصفية تطلق على فئة كبيرة من الاستجابات المشتركة فيما بينها.

4-2- أنواع السمات:

أشار عبد الخالق 1991 السمات العامة والخاصة السمات العامة هي السمات المشتركة
أو الشائعة بين عدد كبير من الأفراد في حضارة معينة أو في حضارات كثيرة وقد تشيع بين
الآدميين على وجه العموم، السيطرة والانطواء والاتزان والاجتماعية، وتوجد السمات
المشتركة لدى جميع الأفراد ولكن بدرجات متفاوتة، فالفارق فيها كمي وليس كيفي، وهي
موزعة توزيع اعتماديا (ثلث الناس) في المنتصف.

أما السمات الخاصة أو الفريدة فهي التي تخص فرداً ما بحيث لا يمكن أن نصف غيره بالطريقة ذاتها، ولكن عدد السمات المشتركة لا يمكن أن يقارن بعدد السمات الفريدة، فالأخير قليل جدًا السمات أحادية القطب وثنائية القطب:

تمثل السمات أحادية القطب بخط مستقيم يمتد من الصفر حتى درجة كبيرة كالسمات الجسمية والقدرات، أما السمات الثنائية القطب فتمتد من قطب إلى قطب آخر مقابل نقطة الصفر، والسمات الشخصية عادةً من هذا النوع مثل المرح، الاكتئاب، الهدوء، العصبية، الاسترخاء، التوتر، الانبساط، الانطواء، السيطرة، الخضوع.. الخ تتواءن فيه الصفاتان. (عبدالخالق، 1991، ص 457).

السمات والحالات:

السمات ذات الدواء النسبي أما الحالات مؤقتة سريعة الزوال عابرة وجميع الصفات التي تستخدم لوصف سلوك الفرد مثل: قلق، عدوان، متزن، مكتئب، هادئ، مسترخ، مندفع، وغيرها، يمكن أن تشير إما في الفرق المميزة بين الأفراد (السمات) أو إلى تذبذبات مؤقتة أو حالات مزاجية داخل الفرد (الحالات).

أشار هول ولندي أن للسمة عدة أقسام:

«**سمات مشتركة**»: التي يتسم بها الأفراد جميعاً أو على الأقل جميع الأفراد الذي يشتركون في خبرات اجتماعية عامّة.

«**سمات فريدة**»: هذه السمات لا تتوافر إلا لدى فرض معين ولا توجد على نفس الصورة وبالضبط لدى الآخرين.

«**سمات سطحية**»: السمات السطحية هي السمات الواضحة الظاهرة.

«**سمات مصدرية**»: وهي سمات الكامنة التي تعبّر أساس السمات السطحية.

«**سمات مكتسبة**»: هذه السمات عن فعل العوامل البيئية وهي السمات متعلمة

- » **سمات وراثية:** هي سمات تكوينية تنتج عن العوامل الوراثية ولا تحتاج إلى تعليم
- » **سمات دينامية:** السمات التي تهيء الفرد وتدفعه نحو تحقيق الأهداف
- » **سمات قدرة:** المتعلقة بمدى قدرة الفرد على تحقيق الأهداف. (زهان، 2005، ص 19-20).

ويرى الباحث أن هذه الأقسام تساعد في تصنيف وتحليل السمات الشخصية، وتفسر كيفية تأثيرها على سلوك الفرد وتقاعلاته في مختلف السياقات والظروف. توفر هذه التصنيفات إطاراً مفيداً لفهم الشخصية وتوقع سلوكها وتقاعلاتها في مواقف مختلفة.

3-4- نظريات السمات:

3-1- نظرية السمات لألبورت (G. allport)

يعتبر ألبورت من أشهر السيكولوجيين الأمريكيين الذين اهتموا بقضايا علم النفس الاجتماعي حيث اشتهر بدراسة القيم والإشاعة والشخصية التي ألف فيها كتاباً يحمل عنوان "الشخصية تفسير سيكولوجي".

نظر ألبورت إلى السمات باعتبارها الوحدة الطبيعية لوصف الشخصية فقد فحص مع O. dbert سنة 1936 قاموساً مطولاً باللغة الانجليزية المفردات التي تصف الشخصية والتي بلغت 7953 مفردة واختصارها إلى 4541 كلمة تشير إلى قائمة السمات والتي اعتبرها نقطة بداية جيدة لدراسة الشخصية.

صاغ ألبورت نظريته الشهيرة التي تقول "أن السمات التي تمثل جزءاً من الفطرة السليمة، والاتجاه الحدسي في وصف الشخصية والتي يستخدمها الرجل العادي في محاولته وصف شخص ما كما ورد في (لازاروس 1989، ترجمة غنيم، ص 65).

ولقد أكد ألبورت فكرة أن السمات هي خصائص متكاملة للشخص، أي أنها تشير إلى خصائص نفسية عصبية واقعية تبين كيفية سلوك الشخص، ويمكن التعرف عليها فقط من خلال الملاحظة وعن طريق الاستدلال مما هو مركزي وأساسي.

ميز ألبورت allport بين ثلات أنواع من السمات وهي سمات أساسية، سمات مركبة، وسمات ثانوية.

فكرة ألبورت تذهب إلى أن السمات ليست وحدات مستقلة داخل الفرد ولكنها مجموعة متوافقة من الصفات تتجمع لإحداث الإثارة السلوكية وعلى ذلك فعل واحد مركب لا يمكن إرجاعه إلى سمة واحدة متكررة بل هو دائم نتاج مجموعة من السمات المتوافقة التي تسهم كل منها في بعض مظاهر السلوك، فهذا المظهر الأول من نظرية ألبورت.

أما المظهر الثاني يعود إلى تغلب الشخص المنفرد لدراسة الشخصية في مقابل المنحنى "قوس" الأمر الذي يتوقف مع تركيبه على وحدة السمات لدى الشخص وعلى وحدة شخصيته بوجه عام.

فرغم محاولة allport القيام ببحوث كمية لدراسة كلية السمات من حيث الأهمية ولا شارة والتعيم، ومن حيث كون هذه السمات رئيسية أو ثانوية كانت، فإن نظرية ألبورت للسمات تفتقر لأي تفسير سببي للعلاقات التي يمكن أن تلاحظ بين سمات شخصية معينة ومحظوظ أنواع السلوك البشري وبعبارة أخرى أن هذه النظرية لا تقوم على أساس تجريبي يمكن أن يقيم علاقة سببية بين سلوك وسمة ما، وبالتالي القيام بتعيم هذه العلاقة والتنبؤ بالسلوك بناءاً على العلاقات السببية هذه. (علوي، 1982، ص 290).

ومهما يكن فإن نظرية ألبورت للسمات ساعدت في تحديد وحصر السمات الشخصية، وأعطت دفعاً قوياً لمجال البحث في منهج السمات واعتمدت إلى حد ما على العديد من الدراسات التي تستعرض لاحقاً دراسة kAttelle.

4-3-2- نظرية السمات لكاتل kAttele

إذا كان ألبرت هو عميد واضعي نظريات السمات فإن kAttele هو أحد مخططيها وذلك لأن الجهد الأساسي ل kAttele كان موجه نحو خفض قائمة سمات الشخصية بطريقة منظمة إلى عدد قليل يمكن معالجته عن طريق " التحليل العاملي" الذي يعتمد على دراسة الارتباط بين أنواع السلوك المتعلقة بالشخصية والتي يكشف عنها باللحظة والاختبارات. (محى الدين، 1982، ص 85).

ويرى (جولييان، 1980) أن نظريات السمات ليست محدودة لنظريات الأنماط في فئات قليلة أو في وضع تميزات ضئيلة فيما يتعلق بالفروق الفردية، وإن الخطأ الكبير في نظريات السمات كالخطأ في سيكولوجية الملائكة يقع معالجة الشخصية كخاصية داخلية، دون الإفادة من المواقف التي توجد فيه للتبؤ، فالفرد الذي يقع في الخمسون في سمة العداون فهل معنى ذلك أن يحتل مكانة متوسطة؟ وأنه يسلك سلوك عدواني؟ أو العكس؟ وإذا كان الأمر كذلك فأي النصفين؟ لذا فمن الممكن أن توصف السمات في عبارات موقفية أو وفقا لاتجاهات السلوك. (روتر 1980، ترجمة عطية، ص 88).

فمنهج البحث وفقا لنظريات السمات أو العادات في وصف الشخصية يصبح أكثر فصورا، إذ لم يمد الباحث بالظروف التي تؤدي إلى التعبير كنتيجة للتفاعل مع البيئة ومع ذلك فمن الممكن أن يفكر في السمة على أنها عادة، وإذا ما تكاملت هذه النظرة مع نظرية التعلم فإن هذا المنهج يمكن أن يمد السيكولوجي بمصطلحات لا تصف السلوك فحسب بل تصف أيضا ما يطرأ من تغيير.

إلا أن نظريات السمات التي جاء بها كل من كاتل ALLPORT و kAttele تمثل مناهج البحث الحديثة لسيكولوجية السمات الفريدة التي يمكن أن نميز فردا واحدا أو قليلا من الأفراد، أما kAttele فهو أكثر اهتماما بالسمات التي يشترك فيها الجميع مثل سمات

التجميع، وحاول باستخدام الأساليب الإحصائية (التحليل العاملی) أن يختزل عدد السمات إلى أقل سمات وصفية مستقلة ممكنة، يمكن معها أن يحصل على تنبؤات مفيدة.

وعلى وجه العموم تختلف السمات على الأنماط وعلى الملوكات في قلة احتمال أنها تتضمن مسلمات خاصة بأصول موروثة أو جيلية.

ومن أهم الباحثين الذين تناولوا موضوع الشخصية من منظور السمات أيضا (جيلفورد zimbordo et 1973) و (أيزنک 1967) ورغم الاختلافات الموجودة بين آرائهم فإن (ruch 1980) يوجز الأسس المشتركة بين نظريات السمات فيما يلي :

- ❖ السمات هي أساس تنظيم الشخصية.
- ❖ يمكن أن تكون السمات إما سمات سطحية (استجابات خارجية) إما سمات مصدرية (تتضمن العمليات المحددة لاستجابات سطحية).
- ❖ تعطى السمات بواسطة إدماج السلوك والأحداث المنبهة للشخصية طابع الاستقرار والثبات.
- ❖ تستخرج السمات من مؤشرات سلوكية (باستعمال اختبارات الشخصية مثلا).
- ❖ يمكن تطوير منهجية قائمة على اختبارات قوية من حساب الفروق الفردية من مختلف السمات بصفة كمية.
- ❖ الهدف من تقويم الشخصية هو تمييز السمات السطحية من السمات الأساسية وتشخيص أقل أكبر قدر من التنوع الملاحظ في السلوك البشري. (p137، 1980) (Zimbordo (G) et Ruche،

٤-٣-٣- نظرية السمات لفرايبورج:

» قائمة فرايبورج للشخصية:

تعريف: قائمة فرايبورج للشخصية أعدها في الأصل "جوكن فرانبرج وسالج وهابل" من أستاذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا سنة 1970، وقام ديل diell بتصميم صورتها المصغرة التي قام بتعريفها وإعداد صورتها المصغرة محمد حسن علوي، وتحتوي هذه القائمة على (56) أبعاد للشخصية و(08) أبعاد للشخصية (ارجع إلى قائمة فرايبورج في الملحق).

حيث بلغ معامل ثبات القائمة في البيئة الأجنبية باستخدام التجزئة النصفية، وإعادة الاختبار بعد عشرين يوماً على عينة مكونة من 140 ذكراً و 151 أنثى تتراوح أعمارهم ما بين 18 و 24 سنة وتراوحت معاملات الثبات ما بين 0.64 إلى 0.83، وفي البيئة المصرية تم إيجاد معاملات ثبات الصورة المصغرة عن طريق إعادة الاختبار على (82) طالباً كلية التربية الرياضية بالقاهرة بفواصل زمني قدره (10) أيام وتراوحت معاملات ثبات أبعاد القائمة ما بين 0.67 و 0.87.

أما الصدق فقد تم إيجاده بالصورة المطولة للقائمة التي تتضمن 212 عبارة باستخدام أبعاد بعض اختبارات الشخصية الأخرى كمحكات مثل اختبار مينوستا المتعدد الأوجه وقائمة كاليفورنيا.

وقد أشارت النتائج إلى توافر الصدق المرتبط بالمحك بالنسبة لأبعاد القائمة وبالنسبة للصورة المصغرة تراوحت معاملات الثبات بين أبعادها وأبعاد الصورة المطولة عند استخدامها كمحك ما بين 0.85 و 0.92.

» محاور اختبار فرايبورج:

١. العصبية:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون باضطرابات جسمية وحركية ونفس جسمية عامة، كالاضطرابات في النمو والإرهاق والتوتر وسرعة الإحساس بالتعب وفقدان الراحة ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة فيتميزون بقلة اضطرابات الجسمية والاضطرابات العامة النفس جسمية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

2. العدوانية:

الدرجة العالية لهذا البعد تميز الأفراد الذين يقومون تلقائياً بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية ويستجيبون بصورة انفعالية، ويتصدون لآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة في أنفسهم، عدم الهدوء وهدم النضج الانفعالي.

والدرجة المنخفضة له تشير إلى قلة الميل التلقائي والتحكم في الذات والسلوك المعتدل الذي يتميز بالهدوء الزائد والنضج الانفعالي.

3. الاكتئابية:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالاكتئاب وتذبذب المزاج والتشاؤم والشعور بالتعاسة مع عدم الرضى والخوف والإحساس بمخاوف غير محددة والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالمزاج المعتدل والقدرة على التركيز والاطمئنان والآن والثقة بالنفس والقناعة.

4. القابلة الاستشارية:

الدرجة العالية لهذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستشارات العالية شدة التوتر وضعف المقدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادلة والانزعاج وعدم الصبر والغضب والامتحانات العدوانية عند الإحباط وسرعة التأثر.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والثقافية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتمد والقدرة على ضبط النفس وتحمل الإحباط.

5. الاجتماعية:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب من الناس وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتمسون بالمجاملة وكثرة التحدث وحضور البديهة.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون لقلة الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة، كما أن لديهم قلة محدودة من المعارف ويتميزون بالبرودة الحيوية، وقلة التحدث.

6. الهدوء:

يتصف أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد بالثقة في النفس وعدم الارتكاك أو تشتت الأفكار و صعوبة الاستشارة واعتدال المزاج والتفاؤل والابتعاد عن السلوك العدوانى ، والدأب على العمل.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة لهذا البعد يوصفون بالاستشارة وسهولة الغضب والضيق والارتكاك وسرعة الشعور باليأس وعدم القدرة على سرعة إيجاد القرارات والتشاؤم.

7. السيطرة:

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بالاستجابة لردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية أو جسمية أو تخيلية والارتياب في الآخرين وعدم الثقة بهم، كذا الميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين.

والدرجة المنخفضة لهذا البعد تميز الأفراد الذين يتميزون بالاعتدالية واحترام الآخرين والاتجاه بغضون استخدام أسلوب العنف والعدوانية والميل للثقة بالآخرين ولا يعشقون السلطة ولا يحاولون السعي لفرض اتجاهاتهم على الآخرين.

8. الكف (الضبط):

أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد يتميزون بعدم القدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وخاصة في المواقف الاجتماعية كما يتصفون بالخجل والارتباط خاصه عند قيام الآخرين لمراقبتهم وظهور بعض المتابعة الجسمية عند مواجهة بعض الأحداث المعينة أو ظهور بعض المتابعة الجسمية مثل: (عدم الاستقرار أو الارتعاش، الاحمرار، ارتعاش الأطراف وال الحاجة للتبول).

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وعدم سرعة الارتباط عند اضطرابهم كما يتصفون بالقدرة على التحدث والمخاطبة (علوي، 1987، ص 343، 344).

مناقشة النظريات:

نظرية السمات لألبورت: يركز على فهم الشخصية من خلال تحليل السمات الشخصية الأساسية التي تميز الأفراد، قدم تصنيفاً شاملاً للسمات الشخصية، وأشار إلى أهمية التعريف الذاتي وتأثير العوامل النفسية والاجتماعية على تشكيل الشخصية.

نظريّة السمات لكاتل: قدم نظريّة السمات الشخصيّة باستخدام تحليل العامل المكاني لتحديد السمات الأساسية التي تحكم السلوك البشري، قدم كاتل النموذج الذي يعرّف بنموذج الـ 16 سمة، حيث حدد 16 سمة أساسية تشمل الانفتاح على الخبرة، والانطوائيّة، والاجتهاد، وغيرها.

نظريّة السمات لفرايبورج: يركّز على تحليل السمات الشخصيّة من خلال تصنّيفها إلى مجموعات متقاربة تمثل الأبعاد المختلفة للشخصيّة، وتمثل إسهاماً هاماً في دراسة الشخصيّة وتحليل السمات الشخصيّة بطريقة منظمة ومنطقية، مما يعزّز فهمنا للتنوع والاختلافات الشخصيّة في السلوك البشري.

تُعد هذه النظريّات مساهماً هاماً في فهم وتصنيف السمات الشخصيّة، وتتوفر إطاراً نظريّاً لتحليل الاختلافات الفردية وتأثيراتها على السلوك والتفاعلات الاجتماعيّة.

5-4- تصنّيف السمات:

إذ قمنا بتحليل السمات من ناحية محتوياتها فإن باستطاعتنا القول أن للسمات أنواع كثيرة وتحت هذا النحو من المحتويات تدرج سمات الدافع التي تشير إلى أنواع الأهداف التي يتجه نحوها السلوك، وسمات القدرة التي تشير إلى القدرات والمهارات العامة والخاصّة، والسمات المزاجية كالنزعات إلى التفاؤل والاكتئاب والنشاط وغيرها والسمات الأسلوبية التي تتضمن الإيماءات وأساليب السلوك والتفكير الغير مرتب وظيفياً بأهداف هذا السلوك وقد عالج واضعي نظريّات السمات موضوع تحديد قوائم السمات بطرق مختلفة، فعلى سبيل المثال " بينما يضع (كاتل 1950) الدافع ضمن قائمة السمات نجد (هنري موراي 1938) و (مالكيلاند 1951) يميزان بين السمات والدّافع حيث تتضمن السمات الوسائل المميزة التي تتحقّق بها الأهداف. (لازروس، 1980، ترجمة غنيم، ص 54).

ويقول (مصطفى غالب) في موسوعته " أنه يمكن تبسيط التصنيف بإرجاع جميع الصفات (السمات) الشخصية إلى فئتين هما فئة السمات العقلية وفئة السمات الخلقية، وينظر في الفئة الأولى إلى الوظائف السيكولوجية التي تقوم بتحصيل المعرفة، وفي الفئة الثانية إلى الوظائف الوجدانية والحركية وخاصة إلى انفعالية الشخص وأساليبه الإستجابية". (غالب، 1986، ص 118).

ويلاحظ محمد مصطفى زيدان أن السمات تنقسم إلى:

- ❖ سمة فردية وهي السمة الحقيقة كما يراها ألبورت.
- ❖ سمات عامة أو مشتركة وهي ما تسمى بالسمة الحقيقة.
- ❖ ويرى ألبورت أن السمات تنظم فيما بينها بحيث يمكن ترتيبها في مدرج هو إما:

 - ❖ سمة واحدة كبرى أو رئيسية.
 - ❖ أو عدة سمات مركبة.
 - ❖ يلي ذلك مجموعة من السمات الثانوية. (زيدان، 1980، ص 276).

4-6- معايير تحديد السمة:

- يستند بعض العلماء إلى وجود السمات وإمكانية تحديدها إلى الحقائق التالية:
- ❖ تحديد السمة الشخصية يتم بناءً على مجموعة من الخصائص والمعايير التي تساعد في تحديد وتصنيف السمات الشخصية بطريقة دقيقة وموضوعية
 - ❖ أن السمة قد تكون أداة على مستوى أكثر تعقيداً، بمعنى أن سمة أكثر عمومية من العادة، فغالباً ما تتنظم وتنسق أكثر من العادة لتكون ما يعرف بالسمة، هذا بالإضافة إلى اختلاف الأفراد فيما بينهم في العادة الواحدة فكلنا نغضب في مواقف معينة غير

أَنَا نَخْلُفُ فِي درَجَةِ الغَضْبِ وَفِي طَرِيقَتِنَا فِي التَّعْبِيرِ عَنْهُ، كَمَا أَنَا جَمِيعاً نَسْتَجِيبُ إِلَى النَّكَسَاتِ الْمُخْتَلِفَةِ بِدَرَجَاتِ مُنْقَوْتَةٍ.

❖ ثبات الشخصية واضطرابها، فالشخص الواحد يتصرف في المواقف المتشابهة بشكل واحد، وكل فرد منا عادته الثابتة التي لا تتغير.

❖ إن السمات ليست مستقلة بعضها عن البعض ولكنها ترتبط فيما بينها ارتباطاً موجباً، لأنها تتبع من مصدر عام هو شخصية الفرد كما أن بعض السمات تميل إلى أن تتجمع لتكون ما يسمى بالسمات العامة أو السمات المشتركة.

❖ إن التمييز بين سمات الشخصية يتأثر إلى درجة كبيرة بوظيفة الاختبارات المستخدمة ولذا فإنه عندما نقول أن الفرد يتسم بسمة (الانبساطية) فإن ذلك يرجع إلى أن الأداة المستخدمة في الدراسة تقيس سمة الانبساطية فإذا لم تكن الأداة تقيس هذه السمة فإنها لن تظهر لدى الفرد.

❖ إن السمات تتعدد ثقافياً، فسمة (السيطرة) في الرجال والأوثة في السيدات على سبيل المثال يمكن أن تأخذ قدرًا أكبر من تدعيم المجتمع وينتتج عنها بعض الأنماط السلوكية المحددة.

❖ سمة الشخصية إذا نظر إليها من الناحية السيكولوجية لا يكون لها دائمًا نفس الدلالة الخلقية، بمعنى أنها قد تتفق أو لا تتفق والمفهوم الاجتماعي المتعارف عليه.

❖ السمة قد ينظر إليها في ضوء الشخصية التي تحتويها أو في ضوء توزيعها في المجموع العام من الناس، أي أن السمات قد تكون فردية وهذا ما أسمتها البروت فيما بعد باسم الاستعدادات الشخصية، أو قد تكون سمات عامة مشتركة. (محمد حسن علاوي و سعد جلال، 1976، ص 415).

إن من الضروري أن نميز بين مفهوم السمة وبين المفاهيم المقارنة:

- ❖ السمات ليست عادات: السمة أكثر عمومية من العادة لأنها تجمع عدة عادات تنتظم وتنسق معاً وليس للعادات قدرة على السيطرة على السمات ولكن السمات قد تحمل الفرد على اكتساب عادات جديدة منسقة معها.
- ❖ السمات ليست اتجاهات نفسية: يعد التمييز بين السمة والاتجاه أمر أكثر صعوبة إلى حد ما ويعتبر أللورت كلاً منهما عبارة عن استعدادات مسبقة للاستجابة، كما أن كليهما نتاج مشترك بين لعوامل الوراثية والتعلم وقد يختلف الاتجاه في عموميته من التخصص الشديد إلى العمومية النسبية في حين يجب أن تكون السمة عامة دائمة.
- ❖ التعبير الثاني أن الاتجاهات النفسية عادة تتضمن التقويم أي أن الاتجاهات عادة تكون من شيء أو ضده أي أنها إما أن تكون موجبة أو سالبة وتقوم على تقبل شيء أو نبذه، أما السمات فإنها مسؤولة عن جميع الأنماط السلوكية والجوانب الإدراكية أو المعرفية سواء تضمنت تقويمها أو لم تضمنه. (إخلاص، 2004، ص 119).

يرى الباحث أنه يمكن للعلماء في علم النفس والباحثين من خلال هذه الخصائص تحديد السمات الشخصية بشكل موضوعي ودقيق، مما يساعد في فهم الشخصية بشكل أعمق وتوضيح الاختلافات الفردية بين الأفراد، تحديد السمة الشخصية يتم بناءً على مجموعة من الخصائص والمعايير التي تساعد في تحديد وتصنيف السمات الشخصية بطريقة دقيقة وموضوعية.

خلاصة:

السمات الشخصية تمثل الصفات والخصائص التي تميز سلوك الفرد واستجاباته في مختلف الظروف والبيئات، حيث توفر هذه السمات الشخصية إطاراً لفهم وتحليل الاختلافات بين الأفراد، وتساعد في توقع سلوكهم واستجاباتهم في مختلف البيئات، كما تعد دراسة السمات الشخصية جزءاً أساسياً من علم النفس الشخصي وتطوير الذات، حيث تساعد في تحديد القواعد التي تحكم سلوك وتقاعلات الأفراد في حياتهم اليومية والمهنية.

الباب

التطبيقي



الفصل الخامس

منهجية الدراسة

والأجراءات الميدانية



تمهيد

إن لكل باحث من خلال بحثه يسعى إلى التحقق من صحة الفرضيات التي وضعها، ويتم ذلك بإخضاعها إلى التجريب العلمي باستخدام مجموعة من المواد العلمية، وذلك بإتباع منهج يتلاءم وطبيعة الدراسة، وكذا القيام بدراسة ميدانية عن طريق تطبيق الاختبارات على العينة الاستطلاعية والعينة الأصلية ، وتشتمل الفصل الخامس لبحثنا هذا على الإجراءات الميدانية للدراسة والتي تشتمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال المكاني والزمني وكذا الشروط العلمية للأداة وهي الصدق والثبات وال موضوعية مع ضبط متغيرات الدراسة كما تشتمل على عينة البحث وكيفية اختيارها والمنهج المستخدم وأدوات الدراسة وكذلك إجراءات التطبيق الميداني وحدود الدراسة.

1- الدراسة الاستطلاعية:

بعد تصميم أداتي الدراسة في صورتها الأولية وهم استماره مقياس قوة التحمل النفسي وقياس السمات الشخصية، قام الباحث باختبارها ميدانيا من خلال الدراسة الاستطلاعية التي أجريت على مستوى فريقين بالطريقة العشوائية، حيث تم اختيار 40 لاعب، وهذا للتعرف على مدى ملائمة الأداتين للغرض المرجو من تطبيقهما وهو صلاحيتهما لقياس ما وضعا من أجله (صدق الأداة)، وكذا مناسبتهما لخصائص عينة الدراسة، تمهدا للدراسة الأساسية.

2- مجالات الدراسة:

تم إجراء هذا الدراسة وفقا للمجالين التاليين:

1- المجال المكاني:

أجري هذا البحث على مستوى بعض فرق الرابطة الجهوية باتنة لكرة القدم والمكونة من 16 فريق من ولايات مختلفة: باتنة، المسيلة، برج بوعريريج، خنشلة، بسكرة.

2- المجال الزماني:

امتد المجال الزماني لهذه الدراسة في الدراسة الاستطلاعية من بداية شهر سبتمبر 2023 إلى نهاية شهر أكتوبر 2023، حيث تم الانتهاء من حساب الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة، والتأكد من صدق وثبات الأداة، ليبدأ الباحث في إجراء الدراسة الميدانية ابتداء من شهر نوفمبر 2023 إلى نهاية شهر جوان 2024، ثم بعدها تم تحليل بيانات الدراسة وتلخيص نتائجها وطباعة الدراسة في شهر أكتوبر.

3- متغيرات الدراسة:

1- المتغير المستقل: التحمل النفسي

3-2 المتغير التابع: السمات الشخصية

4-مجتمع الدراسة :

من الناحية الاصطلاحية: "هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ من العينة وقد تكون هذه المجموعة: مدارس، فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى". (رضوان، 2002، 14).

ويطلق على المجتمع الإحصائي اسم العلم ويمكن تحديده على أنه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو سمات قابلة لللاحظة والقياس والتحليل الإحصائي.

ولذا فقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة أن يكون مجتمع الدراسة خاص بلاعبي كرة القدم الناشطون في الجهوي الأول رابطة باتنة .

الجدول رقم (01) : وصف مجتمع الدراسة.

المجموع	عدد الفرق	الرابطة
368	16	باتنة

5-عينة الدراسة:

من الصعب التعامل مع المجتمع بأكمله و بالتالي يلجأ إلى أسلوب العينة التي من بين أهدافها التوفير في الجهد والوقت .

وباعتبار العينة هي حجر الزاوية في أي دراسة ميدانية، تستند إلى الاستبيان كمقوم أساسي نجد أن مفهومها يجلو على النحو الآتي : "العينة هي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزءا من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلا لمجتمع البحث (رشيد ، 2007، 334).

وتتشكل عينة هذه الدراسة من بعض لاعبي كرة القدم الناشطون في الجهوي الأول رابطة باتنة وبلغ عدد أفراد الدراسة 150 لاعب تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة من عدد من الفرق التابعة لرابطة باتنة لكرة القدم الجهوي الأول ليكونوا قوام الدراسة الحالية، وقد مثلت 46.58% من مجتمع الدراسة.

1-5 العينة الاستطلاعية:

وتكونت من فريقين من رابطة باتنة لكرة القدم الجهوي الأول.

الجدول (02) : يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية

اسم الفريق	عدد أفراد العينة
أمل سيدى عيسى	20
أولمبي المسيلة	20
المجموع	40

2-5 عينة الدراسة الأساسية:

تمثلت عينة الدراسة الأساسية في بعض فرق رابطة باتنة الجهوي الأول.

6- أدوات الدراسة :

من أجل الحصول على المعلومات والبيانات المتعلقة بموضوع الدراسة والمتمثل في التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية، استخدم الباحث في دراسته الحالية: مقياس التحمل النفسي ومقاييس فرايبورج للسمات الشخصية وقد استعان الباحث في الدراسة بالمصادر التالية الإطلاع على أدبيات الدراسة المرتبطة بموضوع الدراسة واستشارة ذوي الخبرة والمحترفين في المجال الرياضي والدراسات السابقة التي تحدثت عن التحمل النفسي والدراسات السابقة التي تحدثت عن السمات الشخصية.

6-1- مقياس التحمل النفسي:

استخدم الباحث مقياس التحمل النفسي على 33 عبارة قام بإعداده كامل عبود حسين العزاوي (2004) وذلك للتعرف على درجة التحمل النفسي لدى لاعبي الألعاب الفردية والذي يحتوي على 33 عبارة منها 6 فقرات سلبية وهي (5 6 7 9 10 26) و 27 فقرة إيجابية وفق مقياس رباعي التدرج دائمًا 4 ، كثيراً 3 ، قليلاً 2 ، أبداً 1 ، والعكس في الفقرات السلبية دائمًا 1 ، كثيراً 2 ، قليلاً 3 ، أبداً 4.

أبعاد مقياس التحمل النفسي هي:

الالتزام: يتضمن 5 عبارات إيجابية وأرقامها (15 18 23 38 54) وفقرة 5 سلبية.

السيطرة: يتضمن 5 عبارات عبارة إيجابية 8 و 4 عبارات سلبية وأرقامها (6 7 9 10) إيجابية.

الإنجاز: يتضمن 7 عبارات كلها إيجابية وأرقامها (11 12 13 14 15 16 17).

التحدي: يتضمن 6 عبارات كلها إيجابية وأرقامها (18 19 20 21 22 23).

الصمود: يتضمن 5 عبارات إيجابية وأرقامها (24 25 27 28 29) ، والفقرة 26 سلبية

التأني: يتضمن 3 عبارات إيجابية وأرقامها (31 32 33).

6-2 مقياس فرايبورج السمات الشخصية : قائمة فرايبورج للشخصية التي وضعها في الأصل " جوكن فارنبرج وهربرت سيلج وراينر هامبل " من أساتذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا الغربية وأعد صورتها العربية محمد حسن علاوي.

وتهدف القائمة إلى قياس 9 أبعاد عامة للشخصية و 3 أبعاد فرعية وتتضمن القائمة 212 عبارة، كما أنه لها صورتين أب تشتمل منها على 114 عبارة وقد قام ديل أستاذ علم النفس

بجامعة جيسن ألمانيا الغربية بتصميم صورة مصغرة للقائمة تتضمن الثمانية أبعاد الأولى من القائمة وتتضمن 56 عبارة والأبعاد التي تقيسها الصورة المصغرة هي:

العصبية: يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (54 38 23 18 15 4 3)
العدوانية يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (7 10 26 10 49 44 41)
الاكتابية يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (21 25 34 55 52 40 37)
القابلة للاستشارة يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (5 31 33 36 39)

(53 46

الاجتماعية يتضمن 7 عبارات منها 3 ايجابية (12 28 48) و4 سلبية (2 14 47 51)
الهدوء يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (1 20 29 42 43 45 56)
السيطرة يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (9 11 16 22 24 30 50)
الكف يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (6 8 13 17 19 32 35)

العبارات الايجابية التي في اتجاه البعد يتم تصحيحها كمالي عند الإجابة بنعم 2 درجة
 والإجابة ب لا درجة 1 والعبارات السلبية التي عكس اتجاه البعد يتم تصحيحها كمالي عند الإجابة بنعم 1 درجة والإجابة ب لا 2 درجة ودرجة أبعاد القائمة هي مجموع كل درجات كل بعد على حدة. (علاوي، 1998، ص 82 .83)

7- الأسس العلمية للأداة:

7-1 صدق أداة الدراسة (مقياس التحمل النفسي):

إن استعمال أدوات بحثية لا يعرف صدقها يؤدي حتما إلى إضعاف قوة الدراسة، فالآداة الصادقة هي التي تنجح في قياس ما وضعت من أجله وليس شيئا آخر، وفي هذا الصدد يشير مقدم عبد الحفيظ "أن الصدق يعني أن الاختبار يقيس ما افترض أن يقيسه، وهناك طرق كثيرة لتحديد الصدق". (مقدم عبد الحفيظ، 1993، ص 23).

لحساب صدق أداة الدراسة تم اللجوء إلى طريقتين للتأكد من أداة القياس التي تقيس بالفعل ما وضعت لأجله ومنها:

7-1-1 صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التحمل النفسي:

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي للاستبيان على عينة استطلاعية مكونة من (40 لاعب وذلك بحساب معاملات الارتباط بين كل فقرة والدرجة الكلية لفقرات المجال التابع له.

جدول رقم (03): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الالتزام والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالـة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.531	احترم الأنظمة والقوانين الرياضية لأنها توجهني
0.01	**0.723	الترم بنظام ثابت في التدريب والمنافسات
0.01	**0.633	أنا كثير الوفاء نحو اللاعبين وعائلتي والمجتمع الذي أعيش فيه
0.01	**0.595	الالتزامي العالي بالتدريب يحقق لي أفضل النتائج
0.01	**0.705	أتعب بسرعة عند بدء الوحدة التدريبية أو المنافسة
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)		
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)		

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.531 و 0.723 على بُعد الالتزام، وهذه القيم كلها دالة عند مستوى الدلالـة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد الالتزام.

الجدول رقم (04): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات السيطرة والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.904	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة
0.01	**0.798	أجد في الصعوبة في السيطرة على انفعالاتي في بعض مواقف التدريب والمنافسة
0.01	**0.599	أدفع بقوة عن وجهة نظرى أمام المدرب
0.01	**0.853	لا أستطيع أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقني المنافس
0.01	**0.876	أجد صعوبة في تغيير النظام الذي أتبעהه في التدريب أو المنافسة
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)		
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)		

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.599 و 0.904) على بُعد السيطرة، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد السيطرة.

الجدول رقم (05): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الانجاز والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.608	أضع لنفسي أهدافاً معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها
0.01	**0.734	اهتم بجودة الأداء والإنجاز في التدريب والمنافسات

0.01	**0.562	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب
0.01	**0.518	أستطيع إنجاز أهدافي بدقة سواء بالتدريب أو المنافسة
0.01	**0.807	قدراتي البدنية تؤهلني لتقديم أفضل أداء في المنافسات
0.01	**0.806	الفوز في المنافسة يمنعني ثقة كبيرة في نفسي
0.01	**0.701	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز
* * . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)		
* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)		

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.518 و 0.807) على بُعد الانجاز، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد الانجاز.

الجدول رقم (06): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات التحدي والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.468	أعمل على إيجاد حل عندما تواجهني صعوبات غير متوقعة أثناء التدريب والمنافسة
0.01	**0.656	أجد متعة في التدريب على المهام الصعبة
0.05	*0.619	استبعد من تفكيري الهزيمة أو الفشل في المنافسة
0.01	**0.579	أتحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي
0.01	**0.699	أتنافس بحماس في حالة وجود تحدي من قبل منافس آخر في لعبتي
0.01	**0.614	اندفع للأداء الجيد في المنافسة

* *. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.463) على 0.699 على بُعد التحدي، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد التحدي.

الجدول رقم (07): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الصمود والدرجة الكلية

للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.607	أبذل جهود كبيرة عندما تواجهني صعوبات أثناء التدريب أو المنافسة
0.01	**0.745	لدي الرغبة في تحسين أدائي عندما أتعرض إلى الخسارة في المنافسات
0.01	**0.674	استسلم بسهولة في المنافسة عندما يكون هناك فرق بالمستوى بيني وبين الخصم
0.01	**0.562	التدريب الجدي المستمر يمكنني كم التغلب على الفشل في المنافسات
0.01	**0.681	أستطيع أن أترب بجهد بدني عالي لفترات طويلة
0.01	**0.707	أؤدي المهام المطلوبة مني بالتدريب أو المنافسة بهمة ونشاط
0.05	*0.463	أعتمد على نفسي في حل الصعوبات التي تواجهني في التدريب أو المنافسة

* *. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.01) على بُعد الصمود، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.745) على بُعد الصمود، وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد الصمود.

الجدول رقم (08): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الثاني والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.849	أحب القرارات التي تعطيني الحلول سريعة في المنافسات
0.01	**0.783	انظم قدراتي البدنية بما يتاسب وكل مرحلة من مرحلة السباق
0.01	**0.901	أفكر بخطة التدريب قبل البدء في التدريب

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.783) على بُعد الثاني، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.901) على بُعد التأني، وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد عملية التأني.

7-1-2 صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التحمل النفسي.

الجدول رقم (09) يمثل معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد التحمل النفسي والدرجة

الكلية

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	البعد
0.01	**0.884	الالتزام
0.01	**0.768	السيطرة

0.01	**0.854	الإنجاز
0.01	**0.734	التحدي
0.01	**0.929	الصمود
0.01	**0.794	التأني

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
 *. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.734 و 0.929) على أبعاد التحمل النفسي، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر أبعاد المقياس صادقة لقياس أبعاد التحمل النفسي.

7-1-3 الصدق الذاتي لأبعاد مقياس التحمل النفسي

الجدول رقم (10): معاملات الصدق الذاتي لأبعاد التحمل النفسي

معامل الصدق الذاتي	عدد العبارات	المجالات
0.865	5	الالتزام
0.898	5	السيطرة
0.874	7	الإنجاز
0.860	6	التحدي
0.866	7	الصمود
0.915	3	التأني

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الصدق الذاتي المبنية تتراوح بين (0.860 و 0.915) على أبعاد التحمل النفسي، وهذه القيم دالة وقوية وبذلك تعتبر أبعاد المقياس صادقة لقياس أبعاد التحمل النفسي.

7-1-4- ثبات مقياس التحمل النفسي:

تحقق الباحث من ثبات المقياس باستخدام طريقة ومعامل ألفا كرونباخ.

7-1-5 طريقة ألفا كرونباخ :

الجدول رقم (11): معاملات الثبات لأبعاد التحمل النفسي

معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات	المجالات
0.749	5	الالتزام
0.808	5	السيطرة
0.764	7	الإنجاز
0.741	6	التحدي
0.751	7	الصمود
0.839	3	التأني

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من خلال جدول رقم (11) أن معاملات الثبات تراوحت 0.741 و 0.839 وكلها مقبولة، وبذلك يكون قد تأكد للباحث صدق وثبات المقياس ويكون المقياس في صورته النهائية قابل للتوزيع.

7-2 صدق أداة الدراسة (مقياس السمات الشخصية):

7-2-1 صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس السمات الشخصية:

الجدول رقم (12): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات العصبية والدرجة الكلية

للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.559	أحياناً تسع دقات قلبي أو تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف
0.01	**0.452	أشعر أحياناً أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملاً شاقاً
0.01	**0.590	أشعر أحياناً بضيق في التنفس أو بضيق في الصدر
0.01	**0.619	معدتي حساسة (أشعر أحياناً بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي)
0.01	**0.529	أشعر كثيراً بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوئة بالغازات
0.01	**0.578	أجد صعوبات في محاولة النوم
0.01	**0.491	غالباً ما أشعر بالإنهاك والتعب والتوتر
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)		
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)		

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.452 و 0.578) على مجال العصبية، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية العصبية.

الجدول رقم (13): معاملات الارتباط بين كل عبارات العدوانية والدرجة الكلية

للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
غير دال	**0.589	أحياناً أجد متعة كبيرة في مضايقة أو معاكسة الآخرين
0.01	**0.697	سبق لي القيام بأداء بعض الأشياء الخطرة بغرض التسلية أو المزاج
0.01	**0.423	يسعدني أن أظهر أخطاء الآخرين
0.05	*0.376	يدور في ذهني غالباً عندما أكون وسط جماعة كبيرة أحداث مشاجرة (خناقة) ولا أستطيع مقاومة هذا التفكير
0.01	**0.457	أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية
0.01	**0.714	أحب التتكيف على الآخرين
0.01	**0.647	أفرح أحياناً عند إصابة بعض من أحبهم

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.376 و 0.714) على مجال العدوانية، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية العدوانية.

الجدول رقم (14): معاملات الارتباط بين كل عبارات القابلة للاستثارة والدرجة الكلية للبعد .

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.498	أفقد السيطرة على أعصابي بسرعة ولكنني استطيع التحكم فيها بسرعة
0.01	**0.503	عندما أغضب أو أثور فإني أحاول أن أتجاهل ذلك
0.01	**0.586	لا أستطيع غالباً التحكم في ضيقي وغضبي
0.01	**0.595	أنا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة
0.01	**0.474	أقول غالباً أشياء بدون تفكير وأندم عليها فيما بعد
0.01	**0.597	كثيراً ما أستثار بسرعة من البعض
0.01	**0.659	كثيراً ما أغضب بسرعة من الآخرين

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
 *. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.474 و 0.659) على مجال القابلة للاستثارة، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية القابلة للاستثارة.

جدول رقم(15): معاملات الارتباط بين كل عبارات الاكتئابية والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات

0.01	**0.652	أفعل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد
0.01	**0.460	كثيراً ما أفكِر في أن الحياة لامعنا لها
0.01	**0.711	أحلم لعدة ليال في أشياء أعرف أنها لن تتحقق
0.01	**0.531	غالباً ماتدور في ذهني أفكار غير هامة تسبب لي الضيق
0.01	**0.783	كثيراً ما يراودني التفكير في حياتي الحالية
0.01	**0.638	في أحيان كثيرة أفقد القدرة على التفكير
0.01	**0.504	أحياناً يراودني تفكير بأنني لا أصلح لأي شيء

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.460 و 0.783) على مجال الاكتئابية، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية الاكتئابية.

الجدول رقم (16): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاجتماعية والدرجة الكلية للبعد.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.562	استطيع أن أبعث المرح بسهولة في سهرة مملة
0.01	**0.619	يبدو علي النشاط والحيوية
0.01	**0.683	استطيع أن أصف نفسي لأنني شخص متكلم

0.01	**0.508	يصعب على أن أجده ما أقوله عند محاولة التعرف على الناس
0.01	**0.527	اعتبر نفسي غير لبق في تعاملني مع الآخرين
0.01	**0.429	أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفي
0.01	**0.492	أميل إلى عدم بدء الحديث مع الآخرين

* *. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

وبتوضّح من الجدول السابق أنّ معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.429 و 0.683) على مجال الاجتماعية، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال الاجتماعية.

الجدول رقم (17): معاملات الارتباط بين كل عبارات الهدوء والدرجة الكلية للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.576	أنا دائمًا مزاجي معتدل
0.01	**0.601	عندما أصاب أحياناً بالفشل فإن ذلك لا يثيرني
0.01	**0.524	أنا من الذين يأخذون الأمور ببساطة وبدون تعقيد
0.01	**0.613	أنظر غالباً إلى المستقبل بمنتهى الثقة
0.01	**0.569	عندما تكون كل الأمور ضدي فأنتي لا أفقد شجاعتي
0.01	**0.544	عندما أخرج عن شعوري فأنتي أستطيع غالباً تهدئة نفسي بسرعة
0.01	**0.527	عندما أفشل فأنتي أستطيع تخطي الفشل بسهولة

* *. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.524 و 0.601) على مجال الهدوء، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.05) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية الهدوء.

الجدول رقم (18): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات السيطرة والدرجة الكلية

للبعد

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.365	إذا أخطا البعض في حقي فأنني أتمنى أن يصيبهم الضرر
0.01	**0.414	إذا اضطررت استخدام القوة البدنية لحماية حقي فإنني افعل ذلك
0.05	*0.345	أتخيل أحياناً بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة بعض الأخطاء التي ارتكبتها
0.01	**0.491	الشخص الذي يؤذيني أتمنى له الضرر
0.01	**0.423	عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس أدفعه إلى الانتقام منهم
0.01	**0.644	عندما يحاول البعض إهابتي فإنني أحاول أن أتجاهل ذلك
0.01	**0.417	أفضل أن تلحق بي إصابة بالغة على أن أكون جباناً

* *. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.345 و 0.644) على مجال السيطرة، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.05) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية السيطرة.

الجدول رقم (19): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الكف والدرجة الكلية للبعد .

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.623	يحرر أو يمتع لوني بسهولة
0.01	**0.690	في بعض الأحيان لا أحب رؤية الناس في الشارع أو في مكان عام
0.01	**0.574	ارتباك بسهولة أحيانا
0.05	*0.399	اخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس وهم يتحدثون
0.01	**0.487	يبدو علي الاضطراب والخوف أسرع من الآخرين
0.01	**0.489	ارتباك بسهولة عندما أكون مع أشخاص مهمين أو مع رؤسائي
0.01	**0.460	يظهر علي التوتر والإرهاق بسهولة عند مواجهة أحداث معينة

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
 *. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.399 و 0.690) على مجال الكف، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.05) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس مجال عملية الكف.

7-2-2 صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقاييس السمات الشخصية

جدول رقم (20): معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد السمات الشخصية والدرجة الكلية.

مستوى الدلالة	معامل الارتباط	الأبعاد
0.01	**0.785	العصبية
0.01	**0.737	العدوانية
0.01	**0.738	الاكتئابية
0.05	**0.720	القابلة للاستثارة
0.01	**0.737	الاجتماعية
0.05	*0.606	الهدوء
0.01	**0.553	السيطرة
0.01	**0.713	الكف

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
 *. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتبين من الجدول السابق أن معاملات الارتباط لأبعاد السمات الشخصية تتراوح بين (0.553 و 0.785) وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر أبعاد المقياس صادقة لقياس السمات الشخصية.

7-2-3 الصدق الذاتي لأبعاد مقاييس السمات الشخصية

الجدول رقم (21) : معاملات الصدق الذاتي لأبعاد السمات الشخصية.

عدد العبارات	معامل الصدق الذاتي	المجالات
7	0.847	العصبية

7	0.888	العدوانية
7	0.857	الاكتئابية
7	0.851	القابلة للاستثارة
7	0.803	الاجتماعية
7	0.862	الهدوء
7	0.887	السيطرة
7	0.711	الكف

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الصدق الذاتي المبنية تتراوح بين (0.711 و 0.888) على أبعاد السمات الشخصية، وهذه القيم دالة وقوية وبذلك تعتبر أبعاد المقياس صادقة لقياس أبعاد السمات الشخصية.

7-2-4 ثبات مقياس السمات الشخصية:

تحقق الباحث من ثبات الملاحظة باستخدام طريقة ومعامل ألفا كرونباخ.

7-2-5 طريقة ألفا كرونباخ :

استخدم الباحث طريقة ألفا كرونباخ لقياس ثبات بطاقة الملاحظة كطريقة لقياس الثبات.

الجدول رقم (22): معاملات الثبات لأبعاد السمات الشخصية

معامل ألفا كرونباخ	عدد العبارات	المجالات
0.718	7	العصبية
0.789	7	العدوانية
0.736	7	الاكتئابية

0.725	7	القابلة للاستثارة
0.703	7	الاجتماعية
0.744	7	الهدوء
0.787	7	السيطرة
0.711	7	الكف

ويتبين من خلال الجدول رقم (22) أن معاملات الثبات تراوحت 0.703 و 0.787 وكلها مقبولة، وبذلك يكون قد تأكّد للباحث صدق وثبات المقياس ويكون المقياس في صورته النهائية قابل للتوزيع.

8-منهج الدراسة :

مما لا شك فيه أن أي منجز علمي يطمح إلى الاتصاف بصفة العلمية تجد نفسه مطالبًا بوضع خطة أو طريقة أو منهج يحدد من خلاله الخطوات التي اتبّعها في الوصول إلى النتائج التي حققها ، ومن دون ذلك يعد هذا المنجز عملاً يتّصف بالنشاز وعدم الدقة و المنهجية لذلك نجد أن الضرورة العلمية تقتضي من الباحث استخدام المنهج الوصفي الارتباطي باعتباره المنهج الذي يدرس الظاهرة كما توجد في الواقع ، وبهتم بوصفها وصفاً دقيقاً ، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً ، ويوضح خصائصها ، ويصفها كمياً ، ويوضح مقدارها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى.

9- الأساليب الإحصائية :

لقد قام الباحث بتقريغ وتحليل أداتي الدراسة المقياس من خلال برنامج الإحصائي وتم استخدام الأساليب الإحصائية التالية :

❖ اعتمد الباحث في تحليل البيانات على برنامج **spss**

- ❖ واستخدم الباحث الاختبارات الآتية:
- ❖ اختبار ألفا كرونباخ لمعرفة ثبات عبارات المقياس.
- ❖ معامل ارتباط بيرسون لقياس صدق العبارات.
- ❖ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط.
- ❖ معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين المقاييس

10- إجراءات الدراسة الميدانية :

قام الباحث بالدراسة الميدانية لتوظيف أداتي الدراسة وجمع البيانات تمهيد لتحليلها وتقسيم نتائجها، ومنها قام الباحث بالاتصال بالفرق التي توجد بها أفراد عينة الدراسة وقد تم إبلاغهم بأن إجابتكم ستعامل بسرية تامة، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

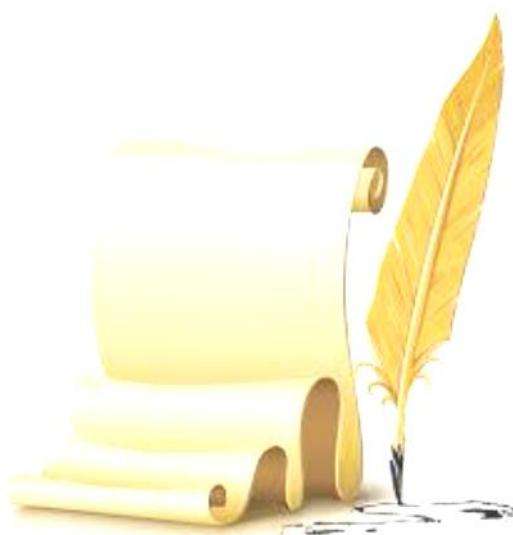
خلاصة:

تناول الباحث في هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية لمعرفة المعلومات التي تخدم موضوع الدراسة والتي كان من بينها تحديد مجتمع عينة الدراسة وتم تحديد المنهج والأدوات العلمية المستخدمة وتطبيق المقياسين على عينة الدراسة والتي كانت عشوائية، وكذا إتباع المنهج الوصفي الارباطي للكشف عن صدق العبارات مع بعد، وصدق بعد مع الدرجة الكلية للمقياس، تم الطرق لحساب الثبات ، والأساليب الإحصائية لكي يتسعى لنا التعليق وتحليل spss نتائج الاستمرارات بصورة واضحة وسهلة قمنا بتحليل النتائج باستخدام برنامج بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج المتحصل عليها من خلال الاستمرارة إلى أرقام وهذا ما سنعرفه من خلال تحليل النتائج في الفصل المولى.

الفصل السادس

عرض وتحليل

النتائج



تہذیب:

تعتبر عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات أو عدم صحتها، ولكن الخلفية النظرية وحدها غير كافية للخروج بنتيجة ذات دلالة علمية، وإنما يجب على الباحث أن يقوم بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على الدراسة بصفة عامة، ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية التي أجريت على لاعبي كرة القدم رابطة باتنة الجهوي الأول، وسنحاول من خلال هذا الفصل إعطاء بعض التحاليل والاستنتاجات لإزالة الغموض المطروح خلال الدراسة، والتي يجب الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظمة حتى تتمكننا من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك.

فقد حرص الباحث أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة، حيث سنقوم بعرض النتائج المسجلة في جداول ومعالجتها بطريقة إحصائية لنقدم من خلالها تحليل لهذه النتائج، وبالتالي الخروج باستنتاج لكل مقياس.

والهدف الرئيسي من هذا الفصل تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية منظمة يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلغة مقاصدها.

اختبار اعتمالية التوزيع لمتغيرات الدراسة:

قبل الشروع في تطبيق الاختبارات الإحصائية المختلفة يجب فهم طبيعة البيانات إذا كانت تتبع التوزيع الطبيعي أم لا فإذا كانت تتبع التوزيع الطبيعي فسوف يتم تطبيق الاختبارات الإحصائية المعلمية البارامترية أما في حالة عدم إتباعها التوزيع الطبيعي فيتم استخدام الاختبارات الإحصائية اللامعلمية البارامترية. (مرات، 2019، ص 63).

بما أن حجم عينة الدراسة الحالية 150 أكبر من 50 سوف يتم الاستدلال بنتائج اختبار كلومونغروف سميرنوف لأنه يعتبر من بين الاختبارات اللامعلمية يستعمل لمعرفة طبيعة توزيع البيانات هل تتبع وفق التوزيع الطبيعي أم لا ، لأن ذلك سوف يحدينا الاختبارات الإحصائية التي تستعمل في قياس الفرضيات المتعلقة بتلك البيانات.

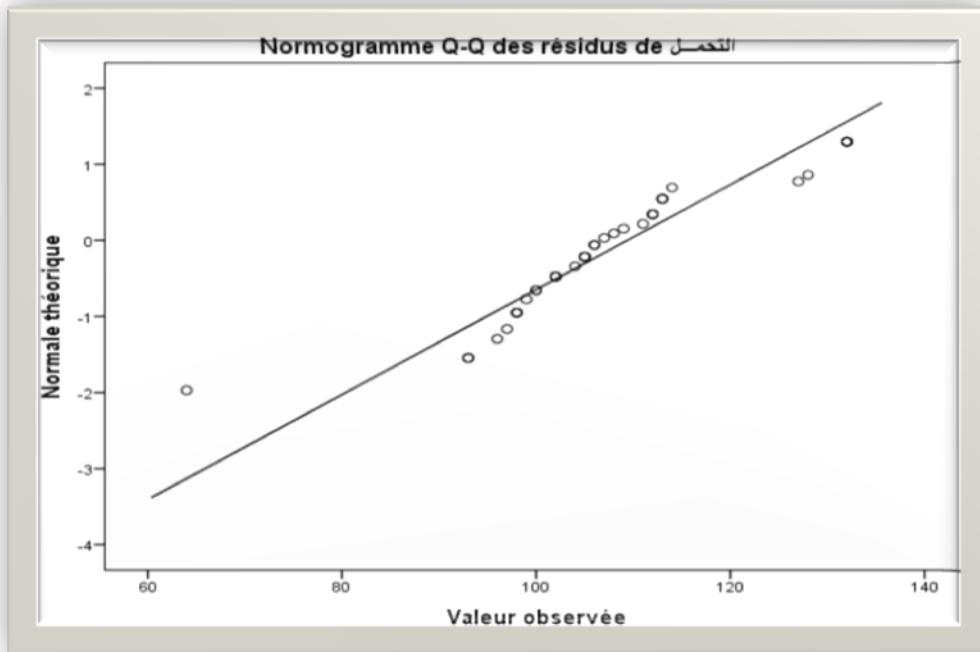
إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي يتم استعمال الإحصاء البارامטרי المعلمي أما إذا توزعت تلك البيانات توزيع غير طبيعي فإنه يتم قياس فرضياتها باستعمال الاختبارات البارامترية لأن كل الاختبارات البارامترية و البارامترية تؤدي نفس الغرض وهو المقارنة وقياس الفرضيات الفروقية.

الجدول (23) يمثل اختبار اعتمالية التوزيع لمتغيرات الدراسة

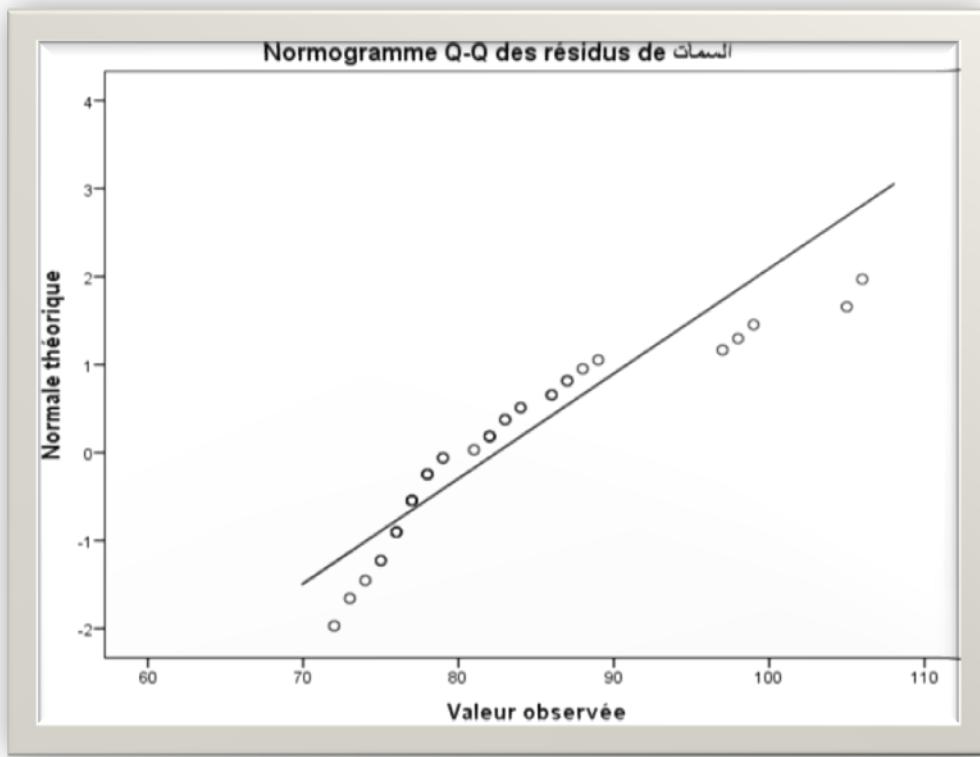
القرار الإحصائي	اختبار Kolmogorov-Smirnov			مقاييس الدراسة
	Statistiques	ddi	sig	
البيانات تتبع التوزيع الطبيعي	0.152	150	0.21	التحمل النفسي
البيانات تتبع التوزيع الطبيعي	0.161	150	0.11	السمات الشخصية

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال نتائج الجدول رقم (23) تم اختبار Kolmogorov-Smirnov على متغيرات الدراسة وهم التحمل النفسي والسمات الشخصية نلاحظ قيمة sig (0.21، 0.11) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذن البيانات تتبع التوزيع الطبيعي، وفي دراستنا هذه يتم استخدام معامل بيرسون للارتباط.



الشكل (01) يمثل انتشار اختبار اعتدالية التوزيع لمقياس التحمل النفسي



الشكل (02) يمثل انتشار اختبار اعتدالية التوزيع لمقياس السمات

من خلال الشكل 1 و 2 نلاحظ نقاط الانتشار تقع قريبة من الخط المستقيم وبالتالي فالبيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

الفرضية الأولى: توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد العصبية للاعب كرة القدم.

الجدول (24) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد العصبية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي
0.271	1.202	سمة العصبية

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (24) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491 ، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة العدوانية 1.202 بانحراف معياري قدره 0.271 .

جدول رقم(25) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العصبية

العصبية	الارتباط	التحمل النفسي
150	عدد أفراد العينة	
** 0.660-	قيمة بيرسون	
0.000	قيمة SIG	
0.01	مستوى الدلالة	
** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)		

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (25) بلغ قيمة معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة العصبية (-0.660) ومستوى المعنوية المحسوبة sig قدرت ب (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01.

العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العصبية المقدرة بقيمة -0.660- تشير إلى وجود علاقة عكسية متوسطة بين هذين المتغيرين ، هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما انخفضت مستوى سمة العصبية لديهم والعكس صحيح ، التحمل النفسي العالي يعكس قدرة اللاعبين على التعامل بفعالية مع الضغوط والتحديات النفسية في كرة القدم، بينما سمة العصبية العالية تشير إلى ميل اللاعبين إلى التوتر والقلق والاستثارة الانفعالية بسهولة ، لذلك فإن اللاعبين ذوي التحمل النفسي العالي لديهم القدرة على التنظيم الذاتي والسيطرة على انفعالاتهم بشكل أفضل، مما يقلل من ظهور سمة العصبية لديهم ، في المقابل اللاعبون ذو سمة العصبية العالية قد يواجهون صعوبة في التعامل مع الضغوط والتحديات النفسية في كرة القدم، مما يؤثر سلباً على مستوى تحملهم النفسي.

الفرضية الثانية: توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد العدوانية للاعب كرة القدم.

الجدول (26) يمثل الخصائص الوصفية لقياس التحمل النفسي وبُعد العدوانية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي
0.252	1.218	سمة العدوانية

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

3.201 من خلال الجدول (26) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 1.218 بانحراف معياري 0.491، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة العدوانية 0.252 معياري قدره 0.252.

جدول رقم (27) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية

العدوانية	الارتباط	التحمل النفسي
150	عدد أفراد العينة	
**0.761-	قيمة بيرسون	
0.000	قيمة SIG	
0.01	مستوى الدلالة	

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (27) بلغ قيمة معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة العدوانية (-0.761) وعند مستوى المحسوبة sig (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، تشير إلى وجود علاقة عكسية قوية بين هذين المتغيرين، هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما انخفض مستوى سمة العدوانية لديهم والعكس صحيح.

الفرد الذي يتمتع بتحمل نفسي قوي غالباً ما يكون أقل عرضة للتفاعلات العدوانية، ويسهم في تقليل العدوانية من خلال زيادة القدرة على إدارة الضغوط والتحكم في الردود العاطفية،

وله دور في تقليل ميل الأفراد إلى العدوانية، عبر قدرتهم على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية والتحديات دون أن تتفاوت سماتهم الشخصية بشكل سلبي ، أما الأفراد الذين يفتقرون إلى التحمل النفسي قد يكونون أكثر عرضة للتصرفات العدوانية، حيث يصبحون أقل قدرة على التحكم في ردود أفعالهم العاطفية، مما يزيد من احتمالية التصرفات العدوانية أو العدائية كوسيلة للتعبير أو الدفاع.

وهذا ما أشار إليه فرايبورج الدرجة العالية لهذا لبعد العدوانية تميز الأفراد الذين يقومون تلقائياً بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية أو التخيلية ويستجيبون بصورة انجعالية، ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراء ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة في أنفسهم، عدم الهدوء وهدم النضج الانفعالي.

الفرضية الثالثة: توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الاكتئابية للاعب كرة القدم.

الجدول (28) يمثل الخصائص الوصفية لقياس التحمل النفسي وبُعد الاكتئابية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي
0.279	1.250	سمة الاكتئابية

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (28) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491 ، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة الاكتئابية 1.250 بانحراف معياري قدره 0.279 .

جدول رقم (29) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الاكتئابية

الاكتئابية	الارتباط	التحمل النفسي
150	عدد أفراد العينة	
** 0.715-	قيمة بيرسون	
0.000	قيمة SIG	
0.01	مستوى الدلالة	

. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).
* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (29) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة الاكتئابية (-0.715) ومستوى المعنوية المحسوبة (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، وهي في المجال العالي عند مستوى المعنوية المحسوبة sig (0.000) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية بين التحمل النفسي وسمة الاكتئابية، هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما انخفض مستوى سمة الاكتئابية لديهم والعكس صحيح.

اللاعبون الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التحمل النفسي عادةً ما يكونون أكثر قدرة على التعامل مع الضغوطات المتزايدة داخل وخارج الملعب دون أن ينعكس ذلك على حالتهم النفسية بشكل سلبي، هذا يعني أنهم قد يكونون أقل عرضة لتطوير أعراض الاكتئابية بسبب الضغوط النفسية المرتبطة بتأديتهم الرياضي، العلاقة العكسية تعكس تأثير التحمل النفسي الضعيف في زيادة عرضة الأفراد للمشاكل النفسية مثل الاكتئاب، لأن التحمل النفسي الجيد

يمكن أن يسهم في الحفاظ على توازن العواطف، مما يقلل من انخفاض المزاج والاكتئاب، والتحمل النفسي الضعيف قد يؤدي إلى تفاقم العواطف السلبية وبالتالي زيادة في الاكتئاب.

الفرضية الرابعة : توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي و بعد القابلة للاستشارة للاعب كرة القدم.

الجدول (30) يمثل الخصائص الوصفية لقياس التحمل النفسي وبعد القابلة للاستشارة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي
0.241	1.260	سمة القابلة للاستشارة

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (31) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491 ، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة القابلة للاستشارة 1.260 بانحراف معياري قدره 0.241 .

جدول رقم(31) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة القابلة للاستشارة

القابلة للاستشارة	الارتباط	التحمل النفسي
150	عدد أفراد العينة	
** 0.706-	قيمة بيرسون	
0.000	SIG	
0.01	مستوى الدلالة	

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (31) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة القابلة للاستثارة (-0.706) ومستوى الدلالة المحسوبة (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، وهي في المجال العالى عند مستوى المعنوية المحسوبة sig (0.000) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية بين التحمل النفسي وسمة القابلة للاستثارة، هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما انخفض مستوى سمة القابلة للاستثارة لديهم والعكس صحيح.

الأشخاص ذوو التحمل النفسي العالى غالباً ما يكونون أكثر قدرة على التعامل مع المواقف الصعبة دون أن ينفجر غضبهم أو يتأثروا بشكل كبير عاطفياً ، والأشخاص الذين يمتلكون سمة القابلة للاستثارة العالية قد يجدون صعوبة في السيطرة على استجاباتهم العاطفية في مواجهة الضغوطات ويميلون إلى تجربة ردود فعل عاطفية قوية على المحفزات الخارجية والأحداث الداخلية ، هذه الردود العاطفية القوية قد تزيد من مستويات الإجهاد والضغط النفسي، مما يؤثر سلباً على التحمل النفسي ، والعلاقة العكسية بين الانفعالية (القابلة للاستثارة) والتحمل النفسي تشير إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بمستويات عالية من الانفعالية قد يكون لديهم مستويات منخفضة من التحمل النفسي ، ما يميز هذا البعد الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية شدة التوتر وضعف المقدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادلة والانزعاج وعدم الصبر والغضب والامتحانات العدوانية عند الإحباط وسرعة التأثر .

الفرضية الخامسة : توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الاجتماعية للاعب كرة القدم.

الجدول (32) يمثل الخصائص الوصفية لمقاييس التحمل النفسي وبُعد الاجتماعية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي
0.274	1.360	سمة الاجتماعية

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (32) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491 ، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة الاجتماعية 1.360 بانحراف معياري قدره 0.274 .

جدول رقم(33) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الاجتماعية

ال社会效益	الارتباط	التحمل النفسي
150	عدد أفراد العينة	
0.732	قيمة بيرسون	
0.000	قيمة SIG	
0.01	مستوى الدلالة	

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)

* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (33) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة الاجتماعية (0.732) ومستوى الدلالة المحسوبة (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، وهي في المجال العالي عند مستوى المعنوية المحسوبة sig (0.000) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية قوية بين التحمل النفسي وسمة الاجتماعية هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما ارتفعت مستوى سمة الاجتماعية لديهم.

الأشخاص الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التحمل النفسي غالباً ما يكونون أكثر قدرة على التفاعل بشكل هادئ ومتزن في العلاقات الاجتماعية ، يمكنهم التعامل مع التوترات والصراعات بطريقة تساعد في الحفاظ على العلاقات بشكل جيد وتعزيز الثقة والتواصل الفعال مع الآخرين، أما الأشخاص الذين يتمتعون بسمة اجتماعية قوية هم أكثر قدرة على الحصول على الدعم الاجتماعي والمساعدة من الآخرين في فترات الضغط النفسي ، هذا يمكن أن يعزز من قدرتهم على التكيف والتعامل مع التحديات بشكل أفضل.

التحمل النفسي وسمة الاجتماعية تتعاونان معاً لدعم صحة العلاقات الاجتماعية للفرد، حيث يساهم كل منهما في تعزيز قدرة الفرد على التكيف والاستجابة بشكل إيجابي ، حيث يساهم كل منهما في دعم وتعزيز الآخر في سياق العلاقات الاجتماعية والتفاعلات اليومية مع الآخرين.

الفرضية السادسة: توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي و**بعد الهدوء للاعب كرة القدم**.

الجدول (34) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي و**بعد الهدوء**

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي

0.239	1.419	سمة الهدوء
-------	-------	------------

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (34) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة الهدوء 1.419 بانحراف معياري قدره 0.239.

جدول رقم (35) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الهدوء

الارتباط		التحمل النفسي
الهدوء	عدد أفراد العينة	
150	قيمة بيرسون	
** 0.762	قيمة SIG	
0.000	مستوى الدلالة	
0.01		

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (35) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة الهدوء (0.762) ومستوى المعنوية المحسوبة (0.000) وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، وهي في المجال العالي عند مستوى المعنوية المحسوبة sig (0.000) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية قوية بين التحمل النفسي وسمة الهدوء، هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما ارتفعت مستوى سمة الهدوء لديهم.

الأفراد الذين يجمعون بين التحمل النفسي العالي وسمة الهدوء غالباً ما يكونون قادرين على التعامل بشكل فعال مع التحديات اليومية ، هم يتمتعون بقدرة على الصمود والتفكير الوعي ، مما يساعدهم على تقليل مستوى التوتر والتآكل بشكل أفضل مع الظروف المتغيرة ، لأن التحمل النفسي العالي يعني أن الفرد يمتلك مهارات للتحكم في ردود أفعاله العاطفية ، إذا كان الفرد أيضاً يتمتع بسمة الهدوء ، فإنه من المحتمل أن يستجيب بطريقة هادئة ومتوازنة للمواقف العاطفية المحفزة ، مما يساعد على الحفاظ على استقراره العاطفي ..

الفرضية السابعة : توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد السيطرة للاعب كرة القدم.

الجدول (36) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد السيطرة

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
0.491	3.201	التحمل النفسي
0.198	1.330	سمة السيطرة

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (36) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491 ، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة السيطرة 1.330 بانحراف معياري قدره 0.198 .

جدول رقم(37) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة السيطرة

السيطرة	الارتباط
150	عدد أفراد العينة

** 0.638	قيمة بيرسون	التحمل النفسي
0.000	قيمة SIG	
0.01	مستوى الدلالة	

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (37) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة السيطرة (0.638) مستوى المعنوية المحسوبة (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، وهي في المجال المتوسط عند مستوى المعنوية المحسوبة sig (0.000) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية متوسطة بين التحمل النفسي وسمة السيطرة.

الأفراد الذين يتمتعون بالتحمل النفسي وسمة السيطرة يمكن أن يكونوا أكثر مرونة في التعامل مع التغييرات والظروف المتغيرة في الحياة ، ويستطيعون التكيف بسلامة مع التحديات الجديدة وتغييرات البيئة ، عادةً ما يكونون أكثر استقلالية في اتخاذ القرارات وتحقيق أهدافهم الشخصية والمهنية ، هم قادرون على التفاعل بفعالية مع الآخرين ، وفي الوقت نفسه يحتفظون بالقدرة على السيطرة على مسارات حياتهم ، كذلك يستطيعون التكيف بسلامة مع التحديات الجديدة وتغييرات البيئة .

الفرضية الثامنة : توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبُعد الكف للاعبي كرة القدم.
الجدول (38) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد الكف

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
-------------------	-----------------	-------

0.491	3.201	التحمل النفسي
0.221	1.223	سمة الكف

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال الجدول (38) بلغت قيمة التحمل النفسي بمتوسط حسابي عالي 3.201 بانحراف معياري 0.491، في حين بلغ المتوسط الحسابي لسمة الكف 1.223 بانحراف معياري قدره 0.221.

جدول رقم(39) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الكف

الكف		الارتباط		التحمل النفسي	
150		عدد أفراد العينة			
**0.253		قيمة بيرسون			
0.002		قيمة SIG			
0.01		مستوى الدلالة			

** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)
* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (39) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمة الكف (0.253) ومستوى المعنوية المحسوبة (0.000)، وهي دالة عند مستوى الدلالة 0.01، وهي في المجال الضعيف عند مستوى المعنوية المحسوبة sig (0.000) مما يدل على وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين التحمل النفسي وسمة الكف.

الأفراد ذو التحمل النفسي العالي وسمة الكف القوية يكونون قادرين على تحديد الأهداف بوضوح ووضع خطط محكمة لتحقيقها ، هم يستطيعون التخطيط للمستقبل واتخاذ القرارات الصعبة بشكل مستقل ومدروس ، ويتم تعون بقدرة على التعامل بشكل هادئ ومنظم مع الضغوط النفسية ، ويمكن أن يبقوا هادئين ومنتظمين في التفكير والعمل حتى في وجه التحديات الكبيرة ، كذلك يتمتعون بمرنة أكبر في التعامل مع التغيرات والظروف المتغيرة وهم قادرون على التكيف مع التحديات الجديدة والمواقف الغير متوقعة بشكل أفضل من غيره .

الفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي و **أبعاد السمات الشخصية للاعب كرة القدم.**

جدول رقم(40) العلاقة بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية

أبعاد السمات الشخصية	قيمة بيرسون	الارتباط
العصبية	**-0.660	
العدوانية	**-0.761	
الاكتتابية	**-0.715	
القابلة للاستثارة	**-0.706	التحمل النفسي
الاجتماعية	**0.732	
الهدوء	**0.762	
السيطرة	**0.638	

الكف	** 0.253	
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)		
*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)		

يتضح لنا من الجدول(40) وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية سالبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 بين التحمل النفسي وأبعاد مقياس السمات الشخصية التالية(العصبية، العدوانية، الاكتئابية ، القابلة للاستثارة) حيث تراوحت قيم معامل الارتباط(- 0.660 و - 0.761)، ووجود علاقة ارتباطية طردية موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 بين التحمل النفسي وأبعاد مقياس السمات الشخصية التالية(الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف) حيث تراوحت قيم معامل الارتباط(0.253 و 0.762).

العلاقة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية

العصبية تتميز بمستويات عالية من القلق والتوتر والعاطفية السلبية ، الأفراد ذو مستويات مرتفعة من العصبية غالباً ما يظهرون مستويات منخفضة من التحمل النفسي ، فالعصبية مرتبطة بصعوبة التكيف مع الضغوط والتعامل معها بفعالية .

العدوانية تتضمن سمات مثل العدائية والعنف والغضب ، الأفراد العدوانيون قد يُظهرون مستويات متباعدة من التحمل النفسي ، فالعدوانية قد تساعد في التعامل مع بعض المواقف الضاغطة، لكنها قد تؤدي أيضاً إلى ردود فعل اندفاعية وغير مناسبة.

الاكتئابية تتميز بمشاعر الحزن والإحباط والشعور بالعجز ، الأفراد ذوو السمات الاكتئابية عادةً ما يُظهرون مستويات منخفضة من التحمل النفسي ، فالاكتئاب مرتبط بضعف القدرة على المواجهة والتكيف مع الضغوط، الأفراد الإكتئابيون قد يشعرون بالاستسلام والعجز عن التعامل مع التحديات

القابلية للاستثارة تتضمن سرعة الاستجابة الانفعالية والحساسية المفرطة ، الأفراد ذوو القابلية العالية للاستثارة غالباً ما يُظهرون مستويات منخفضة من التحمل النفسي ، فالاستجابات العاطفية المفرطة تجعل من الصعب عليهم التعامل بفعالية مع الضغوط ، أما القدرة على ضبط الانفعالات وتنظيمها هي أمر حيوي للتحمل النفسي بشكل عام.

الاجتماعية تتمثل في القدرة على إقامة علاقات اجتماعية والتفاعل مع الآخرين ، الأفراد الاجتماعيون غالباً ما يُظهرون مستويات عالية من التحمل النفسي ، فالدعم الاجتماعي والعلاقات الإيجابية تُساعد في التعامل مع الضغوط بفعالية ، والاجتماعية مرتبطة بالقدرة على طلب المساعدة والاستفادة من الموارد المتاحة.

الهدوء يتضمن سمات مثل الاسترخاء والاتزان الانفعالي ، الأفراد الهدئون عادةً ما يُظهرون مستويات مرتفعة من التحمل النفسي ، فالقدرة على الحفاظ على الهدوء في مواجهة الضغوط تُعزز القدرة على المواجهة والتكيف والمرنة الانفعالية والقدرة على ضبط الذات هي أمور حيوية للتحمل النفسي.

- السيطرة تتضمن سمات مثل الاستقلالية والفاعلية الذاتية ، الأفراد ذوو السيطرة المرتفعة غالباً ما يُظهرون مستويات عالية من التحمل النفسي ، فالشعور بالقدرة على التحكم في الأمور والتأثير عليها يُعزز القدرة على المواجهة ، أما الشعور بالعجز والافتقار إلى السيطرة قد يُضعف التحمل النفسي.

- الكف يتمثل في القدرة على ضبط الانفعالات والتحكم في السلوكيات ، الأفراد ذوو الكف المرتفع عادةً ما يُظهرون مستويات عالية من التحمل النفسي ، فالقدرة على تأجيل الإشباع والتصرف بحكمة تُعزز المواجهة الفعالة للضغط، أما ضعف الكف مرتبط بسلوكيات متهدمة وردود فعل عاطفية مفرطة.

السمات الشخصية السلبية كالعصبية والاكتئابية والقابلية للاستثارة مرتبطة بانخفاض مستويات التحمل النفسي تُضعف التعامل مع الضغوط، بينما السمات الشخصية الإيجابية كالاجتماعية والهدوء والسيطرة والكف تُعزز قدرة الفرد على التحمل النفسي والتعامل بفعالية مع الضغوط.

خلاصة:

وهذا الفصل ذو أهمية كبيرة في البحوث العلمية حيث أنه لا يخلو أي بحث من وجود هذا الفصل من بين فصول الدراسة لأنه يعتبر الركيزة الأساسية والذي يبين نتائج الدراسة والجانب التطبيقي لكل حيث يربط الباحث النتائج المتحصل عليها بعد تحليلها ومناقشتها مع الخلفية النظرية والجانب النظري ككل ومن خلال هذا الفصل يصل الباحث ويتتمكن من الخروج بالاستنتاجات النهائية لموضوع دراسته، وهذا ما يمكنه من إعطاء اقتراحات وأفاق مستقبلية للدراسة.

الفصل السادس

مناقشة النتائج



مناقشة الفرضيات:

الفرضية الأولى: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمة العصبية للاعب كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدولين (24) (25) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسيّة بين التحمل النفسي وبُعد سمة العصبية والتي قدرت -0.660 عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة عكسيّة متوسطة سالبة بين التحمل النفسي وسمة العصبية، كلما زاد التحمل النفسي انخفضت سمة العصبية

وتتفق مع دراسة محمد خير الدين صالح الطائي والتي كانت بعنوان: الضغوط النفسيّة وعلاقتها ببعض السمات الشخصية الذي توصل في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة العصبية زادت الضغوط النفسيّة ، اتفقت مع دراسة لباد معمراً علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، الذي توصل في نتائجه على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 ارتباط قوي عكسي بين التماسك الاجتماعي وسمة العصبية، كذلك تتفق مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة بعنوان سمات الشخصية بالاحتراف النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمة العصبية والاحتراف النفسي ، وتخالف مع دراسة سليماني رحمة بعنوان السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل جائحة كوفيد 19 وتأثيرها على التوافق المهني، التي توصلت إلى أغلبية أساندنة التربية البدنية كانت لهم درجة عالية من سمة العصبية ، وتخالف مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة بين سمة العصبية ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

ويعزو الباحث هذه العلاقة العكسية المتوسطة بين التحمل النفسي وسمة العصبية تؤكّد على الأهمية البالغة لتطوير التحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم كأحد العوامل الرئيسية لتحسين أدائهم وتحقيق النجاح في المنافسات

الفرضية الثانية: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمة العدوانية للاعبين كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدولين (26) (27) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبُعد سمة العدوانية والتي قدرت -0.761 - عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة عكسية قوية سالبة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية، كلما زاد التحمل النفسي انخفضت سمة العدوانية.

وهذا ما توصل إليه محمد خير الدين صالح الطائي والتي كانت بعنوان: "الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة العدوانية زادت الضغوط النفسية، اتفق مع دراسة لباد معمراً علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم، الذي توصل في نتائجه على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 ارتباط قوي عكسي بين التماسك الاجتماعي وسمة العدوانية، واختلفت مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة سمات الشخصية بالاحتراف النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة سلبية بين سمة العدوانية والاحتراف النفسي ، وتفق مع دراسة سربوت عبد المالك بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتمدرسين الذي توصل إلى سمة العدوانية تميز الدافع المنخفض للإنجاز، وتخالف مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة بين سمة العدوانية ودافعية الإنجاز لدى القائمين المشاركين في الرياضة المدرسية.

ويعزى الباحث هذه العلاقة العكسية المتوسطة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية الأفراد الذين يفتقرن إلى التحمل النفسي قد يكونون أكثر عرضة للتصرفات العدوانية ، ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة في أنفسهم.

الفرضية الثالثة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمة الاكتئابية للاعب كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدولين (28) (29) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبُعد سمة الاكتئابية والتي قدرت -0.715 - عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة عكسية قوية سالبة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية، كلما زاد التحمل النفسي انخفضت سمة الاكتئابية.

وهذا ما توصل إليه محمد خير الدين صالح الطائي والتي كانت بعنوان: "الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة الاكتئابية زادت الضغوط النفسية، واتفقت مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة سمات الشخصية بالاحتراق النفسي لمدرب أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمة الاكتئابية والاحتراق النفسي، وتحتّل مع دراسة سريوت عبد المالك بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتمدرسين الذي توصل إلى سمة الاكتئابية تميز الدافع المرتفع للإنجاز، واتفقت مع دراسة بن التومي بعنوان التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة الذي توصل إلى توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة ، واحتلّت مع دراسة إسماعيل طه الدليمي بعنوان التحمل النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى جامعة بغداد الذي توصل إلى توجد علاقة طردية بين التحمل النفسي وفاعلية الذات ، وتحتّل مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بداعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركون في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية

موجبة قوية بين سمة الاكتئابية ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، وتخالف مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة قوية بين سمة الاكتئابية ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

ويعزى الباحث هذه العلاقة العكسية القوية بين التحمل النفسي وسمة الاكتئابية تعكس تأثير التحمل النفسي الضعيف في زيادة عرضة الأفراد للمشاكل النفسية وتفاقم العواطف السلبية وبالتالي زيادة في الاكتئابية ، وسمة الاكتئابية تشير إلى ميل الناس للانتكاس في حالة المزاج السلبي ويتأثرون بالضغوط النفسية،

الفرضية الرابعة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبعد سمة القابلة للاستثارة للاعبي كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدولين (30) (31) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبعد سمة العدوانية والتي قدرت -0.706 - عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة عكسية قوية سالبة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية، كلما زاد التحمل النفسي انخفضت سمة القابلة للاستثارة.

وهذا ما توصل إليه محمد خير الدين صالح الطائي والتي كانت بعنوان: "الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة القابلة للاستثارة زادت الضغوط النفسية، اختلفت مع دراسة حريري عبد النور بعنوان أنماط الشخصية والاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالتوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي عند رياضيي كرة السلة الذي توصل إلى عدم وجود علاقة ارتباطية بين الاستثارة الانفعالية و أبعاد التفوق الرياضي، واتفق مع دراسة روحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحتراق النفسي لمدربى أندية كرة

القدم لولية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمة القابلة للاستثارة والاحترق النفسي، واتفقت مع دراسة سعدون شعيب بعنوان علاقة التدريب العقلي بالتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم بحث وصفى على بعض أندية كرة القدم للرابطة الجزائرية المحترفة الأولى، الذي توصل إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الاسترخاء والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم، وتخالف مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة ضعيفة بين سمة القابلة للاستثارة ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

ويعزو الباحث هذه العلاقة العكسية المتوسطة بين التحمل النفسي وسمة القابلة للاستثارة، أن الأشخاص الذين يمتلكون سمة القابلة للاستثارة العالية قد يجدون صعوبة في السيطرة على استجاباتهم العاطفية في مواجهة الضغوطات ويميلون إلى تجربة ردود فعل عاطفية قوية على المحفزات الخارجية والأحداث الداخلية.

الفرضية الخامسة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمة الاجتماعية للاعب كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدولين (32) (33) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبُعد سمة الاجتماعية والتي قدرت 0.732 عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة طردية قوية موجبة بين التحمل النفسي وسمة الاجتماعية، كلما زاد التحمل النفسي ارتفعت سمة الاجتماعية.

وتفق مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين سمة الاجتماعية ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة

المدرسية، وهذا ما توصل إليه محمد وداك في دراسته والتي كانت بعنوان "السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة الاجتماعية زادت درجات تماسك الفريق، واتفقت مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة عكسية بين سمة الاجتماعية والاحترق النفسي، وتنقق مع دراسة سريوت عبد المالك بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتمدرسين الذي توصل إلى سمة الاجتماعية تميز الدافع المرتفع للإنجاز ، واتفقت مع دراسة لباد معمر علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، الذي توصل في نتائجه على وجود ارتباط قوي طردي بين التماسك الاجتماعي وسمة الاجتماعية.

ويعزى الباحث العلاقة أن التحمل النفسي وسمة الاجتماعية يساهم كل منهما في تعزيز قدرة الفرد على التكيف والاستجابة بشكل إيجابي وصحي في البيئات الاجتماعية المختلفة.

الفرضية السادسة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمة الهدوء للاعبى كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدولين (34) (35) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبُعد سمة الهدوء والتي قدرت 0.762 عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة طردية قوية موجبة بين التحمل النفسي وسمة الهدوء ، كلما زاد التحمل النفسي ارتفعت سمة الهدوء.

وتفق مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بداعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين سمة الهدوء وداعية الإنجاز لدى القائمين على المدارس في الرياضة المدرسية، وهذا ما توصل إليه محمد وداك في دراسته والتي كانت بعنوان "السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة الهدوء زادت

درجات تماسك الفريق ، اتفقت مع دراسة لباد معمراً علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، الذي توصل في نتائجه على وجود ارتباط قوي طردي بين التماسك الاجتماعي وسمة الهدوء.

ويعلو الباحث أن العلاقة بين التحمل النفسي العالي وسمة الهدوء تساهم في تعزيز قدرة الفرد على النجاح والتكيف مع الضغوط الحياتية والاحتفاظ بتوزن عاطفي وعقلي في مختلف الظروف، والاستقرار النفسي في مواجهة التحديات الحياتية المختلفة.

الفرضية السابعة: توجد علاقة بين التحمل النفسي و بعد سمة السيطرة للاعب كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدولين (36) (37) أثبتت وجود علاقة ارتباطية طرديّة بين التحمل النفسي وبُعد سمة السيطرة والتي قدرت 0.638 عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة متوسطة قوية موجبة بين التحمل النفسي وسمة السيطرة ، كلما زاد التحمل النفسي زادت سمة السيطرة.

وتتفق مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين سمة السيطرة ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، وهذا ما توصل إليه محمد ودالك في دراسته والتي كانت بعنوان "السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة السيطرة زادت درجات تماسك الفريق ، واختلفت مع دراسة روحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة موجبة بين سمة السيطرة والاحترق النفسي.

ويعزو الباحث العلاقة بين التحمل النفسي وسمة السيطرة ترکز على كيفية تؤثر هاتان السمتين على قدرة الفرد على التحكم في حياته والتفاعل مع التحديات النفسية والعواطف التحمل النفسي وسمة السيطرة تتعاونان معًا لتعزيز قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط النفسية، وتحقيق الأهداف الشخصية، والحفاظ على استقراره العاطفي والعقلي في مختلف جوانب الحياة.

الفرضية الثامنة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمة الكف للاعبى كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدولين (38) (39) أثبتت وجود علاقة ارتباطية طردية بين التحمل النفسي وبُعد سمة الكف والتي قدرت 0.253 عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة طردية ضعيفة موجبة بين التحمل النفسي وسمة الكف ، كلما زاد التحمل النفسي زادت سمة الكف.

وتنقق مع دراسة عياد مصطفى بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية موجبة متوسطة بين سمة الكف ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، وهذا ما توصل إليه محمد وداك في دراسته والتي كانت بعنوان "السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق" في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة الكف زادت درجات تماسك الفريق ، واحتللت مع دراسة روحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحتراف النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة موجبة بين سمة الكف والاحتراف النفسي ، واحتللت مع دراسة لباد معمرا علاقه السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، الذي توصل في نتائجه على عدم وجود ارتباط بين التماسك الاجتماعي وسمة الكف.

ويعزى الباحث العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الكف يعملاً سوياً لتعزيز قدرة الفرد على التحكم في حياته وتحقيق أهدافه بفعالية، والتفاعل مع التحديات والظروف المتغيرة بشكل أكثر نجاحاً واستقلالية ، وما يميز هذا البعد لقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وخاصة في المواقف الاجتماعية

مناقشة الفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي و **أبعاد السمات الشخصية للاعب كرة القدم.**

من خلال النتائج المتوصّل إليها في الجدول (40) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسيّة بين التحمل النفسي و(سمة العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلة للاستثارة) والتي تراوحت بين 0.660-0.761، عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة عكسيّة من متّوسطة إلى قوية سالبة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية السليمة كالعصبية والاكتئابية والقابلة للاستثارة وهي مرتبطة بانخفاض مستويات التحمل النفسي **تُضعف التعامل مع الضغوط،**

ومن النتائج المتوصّل إليها في الجدول (40) أثبتت وجود علاقة ارتباطية طردية بين التحمل النفسي و (سمة الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف) والتي تراوحت بين 0.253 و- 0.762، عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة طردية من ضعيفة إلى قوية موجبة بين التحمل النفسي والسمات الشخصية الإيجابية كالاجتماعية والهدوء والسيطرة والكف ، التي **تعزز قدرة الفرد على التحمل النفسي والتعامل بفعالية مع الضغوط.**

الاستنتاجات:

- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية متوسطة بين التحمل النفسي وبُعد سمة العصبية للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وبُعد سمة العدوانية للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وبُعد سمة الاكتئابية للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وبُعد سمة القابلة للاستثارة للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة طردية بين طردية التحمل النفسي وبُعد سمة الاجتماعية للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة طردية بين طردية التحمل النفسي وبُعد سمة الهدوء للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة طردية متوسطة التحمل النفسي وبُعد سمة السيطرة للاعب كرة القدم.
- توجد علاقة طردية ضعيفة التحمل النفسي وبُعد سمة الكف للاعب كرة القدم.
- مستوى التحمل النفسي مرتفع للاعب كرة القدم
- السمات الظاهرة هي الهدوء والاجتماعية والقليلة هي العدوانية والعصبية

الاقتراحات:

- تدريب التحكم بالضغط من خلال محاكاة الضغوطات في التدريبات لتعلم الاستجابة الفعالة في الظروف الحقيقة.
- تعزيز قدرة اللاعبين على تحويل الأفكار السلبية إلى إيجابية، مما يساعدهم على التعامل مع التحديات والضغوطات بشكل أفضل.
- تطمية مهارات التعاون تعليم اللاعبين كيفية العمل بشكل فعال في فريق، وفهم أهمية تبادل الأدوار والدعم المتبادل.

- بناء الثقة بين اللاعبين من خلال تعزيز الروابط الاجتماعية داخل الفريق وتعزيز الانسجام الجماعي.
- تعزيز الانضباط الذاتي من خلال تطوير روتين يومي صارم والالتزام بالتدريبات والتعليمات الفنية.
- من المهم تدريب اللاعبين على كيفية التعامل مع الإصابات البدنية والهزائم بشكل بناء يمكن تعزيز التحمل النفسي من خلال الانتعاش النفسي والبدني، وتحليل الأخطاء للتعلم منها بدلاً من الانغماض في الإحباط.
- تعزيز مهارات التركيز والانتباه يمكن أن يساعد اللاعبين على التعامل مع المواقف الصعبة أثناء المباريات.
- تعزيز الانضباط الشخصي والالتزام بالتدريبات والتعليمات الفنية، مما يسهم في تحسين الأداء العام للفريق.
- توفير دعم للأفراد في التعامل مع التوترات الشخصية الخارجة عن اللعب، مثل العلاقات الشخصية والضغوطات العائلية.

حاتمة



وصل الباحث في الأخير، وهذا بعد بذل مجهد في العمل والبحث والتحليل حيث أظهرت النتائج المتحصل عليها أن التحمل النفسي هو القدرة على التكيف والتغلب على الضغوط والتحديات المرتبطة بممارسة كرة القدم على المستوى الاحترافي ، وقد أظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم، وتوصل من خلال ذلك إلى إثبات جميع الفرضيات المقترحة والتي تمثل محتواه ١ التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم صنف أكابر، حيث اتضح أنه كلما كان اللاعب يحمل سمات إيجابية وهي (الاجتماعية، الهدائة، السيطرة، الكف)، كان لها دور مهم في رفع درجة التحمل النفسي بالنسبة للاعب كرة القدم، فلللاعبون ذو التحمل النفسي المرتفع غالباً ما يتمتعون بسمات شخصية إيجابية مثل القدرة على التركيز والضبط الانفعالي والثقة بالنفس والمرؤنة ، هذه السمات تساعدهم على التعامل بفعالية مع الضغوط والتشتتات التي قد تواجههم أثناء المباريات والتدريبات ، وكلما كان اللاعب يحمل سمات سلبية وهي (العصبية، العدوانية، القابلة للاستثارة، الاكتئابية أثرت في رفع درجة التحمل النفسي بالنسبة للاعبين حسب معاملات ارتباطها ، من ناحية أخرى اللاعبون ذو التحمل النفسي المنخفض عادة ما يعانون من سمات سلبية مثل القلق والتوتر والعصبية وتشتت الانتباه، هذه السمات تجعلهم أكثر عرضة للتأثير بالضغط وصعوبة التكيف مع المتطلبات الشاقة لكرة القدم الاحترافية ، فهناك ارتباط وثيق بين التحمل النفسي والسمات الشخصية للاعب كرة القدم.

وأوصى الباحث في حدود الدراسة ونتائجها ب:

- ضرورة اهتمام المدرب والمسيرين بمشاكل اللاعبين ومعرفة مشاكلهم وأسباب ابتعادهم عن المنافسة ونتائجهم السلبية وضرورة التمحور حول اللاعب الذي يعتبر جوهر العملية التدريبية.
- تطوير التحمل النفسي لدى اللاعبين من خلال برامج التدريب النفسي يمكن أن يحسن من سماتهم الشخصية ويساعدهم على التفوق في هذه الرياضة.

- يوصي الباحث بإجراء دراسات مماثلة كالتحمل النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى في رياضات مختلفة وعلى مجتمع من مختلف الربابطات.

كتائبة
المصادر
والمراجع



قائمة المصادر والمراجع:

القرآن الكريم

القواميس:

1. المنجد في اللغة والإعلام، (1986)، ط 2 ، دار المشرق، بيروت، لبنان.

الكتب بالعربية:

2. بلقاسم سلطانية، حنان جيلالي ، (2000)، منهجية العلوم الاجتماعية ، دار الهدى، عين مليلة، الجزائر.

3. - جميل رومي، (1986)، فن كرة القدم، دار النقاش، بيروت.

4. محمد نصر الدين رضوان، (2002)، الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البنية والرياضية ، دار الفكر العربي.

5. حسين السيد أبو عده، (2012)، الإعداد المهاري للاعب كرة القدم (النظرية والتطبيق)، مكتبة الإشاع الفنية، الإسكندرية.

6. رشيد زرواتي، (2007)، مناهج وأدوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية ، ط1،دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع،الجزائر.

7. أحمد زكي صالح، (1972)، علم النفس التربوي، ط3، دار النهضة العربية، بيروت.

8. أحمد عزت راجح ، (1970)، أصول علم النفس ، ط4، دار الفكر العربي للطباعة والنشر ، القاهرة.

9. أحمد محمد عبد الخالق، (1983)، الأبعاد الأساسية للشخصية ، ط2، الدار الجامعية للطباعة والتوزيع، بيروت.

10. احمد محمد عبد الخالق، (1991)، أسس علم النفس ، دار المعرف الجامعية، الإسكندرية.

11. أحمد يحيى الزق، (2009)، علم النفس، ط1، دار وائل للنشر ، بيروت.

12. إخلاص محمد عبد الحفيظ وآخرون ، (2004)، علم النفس الرياضي ، بدون طبعة، الدار العالمية للنشر والتوزيع.
13. ارنوف ونتج، (1988)، سلسلة ملخصات شوم ، نظريات ومسائل في مقدمه علم النفس، دار المريخ للنشر، الرياض.
14. أسامة كامل راتب ، (1995)، علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
15. أسامة كامل راتب ، (2000)، علم النفس الرياضي ، المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي القاهرة.
16. تيد لندز من وسيدني جورارد (1988)، الشخصية السليمة ، ترجمة موفق الحمداني، جامعة بغداد، مطبعة التعليم العالي.
17. تيرس عود يشو أنويا ، (1998)، دليل الإعداد النفسي في رياضة المستويات العليا ، كلية التربية الرياضية للبنات، بغداد.
18. جولييان روتز ترجمة عطية محمود هنا، مراجعة محمد عثمان نجاتي ، (1980)، علم النفس الإكلينيكي ، بدون طبعة، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
19. حازم علوان منصور ، (2009)، سلسلة محاضرات علم النفس قوة التحمل النفسي.
20. حازم علوان منصور ، أرى أنور زبير ، (2016)، التحمل النفسي للاعبين في كرة القدم، ط1، مؤسسة عالم الرياضة للنشر والتوزيع، الإسكندرية.
21. حسين حريم ، (1997)، السلوك التنظيمي سلوك الأفراد في المنظمات ، دار زهراء للنشر ، عمان.
22. حكمت دور الحلو ، ورزيق خليفة العكروتى ، (1998)، مدخل على علم النفس، بدون طبعة، المكتب المصري لتوزيع المطبوعات ، القاهرة.

23. حلمي المليجي ، (2001)، علم نفس الشخصية ، ط1، دار النهضة العربية ،
ببيروت، لبنان.
24. حلمي المليجي ، (1985)، علم النفس المعاصر ، ط7، مطبعة الجمهورية،
الإسكندرية.
25. رمضان محمد القذافي ، (1996)، الشخصية: نظرياتها اختباراتها وأساليب
قياسها ، ط2، دار الكتب الوطنية، ليبيا.
26. رمضان محمد القذافي ، (2001)، الشخصية: نظرياتها اختباراتها وأساليب
قياسها ، بدون طبعة، دار الكتب، المكتب الجامعي الحديث.
27. ريتشارد ب. لازاروس ترجمة سيد محمد غنيم ، (1980)، "الشخصية" ، بدون
طبعة، مراجعة محمد عثمان تجاني، ديوان المطبوعات الجامعية، بن
عكnon،الجزائر.
28. سعد عبد الرحمن (1983)، القياس النفسي، ط2 ، مكتبة الفلاح، الكويت.
29. سيد أحمد غنيم ، (1975)، سيكولوجية الشخصية ، بدون طبعة، دار النهضة
العربية، القاهرة.
30. سيموند فرويد، ترجمة عثمان نجائي ، (1982)، الأنما والمهو ، ط4، الشروق،
القاهرة، مصر.
31. صالح حسن الدهري، ناضم هاشم العبيدي ، (1999) ،"الشخصية و الصحة
النفسية" ، مؤسسة حمادة و دار الكندي.
32. عبد الحفيظ مقدم ، (1993)، الإحصاء والقياس النفسي ، الجزائر، ديوان
المطبوعات الجامعية.
33. عبد الحميد نشواني ، (1993)، علم النفس التربوي ، ط6، مؤسسة الرسالة،
ببيروت.
34. عبد الرحمن صالح الأزرق ، (2000)، علم النفس التربوي للمعلمين ، بدون
طبعة، مكتبة طرابلس العلمية العالمية، ليبيا.

35. عبد الرحمن عدس ، ومحي الدين توق ، (1986)، مدخل إلى علم النفس ، بدون طبعة، دار جون وايلي وأبناؤه، القاهرة.
36. عبد الستار جبار الصمد ، (2006)، فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة تحليل تدريب قياس، ط1، دار الفكر العربي للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
37. عبد السلام حامد زهران ، (2005)، التوجيه والإرشاد النفسي ، ط 4، عالم الكتب، القاهرة.
38. عبد الواحد إبراهيم، (2014)، الشخصية الإنسانية واضطراباتها النفسية رؤية في إطار عل النفس الإيجابي، الوراق للنشر والتوزيع، عمان.
39. عقيل عبد الله الكاتب وآخرون ، (1987)، الإدارة والتنظيم في التربية والرياضية ، دار الكتب للطباعة والنشر ، بغداد.
40. علي حسن أبو جاموس (2012)، المعجم الرياضي ، ط1، دار أسامة للنشر والتوزيع ، عمان الأردن.
41. عيسوي عبد الرحمن (1982)، اتجاهات جديدة في علم النفس الحديث " بدون طبعة، دار النهضة العربية، القاهرة.
42. فالادون .س.ك ، ترجمة علي المصري ، (1992)، نظريات الشخصية ، المؤسسة الجامعية للدراسات ، بيروت.
43. فراج عثمان لبيب ، وعبد الغفار عبد السلام ، (1990)، الشخصية والصحة النفسية ، بدون طبعة، مكتبة العرفان، بيروت.
44. فؤاد حيدر ، (1990)، الشخصية في الإسلام وفي الفكر الغربي ، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، لبنان.
45. ك. هول. ج ليندزي، ترجمة فرج أحمد فرج وآخرون ، (1971)، نظريات الشخصية، الهيئة المصرية للكتاب ، القاهرة.
46. كالفن هول ، (1988)، علم النفس عند فرويد ، ترجمة سلامة أحمد وعثمان سيد، ط1، مكتبة الأنجلو المصرية. مصر.

47. كامل أحمد سهير ، (2003)، *سيكولوجية الشخصية* ، بدون طبعة، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.
48. كامل طه الويس، (1981)، *علم النفس الرياضي* ، ط 1 ، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر ، الموصل.
49. لازاروس ريتشارد ، ترجمة سيد محمد غنيم ، (1989)، *الشخصية* ، دار الشروق ، القاهرة.
50. مجيد شاكر ، (2015)، *اضطرابات الشخصية (أنماطها، قياسها)* ، ط 2، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.
51. محمد أبو العلا ، (1992)، *العلوم السلوكية* ، بدون طبعة، مكتبة عين الشمس.
52. محمد العربي شمعون وماجدة محمد إسماعيل ، (2001)، *اللاعب والتدريب العقلي* ، ط 1، مركز الكتاب للنشر.
53. محمد حسن علاوي و سعد جلال ، (1976)، *علم النفس التربوي الرياضي*، ط 6، دار المعارف، القاهرة.
54. محمد حسن علاوي وآخرون ، (2003)، *الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات تطبيقات* ، ط 1، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
55. محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان ، (1997)، *الاختبارات والمهارات النفسية في المجال الرياضي*، دار الفكر العربي، القاهرة.
56. محمد حسن علاوي (1998)، *الاختبارات النفسية لرياضيين* ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
57. محمد حسن علاوي ، (1982)، *علم النفس الرياضي*، ط 8، دار المعرفة، القاهرة.
58. محمد حسن علاوي ، (1992)، *علم النفس الرياضي* ، ط 2، دار المعرفة، القاهرة.

59. محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين رضوان ، (1987)، الاختبارات والمهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
60. محمد سلمان الخزاعلة ، محمود وعطيه على، وآخرون، (2013)، الرياضة وعلم النفس، دار صفاء النشر للتوزيع، ط2 ، الأردن.
61. محمد مصطفى زيدان ، (1980)، النمو النفسي للطفل والمراهق ونظريات الشخصية، بدون طبعة، دار الشروق،- جدة.
62. محي الدين مختار ، (1982)، محاضرات في علم النفس الاجتماعي، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.
63. مصطفى خليل الشرقاوي، (1983)، علم الصحة النفسية، دار النهضة العربية بيروت.
64. مصطفى غالب، (1986)، مبادئ علم النفس، سلسلة في سبيل موسوعة نفسية رقم أربعة ، ط6، دار ومكتبة الهلال، بيروت.
65. مفتاح محمد عبد العزيز ، (2010)، مقدمة في علم نفس الصحة (مفاهيم نظريات نماذج دراسات)، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان.
66. نبيل صالح سفيان ، (2004)، المختصر في الشخصية ، ط1، دار إيتراك للطباعة والنشر.
67. نزار الطالب وكامل طه الويس ، (2001)، علم النفس الرياضي ، ط2، دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد.
68. نعيمة الشمام، (1989)، الشخصية، بدون طبعة، المنظمة العربية للتربية و النقاقة والعلوم، القاهرة.
69. هاشم ياسر حسن، (2013)، كرة القدم التدريب البنني ، الإسكندرية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

الأطروحة والرسائل والمقالات:

70. بثينة منصور الحلو، (1995)، قوة التحمل الشخصية وأساليب التعامل مع ضغوط الحياة، أطروحة دكتوراه، كلية الآداب، جامعة بغداد.
71. بن التومي، بلال، وسالم، العياشي، وبصلاح، النذير ، (2021)، "التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافي لدى لاعبي الكرة الطائرة ، مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد8، العدد3، 332-346.
72. بوسيف إسماعيل ، (2022)، تقدير السمات وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمتوسط مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 9، العدد3، ص 714-737.
73. تريكي مهدي، طيب أمير ، (2017)، دور السمات الشخصية في تحديد مراكز اللاعبين في كرة القدم صنف أوسط أقل من 19 سنة دراسة ميدانية على مستوى فرق كرة القدم القسم الثاني هواة شرق ولاية أم البوachi نموذجا ، مذكرة ماستر معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة أم البوachi، الجزائر.
74. تهامي عبد الصمد، ناصر محمد، حريزي عبد النور، (2022)، السمات الشخصية للاعبى النخبة الوطنية الجزائرية للمصارعة المشتركة المشاركين في البطولة الإفريقية بالمغرب 2022، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد7، العدد2، 344-362.
75. حريزي عبد النور ، (2019)، أنماط الشخصية والاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالتجهيز نحو أبعاد التفوق الرياضي عند رياضي كرة السلة، دراسة ميدانية للاعبى كرة السلة بالثانوية الرياضية بدرارية، أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر3، الجزائر.

76. حسين عبود و جلال كامل، (2018)، قوة التحمل النفسي و علاقتها ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض أندية دبى إلىألعاب القوى، مجلة المؤتمر العلمي بالرياضة نرتقي و بالسلام تزدهر الأمم.
77. حمد، لوي ناجي، (2022)، التردد النفسي والتحمل النفسي وعلاقتهما ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم التباعد ، مجلة المحترف الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 9، العدد 1، ص 1-16.
78. حيدر ناجي حبس ، (2010)، التحمل النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية ، مجلة علوم التربية جامعة الكوفة ، المجلد 3، العدد 2، ص 22-57.
79. ربوحي سليم، (2018)، علاقة سمات الشخصية بالاحتراق النفسي لمدربى أندية كرة القدم لولاية باتنة ، مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي المجلد 9 العدد 1، ص 78-107.
80. سريوت عبد المالك، (2013)، سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتدرسين ، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية ، سيدى عبد الله، الجزائر 3، الجزائر.
81. سعدون، شعيب ، (2022)، علاقة التدريب العقلي بالتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم بحث وصفي على بعض أندية كرة القدم للرابطة الجزائرية المحترفة الأولى، أطروحة دكتوراه ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية دالي إبراهيم، الجزائر 3، الجزائر.
82. سعدون، شعيب ، بن عكي مهند آكري (2022)، علاقة التدريب العقلي بالتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، المجلد 21، العدد 2، ص 264-275.

83. سعيد نزار سعيد، وميرزا طارق أحمد، (2015)، المهارات النفسية و علاقتها بأبعاد التفوق الرياضي للاعبات العاب القوى، مجلة زانكو للعلوم الإنسانية ، المجلد (19)، العدد(4)، 187-194.
84. سليماني رحمة ، حرشاوي يوسف، كطلي كما ل، عطا الله أحمد ، (2002)، السمات الشخصية للتلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية اللافصية للمرحلة المتوسطة (دراسة وصفية لمزاولة الكرة الطائرة)، مجلة التحدي، المجلد 14 ، العدد 1، ص 454-468.
85. سليماني رحمة ، حرشاوي يوسف ، عطا الله أحمد ، (2022)، السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل جائحة كوفيد 19 وتأثيرها على التوافق المهني، مجلة المجتمع والرياضة، المجلد 5، العدد 1، ص 323-334.
86. شيماء علي خميس ، (2014)، التحمل النفسي وعلاقته بقلق المنافسة لدى لاعبات الكرة الطائرة ، مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية ، المجلد 22، العدد 5، ص 704-715.
87. صالح، رشا فؤاد(2004)، أثر الضوابط في الأداء والتحمل النفسي لدى طلبة الجامعة" ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.
88. صفاء عبد الرسول الإبراهيمي ، (2002)، قوته تحمل النفس لدى ضباط المرور وعلاقته باتجاهاتهم نحو الآخرين ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية.
89. عامر سعيد الخيكاني ، الشافعي عبدالله المهزاع، علي حسين هاشم الزاملي ، (2015)، علم النفس الرياضي للمرحلة الرابعة في كليات التربية البدنية والرياضية ، 1319 دار الكتب والوثائق، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، بغداد.
90. عباس علي ثائر ، (1992)، السمات الشخصية وعلاقتها بالإنجاز الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد.

91. عبد الحفيظ قادری، محمد مرتات (2019)، طرق التأکد من التوزيع الطبيعي للبيانات باستخدام بعض القوانین الإحصائية وبرامجه *Lisrel* و *SPSS* و *Excel* و *وعوایق الإیخلال به (أمثلة تطبيقیة)* ، مجلة دراسات نفسیة وتریویة، جامعة لونیسی على البیلیدہ 2 الجزائر، المجلہ 8، العدد 1، ص 61-81.
92. عبد الحکیم قروش، أحمد لزنک ، (2024)، التحمل النفسي وعلاقته ببعض أبعاد التفوق الرياضي للاعبی كرة القدم، دراسة میدانیة ببعض فرق الجھوی الأول رابطة باتنة ، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد 15، العدد 01، 2024، ص 51 - 66.
93. عرابی الشیخ، بن الدین کمال، (2023)، التدرب العقلی وانعکاسه على مستويات الحمل النفسي من وجہة نظر لاعبی كرة القدم- أکابر ، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد 12، العدد 02، مکرر الجزء 02، ص 402 - 418 .
94. عیاد مصطفی، (2015)، سمات الشخصیة وعلاقتها بداعیة الإنجاز لدى التلامیذ المشارکین في الرياضة المدرسیة، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الإجتماعية، المجلد 7 العدد 20، ص 45-54.
95. کامل عبود حسين العزاوی ، (2004)، بناء مقیاس لقوه التحمل النفسي لدى لاعبی الدرجة الأولى لبعض الألعاب الفردیة في العراق ، رساله ماجستیر ، كلیة التربية الرياضیة، جامعة بغداد.
96. لباد معمر وأحمد روینی ، (2022)، علاقه السمات الشخصیة للمدربین بتماسک الفريق الرياضی لكرة القدم ، مجلة العلوم الإنسانية ، المجلد 33، العدد 3، (765-779).
97. لندا دافیدوف، (1983)، مدخل علم النفس، دار ماکبر وهیل للنشر، بیروت.
98. محمد حسن، (2019)، التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباھ لدى حکام ریاضة الكاراتیه.

99. محمد خير الدين صالح الطائي ، (2011)، الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية لدى لاعبات الكرة الطائرة، (رسالة ماجister).
100. محمد ودak ، (2014)، السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق لفرق كرة القدم، مجلة الخبر، المجلد 1، العدد 3، ص311-333.
101. محمود محمد عمار مروه ، وإيمان محمد عباس احمد ، (2021)، قوه التحمل النفسي وعلاقتها بكل من التنظيم الانفعالي والضغط الأكاديمية لدى طلاب الدراسات العليا بكلية التربية، مجلة التربية بجامعة الإسكندرية، المجلد 31، العدد 3.
102. مرصالي، حورية. (2022)، تقدير الذات وعلاقتها بالدافعية للإنجاز الرياضي لدى لاعبي كرة القدم صنف أكابر، دراسة ميدانية على عينة من لاعبي كرة القدم صنف أكابر لبعض أندية بلديات ولاية المدية ، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية.
103. مقي عmad الدين لعبان الكريم ، (2020)، تحديد السمات الشخصية ضمن مقياس فرابيورج لدى لاعبي الكرة الطائرة القسم الوطني الثاني (صنف أكابر) ، المجلة العلمية والتكنولوجية للنشاطات البدنية والرياضية، المجلد 17 ، العدد 1 جامعة الجزائر 3 الجزائر ص 156 - 169.
104. منيرة كواش ، (2022)، دور الممارسة الرياضية في تحقيق الصلابة النفسية لدى المراهقات دراسة حالة، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد 13، العدد 2، ص 301 - 312.
105. موسى عباس ضرام ، قاسم لفته بجاوي ، (2013)، الاغتراب الرياضي وعلاقته بالتحمل النفسي لدى لاعبي الكييك بوكسينج ، مجلة الفادسية لعلوم التربية، المجلد 13، العدد 1، ص 65-81.

106. ميسون كريم ضاري، إسماعيل طه الدليمي ، (2012)، "التحمل النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى جامعة بغداد ، مجلة البحوث التربوية والنفسية، المجلد 9، العدد 34، ص 297-331.
107. نضال كاظم مطر الريبي ، (2019)، التحمل النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لطلبة معهد الفنون التطبيقية ، مجلة كلية التربية للبنات ، المجلد 30، العدد 1، ص 32-47.
108. نهى عارف علي درويش، (2001)، التحمل النفسي لدى قادة الشباب والطلبة وعلاقته بالعمر والجنس والمنظمة والموقع القيادي، رسالة ماجستير، كلية تربية أبن رشد، جامعة بغداد
109. نوقال محمد، سعدي زروقي يوسف، بن هيبة تاج الدين، (2023)، دراسة العلاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهارية لدى لاعبي كرة القدم ، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد 14، العدد 01، ص 135 - 149.

قائمة المصادر والمراجع بالفرنسية

110. -Kobasa SC (1979), *Stressful life events personality and health aninquiry into hardness*. Journal of Personality and Social Psychology.
111. Zimbordo (G) et Ruch. (1980) .essentiel of pshychology and life 10 th. edition illumots.

فَانْهَمَ

الْمَلَمَةَ



جامعة بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

التخصص التحضير النفسي الرياضي

الاستمارة الاستبيان

عزيزي اللاعب

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث بإجراء بحث لنيل شهادة الدكتوراه تحت عنوان (التحمل النفسي وعلاقته بعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم - دراسة ميدانية) هو الأول رابطة باتنة) نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستماراة بصدق وموضوعية وفق ما تراه مناسبا لحالتك ، ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستماراة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحثة، آملين تعاونكم معنا وشاكرين لجهودكم

الأستاذ المشرف:

لزنك أحمد

الباحث :

عبد الحكيم قروش

الموسم الجامعي: 2023-2024

مقياس التحمل النفسي

الرقم	العبارات	أبداً	قليلاً	كثيراً	دائماً
1	احترم الأنظمة والقوانين الرياضية لأنها توجهني				
2	التزم بنظام ثابت في التدريب والمنافسات				
3	أنا كثير الوفاء نحو اللاعبين وعائلتي والمجتمع الذي أعيش فيه				
4	التزامي العالي بالتدريب يحقق لي أفضل النتائج				
5	أتعب بسرعة عند بدء الوحدة التدريبية أو المنافسة				
6	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة				
7	أجد في الصعوبة في السيطرة على انفعالاتي في بعض مواقف التدريب والمنافسة				
8	أدفع بقوة عن وجهة نظري أمام المدرب				
9	لا أستطيع أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقني المنافس				
10	أجد صعوبة في تغيير النظام الذي أتبعه في التدريب أو المنافسة				
11	أضع لنفسي أهدافاً معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها				
12	اهتم بجودة الأداء والإنجاز في التدريب والمنافسات				
13	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب				
14	أستطيع إنجاز أهدافي بدقة سواء بالتدريب أو المنافسة				
15	قدراتي البدنية تؤهلي لتقديم أفضل أداء في المنافسات				
16	الفوز في المنافسة يمنعني ثقة كبيرة في نفسي				
17	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز				

				أعمل على إيجاد حل عندما تواجهني صعوبات غير متوقعة أثناء التدريب والمنافسة	18
				أجد متعة في التدريب على المهام الصعبة	19
				استبعد من تفكيري الهزيمة أو الفشل في المنافسة	20
				أتحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي	21
				أتنافس بحماس في حالة وجود تحدي من قبل منافس آخر في لعبتي	22
				اندفع للأداء الجيد في المنافسة	23
				أبذل جهود كبيرة عندما تواجهني صعوبات أثناء التدريب أو المنافسة	24
				لدي الرغبة في تحسين أدائي عندما أتعرض إلى الخسارة في المنافسات	25
				استسلم بسهولة في المنافسة عندما يكون هناك فرق بالمستوى بيني وبين الخصم	26
				التدريب الجدي المستمر يمكنني من التغلب على الفشل في المنافسات	27
				أستطيع أن أتدريب بجهد بدني عالي لفترات طويلة	28
				أؤدي المهام المطلوبة مني بالتدريب أو المنافسة بهمة ونشاط	29
				أعتمد على نفسي في حل الصعوبات التي تواجهني في التدريب أو المنافسة	30
				أحب القرارات التي تعطيني الحلول سريعة في المنافسات	31
				انظم قدراتي البدنية بما يتاسب وكل مرحلة من مرحلة السباق	32
				أفكِر بخطة التدريب قبل البدء في التدريب	33

مقياس السمات الشخصية

الفرات	
نعم	لا
أنا دائمًا مزاجي معتدل	- 1
يصعب على أن أجده ما أقوله عند محاولة التعرف على الناس	- 2
أحياناً تسرع دقات قلبي أو تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف	- 3
أشعر أحياناً أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملاً شاقاً	- 4
أفقد السيطرة على أعصابي بسرعة ولكنني استطيع التحكم فيها بسرعة	- 5
يحرر أو يمتع لوني بسهولة	- 6
أحياناً أجده متعة كبيرة في مضايقة أو معاكسة الآخرين	- 7
في بعض الأحيان لا أحب رؤية الناس في الشارع أو في مكان عام	- 8
إذا أخطأ البعض في حقي فأنتي أتمنى أن يصيبهم الضرر	- 9
سبق لي القيام بأداء بعض الأشياء الخطرة بغرض التسلية أو المزاج	10
إذا اضطررت استخدام القوة البدنية لحماية حقي فإنني افعل ذلك	11
استطيع أن أبعث المرح بسهولة في سهرة مملة	12
ارتباك بسهولة أحياناً	13
اعتبر نفسي غير لبق في تعاملني مع الآخرين	14
أشعر أحياناً بضيق في التنفس أو بضيق في الصدر	15
أتخيل أحياناً بعض الضرر الذي قد يحدث نتيجة بعض الأخطاء التي ارتكبتها	16
اخجل من الدخول بمفردي في غرفة يجلس فيها بعض الناس وهم يتحدثون	17
معدتي حساسة (أشعر أحياناً بألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي)	18
يبدو على الاضطراب والخوف أسرع من الآخرين	19
عندما أصاب أحياناً بالفشل فإن ذلك لا يثيرني	20
أفعل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد	21
الشخص الذي يؤذيني أتمنى له الضرر	22

	أشعر كثيراً بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوقة بالغازات	23
	عندما يغضب أحد أصدقائي من بعض الناس أدفعه إلى الانتقام منهم	24
	كثيراً ما أفكّر في أن الحياة لامعنا لها	25
	يسعدني أن أظهر أخطاء الآخرين	26
	يدور في ذهني غالباً عندما أكون وسط جماعة كبيرة أحداث مشاجرة (خناقة) ولا أستطيع مقاومة هذا التفكير	27
	يبدو علي النشاط والحيوية	28
	أنا من الذين يأخذون الأمور ببساطة وبدون تعقيد	29
	عندما يحاول البعض إهابي فإني أحاول أن أتجاهل ذلك	30
	عندما أغضب أو أثور فإني أحاول أن أتجاهل ذلك	31
	أرتبك بسهولة عندما أكون مع أشخاص مهمين أو مع رؤسائي	32
	لا أستطيع غالباً التحكم في ضيق وغضبي	33
	أحلم لعدة ليال في أشياء أعرف أنها لن تتحقق	34
	يظهر على التوتر والإرباك بسهولة عند مواجهة أحداث معينة	35
	أنا لسوء الحظ من الذين يغضبون بسرعة	36
	غالباً ماتدور في ذهني أفكار غير هامة تسبب لي الضيق	37
	أجد صعوبات في محاولة النوم	38
	أقول غالباً أشياء بدون تفكير وأندم عليها فيما بعد	39
	كثيراً ما يراودني التفكير في حياتي الحالية	40
	أحب أن أعمل في الناس بعض المقالب غير المؤذية	41
	أنظر غالباً إلى المستقبل بمنتهى الثقة	42
	عندما تكون كل الأمور ضدي فأني لا أفقد شجاعتي	43
	أحب التفكير على الآخرين	44
	عندما أخرج عن شعوري فأني أستطيع غالباً تهيئة نفسي بسرعة	45
	كثيراً ما أستثار بسرعة من البعض	46

		أجد صعوبة في كسب الآخرين لصفي	47
		استطيع أن أصف نفسي لأنني شخص متكلم	48
		أفرح أحياناً عند إصابة بعض من أحبهم	49
		أفضل أن تلحق بي إصابة بالغة على أن أكون جباناً	50
		أميل إلى عدم بدء الحديث مع الآخرين	51
		في أحيان كثيرة أفقد القدرة على التفكير	52
		كثيراً ما أغضب بسرعة من الآخرين	53
		غالباً ما أشعر بالإنهاك والتعب والتوتر	54
		أحياناً يراودني تفكير بأنني لا أصلح لأي شيء	55
		عندما أفشل فأنني أستطيع تخطي الفشل بسهولة	56

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

MINISTRY OF HIGHER EDUCATION AND
SCIENTIFIC RESEARCH
MOHAMED KHIDER UNIVERSITY OF BISKRA
INSTITUTE OF SCIENCES AND TECHNOLOGIES OF
PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITIES
VICE INSTITUTE IN CHARGE OF THE PGRS



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد بن خضراء - بسكرة
معايد علوم وتقنيات الشّفاطات البدنية
نواب مدير المعهد المكلف بما بعد الم
والبحث العلمي وال العلاقات الخارجية

رقم ٢٦٤ /ن.م.ب.ت.ب.ع.خ/ 2023

إلى السيد المحترم : رئيس الرابطة الجماعية لكرة القدم
بائنة

الموضوع : تقديم تسلیلات

تحية طيبة وبعد ،

في إطار التعاون بين جامعة بسكرة والمؤسسات التربوية والاقتصادية والنواحي الرياضية، فإننا
نرجو من سعادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة للطالب :

ومساعدته في إجراء الجانب التطبيقي، لإنجاز أطروحة الدكتوراه خاصة به.

وفي الأخير، تقبلو منا أسمى عبارات التقدير والإحترام.

ملاحظة: سلبت هذه الوثيقة بطلب من المعنى (ة) للادلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

لسکوہ فی : 2023/10/24

المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي، والعلاقات الخارجية



spss مخرجات

معاملات الارتباط بين كل عبارات الالتزام والدرجة الكلية للبعد

		الالتزام
Corrélation de Pearson		1
الالتزام	Sig. (bilatérale)	
	N	40
Corrélation de Pearson		,531**
التحمل1	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
Corrélation de Pearson		,723**
التحمل2	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
Corrélation de Pearson		,633**
التحمل3	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
Corrélation de Pearson		,595**
التحمل4	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
Corrélation de Pearson		,705**
التحمل5	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات السيطرة والدرجة الكلية للبعد

		السيطرة
	Corrélation de Pearson	1
السيطرة	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,904**
التحمل6	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,798**
التحمل7	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,599**
التحمل8	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,853**
التحمل9	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,876**
التحمل10	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الانجاز والدرجة الكلية للبعد

		الإنجاز
الإنجاز	Corrélation de Pearson	1

		Sig. (bilatérale)	
		N	40
	Corrélation de Pearson		,608**
التحمل11	Sig. (bilatérale)		,000
		N	40
	Corrélation de Pearson		,734**
التحمل12	Sig. (bilatérale)		,000
		N	40
	Corrélation de Pearson		,562**
التحمل13	Sig. (bilatérale)		,000
		N	40
	Corrélation de Pearson		,518**
التحمل14	Sig. (bilatérale)		,001
		N	40
	Corrélation de Pearson		,807**
التحمل15	Sig. (bilatérale)		,000
		N	40
	Corrélation de Pearson		,806**
التحمل16	Sig. (bilatérale)		,000
		N	40
	Corrélation de Pearson		,701**
التحمل17	Sig. (bilatérale)		,000
		N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات التحدي والدرجة الكلية للبعد

		التحدي
	Corrélation de Pearson	1
التحدي	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,486**
التحمل18	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,656**
التحمل19	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,619**
التحمل20	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,579**
التحمل21	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,699**
التحمل22	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,614**
التحمل23	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات التحدي والدرجة الكلية للبعد

		الصموذ
	Corrélation de Pearson	1
الصموذ	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,607**
التحمل24	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,745**
التحمل25	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,674**
التحمل26	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,562**
التحمل27	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,681**
التحمل28	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,707**
التحمل29	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,463**
التحمل30	Sig. (bilatérale)	,003

N 40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارات الثنائي والدرجة الكلية للبعد

		الثنائي
	Corrélation de Pearson	1
الثنائي	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,849**
التحمل31	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,783**
التحمل32	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,901**
التحمل33	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد التحمل النفسي والدرجة الكلية.

		التحمل
	Corrélation de Pearson	1
التحمل	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,884**
الالتزام	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,768**
السيطرة	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,854**
الانجاز	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,734**
التحدي	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,929**
الصمود	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,794**
التأني	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارات العصبية والدرجة الكلية للبعد

		العصبية
العصبية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
3س	Corrélation de Pearson	,559**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
4س	Corrélation de Pearson	,452**
	Sig. (bilatérale)	,003
	N	40
15س	Corrélation de Pearson	,590**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
18س	Corrélation de Pearson	,619**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
23س	Corrélation de Pearson	,529**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
38س	Corrélation de Pearson	,578**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
54س	Corrélation de Pearson	,491**
	Sig. (bilatérale)	,001
		40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات العدوانية والدرجة الكلية للبعد

		العدوانية
العدوانية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
7س	Corrélation de Pearson	,589**
	Sig. (bilatérale)	,061
	N	40
10س	Corrélation de Pearson	,697**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
26س	Corrélation de Pearson	,423**
	Sig. (bilatérale)	,007
	N	40
27س	Corrélation de Pearson	,376*
	Sig. (bilatérale)	,017
	N	40
41س	Corrélation de Pearson	,457**
	Sig. (bilatérale)	,003
	N	40
44س	Corrélation de Pearson	,714**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
49س	Corrélation de Pearson	,647**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاكتابية والدرجة الكلية للبعد

		الاكتابية
الاكتابية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
21س	Corrélation de Pearson	,652**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
25س	Corrélation de Pearson	,460**
	Sig. (bilatérale)	,003
	N	40
34س	Corrélation de Pearson	,711**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
37س	Corrélation de Pearson	,531**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
40س	Corrélation de Pearson	,783**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
52س	Corrélation de Pearson	,638**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
55س	Corrélation de Pearson	,504**
	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الاجتماعية والدرجة الكلية للبعد

		الاجتماعية
الاجتماعية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
12س	Corrélation de Pearson	,562**
	Sig. (bilatérale)	,002
	N	40
28س	Corrélation de Pearson	,619**
	Sig. (bilatérale)	,000

	N	40
	Corrélation de Pearson	,683 **
48س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,508 **
2س	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,527 **
14س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,429 **
47س	Sig. (bilatérale)	,006
	N	40
	Corrélation de Pearson	,492 **
51س	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الهدوء والدرجة الكلية للبعد

		هدوء
	Corrélation de Pearson	1
هدوء	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,576 **
1س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,601 **
20س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,524 **
29س	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40

	Corrélation de Pearson	,613**
42س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,569**
43س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,544**
45س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,527**
56س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات السيطرة والدرجة الكلية للبعد

		السيطرة
	Corrélation de Pearson	1
السيطرة	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,365*
9س	Sig. (bilatérale)	,021
	N	40
	Corrélation de Pearson	,414**
11س	Sig. (bilatérale)	,008
	N	40
	Corrélation de Pearson	,345*
16س	Sig. (bilatérale)	,018
	N	40
	Corrélation de Pearson	,491**
22س	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,423**
24س		

	Sig. (bilatérale)	,007
	N	40
	Corrélation de Pearson	,644**
30س	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,417**
50س	Sig. (bilatérale)	,007
	N	40

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل عبارات الكف والدرجة الكلية للبعد

الكف	
	Corrélation de Pearson
الكف	1
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
6س	,623**
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
8س	,690**
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
13س	,574**
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
17س	,399*
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
19س	,487**
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
32س	,489**
	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
35س	,460**
	Sig. (bilatérale)
	N

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معاملات الارتباط بين كل بعد من أبعاد السمات الشخصية والدرجة الكلية.

		السمات
	Corrélation de Pearson	,785**
العصبية	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,737**
العدوانية	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,720
القابلة للاستثارة	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,738**
الاكتابية	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,737**
الاجتماعية	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,606*
الهدوء	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,553**
السيطرة	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,713**
الكفاءة	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,1**
السمات	Sig. (bilatérale)	
	N	40

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

معامل الثبات بعد الانزام

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,749	6

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
1 التحمل	30,4000	17,1118	,434	,741
2 التحمل	30,6250	15,3117	,631	,699
3 التحمل	30,5250	16,256	,536	,721
4 التحمل	30,4250	16,969	,513	,733
5 التحمل	31,7000	14,215	,562	,696
التزام	17,0750	4,840	1,000	,623

معامل الثبات بعد السيطرة

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,808	6

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
6 التحمل	22,5000	61,949	,879	,763
7 التحمل	22,4000	63,169	,747	,775
8 التحمل	22,0000	67,128	,515	,802
9 التحمل	22,5000	61,026	,810	,762
10 التحمل	22,6500	60,285	,839	,757
السيطرة	12,4500	19,228	1,000	,866

معامل الثبات بعد الانجاز

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,764	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
11 التحمل	46,6000	30,708	,515	,739
12 التحمل	46,3000	31,703	,692	,739
13 التحمل	46,5750	31,687	,477	,747
14 التحمل	46,6500	32,079	,429	,752
15 التحمل	46,6000	29,118	,756	,714
16 التحمل	46,3250	30,379	,766	,725
17 التحمل	46,2750	31,999	,656	,742
الانجاز	25,0250	8,948	1,000	,786

معامل الثبات بعد التحدي

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,741	7

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
18 التحمل	39,4500	21,741	,378	,731
19 التحمل	39,2500	20,756	,574	,708
20 التحمل	39,4000	19,682	,485	,708
21 التحمل	39,2500	21,423	,492	,720
22 التحمل	39,3500	19,977	,613	,696
23 التحمل	39,2500	21,218	,533	,716
التحدي	21,4500	6,100	1,000	,650

معامل الثبات لبعد الصمود

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,751	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
24 التحمل	43,0250	43,461	,529	,727
25 التحمل	42,6750	42,994	,698	,718
26 التحمل	44,2500	39,474	,561	,708
27 التحمل	42,8000	43,754	,475	,731
28 التحمل	42,9500	42,254	,609	,717

29 التحمل	42,7000	43,651	,658	,723
30 التحمل	42,5500	46,305	,399	,746
الصمود	23,1500	12,387	1,000	,733

معامل الثبات بعد الثاني

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,839	4

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
31 التحمل	16,9250	11,507	,793	,812
32 التحمل	17,0250	11,820	,705	,831
33 التحمل	17,3000	9,190	,828	,741
الثاني	10,2500	3,833	1,000	,776

معامل الثبات بعد العصبية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,718	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
العصبية	9,7250	3,230	1,000	,598
3 من	18,1250	11,240	,457	,691
4 من	18,0000	11,538	,330	,707

15س	18,2750	11,435	,514	,692	
18س	18,1250	11,035	,527	,683	
23س	18,1250	11,343	,423	,696	
38س	17,9500	11,074	,472	,688	
54س	17,8250	11,430	,377	,701	

معامل الثبات بعد العدوانية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,789	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
العدوانية	9,8500	1,721	1,000	,479
7س	18,5000	6,410	,150	,699
10س	18,5500	5,690	,615	,633
26س	17,8250	6,251	,310	,677
27س	17,9000	6,246	,233	,687
41س	18,1000	5,938	,288	,678
44س	18,5250	5,589	,629	,627
49س	18,6500	6,182	,593	,660

معامل الثبات بعد الاكتئابية

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,736	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
الاكتئابية	10,2500	3,628	1,000	,673
21س	18,8750	12,317	,568	,700
25س	18,6500	14,182	,073	,753
34س	19,1500	12,131	,639	,692
37س	19,0750	12,738	,427	,717
40س	19,2000	11,959	,729	,684

52س	19,1250	12,369	,552	,702
55س	19,1750	12,917	,402	,721

معامل الثبات بعد القابلة للاستثارة

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,725	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
القابلة للاستثارة	10,3750	1,728	,951	,283
15س	19,6000	6,605	,150	,628
31س	19,5500	6,049	,396	,585
33س	18,8750	7,189	-,142	,663
36س	19,4250	5,738	,466	,564
39س	19,3250	5,969	,336	,592
46س	18,9500	6,664	,120	,633
53س	19,3250	5,558	,521	,549

معامل الثبات بعد الاجتماعية

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,703	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
الاجتماعية	10,6000	1,528	1,000	,129
12س	19,4250	5,943	-,004	,735
28س	20,0750	5,199	,525	,544
48س	19,3500	6,182	-,111	,646
2س	19,8250	5,122	,338	,564
14س	19,9000	5,118	,371	,558
47س	19,5250	5,333	,253	,584

51س	19,7000	5,138	,313	,569
-----	---------	-------	------	------

معامل الثبات بعد الهدوء

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,744	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
الهدوء	11,5000	1,744	1,000	,296
1س	21,2500	5,833	,648	,596
20س	21,5750	5,635	,458	,588
29س	21,1500	6,592	,535	,651
42س	21,1000	6,656	,144	,649
43س	21,5250	6,563	,660	,671
45س	21,7000	5,856	,402	,603
56س	21,2000	6,010	,403	,607

معامل الثبات بعد السيطرة

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,787	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
السيطرة	10,5000	1,333	1,000	,065
9س	19,1250	4,881	,230	,574
11س	19,3500	4,644	,219	,574
16س	19,2000	5,190	-,011	,621
22س	19,8250	4,610	,348	,648
24س	19,8750	5,189	,021	,609
30س	19,6500	4,131	,494	,700
50س	19,4750	4,615	,213	,576

معامل الثبات بعد الكف

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,711	8

Statistiques de total des éléments

	Moyenne de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Variance de l'échelle en cas de suppression d'un élément	Corrélation complète des éléments corrigés	Alpha de Cronbach en cas de suppression de l'élément
الكف	9,6500	3,105	1,000	,572
6س	17,8250	10,456	,523	,672
8س	17,9500	10,305	,607	,662
13س	18,0250	10,794	,478	,682
17س	17,9000	11,272	,271	,707
19س	18,1500	11,310	,403	,697
32س	17,8000	10,933	,368	,694
35س	17,8000	11,036	,335	,698

اختبار اعتدالية التوزيع

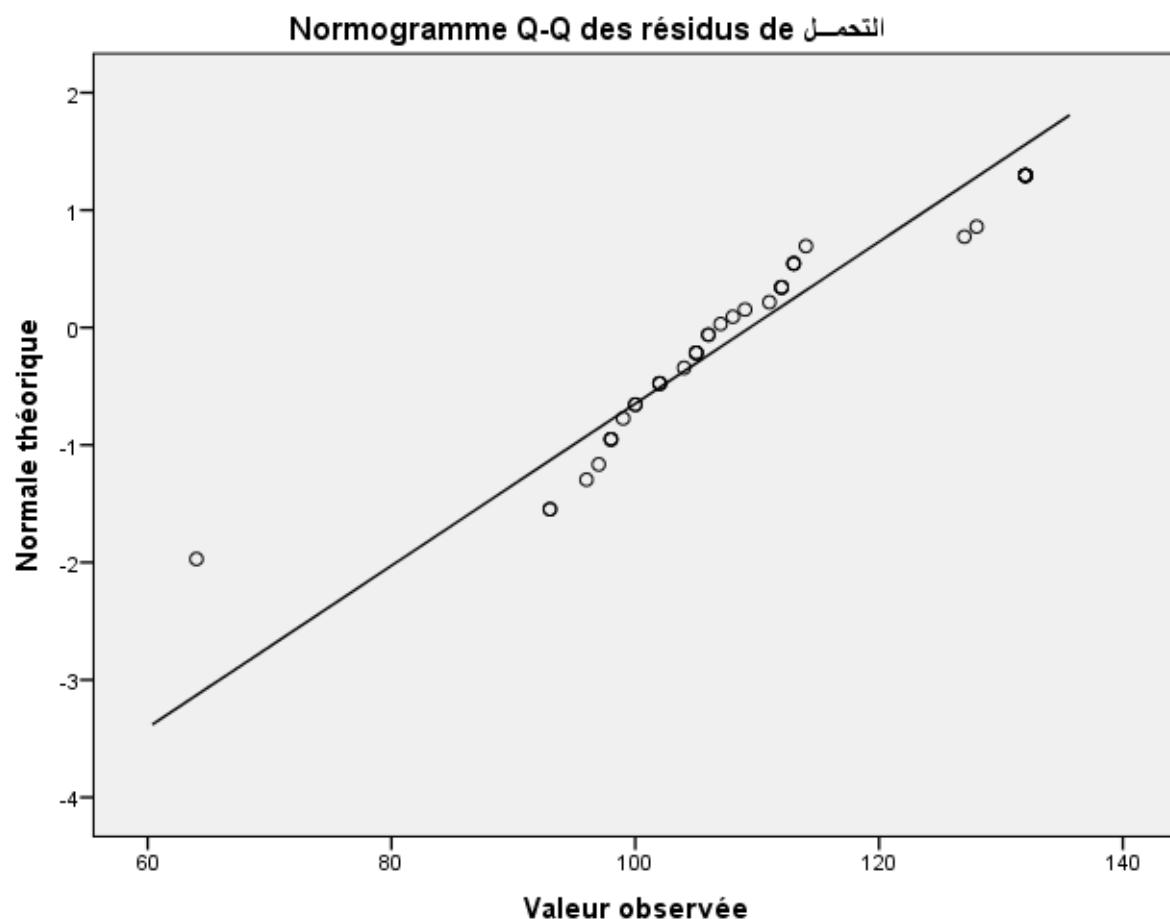
Récapitulatif du traitement des observations

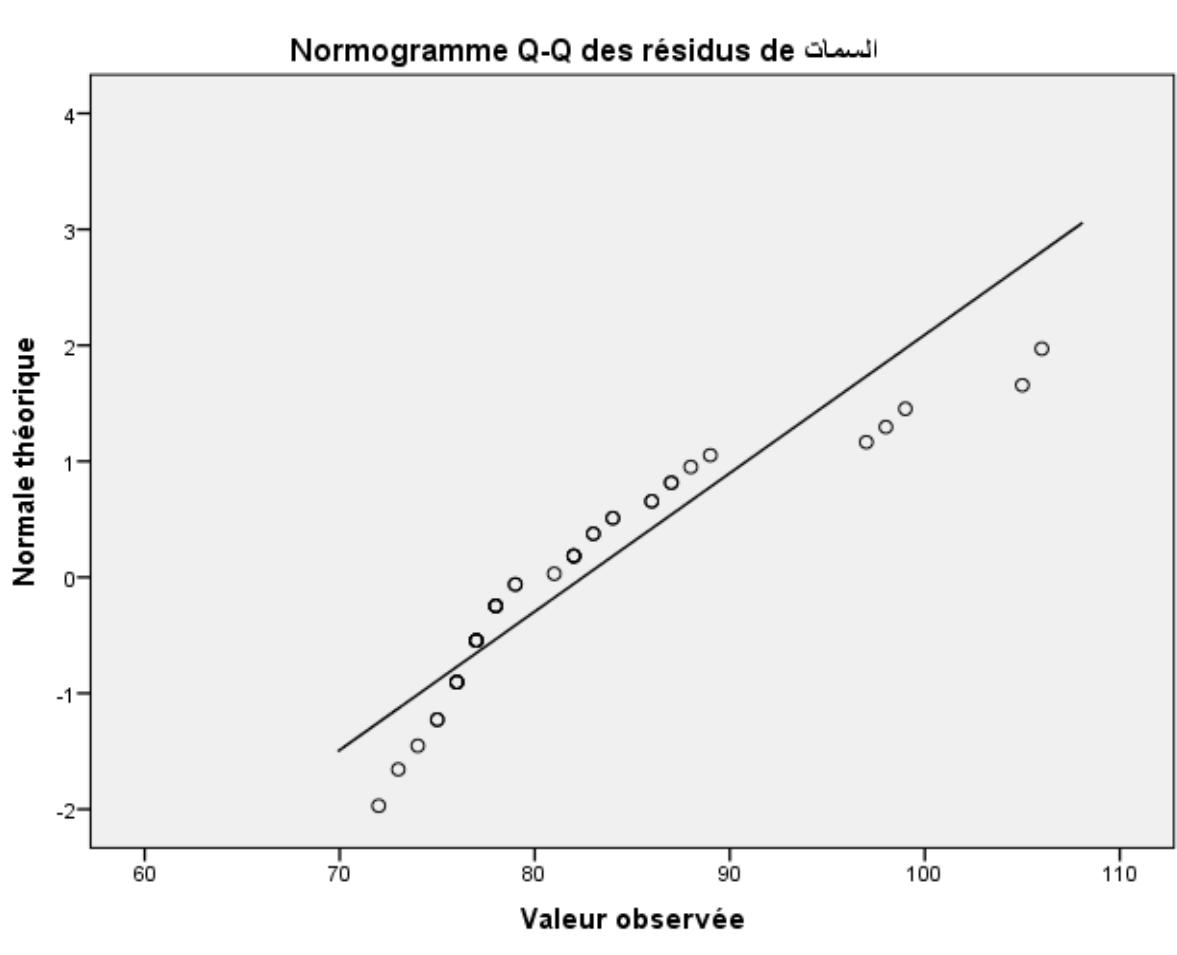
	Observations					
	Valide		Manquante		Total	
	N	Pourcent	N	Pourcent	N	Pourcent
السمات	150	100,0%	0	0,0%	150	100,0%
التحمل	150	100,0%	0	0,0%	150	100,0%

Tests de normalité

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistique	ddl	Signification	Statistique	ddl	Signification
السمات	,161	150	,011	,851	150	,000
التحمل	,152	150	,021	,898	150	,002

a. Correction de signification de Lilliefors





العلاقة بين التحمل وسمة العصبية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
العصبية	1,2025	,27197	150

Corrélations

		التحمل	العصبية
	Corrélation de Pearson	1	-,660**
التحمل	Sig. (bilatérale)		,000
	N	150	150
العصبية	Corrélation de Pearson	-,660**	1

Sig. (bilatérale)	,000	
N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة العدوانية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
العدوانية	1,2183	,25258	150

Corrélations

		التحمل	العدوانية
	Corrélation de Pearson	1	-,761 **
التحمل	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150
	Corrélation de Pearson	-,761 **	1
العدوانية	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة الاكتئابية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
الاكتئابية	1,2508	,27951	150

Corrélations

		التحمل	الاكتابية
Corrélation de Pearson	1	-,715**	
التحمل	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150
Corrélation de Pearson	-,715**	1	
الاكتابية	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة القابلة للاستثارة

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
القابلة للاستثارة	1,2608	,24100	150

Corrélations

		التحمل	القابلة للاستثارة
Corrélation de Pearson	1	-,706**	
التحمل	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150
Corrélation de Pearson	-,706**	1	
القابلة للاستثارة	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة الاجتماعية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
الاجتماعية	1,3600	,27475	150

Corrélations

		التحمل	الاجتماعية
Corrélation de Pearson	1		,732**
التحمل	Sig. (bilatérale)		,000
	N	150	150
Corrélation de Pearson		,732**	1
الاجتماعية	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة الهدوء

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
الهدوء	1,4192	,23978	150

Corrélations

		التحمل	الهدوء
Corrélation de Pearson	1		,762**
التحمل	Sig. (bilatérale)		,000

	N	150		150
Corrélation de Pearson		,762 **	1	
الهدراء	Sig. (bilatérale)	,000		
	N	150		150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة السيطرة

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
السيطرة	1,3308	,19811	150

Corrélations

		التحمل	السيطرة
Corrélation de Pearson	1		,638 **
التحمل	Sig. (bilatérale)		,000
	N	150	150
Corrélation de Pearson	,638 **	1	
السيطرة	Sig. (bilatérale)	,000	
	N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

العلاقة بين التحمل وسمة الكف

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N

التحمل	3,2012	,49149	150
الكف	1,2233	,22181	150

Corrélations

		التحمل	الكف
Corrélation de Pearson		1	,253 **
التحمل	Sig. (bilatérale)		,002
	N	150	150
Corrélation de Pearson		,253 **	1
الكف	Sig. (bilatérale)	,002	
	N	150	150

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).