



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة محمد خيضر 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

بغنوان

التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لدى لاعبي كرة القدم

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

إشراف الأستاذ الدكتور:

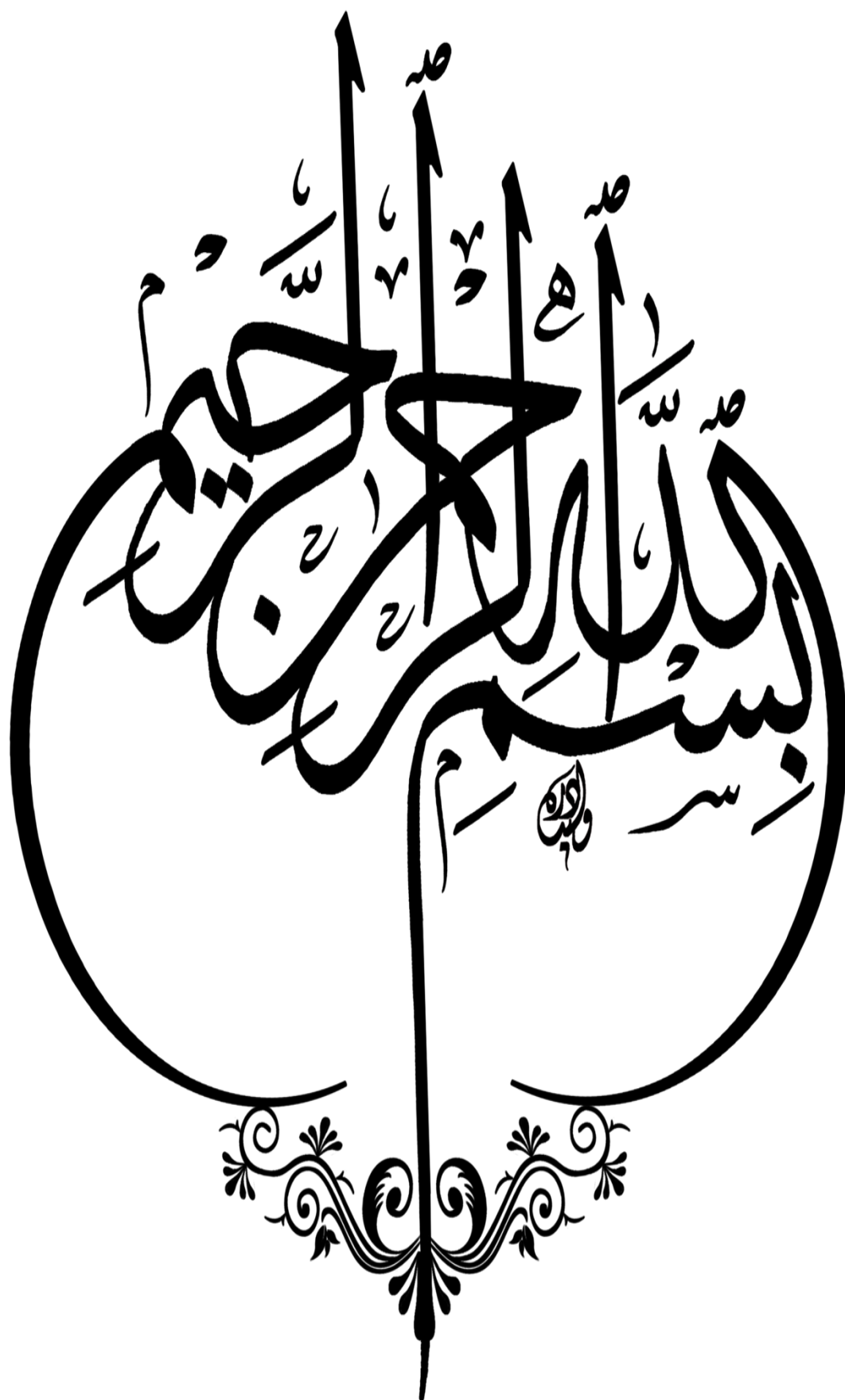
أحمد لزناك

من إعداد الطالب:

عبد الحكيم قروش

الاسم واللقب	الرتبة العلمية	الصفة	المؤسسة
أحمد لزناك	أستاذ	رئيسا	جامعة بسكرة
خليل مراد	أستاذ	مشرفا ومقررا	جامعة بسكرة
عدة بن علي	أستاذ محاضر أ	عضوا مناقشا	جامعة بسكرة
ناصر بقر	أستاذ محاضر -أ-	عضوا مناقشا	جامعة بسكرة
بدر الدين بوساق	أستاذ محاضر -أ-	عضوا مناقشا	جامعة المسيلة
يوسف لورنيق	أستاذ	عضوا مناقشا	جامعة المسيلة

السنة الجامعية: 2025/2024



الشكر والعرفان

أشكر الله عز وجل الذي وفقني في إنجاز هذا البحث

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى كل من قدم لي يد المساعدة في إتمام

هذا البحث وأخص بالذكر الأستاذ الدكتور أحمد لزك

الذي لم يبخل علينا بعطاءه العلمي وأرائه وأفكاره من خلال مراحل هذا
البحث منذ أن كان فكرة حتى صار بحث، وأنا أكن له فائق التقدير
والاحترام وأشكره جزيل الشكر على ما قدمه لي من نصائح وإرشادات
وتوجيهات.

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

عبد الحكيم قروش

إهداء

إلى الأبوين الكريمين اللذان ضحيا وبذلا وأديا فما بخلا ، فلهما الدعاء من
فلذة كبدهما وإنتاج غرسهما، لو أنهما تكرما وقبلا بأن أهدي إليهما ثمرة
جهدي هذا إكراما لهما وتقديرا لبعض حقيهما، ووفاء بفضلهما عليا، ثم
تفضلا وسمحا بأن أضع خدي عند موطن قدميهما احتراما وتبجيلا لهما.

وإلى أخوتي وأخواتي وأولادهم وأزواجهم كل باسمه وإلى كل الأهل
والأقارب من أجدادي وجداتي أعمامي وعماتي، أخوالي وخالاتي وكل
أولادهم وأزواجهم

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

إلى كل أساتذة 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.

عبد 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 للاعبي كرة القدم، وكذا الكشف على مستوى التحمل النفسي ومستوى السمات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من (150) لاعبا 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، التآني ومقياس أبعاد السمات الشخصية لفرايبورج الذي يضم 56 عبارة موزعة على ثمانية أبعاد وهي العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكف واعتمد الباحث في معالجته على برنامج SPSS، المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل بيرسون، وتوصلت الدراسة إلى:

- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية للاعبي كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية متوسطة بين التحمل النفسي وبُعد سمة العصبية للاعبي كرة القدم
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وبُعد سمة (العدوانية والاكتئابية والقابلية للاستثارة) للاعبي كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية قوية التحمل النفسي وبُعد سمة (الاجتماعية والهدوء) للاعبي كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية متوسطة التحمل النفسي وبُعد سمة السيطرة للاعبي كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية ضعيفة التحمل النفسي وبُعد سمة الكف للاعبي كرة القدم.
- مستوى التحمل النفسي مرتفع للاعبي 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 والمثابهة
16	1-1 الدراسات التي ارتبطت بمتغيري التحمل النفسي والسمات الشخصية
17	1-2 الدراسات التي ارتبطت بمتغير التحمل النفسي
24	1-3 الدراسات التي ارتبطت بمتغير بالسمات الشخصية
33	2- التعقيب على الدراسات السابقة
38	3- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة
38	4- أوجه تتميز 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 قوة التحمل النفسي
46	4- أنواع قوة التحمل النفسي
48	5- المدارس والنظريات
48	5-1- نظرية التحليل النفسي (قوة الأنا) فرويد Freud
49	4-2- نظرية كوباسل Kobasa 1979
51	5-3- النظرية الوجودية
52	5-4- نظرية ليفين - التحمل النفسي طاقة البيئة النفسية الموجهة
52	5-5- نظرية يونج التحليلية (Yung Theory)
53	5-6- 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 النفس 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	3-1- نظرية التحليل النفسي
76	3-2 النظرية التحليلية
77	3-3 نظرية الذات
78	3-4 نظرية السمات
78	3-5 نظرية التعلم
80	مناقشة النظريات
81	4- السمة
81	4-1 مفهوم السمة
82	4-2 أنواع السمات
84	4-3 نظريات السمات
84	4-3-1 نظرية السمات لألبورت (G allport)
86	4-3-2 نظرية السمات لكاتل kAttele
88	4-3-4 نظرية السمات لفرايبورج
91	مناقشة النظريات
92	4-5 تصنيف السمات
93	4-6 معايير تحديد السمة
96	خلاصة
	الفصل الخامس منهجية الدراسة والإجراءات الميدانية
99	تمهيد
100	1- الدراسة الاستطلاعية
100	2- مجالات الدراسة
100	2-1 المجال المكاني

100	2-2 المجال الزمني
100	3- متغيرات الدراسة
101	4-مجتمع الدراسة
101	5-عينة الدراسة
101	5-1 العينة الاستطلاعية
102	5-2 عينة الدراسة الأساسية
102	6- أدوات الدراسة
103	5-1- مقياس التحمل النفسي
103	6-2 مقياس فرايبورج السمات الشخصية
104	7- الأسس العلمية للأداة
104	7-1 صدق أداة الدراسة (مقياس التحمل النفسي)
105	7-1-1 صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس التحمل النفسي
109	7-1-2 صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس التحمل النفسي
110	7-1-3 الصدق الذاتي لأبعاد مقياس التحمل النفسي
111	7-1-4 ثبات مقياس التحمل النفسي
111	7-1-5 طريقة ألفا كرونباخ Cronbach's Alpha
112	7-2 صدق أداة الدراسة (مقياس السمات الشخصية)
112	7-2-1 صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس السمات الشخصية
119	7-2-2 صدق الاتساق الداخلي لأبعاد مقياس السمات الشخصية
119	7-2-3 الصدق الذاتي لأبعاد مقياس السمات الشخصية
120	7-2-4 ثبات مقياس السمات الشخصية
120	7-2-5 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 التآني 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 ويُعد العصبية
128	الجدول رقم (25) يمثل العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العصبية
129	الجدول رقم (26) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي ويُعد

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

حقائق



مقدمة:

يعد علم النفس الرياضي واحداً من أهم العلوم التي تزايد الاهتمام بها على المستوى العالمي والمستوى العربي في تحقيق التقدم والانجاز 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 انتباهه والتحكم بالانفعالات وعدم التوتر أو الخوف الزائد من المنافسة.

وإن الإعداد الجيد للاعبين في كرة القدم له متطلبات متصلة متعددة تشتمل على القدرات (البدنية، المهارية، النفسية) كلها لدى اللاعبين تعد عاملاً 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. (نزار 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 المرن مع أحداث الحياة سواءً الاعتيادية منها أو الطارئة كل 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 بالتغيرات 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 توافقه وقدرته على التصرف المرن والملائم 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 وتصل من خلال مزاوله 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 البحث الدراسة إلى:

جانبيين 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 ب: 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 ب: 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 المتبع 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 وتفسيرها، وفي الأخير الفصل السابع بعنوان: مناقشة النتائج في ظل الفرضيات، بالإضافة إلى الاستنتاجات والاقتراحات والآفاق المستقبلية للبحث.

الباب

الخطري



الفصل الأول

الفصل التمهيدي



1 - الإشكالية:

شهدت كرة القدم في السنوات الأخيرة تطوراً متزايداً وملحوظاً في جميع النواحي البدنية والنفسية والخططية والمهارية للوصول للاعبين 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 وشدتها، حيث تتعدد خبرات النجاح والفشل من موقف لآخر، ويظهر لاعبي كرة القدم استجابات لتلك المواقف نتيجة إعداد البدني والمهاري والنفسي لتحقيق أفضل مستوى له في المباراة، لذا تعد وسيلة الإعداد هامة لخفض المواقف الضاغطة ويجب أن تهدف إلى تهيئة اللاعب وتعبئة قدراته، حيث أنه من الضروري على واضعي البرامج التدريبية مراعاة الوقت اللازم لتحقيق التنمية العقلية للاعبين (حسن، 2013، ص33).

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 وتقاربها 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، ص482).

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 بغرض السيطرة على الضغوط النفسية والتي تنعكس على انجاز اللاعبين. (بن التومي، 2021، ص333).

كذلك يلعب التحمل النفسي دورا مهما 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 أيضا " قدرة الفرد على تحمل الاختلاف في الأفكار والمعتقدات والسلوك بين الناس (حمد، 2022، ص3).

إن اختلاف الرياضيين عن غير الرياضيين في تنمية السمات الشخصية المعينة يمكن أن يعزى من خلال مزاوله النشاط الرياضي وإذا كانت النشاطات الرياضية تنمي السمات الشخصية فستكون الفرصة ثمينة أمام المدرب أو المربي لتوجيه الدرس أو التدريب بخدمة تنمية سمات تحقق الأهداف الرياضية والتربوية والاجتماعية ويؤدي علم النفس الرياضي الدور الرئيسي في تشخيص هذه السمات ومساعدة الرياضي في تنمية السمات المرغوب فيها باستخدام أساليب كثيرة ، ومن أهم الواجبات الملقاة على عاتق المدرب الرياضي في هذا المجال تنمية الميزات الشخصية الإيجابية والسلوك الاجتماعي في شخصياتهم وعلى المدرب كمتطلب أساسي قبل تنمية الميزات الإيجابية أن يقدم برنامجا يتخلله شعور المتعة التي تستقطب جميع الرياضيين. (الخيواني، 2015، ص23).

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 أيضا الفروق بين المجتمعات، إذ يذكر المختصون قد يتصفون بصفة معينة في إحدى المجتمعات ولا يتصفون بها في مجتمع آخر، ويذكر أسامة 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 ؟

1-2 الأسئلة الفرعية:

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

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

8- هل توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وُبُعد 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 وُبُعد العصبية للاعبي كرة القدم.

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

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

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

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

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

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

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

3-أهداف الدراسة :

إن لكل دراسة غاية ترقى 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 للإستثارة، الإجتماعية، الهدوء، السيطرة، الكَف) للاعبين كرة القدم

4-أهمية الدراسة :

تكمّن أهمية الدراسة في الإضافة النوعية التي تُثني بها هذه الدراسة، وذلك عند مقارنته بالدراسات السابقة نجد هذه الإضافة، من البحوث 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 تحمّل الأمر: احتمله، وتحمّل الرجل: تجلّد. احتمل الأمر: صَبَرَ عليه (المنجد، 1986، ص156).

اصطلاحا: يعرفه (الخزاعلة، 2013) بأنه مظهر من مظاهر الشخصية السوية وعنصرا هاما 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 والوجدانية والاجتماعية، أي إنها تضم الذكاء والقدرات والاتجاهات والميول والعادات. (ثائر، 1992، ص19).

اصطلاحاً: 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. (راجع، 1970، ص 293).

الشخصية:

لغة: كلمة شخصية Personality، مشتقة من الأصل اللاتيني Persone، بمعنى القناع، لباس الممثل في العصور القديمة على خشبة المسرح لتأدية دور يتماشى مع المظهر الذي يجسده. (الداهري، 1999، ص16).

ب- اصطلاحاً :

يعرف ايزنك AYSENEK - الشخصية على أنها " التنظيم الثابت المستمر نسبياً لخلق الشخص ومزاجه وعقله، وهذا التنظيم هو الذي يحدد تكيفه الفريد مع محيطه(شاكر، 2015، ص21).

وعرف ألبرت 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 ظاهرا أم خفي (إبراهيم، 2014، ص 16).

ويعرفها الباحث إجرائيا

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

كرة القدم اصطلاحا:

كرة القدم يتبارز فيها فريقان في ملعب ذو أرضية مزروعة على جانبيه مرمى والفكرة في كرة القدم محاولة إيداع المرة في مرمى الخصم وذلك باستخدام الأرجل والرأس لا يسمح باستخدام اليدين إلا لحارس المرمى ويتكون الفريق من 11 لاعبا. (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 إجرائيا هي رياضة جماعية يشارك فيها فريقان يحاولان تسجيل الأهداف في مرمى الفريق الآخر، وتعد كرة القدم أحد الرياضات شعبية وانتشارا في جميع أنحاء العالم تتم

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

المفصل الثاني

الدراسات

السابقة



1- الدراسات السابقة والمثابفة:

يعتبر البحث العلمي سلسلة مترابطة 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 والأطروحات والرسائل الجامعية التي تناولت نفس الظاهرة التي يتناولها الباحث. (سلاطنية، 2000، ص113).

1-1 الدراسات التي ارتبطت بمتغيري 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 الربيعي (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 المسح وتكون مجتمع البحث من 431 منهم 264 طالبة و 164 طالب وتم تحديد العينة ب 30 طالب وطالبة بالطريقة العشوائية واستخدمت الباحثة مقياس التحمل النفسي ومقياس 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.

- تمتع 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 وافترض الباحث وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية للطالبات واستخدم الباحث المنهج الوصفي بطريقة المسح وطريقة العلاقات الارتباطية لملائمتها لطبيعة البحث وتم تحديد مجتمع البحث بطالبات المرحلة الرابعة قسم التربية الرياضية/ جامعة الكوفة، والبالغ عددهن (51) طالبة اختيرًا بالطريقة العمدية، 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.

- تمتع طالبات المرحلة الرابع بدرجة عالية من التحمل .

1-2- الدراسات السابقة التي ارتبطت بتغيير 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 الجهوي 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 الجهوي 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 استمارة 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 أحمد، سعيدي زروقي يوسف، بن هيبة تاج الدين، (2023)، بعنوان دراسة العلاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهارية لدى لاعبي كرة القدم.

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

- مستوى التحمل النفسي لدى أفراد عينة البحث يقع عند تقدير جيد .
 - أما مستوى تقدير الذات المهارية فيقع عند تقدير قريب من الجيد .
 - وجود علاقة بين التحمل النفسي وتقدير الذات المهارية لدى اللاعبين .
- 6- دراسة حمد، لؤي ناجي. (2022)، بعنوان "التردد النفسي والتحمل النفسي وعلاقتهما ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم المتباعد".

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 والعلاقات 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 الحقيبة 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 (المنولة، الإخماد، 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 الارتباطية 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 الارتباطية، 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 إحصائية بين التدريب العقلي و التحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الاسترخاء والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.
- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الانتباه والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.
- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين التصور العقلي والتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

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

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، وهذا باستخدام المنهج الوصفي على عينة شملت 63 لاعبا ينتسبون إلى بطولة القسم الوطني الأول الممتاز للكرة الطائرة وقد استخدم الباحثون، مقياس التحمل النفسي ومقياس 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 الارتباطية بين التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتيه وقام الباحث بإجراء الدراسة على عينة قوامها 20 حكما بالإتحاد 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 إحصائية بين فئات الحكام (دوليين - قاريين - درجة أولى -درجة ثانية ودرجة ثالثة (في المتغيرات قيد البحث) التحمل النفسي، تركيز الانتباه، اتخاذ القرار.

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

تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين قوة التحمل النفسي و ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض أندية ديالى بألعاب القوى، حيث استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية 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 القصدية. واستخدم الباحث مقياس التحمل النفسي ومقياس 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 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، استخدم الباحث المنهج الوصفي. كانت عينته 370 طالب اختارت بالطريقة القصدية ، كما استخدم مقياس التحمل النفسي ومقياس فاعلية 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 تبعا لمتغيري (النوع- التخصص) و التفاعل بينهما.

- لا توجد فروق دالة في التحمل النفسي لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغير (التخصص) والتفاعل 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 للاعبين النخبة الوطنية الجزائرية للمصارعة المشتركة المشاركين في البطولة الإفريقية بالمغرب 2022".

هدفت الدراسة إلى معرفة السمات الشخصية التي يتميز بها رياضيي 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 يتعدون عن (العصبية و الاجتماعية والعدوانية) بدرجة منخفضة ضمن مقياس فرايبورج.

14- دراسة سليمان رحمة ، حرشاي 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 كورونا 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 ومقياس التوافق المهني لدى أساتذة التعليم المتوسط من إعداد (إيمان محمود عبيد 2014)، استنتجنا أن أغلبية أساتذة التربية البدنية كانت لهم درجة عالية من سمة القابلية للاستثارة والعصبية والسيطرة والاكتمابية على الترتيب ثم تليها سمة الاجتماعية والضبط والهدوء أثناء العمل ظروف الكوفيد وظهر مستويات متوسطة على مقياس التوافق المهني في كل من علاقة الأستاذ بعمله والحالة الصحية والنفسية للمعلم والظروف الفيزيائية 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 و تماسك الفريق الرياضي"، ولإنجاز هذه الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب 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 2018/2019) 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 سليمان رحمة ، حرشاي يوسف، كحلي كمال، عطا الله أحمد (2022)، بعنوان "السمات الشخصية للتلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية اللاصفية 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 مقياس السمات الشخصية المعد من طرف الباحثة بعد تقنيه على البيئة الجزائرية، وبلغ حجم العينة 250 منخرط في الكرة الطائرة ذكور تم اختيارهم بالطريقة القصدية، ومن أجل معالجة البيانات إحصائيا استخدم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار anova، وتم التوصل إلى النتائج التالية:

- أفراد العينة يتميزون بمستوى مرتفع من السمات الشخصية حسب ترتيبها وهي كالآتي: (الاجتماعية، الاتزان الانفعالي، الإصرار، تحمل المسؤولية، الشجاعة، تقدير الذات، الانبساطية، السيطرة، الاستقلالية).

- يتميز تلاميذ السنة الرابعة بمستوى مرتفع في جميع أبعاد الشخصية مقارنة مع السمات الأخرى.

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

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

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

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

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

تهدف هذه الدراسة إلى 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 بدارية. 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 لاعبا و 15 لاعبة من رياضيي 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 لملائمته لموضوع الدراسة، كما اعتمد الباحث في اختيار العينة على الطريقة القصدية، وبغرض جمع البيانات استخدم من أجل ذلك المقاييس النفسية كاختبار (أيزنك للشخصية E P Q ومقياس الاستثارة الانفعالية ومقياس أبعاد التفوق الرياضي)، وبعد استخراج البيانات ومعالجتها إحصائيا باستخدام برنامج Spss تم التوصل إلى النتائج التالية:

- عدم وجود علاقة ارتباطية بين (نمط الانطواء والانفعال، ونمط الانبساط والاتزان الانفعالي، ونمط الانبساط والانفعال)و أبعاد التفوق الرياضي لدى رياضيي كرة السلة.

- عدم وجود علاقة ارتباطية بين الاستثارة 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 الاستثارة الانفعالية.

20- دراسة ربوحي سليم (2018)، بعنوان "علاقة سمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربي 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 الاحتراق النفسي لديهم، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة المتمثلة في كل مدربي 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، ومقياس الاحتراق النفسي المقتبس من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي الذي يتضمن ثلاث أبعاد موزعة على (22) فقرة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، لملائمته لطبيعة 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 الاحتراق النفسي لدى عينة البحث مستوى عالي على كل الأبعاد.

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

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

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

إن الهدف من هذه الدراسة هو معرفة العلاقة الموجودة بين سمات الشخصية ودافعية الإنجاز والفروق 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، انطلاقاً من التساؤل حول تأثير سمات الشخصية على دافعية الانجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية مروراً بالتطرق إلى هل اختلاف درجة السمات يؤثر على درجة دافعية الإنجاز وصولاً إلى معرفة هل باختلاف نوع النشاط الرياضي الممارس تختلف درجات الدافعية وتم التوصل إلى النتائج التالية:

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

- هناك علاقة ارتباطية موجبة بين سمات شخصية(الهدوء0.68، الاكتئابية 0.90، العصبية0.23، العدوانية 0.33، القابلة للاستثارة 0.22، الاجتماعية 0.62، السيطرة 0.56، الكف0.68) ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

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

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

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

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

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

- كلما ارتفعت درجات سمات المدرب الرياضي كلما ارتفعت درجات تماسك الفريق وكلما انخفضت درجات سمات المدرب الرياضي أثرت بالسلب على درجات تماسك 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 النفسية (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 الفئتين، أي ذات الدافعية للإنجاز المرتفعة، و ذات الدافعية للإنجاز المنخفضة لدى

الرياضيين المتمدرسين، كما تمكننا 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. الربيع الأول والثالث :معامل الارتباط البسيط r ، معامل الارتباط الجزئي معامل الارتباط المتعدد r^2 ، اختبار T لعينتين مستقلتين، والنتائج المتوصل إليها:

- بعد الاكتئاب 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 ببعض 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 ومقياس

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) والضغوط النفسية في لم تكن هناك علاقة بين العدوانية والضغوط النفسية.

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 لطلبات قسم التربية الرياضية / كلية التربية للبنات / جامعة الكوفة

➤ من حيث المنهج:

- المنهج الوصفي الارتباطي بطريقة المسح
- المنهج الوصفي بطريقة المسح وطريقة العلاقات الارتباطية

➤ من حيث العينة:

- للطلاب والطالبات الدارسين بمعهد الفنون التطبيقية الجامعة التقنية الوسطى
- لطلبات قسم التربية الرياضية

➤ من حيث الأداة:

- مقياس التحمل النفسي ومقياس 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 للاعبين 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 و تقدير 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 بكرة القدم
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التدريب العقلي و التحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم
- معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتيه
- التعرف على العلاقة الارتباطية بين قوة التحمل النفسي و ببعض 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 تبعا لمتغيري (النوع- التخصص) والتفاعل بينهما والتعرف على دلالة الفروق في فاعلية الذات لدى طلبة الجامعة تبعا 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 كورونا على شخصية أستاذ التربية البدنية و أثرها على التوافق المهني
- التعرف على العلاقة بين السمات الشخصية للمدرب وتماسك الفريق الرياضي

- تقدير السمات الشخصية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى أساتذة 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 أيضا عن الفروق في كل من السمات الشخصية تبعا 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 والفروق 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 الفئتين، أي ذات الدافعية للإنجاز المرتفعة، و ذات الدافعية للإنجاز المنخفضة لدى الرياضيين المتمدرسين، كما تمكننا 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

- الكشف عن العلاقة بين شخصية للمدرب الرياضي وتماسك الفريق الذي يشرف عليه باعتباره قائد للجماعة
- 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 لكرة الطائرة
- رياضيي كرة السلة
- المدربين

- القلاميد

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 تناسب 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 للاعبين 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 ومقياس السمات الشخصية.

الفصل الثالث

التحمل النفسي

في حرة المقدم



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 نذكر 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 يتفاوتون 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 تكيفيه 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، لينتمكن من أن يحيا حياه طبيعيه وتتفاوت هذه الدوافع بين الناس فبعضهم يظهرها بشكل قوه أو سيطرة، في حين يظهرها آخرون كتحمل وذلك من خلال القدرة على معالجه الضغط (علاوي، 1998، ص78).

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.

2- 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 الذات والأسرة والأصدقاء والمجتمع والإبقاء بما يفرضه هذا الارتباط من واجبات ومسؤوليات وعدم التراجع عنها.

3- مجال التحدي: توقع التغيير كتحديد نحو تطور أبعد وأفضل، هو قدرة اللاعب على مواجهة عوامل الهزيمة أو الفشل في المنافسات والتدريب وشعوره الإيجابي 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 أداؤه بالجودة.

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

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

ويرى الباحث أن هذه المجالات متكاملة ومتراصة وتتأثر على بعضها البعض وتشكل معا قدرة الفرد على التحمل النفسي وتعزيز هذه القدرات من خلال التدريب والممارسة والإدارة الفعالة للضغوط.

3- خصائص قوة التحمل النفسي:

أبرز الخصائص المرتبطة بالتحمل النفسي:

- تعمل قوة التحمل النفسي كمورد مقاومه في مواجهة أحداث الحياة المتعبة من خلال الالتزام والتحكم.
- الأشخاص الملتزمون 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 يريدتها 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 للضغط 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 حوافز أو فرص يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي بدلا من اعتبار هذه التغيرات تهديدا لاستقرارهم. (عبد العزيز، 2010، ص130).

طبقا لكوباسا فإن الفرد الذي يحتمل درجة عالية من الضغط دون أن يصاب بالمرض فإن له بناء للشخصية يختلف عن الفرد الذي يمرض عند تعرضه لنفس الدرجة من الضغط والتي أطلقت كوباسا عليه hardiness أي قوة تحمل أو القدرة على الاحتمال وتتكون هذه الشخصية حسب كوباسا من ثلاث 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، ص60).

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 افزل 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، لغرض مواجهة ومقاومة الأحداث عدم الاستسلام لها والذين لا يمتلكون استجابات ملائمة ومتطورة ولا يستطيعون المواجهة.

وتوصل افزل إلى أن الشخص الذي يتعرض للمرض نتيجة الضغط يكون بدون طاقة أو قدرة وتكون لديه الدافعية للانجاز 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 وعلاقات الشخصية فإن مواجهة هذا الفرد للبيئة الضاغطة يخفف منها فضلا عن أن الشخص الملتزم 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 للضغوط 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 وطبقا لكوباسا فإن متغير قوة التحكم النفسي يمكن أن يحمي الفرد من التأثيرات المدمرة لأحداث الحياة الضاغطة. (علوان، 2009، ص2).

4- أنواع قوة التحمل النفسي :

هناك ثلاث أنواع لقوة التحمل النفسي هي:

4-1- تحمل الإحباط:

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

ويُعدّ الإحباط حالة غير مرغوبة 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 مظهر من مظاهر التحمل النفسي أو الصمود ضد مظاهر الأنا 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 الارتياح 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 بودنز 1962 أن المواقف الغامضة هي المواقف الجديدة على خبرة الفرد أو المواقف المتناقضة بتفاصيلها أو محتواها يحدث تحمل الغموض في مستويين هما الإجرائي والظاهري.

❖ **المستوى الظاهري:** ويحدث ضمن الإدراكات والمشاعر الفردية، فالفرد يدرك ويقيم 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 (وولمان) أن تحمل عدم التطابق هو القدرة على النظر في أفكار متنافرة دون قلق ودون استخدام الدفاعات، أما روجرز يشير إليه إلى أن التنافر الحاصل بين مفهوم الفرد عن ذاته وبين خبراته الواقعية (أي وجود صراع بين الذات المدركة والذات المثلى) والتي تعني ما

يطمح أن يكونه الإنسان عن نفسه، وافترض 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 وتترك بغير دقة فإذا حدث تعارض بينهما ينظر إلى الفرد على أنه يعاني من عدم الاتساق، أما البيئة التي لا تكون مصدر تهديد للفرد 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 تفاعل الفرد مع بيئته. (منصور، 2009، ص4).

5- المدارس والنظريات:

من بين النظريات التي فسرت التحمل النفسي نذكر منها:

5-1- نظرية التحليل النفسي (قوة الأنا) فرويد 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، وأن هدف السلوك الوحيد ليس مجرد تخفيض 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 تلعب بها القوى اللاشعورية (الفذافي، 2001، ص117).

فالأنا هي ما نستطيع تسميته بالشخصية الشعورية، يتكون بالتدريج من الاتصال بالعالم الخارجي الواقعي عن طريق الحواس، فهي (الأنا) وقائية 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 العواقب، والمشرف على أفعالنا الإرادية،

وعن طريقه تتحقق الدوافع أو لا تتحقق، إذا فإن (للأنا) وجهتين، أحدهما يطل بها على الدوافع الفطرية الغريزية في الهو، والآخر يطل على العالم الخارجي وهدفها التوفيق بينهما(راجع، 1970، ص411).

فانخفاض قوة الأنا أو قوة التحمل يتضمن نقصا في كبح الذات والسيطرة على البيئة، ونقصا في الوعي المعرفي الذي يعوق قدرة الفرد في معالجة المشكلات غير المألوفة والعقبات (عبد الخالق، 1983، ص342).

ولكي يستطيع الفرد الوفاء بمطالب العالم الواقعي، يجب أن تصبح (الأنا) قادرة على إتباع منهج التفكير المنطقي.(عيسوي، 1982، ص114).

5-2- نظرية كوباسل Kobasa 1979 :

طرحت كوباسا مفهوم التحمل في الشخصية التي أنتت استكمالا وتعميقا لبحثها لنيل درجة الدكتوراه، فقد استهدفت من تلك الدراسات معرفة المتغيرات النفسية والاجتماعية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم الجسمية والنفسية رغم تعرضهم للضغوط ،أن هذا المفهوم هو الأكثر ارتباطا بمفهوم الضغط وتأثيره في الفرد ، واستمرت هذه النظرية من التأكيد الوجودي لمفرد ككائن حي في العالم ،يعتقد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها وعدم تجنبها (عبد العزيز، 2010، ص129).

اعتمدت Kobasa على ما توصل إليه (Averill 1973) في أن البناءات الشخصية المنظمة لا تضعف عند تعرضها لضغوط 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: تمكنهم من تفسير الحدث الضاغط مع ما موجود من بنى معرفية فتساعدهم على تعطيل أو إلغاء تأثيرات ذلك الحدث.

مهارات التعامل: وهي مهارات تمكنهم من اختبار الاستجابة الملائمة للضغط ، وتكون عن طريق ما يمتلكون من دافعية متميزة عبر المواقف كليا، وبالمقابل نجد من تظهر عليهم أعراض المرض أن لهم مستوى واطئ من الدافعية، فعندما تحدث تلك الضغوط فإنهم يفقدون كل وسيمة لمواجهتها (رشا فؤاد، 2004، ص80).

كما أشارت Kobasa إلى أن أحداث الحياة الضاغطة لها دور كبير في ظهور أعراض نفسية وجسمية لدى الأفراد المتعرضين 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، ص79).

وقد افترضت Kobasa بعض الخصائص التي يتميز بها الأشخاص الذين يتعرضون للضغوط 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 internal locus of control، 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 حوافز أو فرص يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي بدلا من اعتبار هذه التغيرات تهديدا لاستقرارهم. (عبد العزيز، 2010، ص130).

5-3- النظرية الوجودية:

تتفق النظريات الوجودية على مجموعة من الأسس الفلسفية، وأن الأفكار الأساسية التي تؤكد الوجودية هي فكرة الوحدة الغير قابلة للتفكك ويطلق 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 سببا ليجعل حياته ذات هدف ومعنى لوجوده، فبإمكانه أن يتحمل أي شيء. (جورارد، 1988، ترجمة الحمداني، ص88).

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 وطبقا 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، ص5).

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 بالمشيرات وترد عليها مباشرة. (عبد الرحمان، 1983، ص140).

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 مجاله النفسي بالتعاقب إذ أن الفرد يحاول خفض هذا التوتر عن طريق إدراكه للبيئة الخارجية نتيجة للضغوط، فيوجه طاقة نفسية دافعية لخفض التوتر. (الويس، 1981، ص130).

5-5 نظرية يونج التحليلية (Yung Theory) :

يعد كارل يونج أحد مؤسسي علم النفس التحليلي، وتتسم نظريته للنوع البشري بأنها تقدمية فهو يرى بل أن 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 ويتوسع ويغير نحو الأفضل، والأشخاص ذوي قوة تحمل هم أشخاص متعاونون لأنهم يخلقون بتعاونهم حماساً وقوة لا حد لها في مواجهة الظروف الصعبة، لأن التعاون لا يثير الروح المعنوية بداخلهم ويحفزها فحسب، بل يخلق الكفاءة العالية ويضاعف الطاقة والمقدرة ويقوي العزيمة والمقاومة، وهذا التماثل بين الأفراد هو توليف ومشاطرة مجريات الأمور والعادات والقوانين وأساليب الحياة عموماً 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، ص52)

5-6 نظرية ألفريد أدلر (Alfred Adler)

تدور فكرة أدلر (Adler) حول مفهوم قوة التحمل عن طريق المصطلحات التي طرحها 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، ويعد مصطلح قوة الإرادة مرادفا لمصطلح قوة التحمل النفسي، ويمثل ضرورة داخلية للتوجه نحو الحياة، ولكونها حافزا قويا وجذريا 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 مسيطرا على الأحداث البيئية، وفق مبدأ أسلوب الحياة الذي يتخذه لنفسه والذي هو نتيجة لقوتين أساسيتين، الأولى ذات منشأ داخلي تنمو مع الفرد والثانية ذات منشأ خارجي تأتي من البيئة، وتؤثر في سلوك الفرد وتصرفاته، وتبلغ الذات أعلى قوتها عندما تكون خلاقة ومبدعة، ويعد (آدلر) الإنسان بأن له القدرة على أن يكون مبدعا ومتحكما في ظروفه البيئية وتخطي العقبات الصعبة التي تصادفه مهما بلغت درجة خطورتها، لأنه مبدع ونشط وصانع لقراراته، ويستطيع إن يختار نمط حياته بنفسه (سعدون، 2022، ص52-53).

6- مناقشة النظريات:

❖ حسب نظرية التحليل النفسي، فإن قوة الأنا 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 الإجهادية 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 "ليفين التحمل النفسي طاقة البيئة النفسية الموجهة" تعتبر نظرية نفسية تركز على كيفية تأثير البيئة النفسية على تحمل الفرد للضغوط والتحديات، وتسلب الضوء على أهمية البيئة النفسية في تأثيرها على تحمل الفرد للضغوط النفسية، 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 والضغوط النفسية، 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 الخلل في التنسيق أو الاضطراب الذهني والفكري، وتحمل كيفية التصرف والسلوك وتأثيرات الاجتهادات النفسية طابعاً فردياً يتلاءم والظروف الداخلية للخص نفسه، يعني ذلك أن أوضاع التحمل النفسي بشكل حالات سلبية ومعروفة مثل حمى البداية أما 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 ورتابة الجهد، وإنما يتعين إلى حد واسع الإلمام 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 النرفزة والعصبية لديه، وإن جهد التدريب لا ينجم فقط عن حجم التدريب وكثافته وتكرار التدريب ورتابة الجهد وإنما يتعلق أيضاً بالحالة النفسية الآتية 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 الاجتهادات النفسية تحدث في ثلاث مراحل متميزة هي:

➤ مرحلة الإنذار أو التنبيه 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 محاولاً 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 ويتعرض لعدة أمراض منها (الصداع، ارتفاع ضغط الدم، القرح، أزمة قلبية) مما يشكل خطر على اللاعب، إذ لا يستطيع تحمل الموقف الضاغط ومقاومته، وإن العوامل البيئية كالتنشئة وأساليب معاملة الوالدين مهمة في تكوين قوة التحمل النفسي عند اللاعب.

ويرى ليفين نقلاً 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 ضغوطاً على بيئة اللاعب النفسية فتسبب 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 لخفض توتره. (سعدون، 2022، ص50).

ويستخلص الباحث التحمل النفسي في المجال الرياضي يمثل القدرة على التكيف والصمود أمام الضغوطات والتحديات التي تواجه الرياضيين أثناء ممارسة الرياضة ويمثل أساساً حيويًا للنجاح والاستمرارية في الممارسة الرياضية، ويعد 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. (علاوي، 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 ملما بهذه الضغوط التي تواجهه وبذلك يتمكن من تحملها. (الطالب، 2001، ص162).

2- ثقافة اللاعب: تتأثر ثقافة اللاعب بارتفاع وانخفاض درجه التحمل فاللاعب الذي يمارس نشاطا معيناً قد يكتسب الكثير من المعلومات نتيجة لممارسته هذا النوع من النشاط الرياضي فاللاعب الذي يعرف قواعد اللعب والنواحي الخطئية لها يتمكن من تحمل هذا النشاط وقد تزيد من قوة تحمله للظروف التي تواجهه. (الإبراهيمي، 2002، ص53).

3- النمط العصبي للاعب: نوع النمط العصبي المميز للاعب بدرجة كبيرة في قوه تحمله إذ أن هناك بعض اللاعبين الذين يتميزون بالاستثارة السريعة بأقل مثير ويحتاجون إلى المزيد من الوقت للتحكم في انفعالاتهم وهؤلاء غالبا ما يتميزون بتحمل نفسي اقل من زملائهم. (الكاتب، 1987، ص7)

4- الحالة الصحية والجسمية للاعب: اللاعبون في مختلف مستوياتهم وخاصة المستويات العليا لضغوط كثيرة 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 صحيح البدن ذا عقلية جيدة من خلال زيادة قابلية جسمه على تحمل أعباء الحمل الذي يمارسه أثناء قيامه بالتمارين. (الضمد، 2006، ص245)

5- القدرات العقلية للاعب: إن الفرد الذي يدرك المواقف إدراكا صحيحا يساعده 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 بصورة مجتمعة عوامل الانجاز الرياضي ، فيجب التأكيد على تنمية هذا العامل من خلال ممارسه الأنشطة الرياضية من أجل تنمية التحمل النفسي.(شمعون، 2001، ص79).

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 تنمية قوة التحمل النفسي للاعب، فالوراثة تزود اللاعب بالإمكانات والاستعدادات للتحمل والبيئة تقرر ما إذا كانت الإمكانات ستتحوّل أو لا تتحوّل 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، ص9).

ويستخلص الباحث مما سبق يتأثر 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:

" Van Galen يذكر " فان كالين (2006) عددا من السمات التي يتصف بها الأفراد

ذو التحمل النفسي و (هي كالآتي:

- إقامة علاقات جيدة مع الآخرين.
- امتلاك مهارات تواصلية معرفية جيدة.
- ارتفاع مستوى تقدير الذات و فاعلية 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، ص63)

11- خصائص الأفراد ذوي التحمل النفس 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، ويعد التحمل النفسي معياراً لنضج الشخصية وتكاملها "شخص ناضج"، هو الشخص القادر 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 والايجابي ، حيث ينظر إلى التحمل النفسي بأنه عتبة الحالة النفسية للفرد ويرتبط ارتباطاً كبيراً بالخصائص الفسيولوجية والعصبية للإنسان (الحالة النفسية)، أي أن التحمل النفسي هو معيار للحكم على السلوك السوي وغير السوي ويرتبط مستوى التحمل النفسي للفرد بدرجة كباره بالجانب المعرفي لديه ، حيث أشارت الدراسات إلى أن الأفراد ذوي المستوى الأقل من التحمل في المواقف المختلفة يظهرون في الغالب أنماطاً سلوكية سلبية اتجاه المواقف المختلفة ، قد تكون تجنبية في بعض الأحيان مثل الرفض الإنكار، الانعزال وقد تكون عدوانية في أحيان أخرى، كما أنهم يميلون لأن يكونوا أقل التزاماً في جميع مجالات الحياة والعمل وفقاً لتلك الرؤية ، فلن التحمل النفسي هو حالة نفسية انفعالية ترتبط بالخصائص الفسيولوجية العصبية للفرد تجعله قادراً على التحكم في سلوكه بطريقة سوية، وهو يعد مؤشراً لقدرة الفرد أيضاً على مواجهة المحفزات السلبية في العمل

والحياة، وفي ذات السياق يعد التحمل النفسي سم ة شخصية تقلل من الآثار السلبية للتوتر بل ويمنعها ، 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 بعد ة خصائص منها التحكم الذاتي ، الشخصية الجيدة ، التواصل الايجابي مع الآخرين ، احترام الذات ، التطور الذاتي ، التعاطف ومقاوم ة الاغتراب، حيث أشارت دراسة أنس المصري هابس أن التحمل النفسي يرتبط سلبا مع أساليب المواجهات التجنبية للفرد في مواجهة المشكلات مثل البكاء اللون الذات والانعزال ، كما يرتبط التحمل النفسي بشكل ايجابي ببعض السمات الايجابية للفرد مثل الرغبة في مواجهة ة 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 (مروه محمود محمد، 2021، ص30).

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 هام ة 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 والهجومى تحسين استخدام القدرات البدنية والمهارية بما يتناسب مع قانون كرة القدم ومع الزيادة والتطور المستمر في التطبيقات الخططي ومتطلبات

الأداء البدنية والمهارية، وما يصاحبها من استنفاد ذهنية والبدنية أصبح الإعداد النفسي حدث الضروريات اللازمة لإعداد اللاعب نفسيا بجانب إعداداته بدنيا مهاريا وخططيا للوصول إلى الفورم الرياضية وأصبح الإعداد النفسي أحد جوانب الإعداد الهامة للوصول باللعب 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 يشهد فيها التنافس في أوقات المباراة الصعبة بين الفرق المتقاربة فنيا وتحسن نتائج اللقاء، للفرق الأكثر إعداد من الناحية النفسية والإرادية.

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

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

في مباريات كرة القدم يبذل اللاعب جهدا بدنيا وعصبيا عاليا ، مما يرافق ذلك انفعالات مختلفة وأن المتطلع أيضا إلى طريقة اللعب وإعداداته من حيث الحجم والشدة يعرض الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة وأهمية المباراة 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 وخصوصا المنافسات في لعبة كرة القدم منها عوامل داخلية كشخصية اللاعب من قدرات عقلية ومتغيرات وجدانية أو انفعالية خارجية ، كالبينة التنافس جمهور الحكام إلى آخره وهذه كلها

تشكل ضغوطا نفسية يجب على اللاعب تحملها ومقاومتها من أجل الأداء بشكل جيد وأن لعبة كرة القدم وخاصة المهارات الأساسية بها تتطلب من اللاعب إمكانيات جيدة في الحركات وأداء المهارات بصورة دقيقة للتغلب على المشاكل المتكررة وحل 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 الثقة بالنفس وقوة التحمل والمثابرة. (علوان، 2016، 45-46).

ويستخلص الباحث أن التحمل النفسي عاملاً 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 والحرية وغير الشخصية للاعب وتحدد إطارها من حيث:

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

وأهم صفات التي تميز شخصية اللاعب هي مستوى ثبات الانفعال والذي يجب أن يتوفر بمستوى مرتفع من الكفاية الحيوية والقدرة على الحسم وتحمل المسؤولية في أقصى الظروف الانفعالية وتطوير الشعور بالتحكم في الذات والإحساس بها (أبو عبده، 2012، ص268).

15- عناصر الناحية النفسية في كرة القدم:

هنالك 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 يتطور وأنه هناك فائدة من حضوره التدريب.

عدم التردد: سرعة التصرف من أهم مكونات الحالة الذهنية للاعب ولكي يستطيع اللعب 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 بمجهود اقل وفي نفس الوقت فان هذا يؤدي الفعاليات التعاونية بصورة أفضل ولكن يجب تحاشي الثقة الزائدة والتي لا تستند على أسس 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 اللعب 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 دوراً هاماً في كرة القدم ففي هذه الأخيرة تكون الكرة في حياة اللاعب ويحاول المنافس مهاجمته للحصول عليها وهذا يقتضي من المدافع جرأة وشجاعة والعكس صحيح وكلما أحس اللاعب بقوته ومقدرته 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.

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

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

الاستمرار: مما يزيد الاهتمام برياضة كرة القدم هو طبيعة البطولة فيها إذ يكون فيها برنامج البطولة مطول سنوي ومستمر أسبوعاً تقريباً مقارنة مع رياضة فردية التي تجرى منافساتها في شكل متباعد.

الحرية: اللاعب في كرة القدم رغم ارتباطه بزملائه وبالهدف الجماعي لأنه يملك حرية كبيرة في اللعب الفرد والإبداع في أداء المهارات مرتبط بإمكانيات وقدرات كل لاعب فردي إذ أنه ليس مقيد بأداء تقني ثابت كما هو الحال في أغلب الرياضات الفردية لديه الحرية في

التفاعل والتعرف حسب الوضعية التي يكون فيها أمام الخصم وهذا ما يكسب رياضة كرة القدم طابعا تشويقي ممتعا (تريكي، 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 تدريباً 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 للتقنيات الاسترخائية وتعلم استراتيجيات إدارة الضغوط اليومية، مما يساهم في تحقيق التوازن والرفاهية الشخصية في الحياة.

الفصل الرابع

الحملات 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 الملحوظ بين الناس حول مفهوم الشخصية أين نجد تعريفات جزئية، ففي الجانب الجسدي للشخصية هي ذلك الرجل الطويل العريض وفي الجانب العقلي للشخصية هي الشخص الذكي، والجانب الاجتماعي للشخصية هي الشخص الذي له علاقات اجتماعية وقدرة على حل المشاكل بين الناس، والجانب الانفعالي للشخصية هي الشخص المتزن الثابت والهادئ انفعاليا ولكن في حقيقة الأمر الشخصية ليست مجزأة وإنما هي كل متكامل.

1-تعريف الشخصية:

مفاهيم الشخصية متعددة نذكر 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).

وتعد الشخصية في نظر علماء النفس مفهوم معقد يتكون من عوامل كثيرة ومتداخلة بحيث لا يمكن فصلها أو تحليلها على انفراد، أي أن لعالم النفس وجهة نظر تختلف في شكلها ومضمونها عما 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).

وجاءت التعاريف التالية النفسية للشخصية لبعض العلماء كل حسب مفهومه:

يعرف ريموند كاتل أن " الشخصية هي التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين" ويضيف أن "الشخصية تختص بكل سلوك يصدر عن الفرد أكان ظاهرا أم خفيا ويعد تعريفه تعريفا عاما يركز على القيمة التنبؤية بمفهوم الشخصية". (علاوي، 1992، ص291).

ويعرفها أيزنك AYSENEK - الشخصية على أنها" التنظيم الثابت المستمر نسبيا لخلق الشخص ومزاجه وعقله وجسده، 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 البنائي الخاص بالأساليب السلوكية.

أن الشخصية تشمل مجموع التفاعلات بين تلك الأنماط السلوكية والتغيرات الداخلية للفرد من جهة والمثيرات الخارجية من جهة أخرى. (سفيان، 2004، ص17).

ويرى علماء الاجتماع على أن الشخصية من الموضوعات العريضة، فهي لا تقف عند حد 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 أصيلة أم مكتسبة، و كذلك التأثير المشترك بين الأفراد و البيئة المحيطة بهم بجميع مكوناتها.

وعادة ما تكون النظرة في دراسة الشخصية نظرة شاملة متكاملة للفرد ككل، لا يتجزأ مع أخذ 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 وتسمى جملة هذه الأسباب العامل التاريخي.

✓ العوامل الداخلية المتمثلة في مجموع العوامل التكوينية والغاية التي يولد الفرد مزودا 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، ص69).

ويستخلص الباحث من التعاريف السابقة أن موضوع الشخصية واسع ومتنوع، 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 قسمين 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 يجربها. (لازاروس 1989، ترجمة غنيم، ص13).

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، وتتمثل 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 المزاجية ودوافعه، وعلى قدرته على التوافق مع البيئة.(ليب، 1990، ص28).

* الاتجاهات (العادات):

وتؤثر اتجاهات الفرد على علاقته بالآخرين كما ترتبط بمجموعة من العوامل البيئية الأخرى، وينتج عن هذه الاتجاهات في صورتها الإيجابية شعور الفرد بالاطمئنان والحب والانتماء مع وضوح مفهوم الذات لديه، ويعني 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 و اتجاهها في مسار غير اجتماعي (غير سوي). (البيب، 1990، ص29).

* التربية و الخبرات المكتسبة :

وهي مجموع العوامل التي تتدرج تحت الصفات الأساسية أو الاتجاهات المذكورة في الفقرتين السابقتين، حيث يرى ألبورت "بأن الأساس الذي تقوم عليه الشخصية يتكون من مجموع العوامل الوراثية التي يولد الفرد مزوداً بها، و هي تتركب من ثلاث مجموعات:

➤ عوامل يشترك فيها جميع أفراد النوع وتتعلق بالمحافظة على الحياة مثل الانعكاسات (Reflex) والدوافع (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 وتتعلق 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.

وتتشابه هذه الفكرة مع وجهة النظر القائلة بأن الإنسان لديه شعور بالحاجة إلى التحصيل العلمي، وهي حاجة أصيلة فيه وليست من نتاج البيئة المحيطة به. (القذافي، 1996، ص28).

ويستخلص الباحث أن الشخصية تتكون من مزيج من الصفات الفطرية الأساسية التي يورثها الفرد، والاتجاهات والعادات التي يطورها، والتأثير القوي للتربية والخبرات المكتسبة على مدار الحياة، وهذه العوامل تعمل معاً 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 بتعديله أو إعادة تشكيله. كما أنها تهدف كذلك إلى تحقيق فهم الإنسان لسلوكه وسلوك الآخرين مما يسمح بإقامة علاقات مشتركة معهم وتسهيل عمليات التوافق و يرى بعض العلماء أن نظريات الشخصية الجيدة هي النظريات القادرة على تفسير أحاسيس الإنسان ومدرجاته وقيمه وحوافزه. (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 سيجموند فرويد Sigmund Freud و هو طبيب أعصاب نمساوي و قد تميزت نظرياته باعتناق الحتمية كوجهة نظر لها، كما تتميز هذه النظرية بالتطورية أو التكوينية 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 ثلاث أقسام رئيسية هي: (حكمت دور الحلو، 1998، ص172).

أ -ألهو:

وهو ذلك الجزء من اللاشعور و الذي يمثل النفس هو مصدر كل الطاقات الغريزية الضرورية لاستمرار بقاء الفرد، ولا يعرف الهو مبدأ اللذة.(حيدر ، 1990 ، ص11).

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

ب الأنا:

هو ذلك القسم من الهو الذي تعدل نتيجة تأثير العالم الخارجي فيه تأثيرا مباشرا بواسطة جهاز الإدراك الحسي الشعوري: أي أن الأنا عبارة عن امتداد لعملية تمايز السطح، وفضلا عن ذلك فإن الأنا يقوم بنقل تأثير العالم الخارجي إلى الهو وما فيه من نزعات، ويحاول أن يضع مبدأ اللذة يسيطر عليه الهو.(فرويد، 1989 ، ترجمة نجائي، ص42)

والأنا يشعر بضغط الدوافع الداخلية و يدرك وجودها و حاجتها لإشباعها كما يدرك ظروف البيئة الخارجية و أوضاع المجتمع و بفرضه لنظم و تقاليد و قيم و معايير.

ج الأنا الأعلى :

وهو يمثل الضمير أو المعايير الخلقية التي يحصل عليها عن طريق تعامله مع والديه ومدرسيه والمجتمع الذي يعيش فيه والأنا الأعلى ينزع إلى المثالي لا إلى الواقع ويتجه إلى الكمال لا إلى اللذة، وهو يوجه الأنا إلى كف الرغبات الغريزية للهو وبخاصة الجسمية والعدوانية.(حلمي المليحي، 2001 ، ص51).

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

3-2 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 تتألف من أربعة مكونات هي :

أ الأنا:

وهذا المكون يشابه الأنا عند فرويد إذ يعد الجزء الشعوري من العقل و يتألف من المدركات و الأفكار والمشاعر والذكريات و يقع في مركز العالم الشعوري للإنسان و لذا فهو تضاد مع اللاشعور لكنه يتنازل بتقديم العمر للنفس التي تتقبل الشعور واللاشعور. (الشماع، 1989، ص32)

ب -اللاشعور الشخصي:

هو المنطقة المجاورة للأنا ويتكون من خبرات كانت في الماضي شعورية ولكنها كبنت أو قمعت أهملت وأنها كانت ضعيفة منذ البداية فلم تترك أثرا، وقد تتجمع في الشعور خبرات الفرد من مناطق مختلفة ويبنى حولها مشاعر وانفعالات وذكريات ، لتكون مركزا يطلق عليه العقد، وتؤثر العقد على سلوك الفرد دون أن يدري. : (حكمت دور الحلو، 1998، ص174).

ج اللاشعور الجمعي:

ويتألف من مجموع الخبرات التي مرت بها البشرية ويمثل الماضي بمخلفاته التي يخترنها 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 وغالبا ما لا تظهر في الفرد الواحد، ويضم اللاشعور الجمعي صورا يستخدمها الإنسان كثيرا في حياته اليومية وقد اسماها **يونج** بالأنماط الأولية كما تسمى أنماط سلوكية، حيث يرى **يونج** أن هذه الأنماط المحملة بالانفعال عادة وهناك عدد كبير منها مثل (الله، الأم، الأب، الميلاد، الموت، الآخرة، القيامة، الملائكة، الشياطين). (**حكمت دور الحلو، 1998، ص175**).

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 سابقا فيحولها إلى طاقة نفسية ليحافظ على توازن صورة الحياة الجديدة. (**الحلو، 1998، ص172**).

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 أيضا في البناء شخصية 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 جدا في تحديد سلوك الإنسان. ويرى "روجرز" أن الذات تأخذ صورا 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 والمدرجات 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 يتمكن من تحقيقها فيتعرض للإحباط المستمر و الفشل المتكرر و من ثم التعرض للآزمات النفسية.(عدس ،1986، ص86).

3-4 نظرية السمات:

هذه النظرية تنتمي 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 يعيرها اهتماما كبيرا، وسمات مشتركة أي تلك التي يشترك فيها جميع الأفراد في البيئة ما، وبشكل عام فإن كاتل يرى أن السمات على ثلاث أنواع و هي: السمات التكوينية، السمات البيئية و الاتجاهات. (نشواتي،1993، ص112).

3-5 نظرية التعلم:

بدايات هذه النظرية من " واطسنو ثورندا ريكو سكرنر " إلا أن خير من قدمها بوضوح هما "دولارد و ميللر" و تسمى هذه النظرية أيضا بنظرية (الإثارة ، الاستجابة) وهذه النظرية تلتقي 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، ص76).

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 بالمثير.

ب- التعزيز:

هو الحدث الذي يعقب إتمام الاستجابة، فيزيد من احتمال حدوث هذه الاستجابة مرة أخرى وكلما كان الزمن بين الاستجابة والتعزيز قريباً، 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 وقيمه وحوافزه. (سهير، 2003، ص343).

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

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

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

نظرية 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.

نظرية التعلم: تركز على كيفية اكتساب الأفراد للمعرفة والسلوك من خلال التجارب والتفاعلات مع البيئة ، تشمل الشرطة، والتعلم النقدي، ونظرية 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:

4-1- مفهوم السمة:

يعرف أحمد زكي السمة بقوله " هي مجموع أساليب الأداء التي ترتبط ببعضها ارتباطاً قوياً" (صالح، 1972، ص25).

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 معياراً اجتماعياً حينما تقول هذا الشخص عدواني حنون.... الخ.

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

ويعرفها (جوردون ألبورت G.allport) بأنها " نظام نفسي عصبي مركزي عام يختص بالفرد ويعمل على جعل المثيرات المتعددة متساوية وظيفياً، كما يعمل على إصدار وتوجيه أشكال متساوية من السلوك التكيفي والتعبيري". (غنيم، 1975، ص35).

فالسمات هي مفاهيم إستعدادية تثير إلى نزاعات للفعل أو الاستجابة بطريقة معينة، ومن المفترض أن الشخص ينقل الاستعدادات السيكلولوجية من موقف لآخر وأنها تتضمن قدراً من احتمال سلوك الشخص بطرق معينة ويجب أن نميز مفهوم (السمات) عن مفهوم (الحالة) التي تشير إلى استجابة تحدث الآن، كأن يعاني شخص مثلاً 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 يعاني 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، ص54).

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، ص270).

وعلى ضوء ما ذكرناه يمكن أن نستنتج أن السمة هي تجمع سلوكي قابل للملاحظة 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 الأدميين على وجه العموم، السيطرة والانطواء والالتزان والاجتماعية، وتوجد السمات المشتركة لدى جميع الأفراد ولكن بدرجات متفاوتة، فالفارق فيها كمي وليس كيفي، وهي موزعه توزيع اعتداليا (ثلث الناس) في المنتصف.

أما السمات الخاصة أو الفريدة فهي التي تخص فردا ما بحيث لا يمكن أن نصف غيره بالطريقة ذاتها، ولكن عدد السمات المشتركة لا يمكن أن يقارن بعدد السمات الفريدة، فالأخيرة قليلة جدا **السمات أحادية القطب وثنائية القطب:**

تمثل السمات أحادية القطب بخط مستقيم يمتد من الصفر حتى درجه كبيره كالسمات الجسمية والقدرات، أما السمات الثنائية القطب فتمتد من قطب إلى قطب آخر مقابل نقطة الصفر، والسمات الشخصية عادة من هذا النوع مثل المرح، الاكتئاب، الهدوء، العصبية، الاسترخاء، التوتر، الانبساط، الانطواء، السيطرة، الخضوع.. الخ تتوازن فيه الصفتان. (عبد الخالق، 1991، ص457).

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 مزاجيه داخل الفرد (الحالات).

أشار هول ولندزي أن للسمة عدة أقسام:

➤ **سمات مشتركة:** التي يتسم بها الأفراد جميعا أو على الأقل جميع الأفراد الذي يشتركون في خبرات اجتماعي عامة.

➤ **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 تعبر 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 تهيب الفرد وتدفعه نحو تحقيق الأهداف
- **سمات قدرة:** المتعلقة بمدى قدرة الفرد على تحقيق الأهداف. (زهران، 2005، ص 19-20).

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

4-3- نظريات السمات:

4-3-1- 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 ثلاث أنواع من السمات وهي سمات أساسية، سمات مركزية، وسمات ثانوية.

فكرة ألبورت تذهب إلى أن السمات ليست وحدات مستقلة داخل الفرد ولكنها مجموعة متوافقة من الصفات تتجمع لإحداث الإثارة السلوكية وعلى ذلك ففعل 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 يتسق 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 والتعميم، ومن حيث كون هذه السمات رئيسية أو ثانوية كانت، فإن نظرة ألبورت للسمات تفتقر لأي تفسير سببي للعلاقات التي يمكن أن تلاحظ بين سمات شخصية معينة ومختلف أنواع السلوك البشري وبعبارة أخرى أن هذه النظرية لا تقوم على أساس تجريبي يمكن أن يقيم علاقة سببية بين سلوك وسمة ما، وبالتالي القيام بتعميم هذه العلاقة والتنبؤ بالسلوك بناءً على العلاقات السببية هذه. (علاوي، 1982، ص 290).

ومهما يكن فإن نظرية ألبورت للسمات ساعدت في تحديد وحصر السمات الشخصية، وأعطت دفعا قويا لمجال البحث في منهج السمات واعتمدت إلى حد ما على العديد من الدراسات التي تستعرض لاحقا كدراسة kAttele.

4-3-2- نظرية السمات لكاتل kAttele:

إذا كان ألبرت هو عميد واضعي نظريات السمات فإن kAttele هو أحد مخططيها وذلك لأن الجهد الأساسي لـ 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 بالملاحظة والاختبارات. (محي الدين، 1982، ص 85).

ويرى (جوليان، 1980) أن نظريات السمات ليست محدودة كنظريات الأنماط في فئات قليلة أو في وضع تمييزات ضئيلة فيما يتعلق بالفروق الفردية، وإن الخطأ الكبير في نظريات السمات كالخطأ في سيكولوجية الملكات يقع معالجة الشخصية كخاصية داخلية، دون الإفادة من المواقف التي توجد فيه للتنبؤ، فالفرد الذي يقع في الخمسون في سمة العدوان فهل معنى ذلك أن يحتل مكانة متوسطة ؟ وأنه يسلك سلوك عدواني ؟ أو العكس ؟ وإذا كان الأمر كذلك فأَي 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 قصورا، 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 السيکولوجي بمصطلحات لا تصف السلوك فحسب بل تصف أيضا ما يطرأ من تغيير.

إلا أن نظريات السمات التي جاء بها كل من كاتل kAttele و ALLPORT 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 العاملي) 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 الملكات في قلة احتمال أنها تتضمن مسلمات خاصة بأصول موروثة أو جيليه.

ومن أهم الباحثين الذين تناولوا موضوع الشخصية من منظور السمات أيضا (جيلفورد 1967) و (أيزنك 1973) ورغم الاختلافات الموجودة بين آرائهم فإن (zimbordo et 1980 ruch) يوجزان 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.
- ❖ تستنتج 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. (1980، p137)

(Zimbordo (G) et Ruche،

4-3-3 - نظرية السمات لفرايبورج:

➤ قائمة فرايبورج للشخصية:

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

حيث بلغ معامل ثبات القائمة في البيئة الأجنبية باستخدام التجزئة النصفية، وإعادة الاختبار بعد عشرين يوما على عينة مكونة من 140 ذكرا و 151 أنثى تتراوح أعمارهم ما بين 18 و 24 سنة وتراوح معاملات الثبات ما بين 0.64 إلى 0.83، وفي البيئة المصرية تم إيجاد معاملات ثبات الصورة المصغرة عن طريق إعادة الاختبار على (82) طالبا كلية التربية الرياضية بالقاهرة بفاصل زمني قدره (10) أيام وتراوح 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:

1. 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 بقلّة الاضطرابات 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 للآخرين 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 يتسمون بالاكتئاب وتذبذب المزاج والتشاؤم والشعور بالتعاسة مع عدم الرضى والخوف والإحساس بمخاوف غير محددة والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب.

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

4. القابلة للاستثارة:

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

أما أصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل 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 وبالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون 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، وقلت التحدث.

6. الهدوء:

يتصف أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد بالثقة في النفس وعدم الارتباك أو تشتت الأفكار وصعوبة الاستثارة واعتدال المزاج والتفاؤل والابتعاد عن السلوك العدواني، والدأب على العمل.

أما أصحاب الدرجة المنخفضة لهذا البعد يوصفون بالاستثارة وسهولة الغضب والضيق والارتباك 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 والارتياح 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 بغرض 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 بعدما لقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وخاصة في المواقف الاجتماعية كما يتصفون بالخجل والارتباك خاصة عند قيام الآخرين لمراقبتهم وظهور بعض المتاعب الجسمية عند مواجهة بعض الأحداث المعينة أو ظهور بعض المتاعب الجسمية مثل: (عدم الاستقرار أو الارتعاش، الاحمرار، ارتعاش الأطراف والحاجة للتبول).

أما أصحاب الدرجة لمنخفضة يتميزون بالقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وعدم سرعة الارتباك عند اضطرابهم كما يتصفون بالقدرة على التحدث والمخاطبة (علاوي، 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.

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

نظرية السمات لفرايبورج: يركز على تحليل السمات الشخصية من خلال تصنيفها إلى مجموعات متقاربة تمثل الأبعاد المختلفة للشخصية، وتمثل إسهامًا هامًا في دراسة الشخصية وتحليل السمات الشخصية بطريقة منظمة ومنطقية، مما يعزز فهمنا للتنوع والاختلافات الشخصية في السلوك البشري.

تُعد هذه النظريات مساهمات هامة في فهم وتصنيف السمات الشخصية، وتوفر إطارًا نظريًا لتحليل الاختلافات الفردية وتأثيراتها على السلوك والتفاعلات الاجتماعية.

4-5- تصنيف السمات:

إذ قمنا بتحليل السمات من ناحية محتوياتها فإن باستطاعتنا القول أن للسمات أنواع كثيرة وتحت هذا النحو من المحتويات تتدرج سمات الدافع التي تشير إلى أنواع الأهداف التي يتجه نحوها السلوك، وسمات القدرة التي تشير إلى القدرات والمهارات العامة والخاصة، والسمات المزاجية كالنزعة إلى التفاؤل والاكتئاب والنشاط وغيرها والسمات الأسلوبية التي تتضمن الإيماءات وأساليب السلوك والتفكير الغير مرتبط وظيفيا بأهداف هذا السلوك وقد عالج واضعي نظريات السمات موضوع تحديد قوائم السمات بطرق مختلفة، فعلى سبيل المثال "بينما يضع (كاتل 1950) الدوافع ضمن قائمة السمات نجد (هنري موراي 1938) و (مالكيلاند 1951) يميزان بين السمات والدوافع حيث تتضمن السمات الوسائل المميزة التي تحقق بها الأهداف. (لازاروس، 1980، ترجمة غنيم، ص54).

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 السيكلوجية التي تقوم بتحصيل المعرفة، وفي الفئة الثانية إلى الوظائف الوجدانية والحركية وخاصة إلى انفعالية الشخص وأساليبه الإستجابية". (غالب، 1986، ص118).

ويلاحظ محمد مصطفى زيدان أن السمات تنقسم إلى:

- ❖ سمة فردية وهي السمة الحقيقية كما يراها ألبورت.
 - ❖ سمات عامة أو مشتركة وهي ما تسمى بالسمة الحقيقية.
 - ويرى ألبورت أن السمات تنظم فيما بينها بحيث يمكن ترتيبها في مدرج هو إما:
 - ❖ سمة واحدة كبرى أو رئيسية.
 - ❖ أو عدة سمات مركزية.
 - ❖ يلي ذلك مجموعة من السمات الثانوية. (زيدان، 1980، ص276).
- 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، فغالبا ما تنتظم وتنسق أكثر من العادة لتكون ما يعرف بالسمة، هذا بالإضافة إلى اختلاف الأفراد فيما بينهم في العادة الواحدة فكلنا نغضب في مواقف معينة غير

أننا نختلف في درجة الغضب وفي طريقتنا في التعبير عنه، كما أننا جميعا نستجيب إلى النكسات المختلفة بدرجات متفاوتة.

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

❖ إن السمات ليست مستقلة بعضها عن البعض ولكنها ترتبط فيما بينها ارتباطا موجبا، 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 تتعدل ثقافيا، فسمه (السيطرة) في الرجال والأنوثة في السيدات على سبيل المثال يمكن أن تأخذ قدرا أكبر من تدعيم المجتمع وينتج عنها بعض الأنماط السلوكية المحددة.

❖ سمة الشخصية إذا نظر إليها من الناحية السيكلوجية لا يكون لها دائما 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 أسماها ألبورت 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 وتتسق معا 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 ألبورت كلا منهما عبارة عن استعدادات مسبقة للاستجابة، كما أن كليهما نتاج مشترك بين لعوامل الوراثة والتعلم وقد يختلف الاتجاه في عموميته من التخصص الشديد إلى العمومية النسبية في حين يجب أن تكون السمة عامة دائما.

❖ 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 تقويما أو لم تتضمنه. (إخلاص، 2004، ص119).

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 والسياقات، حيث توفر هذه السمات الشخصية إطاراً لفهم وتحليل الاختلافات بين الأفراد، وتساعد في توقع سلوكهم واستجاباتهم في مختلف السياقات، كما تعد دراسة السمات الشخصية جزءاً أساسياً من علم النفس الشخصي وتطوير الذات، حيث تساعد في تحديد القواعد التي تحكم سلوك وتفاعلات الأفراد في حياتهم اليومية والمهنية.

الباب

التطبيقي



الفصل الخامس

منهجية الدراسة

والإجراءات 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 ، واشتمل الفصل الخامس لبحثنا هذا على الإجراءات الميدانية للدراسة والتي تشتمل على الدراسة الاستطلاعية والمجال المكاني والزمني وكذا الشروط العلمية للأداة وهي الصدق والثبات والموضوعية مع ضبط متغيرات الدراسة كما اشتمل 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 وهما استمارة مقياس قوة التحمل النفسي ومقياس 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 وضعنا من أجله (صدق الأداة)، وكذا مناسبتهما لخصائص عينة الدراسة، تمهيدا للدراسة الأساسية .

2- مجالات الدراسة:

تم إجراء هذا الدراسة وفقا للمجالين التاليين:

1-2 المجال المكاني:

أجري هذا البحث على مستوى بعض فرق الولاية الجهوية بآنتة لكرة القدم والمتكونة من 16 فريق من ولايات مختلفة: بآنتة، المسيلة، برج بوعرييج، خنشلة، بسكرة .

2-2 المجال الزمني:

امتد المجال الزمني لهذه الدراسة في الدراسة الاستطلاعية من بداية شهر سبتمبر 2023 إلى غاية 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:

1-3 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 للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي.

ولذا فقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة أن يكون مجتمع الدراسة خاص بلعبي 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 توفير 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 ممثلة لمجتمع البحث (رشيد، 2007، 334).

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

5-1 العينة الاستطلاعية:

وتكونت من فريقين من رابطة بانتة لكرة القدم الجهوي الأول.

الجدول (02) : يوضح توزيع أفراد العينة الاستطلاعية

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

5-2 عينة الدراسة الأساسية:

تمثلت عينة الدراسة الأساسية في بعض فرق رابطة بانتة 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 ومقياس فرايبورج للسمات الشخصية وقد استعان الباحث في الدراسة بالمصادر التالية الإطلاع على أدبيات الدراسة المرتبطة بموضوع الدراسة واستشارة ذوي الخبرة والمختصين 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 ايجابية وفق مقياس رباعي التدرج دائما 4 ، كثيرا 3، قليلا 2، أبدا 1، والعكس في الفقرات السلبية دائما 1، كثيرا 2، قليلا 3، أبدا 4.

أبعاد مقياس التحمل النفسي هي:

الالتزام: يتضمن 5 عبارات ايجابية وأرقامها (3 4 15 18 23 38 54) وفقرة 5 سلبية.

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

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

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

الصمود: يتضمن 5 عبارات ايجابية وأرقامها (24 25 27 28 29 30)، والفقرة 26 سلبية

التأني: يتضمن 3 عبارات ايجابية 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: (3 4 15 18 23 38 54)
العدوانية يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (7 10 26 27 41 44 49)
الاكتئابية يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (21 25 34 37 40 52 55)
القابلة للاستثارة يتضمن 7 عبارات كلها ايجابية وأرقامها كما يلي: (5 31 33 36 39 46 53)

الاجتماعية يتضمن 7 عبارات منها 3 ايجابية (12 28 48) و 4 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 كمايلي عند الإجابة بنعم 2 درجة
 والإجابة ب لا درجة 1 والعبارات السلبية التي عكس اتجاه البعد يتم تصحيحها كمايلي 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، فالأداة الصادقة هي التي تتجح 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 الدلالة	معامل الارتباط	العبارات
0.01	**0.531	احترم الأنظمة والقوانين الرياضية لأنها توجهني
0.01	**0.723	التزم بنظام ثابت في التدريب والمنافسات
0.01	**0.633	أنا كثير الوفاء نحو اللاعبين وعائلتي والمجتمع الذي أعيش فيه
0.01	**0.595	التزامي 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

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.531 و 0.723) على بُعد الالتزام، وهذه القيم كلها دالة عند مستوى الدلالة (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	أدافع بقوة عن وجهة نظري أمام المدرب
0.01	**0.853	لا أستطيع أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقتني المنافس
0.01	**0.876	أجد صعوبة في تغيير النظام الذي أتبعه 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 لنفسني أهدافا معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها
0.01	**0.734	اهتم بجودة الأداء والانجاز في التدريب والمنافسات

0.01	**0.562	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب
0.01	**0.518	أستطيع انجاز 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 يمنحني ثقة كبيرة في نفسي
0.01	**0.701	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز
<p>** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)</p> <p>* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)</p>		

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

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.468 و 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 أتدرب بجهد بدني عالي لفترات طويلة
0.01	**0.707	أؤدي المهمات 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

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.463 و 0.745) على بُعد الصمود، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد الصمود.

الجدول رقم (08): معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات التآني 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 يتناسب وكل مرحلة من مرحلة السباق
0.01	**0.901	أفكر بخطة التدريب قبل البدء في التدريب

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الارتباط المبينة تتراوح بين (0.783 و 0.901) على بُعد التآني، وهذه القيم دالة عند مستوى الدلالة (0.01) وبذلك تعتبر عبارات المقياس صادقة لقياس بُعد عملية التآني.

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	الانجاز
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

ويتضح 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.

3-1-7 الصدق الذاتي لأبعاد مقياس التحمل النفسي

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

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

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

ويتضح من الجدول السابق أن معاملات الصدق الذاتي المبينة 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 Cronbach's Alpha :

الجدول رقم (11): معاملات الثبات لأبعاد التحمل النفسي

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

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

العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
أحياناً تسرع دقات قلبي أو تدق دقات غير منتظمة بدون بذل مجهود عنيف	0.559**	0.01
أشعر أحياناً أن دقات قلبي تصل إلى رقبتي دون أن أعمل عملاً شاقاً	0.452**	0.01
أشعر أحياناً بضيق في التنفس أو بضيق في الصدر	0.590**	0.01
معدتي حساسة (أشعر أحياناً بالألم أو ضغط أو انتفاخ في معدتي)	0.619**	0.01
أشعر كثيراً بانتفاخ في بطني كما لو كانت مملوءة بالغازات	0.529**	0.01
أجد صعوبات في محاولة النوم	0.578**	0.01
غالباً ما أشعر بالإرهاك والتعب والتوتر	0.491**	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

ويتضح 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 لمقياس مجال عملية العصبية.

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

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

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 عبارة من عبارات القابلة للاستثارة والدرجة الكلية للبعد .

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

ويتضح 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 عبارة من عبارات الاكتئابية والدرجة الكلية للبعد

العبارات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة

0.01	**0.652	أفعل أشياء كثيرة أندم عليها فيما بعد
0.01	**0.460	كثيراً ما أفكر 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.

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

0.01	**0.508	يصعب على أن أجد ما أقوله عند محاولة التعرف على الناس
0.01	**0.527	اعتبر نفسي غير لبق في تعاملي 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

ويتضح من الجدول السابق أن 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 عبارة من عبارات الهدوء والدرجة الكلية للبعد

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

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

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

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 .

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

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 مقياس السمات الشخصية

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

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

ويتضح 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 مقياس السمات الشخصية

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

المجالات	معامل الصدق الذاتي	عدد العبارات
العصبية	0.847	7

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 المبينة 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 Cronbach's Alpha :

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

الجدول رقم (22): معاملات الثبات لأبعاد السمات الشخصية

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

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

ويتضح من خلال الجدول رقم (22) أن معاملات الثبات تراوحت 0.703 و 0.787 وكلها مقبولة، وبذلك يكون قد تأكد 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 مطالبا بوضع خطة أو طريقة أو منهج يحدد من خلاله الخطوات التي اتبعتها في الوصول إلى النتائج التي حققها، ومن دون ذلك يعد هذا المنجز عملا يتصف 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، ويهتم بوصفها وصفا دقيقا، ويعبر عنها تعبيراً كيفياً، ويوضح خصائصها، ويصفها كمياً، ويوضح مقدارها ودرجات ارتباطها مع الظواهر الأخرى.

9- الأساليب الإحصائية :

لقد قام الباحث بتفريغ 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 المقياسين

10- إجراءات الدراسة الميدانية :

قام الباحث بالدراسة الميدانية لتوظيف أداتي الدراسة وجمع البيانات تمهيد لتحليلها وتفسير نتائجها، ومنها قام الباحث بالاتصال بالفرق التي توجد بها أفراد عينة الدراسة وقد تم إبلاغهم بأن إجاباتهم 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 وعينة الدراسة وتم تحديد المنهج والأدوات العلمية المستخدمة وتطبيق المقياسين على عينة الدراسة والتي كانت عشوائية، وكذا إتباع المنهج الوصفي الارتباطي للكشف عن صدق العبارات مع البعد، وصدق البعد مع الدرجة الكلية للمقياس، تم الطرق لحساب الثبات ، والأساليب الإحصائية لكي يتسنى لنا التعليق وتحليل نتائج الاستمارات بصورة واضحة وسهلة قمنا بتحليل النتائج باستخدام برنامج spss بالاستعانة بأسلوب التحليل الإحصائي وهذا عن طريق تحويل النتائج المتحصل عليها من خلال الاستمارة إلى أرقام وهذا ما سنعرفه من خلال تحليل النتائج في الفصل الموالي.

المفصل السادس

عرض وتحليل

النتائج



تفهيذ:

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 والتحصيل 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 يمكننا من توضيح مختلف الأمور المتعلقة بذلك.

فلقد 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 وبلوغ مقاصدها.

اختبار اعتدالية 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 اللابلوامتريّة. (مرتات، 2019، ص63) .

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

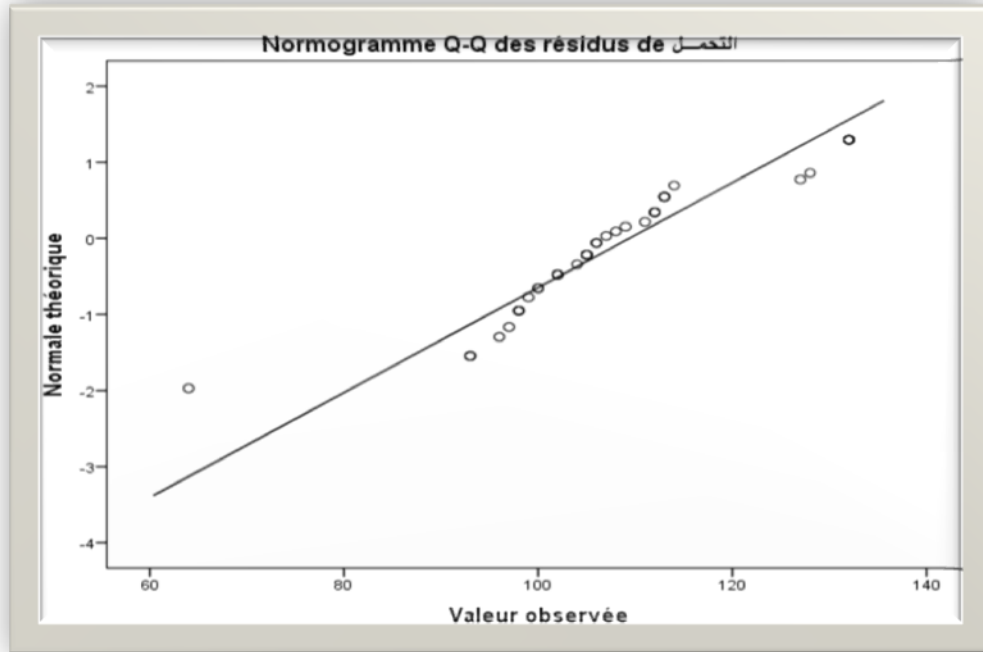
فإذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي يتم استعمال الإحصاء البارامترية المعلمية أما إذا توزعت تلك البيانات توزيع غير طبيعي فإنه يتم قياس فرضياتها باستعمال الاختبارات اللابلوامتريّة لأن كل الاختبارات البارامترية و اللابلوامتريّة تؤدي نفس الغرض وهو المقارنة وقياس الفرضيات الفروقية.

الجدول (23) يمثل اختبار اعتدالية التوزيع لمتغيرات الدراسة

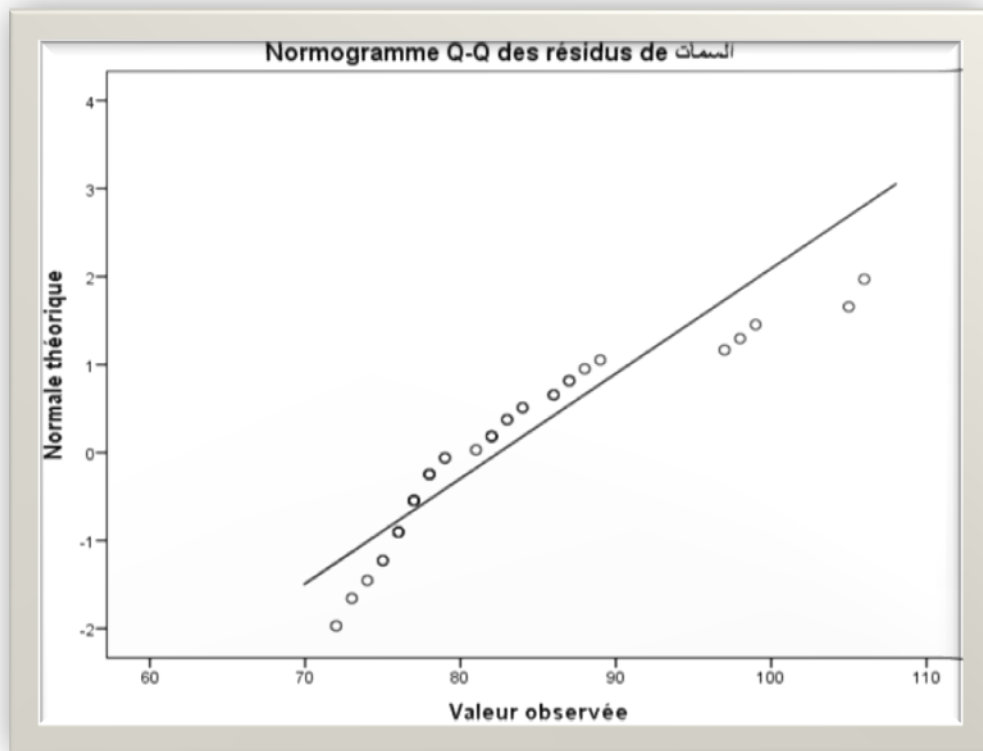
مقاييس الدراسة	اختبار Kolmogorov-Smirnov			القرار الإحصائي
	sig	ddi	Statistiques	
التحمل النفسي	0.21	150	0.152	البيانات تتبع التوزيع الطبيعي
السمات الشخصية	0.11	150	0.161	البيانات تتبع التوزيع الطبيعي

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

من خلال نتائج الجدول رقم (23) تم اختبار Kolmogorov-Smirnov على متغيرات الدراسة وهما 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 إعتدالية 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 ويُعد العصبية للاعب كرة القدم.

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

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

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	
150	عدد أفراد العينة	التحمل النفسي	
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 للاعبي كرة القدم.

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

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

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

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

جدول رقم(27) العلاقة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية

الارتباط		العدوانية
التحمل النفسي	عدد أفراد العينة	150
	قيمة بيرسون	0.761- **
	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 (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 غالبًا 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 تتفاعل 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 انفعالية، ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة في أنفسهم، عدم الهدوء وهدم النضج الانفعالي.

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

الجدول (28) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وُبُعد 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 وسمّة الاكتئابية

الارتباط		الاكتئابية
التحمل النفسي	عدد أفراد العينة	150
	قيمة بيرسون	-0.715**
	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 (29) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمّة 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 وسمّة 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 بأدائهم 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 الاكتئابية. الفرضية الرابعة : توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وُبعد القابلة للاستثارة للاعبين كرة القدم.

الجدول (30) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وُبعد القابلة للاستثارة

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

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 للاستثارة 1.260 بانحراف معياري قدره 0.241 .

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

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

** . 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 وسمّة القابلة للاستثارة (-0.706) 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 عكسية قوية بين التحمل النفسي وسمّة القابلة للاستثارة، هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى التحمل النفسي لدى اللاعبين، كلما انخفضت مستوى سمّة القابلة للاستثارة لديهم والعكس صحيح.

الأشخاص ذوو التحمل النفسي العالي غالباً ما يكونون أكثر قدرة على التعامل مع المواقف الصعبة دون أن ينفجر غضبهم أو يتأثروا بشكل كبير عاطفياً، والأشخاص الذين يمتلكون سمّة 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 العادية والانزعاج وعدم الصبر والغضب والامتحانات العدوانية عند الإحباط وسرعة التأثر.

الفرضية الخامسة : توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وبعُد الاجتماعية للاعبين كرة القدم.

الجدول (32) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبعُد 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

الاجتماعية	الارتباط	
150	عدد أفراد العينة	التحمل النفسي
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 وسمّة 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 طردية قوية بين التحمل النفسي وسمّة 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 الفعّال مع الآخرين، أما الأشخاص الذين يتمتعون بسمّة 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 وسمّة 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 وبُعد الهدوء للاعب كرة القدم.

الجدول (34) يمثل الخصائص الوصفية لمقياس التحمل النفسي وبُعد الهدوء

البعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
التحمل النفسي	3.201	0.491

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

الهدوء	الارتباط	
150	عدد أفراد العينة	التحمل النفسي
0.762**	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 (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 الواعي، مما يساعدهم على تقليل مستوى التوتر والتأقلم 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 يساعده على الحفاظ على استقراره العاطفي..

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

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

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

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

الارتباط	السيطرة
عدد أفراد العينة	150

**0.638	قيمة بيرسون	التحمل النفسي
0.000	قيمة SIG	
0.01	مستوى الدلالة	
<p>** . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)</p> <p>* . La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)</p>		

المصدر من إعداد الباحث بالاعتماد على SPSS نسخة 21

يتضح لنا من خلال نتائج الجدول (37) بلغ معامل الارتباط بين التحمل النفسي وسمّة 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 وسمّة السيطرة.

الأفراد الذين يتمتعون بالتحمل النفسي وسمّة السيطرة يمكن أن يكونوا أكثر مرونة في التعامل مع التغيرات والظروف المتغيرة في الحياة ، ويستطيعون التكيف بسلاسة 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 بسلاسة مع التحديات الجديدة وتغييرات البيئة.

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

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

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

الارتباط		التحمل النفسي
الكف	عدد أفراد العينة	
150	قيمة بيرسون	
**0.253	قيمة SIG	
0.002	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 (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 ومدرّس ، ويتمتعون بقدرة على التعامل بشكل هادئ ومنظم مع الضغوط النفسية ، ويمكن أن يبقوا هادئين ومنظمين في التفكير والعمل حتى في وجه التحديات الكبيرة، كذلك يتمتعون بمرونة أكبر في التعامل مع التغيرات والظروف المتغيرة وهم قادرون على التكيف مع التحديات الجديدة والمواقف الغير متوقعة بشكل أفضل من غيرهم.

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

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

أبعاد السمات الشخصية	قيمة بيرسون	الارتباط
العصبية	-0.660^{**}	التحمل النفسي
العدوانية	-0.761^{**}	
الاكتئابية	-0.715^{**}	
القابلة للاستشارة	-0.706^{**}	
الاجتماعية	0.732^{**}	
الهدوء	0.762^{**}	
السيطرة	0.638^{**}	

الكف	0.253**	
<p>**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral)</p> <p>*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral)</p>		

يتضح لنا من الجدول (40) وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية سالبة ودالة إحصائياً 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 إحصائياً 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 ذوو 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 متباينة 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، فالإكتئاب 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 الهادئون عادةً ما يُظهرون مستويات مرتفعة من التحمل النفسي ، فالقدرة على الحفاظ على الهدوء في مواجهة الضغوط تُعزز القدرة على المواجهة والتكيف والمرونة 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 الاندفاعات والتحكم في السلوكيات ، الأفراد ذوو الكف المرتفع عادةً ما يُظهرون مستويات عالية من التحمل النفسي ، فالقدرة على تأجيل الإشباع والتصرف بحكمة تُعزز المواجهة الفعالة للضغوط، أما ضعف الكف مرتبط بسلوكيات متهورة وردود فعل عاطفية مفرطة.

السمات الشخصية السلبية كالعصبية والاكنتائية 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 ككل حيث يربط الباحث النتائج المتحصل عليها بعد تحليلها ومناقشها مع الخلفية النظرية والجانب النظري ككل ومن خلال هذا الفصل يصل الباحث ويتمكن من الخروج بالاستنتاجات النهائية لموضوع دراسته، وهذا ما يمكنه من إعطاء اقتراحات وأفاق مستقبلية للدراسة.

المفصل السابع

مناقشة النتائج



مناقشة الفرضيات:

الفرضية الأولى: توجد علاقة بين التحمل النفسي وُبعد سمة العصبية للاعبي كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدولين (24) (25) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وُبعد سمة العصبية والتي قدرت -0.660 عند مستوى المعنوية المحسوبة 0.000 ومستوى الدلالة 0.01 مما يدل على وجود علاقة عكسية 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 النفسية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية الذي توصل في نتائجه أنه كلما ارتفعت سمة العصبية زادت الضغوط النفسية ، اتفقت مع دراسة لباد معمر علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، الذي توصل في نتائجه على ووجود 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 بالاحترق النفسي لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سم ة العصبية والاحترق النفسي ، وتختلف مع دراسة سليمان رحمة بعنوان السمات الشخصية لأستاذ التربية البدنية و الرياضية في ظل جائحة كوفيد 19 وتأثيرها على التوافق المهني، التي توصلت إلى أغلبية أساتذة التربية البدنية كانت لهم درجة عالية من سمة العصبية ، وتختلف 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 سم ة العصبية ودافعية الإنجاز لدى القلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

ويعزو الباحث هذه العلاقة العكسية المتوسطة بين التحمل النفسي وسمة العصبية تؤكد 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 للاعبي كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل 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، اتفقت مع دراسة لباد معمر 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 ريوحي سليم بعنوان علاقة سمات الشخصية بالاحتراق النفسي لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة سلبية بين سمة العدوانية والاحتراق النفسي، وتتفق مع دراسة سربوت عبد المالك بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الإنجاز لدى الرياضيين المتمدرسين الذي توصل إلى سمة العدوانية تميز الدافع المنخفض للإنجاز، وتختلف 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 التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

ويعزو الباحث هذه العلاقة العكسية المتوسطة بين التحمل النفسي وسمة العدوانية الأفراد الذين يفتقرون 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 المتوصل 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 بالاحترق النفسي لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمة الاكتئابية والاحترق النفسي، وتختلف مع دراسة سربوت 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 ، واختلفت 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 ، وتختلف 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، وتختلف 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.

ويعزو 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 وبُعد سمة القابلة للاستثارة للاعبين كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدولين (30) (31) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبُعد 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 حريزي 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، واتفقت مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربي أندية كرة

القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمّة القابلة للاستثارة والاحترق النفسي، واتفقت مع دراسة سعدون شعيب بعنوان علاقة التدريب العقلي بالتحمل النفسي لدى لاعبي كرة القدم بحث وصفي 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، وتختلف 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 سمّة القابلة للاستثارة ودافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية.

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

الفرضية الخامسة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمّة الاجتماعية للاعبي كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدولين (32) (33) أثبتت وجود علاقة ارتباطية عكسية بين التحمل النفسي وبُعد سمّة 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 وسمّة الاجتماعية، كلما زاد التحمل النفسي ارتفعت سمّة الاجتماعية.

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 سمّة 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 لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة عكسية بين سمة الاجتماعية والاحترق النفسي، وتتفق مع دراسة سربوت عبد المالك بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتمدرسين الذي توصل إلى سمة الاجتماعية تميز الدافع المرتفع للانجاز، 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.

ويعزو 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 للاعبين كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل 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.

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 الهدوء 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 الهدوء زادت

درجات تماسك الفريق ، اتفقت 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 وسمّة الهدوء.

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

الفرضية السابعة: توجد علاقة بين التحمل النفسي وبُعد سمّة السيطرة للاعبين كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل إليها في الجدولين (36) (37) أثبتت وجود علاقة ارتباطية طردية بين التحمل النفسي وبُعد سمّة 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 وسمّة السيطرة ، كلما زاد التحمل النفسي زادت سمّة 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 سمّة السيطرة 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 سمّة السيطرة زادت درجات تماسك الفريق ، واختلفت مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربي كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة موجبة بين سمّة السيطرة والاحترق النفسي.

ويعزو الباحث العلاقة بين التحمل النفسي وسمة السيطرة تركيز على كيفية تؤثر هاتان السمتين على قدرة الفرد على التحكم في حياته والتفاعل مع التحديات النفسية والعواطف التحمل النفسي وسمة السيطرة تتعاونان معاً 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 للاعبين كرة القدم.

من خلال النتائج المتوصل 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.

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 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 ، واختلفت مع دراسة ربوحي سليم بعنوان علاقة السمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربي كرة القدم لولاية باتنة الذي توصل في نتائجه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة موجبة بين سمة الكف والاحترق النفسي ، واختلفت مع دراسة لباد معمر علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، الذي توصل في نتائجه على عدم وجود ارتباط بين التماسك الاجتماعي وسمة الكف.

ويعزو الباحث العلاقة بين التحمل النفسي وسمة الكف يعملان 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 للاعبين كرة القدم.

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

ومن النتائج المتوصل 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 كاجتماعية والهدوء والسيطرة والكف ، التي تُعزز قدرة الفرد على التحمل النفسي والتعامل بفعالية مع الضغوط.

الاستنتاجات:

- توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي وأبعاد السمات الشخصية للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية متوسطة بين التحمل النفسي وُبعد سمة العصبية للاعبين كرة القدم
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وُبعد سمة العدوانية للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وُبعد سمة الاكتئابية للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة عكسية قوية بين التحمل النفسي وُبعد سمة القابلية للاستثارة للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية قوية التحمل النفسي وُبعد سمة الاجتماعية للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية قوية التحمل النفسي وُبعد سمة الهدوء للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية متوسطة التحمل النفسي وُبعد سمة السيطرة للاعبين كرة القدم.
- توجد علاقة بين طردية ضعيفة التحمل النفسي وُبعد سمة الكف للاعبين كرة القدم.
- مستوى التحمل النفسي مرتفع للاعبين 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 الحقيقية.
- تعزيز قدرة اللاعبين على تحويل الأفكار السلبية إلى إيجابية، مما يساعدهم على التعامل مع التحديات والضغوطات بشكل أفضل.
- تنمية 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 الانغماس 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 يساهم في تحسين الأداء العام للفريق.
- توفير دعم للأفراد في التعامل مع التوترات الشخصية الخارجة عن اللعب، مثل العلاقات الشخصية والضغطات العائلية.

خاتمة



وصل الباحث في الأخير، وهذا بعد بذل مجهود 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 التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم صنف أكابر، حيث اتضح أنه كلما كان اللاعب يحمل سمات ايجابية وهي (الاجتماعية، الهادئة، السيطرة، الكف)، كان لها دور مهم في رفع درجة التحمل النفسي بالنسبة للاعب كرة القدم، فبالعبون ذو التحمل النفسي المرتفع غالباً ما يتمتعون بسمات شخصية إيجابية مثل القدرة على التركيز والضبط الانفعالي والثقة بالنفس والمرونة ، 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 للتأثر بالضغوط 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 الرابطات.

قائمة

المصادر

والمراجع



قائمة المصادر والمراجع:

القرآن الكريم

القواميس:

1. المنجد في اللغة والإعلام، (1986)، ط2، دار المشرق، بيروت، لبنان.

الكتب بالعربية:

2. بلقاسم سلاطنية، 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 البدنية

والرياضية، دار الفكر العربي.

5. حسين السيد أبو عبده، (2012)، الإعداد المهاري للاعبي كرة القدم (النظرية

والتطبيق)، مكتبة الإشعاع 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 لنذر 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. جوليان روتر 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 العكروتي ، (1998)، مدخل على علم النفس، بدون طبعة، المكتب المصري لتوزيع المطبوعات ، القاهرة.

23. حلمي المليجي ، (2001)، علم نفس الشخصية ، ط 1، دار النهضة العربية ، بيروت، لبنان.
24. حلمي المليجي ، (1985)، علم النفس المعاصر، ط 7، مطبعة الجمهورية، الإسكندرية.
25. رمضان محمد القذافي ، (1996)، الشخصية: نظرياتها اختباراتها وأساليب قياسها، ط 2، دار الكتب الوطنية، ليبيا.
26. رمضان محمد القذافي ، (2001)، الشخصية: نظرياتها اختباراتها وأساليب قياسها، بدون طبعة، دار الكتب، المكتب الجامعي الحديث.
27. ريتشارد .س. لازاروس ترجمة سيد محمد غنيم ، (1980)، الشخصية "، بدون طبعة، مراجعة محمد عثمان تجاني، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر.
28. سعد عبد الرحمان (1983)، القياس النفسي، ط 2 ، مكتبة الفلاح، الكويت.
29. سيد أحمد غنيم ، (1975)، سيكولوجية الشخصية ، بدون طبعة، دار النهضة العربية، القاهرة.
30. سيغموند فرويد، ترجمة عثمان نجائي ، (1982)، الأنا والهو، ط 4، الشروق، القاهرة، مصر.
31. صالح حسن الداھري، 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 نشواتي ، (1993)، علم النفس التربوي ، ط 6، مؤسسة الرسالة، بيروت.
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 وأبناءؤه، القاهرة.
36. عبد الستار جبار الضمد ، (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 ، ط4، عالم الكتب، القاهرة.
38. عبد الواحد إبراهيم، (2014)، الشخصية الإنسانية واضطرابات النفسية رؤية في إطار علم 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 الرحمان (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)*، ط2، 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*، ط1، مركز الكتاب للنشر.
53. محمد حسن علاوي و سعد جلال ، (1976)، *علم النفس التربوي الرياضي*، ط6، دار المعارف، القاهرة.
54. محمد حسن علاوي وآخرون ، (2003)، *الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات تطبيقات*، ط1، 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 للرياضيين* ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
57. محمد حسن علاوي ، (1982)، *علم النفس الرياضي*، ط8، دار المعارف، القاهرة.
58. محمد حسن علاوي ، (1992)، *علم النفس الرياضي* ، ط2، دار المعارف، القاهرة.

59. محمد حسن علاوي ، ومحمد نصر الدين رضوان ، (1987)، الاختبارات والمهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
60. محمد سلمان الخزاعلة ، ومحمود وعطية 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 الشماع، (1989)، الشخصية، بدون طبعة، المنظمة العربية للتربية و الثقافة والعلوم، القاهرة.
69. هاشم ياسر حسن، (2013)، كرة القدم التدريب البدني ، الإسكندرية، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

الأطروحات 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، وبوصلاح، النذير ، (2021)، "التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة" ، مجلة المحترف لعلوم الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 8، العدد 3، 332-346.
72. بوسيف إسماعيل ، (2022)، تقدير السمات وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية بالمتوسط مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 9، العدد 3، 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 البواقي نموذجا ، مذكرة ماستر معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة أم البواقي، الجزائر.
74. تهامي عبد الصمد، ناصر محمد، حريزي عبد النور، (2022)، السمات الشخصية للاعبين النخبة الوطنية الجزائرية للمصارعة المشتركة المشاركين في البطولة الإفريقية بالمغرب 2022، مجلة تفوق في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، المجلد 7، العدد 2، 344-362.
75. حريزي عبد النور ، (2019)، أنماط الشخصية والاستثارة الانفعالية وعلاقتها بالتوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي عند رياضيين كرة السلة، دراسة ميدانية للاعبين كرة السلة بالثانوية الرياضية بدارية، أطروحة دكتوراه، جامعة الجزائر 3، الجزائر.

76. حسين عبود و جلال كامل، (2018)، *قوة التحمل النفسي و علاقتها ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي بعض أندية ديالى بألعاب القوى*، مجلة المؤتمر العلمي بالرياضة نرتقي و بالسلام تزهدهر الأمم.
77. حمد، لؤي ناجي، (2022)، *التردد النفسي والتحمل النفسي وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية بكرة القدم التتابع*، مجلة المحترف الرياضة والعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد 9، العدد 1، ص 1-16.
78. حيدر ناجي حبش، (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 لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة*، مجلة علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي المجلد 9 العدد 1، ص 78-107.
80. سربوت عبد المالك، (2013)، *سمات الشخصية وعلاقتها بدافع الانجاز لدى الرياضيين المتمدرسين*، أطروحة دكتوراه، معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي 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 محند آكلي (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. سليمان رحمة ، حرشاي يوسف، كحلي كما ل، عطا الله أحمد ، (2002)، السمات الشخصية للتلاميذ المنخرطون في الأنشطة الرياضية اللاصفية للمرحلة المتوسطة (دراسة وصفية لمزاولة الكرة الطائرة)، مجلة التحدي، المجلد 14، العدد 1، ص 454-468.
85. سليمان رحمة ، حرشاي 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 الضوضاء في الأداء والتحمل النفسي لدى طلبة الجامعة"، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد.
88. صفاء عبد الرسول الإبراهيمي ، (2002)، قوه تحمل النفس لدى ضباط المرور وعلاقته باتجاهاتهم نحو الآخرين ، رسالة ماجستير ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية.
89. عامر سعيد الخيكاني ، الشافعي عبدالله الهزاع، 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 قادري، محمد مرتات (2019)، طرق التأكد من التوزيع الطبيعي للبيانات باستخدام بعض القوانين الإحصائية وبرامج (Excel و SPSS و Liserel) وعواقب الإخلال به (أمثلة تطبيقية) ، مجلة دراسات نفسية وتربوية، جامعة لونيبي علي البليدة2 الجزائر، المجلد8، العدد1، ص 61-81.
92. عبد الحكيم قروش، أحمد لزنك ، (2024)، التحمل النفسي وعلاقته ببعض أبعاد التفوق الرياضي للاعبين كرة القدم، دراسة ميدانية ببعض فرق الجهوي الأول رابطة باتنة، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد15، العدد01، 2024، ص 51-66.
93. عرابي الشيخ، بن الدين كمال، (2023)، التدريب العقلي وانعكاسه على مستويات الحمل النفسي من وجهة نظر لاعبي كرة القدم-أكابر ، مجلة الإبداع الرياضي، المجلد12، العدد02، مكرر الجزء02، ص 402-418 .
94. عياد مصطفى، (2015)، سمات الشخصية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى التلاميذ المشاركين في الرياضة المدرسية، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية و الإجتماعية، المجلد7 العدد20، ص 45-54.
95. كامل عبود حسين العزاوي ، (2004)، بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى لاعبي الدرجة الأولى لبعض الألعاب الفردية في العراق ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
96. لباد معمر وأحمد رويني ، (2022)، علاقة السمات الشخصية للمدربين بتماسك الفريق الرياضي لكرة القدم ، مجلة العلوم الإنسانية ، المجلد33، العدد3، (765-779).
97. لندا دافيدوف، (1983)، مدخل علم النفس، دار ماكبر وهيل للنشر، بيروت.
98. محمد حسن، (2019)، التحمل النفسي و علاقته بتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتيه.

99. محمد خير الدين صالح الطائي، (2011)، الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض السمات الشخصية لدى لاعبات الكرة الطائرة، (رسالة ماجستير).
100. محمد وداك، (2014)، السمات الشخصية للمدرب الرياضي وعلاقتها بتماسك الفريق لفرق كرة القدم، مجلة الخبير، المجلد 1، العدد 3، ص 311-333.
101. محمود محمد عمار مروه، وإيمان محمد عباس احمد، (2021)، قوه التحمل النفسي وعلاقتها بكل من التنظيم الانفعالي والضغوط 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. مقى عماد الدين لعبان الكريم، (2020)، تحديد السمات الشخصية ضمن مقياس فرايبورج 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 الكيك بوكسينغ، مجلة القادسية 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 الربيعي ، (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 ابن رشد، جامعة بغداد
109. نوقال أحمد، سعيدي زروقي يوسف، بن هبية 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 an inquiry into hardiness*. Journal of Personality and Social Psychology.
111. Zimbardo (G) et Ruch. (1980) .*essentiel of pshychology and life* 10th. edition illumots.

قائمة

الملاحق



جامعة بسكرة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التدريب الرياضي

التخصص التحضير النفسي الرياضي

إشتمارة إشتمارة

عزيزي اللاعب

تحية طيبة وبعد

يقوم الباحث بإجراء بحث لنيل شهادة الدكتوراه تحت عنوان (التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية للاعب كرة القدم – دراسة ميدانية الج هوي الأول رابطة باتنة) نرجو من سيادتكم ملء هذه الاستمارة بصدق وموضوعية وفق ما تراه مناسباً لحالتك، ونتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستكون سرية ولا تستخدم إلا لأغراض علمية بحتة، آمين تعاونكم معنا وشاكرين لجهودكم

الأستاذ المشرف:

لزنك أحمد

الباحث:

عبد الحكيم قروش

الموسم الجامعي: 2024-2023

قائمة الملاحق

مقياس التحمل النفسي

الرقم	العبارات	دائماً	كثيراً	قليلاً	أبداً
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	أدافع 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 لنفسني أهدافاً معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها				
12	اهتم بجودة الأداء والانجاز في التدريب والمنافسات				
13	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب				
14	أستطيع انجاز أهدافي بدقة سواء بالتدريب أو المنافسة				
15	قدراتي البدنية تؤهلني لتقديم أفضل أداء في المنافسات				
16	الفوز في المنافسة يمنحني ثقة كبيرة في نفسي				
17	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز				

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

قائمة الملاحق

مقياس السمات الشخصية

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

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

قائمة الملاحق

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

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 و البحث العلمي
جامعة محمد خيضر - بسكرة
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
نيابة مدير المعهد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

رقم 141 / ن.م.م.ب.ت.ب.ع.ع.خ/2023

إلى السيد المحترم : رئيس الرابطة الجهوية لكرة القدم
باتنة

الموضوع : تقديم تسهيلات

تحية طيبة وبعد ؛

في إطار التعاون بين جامعة بسكرة والمؤسسات التربوية والاقتصادية والنوادي الرياضية، فإننا
نرجو من سيادتكم الفاضلة، خدمة للبحث العلمي، تقديم التسهيلات الممكنة للطلاب :

- الإسم : عبد الحكيم اللقب : قروش

- رقم التسجيل : 06/PG/D/LMD/SPR/21

- شعبة : التدريب الرياضي التخصص : التحضير النفسي الرياضي.

ومساعدته في إجراء الجانب التطبيقي، لإنجاز أطروحة الدكتوراه خاصته.

وفي الأخير، تقبلو منا أسمى عبارات التقدير والإحترام.

ملاحظة : سليت هذه الوثيقة بطلب من المعني (ة) للإدلاء بها في حدود ما يسمح به القانون.

بسكرة في : 2023/10/24

المدير المساعد المكلف بما بعد التدرج
والبحث العلمي والعلاقات الخارجية

د/ناصر بقرار



مخرجات spss

معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات الالتزام والدرجة الكلية للبعد

	التزام
Corrélation de Pearson	1
التزام 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

	الانجاز
الانجاز Corrélation de Pearson	1

	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,608**
التحمل 11	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,734**
التحمل 12	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,562**
التحمل 13	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,518**
التحمل 14	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,807**
التحمل 15	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,806**
التحمل 16	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,701**
التحمل 17	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

	الصمود
Corrélation de Pearson	1
الصمود 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 عبارة من عبارات التآني والدرجة الكلية للبعد

	التآني
Corrélation de Pearson	1
التآني Sig. (bilatérale)	
N	40
Corrélation de Pearson	,849**
التحمل 31 Sig. (bilatérale)	,000
N	40
Corrélation de Pearson	,783**
التحمل 32 Sig. (bilatérale)	,000
N	40
Corrélation de Pearson	,901**
التحمل 33 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**
التزام 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 عبارة من عبارات العصبية والدرجة الكلية للبعد

		العصبية
العصبية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
س3	Corrélation de Pearson	,559**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س4	Corrélation de Pearson	,452**
	Sig. (bilatérale)	,003
	N	40
س15	Corrélation de Pearson	,590**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س18	Corrélation de Pearson	,619**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س23	Corrélation de Pearson	,529**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س38	Corrélation de Pearson	,578**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س54	Corrélation de Pearson	,491**
	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 العدوانية والدرجة الكلية للبعد

		العدوانية
العدوانية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
س7	Corrélation de Pearson	,589**
	Sig. (bilatérale)	,061
	N	40
س10	Corrélation de Pearson	,697**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س26	Corrélation de Pearson	,423**
	Sig. (bilatérale)	,007
	N	40
س27	Corrélation de Pearson	,376*
	Sig. (bilatérale)	,017
	N	40
س41	Corrélation de Pearson	,457**
	Sig. (bilatérale)	,003
	N	40
س44	Corrélation de Pearson	,714**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س49	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 الاكتئابية والدرجة الكلية للبعد

		الاكتئابية
الاكتئابية	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	
	N	40
س21	Corrélation de Pearson	,652**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س25	Corrélation de Pearson	,460**
	Sig. (bilatérale)	,003
	N	40
س34	Corrélation de Pearson	,711**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س37	Corrélation de Pearson	,531**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س40	Corrélation de Pearson	,783**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س52	Corrélation de Pearson	,638**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
س55	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
س12	Corrélation de Pearson	,562**
	Sig. (bilatérale)	,002
	N	40
س28	Corrélation de Pearson	,619**
	Sig. (bilatérale)	,000

	N	40
	Corrélation de Pearson	,683**
س48	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,508**
س2	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,527**
س14	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,429**
س47	Sig. (bilatérale)	,006
	N	40
	Corrélation de Pearson	,492**
س51	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**
س1 Sig. (bilatérale)	,000
N	40
Corrélation de Pearson	,601**
س20 Sig. (bilatérale)	,000
N	40
Corrélation de Pearson	,524**
س29 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
السيطرة	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
9س	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
11س	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
16س	Sig. (bilatérale)
	N
	Corrélation de Pearson
22س	Sig. (bilatérale)
	N
24س	Corrélation de Pearson

	Sig. (bilatérale)	,007
	N	40
	Corrélation de Pearson	,644**
س30	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,417**
س50	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 عبارة من عبارات الكف والدرجة الكلية للبعد

	الكف	
	Corrélation de Pearson	1
الكف	Sig. (bilatérale)	
	N	40
	Corrélation de Pearson	,623**
س6	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,690**
س8	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,574**
س13	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
	Corrélation de Pearson	,399*
س17	Sig. (bilatérale)	,011
	N	40
	Corrélation de Pearson	,487**
س19	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,489**
س32	Sig. (bilatérale)	,001
	N	40
	Corrélation de Pearson	,460**
س35	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 بعد من أبعاد السمات الشخصية والدرجة الكلية.

		السمات
العصبية	Corrélation de Pearson	,785**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
العدوانية	Corrélation de Pearson	,737**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
القابلة للاستشارة	Corrélation de Pearson	,720
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
الاكتئابية	Corrélation de Pearson	,738**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
الاجتماعية	Corrélation de Pearson	,737**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
الهدوء	Corrélation de Pearson	,606*
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
السيطرة	Corrélation de Pearson	,553**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
الكف	Corrélation de Pearson	,713**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N	40
السمات	Corrélation de Pearson	1**
	Sig. (bilatérale)	
	N	40

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

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

معامل الثبات لبعد الالتزام

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
التحمل 1	30,4000	17,118	,434	,741
التحمل 2	30,6250	15,317	,631	,699
التحمل 3	30,5250	16,256	,536	,721
التحمل 4	30,4250	16,969	,513	,733
التحمل 5	31,7000	14,215	,562	,696
التزام	17,0750	4,840	1,000	,623

معامل الثبات لبعد 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
التحمل 6	22,5000	61,949	,879	,763
التحمل 7	22,4000	63,169	,747	,775
التحمل 8	22,0000	67,128	,515	,802
التحمل 9	22,5000	61,026	,810	,762
التحمل 10	22,6500	60,285	,839	,757
السيطرة	12,4500	19,228	1,000	,866

معامل الثبات لبعد 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
التحمل 11	46,6000	30,708	,515	,739
التحمل 12	46,3000	31,703	,692	,739
التحمل 13	46,5750	31,687	,477	,747
التحمل 14	46,6500	32,079	,429	,752
التحمل 15	46,6000	29,118	,756	,714
التحمل 16	46,3250	30,379	,766	,725
التحمل 17	46,2750	31,999	,656	,742
الانجاز	25,0250	8,948	1,000	,786

معامل الثبات لبعد 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
التحمل 18	39,4500	21,741	,378	,731
التحمل 19	39,2500	20,756	,574	,708
التحمل 20	39,4000	19,682	,485	,708
التحمل 21	39,2500	21,423	,492	,720
التحمل 22	39,3500	19,977	,613	,696
التحمل 23	39,2500	21,218	,533	,716
التحدي	21,4500	6,100	1,000	,650

معامل الثبات لبعء 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
التحمل 24	43,0250	43,461	,529	,727
التحمل 25	42,6750	42,994	,698	,718
التحمل 26	44,2500	39,474	,561	,708
التحمل 27	42,8000	43,754	,475	,731
التحمل 28	42,9500	42,254	,609	,717

التحمل 29	42,7000	43,651	,658	,723
التحمل 30	42,5500	46,305	,399	,746
الصدود	23,1500	12,387	1,000	,733

معامل الثبات لبعء التآني

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
التحمل 31	16,9250	11,507	,793	,812
التحمل 32	17,0250	11,820	,705	,831
التحمل 33	17,3000	9,190	,828	,741
التآني	10,2500	3,833	1,000	,776

معامل الثبات لبعء 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
س3	18,1250	11,240	,457	,691
س4	18,0000	11,538	,330	,707

س15	18,2750	11,435	,514	,692
س18	18,1250	11,035	,527	,683
س23	18,1250	11,343	,423	,696
س38	17,9500	11,074	,472	,688
س54	17,8250	11,430	,377	,701

معامل الثبات لبعء 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
س7	18,5000	6,410	,150	,699
س10	18,5500	5,690	,615	,633
س26	17,8250	6,251	,310	,677
س27	17,9000	6,246	,233	,687
س41	18,1000	5,938	,288	,678
س44	18,5250	5,589	,629	,627
س49	18,6500	6,182	,593	,660

معامل الثبات لبعء 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
س21	18,8750	12,317	,568	,700
س25	18,6500	14,182	,073	,753
س34	19,1500	12,131	,639	,692
س37	19,0750	12,738	,427	,717
س40	19,2000	11,959	,729	,684

س52	19,1250	12,369	,552	,702
س55	19,1750	12,917	,402	,721

معامل الثبات لبعد القابلة للاستشارة

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 للاستشارة	10,3750	1,728	,951	,283
س15	19,6000	6,605	,150	,628
س31	19,5500	6,049	,396	,585
س33	18,8750	7,189	-,142	,663
س36	19,4250	5,738	,466	,564
س39	19,3250	5,969	,336	,592
س46	18,9500	6,664	,120	,633
س53	19,3250	5,558	,521	,549

معامل الثبات لبعد 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
س12	19,4250	5,943	-,004	,735
س28	20,0750	5,199	,525	,544
س48	19,3500	6,182	-,111	,646
س2	19,8250	5,122	,338	,564
س14	19,9000	5,118	,371	,558
س47	19,5250	5,333	,253	,584

س51	19,7000	5,138	,313	,569
-----	---------	-------	------	------

معامل الثبات لبعء 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
س1	21,2500	5,833	,648	,596
س20	21,5750	5,635	,458	,588
س29	21,1500	6,592	,535	,651
س42	21,1000	6,656	,144	,649
س43	21,5250	6,563	,660	,671
س45	21,7000	5,856	,402	,603
س56	21,2000	6,010	,403	,607

معامل الثبات لبعء 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
س9	19,1250	4,881	,230	,574
س11	19,3500	4,644	,219	,574
س16	19,2000	5,190	-,011	,621
س22	19,8250	4,610	,348	,648
س24	19,8750	5,189	,021	,609
س30	19,6500	4,131	,494	,700
س50	19,4750	4,615	,213	,576

معامل الثبات لبعد 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
س6	17,8250	10,456	,523	,672
س8	17,9500	10,305	,607	,662
س13	18,0250	10,794	,478	,682
س17	17,9000	11,272	,271	,707
س19	18,1500	11,310	,403	,697
س32	17,8000	10,933	,368	,694
س35	17,8000	11,036	,335	,698

اختبار إعتدالية التوزيع

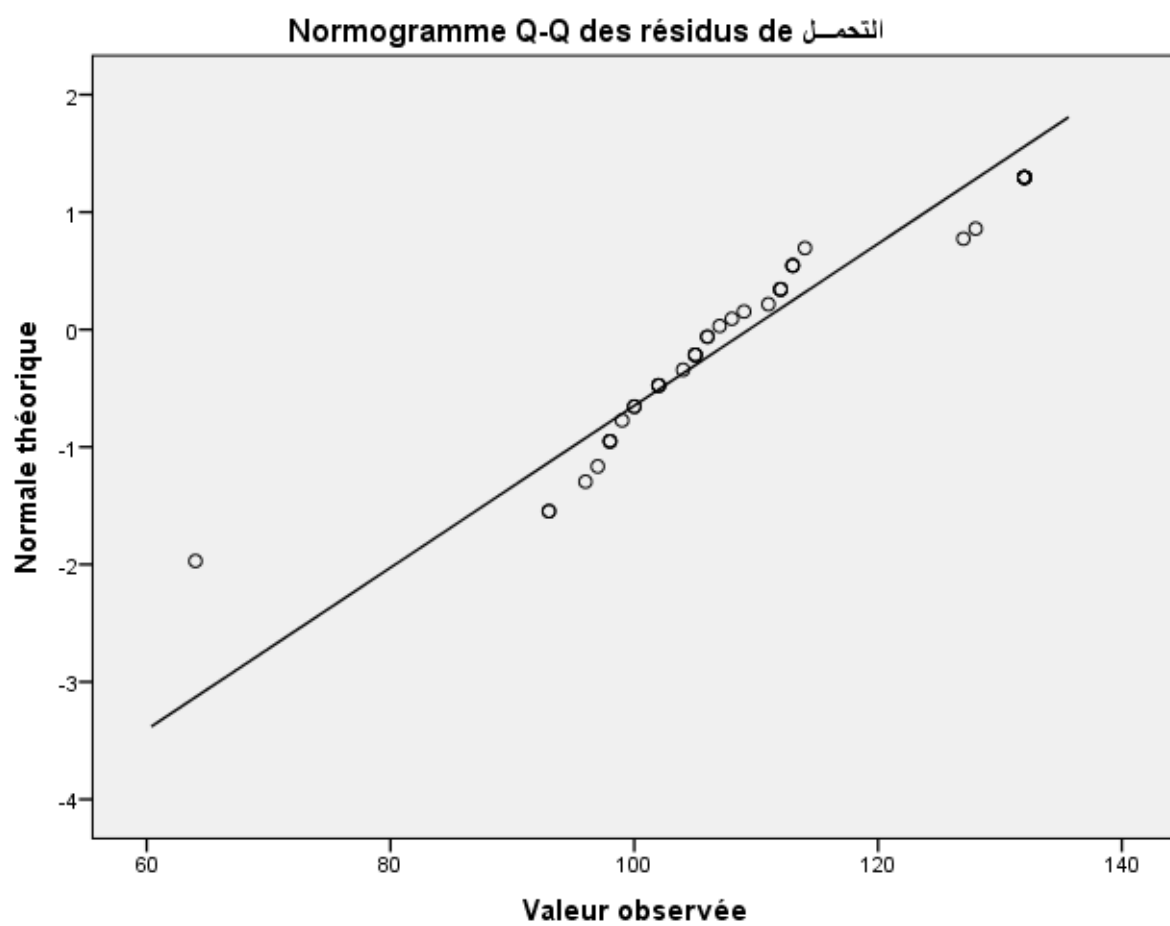
Récapitulatif du traitement des observations

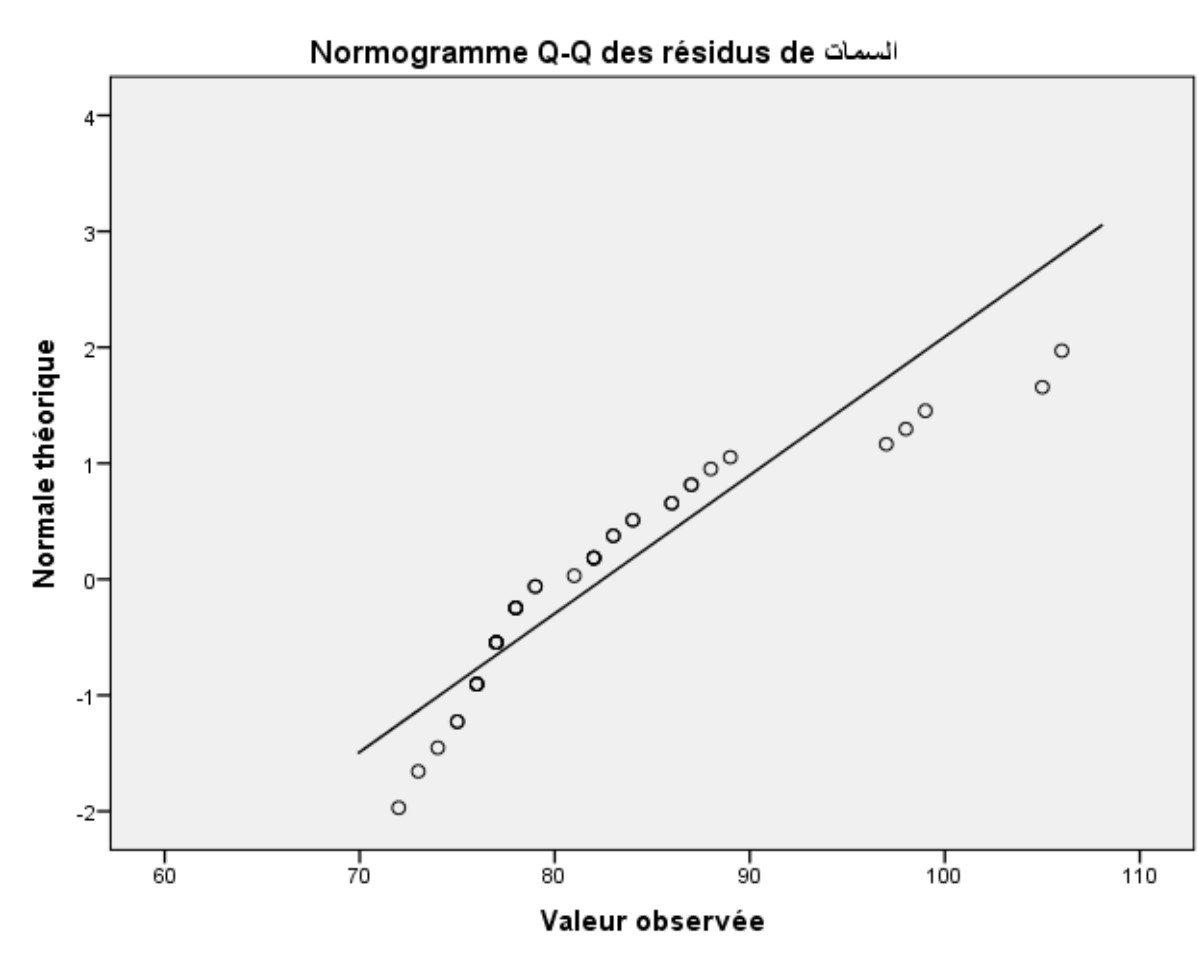
	Observations					
	Valide		Manquante		Total	
	N	Pourcent	N	Pourcent	N	Pourcent
السمات	150	100,0%	0	0,0%	150	100,0%
التحمل	150	100,0%	0	0,0%	150	100,0%

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
التحمل	1	-,660**
	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 وسمّة العدوانية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
العدوانية	1,2183	,25258	150

Corrélations

	التحمل	العدوانية
التحمل	1	-,761**
Sig. (bilatérale)		,000
N	150	150
العدوانية	-,761**	1
Sig. (bilatérale)	,000	
N	150	150

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

العلاقة بين التحمل وسمّة الاكتئابية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
الاكتئابية	1,2508	,27951	150

Corrélations

	التحمل	الاكتئابية
التحمل	1	-,715**
Sig. (bilatérale)		,000
N	150	150
الاكتئابية	-,715**	1
Sig. (bilatérale)	,000	
N	150	150

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

العلاقة بين التحمل وسمة القابلة للاستئارة

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
القابلة للاستئارة	1,2608	,24100	150

Corrélations

	التحمل	القابلة للاستئارة
التحمل	1	-,706**
Sig. (bilatérale)		,000
N	150	150
القابلة للاستئارة	-,706**	1
Sig. (bilatérale)	,000	
N	150	150

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

العلاقة بين التحمل وسمّة الاجتماعية

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
الاجتماعية	1,3600	,27475	150

Corrélations

	التحمل	الاجتماعية
التحمل	1	,732**
	Sig. (bilatérale)	,000
	N 150	150
الاجتماعية	,732**	1
	Sig. (bilatérale)	,000
	N 150	150

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

العلاقة بين التحمل وسمّة الهدوء

Statistiques descriptives

	Moyenne	Ecart-type	N
التحمل	3,2012	,49149	150
الهدوء	1,4192	,23978	150

Corrélations

	التحمل	الهدوء
التحمل	1	,762**
	Sig. (bilatérale)	,000

	N	150	150
Corrélation de Pearson		,762**	1
الهدهد	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
Corrélation de Pearson	,638**	1
السيطرة	Sig. (bilatérale)	,000
	N	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
التحمل	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	,253**
	N	,002
الكف	Corrélation de Pearson	1
	Sig. (bilatérale)	,253**
	N	,002

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