

ISSN: 2392-5442, EISSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 09 العدد: 03 السنة: 2022		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة - الجزائر
الصفحات: 517-503		تاريخ الإرسال: 10-07-2022 تاريخ القبول: 10-08-2022

قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بالصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر

Athletic Competitive Stress and Its Relationship to Psychological Strength in Volleyball Players

والي عبد النور^{1*}

جامعة المسيلة (الجزائر)، abdenmour.ouali@univ-msila.dz

ملخص:

يتمحور هدف الدراسة الرئيسي حول معرفة العلاقة التي تربط بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر، حيث تمثلت المشكلة الرئيسية في الإجابة على التساؤل التالي: هل توجد علاقة بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة صنف أكابر؟ واشتملت عينة الدراسة على عدة لاعبين ينشطون في بطولة القسم الوطني الثاني صنف أكابر ذكور تم اختيارهم بطريقة عشوائية، كما اقتضت إشكالية الدراسة استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب العلائقي الارتباطي، والاعتماد على كل من مقياس قلق المنافسة الرياضية ومقياس الصلابة النفسية، وأفضت النتائج المتوصل إليها إلى تقديم بعض الاقتراحات والتوصيات كالاهتمام بالجانب النفسي للاعبين والعمل على تحسين مستوى الصلابة النفسية لديهم لما له من مردود إيجابي في مقاومة القلق الناتج عن التدريب والمنافسة. كلمات مفتاحية: قلق المنافسة الرياضية-الصلابة النفسية-الكرة الطائرة

Abstract:

The aim of the study: The main objective of the study revolves around the knowledge of the relationship between sports competition stress and psychological strength in volleyball players.

- define the relationship between (cognitive stress, physical stress, speed - ease of emotion) and psychological strength.

Field study procedures:

Sample: a study sample included several players in wilaya of msila are active in 2 senior men's clubs (RCM, ESM) was randomly selected (20 players)

the start of the study was from 02/2022

The approach and tools used in the study:

a descriptive approach in relational style was used.

Conclusions and Suggestions:

- give importance to the psychological aspect and improve the level of psychological strength in training and competitions

Keywords: The stress of athletic competition- Psychological strength- Volleyball

*المؤلف المرسل

1. مقدمة :

إن لعبة كرة الطائرة من الألعاب الجماعية التي يحتاج فيها اللاعب إلى حالة تدريبية بدنية ومهارية وخطئية، وحالة نفسية جيدة في مواجهة ضغوطات المنافسة الرياضية، ولكثرة المواقف المتغيرة وغير المعتاد عليها من قبل اللاعب ولكثرة الخطط الدفاعية والهجومية وتعدد المهارات الحركية وتنوعها أصبحت لعبة الكرة الطائرة ذات سمة كفاحية تثير الهيج النفسي المستمر والذي يسبب الزيادة فيه اضطرابا وخللا في التوجيه الصحيح، وهذا ما نراه خلال مباريات الكرة الطائرة حيث يبذل اللاعبون جهد بدني وعصبي وما يرافق ذلك من انفعالات مختلفة بسبب الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة، والجهد الكبير والسرعة والحركة المستمرة طوال فترة المباراة، لذا فإن مجابهة كل تلك العوامل والتغلب عليها وإحراز الفوز يتطلب إعداد اللاعب إعداداً نفسياً متكاملًا.

إن اهمال الجانب النفسي لمدربي كرة الطائرة يجعل اللاعبين يعانون من عدة اضطرابات نفسية مرتبطة بالمنافسة كالقلق والضغط والتوتر وكذا ظهور السلوك العدواني نتيجة ارتفاع التحضير الذهني الشاق والمتنوع وقلة وسائل الاسترجاع (ديسي، 2022، 871)

والضغوط النفسية هي عملية تعارض تفسد على الفرد سعادته وصحته النفسية والبدنية وتحدث عندما يطالب الفرد بأداء يفوق إمكاناته العادية (رزوق، 2022، 95)، إن النتيجة السلبية للضغوط النفسية تعد أهم المواضيع التي مازالت تلقى اهتماما وجدلا بحثيا واسعا لدى الباحثين لما لها من آثار ضارة على الفرد، (مجادى، 2022، 794) والقلق النفسي هو أحد مظاهر الانفعالات النفسية، الذي قد يؤدي باللاعب إلى اختلال في توافقه العصبي العضلي مما يؤثر بدرجة ملحوظة على مستوى أدائه المهاري أثناء المنافسة الرياضية، فظاهرة القلق تحتل دورا بارزا في عمليات الأعداد النفسي، باعتباره أحد الانفعالات الهامة والظواهر النفسية التي تؤثر على أداء الرياضيين (علاوي، 1992، ص 278) وهناك اختلاف في درجة القلق قبل ظروف الشد النفسي المتعلقة بالمسابقات الرياضية وخلالها وبعده، إذ إن التفكير بموقف يثير الشد والتوتر قبل حدوثه يؤثر في الوظائف الشخصية للرياضي، "أما الاحتكاك الفعلي بذلك الموقف فإنه يقلل من التأثير ودرجة انخفاض وارتفاع مستوى القلق الذي يعتمد على نوع النشاط الرياضي" (Grotty, 1988, 117)

ونظرا لأهمية دراسة الجوانب الايجابية في الشخصية عكفت الدراسات الأخيرة على استخلاص مجموعة من المظاهر والعوامل والمتغيرات المساعدة على اكساب الفرد فاعلية وقوة في مواجهة الضغوط التي تفرزها المنافسات الرياضية بكل اشكالها، ومن بين هذه المظاهر والمتغيرات نجد الصلابة النفسية كمتغير ينبأ بتوفر السلامة النفسية عند الرياضي ومصدر لمقاومة الضغوط، كما يعتبر من أكثر المفاهيم النفسية التي ترتبط بالسلوك الانساني، وتساعد على فهم الكثير من الخصائص المرتبطة بالشخصية فالصلابة النفسية تمثل إحدى سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل الجيد مع الضغوط، والاحتفاظ بالصحة الجسمية والنفسية، حيث يتصف ذوي الشخصية الصلبة بالتفاؤل والهدوء الانفعالي والتعامل الفعال والمباشر مع الضغوط، لذلك فإنهم يحققون النجاح في التعامل مع الضغوط، ويستطيعون تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً. (السيد، 2008، ص 194)

2. الإشكالية:

يهتم علم النفس الرياضي بدراسة السلوك والخبرة والعمليات الفعلية المرتبطة بالمجال الرياضي على مختلف مجالاته ومستوياته بغرض تحليله والتحكم فيه والاستفادة من تطبيقاته العملية في المجال الرياضي، والمقصود "بالسلوك" كل ما يصدر عن الإنسان من أفعال وأقوال أو حركات ظاهرة، وهذا يعني كل أنواع الأنشطة التي يقوم بها الإنسان ويمكن لفرد آخر أن يلاحظها أو يسجلها، وتعني "الخبرة" الظواهر النفسية التي تصبح كواقع أو أحداث في الحياة الداخلية الذاتية للفرد والتي تنتمي إلى عالمه الخاص ولا يدركها سوى صاحبها وعليه فعلم النفس الرياضي يعني بدراسة الأسس النفسية للأداء الحركي، وتمثل المهارات النفسية بعدا هاما في إعداد اللاعبين فهي تلعب دورا أساسيا في تطوير الأداء لذا أصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنب إلى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخطية فالأبطال الرياضيين على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ويحدد العامل النفسي نتيجة اللاعبين أثناء المنافسة حيث يلعب دورا رئيسيا في تحقيق الفوز، وينظر إلى الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة الرياضية كمصدر من مصادر الضغوط على الرغم من أنها موقف اختبار ذو شدة عالية يظهر فيها اللاعب جميع خبراته وقدراته التي يتم على أساسها تقييمه لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي ينفرد ويتميز بها عن غيره من أنواع الأنشطة الرياضية الأخرى سواء بالنسبة لطبيعة أو مكونات أو محتويات نوع النشاط أو بالنسبة لطبيعة المهارات الحركية أو القدرات الخطية أو بالنسبة لما ينبغي أن يتميز به اللاعب من سمات نفسية معينة (نبراس، 2007، ص1)

وتعتبر بعد الصلابة النفسية من المتغيرات النفسية التي تساعد الفرد على المواجهة الأكثر ايجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية كما أنها تعد خصلة عامة في الشخصية تعمل على تكوينها وتنميتها الخبرات البيئية المحيطة بالفرد منذ الصغر، حيث يعد المجال الرياضي مصدرا خصبا لنمو إبعاد الصلابة النفسية وذلك من خلال أداء الكثير من المهام والواجبات التي تستدعي متطلبات التدريب القيام بها والتي تحتاج لقدرة كبير من السيطرة على الأمور، والجدير بالذكر أن أبعاد الصلابة النفسية نجدها في حالة نمو مستمر مع التقدم في العمر فدخل الأفراد في خبرات حياتية غنية ومتنوعة بصفة مستمرة تساعد على نمو هذه الأبعاد (عمارة، 2006، ص21).

وتتميز الرياضة عامة وكرة الطائرة خاصة بعدة ميزات أهمها إعداد لاعبين وتكوينهم بمستوى عالي في المنافسات الرياضية من خلال إكسابهم مهارات وتقنيات تسمح لهم بالبرقي بأدائهم إلى المستوى العالمي غير أن اللاعب قبل بدأ المنافسة يعيش جوا من حالات التوتر والضغط النفسي والقلق، وباعتبار المنافسة بمثابة وسيلة لتقييم المستوى وفعالية التدريب لذا نجد لها تأثير كبير على الجانب النفسي للاعبين وهذا ما يجعل مباريات كرة الطائرة ومنافساتها مليئة بالإثارة والانفعالات التي تؤدي إلى قلق اللاعبين والذي يظهر بدرجات متفاوتة، ومن هذا المنطلق تتمحور إشكالية هذه الدراسة في التساؤل الرئيسي التالي:

— هل توجد علاقة بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة صنف أكابر؟

ويندرج تحت هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات الفرعية التالية:

- هل توجد علاقة بين القلق المعرفي والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر؟
 - هل توجد علاقة بين القلق البدني والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر؟
 - هل توجد علاقة بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر؟
- وللإجابة عن التساؤل الرئيسي والأسئلة الفرعية افترض الباحث ما يلي:

الفرضية الرئيسية:

توجد علاقة بين قلق المنافسة والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر

الفرضيات الجزئية:

- توجد علاقة بين القلق المعرفي والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر.
 - توجد علاقة بين القلق البدني والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر.
 - توجد علاقة بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر.
4. أهمية الدراسة: تكمن أهمية هذه الدراسة في كونها تنطرق إلى إحدى الجوانب المهمة في عملية التدريب الرياضي وبالتحديد الجانب النفسي والعوامل التي تؤثر فيه والتي من أبرزها قلق المنافسة الرياضية، كما تتناول هذه الدراسة العلاقة التي تربط بين كل من قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية التي تعد مصدر مقاومة وقائي لدى اللاعبين، حيث تعمل على مواجهة المشكلات والضغوط المختلفة المصادر بطريقة ايجابية في المواقف الرياضية بصفة عامة والمواقف الرياضية التنافسية بصفة خاصة، كما يحاول الباحث من خلال هذه الدراسة الوقوف على أهم الاختلافات الموجودة بين لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر في كل من قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية.

5. أهداف الدراسة: يتمحور هدف الدراسة الرئيسي حول معرفة العلاقة التي تربط بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي كرة الطائرة صنف أكابر، وللوصول إلى تحقيق هذا الهدف تم تجزئته إلى ما يلي:

- الكشف عن العلاقة بين القلق المعرفي والصلابة النفسية.
- الكشف عن العلاقة بين القلق البدني والصلابة النفسية.
- الكشف عن العلاقة بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية.

6. تحديد المفاهيم والمصطلحات:

1.6. قلق المنافسة الرياضية:

لغة: القلق هو الانزعاج، يقال بات قلقاً وأقلق غيره، وأقلق الشيء: حركته من مكانه والقلق مشاعر نفسية. اصطلاحاً: هو الميل لإدراك المواقف التنافسية كتهديد والاستجابة لهذه المواقف بمشاعر الخشية والتوتر

(راتب، 1997، ص 157)

إجرائياً: هو مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة في مقياس قلق المنافسة الرياضية لمحمد حسن علاوي (1998) بأبعاده الثلاثة (القلق المعرفي، القلق البدني، سرعة وسهولة الانفعال).

2.6. الصلابة النفسية:

لغة: "صلب أي شديد صَلْب الشيء صلابة فهي صَلْب وصلب أي شديد" (ابن منظور، 2003، ص298).

اصطلاحاً: يعود هذا المفهوم إلى كوبازا (Kobaza, 1983، ص67) حيث توصلت لهذا المفهوم من خلال سلسلة من الدراسات والتي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية رغم تعرضهم للضغوط، حيث تعرف الصلابة النفسية بأنها "مجموعة من السمات الشخصية والتي تعمل كمصدر للمقاومة في مواجهة الأحداث الضاغطة وتتمثل في اعتقاد أو اتجاه عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية و البيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة إدراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرهما بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو ايجابي، وتتضمن ثلاث أبعاد هي: الالتزام والتحكم والتحدي".

(عسكر، 2003، ص155).

إجراءياً: هو مجموع الدرجات التي يتحصل عليها أفراد عينة الدراسة في مقياس الصلابة النفسية لأحمد عبد الحميد عمارة (2006) بأبعاده الثلاثة (الالتزام والتحكم والتحدي).

الجانب التطبيقي:

7. الإجراءات المنهجية للدراسة:

1.7. منهج الدراسة: المنهج هو طريق الاقتراب من الظاهرة وهو المسلك الذي نتبعه في سبيل الوصول إلى ذلك الهدف الذي يحدده مسبقاً، كما ان اختيار المنهج يتماشى وطبيعة الموضوع المراد معالجته والكشف عن العوامل المتحكممة فيه، كما أن يتمكن من ضبط المفاهيم والإلمام بجميع المشكلة وإتباع خطوات المنهج سيؤدي حتماً إلى نجاح البحث العلمي وقد اقتضت إشكالية الدراسة استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب العلائقي الارتباطي (رضوان، 2000، ص57)

2.7. مجتمع الدراسة: المجتمع من الناحية الاصطلاحية هو تلك المجموعة الأصلية التي تأخذ منها العينة وقد تكون هذه المجموعة مدارس فرق، تلاميذ، سكان، أو أي وحدات أخرى، ويمكن تحديد المجتمع الإحصائي على انه كل الأشياء التي تمتلك الخصائص أو سمات قابلة للملاحظة والقياس والتحليل الإحصائي، ولذا فقد اعتمدنا في دراستنا وارتأينا أن يكون مجتمع البحث هو فرق بلدية المسيلة للكرة الطائرة صنف أكابر للموسم الرياضي 2021-2022.

3.7. مجتمع الدراسة: كما تعتبر العينة أساس عمل الباحث ويعرفها "محمد مكي" بأنها مجموعة من الأفراد يبين عليها الباحث عمله وهي مأخوذة من مجتمع أصلي وتكون ممثلة له تمثيلاً صادقاً (مكي، 1993، ص63)

وبما انه يصعب الاتصال بجميع عناصر البحث فإنه لا مفر من الالتجاء إلى أسلوب أخذ المعطيات التي تمثل المجتمع الأصلي حتى نستطيع أن نأخذ صورة مصغرة عنه، وفي هذه الدراسة تم اختيار العينة بطريقة عشوائية وبالأسلوب البسيط حيث تكونت من 20 لاعبا ينشطون في كل من فريق رائد شباب المسيلة ونجم المسيلة للكرة الطائرة صنف أكابر.

4.7. أدوات الدراسة: من أجل الحصول على نتائج علمية دقيقة يحتاج الباحث إلى أدوات ووسائل وأجهزة تساعد في إتمام بحثه ويقصد بالأدوات المستخدمة " الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت الأدوات، بيانات، عينات، أجهزة ... الخ وقد تم الاعتماد على كل من:

- المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

- الملاحظة الميدانية.

- المقابلة.

- مقياس قلق المنافسة الرياضية.

- مقياس الصلابة النفسية.

1.4.7 مقياس قلق المنافسة الرياضية:

تم اعتماد مقياس قلق المنافسة الرياضية بالاتجاهين المعد من قبل (علاوي، 1998) حيث احتوى هذا المقياس على ثلاثة أبعاد وهي: البعد المعرفي، البعد البدني، بعد سرعة وسهولة الانفعال، وفي ضوء تعليمات المقياس يراعى عنونة المقياس كالتالي: (قائمة تقييم الذات قبل المباراة الرياضية)

القلق المعرفي: هو توقع سوء المستوى وعدم الإجابة في المباراة

القلق البدني: ويمثل الأعراض الجسمية كمتاعب المعدة وزيادة ضربات القلب والتوتر الجسدي وافرازات العرق

بعد سرعة وسهولة الانفعال: ويقصد بها حالات التوتر النفسي والعصبية والاضطراب والنفرة

تصحيح المقياس: ويتضمن مقياس قلق المنافسة الرياضية (45) عبارة من ثلاثة أبعاد، ويحتوي كل بعد على (15) عبارة، ويقوم اللاعب بالإجابة عن العبارات القائمة على مقياس مدرج من (ابدأ تقريباً - أحياناً - غالباً - دائماً تقريباً) ويتم تصحيح المقياس للعبارات التي تكون باتجاه البعد بالدرجات التالية:-

درجة واحدة (أبدأ تقريباً) - درجتان (أحياناً) - ثلاث درجات (غالباً) - أربع درجات (دائماً تقريباً).

أما العبارات التي تكون في عكس اتجاه البعد فيتم تصحيحها على النحو التالي:

أربع درجات (أبدأ تقريباً) - ثلاث درجات (أحياناً) - درجتان (غالباً) - درجة واحدة (دائماً تقريباً).

إذ يتراوح مدى الدرجات لكل بعد من (15) درجة للوصول إلى الحد الأقصى (60) درجة وكلما اقتربت درجة اللاعب من الدرجة القصوى كلما تميز بزيادة الخاصية التي يقيسها البعد.

جدول يوضح أرقام العبارات التي تقيس قلق المنافسة الرياضية (بالاتجاهين)

المقياس	أرقام العبارات في اتجاه البعد	أرقام العبارات في عكس اتجاه البعد	المجموع
البعد المعرفي	3، 9، 12، 15، 18، 21، 24، 27، 30، 33، 39، 42	6، 36، 45	15
البعد البدني	4، 7، 13، 16، 19، 22، 28، 31، 34، 37، 40	1، 10، 25، 43	15
سرعة وسهولة الانفعال	2، 5، 8، 11، 20، 23، 26، 29، 35، 44	14، 17، 32، 38، 41	15

2.4.7 مقياس الصلابة النفسية:

تم اعتماد مقياس الصلابة النفسية المعد من قبل (عمارة، 2006) حيث احتوى هذا المقياس على ثلاثة أبعاد هي الالتزام والتحكم والتحدي

الالتزام: وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ويشتمل على (11) عبارة وهي الأرقام (14، 11، 9، 6، 15، 16، 22، 20، 19) مع ملاحظة إن العبارتين المرقمة (11، 6) عبارات عكسية.

التحكم: ويتضمن التحكم بالقدرة على اتخاذ القرارات، والقدرة على تفسير الأحداث، والقدرة على مواجهة الفعالة للضغوط، ويشتمل على (7) عبارات هي الأرقام (21، 18، 15، 10، 7، 4، 2)

التحدي: وهو اعتقاد الفرد إن ما يطرأ من تغيرات على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري، ويشتمل على (5) عبارات هي (17، 23، 13، 8، 3).

وبذلك يكون مجموع عبارات المقياس (23) عبارة ويتم التصحيح للمقياس وفقا لثلاثة استجابات لكل عبارة ايجابية وهي تنطبق دائما =3 درجات، تنطبق أحيانا =2 درجة، لا تنطبق أبدا =1 درجة والعكس مع العبارات العكسية، وأعلى درجة للمقياس (69) واقل درجة (23) وتمثل الدرجة العالية درجة صلابة عالية وتقل الصلابة النفسية كلما قلت الدرجة على المقياس.

5.7. المعاملات العلمية لأداة الدراسة:

ثبات وصدق مقياس قلق المنافسة الرياضية:

أ/ الثبات: تم حساب ثبات هذا المقياس عن طريق معامل الثبات لألفا كرونباخ القائمة على أساس تقدير معدل الارتباطات بين عبارات المقياس ككل، حيث بلغت قيمته 0.72 وهذه القيمة مرتفعة مما تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات

جدول يوضح ثبات مقياس قلق المنافسة الرياضية بطريقة التناسق الداخلي

عدد العبارات	ألفا كرونباخ
45	0.729

ب/ الصدق: تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس ككل بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وتمثلت في ارتباط الدرجة الكلية للمحور الأول (البعد المعرفي) مع الدرجة الكلية للمقياس ككل 0.87، أما ارتباط الدرجة الكلية للمحور الثاني (البعد البدني) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغ 0.84، في حين بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثالث (بعد سرعة وسهولة الانفعال) بالدرجة الكلية للمقياس ككل 0.85، ومنه يمكن الحكم على هذا المقياس بأنه صادق كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول مصفوفة ارتباط محاور مقياس قلق المنافسة الرياضية مع درجته الكلية		
قلق المنافسة الرياضية		
0.873**	معامل الارتباط	البعد المعرفي
0.844**	معامل الارتباط	البعد البدني
0.856**	معامل الارتباط	بعد سرعة وسهولة الانفعال
**. الارتباط دال عند (0.01)		

ثانيا/ ثبات وصدق مقياس الصلابة النفسية:

أ/ الثبات: تم حساب ثبات هذا المقياس عن طريق معامل الثبات لألفا كرونباخ، حيث بلغت قيمته 0.82 وهذه القيمة مرتفعة مما تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات

جدول يوضح ثبات مقياس الصلابة النفسية بطريقة التناسق الداخلي	
عدد العبارات	ألفا كرونباخ
23	0.821

ب/ الصدق: تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين الدرجة الكلية لكل محور والدرجة الكلية للمقياس ككل بمعامل الارتباط بيرسون حيث جاءت كلها دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$)، وتمثلت في ارتباط الدرجة الكلية للمحور الأول (البعد الالتزام) مع الدرجة الكلية للمقياس ككل 0.92، أما ارتباط الدرجة الكلية للمحور الثاني (البعد التحكم) بالدرجة الكلية للمقياس ككل فقد بلغ 0.88، في حين بلغ معامل الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثالث (بعد التحدي) بالدرجة الكلية للمقياس ككل 0.84، ومنه يمكن الحكم على هذا المقياس بأنه صادق كما هو مبين بالجدول التالي:

جدول مصفوفة ارتباط محاور مقياس الصلابة النفسية مع درجته الكلية		
الصلابة النفسية		
0.923**	معامل الارتباط	بعد الالتزام
0.882**	معامل الارتباط	بعد التحكم
0.849**	معامل الارتباط	بعد التحدي
**. الارتباط دال عند (0.01)		

6.6. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام جملة من الأساليب الاحصائية في هذه الدراسة مستعينين في ذلك بالحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) في نسخته 21، وذلك بتطبيق الأساليب التالية:

أولاً/ فيما يخص الخصائص السيكومترية:

- معادلة ألفا كرونباخ في التناسق الداخلي.
- معادلة سبيرمان براون في التجزئة النصفية.
- معامل الارتباط بيرسون في صدق الاتساق الداخلي.
- معادلة الفرق (T_{test}) في المقارنة الطرفية.

ثانياً/ فيما يخص فرضيات الدراسة:

تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية، بالإضافة إلى اختبار الدلالة الاحصائية (T_{test}) ومعامل الارتباط بيرسون في معالجة فرضيات الدراسة

8. عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

تم تقسيم الفرضية الجزئية الأولى الى ثلاث فرضيات فرعية سنستعرض التحليل والتفسير لكل منها فيما يلي:

الفرضية الفرعية الأولى: توجد علاقة ارتباطية بين البعد المعرفي والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

جدول يوضح العلاقة بين البعد المعرفي والصلابة النفسية		
الصلابة النفسية		
-0.396**	معامل الارتباط	البعد المعرفي
0.002	مستوى الدلالة (القيمة الاحتمالية)	
20	حجم العينة	
** الارتباط دال عند ($\alpha=0,01$).		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على البعد الأول من مقياس قلق المنافسة الرياضية (البعد المعرفي) ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بلغ (-0.39) وهي قيمة متوسطة وسالبة، وهذا يعني أن الارتباط بين البعد المعرفي والصلابة النفسية هو ارتباط عكسي، أي أنه كلما ارتفعت درجات البعد المعرفي لدى لاعبي الكرة الطائرة كلما انخفضت درجاتهم في مقياس الصلابة النفسية والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية الدراسة الفرعية الأولى القائلة بوجود علاقة ارتباطية بين البعد المعرفي والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وهذا ما أكدته دراسة "فاتن علي الكاكي" التي تطرقت من خلالها إلى الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي المنتخبات الجامعية، حيث توصلت الى وجود فروق معنوية في متغيري الصلابة النفسية ودافعية الانجاز الرياضي بين لاعبي الرياضات الجماعية والفردية لصالح هذه الاخيرة، حيث تصدر بُعد الطموح الترتيب الأول على مقياس دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية، كما تصدى بُعد الحاجة للانتماء الترتيب الاول على أبعاد مقياس دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية التي تنص على وجود علاقة بين البعد المعرفي والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الفرضية الفرعية الثانية: توجد علاقة ارتباطية بين البعد البدني والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

جدول يوضح العلاقة بين البعد البدني والصلابة النفسية		
الصلابة النفسية		
-0.483 **	معامل الارتباط	البعد البدني
0,000	مستوى الدلالة (القيمة الاحتمالية)	
20	حجم العينة	
** الارتباط دال عند $(\alpha=0,01)$.		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على البعد الثاني من مقياس قلق المنافسة الرياضية (البعد البدني) ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بلغ (-0.48) وهي قيمة متوسطة وسالبة، وهذا يعني أن الارتباط بين البعد البدني والصلابة النفسية هو ارتباط عكسي، أي أنه كلما ارتفعت درجات البعد البدني لدى لاعبي الكرة الطائرة كلما انخفضت درجاتهم في مقياس الصلابة النفسية والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا $(\alpha=0,01)$ ، ومنه نستطيع القول بأنه لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية الدراسة الفرعية الثانية القائلة بوجود علاقة ارتباطية بين البعد البدني والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وهذا ما نصت عليه دراسة "حكمت عبد العزيز غفوري" والتي كانت بعنوان: الصلابة النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري والتي كانت تشير أهم نتائجها الى "وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة معنوية بين الصلابة النفسية ومستوى الأداء المهاري"، كما أكده الجانب النظري في الفصل الثالث عند استعراض طرق تنمية الصلابة النفسية والتي كان من بينها الكفاح في حالات الخوف أو بعض الاصابات الرياضية والابتعاد عن ردود الأفعال السلبية لما لها من تأثيرات الاجتهادات النفسية وهذا ما يؤكد صحة الفرضية التي تنص على وجود علاقة بين البعد البدني والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة

الفرضية الفرعية الثالثة: توجد علاقة ارتباطية بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

جدول يوضح العلاقة بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية		
الصلابة النفسية		
-0.443**	معامل الارتباط	سرعة وسهولة الانفعال
0,000	مستوى الدلالة (القيمة الاحتمالية)	
20	حجم العينة	
** الارتباط دال عند $(\alpha=0,01)$.		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على البعد الثالث من مقياس قلق المنافسة الرياضية (سرعة وسهولة الانفعال) ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بلغ (-0.44) وهي قيمة متوسطة وسالبة، وهذا يعني أن الارتباط بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية هو ارتباط عكسي، أي أنه كلما ارتفعت درجات سرعة وسهولة الانفعال لدى لاعبي الكرة الطائرة كلما انخفضت درجاتهم في مقياس الصلابة النفسية والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا $(\alpha=0,01)$ ، ومنه نستطيع القول بأنه لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية الدراسة الفرعية الثالثة القائلة بوجود علاقة ارتباطية بين سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

وهذا ما تم تأكيده في الجانب النظري حيث وضعنا أن درجة التحمل النفسي للاعب تعتمد على درجة تكوين خصائصه الشخصية وتركيب الشخصية ونوع خصائصها، والوضع النفسي الجسدي.

وهذا ما أكدته دراسة "دخان والحجاز" التي كانت بعنوان الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، حيث أكدت أهم النتائج المتوصل إليها وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية، كما بينت الدراسة وجود فروق دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية التي تنص على وجود علاقة بين بعد سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: "توجد علاقة ارتباطية بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة"، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية:

جدول يوضح العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية		
الصلابة النفسية		
-0.459**	معامل الارتباط	قلق المنافسة الرياضية
0,000	مستوى الدلالة (القيمة الاحتمالية)	
20	حجم العينة	
** الارتباط دال عند $(\alpha=0,01)$.		

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس قلق المنافسة الرياضية ودرجاتهم على مقياس الصلابة النفسية بلغ (-0.45) وهي قيمة متوسطة وسالبة، وهذا يعني أن الارتباط بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية هو ارتباط عكسي، أي أنه كلما ارتفعت درجات الصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة كلما انخفضت درجاتهم في مقياس قلق المنافسة والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا $(\alpha=0,01)$ ، ومنه نستطيع القول بأنه لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي نتوصل إلى قبول فرضية الدراسة العامة القائلة بوجود علاقة ارتباطية بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

واستناداً إلى البرهنة النظرية أي ما نجده في الدراسات السابقة من نتائج ذات العلاقة بمستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة وعلاقتها الإيجابية في الخفض من مستوى القلق لديهم، إذ تعتبر هاته الأولى مساهمة بالهوض بالجانب النفسي للاعب الذي يعتبر محور الاستحقاقات على مستوى النتائج خلال مباريات الكرة الطائرة حيث تعتبر الصلابة النفسية مصدر وقائي لا يمكن الاستغناء عنه في العملية التدريبية وهذا ما أثبتته الباحثة "ألأء زهير" في دراستها والتي كانت بعنوان التفاؤل وعلاقته بالصلابة النفسية بأبعاده (الالتزام والتحكم والتحدى) حيث انطلقت في أبحاثها لدور الصلابة النفسية من عملية التفاؤل الذي يعد مصدر وعامل أساسي في نتائج المنافسة، ومما توصلت نتائج دراستها إلى وجود علاقة بين التفاؤل وأبعاد مقياس الصلابة النفسية قيد الدراسة مما يدل على حدوث اتفاق بينها وبين دراستنا الحالية.

ان مستوى الصلابة النفسية سواء كان مرتفعاً أو متوسطاً أو منخفضاً كما أشرنا إليه في الجانب النظري مرتبط ومرهون بالدرجة التي يتمتع بها اللاعب بمؤشراتها فهي التي تتحكم بمرودية اللاعب خلال المنافسة إذ أنه يمر بفترات صعبة في الجانب النفسي أو ما يسمى بالموقف الضاغط خلال المنافسة مما يؤدي إلى ضعف وتدني مستواه الذي هو مرهون بالدرجة

التي يتمتع بها من صلابة نفسية، ومما لاشك فيه أن اللاعب يتمتع بخصائص مهارة ونفسية تمكنه من الأداء سواء بالشكل الايجابي أو السلبي فإذا كانت خاصيته في الصلابة النفسية منخفضة من خلال عدم شعوره بقيمة أدائه وليس لديه اعتقاد بالفوز والتحدي فانه تحدث له السلبية نتيجة المنافسة وهذا ما يتبين لنا في الفصل الثالث الخاص بالصلابة النفسية أن خصائص منخفضة الصلابة النفسية يتمتعون بعدم الصبر والقدرة على تحمل المسؤولية، بينما نجد أن اللاعبين الذين يتمتعون بصلابة نفسية مرتفعة لديهم سمات تؤهلهم الى خوض المنافسة بالشكل الذي يحقق الفوز والاداء الفعال الجيد، وهذا قد تمت المقارنة بين اللاعبين من حيث انخفاض صلابتهم النفسية وارتفاعها وهذا ما تم تجسيده في الدرجات التي اعطيت لهم على مقياس الصلابة النفسية.

اذ تعتبر المنافسة شكل من أشكال المزاومة في الألعاب الجماعية فالكل يبحث عن الفوز وعن النتيجة الأفضل وعن الأداء الفعال، تارة يتحقق هذا وتارة لا يتحقق شيء من الفوز والسبب هنا لا يكون من المدرب في حد ذاته بل من الدرجة التي يتمتع بها اللاعبون من خصائص نفسية أثناء المنافسة، أي كلما كان مستوى اللاعبين النفسي مرتفعاً كلما زاد مستواهم من حيث المهارات الأساسية للكرة الطائرة

ان الكرة الطائرة لعبة جماعية يكون فيها العامل النفسي محورا وجزء من العملية التدريبية اذ لابد للاعبين أن يتمتعوا بقدر كبير من روح المسؤولية من أجل تحصيل الفوز فربما يتعرض اللاعب الى ضغط خلال مرحلة المنافسة أو قبلها فلا يستطيع المدرب وحده أن يتحمل مسؤوليته في الجانب النفسي بل يجب على اللاعب أن يتمتع بالصلابة النفسية من أجل مجابهة الظروف المختلفة وهذا ما أكدته دراسة الباحثة "شيماء على خميس" والتي كانت بعنوان التحمل النفسي وعلاقته بقلق المنافسة حيث هدفت الى معرفة مستوى التحمل النفسي ومستوى القلق، ومما آلت اليه نتائج دراستها أن لاعبات الكرة الطائرة لديهم درجات منخفضة في التحمل النفسي ودرجات عالية في القلق النفسي، وهذا ان دل فإنما يدل أن هناك علاقة عكسية بين الصلابة النفسية وقلق المنافسة.

ونحن نرى أن هنالك علاقة عكسية بين الصلابة النفسية وقلق المنافسة أي كلما كان مستوى الصلابة النفسية مرتفعاً عند لاعبي الكرة الطائرة كلما قل قلق المنافسة وبالتالي نقول من خلال البرهنة النظرية والرقمية أن الفرضية والتي تنص على أن هناك علاقة بين قلق المنافسة والصلابة النفسية قد تحققت وفقاً لما تم تقديمه.

9. النتائج:

بناء على ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج علمية تطبيقية والتي كان أهمها الكشف عن العلاقة الارتباطية العكسية بين قلق المنافسة الرياضية والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة وكذلك استنتجنا من خلال نتائج الدراسة أنه:

- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين البعد المعرفي والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة
- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين البعد البدني والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة
- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين بعد سرعة وسهولة الانفعال والصلابة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة.

10. توصيات و اقتراحات:

بناء على نتائج هذه الدراسة التي أردنا أن نجعلها نقطة بداية لبحوث أخرى بالنسبة لمتغير الصلابة النفسية وذلك بتوسع وتعمق أكثر، والتي نفتقر إليها في الجزائر نوصي بما يلي:

- الاهتمام بالجانب النفسي للاعبين والعمل على تحسين مستوى الصلابة النفسية لديهم لما له من مردود ايجابي في التدريب والمنافسة.
- اجراء بحوث تجريبية للتعرف على مدى تأثير برامج نفسية مختلفة على الصلابة النفسية.
- تفعيل دور المرشد النفسي داخل الفريق في كل فترات الموسم الرياضي وعدم الاقتصار في عمله على مرحلة المنافسة.
- تصميم برامج تدريبية لزيادة الخبرات التي من شأنها أن تزيد من شعور اللاعبين بالصلابة النفسية.
- مساعدة المدرب للاعبين في وضع أهداف واقعية في المنافسات الرياضية لتوفير مقومات النجاح دون الخوف من الفشل.
- دراسة مقارنة بين لاعبي الرياضات الفردية والجماعية في الجزائر على متغير الصلابة النفسية.
- التأكيد على اشراك اللاعبين في الفعاليات والمهام لتنمية الصلابة النفسية لديهم

قائمة المراجع:

- أسامة كامل راتب: علم النفس الرياضية " مفاهيم-تطبيقات"، دار الفكر العربي، ط2، 1997.
- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر 2004.
- ديسي يحي الحبيب رضوان، قياس الجانب المعرفي لمهارة الاسترخاء لدى مدربي الكرة الطائرة، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 09، العدد 02، جامعة الجلفة الجزائر، 2022.
- مجادي مفتاح، الضغوط النفسية وأثرها على أداء أساتذة التربية البدنية والرياضية في مؤسسات التعليم الثانوي، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 09، العدد 02، جامعة الجلفة الجزائر، 2022.
- رزوق رقية، دور تقنيات الاسترخاء في خفض الضغوط النفسية لدى رياضي الكيك بوكسينغ، مجلة المنظومة الرياضية، المجلد 09، العدد 02، جامعة الجلفة الجزائر، 2022.
- عبد القادر محمود رضوان، سبع محاضرات حول الأسس العلمية لكتابة البحث العلمي، ديوان المطبوعات الجامعية ط1 الجزائر، 2000.
- علي عسكر، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق، دار الكتاب الحديث، القاهرة، 2000.
- محمد حسن علاوي: سيكولوجية التدريب والمنافسات، دار المعارف، ط7، القاهرة، 1992.
- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، مصر، 1998.
- محمد مكي، محاضرات في علم النفس التربوي، ديوان المطبوعات الجامعية، ب ط، 1993.
- عبد المنعم السيد: ابعاد الذكاء الانفعالي وعلاقتها باستراتيجيات التعامل مع الضغوط والصلابة النفسية والاحساس بالكفاءة الذاتية، مجلة الإرشاد النفسي، عدد 21، 2008.
- Grotty . B . J . (1988) . Psychology in contemporary sport Guidelines for coaches and Athletics , 2nd , L . A .
- Kobasa, S. & Pvcctem. (1983). Personality and Social Resources in Stress Resistance, Journal of personality and social psychology, vol. 45, No. 4.