



معلومات البحث

تاريخ الاستلام: 2021/04/27  
تاريخ القبول: 2021/09/15

Printed ISSN: 2352-989X  
Online ISSN: 2602-6856

التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة  
*Psychological endurance and its relationship  
to competitive behavior among volleyball  
players*

بن التومي بلال<sup>1\*</sup> ، سالم العياشي<sup>2</sup> ، بوصلاح النذير<sup>3</sup>

<sup>1</sup> جامعة محمد بوضياف، المسيلة ( الجزائر)

[bilal.bentoumi@univ-msila.dz](mailto:bilal.bentoumi@univ-msila.dz)

<sup>2</sup> جامعة محمد بوضياف، المسيلة ( الجزائر)

[layachi.salem@univ-msila.dz](mailto:layachi.salem@univ-msila.dz)

<sup>3</sup> جامعة محمد بوضياف، المسيلة ( الجزائر)

[nadir.bouslah@univ-msila.dz](mailto:nadir.bouslah@univ-msila.dz)

**الملخص:** تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، وهذا باستخدام المنهج الوصفي على عينة شملت 36 لاعبا ينتسبون إلى بطولة القسم الوطني الأول الممتاز للكرة الطائرة وقد استخدم الباحث الاستبيان كوسيلة لجمع البيانات، وبالنسبة لأهم النتائج المتوصل إليها بأن التحمل النفسي يؤثر على السلوك التنافسي، ومن أهم المقترحات: ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي خاصة مع ارتفاع مستوياته ومسبباته، وهذا من أجل التحكم في مستوى التحمل النفسي من خلال كشفه والتغلب عليه من أجل تحسين أداء اللاعبين.

**الكلمات مفتاحية:** التحمل النفسي، السلوك التنافسي، لاعبي الكرة الطائرة.

**ABSTRACT:**

This study aims to find out the correlation between psychological endurance and competitive behavior among volleyball players, using the descriptive approach on a sample of 36 players belonging to the first national division volleyball championship. The researcher used the questionnaire as a way to collect data. Psychological affects competitive behavior, and among the most important proposals: the need to pay attention to the psychological aspect, especially with its high levels and causes, and this is in order to control the level of psychological endurance by detecting and overcoming it in order to improve the performance of players.

**Keywords:** Psychological endurance, competitive behavior, volleyball players.

## 1. مقدمة:

تعد الكرة الطائرة واحدة من أكثر الألعاب الجماعية شعبية في العالم، وأيضا من الألعاب الراقية، وذلك للدور الذي تلعبه في التخفيف من الأزمات النفسية، وقد مرت هذه اللعبة بمراحل عديدة من حيث نظام لعبها ومفهومها، والجزائر من بين الدول التي تعطي أهمية بالغة لهذه الرياضة وذلك بواسطة توفير الهياكل والكفاءات التي تضمن تسييرها في ظروف حسنة، وتعتبر الكرة الطائرة من الرياضات التي لا تتطلب الإعداد البدني والمهاري فقط، وإنما الجانب النفسي له انعكاس كبير على اللاعبين قبل وأثناء وبعد المنافسة الرياضية لأن شخصية اللاعب وصحته النفسية تتطلب قوة التحمل لمواجهة التحديات وكذا الضغوطات التي قد تصيبه، وهذا ما يصطلح عليه التحمل النفسي ويطه بالسلوك التنافسي الرياضي من خلال دراسة العلاقة بينهما، وهذا ما جعلنا نحوض في غمار هذا الموضوع التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة

ولقد أصبحت هذه الرياضة في السنوات الأخيرة تشهد تطورا كبيرا، حيث أفرز هذا التطور مفاهيم حديثة ارتبطت فيها الرياضة بمختلف العلوم، كعلم الاجتماع، علم التربية، علم النفس... الخ بغية الوصول إلى مواجهة الصعوبات وحل المشكلات التي تعترض الرياضيين وخاصة في مجال التربية البدنية والرياضية، وتعد الكرة الطائرة إحدى الألعاب الجماعية التي تجرى فيها الأبحاث في هذا المجال أي علم النفس الرياضي، ومع نزايذ الضغوط التي تدفع باللاعب بأن يعاني من مشكلات نفسية كالقلق والتوتر والخوف من المنافسة، فوجب دراسة القوة النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة وكذا العوامل التي تؤثر عليهم لأنها تعد من أهم الدراسات النفسية الحديثة لمساعدة في الوصول إلى النجاحات وحسن التعامل لتجنب الفشل وذلك عن طريق التحمل النفسي الذي "يعتبر سمة ثابتة نسبيا في سلوك الفرد 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." (نهي عارف الدرويشي، ٢٠٠١، ص١٢) بغرض السيطرة على الضغوط النفسية والتي تنعكس على إنجاز اللاعبين وعلى سلوكهم الرياضي أثناء المنافسة وهذا ما يعرف بالسلوك التنافسي. والذي "نسعى من خلاله إلى توحيد الجهود من أجل تحقيق هدف مشترك وأن التعاون يجب أن يكون الصفة الغالبة لسلوك أعضائه، إلا أن التنافس لا غنى عنه في أي طريق وأن أسباب السلوك التنافسي تكمن في الدوافع وخبرات التعلم وخبرات التعلم وتغيرات النضج فالسلوك التنافسي قصدي وليس عشوائي فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فإشباع الحاجات غرض يعمل السلوك إلى تحقيقه". (عدس و قطامي، ٢٠٠٠، ص٤٥).

فالسلك التنافسي أيضا يحاول اللاعب فيه رفع مستوى الطموح وتحقيق الأهداف المرجوة منه لأن أغلب البطولات تعتمد على أسلوب المنافسة للارتقاء بمستوى الأداء للوصول إلى أفضل النتائج ومما سبق قمنا بطرح التساؤل العام كالتالي:

هل توجد علاقة ارتباطيه بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

### ٢.١. التساؤلات الجزئية:

- هل توجد علاقة ارتباطيه بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟
- هل توجد علاقة ارتباطيه بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

### ٣.١. الفرضيات:

#### - الفرضية العامة :

توجد علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة

#### -الفرضيات الجزئية:

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

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

### ٤.١. أهمية الدراسة:

تعود أهمية الدراسة إلى ضرورة إبراز موضوع التحمل النفسي بصورة أكثر واقعية وذلك من خلال المشاكل التي يعاني منها اللاعبين، وخاصة المشاكل والصعوبات التي قد تصيبه قبل المنافسة وكل هذا تم ربطه بالسلوك التنافسي حتى يتمكن من إنجاز المهام أو الأهداف الموكلة إليه بنجاح وبالتالي تجنب الضغوطات يؤدي إلى ارتفاع مستوى الأداء لديه.

### ٥.١. أهداف الدراسة:

- معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة

- معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

### ٢.الكلمات الدالة في الدراسة:

#### ١.٢. التحمل النفسي :

- **التعريف الاصطلاحي:** هو مظهر من مظاهر الشخصية السوية وعنصرها ما في عملية التوافق الفعال، إن الفرد الرياضي الذي لديه تحمل عالي لديه مستوى عالي من القدرة على التوافق والتعامل مع ضغوط الحياة (محمد سلمان و محمود على عطية واخرون، ٢٠١٣، ص١٨٩)

- **التعريف الإجرائي للتحمل النفسي:** هو قدرة لاعب كرة الطائرة على مواجهة المواقف الصعبة التي تحدث له خلال المنافسة وكذلك الصمود أمام الضغوط والسيطرة عليها من أجل تحقيق أهداف الفريق.

#### ٢.٢. السلوك التنافسي :

- **التعريف الاصطلاحي:** يعرف على أنه ذو طبيعة انجازية هادفة إلى الإشباع النفسي، ولهذا تختلف دوافعه من حيث النوع والقوة عن ذلك السلوك في التدريب والترويح فحالة الاستعداد للتنافس ووجود الخصم والحكام والمشاهدين وغيرها من متغيرات الموقف التنافسي تستشير دافعية السلوك الرياضي للانجاز بطريقة تختلف تماما عن تلك الحالة التي تثير في التدريب الرياضي، وهذا ما يفسر طبيعة السلوك التنافسي للرياضي باعتباره سلوكا إنجازيا يتمثل في إشباع الحاجات النفسية (فوزي، ٢٠٠٦، ص ٢٣٥)

- **التعريف الإجرائي للسلوك التنافسي:** هو قدرة لاعب كرة الطائرة على تحدي ظروف المنافسة بالحفاظ على مستوى الأداء الجيد في تحقيق الأهداف المطلوبة منه وكذا إشباع رغباته

### ٢.٣. كرة الطائرة:

**التعريف الاصطلاحي:** كرة الطائرة هي لعبة من الألعاب الجماعية التي تعتمد في أسسها على سرعة رد الفعل و تمارس على ميدان طوله ١٨ متر، و عرضه ٩ متر و يفصل بينهما في منتصف الميدان شبكة علوها يتراوح حسب الجنس و الصنف يتكون كل صنف من ٦ لاعبين و يتبادل الفريقان تمرير الكرة من فوق الشبكة، و يحاول كل منهما إرسالها إلى أرض المنافس بطريقة لا تمكنه من إعادتها و ذلك باستخدام المهارات الأساسية كالتمرير الاستقبال الإرسال السحق و الصد.

### ٣. الدراسات والسابقة :

١.٣. دراسة بعنوان: " التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية " حيدر ناجي حبش، ٢٠١٠

اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي، وتمثلت أداة البحث في مقياسين (استخدم الباحث مقياس التحمل النفسي الذي استخدمه (بهاء متي روفائيل مرقس)، اختبار فرايبرج للشخصية: وهو احد اختبارات قياس الشخصية المعتمد علميا والذي جرى تطبيقه على البيئة العربية العراقية، وهدفت الدراسة إلى ما يلي:

- التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي وبعض السمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية وقد توصلت نتائج الدراسة إلى :

- بأن طالبات المرحلة الرابعة يتمتعون بدرجة عالية من التحمل النفسي  
- وجود علاقة ارتباط عكسية بين التحمل النفسي وبين كل من سمة العصبية والعدوانية والاكثابية والقابلية للاستشارة والسيطرة.

- وجود علاقة ارتباط طردية بين التحمل النفسي وبين كل من سمة الاجتماعية والهدوء .

- عدم وجود علاقة ارتباط بين التحمل النفسي وبين سمة الكف.

٢.٣. دراسة بعنوان: السلوك التنافسي وعلاقته بالأداء المهاري والانجاز للاعبي الكاراتيه الناشئين، دراسة كل من م.د.عباس مهدي صالح وم.م.محسن محمد حسن

اتبعت الدراسة المنهج الوصفي واستخدم مقياس السلوك التنافسي، قامت دورثي هاريس (١٩٨٤) ببناء مقياس السلوك التنافسي لمحاولة التعرف على السلوك التنافسي للاعب الرياضي الذي يحتاج إلى الرعاية و التوجيه والى التدريب على المهارات النفسية وتهدف الدراسة إلى:

- التعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي والأداء المهاري للاعبي الكاراتيه الناشئين.

- التعرف على العلاقة بين السلوك التنافسي والانجاز للاعبي الكاراتيه الناشئين.

وكانت نتائج الدراسة كالتالي:

- إن مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعب لا ينعكس على الأداء المهاري للاعب.

- إن ارتفاع مستوى السلوك التنافسي لدى اللاعب انعكس ايجابيا على مستوى الانجاز.

٣.٣. دراسة بعنوان: التحمل النفسي وعلاقته بقلق المنافسة لدى لاعبات الكرة الطائرة، شيماء علي خميس، جامعة بابل / كلية الدراسات القرانية، ٢٠١٤.

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي ومستوى قلق المنافسة والعلاقة بين المتغيرين لدى لاعبات الكرة الطائرة المشاركات في بطولة الجامعات العراقية للمنطقة الوسطى والجنوبية، حيث افترضت الباحثة وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحمل النفسي وقلق المنافسة للاعبات.

واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بطريقة العلاقات الارتباطية لملائمتها لطبيعة البحث وتم تحديد مجتمع البحث بلاعبات الكرة الطائرة المشاركات في هذه البطولة والبالغ عددهن (٤٤) لاعبة وبواقع أربع فرق لأربع جامعات وهي (بابل، البصرة، ميسان، كربلاء) وهن يمثلن مجتمع وعينة البحث حيث تم اختيارهن بالطريقة العمدية والأدوات المستخدمة في البحث مقياسي التحمل النفسي وقلق المنافسة واستنتجت الباحثة أن اللاعبات اتسمن بتحمل نفسي منخفض على الرغم من تفاوته بين الجامعات أما مقياس قلق المنافسة فقد كان مرتفع وأيضاً ظهور تفاوت في نتائج المقياس بين الجامعات وذلك لأسباب كثيرة سيتم شرحها في البحث وقد أوصت الباحثة بضرورة الإعداد النفسي المستمر للاعبات وزيادة المشاركات الخارجية والداخلية خلال السنة الدراسية الواحدة التي من شأنها أن تزيد من التحمل النفسي وتقلل قلق المنافسة لديهن .

#### ٤.٣. كيفية الاستفادة من الدراسات السابقة في توجيه الدراسة الحالية:

كل تلك المؤشرات جعلت الباحث يقف على أهم نتائج هذه الدراسات ويسايرها في النقاط المشتركة مع الدراسة الحالية، ومن هنا قد كانت انطلاقة الباحث في الاستفادة من هذه الدراسات في عدة جوانب من أهمها:

- تحديد وصياغة المشكلة .
- وضع فروض الدراسة .
- ساهمت أيضاً في إعداد الجزء النظري .
- كما ساعدت الباحث في تحديد إجراءات الميدانية للبحث، واختيار المنهج العلمي المناسب وعينة البحث .
- تصميم استمارة الاستبيان وتحديد المحاور الأساسية
- ساعدت الباحث في معالجة البيانات وتفسير النتائج .
- تحديد الأساليب الإحصائية المناسبة .
- التعرف على المراجع العلمية التي يمكن الرجوع إليها والاعتماد عليها لإثراء الدراسة بالمعلومات والمعارف اللازمة.
- كما ساعدت الباحث في الاستفادة من النتائج المتوصل إليها وكذا والتوصيات .

## الجانب التطبيقي:

### ٤. الدراسة الاستطلاعية :

تعد الدراسة الاستطلاعية الخطوة الأولى التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة عامة حول جوانب الدراسة الميدانية للبحث. (رشيد زرواتي، ٢٠٠٢، ص ١٩١)

والهدف من الدراسة الاستطلاعية هو التأكد من ملائمة مكان الدراسة للبحث ومدى إصلحية الأداة المستعملة حول موضوع البحث، إن الغرض من الدراسة الاستطلاعية هو معرفة مدى وضوح العبارات الخاصة بالمقياس وملائمتها بحيث يمكن للمجيب من الإجابة دون الحاجة إلى أي تفسير. (بختاوي جمال، ص ٢٠٢، ٢١١).

وقد تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (١٠) لاعبين، ينشطون في القسم الوطني الأول الممتاز في الكرة الطائرة وهي عينة كافية لإجراء هذا الغرض، حيث تمكنا من خلالها الحصول على الموافقة في قبل المسؤولين، وعلى هذا الأساس قمنا بإجراء دراسة استطلاعية دامت مدتها ثلاث أسابيع، وكان الهدف منها:

- التعرف على الصعوبات المحتملة التي يمكن أن تعترض طريق البحث أثناء تطبيق الدراسة الاستطلاعية.

- استطلاع قدرة العينة على الاستجابة بسلاسة مع أدوات الدراسة، خاصة من حيث وضوح العبارات لغويا و واصطلاحيا

- معاملات الارتباط لكل العبارات دالة إحصائيا، مما يدل على أن عبارات الاستبيان صادقة لما وضعت لقياسه لهذه الدراسة. (انظر للجدول رقم ٠٢ والجدول رقم ٠٣)

- معاملات الثبات مرتفعة وذات دلالة إحصائيا، مما يدل على إمكانية ثبات النتائج التي سيتم التحصيل عليها باستخدام الاستبيان. (انظر للجدول رقم ٠٤)

### ٥. أدوات جمع البيانات والمعلومات :

١.٥. مصادر جمع المادة العلمية النظرية: من خلال إشكالية بحثنا ودراستها والتي هي بعنوان: التحمل النفسي وعلاقتها بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة، قمنا بالاعتماد في تحديد المفاهيم الأساسية على مجموعة من الكتب التي لها صلة بدراستنا وبعض المذكرات العلمية والمجلات.

### ٢.٥. مصادر جمع المادة العلمية التطبيقية :

بالاعتماد على نوع المعلومات والبيانات التي نحن بصدد جمعها، وعلى الدراسة الاستطلاعية التي أجريناها، وجدنا أن الأداة الأكثر ملائمة لإجراء هذه الدراسة هي :

أ- مقياس التحمل النفسي: يحتوي على (٣٣) عبارة قام بإعداده كامل عبود حسين (٢٠٠٤) وذلك للتعرف

على درجة التحمل النفسي لدى لاعبي الألعاب الفردية

مفتاح المقياس:

الإجابة	تنطبق دائما	تنطبق كثيرا	تنطبق قليلا	لا تنطبق أبدا
الدرجة	٤	٣	٢	١

ب- مقياس السلوك التنافسي: يحتوي على (٢٠) عبارة، قامت دورثي هاريس Harris (١٩٨٤) بتصميم اختبار السلوك التنافسي Competitive Behavior Questionnaire لمحاولة التعرف على السلوك التنافسي للاعب الرياضي الذي يحتاج إلى الرعاية والتوجيه وإلى التدريب على المهارات النفسية، ويتضمن الاختبار في صورته الأصلية ٥٠ عبارة يقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة لعبارة الاختبار على مقياس ثلاثي التدرج (دائما/ أحيانا/ أبدا) وقد قام محمد حسن علاوي باقتباس الاختبار وتعريبه واختصاره إلى عشرين عبارة فقط في ضوء بعض الدراسات التي أجريت على الصورة الأصلية للاختبار.

مفتاح المقياس:

الإجابة	دائما	أحيانا	أبدا
عبارات السلوك التنافسي الايجابي ١٧/١٤/١٢/١١/١٠/٨/٦/٣/٢	١	٢	٣
عبارات السلوك التنافسي السلبي ٢٠/١٩/١٨/١٦/١٥/١٤/٩/٧/٥/٤/١	٣	٢	١

٦. الشروط العلمية للأداة :

١.٦. صدق الأداة:

صدق الاستبيان يعني التأكد من انه سوف يقيس ما اعد لقياسه.

كما يقصد بالصدق " شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية أخرى بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدم. (فاطمة عوض صابر وميرفت على خفاجة، ٢٠٠٢، ص١٦٧-١٦٨)

وللتأكد من صدق أداة الدراسة قمنا باستخدام ما يلي:

١.١.٦. صدق الاتساق الداخلي :

وتم حساب الاتساق الداخلي لعبارة الاستبيان على عينة الدراسة الاستطلاعية وذلك بحساب معاملات الارتباط بيرسون بين كل بند والدرجة الكلية للاستبيان الذي ينتمي إليه.

- جدول رقم (٠٢) يوضح معاملات الارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات التحمل النفسي والدرجة الكلية لعبارة

التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة

بن التومي بلال سالم العياشي بوضلاح النذير

الرقم	محتوى العبارة	معامل الارتباط
٠١	احترم القوانين والأنظمة الرياضية لأنها توجهني	٠.٧١٨
٠٢	التزامي العالي بالتدريب يحقق لي أفضل النتائج	٠.٧٣٧
٠٣	أنا كثير الوفاء نحو اللاعبين وعائلي والمجتمع الذي أعيش فيه	٠.٨٨٩
٠٤	التزامي العالي بالتدريب يحقق لي أفضل النتائج	٠.٨٥٧
٠٥	أتعب بسرعة عند بدء الوحدة التدريبية أو المنافسة	٠.٨٩٦
٠٦	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة	٠.٧٣٦
٠٧	أجد في الصعوبة في السيطرة على انفعالاتي في بعض مواقف التدريب والمنافسة	٠.٨٨٧
٠٨	أدافع بقوة عن وجهة نظري أمام المدرب	٠.٩٢٤
٠٩	لا أستطيع أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقي المنافس	٠.٧٤١
١٠	أجد صعوبة في تغيير النظام الذي أتبعه في التدريب أو المنافسة	٠.٩٧١
١١	أضع ل نفسي أهدافا معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها	٠.٨٥٣
١٢	اهتم بجودة الأداء والانجاز في التدريب والمنافسات	٠.٧٩٣
١٣	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب	٠.٨٣٣
١٤	أستطيع انجاز أهدافي بدقة سواء بالتدريب أو المنافسة	٠.٨٦١
١٥	قدراتي البدنية تؤهلني لتقدم أفضل أداء في المنافسات	٠.٧٣٨
١٦	الفوز في المنافسة يمنحني ثقة كبيرة في نفسي	٠.٩٢٥
١٧	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز	٠.٧٥٤
١٨	أعمل على إيجاد حل عندما تواجهني صعوبات غير متوقعة أثناء التدريب أو المنافسة	٠.٧٥٨
١٩	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب	٠.٨٥٢
٢٠	استبعد من تفكيري الهزيمة أو الفشل في المنافسة	٠.٨٢٢
٢١	أتحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي	٠.٨٦٧
٢٢	أتنافس بحماس في حالة وجود تحدي من قبل منافس آخر في لعبتي	٠.٨٥٢
٢٣	اندفع للأداء الجيد في المنافسة	٠.٧٨٣
٢٤	أبذل جهود كبيرة عندما تواجهني صعوبات أثناء التدريب أو المنافسة	٠.٩١٠
٢٥	لدي الرغبة في تحسين أدائي عندما أتعرض إلى الخسارة في المنافسات	٠.٧٤٦
٢٦	استسلم بسهولة في المنافسة عندما يكون هناك فرق بالمستوى بيني وبين الخصم	٠.٨٥٥
٢٧	التدريب الجدي المستمر يمكنني كم التغلب على الفشل في المنافسات	٠.٩٢٣

التحمل النفسي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي الكرة الطائرة

بن التومي بلال سالم العياشي بوضلاح النذير

٠.٧٣٩	أستطيع أن أتدرب بجهد بدني عالي لفترات طويلة	٢٨
٠.٨٥٧	أودي المهمات المطلوبة مني بالتدريب أو المنافسة بهمة ونشاط	٢٩
٠.٧٦٤	أعتمد على نفسي في حل الصعوبات التي تواجهني في التدريب أو المنافسة	٣٠
٠.٨٩١	أحب القرارات التي تعطيني الحلول سريعة في المنافسات	٣١
٠.٧٥٢	التزم بنظام ثابت في التدريب والمنافسات	٣٢
٠.٨٦٧	أفكر بخطة التدريب قبل البدء في التدريب عليها	٣٣

بالنظر إلى الجدول السابق رقم (٠٢) يتضح لنا : أن الأبعاد الفرعية لاستبيان التحمل النفسي والدرجة الكلية للاستبيان، تراوحت معاملات ارتباطها بين (٠.٧٣٩-٠.٩٧١)، وتعتبر دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، وبذلك تعتبر عبارات مقياس التحمل النفسي صادقة لما وضعت لقياسه.

-جدول رقم (٠٣) يوضح معاملات الارتباط بيرسون بين كل عبارة من عبارات السلوك التنافسي والدرجة الكلية لعباراته

الارتباط	معامل	محتوى العبارة	الرقم
٠.٨٥٩	٠.٨٥٩	ينخفض مستوى أدائي في المنافسة التي يشاهدها بعض الأشخاص المهمين	٠١
٠.٩٣٣	٠.٩٣٣	أعنف نفسي عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة	٠٢
٠.٧٨٩	٠.٧٨٩	عندما ينتقدي مدربي أو أحد زملائي أثناء المنافسة فإنني أجد صعوبة في تركيز انتباهي طوال الفترة الباقية من المنافسة	٠٣
٠.٨٢٤	٠.٨٢٤	في المنافسات الهامة أشعر بالقلق من عدم قدرتي على الأداء بصورة جيدة.	٠٤
٠.٩١٢	٠.٩١٢	ينتابني القلق الشديد قبل اشتراكي في منافسة هامة	٠٥
٠.٨٥٧	٠.٨٥٧	أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة	٠٦
٠.٨٥٤	٠.٨٥٤	أحاول تجنب التفكير في المنافسة القادمة لأن ذلك يسبب لي المزيد من الضيق.	٠٧
٠.٧٥٩	٠.٧٥٩	قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة أشعر بأنني لا أستطيع تذكر أي شيء	٠٨
٠.٨٥٢	٠.٨٥٢	بعد انتهاء المنافسة اشعر بأنني كنت أستطيع الأداء بصورة أفضل	٠٩
٠.٧٦٠	٠.٧٦٠	أجد متعة أثناء التدريب بدرجة أكبر منها أثناء المنافسة	١٠
٠.٧٥٧	٠.٧٥٧	ارتكب بعض الأخطاء في اللحظات الحساسة في المنافسة	١١
٠.٨٠٣	٠.٨٠٣	عندما ارتكب بعض الأخطاء أثناء المنافسة فإنني لا أجد صعوبة في استعادة تركيز انتباهي.	١٢
٠.٧٢٩	٠.٧٢٩	تزداد ثقتي كلما اقترب موعد المنافسة	١٣
٠.٧٩٩	٠.٧٩٩	تظهر قدراتي العالية بصورة واضحة أثناء المواقف الحساسة في المنافسة.	١٤
٠.٨٥٢	٠.٨٥٢	قبل اشتراكي في المنافسة لا أحتاج للمزيد من الوقت لكي أستعد نفسيًا وذهنيًا.	١٥

١٦	عندما تسوء الأمور في المنافسة فإن ذلك لا يسبب في الارتباك أو القلق	٠.٩٥٩
١٧	أدائي في المنافسة الرياضية أفضل بكثير من أدائي أثناء التدريب	٠.٨٤١
١٨	أثناء المنافسة عندما أعتقد أن الحكم قد أخطأ في بعض قراراته بالنسبة لي (أو لزملائي) فإنني لا أنفعل.	٠.٨٢٥
١٩	أخشى من احتمال إصابتي أثناء اشتراكي في المنافسة	٠.٩٤٨
٢٠	مستوى أدائي ثابت في المنافسات وفي حدود أقصى قدراتي.	٠.٧٦٧

بالنظر إلى الجدول السابق رقم (٠٣) يتضح لنا: أن الأبعاد الفرعية لاستبيان السلوك التنافسي والدرجة الكلية للاستبيان، تراوحت معاملات ارتباطها بين (٠.٧٥٩-٠.٩٥٩) وتعتبر دالة عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبذلك تعتبر عبارات مقياس السلوك التنافسي صادقة لما وضعت لقياسه.

#### ٢.٦. ثبات الأداة :

يعتبر من العوامل الهامة الواجب توافرها لصلاحية استخدام أي اختبار أو استبيان ، إن ثبات أداة الدراسة يعني لو قمنا بتكرار الاختبار لمرات متعددة على الفرد لأظهرت النتائج شيء من الاستقرار وذلك بأن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما استخدم أكثر من مرة تحت نفس الظروف وعلى نفس الأفراد. (بوداود عبد اليمين وعطاء الله أحمد، ٢٠٠٩، ص١٠٦).

وقد قام الباحث بقياس ثباته باستعمال طريقة معامل ألفا كرونباخ  $\alpha$ .

محاو الاستبيان	عدد العبارات	معامل ألفا كرومباغ $\alpha$
التحمل النفسي	٣٣	٠.٨٧٥
السلوك التنافسي	٢٠	٠.٨٣٢

الجدول رقم (٠٤): يوضح أن جميع معاملات الثبات ألفا كرونباخ لمحاو الاستبيان عالية، حيث بلغت على التوالي المحور الأول (٠.٨٧٥)، المحور الثاني (٠.٨٣٢)، مما يدل على أن الاستبيان يتمتع بثبات عالي.

#### ٧. المنهج المتبع في الدراسة:

وتماشيا مع طبيعة الدراسة اتبعنا المنهج الوصفي و يعرف على انه: "المنهج الذي يهدف إلى جمع البيانات و محاولة اختبار فروض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد العينة و الدراسة الوصفية تحدد وتقرر الشيء كما هو عليه في الواقع . (عثمان حسن عثمان، ١٩٩٨، ص ٢٩-٣٠)

إن المهمة الجوهرية للوصف هي أن يحقق الباحث فهما أفضل للظاهرة موضوع البحث حتى يتمكن من تحقيق تقدم كبير في حل المشكلة، فالمنهج الوصفي يحاول الإجابة على السؤال الأساسي في العلم ، ماذا؟ أي ما هي طبيعة ظاهرة موضوع البحث. (زراي حمزة، ص٢٠١٧، ٥)

#### ٨. مجتمع وعينة الدراسة :

١.٨. مجتمع الدراسة: يقصد بالمجتمع جميع الأفراد (أو الأشياء أو العناصر) الذين لهم خصائص واحدة يمكن ملاحظتها. (رجاء محمود أبو العلام، ٢٠٠٦، ص ١٥٤)

إن أول خطوة في اختيار العينة هي تعريف المجتمع الذي يرغب الباحث في دراسته، أي أن المجتمع هو المجموعة التي يهتم بها الباحث والتي يريد أن يعمم عليها النتائج التي يصل إليها من العينة (رواب عمار وآخرون، ص ١٧٥، ٢٠١٨).

ويتمثل مجتمع الدراسة الحالية في اللاعبين الذين ينشطون في البطولة الوطنية للكرة الطائرة القسم الأول الممتاز وعددهم يقدر ب ١٢ فريقا.

٢.٨. عينة الدراسة: إن اختيار عينة البحث يعتبر من الخطوات والمراحل الهامة للبحث واختيارها يتم بناء على مشكلة البحث وأهدافه، لأن طبيعة البحث وفروضه تتحكم في خطوات تنفيذه واختيار أدواته. (عبد اليامين بوداود، ٢٠١٠، ص ٥٠)

والعينة هي جزء من مجتمع الدراية الذي تجمع منه البيانات الميدانية، وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنها تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث. (سنوسي عبد الرحمان وآخرون، ص ٢٨٨، ٢٠١٨) أما فيما يخص اختيار عينة الدراسة فقد تم بأسلوب المعاينة القصدية، حيث تم في البداية استبعاد ١٠ لاعبا من المجتمع الأصلي الذين أحرقت عليهم الدراسة الاستطلاعية، وبالتالي تم توزيع الاستبيانات على مجموعة من الأفراد قدرت ٤٥ لاعبا، وتم استرداد ٤٠ استبيان (أي ٠٥ استمارات لم تسترجع)، وبعد فحص الاستبيانات المستردة تم استبعاد ٤ استبيانات نظرا لعدم تحقق الشروط المطلوبة للإجابة على الاستبيان، وبذلك يكون عدد الاستبيانات الخاضعة للدراسة ٣٦ استبيان.

#### ٩. إجراءات التطبيق الميداني :

#### ٩.١. المجال المكاني :

تمت الدراسة على مستوى القسم الأول الممتاز للكرة الطائرة التي شملت ثلاث فرق من بعض ولايات الوطن - صنف أكابر - وهم على التوالي:  
- فريق "رائد شباب المسيلة" من ولاية المسيلة.  
- فريق "شباب أهلي برج بوعرييج" من ولاية برج بوعرييج.  
- فريق "نجم رياضي سطيفي" من ولاية سطيف.

#### ٩.٢. المجال الزمني :

شرعنا في موضوع البحث بداية بالدراسة الاستطلاعية حيث انطلقت من بداية شهر نوفمبر ٢٠١٩ حتى ٢٠ شهر نوفمبر ٢٠١٩، إما فيما يخص الدراسة الأساسية المتمثلة في الجانب النظري والتطبيقي فقد كانت من أواخر شهر جانفي ٢٠٢٠ إلى غاية بداية شهر مارس ٢٠٢٠.  
١٠. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

استعمل الباحث البرنامج الإحصائي المسمى الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) إصدار النسخة ١٩ كما اعتمد على التقنيات للمعالجة الإحصائية التالية:  
معامل الارتباط بيرسون : لبحث صدق الاتساق الداخلي للاستبيان

معادلة ألفا كرومباخ  $\alpha$  : لبحث ثبات أسئلة الاستبيان.

معامل الارتباط بيرسون : لمعرفة العلاقة الارتباطية بين متغيرات التحمل النفسي والسلوك التنافسي، حيث أن قيمة

- معامل الارتباط تتراوح بين (-) إلى (+)، وتفسر نتائج الارتباط على النحو التالي:

- إذا كان معامل الارتباط موجبا فإننا نقول أن العلاقة طردية.

- إذا كان معامل الارتباط سالبا فإننا نقول أن العلاقة عكسية.

- كلما اقتربت قيمة معامل الارتباط من (+) أو (-) كلما كان الارتباط مرتفعا (موجبا أو سالبا).

- كلما اقتربت قيمة معامل الارتباط من الصفر (0) كلما كان الارتباط ضعيفا. (رجاء أبو علام ٢٠١١ . ٢٤٩)

#### ١١. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها :

١.١١. عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: التي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين التحمل النفسي و

السلوك التنافسي الايجابي عند لاعبي الكرة الطائرة.

جدول رقم (٥٥): معامل الارتباط بيرسون بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي

القرار	مستوى الدلالة	معامل الارتباط بيرسون	أفراد العينة	المتغير
دال إحصائيا	٠.٠٥	*٠.٧٢٢	٣٦	التحمل النفسي السلوك التنافسي الايجابي

- بالنظر إلى الجدول رقم (٥٦) يتضح أن: معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرين التحمل النفسي والسلوك

التنافسي الايجابي قد بلغ (\*٠.٧٢٢) عند مستوى الدلالة (٠.٠٥)، مما يدل على وجود علاقة طردية قوية بينهما.

- تفسير ومناقشة النتائج :

لغرض معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة تم

حساب معامل الارتباط بيرسون والذي بلغ (\*٠.٧٢٢)، مما يدل على وجود علاقة طردية قوية بين المتغيرين، وتفسير

ذلك أنه كلما زاد مستوى التحمل النفسي كلما زاد السلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

ويعزو الباحث سبب هذه النتائج إلى أن اللاعبين الذين يتمتعون بدرجة تحمل نفسي عالي انعكس على سلوكهم

التنافسي الايجابي بشكل طردي لأن اللاعب الذي يتحكم في سلوكه ولديه القدرة على مواجهة الضغوطات وتحمل

الإحباط وتحويله إلى طاقة ايجابية والحفاظ على التوازن لمواجهة العقبات يؤثر إيجابا على سلوكه التنافسي الرياضي من

أجل تحقيق غايته وعاية الفريق ككل، وهذا ما يزيد من إرادته على بذل جهود أكبر بغية الوصول إلى تحقيق الانجاز

الرياضي وهذا ما يؤكد محمد غزاعلة وآخرون: "بأن التحمل النفسي 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." (محمد سلمان غزاعلة، مرجع سابق، ص ١٩٠)

- تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة الباحثة (شيماء علي خليل) التي توصلت إلى وجود علاقة بين التحمل النفسي وقلق المنافسة ولكن هذا التحمل يجب أن يكون مرتفع لكي يقلل من عامل القلق ويحقق نتائج جيدة أي يؤثر بصورة ايجابية في أداء لاعبه المهاري ويتم ذلك من خلال الإعداد النفسي الجيد من قبل المدرب خلال فترة التدريب وتعويد لاعبه على كيفية مواجهه الظروف الصعبة بتحكم وبدون عصبية من اجل الاستفادة من هذا بشكل ايجابي لرفع المستوى المهاري وتحقيق الانجاز الجيد للفريق.

- يستنتج الباحث مما سبق تقديمه أن الفرضية الأولى محققة، أي أنه توجد علاقة ارتباطيه قوية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي.

٢.١١. عرض وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: التي تنص على وجود علاقة ارتباطيه بين التحمل النفسي و السلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة.

جدول رقم (٠٦): معامل الارتباط بيرسون بين التحمل النفسي و السلوك التنافسي السلبي

القرار	مستوى الدلالة	معامل الارتباط بيرسون	أفراد العينة	المتغير
دال إحصائيا	٠.٠٥	*٠.٢٥٧	٣٦	التحمل النفسي السلوك التنافسي السلبي

- بالنظر إلى الجدول رقم (٠٧) يتضح أن: معامل الارتباط بيرسون بين المتغيرين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي قد بلغ (٠.٢٥٧\*)، عند مستوى الدلالة (٠.٠٥)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطيه بدرجة ضعيفة بينهما.

- تفسير ومناقشة النتائج :

لغرض معرفة العلاقة الارتباطية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة، تم حساب معامل الارتباط بيرسون الذي بلغ (٠.٢٥٧\*)، مما يدل على وجود علاقة ارتباطيه بدرجة ضعيفة بين المتغيرين .

- ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن أصحاب التحمل النفسي المنخفض ممن لديهم مشاكل نفسية وقد يصل بهم إلى درجة الإحباط والذي يدرك اللاعب فيه بأنه لا يستطيع إشباع حاجاته وتحقيق رغباته يبدأ بالشعور بالقلق والخوف من المستقبل مما يعكس على سلوكه التنافسي بشكل سلبي، وهذا ما ينقص من عزيمته لتتسلم أفضل ما لديه في التدريب و المنافسات، ويضيف محمود علي عطية وآخرون: " بان الإحباط حالة انفعالية تظهر حين تتدخل عقبة ما في طريق إشباع رغبته أو حاجة أو هدف أو توقع عمل ما، كذلك هي حالة غير مرغوبة ومزعجة تحدث تغييرا في السلوك تتراوح بين الغضب والعدوان إلى التراجع والانسحاب." (محمود علي عطية، مرجع سابق، ص ١٩٠)

- تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (م.د حيدر ناجي حبش 2010 ) الذي توصل إلى وجود علاقة ارتباط عكسية بين التحمل النفسي وبين كل من سمة العصبية والعدوانية والاكنتابية والقابلية للاستشارة والسيطرة.

- يستنتج الباحث مما سبق تقديمه أن الفرضية الثانية محققة، أي أنه توجد علاقة ارتباطيه سلبية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة

## ١٢. الاستنتاجات والاقتراحات :

### ١.١٢. الاستنتاجات:

من خلال عرض وتحليل وتفسير النتائج المحصل عليها:

- يستنتج الباحث مما سبق تقديمه أن الفرضية الأولى محققة، أي أنه توجد علاقة ارتباطية بدرجة قوية بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي الايجابي لدى لاعبي الكرة الطائرة.
- يستنتج الباحث مما سبق تقديمه أن الفرضية الثانية محققة، أي أنه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين التحمل النفسي والسلوك التنافسي السلبي لدى لاعبي الكرة الطائرة .

### ٢.١٢. الاقتراحات:

- ضرورة الاهتمام بالجانب النفسي خاصة مع ارتفاع مستوياته ومسبباته، وهذا من أجل التحكم في مستوى التحمل النفسي من خلال كشفه والتغلب عليه من أجل تحسين الأداء عند اللاعبين.
- إعداد برامج ودورات تدريبية في كيفية التعامل مع الضغوطات النفسية التي يواجه اللاعبون، وتحسين مستوى التحمل خاصة من خلال سلوكهم التنافسي من اجل تحقيق الانجاز الرياضي.
- إجراء دراسات أخرى للتعرف على العلاقة بين التحمل النفسي وبعض المتغيرات الأخرى(دافعية الانجاز، تقدير الذات....).
- إجراء دراسات مماثلة في الفعاليات الرياضية الأخرى.

### ١٣- قائمة المراجع:

#### أولا/ الكتب :

- بوداود عبد اليمين وعطاء الله أحمد: "المرشد في البحث العلمي لطلبة التربية البدنية والرياضية"، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ط ١ ، ٢٠٠٩.
- رجاء محمود أبو العلام: "مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية"، ط ٥، دار النشر للجامعات، مصر، ٢٠٠٦.
- عثمان حسن عثمان: "المنهجية في كتابة البحوث والرسائل الجامعية"، منشورات الشهاب باتنة، الجزائر، ١٩٩٨.
- عبد اليمين بوداود: "مناهج البحث العلمي في علوم وتقنيات النشاط البدني الرياضي"، ط ٢، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ٢٠١٠.
- فاطمة عوض صابر وميرفت على خفاجة: "أسس البحث العلمي"، مكتبة و مطبعة الإشعاع الفنية، مصر، ط ١، ٢٠٠٢.
- عدس عبد الرحمان وقطامي نايف، مبادئ علم النفس، ط 1 ، دار الفكر العربي، الأردن، ٢٠٠٠
- فوزي أحمد: علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات)، ط ٢، دار الفكر العربي القاهرة، مصر، ٢٠٠٦.

- محمد سلمان الخزاعلة، محمود على عطية وآخرون: الرياضة وعلم النفس، دار صفاء النشر للتوزيع، ط ١، الأردن، ٢٠١٣.

- رشيد زرواتي: "تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية"، ط 1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، ٢٠٠٢.

#### ثانيا/الرسائل والأطروحات:

- نهي عارف الدرويشي، التحمل النفسي لدى قادة الشباب والطلبة وعلاقته بالعمر والجنس والمنظمة والموقع القيادي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة بغداد، كلية التربية ابن رشد، ٢٠٠١ ص ١٢.

#### ثالثا/المجلات:

- واقع الانتقاء و التوجيه الرياضي للتلاميذ الموهوبين أقسام رياضة و دراسة(٠٩-١٢ سنة)، زراي حمزة، مجلة المحترف، جامعة الجلفة، المجلد ٠٦، العدد ٠٢، ٢٠١٧.

- علاقة بعض القياسات الأنتروبومترية طول ومحيط الأطراف السفلية (الفخذ، الساق، القدم) بصفة الارتقاء، رواب محمد وآخرون، مجلة المحترف، جامعة الجلفة، المجلد ٠٥، العدد ٠١، ٢٠١٨.

- انعكاس القلق على أداء لاعبي كرة القدم النخبوية أثناء المنافسة الرياضية، سنوسي عبد الرحمان وآخرون، مجلة المحترف، جامعة الجلفة، المجلد ٠٥، العدد ٢٠١٨، ٠١.

- تقدير الذات وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية، بختاوي جمال وآخرون، مجلة المحترف، جامعة الجلفة، المجلد ٠٧، العدد ٢٠٢٠، ٠١.

- التحمل النفسي وعلاقته بقلق المنافسة لدى لاعبات الكرة الطائرة، شيماء علي خميس جامعة بابل، كلية الدراسات القرانية، مجلة جامعة بابل، العلوم الانسانية، المجلد ٢٢، العدد ٣، ٢٠١٤.

- التحمل النفسي وعلاقته ببعض السمات الشخصية لطالبات قسم التربية الرياضية /جامعة الكوفة، م.د حيدر ناجي حبش، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد ٠٢، المجلد ٠٢، العراق، ٢٠١٠.

- السلوك التنافسي وعلاقته بالأداء المهاري والانجاز للاعبي الكاراتيه الناشئين، دراسة كل من م.د.عباس مهدي صالح و.م.محسن محمد حسن، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد ٠١، المجلد ٠٥، العراق، ٢٠١٢.