

ابعاد الاحتراق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية للاعبين اندية الدرجة الممتازة لكرة اليد

هدى علاء مانع ، أ.د. عبد العباس عبد الرزاق

العراق. جامعة ذي قار. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ نشر البحث 2023/11/28

تاريخ استلام البحث 2023/9/1

الملخص

تكمن أهمية هذه الدراسة أن ظاهرة الاحتراق النفسي هي ظاهرة نفسية معقدة للإنجاز الرياضي تؤدي بمستوى لاعبي كرة اليد بالدوري الممتاز لان هذه الظاهرة تتميز بأبعاد عديدة ممكن تؤثر بعضها بمستوى لاعبي كرة اليد بالدوري الممتاز بسبب تقارب المستويات نوعا ما بين الفرق وارتفاع حده المنافسة مما أدى الى التركيز على الجوانب التدريبية أو الفنية، اما مشكلة البحث تتبلور المشكلة على مجموعة من التساؤلات التي تحدد أبعاد المشكلة وتحيط بموضوع اختيار هذه الدراسة وتحاول وضع الحلول الناجعة اليها وهي:

- ما هي أهمية معرفة عدد من الظواهر النفسية والتداخل فيما بينها ومدى تأثيرها على لاعبي كرة اليد و
- هل هنالك علاقة بين موضوعات الدراسة ومدى تأثيرها ببعض وتأثيرها على لاعبي كرة اليد للدوري الممتاز.
- قلة الدراسات التي تناولت موضوع الاحتراق النفسي وربطها بموضوعات كصلابة النفسية للاعبين كرة اليد بالدوري الممتاز.
- ما هو دور الاحتراق النفسي على لاعبي كرة اليد ومدى دور الصلابة النفسية للاعبين بالدوري الممتاز للحد من ذلك.

وكانت اهداف البحث هي بناء وتطبيق مقياس أبعاد الاحتراق النفسي لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة للكرة اليد ، و أعداد وتطبيق مقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة اليد ، و وضع مستويات معيارية لمقياس أبعاد الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة اليد ، والتعرف على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة اليد ، والتعرف على العلاقة بين أبعاد مقياس الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة في كرة اليد .

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، الصلابة النفسية، كرة اليد.

Dimensions of psychological burnout and its relationship to the psychological toughness of players in Premier League handball clubs

Hoda Alaa Manea, prof. Dr.. Abdul Abbas Abdul Razzaq

Iraq. Dhi Qar University. College of Physical Education and Sports Sciences

Date of receipt of the research: 9/1/2023 Date of publication of the research: 11/28/2023

Abstract

The importance of this study lies in the fact that the phenomenon of psychological burnout is a psychological phenomenon that obstructs athletic achievement and reduces the level of handball players in the Premier League because this phenomenon is characterized by many dimensions, some of which may affect the level of handball players in the Premier League due to the somewhat close levels between the teams and the high intensity of competition, which led to the focus On the training or technical aspects, as for the research problem, the problem crystallizes on a set of questions that determine the dimensions of the problem and surround the topic of choice for this study and attempts to develop effective solutions to it, which are:

- What is the importance of knowing a number of psychological phenomena and the interaction between them and the extent of their impact on handball players
- Is there a relationship between the topics of the study and the extent to which they influence each other and their impact on Premier League handball players?
- The lack of studies that have addressed the issue of psychological burnout and linked it to topics such as the psychological toughness of handball players in the Premier League.
- What is the role of psychological burnout on handball players and the extent of the role of psychological toughness for Premier League players in reducing this?

The objectives of the research were to build and apply a measure of the dimensions of psychological burnout among players of premium-class handball clubs, prepare and apply a measure of psychological toughness among players of premium-class handball clubs, and establish standard levels for a measure of the dimensions of psychological burnout and psychological toughness among players of premium-class handball clubs. And to identify the level of dimensions of psychological burnout and psychological toughness among players of premium-class handball clubs, and to identify the relationship between the dimensions of the psychological burnout scale and psychological toughness among players of premium-class handball clubs.

Keywords: psychological burnout, psychological toughness, handball.

تتفق العديد من اراء الخبراء في أن التعرض للضغوط أمر حتمي لا مفر منه فواقع الحياة محفوف بالعقبات والصعوبات وأشكال الفشل مما يؤثر تأثيراً سلبياً على الجوانب المعرفية والانفعالية والسلوكية لذا أهتم الباحثون بدراسة المشكلات المتعلقة بالضغوط وكيفية مواجهتها حيث إن أسلوب المواجهة يفيد في حل المشكلات المستقبلية والتخفيف من حده هذه الضغوط ، ويعد متغير الاحتراق النفسي من المتغيرات النفسية التي تؤثر في قدرة الفرد على المواجهة الأكثر إيجابية للضغوط سواء كانت عقلية أو ذهنية أو انفعالية أو جسدية وحلها ومواجهة الصعوبات المستقبلية كما أنه يعد خصلة عامة في الشخصية ، والتي يعمل على تكوينها وتتميتها من خلال الخبرات البيئية المتنوعة المحيطة بالفرد منذ الصغر حيث تبرز في مجال ممارسة الأنشطة الرياضية وبالأخص الجماعية منها مجموعة من الضغوطات والمعوقات بديمومتها المتواصلة التي تحول دون قيام اللاعب بدوره كاملاً . فالاحتراق النفسي (Burnout) كمصطلح انتشر بداية السبعينات وفي مجالات الحياة المختلفة وهو بذلك من المفاهيم الحديثة نسبياً ، ويعود سبب الإصابة بالاحتراق النفسي إلى الرغبة الشديدة والملحة عند الرياضيين لتحقيق أهداف مثالية وغير واقعية احياناً قد ترسم من قبل الجهاز الفني أو يضعون لأنفسهم أهداف قد تكون صعبة المنال نتيجة لمستوى الطموح الذي يتواجد عند كلا الطرفين ، وهذه الأهداف المثالية قد يفرضها الرياضي على نفسه أو قد يفرضها مدربه وإداريو أو العائلة والمقربون ، ومن خلال ما تقدم فالاحتراق هو حالة من الاجهاد النفسي والعاطفي والعقلي والجسدي والتي لا تحدث مباشرة أو محض الصدفة بل تتجم عن الضغط المفرط الذي يقع على عاتق اللاعبين ولفترات طويلة وبالتالي يؤدي الى انخفاض مستوى الدافعية وضعف مستوى العطاء الذي يقدمه لاعب كرة اليد خلال منافسات الدوري الممتاز نتيجة للضغوط المنصبة عليه سواء كانت ذهنية أو عقلية أو عاطفية أو جسدية ولفترات طويلة عليه ، ومن العوامل التي تحدد مستوى الاحتراق النفسي كما اسلفنا سابقا هو كمية الضغوط وديمومة فتراتها لكن خصائص الشخصية التي يتمتع بها لاعبي كرة اليد أو الرياضي بشكل عام ستلعب . وتكمن أهمية هذه الدراسة أن ظاهرة الاحتراق النفسي هي ظاهرة نفسية معرقة للإنجاز الرياضي تؤدي بمستوى لاعبي كرة اليد بالدوري الممتاز لان هذه الظاهرة تتميز بأبعاد عديدة ممكن تؤثر بعضها بمستوى لاعبي كرة اليد بالدوري الممتاز بسبب تقارب المستويات نوعا ما بين الفرق وارتفاع حده المنافسة مما أدى الى التركيز على الجوانب التدريبية أو الفنية وللأجله تذهب هذه الدراسة الى ما هو أبعد من ذلك من خلال دراسة هذه الظاهرة ومدى ترابطها مع عوامل ومكونات شخصية اخرى كالصلابة النفسية. أن حالة الانهك البدنية والذهنية والعقلية والانفعالية تؤدي الى مفهوم سلبى للشخص نحو نفسه او ذاته إضافة الى تكوين اتجاهات سلبية نحو النشاط الرياضي الممارس والآخرين ممن يحيطون به ، فضلاً عن الافتقار إلى المثالية والشعور بالغضب واليأس وهبوط مستوى الدافعية نحو تحقيق الأهداف فالإنهك في الجانب البدني والذهني والعصبي والانفعالي هو أيضا حالة تحدث نتيجة العمل مع الآخرين والتفاعل معهم لفترة طويلة وفي مواقف تحتاج دائماً الى مجهود انفعالي مضاعف أو بدني وعقلي أو نتيجة لأهداف يضعها اللاعب لنفسه نتيجة

لعدم تقديره الذاتي الصحيح أو لضغوط المقربين أو ما يرسم له من قبل الجهاز الفني والتدريبي قد لا تتلاءم مع مستوى قدراته النفسية وعلى المدى الطويل ستؤدي إلى انهيار اللاعب ووقوعه تحت وطئه هذه الظاهرة المؤثرة. وللإحاطة بمشكلة هذه الدراسة المنبثقة لبناء ادوات تقيس متغيرات البحث ولكي تحيط بمسببات الاحتراق وبالتالي سيمكنها من التعرف على مكامن الخلل التي تؤدي الى حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي ومدى ارتباطها بمفهومى الصلابة وتقدير الذات ومن ثم العمل على رفع مستوى الكفاءة النفسية لدى لاعبي كرة اليد والعمل على زيادته الإمكانيات والقدرات النفسية التي تمكنهم من مجابهة الضغوط لفترات طويلة والتي يمكن أن تؤدي الى انسحاب اللاعب جزئياً أو كلياً من المنافسة وتهربه من تحقيق الأهداف. ومن هنا يتبلور مما طرح أعلاه مجموعة من التساؤلات التي تحدد أبعاد المشكلة وتحيط بموضوع اختيار هذه الدراسة وتحاول وضع الحلول الناجعة اليها. وهي:

- ما هي أهمية معرفة عدد من الظواهر النفسية والتداخل فيما بينها ومدى تأثيرها على لاعبي كرة اليد.
- هل هنالك علاقة بين موضوعات الدراسة ومدى تأثيرها ببعض وتأثيرها على لاعبي كرة اليد للدوري الممتاز.
- قلة الدراسات التي تناولت موضوع الاحتراق النفسي وربطها بموضوعات كصلابة النفسية وتقدير الذات للاعبي كرة اليد بالدوري الممتاز.
- ما هو دور الاحتراق النفسي على لاعبي كرة اليد ومدى دور الصلابة النفسية وتقدير الذات للاعبين بالدوري الممتاز للحد من ذلك.

ويهدف البحث الى:

1. بناء وتطبيق مقياس أبعاد الاحتراق النفسي لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة للكرة اليد.
2. أعداد وتطبيق مقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة بكرة اليد.
3. وضع مستويات معيارية لمقياس أبعاد الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة اليد.
4. التعرف على مستوى أبعاد الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة اليد.
5. التعرف على العلاقة بين أبعاد مقياس الاحتراق النفسي والصلابة النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة في كرة اليد.

2- إجراءات البحث:

- 1-2 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفيّ بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع عينة البحث بطريقه الحصر الشامل من لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد للموسم (2023-2022) والبالغ عددهم (223) لاعباً يمثلون (15) نادي وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية والبالغ عددهم (190) لاعباً وبنسبه (85.20%) كما مبين في الجدول (1) ولذلك تم تقسيم العينة الى ثلاثة اقسام كالتالي:

أولاً: عينة تجربة الاستطلاعية: (20) لاعباً وشملت عدداً من لاعبي نادي الناصرية ونادي الخليج العربي في البصرة وبنسبة (10.52%) من عينة البحث.

ثانياً: عينة بناء المقياس: وشملت عدداً من لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد والبالغ عددهم (100) لاعباً وبنسبة (52.63%).

ثالثاً: عينة التطبيق: وشملت (70) لاعباً من لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد وبنسبة (36.84%)

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- المصادر العربية والأجنبية.
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت).
- فريق العمل مساعد
- الملاحظة
- المقابلة
- الاستبيان
- استمارة جمع وتفرغ البيانات.
- جهاز تسجيل نوع (genx).
- جهاز حاسوب محمول نوع (dell).
- حاسبة يدوية نوع (kenko).

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 إجراءات بناء مقياس الاحتراق النفسي:

هي مجموعة من الخطوات الأساسية التي يمكن أتباعها عند بناء وتصميم الاختبار أو المقياس وكيفية الربط بين وحدات المقياس لقياس الجوانب الكلية للمهارة أو السمة أو الصفة أو القدرة.

حيث سعى الباحثان إلى بناء وتصميم مقياسي الاحتراق النفسي بما يتلاءم مع الأسس العلمية التي انطلق منها موضوع بحثها.

2-4-1-1 الهدف من بناء مقياس الاحتراق النفسي:

إن الحاجة المبكرة لتحديد الغرض من الاختبار عند العزم على بنائه تنبع من الفرضية القائلة بأن شكل الاختبار وبعض خصائصه تختلف باختلاف الغرض من ذلك الاختبار.

وعلى ذلك ترتب أن تقوم الباحثان بالتعرف على الاحتراق النفسي ومن ثم أعداد مقياس يتصف بالشمولية والدقة في قياس الاحتراق النفسي لدى لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد.

2-4-1-2 تحديد الظاهرة المطلوبة قياسها:

ينبغي تحديد الظاهرة المطلوبة قياسها وان يكون مفهومها وحدودها واضحين تماما

والظاهرة التي يهدف البحث إلى قياسها هي الاحتراق النفسي لدى لاعبي الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد.

2-4-1-3 تحديد مجالات مقياس الاحتراق النفسي :

بعد عرض الاستبانة الاستطلاعية والحصول على المجالات المذكورة آنفا من خلال رأي الخبراء والاطلاع على أدبيات الموضوع التي وضعتها الباحثان ومن خلال عرضها على عدد من الخبراء والمتخصصين في علم النفس الرياضي، والاستعانة بأراء بعض الخبراء ملحق في هذا المجال (اختصاص علم النفس الرياضي والاختبار والقياس بكرة اليد حول مدى صلاحية المحاور و حذف أو تعديل أو إضافة أي محور يعتقدون انه مهم وحيوي في مسألة الاحتراق النفسي ولبيان صلاحية المجالات من عدمها وكما مبين في الجدول (2) حول حصول النسبة المئوية لكل مجال ومن خلال اتفاق رأي الخبراء، اي بواقع (15) خبيراً ومن خلال ذلك تم استبعاد بعض المجالات وكما مبين في الجدول(1) وحسب ما أستخرج من خلال (مربع كاي) تحت مستوى دلالة (0,05) وعند درجة حرية (1) .

جدول (1) يبين صلاحية المحاور المقترحة لمقياس الاحتراق النفسي

ت	المجالات	تصلح	لا تصلح	النسبة المئوية %	قيمة كا ² المحسوبة	مستوى الدلالة *sig	الدلالة
1.	الشعور بالإجهاد الانفعالي	14	1	%93.333	11.267	0.001	معنوي
2.	الاحساس بتبيلد الشعور	13	2	%86.666	8.067	0.005	معنوي
3.	الاساس بنقص الشعور بالإنجاز	15	0	%100	15	0.000	معنوي

* معنوي عند مستوى دلالة $\geq (0.05)$ ودرجه حرية (1).

ومن خلال الجدول اعلاه تم قبول المجالات التالية : -

1 - مجال الشعور بالإجهاد الانفعالي

2 - مجال الاحساس بتبيلد الشعور

3 - مجال الاساس بنقص الشعور بالإنجاز

2-4-1-4 اعداد الفقرات لكل مجال من مجالات المقياس :

ومن اجل بناء المقياس وصياغة فقراته بشكل أولي وجعل ذلك كخطوة أولى من خطوات بناء المقياس اعتمدت الباحثان على ما يأتي:

أولاً: إجراء مقابلات شخصية مع الخبراء والمتخصصين بعلم النفس الرياضي والاختبارات والمقياس للتعرف على آرائهم والحصول على أكبر قدر من المعلومات وأكثرها وضوحاً لتمكن الباحثان من التوصل الى مجموعة من المعلومات المطلوبة التي تخدم البحث.

ثانياً: الاطلاع على مجموعة من الأدبيات والدراسات المشابهة لموضوع البحث وكذلك بعض الدراسات المرتبطة بمكونات المقياس والاستفادة من المفاهيم والمعاني لصياغة الفقرات المناسبة لكل مجال من مجالات مقياس الاحتراق النفسي وقد تمكنت الباحثان من صياغة (51) فقرة وعلى النحو التالي:

اعتمد الباحثان لبناء الصيغة الأولية للمقياسين على المقابلات الشخصية مع الخبراء والمتخصصين في هذا المجال للتعرف على آرائهم والحصول على أكبر قدر ممكن من المعلومات التي تساعد الباحثان في صياغة فقرات المقياسين وكذلك الاطلاع على بعض المقاييس ذات العلاقة القريبة من موضوع البحث في مجال علم النفس والتعرف على طبيعة المواقف التي تتضمنها والطريقة التي تصاغ بها الفقرات، وبعدها قاموا الباحثان بصياغة الفقرات للمقياس وقد حاولت الباحثان إن تراعي سهولة ووضوح مضمونها وعدم اختلاف الأفراد في تفسيرها وقصرها وهكذا فقد بلغ عدد الفقرات بصيغتها الأولية بما يلي:

صيغت (51) فقرة مقترحة تمثل مجالات مقياس الاحتراق النفسي، وقد ضم مجال الشعور بالإجهاد الانفعالي (17) فقرة ومجال الاحساس بتبيلد الشعور (17) فقرة ومجال الاحساس بنقص الشعور بالإنجاز (17) فقرة.

2-4-1-5 عرض فقرات المقياس على الخبراء والمتخصصون:

وبعد أن أعد المقياسين بصيغته الأولى الذين يحتوان على (51) فقره موزعة على ثلاثة مجالات قاموا الباحثان بما يلي:

تم عرض المقياس بصيغته الأولى على مجموعة من الخبراء والمتخصصون من أصحاب الخبرة والاختصاص في مجال العلوم الرياضية وعلم النفس والاختبار والمقياس وذلك من اجل التعرف على مدى صلاحية فقرات المقياسين ومدى مناسبتها لقياس ما وضعت له فضلا عن تقويم وتعديل الفقرات والحكم عليها من حيث الصياغة والدقة في المضمون إذ طلب من كل واحد إبداء ملاحظاته حول بيان مدى صلاحية وسلامة صياغة الفقرات ومضمونها والمجالات الرئيسية وارتباط كل موقف في المجال الذي يتبعه وكذلك واقعية الموقف وتمثيله للصفة التي يقيسها كذلك أبداء رأيهم حول اتجاه الفقرة من حيث كونها إيجابية أو سلبية

2-4-1-6 اختيار سلم التقدير للمقياس

اعتمد الباحثان في صياغته الفقرات على أسلوب (ليكرت) حيث يعد من الأساليب الشائعة في القياس لأن هذه الطريقة تتميز بما يلي

1- سهولة استعمالها.

2- ارتفاع درجة الثبات والصدق للمقياس.

3- تقلل من درجة التخمين وعامل الصدفة.

4- تعد طريقة ليكرت من أفضل الطرق في التنبؤ بالسلوك أو الظاهرة

ويقصد به وضع درجة لاستجابة المفحوص على كل فقرة من فقرات المقاييس ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية باستخدام مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض الذي هو الأداة الذي يكشف بها الفاحص عن الإجابات التي تدل على وجود النتيجة التي تقاس. وبعد اخذ رأي الخبراء أي بواقع (15) خبيراً حدد سلم التقدير الخماسي للمقياسين لأنه يعطي اختيارات متعددة ويقلل من درجة التخمين وهذا يجعل سلم التقدير المستخدم صالحاً لهذه المقاييس. وكذلك اطلع الباحثان على مجموعة من المقاييس وكانت إجابات الخبراء تؤيد المقياسين من السلم المقترح.

جدول (2) يبين أسلوب تصحيح فقرات المقاييس

المقياس	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
الاحترق النفسي	5	4	3	2	1
تقدير الذات	5	4	3	2	1

2-4-2 التجربة الاستطلاعية:

بعد إن أصبح المقياس جاهز للتطبيق قاموا الباحثان بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة أولية من اللاعبين، قاموا الباحثان يوم الخميس الموافق 2022/1/6 وعلى قاعة الشهيد حيدر كامل برهان في محافظة ذي قار باختيار (20) لاعباً من نادي الناصرية ونادي الخليج العربي بكرة اليد وذلك لغرض التأكد من فهم العينة لتعليمات المقياس ومدى وضوحها وفهمهم للفقرات وأسلوب صياغتها بالنسبة للاعب كرة اليد . وللكشف عن الفقرات غير الواضحة من حيث لغتها وصياغتها طلبت الباحثان من العينة قراءة كل فقرة بدقة ووضع علامة

(√) امام الفقرة اذا كانت واضحة وعلامة (×) امام الفقرة اذا كانت غير واضحة .

بعد أن أصبح المقياس جاهز

وقد قاموا الباحثان بأمر عديده وهي:

1- إيضاح طريقة الإجابة لإفراد العينة.

2- إعطاء الفرصة لأفراد العينة للاستفسار .

3- إعطاء الوقت الكافي لأفراد العينة.

ووجد الباحثان أن الفقرات مناسبة، ومتوسط الوقت المستغرق في الإجابة قد تراوح بين (10-15) دقيقة للمقياس وقد كانت جميع الفقرات معنوية وهذا يدل على انه افراد عينه التجربة الاستطلاعية كان لديهم الوعي الكافي لاستيعاب الفقرات حيث اتسمت بالسهولة والوضوح.

2-4-3 التجربة الرئيسية

إن الغرض من إجراء هذه التجربة هو تطبيق مقياس الاحتراق النفسي للاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد بصيغتها النهائية بهدف تحليل الفقرات إحصائياً ومعرفة القوة التمييزية لفقرات المقياس وتحديد الفقرات المميزة والغير مميزة للفترة من 7 / 3 / 2022 إلى 10 / 4 / 2022 ولأجل تحقيق ذلك. تم تطبيق المقياس على عينة البناء وهم لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد والبالغ عددهم (100) لاعب وبعد الانتهاء من عملية توزيع الاستمارات والإجابة عليها تم تدقيق كل استمارة للتأكد من الإجابة عليها وبالشكل المطلوب.

2-4-3-1 القدرة التمييزية (المجموعتان الطرفيتان)

تعد هذه الخطوة من الخطوات المهمة التي في ضوئها يتم التعرف على (القدرة التمييزية) التمييز بين الأفراد الحاصلين على درجات مرتفعة، والأفراد الحاصلين على.

درجات منخفضة في استمارة المقياس ولغرض أيجاد القدرة التمييزية للفقرات بعد الحصول على الإجابات على عينة بناء المقياس قاموا الباحثان بما يأتي:

1- احتساب الدرجة الكلية للمقياس لكل فرد وذلك بجمع درجات الفقرات من خلال بدائل المقياس ولكل فرد من أفراد العينة.

- 2- رتبت الدرجات التي حصلت عليها أفراد العينة تنازليا.
- 3- قسمت الدرجات بنسبة (27%) المجموعة العليا و(27%) من المجموعة الدنيا هي أفضل نسبة نحصل بواسطتها على قدرة تمييز للفقرة تم استخدام قانون (ت) وبدرجة حرية (1) وبعد تطبيق العمليات الإحصائية لاستخراج القوة التمييزية لل فقرات ظهرت النتائج التالية:
- 4- لقد تراوحت الوسط الحسابي القدرة التمييزية لمقياس الاحتراق النفسي بين (1.60- 986.4).
- 5- إن هناك (3) فقرة تم استبعاد من لمقياس الاحتراق النفسي والجدول (3) يوضح القدرة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس.

جدول (3) يبين قيم (T) المحسوبة للدلالة على القدرة التمييزية لفقرات مقياس الاحتراق النفسي

المجال الاول : الشعور بالاجهاد الانفعالي							
قوة الفقرة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	التسلسل
مميزة	0,000	15,40	0,605	3,657	0,480	4,955	1
مميزة	0,000	12,63	0,504	3,754	0,407	4,763	2
مميزة	0,000	13,91	0,602	1,022	0,654	4,549	3
مميزة	0,000	12,64	0,672	2,534	0,496	4,373	4
مميزة	0,000	15,24	0,553	1,781	0,458	4,712	5
مميزة	0,000	16,94	0,393	3,815	0,435	4,455	6
مميزة	0,000	17,18	0,542	3,344	0,546	4,101	7
مميزة	0,000	20,55	0,553	2,622	0,296	4,905	8
مميزة	0,000	15,40	0,605	3,657	0,480	4,955	9
مميزة	0,000	7,01900	0,98027	2,26667	0,91228	3,96774	10
مميزة	0,000	5,45400	0,98027	2,26667	1,12451	3,74194	11
مميزة	0,000	8,41200	1,01483	1,93333	0,96386	4,06452	12
غير مميزة	0,071	1,123	0,6538	2,452	0,7532	2,542	13
مميزة	0,000	7,49400	0,99655	2,20000	0,91228	4,03226	14
مميزة	0,000	7,57900	0,95893	2,33333	0,99028	4,22581	15

المجال الثاني : الاحساس بتبلد الشعور							
قوة الفقرة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	التسلسل
مميزة	0,000	5,123	0,6538	2,452	0,7532	3,542	1
مميزة	0,000	13,246	0,67466	1,6	0,95827	4,4194	2
مميزة	0,000	12,002	0,72793	1,7667	0,80589	4,129	3
مميزة	0,000	11,457	0,69893	1,8333	0,79515	4,0323	4
غير مميزة	0,057	1,488	0,7184	2,6333	0,87252	2,9935	5
مميزة	0,000	19,92	0,476	2,314	0,549	4,986	6
مميزة	0,000	20,55	0,553	2,622	0,296	4,905	7
مميزة	0,000	16,84	0,534	2,683	0,435	4,753	8
غير مميزة	0,081	1,243	0,76534	2,3213	0,85437	2,432	9
مميزة	0,000	27,01	0,292	2,901	0,293	4,907	10
مميزة	0,000	20,55	0,553	2,622	0,296	4,905	11
مميزة	0,000	16,94	0,393	3,815	0,435	4,455	12
مميزة	0,000	16,84	0,534	2,683	0,435	4,753	13
مميزة	0,000	14,66	0,613	3,402	0,404	4,004	14
مميزة	0,000	19,746	0,548	1,841	0,742	3,331	15

المجال الثالث : الاحساس بنقص الشعور بالانجاز							
قوة الفقرة	مستوى الدلالة	قيمة t المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	التسلسل
مميزة	0,000	18,723	0,539	1,845	0,812	4,242	2
مميزة	0,000	19,437	0,425	2,031	0,813	4,250	3
مميزة	0,000	19,149	0,427	1,926	0,814	4,342	4
مميزة	0,000	19,647	0,631	1,837	0,743	3,438	1
مميزة	0,000	14,362	0,445	2,101	0,81	4,521	5
مميزة	0,000	13,457	0,347	2,200	0,91	3,930	6
مميزة	0,000	15,350	0,563	1,368	0,76	4,025	7
مميزة	0,000	15,371	0,668	1,261	0,93	4,029	8
مميزة	0,000	14,438	0,245	2,301	0,90	4,440	9
مميزة	0,000	19,520	0,438	2,207	0,81	4,462	10
مميزة	0,000	13,788	0,538	2,407	0,85	4,059	11
مميزة	0,000	16,162	0,547	1,823	0,483	4,075	12
مميزة	0,000	12,858	0,557	1,843	0,397	3,381	13
مميزة	0,000	19,251	0,323	2,403	0,478	4,235	14
مميزة	0,000	19,050	0,436	1,392	0,465	4,401	15

- فقد استبعدت الفقرات الغير مميزة وكان عددها (3) فقرة في المجال الاول استبعدت الفقرة (13)، وفي المجال الثاني استبعدت الفقرات (5، 9).

2-4-3-2 معامل الاتساق الداخلي: -

إن القدرة التمييزية للفقرات لا تحدد مدى تجانسها في قياس الظاهرة الموضوعية لقياسها إذ يجوز إن تكون هناك فقرات متقاربة في قوتها التمييزية لكنها تقيس أبعاداً مختلفة، إذ تفترض هذه الطريقة إن الدرجة الكلية تعد معياراً لصدق المقياس فيتم حذف الفقرة عندما تكون درجة ارتباطها بالدرجة الكلية واطئة على أساس إن "الفقرات لا تقيس الظاهرة التي يقيسها المقياس وإن استخدام طريقة الاتساق الداخلي تميز المقياس بمميزات مهمة" هي.

1. إجراء الاتساق الداخلي يعد أحد أوجه صدق البناء

2. إجراء الاتساق الداخلي هو استخراج لثبات الفقرات

3. انها تجعل المقياس متجانساً في قدرته إذ تقيس كل فقرة البعد نفسه الذي يقيسه المقياس بأكمله.

وقد تم استخراج قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجة كل فقره درجاتهم على المقياس ككل بواسطة الحقيبة الإحصائية (SPSS) وبعد إتمام التحليل الإحصائي لمقياس الاحتراق النفسي فقد تم استبعاد (3) فقرات لمقياس الاحتراق النفسي لعدم وجود ارتباط مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (0.233) وبدرجة حرية (1). والجدول (4) يبين ذلك.

جدول (4) يبين قيم معامل الاتساق الداخلي لمقياس الاحتراق النفسي

الفقرات					الفقرات				
الدلالة الإحصائية	Sig	معامل الارتباط	رقم الفقرة	ت	الدلالة الإحصائية	Sig	معامل الارتباط	رقم الفقرة	ت
معنوي	0.000	0.821	2	22	معنوي	0.000	0.822	1	1
معنوي	0.000	0.812	4	23	معنوي	0.000	0.738	3	2
معنوي	0.000	0.882	6	24	معنوي	0.000	0.851	5	3
معنوي	0.000	0.875	8	25	معنوي	0.000	0.927	7	4
معنوي	0.000	0.765	10	26	معنوي	0.000	0.821	9	5
معنوي	0.000	0.751	12	27	معنوي	0.000	0.786	11	6
معنوي	0.000	0.765	14	28	معنوي	0.000	0.765	13	7
معنوي	0.000	0.923	16	29	معنوي	0.000	0.943	15	8
معنوي	0.000	0.869	18	30	معنوي	0.000	0.915	17	9
معنوي	0.000	0.765	20	31	معنوي	0.000	0.936	19	10
معنوي	0.000	0.872	22	32	معنوي	0.000	0.874	21	11
معنوي	0.000	0.882	24	33	معنوي	0.000	0.937	23	12
معنوي	0.000	0.789	26	34	معنوي	0.000	0.876	25	13

معنوي	0.000	0.853	28	35	معنوي	0.000	0.846	27	14
معنوي	0.000	0.878	30	36	معنوي	0.000	0.671	29	15
معنوي	0.000	0.910	32	37	معنوي	0.000	0.763	31	16
معنوي	0.000	0.725	34	38	معنوي	0.000	0.625	33	17
معنوي	0.000	0.869	36	39	معنوي	0.000	0.769	35	18
معنوي	0.000	0.678	38	40	معنوي	0.000	0.578	37	19
معنوي	0.000	0.582	40	41	معنوي	0.000	0.654	39	20
معنوي	0.000	0.985	42	42	معنوي	0.000	0.619	41	21

2-5 الاسس العلمية للمقياس:

إنَّ التحليل المنطقي لفقرت المقياس قد لا يكشف عن صدقها بشكل صحيح ودقيق، لكونه يعتمد على الفحص الظاهري للفقرات، ولغرض الكشف عن الصدق والثبات اللذين يعدان من أهم الخصائص القياسية للمقياس، قاموا الباحثان بإخضاع الاستمارات إلى التحليل الإحصائي، وكما يشير (زكريا محمد وآخرون).

2-5-1 الصدق:

ان صدق المعلومات المتضمنة في المقياس يعني إمكانية تلك الأداة على قياس الصفة أو الهدف الذي صممت من اجله والصدق هو "ان يقيس الاختبار القدرة او السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه، أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه. وكلما زادت طرائق جمع الأدلة زادت الثقة في استخدامه وقد حصلت الباحثان على مؤشرات الصدق الاتية:

2-5-2 ثبات المقياس:

يعدّ حساب الثبات من خصائص المقياس الجيد لأنه يؤشر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه بدرجة مقبولة من الدقة، ويشير ثبات الاختبار إلى (دقة المقياس في الملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه واطراده فيما يزودنا به من معلومات على سلوك الفرد)، وللتحقق من ثبات المقياس استخدمت الباحثان طريقة هي التجزئة النصفية.

جدول (5) يبين معامل الارتباط بين درجة كل بعد من أبعاد مقياس الاحتراق النفسي والدرجة الكلية للمقياس

ت	المجال	قيمة (ر) المحتسبة	Sig
1	الشعور بالإجهاد الانفعالي	0.693	0.000
2	الاحساس بتبلد الشعور	0.738	0.000
3	الاحساس بنقص الشعور بالإنجاز	0.583	0.000

2-6 المؤشرات الاحصائية لعينة البناء:

للتعرف على مدى قرب او بعد إجابات العينة عن التوزيع الطبيعي قاموا الباحثان بحساب معامل الالتواء للمقياس وكانت النتائج كما في الجدول (6).

جدول (6) يبين بعض المؤشرات الاحصائية لعينة البناء على المقياس

المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	خطا معياري	معامل الالتواء
الاحتراق النفسي	219.250	64.015	0.26	0.781

حيث بلغت قيمة معامل الالتواء لمقياس الاحتراق النفسي (0.781) وهي قيمة موجبة وهذا يدل على إن المنحنى الطبيعي يتجه نحو اليمين وان القيمة التي وصلت إليها الباحثان هي قيمة قليلة تدل على أن العينة توزعت بطريقة تكاد تكون قريبة من التوزيع الطبيعي لان معامل التوزيع النموذجي يساوي صفر ويتسطح كلما اقتربت قيمته من رقم (3).

2 - 7 الدرجات المعيارية للمقياس:

إن استخراج الدرجات المعيارية يعد خطوة مهمة من خطوات تقنين المقياس وذلك على اعتبار أن الدرجات الخام التي يحصل عليها المختبر لا تعتمد في المقارنة مع غيره من المختبرين إلا بعد تحويلها إلى درجات معيارية، وهي التي تخبرنا عن كيفية أداء الآخرين في الاختبار نفسه. ويُعرف (Scott) المعايير على أنها "جداول تستعمل لتفسير درجات الاختبار إذ يكون بالإمكان استعمال تلك المعايير لتدلنا على مستوى المختبرين. بعد ان قاموا الباحثان بجمع البيانات التي تخص عينة البناء من لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد وحصول الباحثان على الدرجات الخام وهي درجات بلا دلالة وتعبر عن النتيجة الأولية للمقياسين لذلك يجب تحويلها إلى درجات معيارية والتي تمثل الطريقة لتحديد هذه الدرجات الخام ومن خلال ذلك يمكن تفسير الدرجات لذلك قاموا الباحثان بمعالجة نتائج المقياسين إحصائياً من خلال استخدام الوسط الحسابي والانحراف

المعياري والدرجة الزائفة والدرجة التائفة حيث يوضح الدرجات المعيارية لمقياس الاحتراق النفسي للاعبين اندية الدوري العراقي الممتاز لكرة اليد وكذلك يوضح الدرجات المعيارية لمجالات المقياسين .

2 - 8 المستويات المعيارية للمقياس:

ان المستويات هي عبارة عن معايير قياسية تمثل الهدف او الغرض المطلوب تحقيقه بالنسبة الى اية صفة او خاصية لأنها تضمنت درجات تبين المستويات الضرورية لهذا يتم اعداد المستويات على افراد من ذوي المستويات المثالية. ولتحديد هذه المستويات استعمل الباحثان منحى التوزيع الطبيعي (كاوس) ويعد من أكثر التوزيعات شيوعاً في مجال التربية الرياضية لأن الكثير من الصفات والخصائص التي تقال في هذا الجانب يقترب توزيعها من المنحى الطبيعي (ومن خصائص التوزيع الطبيعي للمستويات قاموا الباحثان باختيار (5) مستويات لمقياس الاحتراق النفسي والدرجات المعيارية تكون من (12) درجة معيارية، كما مبين في الجدول (7).

جدول (7) بين الدرجات المعيارية المعدلة والدرجات الخام ومستويات مقياس الاحتراق النفسي

المستويات	الدرجة المعيارية	الدرجة المعيارية المعدلة	الدرجة الخام	العدد	النسبة المئوية
عالي جدا	1,8+_3+	68-80	177-210	20	%20
عالي	0,6+_1,8+	56-68	143-176	44	%44
متوسط	0,6-_0,6+	44-56	110-142	16	%16
منخفض	8,1-_0,6-	32-44	76-109	14	%14
منخفض جدا	3-_1,8-	20-32	42-75	6	%6

2 - 9 التطبيق النهائي للمقياسين:

بعد استكمال كل متطلبات وإجراءات تصميم المقياس أصبح المقياس جاهز للتطبيق ومقياس الاحتراق النفسي مكوناً من (42) فقرة موزعة على ثلاثة مجالات حيث ضم المجال الأول الشعور بالإجهاد الانفعالي (14) فقرة ومجال الاحساس بتبدل الشعور (13) فقرة ومجال الاحساس بنقص الشعور بالإنجاز (15) فقرة ، حيث قاموا الباحثان بتطبيق المقياسين بصورته النهائية على عينة التطبيق البالغ عددها (70) لاعب من لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز لكرة اليد بتاريخ من (14 / 1 / 2022 الى 22 / 1 / 2022) وقد تم استرداد (70) استمارة استبيان وبعد تحليل استجابات عينة البحث تم جمع البيانات في استمارة خاصة ، إذ أصبح لكل لاعب درجة خاصة به.

2-10 إجراءات إعداد مقياس الصلابة النفسية:

2-10-1 تحديد الهدف من اعداد المقياس:

إن الخطوة الأولى لإعداد أي مقياس هو تحديد الهدف من المقياس تحديداً واضحاً وما هو الاستعمال المنشود لهذا المقياس.

2-10-2 اختيار مقياس الصلابة النفسية:

بعد الاطلاع على الدراسات المماثلة ذات العلاقة بالبحث الحالي وفي المجالات التربوية تم اختيار مقياس الصلابة النفسية

2-10-3 إعداد فقرات مقياس الصلابة النفسية:

يتكون المقياس من عدد من الفقرات، ونوع الفقرة يتحدد تبعاً لاعتبارات عدة أهمها:

1- الوظيفة أو الوظائف التي يقيسها الاختبار..

2- الغرض من الاختبار.

3- نوع العينة المراد قياسها.

4- حدود الوقت والتكاليف.

5- صدق الفقرات وثباتها.

6- الاجراءات التي تتبع في تصميم المقياس.

-مفتاح التصحيح للمقياس:

الجدول (8) يبين مفتاح تصحيح أداة البحث

الدرجات	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
الأوزان	5	4	3	2	1

2-10-4 وضع تعليمات الإجابة على مقياس الصلابة النفسية:

أعدت الباحثان تعليمات خاصة للإجابة على فقرات المقياس، وروعي في إعداد هذه التعليمات أن تكون واضحة وسهلة الفهم، وأشارت الباحثان في التعليمات إلى الآتي:

1- ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، إنما المهم هو صدق إجابتك مع نفسك.

2 - ضرورة الاجابة بصراحة وبدقة عالية على كل العبارات.

3 - أن ما سنحصل عليه من معلومات سيكون لغرض البحث العلمي فقط.

4- ضع علامة (✓) في الحقل الذي يتناسب مع حالتك أو اتجاهك الحقيقي نحو الموقف كما في المثال.

2-10-5 إجراءات تجربة مقياس الصلابة النفسية:

بعد الانتهاء من إعداد فقرات المقياس، تأتي الخطوة الرئيسية وهي تجربته، وتتكون من:

2-10-5-1 التجربة الاستطلاعية لمقياس الصلابة النفسية:

يمكن أن لا تكون فقرات المقياس واضحة للمختبرين مثلما هي واضحة لدى الباحثان لذا أجري الباحثان تجربة استطلاعية على مجموعة من المدربين ليتعرف عن طريقها على الآتي:

1- التعرف على ظروف تطبيق المقياس وما يرافقه من صعوبات.

2- الوقت المستغرق لتسليم الاستمارات واستلامها.

3- التأكد من وضوح التعليمات للمفحوصين.

4- معرفة مدى استيعاب المستجيبين لفقرات المقياس.

5- التعرف على كفاية فريق العمل المساعد.

وبناءً على ذلك أجرى الباحثان تجربته الاستطلاعية يومي الأحد والاثنين الموافق 2-10/3/2022 الساعة الثانية والنصف مساءً على عينة مكونة من (10) وحددت الباحثان في هذه التجربة الزمن المستغرق لأداء الاختبار الذي أحتسب عن طريق تسجيل زمن أول مختبر أنهى الإجابة، وكان (10) دقيقة، وزمن آخر مختبر أنهى الإجابة وكان (13) دقيقة، وعن طريق حساب متوسط زمن الإجابة والتوصل إلى زمن الاختبار وهو (11.5) دقيقة، وبذلك أصبح المقياس بتعليماته وفقراته الـ(23) جاهزاً للتطبيق على عينة إعداد المقياس

2-10-5-2 التجربة الرئيسية لمقياس الصلابة النفسية على عينة الاعداد:

لغرض التحقق من أهداف البحث وفروضه طبق المقياس بفقراته الـ(23) فقرة على عينة الإعداد والبالغ عددهم (100)، وأكدت الباحثان ضرورة قراءة التعليمات والفقرات بدقة والإجابة بصدق وأمانة عن جميع فقرات المقياس وجرى ذلك في المدة من يوم الأثنين الموافق 2022/1/24 إلى يوم الأحد الموافق 2022/2/13. إذ وزع الباحثان المقياس على أفراد عينة الإعداد للإجابة عن فقراته على وفق خطة عمل وضعتها الباحثان مع أفراد فريق العمل المساعد، متبعاً الخطوات الآتية:

1- شرح مفردات المقياس وتعليماته من قبل الباحثان إلى فريق العمل المساعد.

2- شرح مفردات وتعليمات المقياس للمدربين (عينة الإعداد) من قبل الباحثان وأفراد فريق العمل المساعد.

3- عدم التدخل من قبل الباحثان أو أفراد فريق العمل المساعد بإجابات أفراد العينة.

4- إهمال الإجابات التي لم تستوف شروط المقياس الموضوعية وتعليماته.

2-10-6 الخصائص السيكومترية لمقياس الصلابة النفسية:

لابد لكل مقياس من توفر شروط أساسية فيه تضمن امتيازه بالصدق والثبات حيث لابد للباحث من أن يعتمد على الأسس العلمية للمقياس لضمان سلامة المقياس، والخطوات التالية توضح ذلك:

2-10-6-1 صدق المقياس (الصلابة النفسية):

والصدق هو أن يقيس الاختبار القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه، أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه، وحرصت الباحثان على تحقيق صدق الاختبار، وذلك بالاعتماد على نوعين من الصدق وهما:

2-10-6-2 ثبات المقياس (الصلابة النفسية):

ويقصد بثبات الاختبار أو المقياس مدى الدقة أو الاتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار أو المقياس الظاهرة التي وضع من أجلها، والثبات يعزى إلى إتساق القياس، أي إنه "يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متشابهة" ومن أجل التحقق من ثبات المقياس إتمدت الباحثان على ما يلي :

2-10-6-3 الموضوعية:

وتعد الموضوعية من العوامل المهمة التي يجب أن تتوافر في الاختبار الجيد علماً أن البحوث التي تتوفر فيها بدائل متعددة تتسم بموضوعية جيدة لإمكانية المحكمين على الاتفاق على النتائج إتفاقاً كاملاً ، والموضوعية هنا متحققة بثبات عملية التصحيح وفقاً للبدائل الخاصة بالمقياس، ولن يكون أي تدخل للمحكمين في تصحيح الاجابات .

2-10-7 اختبار الصلابة النفسية بصيغته النهائية:

بعد إتمام إجراءات إعداد الاختبار بصورته النهائية من خلال عمليات التحليل الاحصائي التي أجراها الباحثان لفقرات الاختبار والتأكد من صدق الاختبار فضلاً عن ثباته أصبح الاختبار بصيغته النهائية وكما مؤلف سابقاً من (23) فقرة أعلى درجة هي (150) وأقل درجة هي (30) درجة .

2_ 11 الوسائل الإحصائية

وقد استعمل الباحثان نظام (SPSS) للمعلومات الإحصائية وبرنامج اكسل.

النسبة المئوية.

مربع كاي.

اختبارات للعينات المستقلة.

معامل الارتباط البسيط (بيرسون).

معادلة سبيرمان براون.

الانحراف المعياري.

معامل ألفا كرو نباخ.

الدرجة المعيارية الزائفة والتائفة .

الوسط الحسابي.

الوسيط.

معامل الالتواء.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

3-1 عرض وتحليل نتائج مقياس الاحتراق النفسي:

جدول (9) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة التطبيق لمقياس الاحتراق النفسي

المستوى	العينة	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	المقياس
متوسط	70	21.73	126	139,54	الاحتراق النفسي

من خلال الجدول (9) يتبين ان الوسط الحسابي لمقياس الاحتراق النفسي 139.54 والوسط الفرضي 126

وكان الانحراف المعياري 21.73.

جدول (10) يبين المستويات المعيارية والتكرار والنسب المئوية لعينة التطبيق لمقياس الاحتراق النفسي

المستويات	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام	التكرار	النسبة المئوية
عالي جداً	68-80	177-210	10	14.28%
عالي	56-68	143-176	12	17.14%
متوسط	44-56	110-142	42	60%
منخفض	32-44	76-109	4	5.71%
منخفض جداً	20-32	42-75	2	2.85%

من خلال الجدول (10) يبين مستويات مقياس الاحتراق النفسي لدى افراد عينة التطبيق حيث بلغ مستوى عالي جدا وكان عددهم 10 بنسبة مئوية 14.28 ومستوى عالي كان عددهم 12 بنسبة مئوية 17.14 ومستوى متوسط عددهم 42 بنسبة مئوية 60 ومستوى منخفض كان عددهم 4 بنسبة مئوية 5.71 ومستوى منخفض جدا عددهم 2 بنسبة مئوية 2.85. وعند العودة للجدول (10) ومقارنة ما حققته عينة التطبيق بالمستويات المعيارية نجد معظم أفراد العينة يقع ضمن المستوى (متوسط) لمقياس الاحتراق النفسي، بينما توزع بقية أفراد عينة البحث على المستويات (عالي جداً) و (عالي) و (منخفض) و (منخفض جداً).

3-2 عرض وتحليل نتائج مقياس الصلابة النفسية:

جدول (11) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة التطبيق في قياس الصلابة النفسية

المقياس	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري
الصلابة النفسية	78,41	69	11.34

من خلال الجدول (11) يتبين ان الوسط الحسابي لمقياس الصلابة النفسية 78.41 والوسط الفرضي 69 وكان الانحراف المعياري 11.34.

3-4 عرض وتحليل نتائج العلاقة بين الاحتراق النفسي والصلابة النفسية:

جدول (12) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الارتباط بين الاحتراق النفسي والصلابة النفسية

المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	Sig
الاحتراق النفسي	139,54	21.73	0,863	0.000
الصلابة النفسية	78,41	11.34		

من خلال الجدول (12) يتبين ان معامل الارتباط بين مقياسي الاحتراق النفسي والصلابة النفسية 0.863 وقيمة sig 0.000.

وتعزو الباحثان تمركز إجابات أغلب افراد عينة البحث (التطبيق) بالمستوى متوسط بمتغير الاحتراق النفسي يعود إلى مجموعة التأثيرات الداخلية والخارجية التي تواجه لاعبي كرة اليد والتي تؤثر على كيانهم النفسي وتخل بتوازنهم مما يسبب صعوبة التكيف سواء على الصعيدين النفسي الوظيفي والمهاري ويعود السبب في ذلك ومن خلال ما استحصلت الباحثان من إجابات عينة التطبيق أن الاحتراق النفسي يرتبط بموضوعات الضغوط التي تشكل خط شروع لدخول اللاعبين في الاحتراق وبالتالي تلعب الضغوط النفسية أثرا بالغ في ذلك من خلال ما يضعه اللاعب من أهداف لنفسه أو ما يرسم اليه من خلال من يحيطون به سواء المقربين أو الكادر الفني والإداري للفريق وبالتالي سيودي ذلك الى احتراق يؤثر سلبا على حياة ومستوى الرياضي وتحد من فاعليته المهارية والذاتية ويقل تقديره للذات. ويتفق مع رأي الباحثان (salima hamouda، 2017) (ويؤثر الاحتراق بالمستوى الفني والنفسي للأفراد بفعل الشعور أحيانا بنقص الذات الداخلي التي قد يمر بها اللاعبون نتيجة للضغوط الواقعة على كاهلهم فربما اكثر مجالات العمل أثارة ومسببه للاحتراق لدى اللاعبين هي الضغوط النفسية وجوانب ذاتية وجدانية وأهداف شخصية وأخرى خارجية تمتاز بالديمومة والاستمرار من حيث المطلوب والتحقيق لدى اللاعبين كونها تحدث بفعل التناذر النفسي نتيجة تلبد المشاعر ونقص الشعور لدى اللاعبين بالحصول على الإنجاز الشخصي من خلال عدم الإحساس بعدم الرضا عن أنجازه في المجال الرياضي خلال المباريات أو من خلال ما يضعه لنفسه من أهداف لا يستطيع الوصول إليها) ومما سبق لطرح الباحثان ومن خلال إجابات عينة التطبيق وتمركزهم أغلبهم ضمن المستوى المتوسط يعود الى إن أغلب اللاعبين ضمن الدوري الممتاز ونتيجة لكم الضغوط والتنافس التي تواجههم فهم يقومون بتوسيع وتنوع رقعة المهام والاهداف والتقييمات التي يؤدونها من خلال العديد من المباريات التي يسعون من خلالها إلى تطوير أنفسهم وتحقيق الاهداف التي يصبون إليها بما قد لا يلائم أحيانا الامكانيات المهارية والنفسية وكم الاهداف التي رسمت اليهم سواء من قبلهم أو من قبل الجهاز الفني أو لتراكم المشكلات الشخصية أو السرية التي تحيط بهم. ويتفق مع طرح الباحثان (محسن علي موسى وآخرون، 2009) (يعاني اللاعبون العديد من الأسباب المتمثلة بتراكم بعض المشكلات المختلفة (السرية أو الشخصية أو العامة) والشد المستمر والضغط المتواصل على الصعيد البدني والمهاري والانفعالي لدى لاعبي كرة اليد للدوري العراقي الممتاز فعدم قدرة المدربين أحيانا على معالجتها من نتيجة لعدم وضع أهداف ملائمة لكل لاعب أحيانا وإحساس اللاعبون بعدم قدرتهم على تحقيق المزيد من الانتصارات أو تحقيق الأهداف من خلال ما تقدم من تفسير لنتائج اجابات العينة ترى الباحثان أن تنوع مستويات اللاعبين في قياس هذه الظاهرة يعود الى الفوارق الفردية وهذا ما جعل جل افراد عينة التطبيق ضمن المستوى المتوسط لتقاربهم في المشكلات المؤدية الى حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي وبمختلف الابعاد وعلى جميع الاصعدة حيث يعود هذا تنوع الى اختلاف اللاعبين بالجوانب البدنية والنفسية والادارية والاجتماعية وترى الباحثان أن شخصية المدرب وقيمة الانجاز الرياضي لها دورا بالغ في ذلك ولا نتغافل عن دور الاصابات الرياضية المتكررة نتيجة للاحتكاك الذي تتمتع به هذه اللعبة وضغوط أخرى تقع على عاتق اللاعبين

كضغوط المجال الرياضي ومن هذا العرض الذي تضعه الباحثان كتفسير لنتائج للأداة القياس يتفق مع ما تطرحه الباحثان من آراء تعزز النتائج (أميرة حنا مرقس ، 2001) حيث تذكر من أسباب حدوث الاحتراق النفسي لدى معظم اللاعبين وضمن المستوى المتوسط كونهم بحاجة الى التقويم المستمر والتحفيز والمتابعة كون الاصابات والضغوطات العامة وما ذكرته الباحثان بحاجة الى حث اللاعبين على تقويم وتحفيز اللاعبين .ومن مراجعة الجدول (30) ، يتبين إن الصلابة النفسية لدى لاعبي كرة اليد في الدوري الممتاز . ترتبط بعلاقة معنوية بالاتجاه الإيجابي بنتائج المنافسات، وهذا يعني كلما كان مستوى الصلابة النفسية عالياً كلما زاد ذلك من فرصة تحقيق الإنجاز وهي بذلك تساهم في تحقيق أفضل الإنجازات. ويعزو الباحثان ظهور هذه النتيجة إلى أهمية الصلابة النفسية في تقوية حماس اللاعبين و رفع الثقة بالنفس في التحكم بالانفعالات و السلوكيات و التحدي للمواقف الصعبة فضلاً عن الالتزام بالخلق و القيم الرياضية و عدم الاستسلام بسهولة مما يرفع لديهم بذل أقصى الجهود للفوز لتحقيق الذات بروح المنافسة الشريفة التي تركز على الواجب المطلوب. كما ترى الباحثان أن كل من رفع مستوى تقدير الذات و النجاح و تجنب الفشل و كذلك الصلابة النفسية لتحقيق الإنجاز الرياضي ترتبط بعلاقة معنوية مع نتائج المنافسات و بالاتجاه الإيجابي و ذلك يدل على أنه كلما زادت الصلابة النفسية كلما زادت من فرصة المساهمة في تحقيق الفوز، (2) ثائر احمد غباري، خالد محمد أبو شعيرة ؛ سيكولوجيا الشخصية : عمان ، مكتبة المجتمع العربي ، 2010 ، ص 89 .إن الصلابة النفسية لدى لاعبي كرة اليد ترتبط بعلاقة معنوية بالاتجاه الإيجابي بنتائج المنافسات، و هذا يعني كلما كان مستوى الصلابة النفسية عالياً كلما زاد ذلك من فرصة تحقيق الفوز وهي بذلك تساهم في تحقيق أفضل الإنجازات ، و تعزو الباحثان ظهور هذه النتيجة إلى أهمية الصلابة النفسية في تقوية حماس اللاعبين و رفع الثقة بالنفس في التحكم بالانفعالات و السلوكيات و التحدي للمواقف الصعبة فضلاً عن الالتزام بالخلق و القيم الرياضية و عدم الاستسلام بسهولة مما يرفع لديهم بذل أقصى الجهود للفوز لتحقيق الذات بروح المنافسة الشريفة التي تركز على الواجب المطلوب. وتؤكد الشربيني (2005م) نقلا عن برنارد واخرون ان هناك علاقة طردية بين الصلابة النفسية و القدرة على الإنجاز و الحالة الصحية الجيدة.

كما تؤكد كوبازا إلى أن الصلابة النفسية مركب تتكون من ثلاث أبعاد و لا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة لتمدنا بالشجاعة و الدافعية لتحويل الضغوط لأمر أكثر إيجابية. وكذلك يؤكد بروكس Brooks (2005م) إلى أن الفرد الذي يتميز بالصلابة النفسية يكون قادر على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية والتحديات و القدرة على التعامل مع الاحباط و الأخطاء و الصدمات النفسية.

4 - الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

- 1- ان مقياس الاحتراق النفسي مناسب لقياس ابعاد الاحتراق النفسي لدى لاعبين الدرجة الممتازة بكرة اليد
 - 2- تراوحت استجابة افراد العينة بين المستوى المتوسط وعالي بين المقياسين الاحتراق النفسي
 - 3- ان مقياس الاحتراق النفسي الذي صممه الباحثان قادر على كشف عن الاحتراق النفسي لدى لاعبين الدرجة الممتازة بكرة اليد
 - 4- اظهرت النتائج ان مستوى الاحتراق النفسي نسبته كبيرة لدى لاعبين الدرجة الممتازة بكرة اليد
 - 5- اظهرت ان هنالك علاقة بين الاحتراق النفسي والصلابة النفسية.
- 4-2 التوصيات:
- 1- امكانية اعتماد المقياسين المصممين للكشف عن الاحتراق النفسي لدى لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد.
 - 2- اعتماد مقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي اندية الدوري العراقي الممتاز بكرة اليد.
 - 3- اجراء دراسات مشابهه على عينات لمستويات رياضية اخرى (ناشئين - شباب) وغيرها.
 - 4- اجراء دراسات مشابهه على عينة من لاعبات بكرة اليد.
 - 5- تقديم محاضرات وندوات نوعية للاعبين والمدربين لتقوية الصلابة النفسية.

المصادر

- احمد سليمان عودة: القياس والتقويم في العملية التدريبية، ط2 ، عمان ، دار الأمل ، 1993م
- اميرة حنا مرقس: بناء وتقنين مقياس الاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، أطروحة دكتوراه، 2011
- بلوم بنيامين (وآخرون) : تقييم الطالب التجميعي والتكويني، ترجمة محمد أمين المفتي (وآخرون) : القاهرة ، مطابع المكتب المصري الحديث ، 1983
- حيدر عبد الرضا الخفاجي: الدليل التطبيقي في كتابة البحوث النفسية والتربوية ، ط1 ، النجف الاشرف ، مكتبة الكلمة الطيبة ، 2014
- خير الدين علي عويس وعصام الهلالي : الاجتماع الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997
- زكريا محمد الظاهر و(آخرون) ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط1 : (عمان ، دار العلمية للنشر والتوزيع ، 2002م)
- سلمية حمود و طاوس وازي: الاحتراق النفسي وتقدير الذات ، دراسة ميدانية على عينة من الاخصائيين النفسيين بمدينة ورقلة ، الجزائر ، Arab journal of physical ، العدد الرابع ، المجلد ، 2017
- شاكر مبرر جاسم : نظم التوجيه المهني والإرشاد التربوي المقارن، مطابع التعليم العالي، جامعة البصرة، 1990
- صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبادئ القياس والتقويم التربوي ، بغداد ، مكتب أحمد الدباغ للطباعة والاستنساخ ، 2001 .
- عامر سعيد الخيكانى وأيمن هاني الجبوري : الاستخدامات العملية للاختبارات والمقاييس النفسية الرياضية ، النجف الاشرف ، دار الضياء للطباعة ، 2016
- عبد الجليل إبراهيم (وآخرون): الاختبارات والمقاييس النفسية، جامعة الموصل، دار الكتب للطباعة النشر، 1980، ص46.
- عبد الجليل ابراهيم الزريعي و(آخرون): علم النفس التربوي. ط2، مطبعة وزارة التربية، بغداد: 1987
- عبد الرحمن عيسوي : القياس والتجريب في علم النفس والتربية ، الإسكندرية ، دار المعارف الجامعية ، 1971،
- عبد الرحمن عيسوي: القياس والتجريب في علم النفس التربوي ، دار النهضة العربية ، بيروت ، 1974
- علي سموم الفرطوسي واخرون : القياس والاختبار والتقويم في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة المهيمن ، 2015
- فايز جمعة النجار وآخرون : أساليب البحث العلمي- منظور تطبيقي ، ط2 ، عمان ، دار الحامد ، 2010
- فؤاد أبو حطب و(آخرون) : التقويم النفسي ، ط3 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1987 م
- كمال عبد الحميد اسماعيل ومحمد نصر الدين رضوان : مقدمة التقويم في التربية الرياضية ، ط1، القاهرة ، دار الفكر العربي، 1994
- لويس كامل وآخرون: الشخصية وقياسها، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، 1959

- محسن علي السعداوي وسلمان الحاج عكاب الجنابي: أدوات البحث العلمي في التربية الرياضية، ط1 ، عمان ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2013 .
- محسن علي موسى (وآخرون): دراسة مستوى الاحتراق النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى لاعبي كرة القدم، العدد الأول، مجلة ميسان لعلوم التربية البدنية، 2009.
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2002،
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000،
- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000
- محمد عبد السلام: القياس النفسي والتربوي، ط2، القاهرة، مكتبة النهضة العربية، 1981
- محمد عبد السلام احمد: القياس النفسي والتربوي، القاهرة مكتبة النهضة العربية، 1980
- محمد نصر الدين رضوان: المدخل الى القياس في التربيه البدنيه الرياضييه، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 2006،.
- مصطفى حسين باهي وآخرون: البحث العلمي في المجال الرياضي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية 201 ، 3
- هانم الشربيني: الاتجاه نحو الغش الدراسي وعلاقته بالصلاية النفسية والشعور بالذنب لدى عينة من طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، العدد59 ، جامعة المنصورة، 2005،
- Isaac .And Michal ,W .Hand book in Research and Evaluation ,2nd .ed .eats publishers in psychology and education ,4th .ed New York ;mc craw –Hill book company .1981 .