

تقنين مقياس الحواجز النفسية ومدى تحققها لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين

لبض (الألعاب الفردية)

م.م. لهيب احمد شاكر، أ.م.د. بشار غالب البياتي

العراق. مديرية تربية ديالى، جامعة ديالى. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Laheeb Ahmed_52@yahoo.com

الملخص

أن أهمية دراسة الحواجز النفسية التي تعيق أداء اللاعب وتؤثر على إنجازه سلباً من خلال اقتراح وضع مقياس يدرس الحواجز النفسية الدراسة العلمية التي تعبر عن الواقع النفسي للاعبين أندية الدرجة الأولى لبض الألعاب الرياضية الفردية ليستفيد منه المدرب الرياضي في بناء اللاعب من كافة الجوانب التي تخدم إنجازه .

اما اهداف البحث فهي :

- تقنين مقياس الحواجز النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية.
- التعرف على الحواجز النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية.
- ايجاد درجات ومستويات معيارية لمقياس الحواجز النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية .

اما منهج البحث فقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، اشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية والبالغ عددهم (512) لاعب، وتم اختيار العينة عمدياً وبطريقة الحصر الشامل والبالغ عددهم (450) لاعب وبنسبة (87,89%) من المجتمع الكلي للبحث والتي تمثل (عينة تقنين)، بعد استبعاد عينة الاستبانة الاستطلاعية بعدد (24) لاعب، وبذلك أصبح عدد افراد عينة التجربة الرئيسة (450) لاعباً، كما تم تطبيق المقياس واستخراج الدرجات المؤيذية على عينة عددها (200) لاعب من مختلف الألعاب ومن عدة اندية .

الكلمات المفتاحية : الحواجز النفسية ، المتقدمين ، لبض (الألعاب الفردية)

Codifying the scale of psychological barriers and their achievement among advanced first-class club players

(For some individual sports)

Assistant Lect. Laheeb Ahmed Shaker, Prof. Dr. Bashar Ghaleb Al-Bayati

Iraq. Diyala Education Directorate, Diyala University. College of Physical Education and Sports Science

Laheeb Ahmed_52@yahoo.com

Abstract

The importance of studying psychological barriers that hinder the player's performance and adversely affects his achievement by proposing a scale that studies psychological barriers, the scientific study that reflects the psychological reality of players of first-class clubs for some individual sports for the sports coach to benefit from in building the player from all aspects that serve his achievement

The research aims to :

Codify the psychological barriers scale for players of advanced first-class clubs to some -individual sports

Identify the psychological barriers for players of advanced first-class clubs to some individual . -sports

Find standard scores and levels for the psychological barriers scale for first-class club players .applying to some individual games

As for the research method, the researchers used the descriptive method in the survey method. The research community included advanced first-class clubs for some individual sports, numbered (512) players from the total community of research, which represents (codification sample). After excluding the exploratory questionnaire sample by (24) players, the number of members of the main experiment sample became (450) players, and the scale was applied and the percentage scores were extracted on a sample of (200) players from different and several clubs.

(Keywords: psychological barriers, advanced , for some (individual sports))

1- المقدمة:

ان الجانب النفسي يعتبر من أهم الجوانب في علم النفس الرياضي الذي حظي بأهمية كبيرة ومكانة واسعة من بين العلوم الاخرى في الآونة الأخيرة كونه يهتم بالتعرف على مشاكل الرياضيين وإيجاد الحلول لهذه المشكلات, والأعداد النفسية هو الركن الأساسي في جميع الألعاب الرياضية ومن بين هذه الألعاب هي الألعاب الفردية كون لكل نشاط فيها تعامل خاص من الجانب النفسي إضافة الى تعدد فعاليتها والأعداد الشامل للاعبين بكل فئاتها ومن بينها فئة المتقدمين للارتقاء الى المستوى العالي والتوافق في التدريب والمنافسة الرياضية لتحقيق الاتزان النفسي والوقوف أمام المعوقات والصعوبات التي تمنعهم من تحقيق اهدافهم وطموحاتهم الرياضية .

والحواجز النفسية من الظواهر النفسية المؤثرة بشخصية اللاعبين في التدريب والمنافسة والمقترنة باستجابات انفعالية سلبية شديدة كالخوف من الفشل والقلق وانخفاض الثقة بالنفس والتردد , وتؤثر سلباً على أدائهم وقابلياتهم في التكيف مع متطلبات البيئية الرياضية وبالتالي على نتائجهم في المنافسة , وذلك يدل على أنه كلما امتلك اللاعب مستوى عال من الصفات النفسية الايجابية التي تخدم الانجاز أستطاع أن يستثمر أكبر قدر ممكن من طاقته البدنية والعقلية للارتقاء بأدائه الرياضي والتغلب على الحواجز النفسية التي تعيق أدائه . ومن هنا تأتي أهمية دراسة الحواجز النفسية التي تعيق أداء اللاعب وتؤثر على إنجازة سلباً من خلال اقتراح وضع مقياس يدرس الحواجز النفسية الدراسة العلمية التي تعبر عن الواقع النفسي للاعبى أندية الدرجة الاولى لبعض الألعاب الرياضية الفردية ليستفيد منه المدرب الرياضي في بناء اللاعب من كافة الجوانب التي تخدم إنجازة .

ومن خلال متابعة نتائج اللاعبين في بعض الألعاب الفردية لاحظ الباحثان أن هناك إخفاقات بالذات التي حققوها, إذ أكدوا المدربون أن بالرغم من امتلاك اللاعبين القدرات البدنية والمهارية والخطية لكن هناك الكثير من العوائق والصعوبات والأعباء النفسية والضغطات التي تواجههم في التدريب والمنافسة وخاصة في الألعاب الفردية لتحمل اللاعبين مسؤولية الفوز والخسارة إضافة الى الجهد والامكانيات الفردية التي تقع عليهم في التدريب والمنافسة مما تتولد لديهم عوامل وظواهر نفسية سلبية تعيق تحقيق أهدافهم والوصول الى النتائج المطلوبة , وإن هذه الإخفاقات الرياضية وعدم تحقيق المستوى المطلوب ترجع الى عوامل نفسية عديدة منها ضعف الخبرة الشخصية والثقة بالنفس والتفكير السلبي والانفعالات السلبية الشديدة التي بدورها تكون حواجز نفسية أمام تحقيق الأداء الأمثل . ومن خلال اطلاع الباحثان على العديد من المصادر العلمية والمقاييس النفسية المختلفة مما دعا الباحثان للخوض في هذه المشكلة وإيجاد الحل لها وتقنين مقياس الحواجز النفسية استكمالاً لخطوتهم السابقة وهي بناء مقياس الحواجز النفسية للاعبى أندية الدرجة الاولى المتقدمين لبعض الألعاب الفردية نتيجة تعرضهم لتلك الحواجز النفسية خلال التدريب والمنافسة , وهذا ما يسعى اليه الباحثان عن طريق الوسائل العلمية والإجراءات التي ستعتمد عليها في خطوات تقنين المقياس .

ويهدف البحث الى :

- 1- تقنين مقياس الحواجز النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية.
- 2- التعرف على الحواجز النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية .
- 3- ايجاد درجات ومستويات معيارية لمقياس الحواجز النفسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية .

2- اجراءات البحث:

- 1-2 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث.
- 2-2 مجتمع البحث وعينته:

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبض الألعاب الفردية (العاب القوى , الملاكمة, المصارعة, الجودو, الجمناستيك, المبارزة) والبالغ عددهم (512) لاعب وبحسب كشوفات الاتحادات المركزية العراقية الرياضية, للعام (2017-2018) , وتم اختيار العينة عمدياً وبطريقة الحصر الشامل للاعبين المتواجدين في الأندية والقاعات والملاعب والمتمثلة بـ.أماكن تدريبهم, والبالغ عددهم(450) لاعب وبنسبة(87,89%) من المجتمع الكلي للبحث والتي تمثل (عينة تقنين), بعد استبعاد عينة الاستبانة الاستطلاعية من نادي الجماهير بعدد(24) لاعب والمتمثلة بألعاب (الملاكمة , جمناستيك , مصارعة , جودو, مبارزة) , وبذلك اصبح عدد افراد عينة التجربة الرئيسة (450) لاعبا, كما تم تطبيق المقياس واستخراج الدرجات المئضية على عينة عددها (200) لاعب من مختلف الألعاب ومن عدة اندية .

2-3 أدوات البحث:

2-3-1 وسائل جمع المعلومات:-

- المصادر والدراسات العربية والاجنبية.

- استبانة استطلاع آراء الخبراء والمختصين

2-3-2 الادوات المساعدة والاجهزة المستخدمة في البحث:-

- أقلام جاف عدد (30).

2-4 تحديد متغيرات البحث :

تم تحديد متغيرات البحث وهو متغير (الحواجز النفسية) حيث تم الاستعانة بإجراءات وخطوات بناء المقياس التي قامت بها الباحثة (لهيب احمد ، 2017) ، حيث سيقوم الباحثان باستكمال اجراءات بناء المقياس وسيقوم الباحثان بتقنين مقياس الحواجز النفسية .

2-4-1 إجراءات تقنين مقياس الحواجز النفسية

لغرض تحقيق هدف البحث الحالي وهو تقنين مقياس للحواجز النفسية للاعبين أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبعض الألعاب الفردية، قام الباحثان بإتباع الخطوات الآتية:

2-4-2 تحديد مجالات المقياس

لغرض تحديد مجالات المقياس قام الباحثان بالاعتماد على المجالات التي تم تحديدها في مقياس الحواجز النفسية التي اعدتها الباحثة (لهيب احمد) في رسالتها والبالغ عددهم (6) مجالات من اصل (15) مجال، وكما مبين في الجدول (1).

الجدول (1) يبين آراء الخبراء وقيم (كا²) المحسوبة والجدولية لمجالات المقياس

ت	الابعاد	اراء الخبراء		قيمة كا ² المحسوبة	قيمة كا ² الجدولية	مستوى الدلالة
		لا يصلح	يصلح			
1	الثقة بالنفس	1	14	3.84	معزوي	معزوي
2	ضغوط التدريب والمنافسة	0	15			
3	الخبرة والمعرفة الرياضية	2	13			
4	التشاؤم	1	14			
5	الوعي بالذات	1	14			
6	التكيف الرياضي	0	15			

قيمة كا²=3.84 عدد درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05)

ان جميع الابعاد كانت فيها قيمة (كا²) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية عدد درجة حرية (1) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (3.84) لصالح الإجابة (تصلح)، مع بيان معنوية الفروق بين الأقلية والأكثرية من الخبراء.

2-5 الأسس العلمية لتقنين مقياس الحواجز النفسية :

2-5-1 التجربة الرئيسية لتقنين مقياس الحواجز النفسية (عينة التحليل الإحصائي):

تمت التجربة الرئيسية من خلال تطبيق المقياس الأولي على عينة البناء والبالغ عددها (450) لاعب بهدف إجراء عملية تحليل إحصائي لفقراته وذلك لاختيار الفقرات الصالحة واستبعاد الفقرات غير الصالحة استناداً إلى قوتها التمييزية والاتساق الداخلي ، وكذلك لاستخراج مؤشرات الصدق والثبات للمقياس. فقد طبق المقياس على عينة التقنين والبالغ عددها (450) لاعب والمتمثلة بلاعبي أندية الدرجة الأولى المتقدمين لبعض الألعاب الفردية، من المدة 2017/12/20 ولغاية 2018/2/10، وتم استثمار أكثر من فرصة لقاء الباحثان بعينة التجربة من خلال الاختبارات الرياضية في أماكن تدريبهم وغيرها من الفرص وتم توزيع استمارات مقياس الحواجز النفسية بشكل على اللاعبين من قبل الباحثان وفريق العمل المساعد من توزيع الاستبيانات عليهم .

2-5-2 تصحيح المقياس:

بعد ان تم جمع استمارات الإجابة للعينة ، تم استخراج الدرجات الكلية لهم باستخدام مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض كما في الجدول (2) .

الجدول (2) يبين اوزان الاجابات عن الفقرات الايجابية والسلبية

ت	البدائل	درجة الفقرات الايجابية	درجة الفقرات السلبية
1	تطبق علي بدرجة كبيرة جدا	5	1
2	تطبق علي بدرجة كبيرة	4	2
3	تطبق علي بدرجة متوسطة	3	3
4	تطبق علي بدرجة قليلة	2	4
5	لا تطبق علي أبداً	1	5

ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس ، تجمع الدرجات التي يحصل عليها اللاعب في إجابته عن فقرات المقياس الـ(52) لذا فان أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (260) وأدنى درجة هي (52) وتم استبعاد (14) استمارة لعدم تحقيقها الشروط المطلوبة وكانت (3) استمارات من ألعاب القوى و(4) استمارات من لعبة الملاكمة و(2) استمارة من لعبة المبارزة و(5) استمارة من لعبة المصارعة، إذ بلغت عدد الاستمارات المتبقية (436) استمارة صالحة للتحليل الإحصائي.

2-6 الخصائص السيكومترية للمقياس:

يتطلب تقنين المقياس توفر شروط أساسية ومهمة لضمان سلامة وعلمية تقنين المقياس ومن أهم تلك الشروط هي:

2-6-1 صدق المقياس: وقد اعتمد الباحثان نوعين من الصدق للتأكد من صدق مقياسها وهما:

2-6-2 صدق البناء: ولتحقيق صدق البناء استخدم الباحثان الطرق الآتية:

2-6-1-2 القوة التمييزية لل فقرات (الصدق التمييزي):

للكشف عن القوة التمييزية لفقرات مقياس الحواجز النفسية تم استخدام أسلوب المجموعتين المتطرفتين، إذ يعد هذا الأسلوب من الأساليب المناسبة لتمييز الفقرات، وبعد تصحيح المقياس واستبعاد (14) استمارة لعدم تحقيقها الشروط المطلوبة، فقد رتبت الدرجات الكلية التي حصل عليها اللاعبون تنازلياً من أعلى درجة إلى أوطأ درجة، ثم اختيرت نسبة (27%) من أفراد العينة من الأعلى والذين حصلوا على أعلى الدرجات ليمثلوا أفراد الدرجة العليا، ونسبة (27%) من أفراد العينة من الأسفل الذين حصلوا على أوطأ الدرجات ليمثلوا أفراد الدرجة الدنيا، إذ بلغ عدد اللاعبين في المجموعة العليا (118) لاعب، وبـنفس العدد بالنسبة للمجموعة الدنيا. واستبعاد نسبة (46%) الوسطى، ولغرض حساب معامل تمييز كل فقرة من فقرات المقياس البالغة (52) فقرة استخدم الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين بواسطة الحقيقية الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وعدت القيمة التائية الدالة إحصائياً مؤشراً لتمييز الفقرات، والجدول (3) يبين لنا القيم التائية المحسوبة وعند مقارنتها مع قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (234) ومستوى دلالة (05.0) والبالغة (1.96) تم قبول جميع الفقرات ولم تستبعد أي فقرة من فقرات المقياس وكما مبين في الجدول أدناه.

الجدول (3) يبين قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) المحسوبة للمجموعتين العليا والدنيا ودالاتها المعنوية لقرارات المقياس

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (t) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
	ع	س-	ع	س-		
1	4.88	0.34	2.94	1.06	6.94	مميّزة
2	4.63	0.50	2.56	0.89	8.07	مميّزة
3	4.88	0.34	3.25	1.06	5.81	مميّزة
4	4.31	0.79	3.25	1.44	2.59	مميّزة
5	4.69	0.48	3.75	0.77	4.12	مميّزة
6	4.44	0.73	3.19	0.75	4.79	مميّزة
7	4.75	0.77	3.63	0.09	3.37	مميّزة
8	4.94	0.25	3.56	1.15	4.66	مميّزة
9	4.69	0.48	3.31	0.87	5.52	مميّزة
10	4.88	0.34	3.63	0.62	7.07	مميّزة
11	4.88	0.34	4.19	0.75	3.34	مميّزة
12	4.81	0.40	4.06	0.85	3.18	مميّزة
13	3.44	0.96	2.50	1.15	2.49	مميّزة
14	4.50	0.82	3.63	0.62	3.42	مميّزة
15	4.50	0.82	2.81	1.47	4.01	مميّزة
16	4.44	0.81	2.44	0.96	6.34	مميّزة
17	4.44	0.81	3.13	0.50	5.50	مميّزة
18	4.81	0.54	3.56	1.03	4.29	مميّزة
19	4.63	0.50	3.69	1.14	3.02	مميّزة
20	4.63	0.50	2.94	1.06	5.75	مميّزة
21	4.38	0.96	2.56	1.46	4.15	مميّزة
22	3.88	1.02	2.38	1.09	4.02	مميّزة
23	4.44	0.81	2.88	0.81	5.46	مميّزة
24	4.38	0.81	2.44	1.15	5.51	مميّزة
25	3.63	1.15	2.56	1.31	2.44	مميّزة
26	4.56	1.50	2.88	1.20	5.16	مميّزة
27	4.75	0.45	3.06	0.77	7.57	مميّزة
28	5	0	3.38	0.81	8.06	مميّزة
29	4.56	0.51	3.81	1.05	2.57	مميّزة
30	3.38	1.45	2.13	1.02	2.81	مميّزة

مميزة	4.23	0.89	3	0.77	4.25	31
مميزة	9.14	0.66	3.19	0.34	4.88	32
مميزة	7.16	0.77	3.06	0.48	4.69	33
مميزة	6.23	1.15	3	0.34	4.88	34
مميزة	4.35	1.32	2.50	0.57	4.06	35
مميزة	6.50	0.73	2.56	0.79	4.31	36
مميزة	4.14	0.82	3.50	0.52	4.50	37
مميزة	2.94	0.75	4.19	0.40	4.81	38
مميزة	4.20	1.21	3.50	0.50	4.88	39
مميزة	2.37	1.68	3.19	1.09	4.39	40
مميزة	6.28	0.96	2.44	0.70	4.31	41
مميزة	3.04	0.87	3.31	0.75	4.19	42
مميزة	2.85	1.15	3.38	0.81	4.39	43
مميزة	4.38	1.21	2.44	1.05	4.19	44
مميزة	8.13	1.14	2.69	0	5	45
مميزة	7.54	0.98	2.81	0.40	4.81	46
مميزة	5.73	0.96	2.44	0.75	4.19	47
مميزة	3.94	1.24	2.94	0.89	4.44	48
مميزة	4.63	0.93	2.06	1.13	3.75	49
مميزة	3.67	0.96	2.50	1.32	4	50
مميزة	2.42	1.33	2.81	1.15	3.88	51
مميزة	5.80	1.08	2.69	0.64	4.50	52

قيمة t الجدولية = (1.96) عدد مستوى دلالة (0.05) وعند درجة حرية (234)

2-6-1-2-2 الاتساق الداخلي:

يستخدم معامل الاتساق الداخلي لتحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها للظاهرة السلوكية المقاسة، لذلك فإن هذه الطريقة عادة ما تستخدم لتحديد ثبات الاختبار من ناحية ومدى صلاحية فقراته وتجانسها في قياس ما وضعت لأجله من ناحية أخرى. وقد تم استخراج قيمة هذا المؤشر باستخدام معامل ارتباط بيرسون (Person) بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس لجميع أفراد العينة البالغ عددهم (436) لاعب بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).

ومن المعروف في بناء المقاييس أنه كلما زاد معامل ارتباط الفقرة بالمجموع الكلي للمقياس كان تضمينها في المقياس يزيد من احتمال الحصول على مقياس أكثر تجانساً، ولمعرفة دلالتها الإحصائية قورنت مع قيمة (r) الجدولية عند درجة حرية (434) ومستوى دلالة (0.05) والبالغة (0.098)، وبذلك نجد أن القيم المستخلصة حققت دلالة معنوية نتيجة كبر قيمها المحسوبة عن قيمتها الجدولية وفي ضوء هذا

المعيار لم تستبعد أي فقرة من فقرات المقياس. والجدول (4) يبين نتائج معاملات ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس.

الجدول (4) يبين نتائج معامل الارتباط (بيرسون) بين فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس باستخدام طريقة الاتساق الداخلي

الفقرة	الارتباط	نوع الدلالة	الفقرة	الارتباط	نوع الدلالة
1	0.746*	معنوي	27	0.714*	معنوي
2	0.692*	معنوي	28	0.733*	معنوي
3	0.547*	معنوي	29	0.632*	معنوي
4	0.731*	معنوي	30	0.646*	معنوي
5	0.667*	معنوي	31	0.693*	معنوي
6	0.714*	معنوي	32	0.556*	معنوي
7	0.615*	معنوي	33	0.673*	معنوي
8	0.683*	معنوي	34	0.534*	معنوي
9	0.723*	معنوي	35	0.607*	معنوي
10	0.775*	معنوي	36	0.591*	معنوي
11	0.676*	معنوي	37	0.642*	معنوي
12	0.788*	معنوي	38	0.627*	معنوي
13	0.556*	معنوي	39	0.508*	معنوي
14	0.565*	معنوي	40	0.459*	معنوي
15	0.831*	معنوي	41	0.574*	معنوي
16	0.711*	معنوي	42	0.536*	معنوي
17	0.676*	معنوي	43	0.52*	معنوي
18	0.577*	معنوي	44	0.573*	معنوي
19	0.645*	معنوي	45	0.526*	معنوي
20	0.723*	معنوي	46	0.559*	معنوي
21	0.642*	معنوي	47	0.724*	معنوي
22	0.734*	معنوي	48	0.716*	معنوي
23	0.833*	معنوي	49	0.743*	معنوي
24	0.626*	معنوي	50	0.663*	معنوي
25	0.735*	معنوي	51	0.705*	معنوي
26	0.429*	معنوي	52	0.745*	معنوي

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (434) = 0.098

2-6-2 ثبات المقياس:

ومن اجل التحقق من ثبات مقياس الحواجز النفسية استخدم الباحثان طريقة التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ .

2-6-2-1 طريقة التجزئة النصفية :

قد استخدم الباحثان في إيجاد الثبات على جميع الفقرات العلاقة بين الأسئلة الفردية والزوجية، وهذه الطريقة لا تتطلب الا إجراء الاختبار لمرة واحدة , وقد اعتمدت الباحثة بيانات أفراد العينة الرئيسة البالغة (436) لاعب ، وأدخلت البيانات اليها ثم قسمت فقرات مقياس الحواجز النفسية (52) على نصفين وتم استخراج معامل الارتباط بين مجموع درجات النصفين باستخدام طريقة بيرسون بواسطة الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) , إذ بلغ معامل الارتباط (0.87) ، إذ إن معامل الارتباط المستخرج يعني الثبات لنصف الاختبار فقط ولأجل الحصول على ثبات كامل للاختبار قام الباحثان بتطبيق معادلة (سيديرمان - براون) .

وبذلك بلغت قيمة معامل ثبات الاختبار (0.918) درجة وهو مؤشر ثبات عال للاختبار.

2-6-2-2 معامل ألفاكرونباخ:

لحساب الثبات بهذه الطريقة لمقياس الحواجز النفسية اعتمدت الباحثة على عينة بناء المقياس الصالحة للعمل الإحصائي والبالغة (436) لاعب ، وعند حساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها (0.96) وهي قيمة ممتازة في بحوث التربية الرياضية ومعامل ثبات عال وموثوق به ويمكن اعتباره لثبات المقياس.

2-7 الوسائل الإحصائية :

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج الجاهز (SPSS) اضافة الى القوانين الإحصائية الأخرى :

- الوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- مربع كاي
- اختبار (T) للعينات المستقلة
- الارتباط البسيط لبيرسون
- معادلة سيديرمان براون للدلالة
- معادلة الفا كرونباخ
- معادلة الرتب المتدينية

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض نتائج الوصف الاحصائي لمقياس الحواجز النفسية لدى عينة البحث: بعد الانتهاء من عملية التحليل العاملي لفقرات المقياس وجد انه من اللازم على الباحثان أن يصف إحصائيا مقياس التخطيط الاستراتيجي والجدول (5) يبين ذلك.

جدول(5) يبين التقديرات الإحصائية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة ونوع الدلالة لمقياس الحواجز النفسية

المتغيرات	وسط حسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري	الوسيط	معامل الالتواء	الوسط الفرضي	النقطة	اصغر قيمة	اعلى قيمة	قيمة ت المحسوبة	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
مقياس الحواجز النفسية	187.5	10.75	4.75	185	0.697	156	0.608	167	208	29.6	0.000	معنوي

من خلال الجدول (5) تبين ان قيمة الوسط الحسابي اعلى من قيمة الوسط الفرضي وان قيمة (ت) المحسوبة والبالغة (29.6) مستوى دلالة (0.000) وهو اصغر من مستوى الدلالة (0.05) عن درجة حرية (199) وهذا يعني توجد فروق معنوية لدى عينة البحث في مقياس الحواجز النفسية يعني ان العينة لديها حواجز نفسية .

3-1-1 اشتقاق الرتب المدينية (المعايير المدينية) لنتائج عينة التقنين:

تم حساب الرتب المدينية للدرجات الخام والبالغ عددها (200) درجة باستخدام معادلة حساب الرتبة المدينية واستخدام برنامج الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) للحصول على التكرارات والجدول (6) يبين الدرجات الخام ومعايير الرتب المدينية.

الجدول (6) يبين الدرجات الخام وتكراراتها والتكرار المتجمع المساعد والرتب المدينية للدرجات الخام لعينة التقنين

درجات الاستمارات	التكرارات	التكرار المتجمع الصاعد	الرتبة المئينية
167	4	4	2
168	2	6	3
169	4	10	5
170	6	16	8
171	5	21	11
172	7	28	14
173	4	32	16
174	8	40	20
175	6	46	23
176	4	50	25
177	8	58	29
178	5	63	32
179	7	70	35
180	9	79	40
181	5	84	42
182	7	91	46
183	4	95	48
184	6	101	51
185	7	108	54
186	4	112	56
187	3	115	58
188	4	119	60

61	121	2	189
64	127	6	190
67	134	7	191
69	138	4	192
72	143	5	193
76	151	8	194
78	155	4	195
80	160	5	196
82	164	4	197
85	170	6	198
87	173	3	199
89	177	4	200
90	180	3	201
92	183	3	202
94	187	4	203
95	190	3	204
96	191	1	205
98	195	4	206
99	198	3	207
100	200	2	208
		200	المجموع

2-1-3 وضع مستويات معيارية لمقياس الحواجز النفسية :

من اجل استكمال الهدف من البحث تم وضع مستويات لمقياس الحواجز النفسية , وقد استعمل الباحثان منحنى التوزيع الطبيعي على أساس النسبة المئوية , فقد تم ذلك من خلال تحديد الدرجة الأدنى التي يمكن للفرد الحصول عليها جراء استجابته على مفردات المقياس أذ تبلغ أدنى قيمة يمكن الحصول عليها نظريا (167) بينما أعلى درجة فقد بلغت (208) , وبذلك يتضح أن درجات استجابة أي فرد على عبارات المقياس ستندرج بين تلك الدرجتين، كما في الجدول (7).

جدول (7) يبين المستويات المعيارية ومسمياتها ومدياتها وتوزيع العينة على مقياس الحواجز النفسية

المستويات	ضعيف	متوسط	عالي	المجموع
المدى	180-167	194-181	208-195	
التكرارات	79	57	72	200
النسبة المئوية	%39.5	%28.5	%36	%100

من خلال الجدول (7) يتبين ان اعلى تكرار متحقق للعينة على مقياس الحواجز النفسية للمستوى الضعيف فقد حصل على (79) تكراراً بنسبة مئوية مقدارها (%39.5) والمستوى العالي على الترتيب الثاني بـ (72) تكراراً بنسبة مئوية بلغت (%36) والمستوى المتوسط حصل على الترتيب الاخير بـ (57) تكراراً وبنسبة مئوية مقدارها (%28.5) وهذا ما يشير الى أن قيم على مقياس الحواجز النفسية المبحوثة للعينة دون المستوى المطلوب مما يدل على ان العينة لديهم حواجز نفسية .

وقد تكون هذه الحواجز النفسية مصطنعة وكثيرا ما يتذرع بها الفرد ويلجأ اليها اذا لم يوفق في حل مشاكله للتقليل من الصراعات داخله وأيضا لحماية ذاته من التهديد لعجزه عن ارضاء دوافعه بطريقة سوية وعقلانية لأسباب كذيرة كأن تكون المشكلة فوق احتماله أو تكون نتيجة دوافع لاشعورية لا يعرف مصدرها أو تكون ناتجة عن ضعف أو قصور في تكوينه النفسي. (لندال دافيدوف ، 1992 ، ص628)

لان الفرد الذي يضع لنفسه أهدافا لا يستطيع الوصول إليها إنما يعرض نفسه للفشل والإحباط والصراع والتي هي بمثابة حواجز نفسية التي تعوق الفرد عن تحقيق أهدافه وتوافقه السليم.

(مدحت ابو نصر ، 2005 ، ص174)

ان الحواجز النفسية هي العوائق التي تقف امام الفرد وتمنعه من تحقيق غايته وأهدافه والوصول الى الانجاز العالي , فيكون الحاجز أما مادياً أو حاجزاً نفسياً طبيعياً يظهر في مجالات محددة أو على شكل

أمراض لا يتدخل الفرد في تكويدها أو نشأتها أو تكون مسبباتها البيئية المحيطة بالفرد أو ربما تنتج من الخوف أو الأتردد أو من ترسب سلبيات داخل النفس البشرية . (لهيب احمد شاكر ، 2015 ، ص113)

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات :

1- ان عملية التقنين لمقياس الحواجز النفسية تم من خلاله استخلاص (52) عبارة للمقياس النهائي موزعة على (6) مجالات.

2- تم استخراج رتب مئينية للمقياس حيث تبين ان هناك ثلاث مستويات تم الحصول عليها من خلال التقنين وهو (ضعيف ، متوسط ، عالي).

3- ظهر ان لاعبي بعض الاندية للألعاب الفردية لديهم حواجز نفسية لانهم هم من تقع عليهم عاتق المسؤولية.

4-2 التوصيات :

1- ضرورة التأكيد على الجوانب النفسية في الوحدات التدريبية والارشادية ومنها الحواجز النفسية لأنها تعد جانب مهم في تفادي اللاعب العواقب النفسية لأنها تؤثر على الاداء.

2- ضرورة وجود مدرب للجانب النفسي ووضع مهام او دروس ارشادية تعمل على تشجيع اللاعبين لتخطي هذه الحواجز.

3- اجراء دراسات مشابهة على عيادات اخرى مثلا على لاعبي الاندية الفرقية.

المصادر

- لهيب احمد شاكر ؛ بناء مقياس الحواجز النفسية للاعبين اندية الدرجة الاولى المتقدمين لبعض اللاعبين الفردية : (رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، 2015).

- لندال دافيدوف ؛ مدخل علم النفس ، ترجمة ، سيد الطواب وآخرون ، ط3: (القاهرة ، الدار الدولية للنشر والتوزيع ، 1992).

- مدحت ابو النصر ؛ الاعاقة النفسية (المفهوم - الانواع - البرامج - الدعاية) : (القاهرة ، مجموعة النيل المصرية ، 2005).