

الأنماط المزاجية وعلاقتها بأدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية وفقاً للجنس

م. د حسين عبد الزهرة عبد اليمه

ملخص البحث

تم التطرق إلى دور الأنماط المزاجية وعلاقتها بإدراكات النجاح وأهميتها في المجال الرياضي social support)) لدى طلبة كلية التربية الرياضية وتنظيم حياتهم من خلال الظهور بسلوكيات تتلاءم مع مختلف المواقف والتحديات المختلفة إذ يعد النمط المزاجي المتزن مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي بالإضافة إلى التكيف مع الآخرين الذي يحتاجه الفرد في حياته اليومية لأنها تلعب دوراً هاماً في تحقيق النتائج . ومن هنا تبرز أهمية البحث في دراسة المزاج باعتباره محور الصراع داخل شخصية الرياضي وهو القاطع الحقيقي لاي نشاط وسلوك ظاهري إذا ما تم تأهيله بتمرس واحتراف حتى يتجنب الانحراف وعدم الاتزان الانفعالي والعصبي ومن ثم انطفاء الكفاءة الرياضية كما ان تباين السلوكيات وظهور اللاعبين بنوع من المزاج قد لا يتناسب مع نوعية المواقف الرياضية تؤثر في أدراكه للنجاح وتحقيق الأهداف Outcome and Task والظهور بنمط مزاجي يحقق المثالية لفرص النجاح .

كما تمثلت مشكلة البحث في معرفة تباين الأنماط المزاجية للرياضيين تحت الضغوطات باعتبار إن المزاج بنوافذه ومحركاته يعد مصدراً مخيفاً لإزاحة الشخصية الرياضية عن مسارها الصحيح والعقلاني والمميز إذا ما تم ضبط توجهاته والتحكم بتأثيراته اذ من الممكن إن يسلك نزعة سلبية تميل إلى الانفراد والتراجع الرياضي وعدم الرغبة بالتحدي والخوف من المجهول مما يتطلب معرفة الأنماط المزاجية وتباينها للجنسين ومدى ارتباطها بمعرفة ادراكات النجاح ومواجهة الضغوط الشديدة وتدعيم الثقة بالنفس .

هدفت الدراسة إلى :-

التعرف على الأنماط المزاجية وادراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء والتعرف على الفروق بين كل من الذكور والإناث في الأنماط المزاجية وإدراكات النجاح ،فضلاً عن التعرف على طبيعة العلاقة بين الأنماط المزاجية وإدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية .

وتوصل الباحث لعدد من الاستنتاجات أهمها:-

١- هناك فروق حقيقية بين طلاب كلية التربية الرياضية وطالباتها في إبعاد الأنماط المزاجية وادراكات النجاح وإبعادها .

٢- امتاز الطلبة (الذكور) بدرجات عالية في كل من أبعاد الأنماط المزاجية وادراكات النجاح وإبعادها على خلاف الطالبات اللواتي امتازن بدرجات واطئة في المتغيرات المبحوثة .

٣-وجود علاقة ارتباط طردية بين كل من بعدي الأنماط المزاجية (قوة عمليات الإثارة ،المرونة الشخصية)وبعدي أدراكات النجاح (التنافس ،التمكن(التفوق)) لطلاب كلية التربية الرياضية .

٤-وجود علاقة ارتباط عكسية بين كل من بعد الأنماط المزاجية قوة عمليات الكف وبعدي أدراكات النجاح (التنافس، التمكن أو التفوق) لطلاب كلية التربية الرياضية.
أوصى الباحث بعدها بعدد من التوصيات المهمة اعتماداً على ما خرج به من استنتاجات .

Abstract

Moods and their relationship patterns Padrakat success among the students of the)

(Faculty of Physical Education and according to sex

Been addressed to the role of patterns moods and their relationship Badrakat success and importance in the field of sports social support)) for Dytalbh Faculty of Physical Education and organize their lives through history behaviors fit with different attitudes and different challenges as longer style temperamental balanced an important source of psychological and social support as well as to adapt to othersthat the individual needs in their daily lives because they play an important role in achieving the results

Hence the importance of research in the study of mood as axis of conflict within the personal sports a cutter real any activity and behavior virtual if it was rehabilitated and professionalism in order to avoid deviation and unbalance emotional and nervous and then extinguished efficiency sports also varied behaviors and the emergence of players kind of mood Kdlaatanasb withquality sporting attitudes affecting the perception of success and achieving goals Outcome and Task emerging pattern temperamental achieve optimal chances of success

As exemplified by the research problem in knowing variation patterns mood of the athletes under pressure as the mood Bnuazh and engines is a source frightening to dislodge the Sports Personality of the track and rational and distinctive if what has set its direction and control as possible that exhibits a tendency negative tend to monopolize and retreat Sports and unwillingness challenge and fearof the unknown, which requires knowledge of mood and contrast patterns for both sexes and how it relates to perceptions of success and knowledge face severe pressures and strengthen self-confidence

–:Thestudyaimedto

Pattern Recognition moods and perceptions of success among the students of the Faculty of Physical Education at the University of Kerbala and get to know the differences between both males and females in the mood patterns and perceptions of success, as well as to identify the nature of the relationship between mood patterns and perceptions of success among the students of the Faculty of Physical Education

The researcher found a number of the most important conclusions There are real differences between the students of the Faculty of Physical Education and her students in the dimensions of moods and perceptions patterns of success and dimensions

RPR students (male) high grades in every dimension of moods and perceptions patterns of success and Aavadhaalykhalav students who Amtazn degrees and low in the surveyed variables

The presence of a positive correlation between each of the dimensions mood patterns (power operations excitement, personal flexibility) and after me perceptions of success (competition, being able to (superiority)) for the students of the Faculty of Physical Education

And an inverse correlation between each of the following patterns mood to cease operations and force after me perceptions of success (competition, mastery or excellence) for students of the Faculty of Physical Education

Researcher then recommended a number of important recommendations depending on Makharj conclusions

١-التعريف بالبحث :-

١-١ المقدمة وأهمية البحث :-

تعطي الرياضة الفرصة الملائمة للرياضي لتقديم ما يمتلكه من مهارات والطريق المستمر لتطوير هذه المهارات من خلال تحديد العديد من المستويات المعرفية للانجاز ويكون الأفراد ليهم الدافعية لعرض هذه المكونات-المهارات اذ يجد الكثير من الرياضيين ان الرياضة الفرصة لبناء وزيادة فعالية تلك المكونات - والمهارات من خلال مواجهة مختلف تحديات التي تظهرها طبيعة المنافسة الرياضية ،ويكون التوازن بين مختلف التحديات وامتلاك المهارة والمنافسة الرياضية من الممكن تحقيقه وهذا ما نسميه ب تطوير كفاءة الأداء Competence of Performance كما ان حصيلة الرياضة عوامل خارجية وداخلية وأخرى مزاجية فالعوامل الخارجية تأتي بأشكال عديدة مثل (المكسب ،الفوز ، الحصول على المال) ويمكن ان تكون أشياء اقل وضوحاً ولكن ليس اقل دلالة ومعنى مثل دافعية المعرفة اما العوامل الداخلية تعني مختلف عوامل تحقيق الذات والمعبرة عن الإحساس بالقدرة والإمكانية والتحكم الانفعالي والتوافق وهذا ما يحصل عليه الرياضي ب الإثابة الرياضية الذاتية Sports Intrinsic Rewards ،أما الحالة المزاجية Humor تعني مفتاح التناغم مع المواقف الرياضية بما يمتلكه الرياضي من قدرات ومهارات وخبرة ومعرفة فهي أبواب الإبداع الصحيح للعقل والتفائل والتوقعات الايجابية مع القليل من التواضع .

يملك بعض من الكثير من الرياضيين قدرات عالية في قيادة الذات وصياغة القرارات وحسم المواقف وتوجيه السلوك بالاتجاه السليم والتركيز والكفاءة الانفعالية وتوظيف جميع القدرات من اجل تحقيق أدراكات النجاح وتحقيق الأهداف وهذا لا يتم إلا من خلال امتلاكهم نمط مزاجياً خاصاً يمكنهم التأثير بالمواقف الرياضية ومجرياتنا نوع مميز من المزاج الرياضي المتوازن للسلوك لان الظهور بسلوك غير مرغوب فيه يعد حالة مرضية وآفة المزاج هو الإيحاء السلبي وعلة الإدراك هو القناعات القسرية التي لا يمكن التكيف معها من اجل الاستمرار

في البيئة الرياضية والابتعاد عن الأفكار السلبية الكفيلة بان تكون وراء الفشل والهزيمة والانسحاب ومن ثم التفرّد عن الآخرين بالسلوك المغاير وغير المألوف .

كما إنّ توقعات النجاح Expectation السهل للرياضي احد أسباب الهزيمة غير المتوقعة Upset نتيجة لعدم الإدراك الصحيح للمنافس كمهدد لاستمرار نجاح الرياضي في تحقيق أهدافه ولهذا يكون توقع النجاح مرتفع والجهد المبذول منخفض كما ان توقعات النجاح والدافع لانجاز يتأثر بادراك القدرات الخاصة بالذات (الرياضي نفسه) وبالمنافسة ففي العديد من حالات التوقع المنخفض تصبح نبوة للانجاز الذاتي Self-Fulfilling وبالعكس فان الرياضيين الذين لديهم توقعات نجاح فأنهم غالباً ما يحققون الفوز .

ومن هنا تبرز أهمية البحث في دراسة المزاج باعتباره محور الصراع داخل شخصية الرياضي وهو القاطع الحقيقي لأي نشاط وسلوك ظاهري اذا ما تم تأهيله بتمرس واحتراف حتى يتجنب الانحراف وعدم الاتزان الانفعالي والعصبي ومن ثم انطفاء الكفاءة الرياضية كما ان تباين السلوكيات وظهور اللاعبين بنوع من المزاج قد لا يتناسب مع نوعية المواقف الرياضية تؤثر في إدراكه للنجاح وتحقيق الأهداف Outcome and Task والظهور بنمط مزاجي يحقق المثالية لفرص النجاح .

١-٢ مشكلة البحث:-

مما لاشك فيه إنّ لكل سبب نتيجة وأن لكل فعل رد فعل والإنسان بطبيعته لا يستطيع إنّ يكون معزولاً عن العالم الخارجي لذا فهو مضطر للتعامل مع الآخرين بقدر معين كما يمكنه ممارسة سلوك التجنب إلا انه تبقى حدوده مفتوحة ويكون مزاجه عرضة للتأثر والتأثير بالآخرين كما لا يوجد مزاج نقي وعذب بصورة قاطعة وهذا ناتج من تأثير البيئة على سلوكيات الفرد ومن خلال الخبرة الميدانية المتواضعة للباحث نجد في البيئة الرياضية تعرض الكثير من الرياضيين الى الضغوط والتحديات سواء كانت داخلية أو خارجية تعمل على التأثير في التكيف مع الآخرين من اجل اتخاذ القرار بشكل صحيح ومن اجل التوافق والانسجام مع جميع الإحداث لتحقيق الأهداف إذ يأخذ المزاج مساراً خاصاً في شخصية الرياضي فتصبغه بلون معين قد يختبئ في زاوية حادة لا يتعامل مع اتجاه واحد ولايستريح الاضمن نمط مزاجي خاص لاينسجم مع الآخرين والمواقف المختلفة نمط لايقبله الاخر ولايرغب بالتغيير أو التعديل أو المشاركة وبالتالي الاخفاق في تحقيق الاهداف من جانب اخرفان للثقافة الرياضية اهمية خاصة من خلال فهم ومعرفة ادراكات النجاح والتاكيد على مبدء الاثابة الداخلية للرياضة وهذا يحفز الرياضي بالظهور بنمط مزاجي يتلائم مع المنافسة والابتعاد عن التقييم للرياضة كنتائج فوز وهزيمة .

ومن هنا تبرز أهمية مشكلة البحث في معرفة تباين الانماط المزاجية للرياضيين تحت طائلة الضغوطات باعتبار ان المزاج بنوافذه ومحركاته يعتبر مصدراً مخيفاً لأزاحة الشخصية الرياضية عن مسارها الصحيح والعقلاني والمميز اذا ماتم ضبط توجهاته والتحكم بتاثيراته اذ من الممكن ان يسلك نزعة سلبية تميل إلى الانفراد والتراجع

الرياضي وعدم الرغبة بالتحدي والخوف من المجهول مما يتطلب معرفة الانماط المزاجية وتباينها للجنسين ومدى ارتباطها بمعرفة ادراكات النجاح ومواجهة الضغوط الشديدة وتدعيم الثقة بالنفس .

١-٣ أهداف البحث :-

يهدف البحث إلى التعرف على :-

- ١- الأنماط المزاجية وادراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء .
- ٢- الفروق بين كل من الذكور والإناث في الأنماط المزاجية وأدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء.
- ٣- طبيعة العلاقة بين الأنماط المزاجية وأدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية وفقاً للجنس .

١-٤ فرضا البحث :-

- ١- هناك فروق حقيقية بين طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية في الانماط المزاجية وادراكات النجاح .
- ٢- وجود علاقة حقيقية بين الانماط المزاجية وأدراكات النجاح لطلبة كلية التربية الرياضية وفقاً للجنس .

١-٥ مجالات البحث :-

- ١-٥-١ المجال البشري :- طلبة مراحل كلية التربية الرياضية /جامعة كربلاء.
- ١-٥-٢ المجال الزمني :- من ٢٠١٢/٢/١ - ٢٠١٢/٥/١٥ م .
- ١-٥-٣ المجال المكاني :- القاعات الدراسية لكلية التربية الرياضية / جامعة كربلاء .

٢- الإطار النظري والدراسات السابقة .

١-٢ الإطار النظري

١-٢-١ الأنماط المزاجية (المفهوم) ^(١) :-

أن جذور الاهتمام بموضوع الأنماط المزاجية للتحليل الشخصية تعود إلى المحاولات الأولى التي قام بها (ابو قراط ٤٠٠ ق.م) الذي كان يرى ان الأمزجة تعود إلى أربعة أنماط للشخصية هي النمط الصفراوي Choleric Type ، والنمط السوداوي Melancholic Type ، والنمط البلغمي Phlegmatic Type ، والنمط الدموي Sanguine وقد تم الاعتماد على تلك الانماط الأربعة المكونة للجسم البشري عبر رؤيا فلسفية تتمحور حول

^١ - تائر احمد غباري ،خالد محمد ابو شعيرة: سيكولوجيا الشخصية ، ط١، عمان، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، ٢٠١٠ ، ص٣٨-٣٩

مكونات الطبيعة وهي (الماء والهواء والتراب والنار) ،ومن ثم تبعه العالم (كريتشمير) Kertschmer لوضع انماط من خلال بنية الجسم والمظهر الخارجي وعلاقته بالخصائص النفسية للفرد، ومن ثم تبعه العالم (برمان) Berman أيضاً الاثر الواضح لوضع الانماط اعتماداً على الخريطة الهرمونية التي تحوي كم ونوع الافرازات الهرمونية التي يشترك بها الافراد والتي يتميز بها البعض الاخر مثل (النمط الدرقي، النمط الادرناليني، النمط النخامي، النمط التيموسي، النمط الجنسي) .

بالإضافة إلى تقسيم العالم الفسلفي (بافلوف) Pavlov (الأنماط المزاجية طبقاً لأنواع الأجهزة العصبية المختلفة التي تميز أنواع أنماط الجهاز العصبي والمنعكسات الشرطية Conditioned Reflwxes وهي النمط القوي المتزن السوداوي، النمط النشاط البلغمي، النمط الطائش الدموي، النمط الضعيف الصفراوي)^(٢)، كما يتفق علماء النفس إن هناك أنماط مزاجية وعصبية تتطلبها نوع فعاليات ورياضات خاصة لتحقيق أفضل الانجازات الرياضية، مما ينبغي على المدربين مراعاة اختيار اللاعبين الناشئين على أساس صفاتهم المزاجية والانفعالية إلى جانب قدراتهم وإمكاناتهم ورغباتهم كما إن ملاحظ اللاعب إثناء المنافسة تمكنا من إصدار حكم على مزاجه ونوعية نمطه مما يعطي عمل تربوياً أعمق.

المزاج هو مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره من الأفراد كما انه الخصائص التي تميز ديناميكية العمليات الانفعالية للفرد ومن امثلة ذلك^(٣) :-

- ١- الدرجة التي يتأثر بها الفرد اثناء المواقف التي تثير انفعاله اي هل تأثره سطحي ام عميق سريع ام بطيء ؟
- ٢- نوع الاستجابة الانفعالية أو نوع رد الفعل الانفعالي اي هل تتميز استجابة الفرد الانفعالية بالقوة ام الضعف ؟
- ٣- نوع الحالة المزاجية السائدة لدى الفرد اي هل تتميز بالمرح او الانقباض بالهدوء أو الاستثارة الدائمة ؟
- ٤- مدى ثبات الحالة المزاجية للفرد اي هل يظهر في حالة مزاجية ثابتة ام دائمة للتقلب ؟

٢-١-١-١-١ أبعاد الانماط المزاجية^(٤) :-

أولاً :- قوة عمليات الاثارة/ يعبر هذا البعد عن سرعة الاستثارة والانفعالات القوية والعميقة وخاصة بعد الهزيمة أو الأداء القوي العنيف وعدم سرعة التحكم في الانفعالات والرغبة في الاشتراك في المنافسات المتتالية وظهور الانفعالات على اللاعب بصورة واضحة .

ثانياً :- قوة عمليات الكف/يعبر هذا البعد عن القدرة على الامتناع عن أداء ما والصبر والمثابرة على ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات قبل المنافسة والقدرة على عدم اظهار تعبيرات انفعالية وسهولة العودة إلى الحالة الطبيعية عقب الإثارة .

^٢ - ليث محمد عياش: الاسلوب المعرفي وعلاقته بالابداع ، ط١، عمان ،دار صفاء للنشر والتوزيع ،٢٠٠٩، ص٥٧

^٣ - مأمون صالح: الشخصية بناؤها تكوينها أنماطها اضطرابها : ط١ ، عمان ،دار اسامة للنشر والتوزيع ،٢٠١١، ص٥٨

^٤ - محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط١ ، جامعة حلوان ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، ١٩٩٨ ، ص٤٧-٤٨ .

ثالثاً :- المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية) /يعبر هذا البعد عن القدرة على سرعة التكيف والموائمة وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة والقدرة على الانشغال في أكثر من عمل في وقت واحد والقدرة على الاندماج في اداء ما دون اي فترة تمهيدية كذلك سرعة التفاهم مع الآخرين .

٢-١-١-٢ سيكولوجية المزاج (٥) :- THE MOOD PSYCHOLOGY .

يعد المزاج إحدى المكونات الرئيسة في الدماغ حيث يشترك مع الإدراك في ادارة وبناء السكيما الدماغية ،ويتكون المزاج من محركات ونوافذ تشغيلية تتحكم في حركته وانبعاثاته، فمحركات المزاج تتشكل من هرم تصاعدي يحتوي على مداخل شعورية تسمح بعبور دفعات عاطفية بنوعها (السعيد ،المحبط) تمررها إلى النوافذ الداخلية التي تقوم بدور التوزيع والتصنيف فنجد أن العملية المزاجية تبدأ العمل بعد ما يخوض المزاج حراكه الذاتي ويفرز مدخلاته بعناية ،يعمل المزاج باتجاهين :-

أ- الاتجاه المسؤول عن العمليات السعيدة والمفرحة (النشوة النفسية، التجارب الناجحة، الامتلاك الذاتي، الثقة بالنفس، الصرامة النفسية، الكفاءة العاطفية) .

ب- الاتجاه المسؤول عن العمليات الحزينة والضاغطة (الخوف من الفشل ،الاحباط النفسي، التجارب الفاشلة، ضحالة العمق الاجتماعي، نقص الكفاءة العاطفية) .

يخضع المزاج لحجم وكمية الدافعية الإدراكية الموجه اليه من قبل التركيز المتجمع وسط الدماغ حيث يعمل المزاج على استحضار وتوقع الجوانب السلبية إلى جانب التوقعات الايجابية سعياً منه إلى تجنبها والتأكد من أنها لم تعمل ضده من هنا نجد المزاج يصمت لحظات قبل أن يختار أو يقرر أو يشارك والقيام بالفحص المستمر للمعلومات فإذا استمرت بسلام يبدأ بالانتعاش وتحريك المشاعر الايجابية ونراه يتصاعد شيئاً فشيئاً لذا يعتمد المزاج في أداءه وفاعليته على التصديرات الإدراكية القادمة من الدماغ والمتأتية من المخزون الإدراكي الفوقي والمستلمة من مدخلات الدماغ (الحواس، البناء الذهني) .

المزاج يتولى في لحظة من اللحظات قيادة الشخصية وبناء المواقف وصياغة القرارات وهذا يحتاج اهتمام وعناية من الدماغ ومحتواه الإدراكي فالمزاج يشبه إلى حد ما إلى الطفل الصغير الذي لا يستغني عن الحماية والأمن والإحاطة وتوفير الدفء الحقيقي وكأنه يبحث عن الاعتراف بالذات واثبات الهوية

٢-١-١-٣ ضبط الايقاع المزاجي :-

يعمل المزاج ضمن سمفونية محكمة يستطيع الدماغ أن ينتج كل أنواع المشاعر بتتنوعها لكن ضابط الايقاع هو الشخص نفسه المتمثل في قوة الإدراك والقادر على ضبط وبناء وربط المشاعر والتوجهات العاطفية وتحديد الحجم والقوة والارتباط ،لذا يجب على الشخص ان يمرن دماغه على مهارات تحدد المشاعر واستحضارها

٥ - فايز عبد الهادي عابد :سيكولوجية المزاج بين الإيحاء والإقناع القسري ،،ط١ ، عمان ،دار صفاء للنشر والتوزيع ،٢٠١١، ص١٩-٢٠.

والمعلومات عن تلك المهارة وهذا يحتاج إلى مساحة كبيرة من التدريب والممارسة حتى يصل إلى مرحلة ضبط الايقاع المزاجي باعتبار ان الشخص لا يستطيع ضبط الايقاع المزاجي ما لم يمتلك قاعدة من المشاعر والمعلومات التي يستطيع ان يبني عليها العمل القادم (المخرجات) ولاشك ان ملكة ضبط الايقاع المزاجي هي منظومة متكاملة تحتوي على باقة من التأسيسات الذهنية المنظمة والتوجيهات المزاجية المدركة فعمق الشعور بالانجاز وأتساع الاتزان النفسي وفعالية دائرة الطموح تساعده على تخطي الكثير من الاخفاقات الادراكية والتناقضات الشعورية التي قد تكون سبباً وراء قوة الدماغ والمزاج معاً لذلك يؤكد علماء النفس على البناء الانفعالي في المراحل الاولى من حياة الانسان لما له من تأثير في بناء وتأسيس التوافقية للذات بشقيها (الادراكي، الشعوري) .

٢-١-١-٤؛ الاضطرابات المزاجية^(٦) :- Mood Disorders

أن التعبير عن المزاج المضطرب يتنوع لدى الأفراد طبقاً لأعمارهم وبشكل عام فان الاضطرابات المزاجية تقل كلما تقدم الإنسان في العمر إما أعراضها تشمل على (الهلاوس المطابقة للحالة المزاجية، الشكاوي الجسدية ، الانسحاب من المواجهة، المظهر الحزين، التقدير الضعيف للذات، التأخر الحركي، الأوهام Delusion، فقدان الأمل، التخيلات الانتحارية، Suicidal ideation، المزاج المكتئب أو المتهيج، الأرق Insomnia، تناقص القدرة على التركيز) وغيرها من الأعراض الاضطرابية للمزاج .

كما ان الاضطرابات المزاجية تظهر بشكل التراخي والكسل والشعور بالفشل وانحراف المزاج وزيادة الحساسية وسهولة جرح المشاعر والانسحاب الاجتماعي والهروب أو العلاقات السطحية المؤقتة مع فقدان الأمل والتشاؤم من المستقبل وفقدان الشهية وتوهم الأمراض والشعور بالعجز ومعاينة الذات والتوقع الدائم للفشل مع تكراره ثم الشعور باليأس بدون بذل المزيد من الجهد .

٢-١-١-٤-١ أسباب الاضطرابات المزاجية :-

أولاً :- العوامل الوراثية .

١- إن صعوبة تحديد الدقة بين العامل الوراثي والاضطرابات المزاجية إلا إن البحث في مجالات الاضطراب الثنائي القطبية أكثر نجاحاً بسبب وضوح المعايير التشخيصية وتشير دراسات التوائم إن التركيب الوراثي يبدو انه يلعب دوراً في نمو الاضطراب الاكتئابي ثنائي القطبية .

٢- احتمالية ظهور الاضطراب المزاجي لدى الأطفال (٢٥%) إذا كان احد والديه مصاباً باضطراب ازدواج القطبية من النوع الأول ومن (٧٥-١٠٠%) إذا كان الوالدين مصابين معاً بالمرض .

٣- وجدت الدراسات الحديثة علاقة ما بين الوراثة (الخاصة بالكروموسومات) وبين الإصابة بأمراض الاضطرابات المزاجية .

^٦ - أسامة فاروق مصطفى:مدخل الى الاضطرابات السلوكية والمعرفية ،، ط ١، عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع ،٢٠١١، ص ٣٤٨-٣٥٥ .

ثانياً :- العوامل الفسيولوجية .

- ١- انخفاض تركيز الأمينات الحيوية في المخ مثل (السيروتونين ، والنورادرينالين ،الدوبامين) وخاصة في الحالات الحادة .
- ٢- تغيير نسب مشتقات تمثيل الامينات الحيوية مثل حامض الهيدروكس اندول استيك (وهو مشتق من السيروتونين) وحامض (هوموفانيسليك المشتق من الدوبامين) .
- ١- اختلال الضبط في منظومة (الادرينالين والاستايل كولين) مع سيطرة المسارات الكولينية

ثالثاً :- الأسباب النفسية والاجتماعية .

- ١- التحليل النفسي ان الخبرات المؤلمة التي يتعرض لها الفرد نتيجة فقدان احد والديه أو التعرض لحدث ما أو المرور بأزمة كلها تتفاعل داخل النفس البشرية ثم تحرك عوامل كامنة وانفعالات مكبوتة والنتيجة ظهور الاضطرابات المختلفة .
- ٢ التحليل المعرفي يؤكد العالم (بيك Beck) ان احدا الطفولة المؤلمة والضغوطات كخبرات (فقدان الأهل والإهمال وعدم القبول)تكون أفكار سلبية اتجاه الذات وانخفاض تقديره لها .
- ٣ التحليل المعرفي والاجتماعي Social - Cognitive Theory تفسر الاضطراب المزاجي من خلال مزج وخطط مفاهيم النماذج العقلية والأهداف الشخصية والأدوار الاجتماعية ويمكن تفسيره بأنه فقدان تحقيق هدف قيم أو دور اجتماعي لدى الفرد الذي لديه مصادر أخرى قليلة لقيمة الذات .

٢-١-١-٤-٢ كيفية علاج الاضطرابات المزاجية :-

- أ. العلاج بالعقاقير يستخدم عقار السيروتونين Serotonin كخط أول للتدخل بالعقاقير للاضطرابات المختلفة وتؤكد الإحصائيات إن الاستجابة في المراحل الأولى للمرض (٧٠-٩٠%) ثم عقار الليثيوم (اسكاليث) Lithium Eskalith .
- ب. العلاج بالصدمات الكهربائية ويستخدم للكثير من المصابين بالإمراض النفسية لدى الراشدين وإمراض الهوس المزاجي .
- ت. العلاج المعرفي السلوكي Cognitive Behavior Therapy إن هذه الطريقة أثبتت تحسناً من خلال استخدام احدث التقنيات المستخدمة من قبل المعالج مثل الاسترخاء وتوطيد العلاقات الاجتماعية والاستماع للمشكلات والتدريب على مواجهة الضغوطات وتجنب الانفعال والتكيف مع المواقف المختلفة بعقلانية .
- ث. العلاج الديناميكي وهو التعرف على نوع الصراعات التي يعاني منها واستخدام اللعب والتحرك والرسوم والمقابلة الشخصية واختيار المواضيع وكيفية التعامل معها .

ج. المساندة الاجتماعية Social Support تعد المساندة الاجتماعية عاملاً هاماً مخففاً شدة الاستثارة العالية فان شعور الفر بان الآخرين من حوله يحبونه ويتقبلونه ويتعاطفون معه من الأمور التي تعمل على تجاوز الصدمة والآثار السلبية لتعرضه لأي أحداث ضاغطة .

ح. العلاج الأسري Family Therapy إن توجيه العلاج إلى أفراد الأسرة قد يحدث ذلك بصورة جماعية ويشترك عدد من أفراد الأسرة في مجموعة علاجية وقد يتم العلاج عن طريق مؤسسات وهيئات اجتماعية تعمل على حل المشكلات للمريض وإعادة تاهيلة للحياة .

٢-١-٢ أدراكات النجاح :-

"إن القول "لاشي ينشئ النجاح مثل النجاح" Nothing Breeds Success Like Success مبدأ هام لدرجة كبيرة بالنسبة للثقة بالنفس وقد يعني هذا النجاح النتائج النهائية للمنافسة ،ولكن قد يكون النجاح التحقق من أداء المهارة جديدة أو الاتساق في الأداء Consistency In Performance وهذا يعني تعدد الطرق التي يمكن تعريف النجاح وكلها تحدد بأهداف عديدة ترتبط بالمواقف المختلفة وكل هدف يحدد قياسات هي نتائج المنافسة"^(٧) .

إن الانتباه للأهداف يحدد طريقة لتحقيق أقصى خبرة نجاح وان وضع أهداف متعددة للمهمة Multiple Task Goals يعطي كل من المدرب والرياضي فرص عديدة للنجاح فالمدرّب يستطيع تركيب البيئات لترقية تطوير الأهداف المختلفة ويستطيع الرياضي التحكم في بيئته الداخلية Inner Environment التي تتضمن وتستهدف الحديث الذاتي لفرص الرياضي لتحقيق النتائج ويشير الاعتقاد بالذات Self Belife إلى الأفكار الأساسية التي يعتقد بها الرياضي عن نفسه وهذا الاعتقاد يكبر (ينمو) أو يتآكل (يتناقص) خلال فترة من الزمن كنتيجة لخبرة الفرد في الرياضة وكيف يتم تفسيرها كما إن تنشئة الثقة بالنفس Nurture Confidence شيئاً هاماً و إلا تترك لرحمة البيئة الرياضية ،كما إن التطوير الايجابي والقوي للاعتقاد الذاتي يعطي أساس ثابت يمكن من خلاله بناء خبرات رياضية ايجابية عديدة وفرص للنجاحات أكثر .

٢-١-٢-١ أبعاد أدراكات النجاح (٨) :-

أولاً :- البعد التنافسي .

إن كل من التحدي والمهارة يمكن تطويرها تدريجياً في مراحل يمكن تحديدها بوضوح فكلما زادة مهارة الرياضي في الإبعاد المختلفة للمهارة كلما نقصت صعوبة التحدي وكلما زاد تحسن مستوى أداء الرياضي كلما وجدت جوانب للتحدي لانجاز الهدف كما يحدث من الرياضي في بداية المنافسة حيث يكون أكثر حماساً Earger مما يجب انجاز الأهداف كما يكون الرياضي اقل عصبية A Little Nervous حيث يكون الحماس بسبب الإعداد

^٧ - عبد العزيز عبد المجيد محمد :سلسلة الاعداد النفسي للرياضيين الطاقة النفسية ، ط ١ ،لقاهرة ،دار العلوم للطباعة والنشر ، ٢٠٠٨ ،ص ١١٢ .
^٨ - محمد حسن علاوي ، وآخرون :الاعداد النفسي في كرة اليد نظريات- تطبيقات ، ط ١ ، القاهرة ،مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٣ ، ص ٣٤٢ .

الجيد وعندما تكون العصبية فهذا يعني ان المنافسة تعني الكثير لدى الرياضي وحينما يكون هدف الرياضي لأفضلية الأداء فانه يعتقد انه يواجه التحدي ولكن نظراً لعدم سهولة الموقف فانه يحتاج لكل ما لديه من جهود بالإضافة إلى الوعي الكامل للأهداف الموضوعه إذ عليه الانتباه والتغلب على القلق ومواجهة جميع التحديات وبشكل سريع ومتوافق وعليه التركيز على:-

- ١- التفكير بوقت المنافسة .
- ٢- الاسترخاء وعدم القلق .
- ٣- كيفية استخدام الخبرة السابقة .
- ٤- استخدام جميع الحواس لتصوير الأحداث .
- ٥- عزل جميع المؤثرات الخارجية .

ثانياً :- البعد التفوقى (التمكن) .

إن هذا البعد يمثل أسئلة خاصة حول أسباب النجاح أو الفشل بان يعزوها الرياضيين إلى أسباب خارجية لا دخل للحالة الداخلية فيها أو قد يربط ذلك بحالات التشاؤم والتفاؤل وهذا كله لا يخضع لأية منهجية علمية صحيحة لذلك أول شي يطلب من اللاعب هو معرفة ما إذا كان في حالة استعداد كامل أم لا بناء على الفهم الدقيق لنفسه وعليه الإحاطة بكل الخبرات السابقة من تدريب ومنافسات وأحاسيس داخلية مرتبطة بظروف معينة ،وكثيراً ما نجد ان اللاعبين يسعون نحو المباريات بمفهوم يقترب من عدم الواقعية وبرغبة للظهور في أفضل الحالات وهذا لا يشكل المنهج غير سليم لمفهوم الاستعداد الرياضي من اجل التفوق وتقتضي الحالة الإمام بكل ظروف المباريات والاستيعاب لمجرياتهما من خلال مساعدة المدرب بالمقابلة والشرح إثناء التدريب وقبل المنافسات بالإضافة إلى مختلف جوانب الإعداد :-

- ١- الإعداد البدني .
- ٢- الإعداد المهاري .
- ٣- الإعداد الخططي .
- ٤- الإعداد النفسي .

٢-١-٢-٢ الطموح وعلاقته بتحقيق النجاح والفشل^(٩)

أن خبرات النجاح والفشل تعد من العوامل المهمة التي تؤثر في مستوى الطموح الذي يضعه الفرد لنفسه ، وكذلك فان مستوى الطموح يعد من أهم العوامل المؤثرة في شعور الرياضي بالنجاح والفشل في المباراة التي يخوضها، أم مستوى الطموح قد يؤثر سلبياً أو ايجابياً على الرياضي، ويأتي ذلك نتيجة للعلاقة بين مستوى الرياضي الحقيقي ومستوى طموحه الموضوع من قبله فإذا كان مستوى الطموح مطابقاً لمستوى الرياضي أو اقل منه بقليل فان ذلك سيفترن ببعض المظاهر السلبية كعدم المبالاة أو عدم بذل المزيد من الجهد لتحسين مستوى الأداء كذلك

^٩ - قاسم حسن حسين :علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال علم التدريب ،،ط١، الموصل ،مطبعة التعليم العالي ، ١٩٩٠ ، ص١٧٧ .

نجد إن مستوى الطموح الذي يضعه الفرد لنفسه بحيث يفوق قدراته الحقيقية وبدرجة عالية وكبيرة سوف يقترن بمظاهر سلبية كالغرور والاستهزاء بالآخرين وبالتالي الفشل لعدم تمكنه من تحقيق أهدافه الموضوعية، إن كل ما ذكر من حالات تدخل ضمن ما يسمى بـ (مستوى الطموح السلبي) أو (مستوى الطموح الايجابي) فهو ذلك المستوى الذي يضعه الفرد لنفسه بحيث يكون اعلي من مستواه الحقيقي وبشكل معقول وبذل المزيد من الجهد والمثابرة من اجل تحقيق أهدافه وطموحاته والاستمرار بمستوى الأداء فمستوى الطموح للفرد يتمثل بالهدف الذي يضعه لنفسه فكلما كان الهدف عالياً وقريباً من مستوى الرياضي وسهل التحقيق كان الحافز لديه قوياً كما إن الرياضيين الذين يمتلكون تقديرات عالية ويتطلعون إلى تحقيق المزيد من النجاحات والانجازات هم يمتلكون قدرات ومفاهيم ايجابية يمكنهم من تحقيق أهدافهم وبالتالي يحصلون على المزيد من القبول والإعجاب والمدح والنجاح وهذا بالعكس من الذين لا يمتلكون إي تقديرات لأنفسهم من حيث المهارة والفهم الايجابي لأنفسهم وبالتالي فان توقعاتهم لتحقيق النجاحات ضعيفة وهذا يفسر من هم يتطلعون إلى مستوى أعلى من الطموح وتحقيق النجاح ومن هم ذات مستوى متدني من الطموح والإصابة بخيبة الأمل والفشل^(١٠).

٢-٢- الدراسات السابقة .

من خلال مسح المصادر والمراجع العلمية والدراسات لم يتم الحصول على دراسة قريبة من الدراسة الحالية ضمن الدراسات المحلية والعربية وهذا ما يوصي به الباحث لاحقاً بضرورة إجراء دراسات مشابهة للمتغيرات المبحوثة سواء كانت على عينات مختلفة ومجتمعات أوسع تشمل عموم الجامعات .

٣- منهجية البحث وأجراءاته الميدانية:-

٣-١ منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات المتبادلة (العلاقات الارتباطية، دراسات المقارنة) والدراسات المقارنة كونه انطباق المنهج وأيسرها في حل مشكلة البحث وتحقيق أهداف الدراسة.

٣-٢ مجتمع وعينة البحث :-

اشتمل مجتمع البحث على طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء للمراحل الأربعة البالغ عددهم (٣٩٤) طالباً في حين جاء اختيار عينة البحث بالأسلوب العشوائي الطبقي وواقع (٢٨٩) طالباً وبنسبة مئوية قدرها (٧٣.٣٥%) من مجتمع الأصل منهم (٢٠٩) طالباً ، (٨٠) طالبة والجدول (١) يبين ذلك :-

١٠ - عابدة ذيب محمد، محمد حسين فطناني: الانتماء والقيادة والشخصية ، ط١، عمان، دار جرير للنشر والتوزيع، ٢٠١٠، ص ١٩٢ .

جدول (١)

يبين مجتمع البحث وتوزيع العينة على الكليات المعنية بالدراسية

المرحل	العدد الكلي	العينة الاستطلاعية		العينة الأساسية		العينة الكلية	
		ذكور	إناث	ذكور	إناث	العدد	النسبة المئوية
المرحلة الأولى	١٤٤	٥	٤	٧٦	٢٤	١٠٠	٦٩.٤٤%
المرحلة الثانية	٩٠	٦	٤	٤٨	٢٣	٧١	٧٨.٨٩%
المرحلة الثالثة	٨٧	٤	٤	٤٣	١٥	٥٨	٦٦.٦٧%
المرحلة الرابعة	٧٣	٦	٦	٤٢	١٨	٦٠	٨٢.١٩%
المجموع	٣٩٤	٢١	١٨	٢٠٩	٨٠	٢٨٩	٧٣.٣٥%

٣-٣ وسائل البحث والأجهزة والأدوات المستخدمة :-

حتى يتمكن الباحث من انجاز عملهم على أكمل وجه لابد من الاستعانة بالأدوات والوسائل التي تساعدهم ويقصد بها "جميع الوسائل والأدوات التي سوف يستمد منها الباحث في كل مرحلة من مراحل بحثه"^(١١).

٣-٣-١ الوسائل البحثية :-

١. المصادر والمراجع العربية والأجنبية
٢. المقاييس النفسية
٣. الاستبيان

٣-٣-٢ الأدوات المستخدمة :-

١. جهاز حاسوب
٢. أقلام

٣-٤ إجراءات تحديد المتغيرات :-

٣-٤-١ إجراء تحديد مقياس الأنماط المزاجية^(١٢) :-

لغرض التعرف على الأنماط المزاجية لدى طلبة كلية التربية الرياضية قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية واعتماد مقياس الأنماط المزاجية المعد من قبل (محمد حسن علاوي) بهدف التعرف على الأنماط المزاجية لدى طلبة كلية التربية الرياضية والمتكون من (٣٠) فقرة من خلال (٣) أبعاد تتمثل بـ (قوة عمليات الإثارة، قوة عمليات الكف، المرونة الشخصية(ديناميكية العمليات العصبية) ثم قام الباحث بعرض المقياس على

^{١١} - سامي محمد ملحم : القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، ط٣ ، ٢٠٠٥ ، ص١٢٧ .

^{١٢} - محمد حسن علاوي : مصدر سبق ذكره ، ١٩٩٨ ، ص ٤٧ .

مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (*) لبيان مدى صلاحية فقرات المقياس في قياس الأنماط المزاجية لدى الطلبة وبعد جمع الاستمارات (استمارات الاستبيان) سعى الباحث الى استخراج قيم (كا) لبيان صلاحية الفقرات في قياس ما وضعت لأجله على ضوء إجابات الخبراء والمختصين الذين عرض عليهم المقياس والجدول (٢) يبين ذلك .

جدول (٢)

يبين عدد الخبراء ونسبة الموافقة وقيم (كا) المحسوبة والجدولية والدلالة المعنوية

الفقرات	عدد الفقرات	عدد الخبراء	عدد الخبراء الموافقون	النسبة المئوية	قيمة (كا) المحسوبة	قيمة (كا) الجدولية	الدلالة المعنوية
(١،٢،٤،٥،٦،٨،٩،١٠،١١،١٢،١٣،١٤،١٥)	١٣	١٢	١٢	%١٠٠	١٢	٣.٨٤	معنوي
(١٦،١٧،١٨،٢١،٢٥،٢٧،٢٨،٢٩)	٩	١٢	١١	%٩١	٨.٣٣	٣.٨٤	معنوي
(٣،١٩،٢٠،٢٢،٢٣،٢٤،٢٦،٧)	٨	١٢	١٠	%٨٣	٥.٣٣	٣.٨٤	معنوي

من خلال الجدول (٢) يتبين ان نسبة موافقة الخبراء بالنسبة إلى مقياس الأنماط المزاجية لدى طلبة كلية التربية الرياضية كانت على ثلاثة أنواع الأول فقد بلغة (١٢) من أصل (١٢) خبير ونسبة مئوية ١٠٠% إذ بلغة قيمة (كا) المحسوبة (١٢) وهي اكبر من قيمة (كا) الجدولية البالغة (٣.٨٤) مما يدل على معنوية الفقرات إما النوع الثاني من الفقرات الخاصة بمقياس الأنماط المزاجية فقد بلغت عدد الخبراء والمختصون الموافقون (١١) من أصل (١٢) خبير ونسبة مئوية (٩١%) وبهذا بلغة قيمة (كا) المحسوبة (٨.٣٣) وهي اكبر من قيمة (كا) البالغة (٣.٨٤) وهي معنوية ايضاً بالنسبة إلى جميع فقرات المقياس إما بالنسبة إلى الفقرات الأخرى فقد مثلت نسبة موافقة (١٠) خبراء من أصل (١٢) خبير وقد حققت نسبة مئوية (٨٣%) وبلغة قيمة (كا) المحسوبة (٥.٣٣) وهي اكبر من القيمة (كا) البالغة (٣.٨٤) وهي معنوية أيضاً

٣-٤-٢ إجراء تحديد مقياس أدراكات النجاح (١٣)

لغرض التعرف على أدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية قام الباحث بمسح المصادر والمراجع العلمية واعتماد مقياس أدراكات النجاح المعد من قبل (جلن روبرتس Roberts و جلوريا بلاجوي Balague) 1991 لتطبيقه في المجال الرياضي ولقياس توجهات دافعية المهمة والذات ويتكون من (١٤) فقرة من خلال بعدين أساسيين هما (البعد التنافسي Competitiveness) (البعد التمكني التفوق Mastery) بهدف التعرف على أدراكات النجاح ثم قام الباحث بعرض المقياس على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين * لبيان مدى صلاحية فقرات المقياس في قياس أدراكات النجاح لدى طلبة الكلية وبعد جمع الاستمارات (استمارات الاستبيان) قام الباحث باستخراج قيم (٢١) لبيان صلاحية الفقرات في قياس ما وضعت لأجله على ضوء إجابات الخبراء والمختصين الذين عرض عليهم المقياس والجدول (٣) يبين ذلك .

جدول (٣)

يبين عدد الخبراء ونسبة الموافقة وقيم (كا) المحسوبة والجدولية والدلالة المعنوية

الفقرات	عدد الفقرات	عدد الخبراء	عدد الخبراء الموافقون	النسبة المئوية	قيمة (كا) المحسوبة	قيمة (كا) الجدولية	الدلالة المعنوية
(١،٢،٣،١١،١٠،٦)	٦	١٢	١٢	١٠٠%	١٢	٣.٨٤	معنوي
(٤،٨،٧،٥،١٢،٩،١٣،١٤)	٨	١٢	١١	٩١%	٨.٣٣	٣.٨٤	معنوي

من خلال الجدول (٣) يتبين ان نسبة موافقة الخبراء بالنسبة إلى مقياس أدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية كانت على نوعان الأول فقد بلغة (١٢) من أصل (١٢) خبير ونسبة مئوية ١٠٠% إذ بلغة قيمة (٢١) المحسوبة (١٢) وهي اكبر من قيمة (٢١) الجدولية البالغة (٣.٨٤) مما يدل على معنوية الفقرات أما النوع الثاني من الفقرات الخاصة بمقياس أدراكات النجاح فجاءت إجابات السادة الخبراء والمختصون الموافقون (١١) من أصل (١٢) خبير ونسبة مئوية (٩١%) وبهذا بلغة قيمة (٢١) المحسوبة (٨.٣٣) وهي اكبر من قيمة (٢١) البالغة (٣.٨٤) وهي معنوية ايضاً بالنسبة إلى جميع فقرات المقياس مما يدل على صلاحية المقياس لعينة الدراسة.

٣-٤-٣ التجربة الاستطلاعية :-

"التجربة الاستطلاعية هي تجربة مصغرة يقوم بها الباحث لاختبار مدى تغير صلاحية التجربة الرئيسة وتكمن أهميتها في الوقوف على السلبيات التي ستواجه الباحث لتفاديها في التجربة الرئيسة"^(١٤).
إذ قام الباحث باستطلاع مقياسي الأنماط المزاجية وأدراكات النجاح للجنسين من طلبة الكلية على عينة بلغت (٣٩) طالباً بواقع (٢١) طالب و(١٨) طالبة من طلبة كلية التربية الرياضية بغية التعرف على أهم الصعوبات والمعوقات التي قد تواجه الباحث أثناء قيامه بالتجربة الرئيسة ومعرفة الوقت اللازم لاستجابات الطلبة على فقرات المقياسين إذ استغرقت الإجابة ما بين (١٠- ١٥) دقيقة على جميع فقرات المقياسين .

٣-٤-٤ الأسس العلمية للمقياسين :-

أولاً :- الصدق .

بغية التحقق من صدق مقياسي الأنماط المزاجية وأدراكات النجاح سعى الباحث للحصول على احد أنواع الصدق الظاهري وهو صدق المحتوى من خلال عرض فقرات المقياسين على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي وبيان صلاحية المقياسين لطلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء .

ثانياً :- الثبات .

لغرض الحصول على درجة ثبات لمقياس الأنماط المزاجية لدى الطلبة قام الباحث باستخدام أسلوب معامل (الفا- كرونباخ) احد أساليب التجزئة النصفية لطريقة إيجاد الثبات وتعتمد فكرة هذا الأسلوب في إيجاد الارتباطات الداخلية لفقرات المقياس حيث بلغت قيم (الفا- كرونباخ) لأبعاد الأنماط المزاجية (قوة عمليات الإثارة، قوة عمليات الكف، المرونة الشخصية) (٠.٨٢ ، ٠.٨٤ ، ٠.٨٨) على التوالي كما تم تطبيق نفس الأسلوب بالنسبة إلى مقياس أدراكات النجاح لمعرفة درجة ثبات أبعاد (التنافس، التمكن(الفوق)) إذ بلغت قيمهما (٠.٨١ ، ٠.٨٥) على التوالي وهما مؤشران عاليين لثبات مقياس أدراكات النجاح لدى طلبة كلية التربية الرياضية.

٣-٥ التجربة الرئيسة :-

باشر الباحث بتطبيق مقياسي الأنماط المزاجية وادراكات النجاح للجنسين على طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء استغرق تطبيق المقياسين (٤) أيام بدءاً يوم الاحد (٢٠١٢/٣/٤) وانتهت يوم الأربعاء (٢٠١٢/٣/٧)

^{١٤} - وجيه محبوب: طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط١، بغداد ،دار الكتب للنشر ، ١٩٨٨ ، ص٧٨ .

٣-٦ تصحيح المقاييس :-

بعد الانتهاء من التجربة الرئيسية قام الباحث بتفريغ البيانات التي حصل عليها من استمارات الاستبيان المعدة للطلبة (الذكور، الإناث) كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء في استمارة تحتوي على جداول خاصة لكل بعد من إبعاد متغيرات البحث (الأنماط المزاجية، أدراكات النجاح) معتمداً على مفتاح التصحيح للمقياسين كالتالي :-

أولاً:- تصحيح مقياس الأنماط المزاجية .

- يتضمن بعد قوة عمليات الإثارة على (١٠) عبارات
- أرقام العبارات في اتجاه البعد هي (١٣، ١٠، ٤، ١، ٢٨، ٢٥، ١٦) ،أرقام العبارات في عكس اتجاه البعد هي (٧، ١٩، ٢٢) .
- يتضمن بعد قوة عمليات الكف (١٠) عبارات
- أرقام العبارات في اتجاه البعد هي (٥٢، ١١، ١٤، ١٧، ٢٩، ٢) ،أرقام العبارات التي عكس البعد هي (٨، ٢٠، ٢٣، ٢٦) .
- يتضمن بعد ديناميكية العمليات العصبية (مرونة الشخصية) (١٠) عبارات .
- أرقام العبارات التي في اتجاه البعد هي (٦، ٩، ١٢، ١٨، ٢١، ٢٧، ٣٠) ،أرقام العبارات عكس اتجاه البعد هي (٣، ١٥، ٢٤) .
- يتم منح (٣، ٢، ١) للبدائل (بدرجة قليلة ،بدرجة متوسطة، بدرجة كبيرة) في نفس اتجاه البعد.
- يتم منح (٣، ٢، ١) للبدائل (بدرجة قليلة ،بدرجة متوسطة، بدرجة كبيرة) في عكس اتجاه البعد.
- يتم إعطاء الدرجة لكل بعد على حدة إذ إن المقياس ليس له درجة كلية والدرجة العالية للبعد تميز الفرد بذلك البعد عن غيره .

ثانياً:- تصحيح مقياس أدراكات النجاح .

- يتضمن بعد (التنافس) (٦) عبارات .
- أرقام العبارات هي (٦، ٢، ٣، ١٠، ١١) .
- يتضمن بعد (التمكن) (٨) عبارات .
- أرقام العبارات هي (٤، ٥، ٧، ٨، ٩، ١٢، ١٣، ١٤) .
- يتم منح (٥، ٤، ٣، ٢، ١) للبدائل (بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً) .

٣-٧ الوسائل الإحصائية :-

أستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (SPSS) لغرض إيجاد المعالجات الإحصائية :-

- ١- النسبة المئوية
- ٢- مربع (كا ٢)
- ٣- الوسط الحسابي
- ٤- الانحراف المعياري
- ٥- الخطأ المعياري
- ٦- اختبار (t) لعينتين مستقلتين وغير متساويتين .
- ٧- معادلة (الفا كرومباخ) .
- ٨- ارتباط بيرسون

٤- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:-

٤-١ عرض وتحليل ومناقشة واقع الأنماط المزاجية وأدراكات النجاح للذكور والإناث .

٤-١-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج واقع الأنماط المزاجية لطلبة كلية التربية الرياضية

تحقيقاً لهدف الدراسة الأول سعى الباحث إلى استخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري لأبعاد الأنماط المزاجية للذكور والإناث من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء بغية التعرف على واقع الأنماط المزاجية لدى أفراد عينة البحث وبذلك تم تحقيق الهدف الأول من الدراسة والجدول (٤) بين ذلك .

جدول (٤)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري لأبعاد الأنماط المزاجية للذكور والإناث لأفراد عينة البحث

الإناث				الذكور				الإحصائيات الأبعاد
الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	حجم العينة	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	حجم العينة	
٠.٤٤	٣.٨٨	١٨.٨٠	٨٠	٠.١٩	٢.٧٧	٢١.٥٠	٢٠٩	قوة عمليات لإثارة
٠.٤١	٣.٩٦	١٧.٣٣	٨٠	٠.٢٢	٣.٢٠	١٨.٤٩	٢٠٩	قوة عمليات الكف
٠.٣١	٢.٧٨	١٨.٦٥	٨٠	٠.٢١	٣.١٠	٢٠.٨٧	٢٠٩	المرونة الشخصية

٤-١-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج واقع أدراكات النجاح وأبعادها لطلبة كلية التربية الرياضية

تحقيقاً لهدف الدراسة الثاني سعى الباحث إلى استخراج قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري لأبعاد أدراكات النجاح للذكور والإناث من طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كربلاء بغية التعرف على واقع أدراكات النجاح لدى أفراد عينة البحث وبذلك تم تحقيق الهدف الثاني من الدراسة والجدول (٥) بين ذلك .

جدول (٥)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والخطأ المعياري لأدراكات النجاح وأبعادها للذكور والإناث لأفراد عينة البحث

عينة الإناث				عينة الذكور				الإحصائيات الإبعاد
الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	حجم العينة	الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	حجم العينة	
٠.٢٧	٢.٥٠	١٩.٣٥	٨٠	٠.٢٤	٣.٦٠	٢٢.١٨	٢٠٩	البعد التنافسي
٠.٣١	٢.٧٩	١٧.٧٤	٨٠	٠.٢١	٣.١١	١٩.٦٩	٢٠٩	البعد التمكّن (التفوق)
٠.٨٠	٧.١٨	٣٥.٤	٨٠	٠.٥٨	٨.٤٧	٤٤.٩٢	٢٠٩	ادراكات النجاح

٤-٢ واقع الفرق بين الطلاب والطالبات في كل من الأنماط المزاجية وإدراكات النجاح وأبعادها
٤-٢-١ واقع الفرق بين الطلاب والطالبات في أبعاد الأنماط المزاجية .

جدول (٦)

يبين اختبار (t-test) بين الذكور والإناث من الطلبة في قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لإبعاد الأنماط المزاجية .

قيمة (t) الجدولية	قيمة (t) المحتسبة	عينة الإناث		عينة الذكور		الإحصائيات الإبعاد
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف الامعياري	الوسط الحسابي	
١.٩٦	٦.٧٥	٣.٨٨	١٨.٨٠	٢.٧٧	٢١.٥٠	قوة عمليات الإثارة
١.٩٦	٢.٥٧	٣.٩٦	١٧.٣٣	٣.٢٠	١٨.٤٩	قوة عمليات الكف
١.٩٦	٥.٦٩	٢.٧٨	١٨.٦٥	٣.١٠	٢٠.٨٧	المرونة الشخصية

من خلال الجدول (٦) تبين ان قيمة (t) المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الذكور والإناث بالنسبة إلى بعد قوة عمليات الإثارة قد بلغة قيمة قدرها (٦.٧٥) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١.٩٦) عند درجة حرية (٢٨٧) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يؤشر ان هنالك فروق معنوية لصالح الذكور من الطلبة ذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ (٢١.٥٠) هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي للإناث البالغ قيمة قدرها (١٨.٨٠) .

كما أظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الذكور والإناث بالنسبة إلى بعد قوة عمليات الكف قد بلغة قيمة قدرها (٢.٥٧) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١.٩٦) عند درجة حرية (٢٨٧) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يؤشر ان هنالك فروق معنوية لصالح الذكور من الطلبة ذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ (١٨.٤٩) هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي للإناث البالغ قيمة قدرها (١٧.٣٣) .

كما أظهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة بين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الذكور والإناث بالنسبة إلى بعد المرونة الشخصية قد بلغة قيمة قدرها (٥.٦٩) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١.٩٦) عند درجة حرية (٢٨٧) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يؤشر ان هنالك فروق معنوية لصالح الذكور من الطلبة ذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ (٢٠.٨٧) هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي للإناث البالغ قيمة قدرها (١٨.٦٥) .

وهذا يفسره التواتر البيولوجي يؤثر في المزاج اذ ان تغييرات الأنماط المزاجية للإناث من وقت لآخر ربما تشعر الإناث بتغير مشاعرهن الرياضية الخاصة بالتدريب والجهود التنافسية وهذا بدوره يؤثر على كيفية التعامل مع الفوز أو الهزيمة إضافة إلى اضطرابات الحيض تلعب دور في تغيير أنماط المزاج وتذبذبه وعلى المدربين ان يكونوا مستعدين للتأقلم مع التغييرات الممكنة في المزاج بالإضافة إلى ان النساء هن اقل اثارة للمنافسة الرياضية من الذكور اذ يستمتع الذكور بالتحدي في المنافسة واكثر دافعية للمشاركة في الرياضة والانهاك Engage في اظهار سلوك المخاطرة بالإضافة الى الرغبة في الكفاح من اجل تحقيق الاهداف كما ان للذكور درجات عالية من الثقة وهي اهم الحالات العقلية لتحقيق النجاح في المنافسة الرياضية وتعرف بالثقة الرياضية Sport Confience وهي تصور الاعتقاد الدائم للنجاح في الرياضة وهذا ما يضمن للذكور درجات عالية من الثقة الانفعالية الايجابية وتحسن التركيز والاقتصاد بالجهد واقل توترات عضلية وتحسن القدرة على تذكر استراتيجيات المنافسة واكثر سرعة ودقة في اتخاذ القرارات من الاناث (١٥)

٤-٢-٢ واقع الفرق بين الطلاب والطالبات لأدراكات النجاح وأبعادها .

جدول (٧)

يبين اختبار (t-test) بين الذكور والاناث من الطلبة في قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لأدراكات النجاح وأبعادها .

قيمة الجدولية (t)	قيمة (t) المحتسبة	عينة الاناث		عينة الذكور		الاحصائيات الابعاد
		الانحراف الامعياري	الوسط الحسابي	الانحراف الامعياري	الوسط الحسابي	
١.٩٦	٦.٤٦	٢.٥٠	١٩.٣٥	٣.٦٠	٢٢.١٨	البعد التنافسي
١.٩٦	٤.٩١	٢.٧٩	١٧.٧٤	٣.١١	١٩.٦٩	بعد لتمكن(التفوق)
١.٩٦	٨.٩٤	٧.١٨	٣٥.٤	٨.٤٧	٤٤.٩٢	ادراكات النجاح

من خلال الجدول (٧) تبين ان قيمة (t) المحسوبة بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الذكور والاناث بالنسبة إلى البعد التنافسي قد بلغت قيمة قدرها (٦.٤٦) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١.٩٦) عند درجة حرية (٢٨٧) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يؤشر ان هنالك فروق معنوية لصالح الذكور من

^{١٥} - مروان عبد المجيد ابراهيم : الرياضة للجميع ، عمان، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ط١ ، ٢٠٠٤ ، ص ٣١-٤٧ .

الطلبة ذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ (٢٢.١٨) هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي للإناث البالغ قيمة قدرها (١٩.٣٥) .

كما اظهرت النتائج ان قيمة t المحسوبة بين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية بين الذكور والاناث بالنسبة إلى بعد التمكن (التفوق) قد بلغة قيمة قدرها (٤.٩١) وهي اكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (١.٩٦) عند درجة حرية (٢٠٧) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهذا يؤشر ان هنالك فروق معنوية لصالح الذكور من الطلبة ذلك لان قيمة وسطهم الحسابي والبالغ (١٩.٦٩) هو اكبر من قيمة الوسط الحسابي للإناث البالغ قيمة قدرها (١٧.٧٤) .

وهذا يفسر ان النساء ربما يتصرفن بطرائق مناسبة مرتبطة بالحالة عند ما يواجهن تحديات المنافسة الرياضية النشطة وان العديد من هؤلاء الرياضيات يتراجعن في عرض امكانيتهن وقدراتهن الحقيقية عند المواجه الحقيقية فهناك احتمال اظهارهن سمات اخرى واجزاء اكثر مرونة في حالات التي تتطلب سمات سلوك لا ينفعان مع المنافسة الرياضية الحقيقية ، كما ان الخوف من النجاح قد يعزى إلى الأداء الضعيف (الأداء القليل جداً) لدى الاناث اذ اظهرت عدد من دراسات ان الذكور اقل تخوفاً من الاناث في تحقيق النجاح اذ ان تحقيق الاناث للنتائج لا تتعدى النتائج الاعتيادية وهذا يعطي تقديراً للذات اقل مما هو للذكور كذلك ان درجة العدائية للاناث اقل من الذكور وهذا يرجع إلى التكوين الفسيولوجي والسلوكي لديهن ، كذلك ان التوجهات الدافعية للاناث اقل من الذكور وماتتضمنه من قوة رغبة ، الاسترخاء و القلق من تحقيق الاهداف، بالاضافة إلى ان الذكور هم اكثر ادراك للنجاح والمنافسة خلال سنوات الخبرة والممارسة الرياضية من خلال الوصول للانجازات المستمرة واظهار قدراتهم وامكانياتهم الحقيقية اكثر من الاناث لانهم اكثر ثباتاً ولهم نزعات سلوكية معينة تتناسب مع نوعية الفعالية الرياضية كما ان الاناث اكثر انفعالاً واقل عدوانية واقل امكانية في القيادة واكثر عاطفية في اغلب المواقف (١٦).

٣-٤ العلاقة بين ابعاد الانماط المزاجية وادراكات النجاح وابعادها لطلاب وطالبات كلية التربية الرياضية .

١-٣-٤ العلاقة بين ابعاد الانماط المزاجية وادراكات النجاح وابعادها للطلاب كلية التربية الرياضية .

جدول (٨)

يبين طبيعة الارتباط (بيرسون) بين متغيرات البحث لأفراد عينة البحث (الذكور)

المتغيرات	بعد التنافس	بعد التمكن (التفوق)	ادراكات النجاح
قوة عمليات الاثارة	* ٠.٤٢	* ٠.٣٦	* ٠.٣٩
قوة عمليات الكف	٠.٣٣-	٠.٢٨-	٠.٤١-
المرونة الشخصية (ديناميكية) العمليات العصبية	* ٠.٤٨	* ٠.٣٩	* ٠.٤٣

* علاقة ارتباط معنوية لانها اكبر من الدرجة الجدولية البالغة (٠.١٣٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٠٨) .
من خلال جدول (٨) يتبين ان هناك علاقة ارتباط طردية بين بعد قوة عمليات الاثارة للانماط المزاجية وبعدي ادراكات النجاح (التنافس ، التمكن أو التفوق) اذ اظهرت النتائج ان معامل الارتباط قد بلغ (٠.٤٢) (٠.٣٦) على التوالي عند درجة حرية (٢٠ ٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.١٣٨) مما يدل على وجود علاقة ارتباط بينهما ، كما توجد علاقة ارتباط عكسية بين بعد قوة عمليات الكف وبعدي ادراكات النجاح (التنافس، التمكن أو التفوق) اذ اظهرت النتائج ان معامل الارتباط قد بلغ (-٠.٣٣) (-٠.٢٨) على التوالي عند درجة حرية (٢٠٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهي اصغر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.١٣٨) مما يدل على وجود علاقة ارتباط بينهما ، كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط طردية بين بعد المرونة الشخصية للانماط المزاجية وبعدي ادراكات النجاح (التنافس ، التمكن أو التفوق) اذ اظهرت النتائج ان معامل الارتباط قد بلغ (٠.٤٨) (٠.٣٩) على التوالي عند درجة حرية (٢٠٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.١٣٨) مما يدل على وجود علاقة ارتباط بينهما .

٤-٣- العلاقة بين إبعاد الأنماط المزاجية وإدراكات النجاح وإبعادها للطلقات كلية التربية الرياضية .

جدول (٩)

يبين طبيعة الارتباط (بيرسون) بين متغيرات البحث لأفراد عينة البحث (الاناث)

المتغيرات	بعد التنافس	بعدالتمكن(التفوق)	ادراكات النجاح
قوة عمليات الاثارة	٠.١٨	٠.١٦	٠.١١
قوة عمليات الكف	٠.١٣	٠.١٠	٠.١٤
المرونة الشخصية(ديناميكية العمليات العصبية)	٠.٢٠	٠.١٩	٠.٩

من خلال جدول (٩) يتبين ان هناك علاقة ارتباط غير معنوية بين بعد قوة عمليات الاثارة للانماط المزاجية وبعدي أدراكات النجاح (التنافس ،التمكن أو التفوق) اذ اظهرت النتائج ان معامل الارتباط قد بلغ (٠.١٨) (٠.١٦) على التوالي عند درجة حرية(٧٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهي اصغر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.٢١٧) ،كما توجد علاقة ارتباط غير معنوي ايضاً بين بعد قوة عمليات الكف وبعدي أدراكات النجاح (التنافس، التمكن أو التفوق) اذ اظهرت النتائج ان معامل الارتباط قد بلغ (٠.١٣) (٠.١٠) على التوالي عند درجة حرية(٧٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهي اصغر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.٢١٧) ،كما اظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط غير معنوي بين بعد المرونة الشخصية للانماط المزاجية وبعدي أدراكات النجاح (التنافس ،التمكن أو التفوق) اذ اظهرت النتائج ان معامل الارتباط قد بلغ (٠.٢٠) (٠.١٩) على التوالي عند درجة حرية(٧٩) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وهي اصغر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (٠.٢١٧)

٥- الاستنتاجات والتوصيات :-

٥-١ الاستنتاجات :-

١- هناك فروق حقيقية بين طلاب كلية التربية الرياضية وطلقاتها في ابعاد الانماط المزاجية وإدراكات النجاح وإبعادها .

٢- امتاز الطلبة (الذكور) بدرجات عالية في كل من أبعاد الانماط المزاجية وإدراكات النجاح وإبعادها على خلاف الطالبات اللواتي امتازن بدرجات واطئة في المتغيرات المبحوثة .

٣- وجود علاقة ارتباط طردية بين كل من بعدي الانماط المزاجية (قوة عمليات الاثارة ،المرونة الشخصية) وبعدي أدراكات النجاح (التنافس ،التمكن(التفوق)) لطلاب كلية التربية الرياضية .

٤- وجود علاقة ارتباط عكسية بين كل من بعد الانماط المزاجية قوة عمليات الكف وبعدي ادراكات النجاح (التنافس، التمكن أو التفوق) لطلاب كلية التربية الرياضية.

٥- لا توجد أية علاقة حقيقية بين أبعاد الانماط المزاجية وبعدي ادراكات النجاح لطالبات كلية التربية الرياضية.

٢-٥ التوصيات :-

- ١- وضع نتائج البحث الحالي بين ايدي المختصين للتعامل السليم مع طلبتها أرائها .
- ٢- معرفة الانماط المزاجية وواقعها لدى طلبة كلية التربية الرياضية بشكل دوري للتعرف على ادراكات النجاح لديهم .
- ٣- تقييم عمليات الاثارة وعمليات الكف والمرونة الشخصية للطلبة وبصورة مستمرة لمعرفة النمط المزاجي من خلال مشاركتهم با الاختبارات .
- ٤- تحفيز الطالبات على زيادة دافعيتهم لتطوير عمليات الاثارة من خلال مواجهة العديد من المواقف التي تتطلب تحدي ومنافسة وهذا يشعرهم بامتلاك الفهم الايجابي للذات واحترام الآخرين .
- ٥- الحد من اظهار السلوك العدواني في الرياضة من خلال تفعيل عمليات الكف لدى الرياضيين من خلال ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات والتاكيد على الالتزام بتطبيق القوانين بما يضمن سلامة الرياضيين .
- ٦- ضرورة حث المدربين والعاملين في مجال التربية الرياضية اختيار اهم الوسائل وافضل الأساليب في التدريب على مهارات ضبط محركات المزاج من خلال السيطرة على السلوك وبناء قوة الادراك للنجاح وصولاً للتحكم بالمواقف المختلفة .
- ٧- يجب على المدربين والمربين الرياضيين الذين يتعاملون مع النساء الرياضيات ان يكونوا على اطلاع على طبيعة التمارين المؤثرة في وظائف الطمث وان يكونوا مستعدين للتأقلم مع التغييرات الممكنة من المزاج وتنظيم الاجهاد البدني والنفسي خلال الإعداد
- ٨- ضرورة حث الباحثين بأجراء دراسات مشابهة تشمل عينات اوسع ولمجتمعات مختلفة لغرض اجراء المقارنة

المصادر والمراجع العربية والأجنبية

- ١- أسامة فاروق مصطفى: مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والمعرفية ، ط ١ ، عمان ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، ٢٠١١ .
- ٢- ثائر احمد غباري ، خالد محمد ابو شعيرة: سيكولوجيا الشخصية ، ط ١ ، عمان ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، ٢٠١٠ .
- ٣- سامي محمد ملحم: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط ٣ ، عمان ، جامعة حلون ، دار الميسرة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٥ .
- ٤- عايدة ذيب محمد، محمد حسين قطناني: الانتماء والقيادة والشخصية ، ط ١ ، عمان ، دار جرير للنشر والتوزيع ، ٢٠١٠ .
- ٥- عبد العزيز عبد المجيد محمد :سلسلة الإعداد النفسي للرياضيين الطاقة النفسية ، ط ١ ، القاهرة ، دار العلوم للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٨ .
- ٦- فايز عبد الهادي عايد : سيكولوجية المزاج بين الایحاء والافناع القسري، ط ١ ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، ٢٠١١ .
- ٧- قاسم حسن حسين : علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته في مجال علم التدريب ، ط ١ ، الموصل ، مطبعة التعليم العالي ، ١٩٩٠ .
- ٨- ليث محمد عياش :الاسلوب المعرفي وعلاقته بالابداع ، ط ١ ، عمان ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٩ .
- ٩- مأمون صالح: الشخصية بنائها تكوينها أنماطها اضطرابها ، ط ١ عمان ، دار اسامة للنشر والتوزيع ، ٢٠١١ .
- ١٠- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ط ١ ، الاردن ، جامعة حلوان ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، ١٩٨٨ .
- ١١- محمد حسن علاوي ، وآخرون : الإعداد النفسي في كرة اليد نظريات- تطبيقات ، ط ١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٨ .
- ١٢- مروان عبد المجيد ابراهيم : الرياضة للجميع ، ط ١ ، عمان ، دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ٢٠٠٤ .
- ١٣- وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، ط ١ ، بغداد ، دار الكتب للنشر والتوزيع ، ١٩٨٨ .

ملحق (١)

أسماء السادة الخبراء والمختصين

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	التخصص الدقيق	مكان العمل
١.	ياسين علوان التميمي	أ.د.	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية/جامعة بابل
٢.	عامر سعيد الخيكاني	أ.د.	علم النفس الرياضي - كرة القدم	كلية التربية الرياضية/جامعة بابل
٣.	حسين ربيع	أ.د.	علم النفس التربوي	كلية التربية /جامعة بابل
٤.	عزيزكريم النايف	أ.د.	علم النفس التربوي	كلية التربية /جامعة كربلاء
٥.	حيدر عبد الرضا طراد	أ.م.د.	علم النفس الرياضي - الكرة الطائرة	مديرية التربية الرياضية والفنية /جامعة بابل
٦.	محمد نعمة حسين	أ.م.د.	علم النفس الرياضي - ساحة وميدان	كلية التربية الرياضية /جامعة بابل
٧.	شيماء خميس النعيمي	أ.م.د.	علم النفس الرياضي - لكرة الطائرة	مديرية التربية الرياضية والفنية /جامعة بابل
٨.	حيدر حسين حسن	أ.م.د.	علم النفس التربوي	كلية التربية /جامعة كربلاء
٩.	رائد عبد الامير	م.د.	علم النفس الرياضي - الكرة الطائرة	مديرية التربية الرياضية والفنية /جامعة بابل
١٠.	حسن علي حسين	م.د.	اختبار وقياس - كرة قدم	كلية التربية الرياضية /جامعة كربلاء
١١.	عزيز كريم وناس	م.د.	اختبار وقياس - كرة قدم	كلية التربية الرياضية /جامعة كربلاء
١٢.	أياد ناصر حسين	م.د.	علم النفس الرياضي - الكرة الطائرة	كلية التربية الرياضية /جامعة كربلاء