



## المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي

### لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة

أ. مشرفة محمد محمد محبوب  
د. مؤمن نظمي عودة أبو مصطفى  
كلية التربية، جامعة سرت، دولة ليبيا  
كلية الآداب، جامعة الجفرة، دولة ليبيا

Email: [ems.mahjob@su.edu.ly](mailto:ems.mahjob@su.edu.ly)

**ملخص:** هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى علاقة المهارات النفسية، بالتفوق الرياضي لدى لاعبي الأندية لكرة القدم في بلدية الجفرة، ومستوى كل من المهارات النفسية، والتفوق الرياضي. وتكونت عينة الدراسة من جميع اللاعبين المنتظمين في التمرينات، والتدريبات بشكل منتظم، ويتواجدون باستمرار في الأندية، وعددهم (270) لاعباً من لاعبي أندية كرة القدم ببلدية الجفرة. استخدم الباحثان مقياس كل من: المهارات النفسية، إعداد: بل والبنسون وشامبروك، ترجمة وتعريب: محمد حسن علاوي، والتفوق الرياضي، إعداد: (أبو مصطفى، 2019). كما استخدم الباحثان الأساليب الإحصائية الآتية: المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية، ومعامل ارتباط بيرسون. وظهرت نتائج الدراسة أنّ مجال القدرة على تركيز الانتباه جاء أعلى مستوى بمتوسط (3.85)، ونسبته المئوية (64%)، ويليه على التوالي المجالات الآتية: مجال القدرة على مواجهة القلق بمتوسط (3.50)، ونسبته المئوية (58%)، ومجال الثقة بالنفس بمتوسط (3.15)، ونسبته المئوية (52%)، ومجال القدرة على التصور بمتوسط (3.12)، ونسبته المئوية (52%)، أما الدرجة الكلية للمقياس فجاءت بمتوسط (3.19)، ونسبته المئوية (53%). كما أبانت نتائج الدراسة أنّ مجال السعي إلى الفوز جاء أعلى مستوى بمتوسط (3.98)، ونسبته المئوية (79.6%)، ويليه على التوالي المجالات الآتية: مجال احترام الآخرين بمتوسط (3.79)، ونسبته المئوية (75.8%)، ومجال تحمل المسؤولية بمتوسط (3.77)، ونسبته المئوية (75.4%)، ومجال ضبط النفس بمتوسط (3.34)، ونسبته المئوية (66.8%) وهو متوسط مرتفع، أما الدرجة الكلية للمقياس فجاءت بمتوسط (3.72)، ونسبته المئوية (74.4%). كذلك كشفت نتائج الدراسة أنّه توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين درجات مقياس كل من المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم في بلدية الجفرة.

**الكلمات المفتاحية:** المهارات النفسية، التفوق الرياضي، لاعبو كرة القدم، بلدية الجفرة.

**Abstract:** The current study aimed to identify the relationship between psychological skills and athletic excellence among football club players in Al-Jufra Municipality, and the level of both psychological skills and athletic excellence.

The study sample consisted of all players who regularly participate in training and training, and are constantly present in the clubs, and their number is (270) players from football clubs in Al-Jufra Municipality.

The researchers used a scale for each of: psychological skills, prepared by: Bell, Al-Benson and Shambrook, translated and Arabized by: Muhammad Hassan Alawi, and athletic excellence, prepared by: (Abu Mustafa, 2019).

The researchers also used the following statistical methods: arithmetic averages, standard deviations, percentages, and Pearson's correlation coefficient.

The results of the study showed that the field of the ability to focus attention had the highest level with an average of (3.85) and a percentage of (64%), followed by the following fields, respectively: the field of the ability to confront anxiety with an average of (3.50) and a percentage of (58%), the field of self-confidence with an average of (3.15) and a percentage of (52%), and the field of the ability to visualize with an average of (3.12) and a percentage of (52%), while the total score of the scale came with an average of (3.19) and a percentage of (53%). The results of the study also showed that the field of striving to win came in at the highest level with an average of (3.98) and a percentage of (79.6%), followed by the following fields, respectively: the field of respecting others with an average of (3.79) and a percentage of (75.8%), the field of taking responsibility with an average of (3.77) and a percentage of (75.4%), and the field of self-control with an average of (3.34) and a percentage of (66.8%), which is a high average, while the total score of the scale came in at an average of (3.72) and a percentage of (74.4). The results of the study also revealed that there is a statistically significant positive relationship at the level of (0.01) between the scores of the scale of each of the psychological skills and the athletic excellence of football players in the municipality of Al-Jufra.

**Keywords:** Psychological skills, athletic excellence, football players, Al-Jufra municipality

#### مقدمة:

أن الألعاب الرياضية بشكل عام تحتاج لزيادة التركيز وتسلية الضوء من قبل المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي؛ لما لهم من دور بارز وواضح في كشف الآثار الرئيسية والمباشرة في اختلال الوظائف النفسية، أو الوظائف الجسمية، أو كلاهما للاعبين في الرياضات المختلفة.

حيث يُعدُّ النشاط الرياضي من الموضوعات الحديثة التي نالت قسطاً كبيراً من اهتمام شعوب العالم بمختلف المستويات العمرية؛ وذلك للإثارة، والمتعة التي يتصف بها، إذ أصبحت دول العالم تتنافس فيما بينها لإقامة البطولات بمختلف مستوياتها القارية، والعالمية، لأنه أحدث ثورة

كبيرة تمخضت نتائج في منتهى الأهمية لكافة المستويات العمرية؛ مما دفع إعطائه أهمية كبيرة؛ لدرجة أصبح يقاس فيه تقدم الأمم، أو تأخرها (أبو مصطفى، 2015: 1).

إنَّ لعبة كرة القدم ما زالت اللعبة الشعبية الأولى في العالم، ومن الألعاب الأكثر انتشارًا في المجال الرياضي، والتي بدأت تنتشر حديثًا في بلدان العالم بسرعة كبيرة، فضلًا أنَّها تحظى باهتمام خاص لدى المجتمعات، والشعوب، وقد نالت شعبيتها من خلال ما تثيره لدى اللاعبين، والمشاهدين من حماس، واندفاع عالٍ نحو متابعة نتائجها؛ " فقد أصبحت كغصن الزيتون الذي يقرب بين شعوب العالم؛ فنجومها المشهورين يعتبرون سفراء سلام في مختلف المنظمات الإنسانية، والدولية" (الصالح والهنداوي، 2009: 4).

يجب أن يتميز اللاعبون في كرة القدم بالعديد من المهارات التي تساعدهم على تحقيق النجاح في المجال الرياضي، ومن أهمها: المهارات النفسية (Psychological skills) ونظرًا؛ للاهتمام الكبير بلعبة كرة القدم؛ فقد بدأ الباحثون، والمهتمون باللعبة في المجال الرياضي بالبحث بشكل جدي عن إعداد اللاعبين، وذلك من خلال تعليمهم، واكتسابهم للمهارات النفسية التي تمثل بعدًا مهمًا في إعدادهم، وتطوير أدائهم، حيث يعتمد الإعداد النفسي للاعبين، بشكل عام على الفريق، وبشكل خاص على شخصية اللاعب، وما يملكه من مهارات نفسية، حيث إنَّها تُعدُّ أهم العوامل النفسية التي يحتاجها اللاعب باستمرار لمعرفة مستوى قدراته واستعداداته النفسية (أبو مصطفى، 2019: 3).

ومن المعتقدات الرئيسة في علم النفسي الرياضي أنَّ المهارات النفسية تعتبر محددات مهمة للأداء الرياضي، ولهذا تم توجيه اهتمام ملحوظ للتعرف على المهارات المناسبة، وإرشاد المدربين الرياضيين حول كيفية تعليم، وتطبيق تلك المهارات (صاوق وجاسم، 2016: 50).

وإنَّ التدريب على المهارات النفسية لا يقل أهمية عن التدريب البدني، وإنَّ برامج التدريب تهدف إلى تدريب مجموعة متنوعة من المهارات النفسية في وقت واحد (Edwards, 2007: 15). إضافةً أنَّ المهارات النفسية تلعب دورًا مهمًا في تحقيق الإنجازات الرياضية، وإنَّ تنميتها يجب أن تسير جنبًا إلى جنب مع تنمية عناصر اللياقة البدنية، وأنَّ التدريب على المهارات النفسية لا يحل محل التدريب على المهارات البدنية، أو التقنية، أو التكتيكية، إنَّما يعززها، ويؤكد على أنَّ ما تم إنجازه خلال هذه الأشكال من التدريب؛ سيظهر علميًا في الأداء التنافسي (باهي وجاد، 2004: 67؛ 73). (Gharayaghzandi, Dhghani & Masoumi, 2014).

وعزز ذلك بايلي (Bailey, 2014: 1) حين أشار أنَّ المهارات النفسية هي صفات يجب اكتسابها، وصقلها بالطريقة نفسها التي قد يبني بها اللاعب العضلات في صالة الألعاب الرياضية.

كما أنَّ أهمية التدريب للمهارات النفسية من الدعامات الرئيسة للتدريب الرياضي؛ لأنَّه يستخدم العديد من المهارات النفسية؛ بهدف مساعدة اللاعبين الرياضيين لاكتساب، وإتقان المهارات النفسية التي تثبت فائدتها، وفعاليتها في الارتقاء بمستوى الأداء الرياضي، وزيادة مدى الكفاءة النفسية، والقدرة على ثبات الأداء المثالي عندما تشتد ضغوط المنافسة، إضافةً أنَّ وضع برامج التدريب للمهارات النفسية المختلفة أصبح يقف على المكانة، والأهمية نفسها التي يوليها المدربون، والأخصائيون الرياضيون لوضع برامج التدريب البدني، والمهاري، والخططي (أبو مصطفى، 2019: 33).

ومن جانب آخر يُعدُّ التفوق الرياضي من أهم مجالات التفوق التي يسعى المجتمع؛ لتحقيق مكانة عالية فيه؛ فقد بدأ الاهتمام بالنشاط الرياضي بشكل كبير، وازدهر بكيفية ملحوظة في أواخر القرن التاسع عشر، والقرن العشرين، وذلك لما للنشاط الرياضي من مكانة عالية، بحيث

حاولت معظم المجتمعات إبراز مواهبها في كل مجالات الرياضة؛ نظرًا لأهمية الرياضة، والتفوق الرياضي، وكون أن المستوى الرياضي أصبح معلمًا من معالم تطور البلاد وريقها (الهران والزرغول والهندال، 2015: 291).

ويتمثل التفوق الرياضي في نتاج التفاعل بين العوامل المحددة للماضي، والحاضر بما ينبئ بالتفوق في المستقبل، وعلى ذلك يجب تنمية اللاعب في شمولية، وتكامل للمجالات الأساسية للسلوك: المجال المعرفي، والمهاري، والانفعالي (عنان وباهي، 2000: 123).

كما أن هناك مجالات عدة للتفوق الرياضي؛ تهدف إلى سعي اللاعبين الفوز في المنافسات الرياضية، والتحكم في انفعالهم، والسيطرة على أعصابهم أثناء اللعب، والتوجه نحو بذل الجهد في التدريب، والتوجه الإيجابي نحو الأدوات، والأجهزة الرياضية، واحترام الرياضي لمن حوله من الأشخاص، سواء الداعمين أو المنافسين الذين هم في محيطه الرياضي، كالمدرين، والحكام، والمنافسين، وزملاءه اللاعبين؛ فضلاً عن توجه اللاعب نحو مجالات التفوق الرياضي من المتغيرات المهمة التي تؤثر في الأداء الرياضي خلال مواقف التدريب، والمنافسة.

لقد أظهرت نتائج دراسات تناولت متغيرات الدراسة الحالية، وأجريت على عينات من لاعبي كرة القدم، منها: دراسة الغريب (2005)، أبانت وجود علاقة معنوية بين درجات كل من مجالات مقياس الاتجاه نحو التفوق والدرجة الكلية لمقياس التفوق الرياضي، ودراسة الصانع وحسن (2013) أسفرت عن وجود علاقة عكسية بين المهارات العقلية واتجاهات التفوق الرياضي، ودراسة دودو (2013) بينت وجود معاملات ارتباط غير دالة بين تشجيع الوالدين واتجاهات التفوق الرياضي، ودراسة جوستي وبيرج وستين (2014) أبانت أن المهارات النفسية تختلف لدى اللاعبين في مواقف لعبة القدم المختلفة، ودراسة نجاح ورجب (2015) كشفت عن وجود اختلاف في المهارات النفسية لدى الفئات العمرية للاعبين، ودراسة اسموح وجروبلير (2016) أوضحت تأثير المهارات النفسية على تماسك الفريق، ودراسة صادق وجاسم (2016) أبانت أن الوسط الحسابي لجميع المهارات النفسية جاء أعلى من الوسط الفرضي لدى لاعبي النخبة، ودراسة جعفر (2016) بينت وجود علاقة معنوية بين المهارات النفسية وبعض المهارات الأساسية، ودراسة محمد (2017) وأوضحت وجود علاقة معنوية بين مناخ الدافعية والتفوق الرياضي، ودراسة ولد حمو ومحمد (2017) بينت وجود فروق في المحددات البدنية للتفوق الرياضي.

ولاحظ الباحثان من خلال اطلاعهما على الأدبيات السابقة في البيئة الليبية في ميدان علم النفس، وأن الدراسات والبحوث النفسية في الحقل الرياضي لم تعمل لمتغيرات المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم حيزًا كبيرًا؛ الأمر الذي أدى إلى وجود فراغ كبير في دراستها لدى لاعبي كرة القدم، كما أن المتتبع للدراسات النفسية المحلية يجد نقصًا واضحًا في دراسة متغيرات الدراسة الحالية مجتمعة - في حدود علم الباحثان - لذا جاءت الدراسة الحالية لسد هذا النقص، ومن هنا برزت مشكلة الدراسة الحالية في كشف العلاقة بين المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة.

إضافةً إلى إحساس الباحثان بأهمية متغيرات المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؛ تحاول الدراسة الحالية معرفة مستوى كل منهما، وعلاقتها ببعضها البعض من أجل الوقوف على مستواها لدى لاعبي موضع الدراسة؛ لوضع التوصيات المناسبة لها وصولًا للأداء الأمثل بأقصى كفاءة.

فضلاً عن الدراسة الحالية من الدراسات الباكورة التي وضعت اللبنة الأولى لمتغيرات المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في البيئة الليبية؛ لأنها تُعدُّ إحدى المدخل العلمية التي تهم بدراسة بعض المتغيرات النفسية لدى لاعبي كرة القدم؛ لأنَّ وصول لاعبي الأندية إلى المستوى الرياضي المناسب، والمرموق في كرة القدم يتطلب الارتقاء بمستوي أداء لعبة كرة القدم في الجانب النفسي.

#### مشكلة الدراسة:

تمحورت مشكلة الدراسة في السؤال الرئيس الآتي:

" ما علاقة المهارات النفسية بالتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة؟

وانبتق من السؤال الرئيس الأسئلة الفرعية الآتية:

- 1- ما مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة؟
  - 2- ما مستوى التفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة؟
  - 3- هل توجد علاقة دالة إحصائيًا بين درجات مقياس كل من المهارات النفسية والتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة؟
- أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية التعرف إلى علاقة المهارات النفسية، بالتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة، مع التعرف إلى مستوى كل من المهارات النفسية، والتفوق الرياضي.

أهمية الدراسة:

تنبثق أهمية الدراسة من جانبين:

**الأهمية النظرية؛** تُعد الدراسة الحالية بمنزلة خطوة في توفير إطار نظري لدى كل من: المهارات النفسية، حيث تمثل مجالاً مهماً في إعداد اللاعبين؛ وتلعب دوراً أساسياً في تطوير أدائهم؛ فضلاً عن أنه ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنباً إلى جنب مع المتطلبات البدنية، والمهارية، كما تُعد أحد العوامل النفسية التي يحتاجها اللاعب باستمرار لمعرفة مستوى قدراته، واستعداداته النفسية، والتفوق الرياضي الذي يُعد النتيجة المباشرة لدافعية الإنجاز في أي نشاط رياضي، والذي يشتمل على رغبة اللاعب على الكفاح، والنضال؛ للتفوق في المواقف الرياضية، إضافةً أن اللاعب يُعد محور اهتمام أي نشاط رياضي في مختلف الألعاب الرياضية؛ لذا يجب العمل على إعداده إعداداً جيداً من جميع النواحي البدنية، والمهارية، والنفسية؛ للوصول به إلى المستويات العليا، وتبدو أهمية الدراسة الحالية كونها من الدراسات القليلة التي تناولت المهارات النفسية، وعلاقته بالتفوق الرياضي - في دولة ليبيا وذلك حسب علم الباحثان - والتي من المؤمل أن تُسهم في توفير بناء نظري جيد حول أهمية المتغيرات في الارتقاء باللاعب الرياضي، وأخذها في عين الاعتبار من قبل المسؤولين في الأندية الرياضية، وذلك من خلال المساهمة في وضع البرامج التطويرية في المجال الرياضي.

**الأهمية العملية:**

يتوقع أن يستفاد من هذه الدراسة في النتائج التي قد تسفر عنها، حيث يمكن أن توظف في تعزيز التفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؛ بما يكفل لديهم تحقيق التوافق الرياضي، وتسهم نتائج الدراسة في تحسين المهارات النفسية، والتخفيف من الجوانب الانفعالية لدى اللاعبين، وتجنب الإخفاقات النفسية الناتجة عن عدم التوافق النفسي مع المشكلات التي تواجه اللاعبين من الإدارة، والمدرب، والأسرة، والمجتمع، الأمر الذي يؤدي بشكل إيجابي إلى زيادة أداء اللاعبين، والارتقاء بهم، واستغلال أقصى طاقاتهم، وإمكاناتهم.

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

**المهارات النفسية (Psychological sekles):**

عرفها بل والبنسون وشامبروك (Bull،Albinson & Sham brook) بأنّها: تعتبر حيوية للحياة المعاصرة، والصحة، والرفاهية، وتقييمها الدقيق أمر بالغ الأهمية؛ من أجل تنمية الصحة؛ والرياضة بشكل عام؛ وفي مجال علم النفس الرياضي، وممارسة التمارين على وجه الخصوص؛ لأنّها شمولية، ومتداخلة، وتحدث بشكل طبيعي، ويتم استخدامها يوميًا، وقدرات قابلة للتعليم؛ لذلك فإنّها تعتبر مترابطة، ومتشابكة، وتشكل مجموعة متكاملة فريدة لا يمكن فصلها (Edwards, Steyn, Buscombe ,Edwards & Denyer,2014:79). وتقاس إجرائيًا؛ تبعًا للدرجة التي يسجلها المفحوصون بأسلوب التقدير الذاتي على مقياس المهارات النفسية بمجالاتها الستة، وهي: القدرة على التصور، وعلى الاسترخاء، وعلى تركيز الانتباه، وعلى مواجهة القلق، والثقة بالنفس، ودافعية الإنجاز الرياضي، من إعداد: بل والبنسون وشامبروك (Bull، Albinson، Shambrook, 1996)، ترجمة وتعريب: محمد حسن علاوي.

### التفوق الرياضي (Sporting Distinwished):

هو تميز لاعب كرة القدم في الأداء المهاري، وامتلاكه مجموعة من الخصائص النفسية، والبدنية، والمهارية؛ تجعله قادرًا على تحقيق مستوى إنجاز عالٍ، ويتأتى ذلك من مواظبة اللاعب على التدريب، وبذل قصارى جهده لتحسين مستوى أدائه، والظهور بمظهر لائق؛ لتحقيق أحسن النتائج. ويقاس إجرائيًا؛ تبعًا للدرجة التي يسجلها المفحوصون بأسلوب التقدير الذاتي على مقياس التفوق الرياضي بمجالاته الأربعة: السعي إلى الفوز، وضبط النفس، وتحمل المسؤولية، واحترام الآخرين، (أبو مصطفى، 2019: 11).

#### لاعبو أندية كرة القدم:

هم اللاعبون الذين يلعبون في الأندية التي تشارك في دوري كرة القدم الذي يجمع الفئات العمرية المختلفة في الأندية المحلية، ببلدية الجفرة.

#### أندية كرة القدم:

هي مؤسسات رياضية تابعة للجمعية العمومية للاتحاد الليبي لكرة القدم، صنف حسب مستواها للنشاط الرياضي في لعبة كرة القدم.

#### حدود الدراسة:

تنحصر حدود الدراسة في الآتي:

- 1- الحدود الموضوعية: تقتصر الدراسة على موضوعات المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي.
- 2- الحدود البشرية: تقتصر الدراسة على لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة.
- 3- الحدود الزمانية: أجريت الدراسة في الموسم الكروي للدوري لكرة القدم عام 2024 / 2023، وتم تطبيق أدوات الدراسة على لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة اعتبارًا من 2024 / 10 / 10 لغاية 2024 / 11 / 24.
- 4- الحدود المكانية: تقتصر الدراسة على أندية كرة القدم في بلدية الجفرة بدولة ليبيا.

#### الطريقة والاجراءات:

استخدم الباحثان في الدراسة الحالية المنهج الوصفي؛ وذلك لمناسبته لأهدافها، وفروضها، لأنه " يعتمد على دراسة الواقع، أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفًا دقيقًا، ويعبر عنها تعبيرًا كميًا، وكيفيًا من خلال إعطاء وصف رقمي، ويوضح مقدار وجود الظاهرة، وحجمها، ودرجة ارتباطها بالظواهر الأخرى، وتحليلها، وتفسيرها، فضلًا عن أنه الأسلوب الوحيد، والأساسي لدراسة بعض الموضوعات الإنسانية " (أبو مصطفى وصالح، 1996: 31).

#### مجتمع الدراسة:

وشمل المجتمع الأصلي للدراسة الحالية جميع لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة، وذلك في عام 2024 / 2023، وعددهم (306) لاعبًا، منهم (36) حراس مرمى، و(270) لاعبًا موزعين على (4) نوادي رياضية، وهي: نادي القلعة بمدينة ودان، ونادي الأخاء بمدينة هون، ونادي الخلود بمدينة سوكنه، ونادي النخيل بمدينة زلة.

#### عينة الدراسة:

#### أ - العينة الاستطلاعية:

قام الباحثان بتطبيق أدوات الدراسة على عينة استطلاعية مكونة من (50) لاعبًا من أندية: القلعة (ودان)، الأخاء (هون)؛ تم اختيارها عشوائيًا؛ وذلك نتيجة لصغر حجم مجتمع الدراسة - للإجابة على مقياس الدراسة الحالية، وهي: المهارات النفسية، والتفوق الرياضي، وذلك لحساب الخصائص السيكومترية لها (الصدق والثبات).



## ب - العينة الأساسية:

تكونت عينة الدراسة الفعلية من جميع اللاعبين المنتظمين في التمرينات، والتدريبات بشكل منتظم، ويتواجدون باستمرار في الأندية، وعددهم (270) لاعباً، وبواقع (22 - 23) لاعباً من كل نادي رياضي، وهم الذين وجددهم الباحثان منتظمين في التمرين، والتدريب بأنديتهم أثناء تطبيق أدوات الدراسة من 2024 /10/10 لغاية 2024/11/24، ونسبتهم (85%) من مجتمع الدراسة باستثناء حراس المرمى؛ لكون عينة الدراسة اقتصر فقط على لاعبي: الدفاع، والوسط، والهجوم.

## أداتا الدراسة:

من أجل تحقيق أهداف الدراسة؛ تم استخدام الأدوات الآتية:

أولاً - المهارات النفسية، إعداد: بل والبنسون وشامبروك (Bull,Shambrook &Albinson) ترجمة وتعريب: محمد حسن علاوي: أعد هذا المقياس ( بل والبنسون وشامبروك Bull,Shambrook &Albinson) عام (1996)، وقام بتعريبه على البيئة المصرية: محمد حسن علاوي، ويشتمل المقياس على ستة مجالات رئيسية، هي: مجال القدرة على التصور، ويحتوي على (4 فقرات، وهي: 1، 7، 13، 19، وكلها فقرات إيجابية، ما عدا الفقرة رقم (13)؛ فهي سالبة. ومجال القدرة على الاسترخاء، ويحتوي على (4 فقرات، وهي: 2، 8، 14، 20، وكلها فقرات إيجابية، ما عدا الفقرة رقم (8)؛ فهي سالبة. ومجال القدرة على تركيز الانتباه، ويحتوي على (4 فقرات، وهي: 3، 9، 15، 21، وكلها فقرات سالبة. ومجال القدرة على مواجهة القلق، ويحتوي على (4 فقرات، وهي: 4، 10، 16، 22، وكلها فقرات سالبة. ومجال الثقة بالنفس، ويحتوي على (4 فقرات، وهي: 5، 11، 17، 23، وفقرتان إيجابيتان، وهي: 5، 17، وفقرتان سلبيتان، وهي: 11، 23. ومجال دافعية الإنجاز الرياضي، ويحتوي على (4 فقرات، وهي: 6، 12، 18، 24، وكلها فقرات إيجابية. ويقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على فقرات المقياس على مقياس سداسي الدرجات: " تنطبق، بدرجة كبيرة جداً، وبدرجة متوسطة، وبدرجة قليلة، وبدرجة قليلة جداً، ولا تنطبق تماماً ". وتم إيجاد معاملات ثبات المقياس عن طريق تطبيق المقياس، وإعادة تطبيقه بعد ثلاثة أسابيع، وعن طريق كرونباخ ألفا (Cronbach Alpha)، وتراوح هذه المعاملات بين (0.65-0.91). وتم التأكد من الصدق المرتبط بالتحك عند تطبيق المقياس بالتلازم مع بعض المقاييس التي تقيس بعض المجالات المشابهة.

ثم قام الباحثان بحساب صدق المقياس باستخدام طريقة صدق البناء (Construct Validity)، حيث قام الباحثان بحساب ارتباط درجة كل فقرة من فقرات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (50) لاعباً، وحصل على معاملات الارتباط تتراوح بين (0.68 - 0.81)، كما تم حساب ثبات المقياس بطريقة إعادة القياس، وحصل على معاملات ثبات تتراوح بين (0.83-0.92)، وبطريقة كرونباخ ألفا، وحصل على معاملات ثبات تتراوح بين (0.81-0.90).

ثانياً - مقياس التفوق الرياضي، إعداد: (أبو مصطفى، 2019):

قام (أبو مصطفى، 2019) بإعداد المقياس بعد دراسة مفهوم التفوق الرياضي في المعاجم اللغوية، والموسوعات النفسية، والاطلاع على المقاييس السابقة، التي تناولت مصطلح التفوق الرياضي، منها: مقياس دل (Dell) ترجمة وتعريب: علاوي (1998)، والطراونية والنهار (2012)، ورشيد والأزهر (2016)، ويهدف إعداد هذا المقياس إلى استخدامه كأداة موضوعية مبنية على التعرف على مستوى التفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم موضع الدراسة، ويتكون المقياس في صورته المبدئية من (56) فقرة.

ثم قام الباحثان بحساب صدق المقياس باستخدام صدق المحتوى، وصدق البناء، وذلك بحساب ارتباط درجة كل فقرة من فقرات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس، وذلك على عينة قوامها (50) لاعباً، وحصل على معاملات ارتباط تتراوح بين (0.73-0.85). كما تم ثبات المقياس

إعادة القياس " معامل الاستقرار"، وحصل على معاملات ارتباط تتراوح بين (0.78-0.91). وكرونباخ ألفا وحصل على معاملات ارتباط تتراوح بين (0.82-0.93).

نتائج الدراسة وعرضها وتفسيرها:

نتائج السؤال الأول وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الأول على:

" ما مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم في بلدية الجفرة "

للإجابة على السؤال الأول؛ قام الباحثان بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأوزان النسبية لمجالات مقياس المهارات النفسية، والدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول الآتي:

### جدول (1)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية للتعرف إلى مستوى مجالات مقياس المهارات النفسية والدرجة الكلية للمقياس ( ن = 270).

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجالات مقياس المهارات النفسية
52%	0.74	3.12	القدرة على التصور.
51%	0.72	3.06	القدرة على الاسترخاء.
64%	0.71	3.85	القدرة على تركيز الانتباه.
58%	0.73	3.50	القدرة على مواجهة القلق.
52%	0.71	3.15	الثقة بالنفس.
50%	0.73	3	دافعية الإنجاز الرياضي.
53%	0.77	3.19	الدرجة الكلية للمقياس.

يتضح من الجدول السابق أنّ مجال القدرة على تركيز الانتباه جاء أعلى مستوى بمتوسط (3.85)، ونسبته المئوية (64%)، ويليه على التوالي المجالات الآتية: مجال القدرة على مواجهة القلق بمتوسط (3.50)، ونسبته المئوية (58%)، ومجال الثقة بالنفس بمتوسط (3.15)، ونسبته المئوية (52%)، ومجال القدرة على التصور بمتوسط (3.12)، ونسبته المئوية (52%)، أما الدرجة الكلية للمقياس فجاءت بمتوسط (3.19)، ونسبته المئوية (53%).

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى تشتت انتباه اللاعبين قبل دخول المباراة، وأثناؤها، وخوفهم من الهزيمة من الفريق المنافس، وشعورهم بالقلق، وعدم قدرتهم على التركيز في الأوقات الحساسة في المباراة، وخوفهم من عدم الإجابة في اللعب أثناء المباراة، وضعف الثقة بالنفس في حالة هزيمة الفريق، وارتباكهم داخل الملعب، وفقدانهم القدرة على تركيز الانتباه في بعض أوقات المباراة، وشعورهم بالقلق، والانزعاج عندما يرتكبون بعض الأخطاء أثناء المنافسة، وإلى قلة استخدام اللاعبين للمهارات النفسية بشكل عام، وعدم اكتراث المدربين لها في جل التدريبات، والمنافسات، وهذا



ما كان يلاحظه الباحثان أثناء حضوره إلى جل التدريبات، والمباريات، وإلى اهتمام المدربين كثيراً بالإعداد البدني، والمهاري، والخططي، وإغفالهم للإعداد النفسي الذي يشكل ركناً أساسياً في إعداد اللاعب مثله، مثل: الإعداد البدني، والمهاري، والخططي، والذي يقلل من الجهد، والوقت المبذولين في التدريب، ومن احتمالات هبوط مستوى اللاعبين.

نتائج السؤال الثاني وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الثاني على:

" ما مستوى التفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم في بلدية الجفرة".

ولإجابة على السؤال الثاني؛ قام الباحثان بحساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والأوزان النسبية، لمجالات مقياس التفوق

الرياضي، والدرجة الكلية للمقياس، كما هو مبين في الجدول الآتي:

### جدول (2)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية للتعرف إلى مستوى مجالات مقياس التفوق الرياضي والدرجة الكلية للمقياس ( ن = 270).

النسبة المئوية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجالات مقياس التفوق الرياضي
79.6%	0.70	3.98	السعي إلى الفوز.
66.8%	0.59	3.34	ضبط النفس.
75.4%	0.61	3.77	تحمل المسؤولية.
75.8%	0.60	3.79	احترام الآخرين.
74.4%	0.64	3.72	الدرجة الكلية للمقياس.

يتضح من الجدول السابق أنّ مجال السعي إلى الفوز جاء أعلى مستوى بمتوسط (3.98)، ونسبته المئوية (79.6%)، ويليه على التوالي المجالات الآتية: مجال احترام الآخرين بمتوسط (3.79)، ونسبته المئوية (75.8%)، ومجال تحمل المسؤولية بمتوسط (3.77)، ونسبته المئوية (75.4%)، ومجال ضبط النفس بمتوسط (3.34)، ونسبته المئوية (66.8%) وهو متوسط مرتفع، أما الدرجة الكلية للمقياس فجاءت بمتوسط (3.72)، ونسبته المئوية (74.4%).

ويعزو الباحثان هذه النتيجة إلى الفوز في المنافسات الرياضية، والجهد الذي يبذلونه من أجل النجاح في إنجاز الواجبات التي يكلفون بها سواء في التدريب، أو المنافسة، إضافةً إلى المثابرة عند مواجهة الفشل، والشعور بالفخر عند إنجاز المهام التي يكلفون بها، حيث إنّ الهدف الرئيسي لدى اللاعبين هو تحقيق الفوز، والحصول على نتائج طيبة في المنافسات المختلفة، وإلى تحكم اللاعبين في أعصابهم، وانفعالاتهم أثناء اللعب، وسيطرتهم على اندفاعاتهم نحو إيذاء المنافس، والتوجه نحو بذل الجهد في التدريب، والمنافسات الرياضية، وتوجهات إيجابية عالية نحو احترام كل من المدرب، والإداري، والزملاء، والمنافسين، والحكام، والجمهور.

نتائج السؤال الثالث وعرضها وتفسيرها:

نص السؤال الثالث على:

" لا توجد علاقة دالة إحصائية بين درجات مقياس كل من المهارات النفسية والتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية

الجفرة".

ولالإجابة على السؤال الثالث؛ قام الباحثان بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس كل من المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية موضع الدراسة، كما هو مبين في الجدول الآتي:

### جدول (3)

معامل ارتباط بيرسون بين درجات مقياس كل من المهارات النفسية والتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية موضع الدراسة ( ن = 270).

المقياس	السعي إلى الفوز	ضبط النفس	تحمل المسؤولية	احترام الآخرين	التفوق الرياضي
القدرة على التصور.	**0.47	**0.65	**0.54	**0.67	**0.48
القدرة على الاسترخاء.	**0.66	**0.75	**0.51	**0.53	**0.76
القدرة على تركيز الانتباه.	**0.59	**0.49	**0.51	**0.56	**0.73
القدرة على مواجهة القلق.	**0.52	**0.51	**0.64	**0.73	**0.64
الثقة بالنفس.	*0.51	**0.80	**0.40	**0.67	**0.61
دافعية الإنجاز الرياضي.	**0.74	**0.62	**0.60	**0.51	**0.64
الدرجة الكلية للمقياس	**0.60	**0.59	**0.75	**0.64	**0.40

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (0.01) بين درجات مقياس كل من المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم في بلدية الجفرة.

وعزى الباحثان وجود علاقة موجبة بين كل من المهارات النفسية، والتفوق الرياضي لدى لاعبي موضع الدراسة إلى أن المهارات النفسية من العوامل المؤثرة في التفوق الرياضي؛ لكونها من مقومات، وخصائص الرياضي المتفوق؛ وأن التفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من مهاراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية؛ فالمهارات النفسية تساعد اللاعبين في تعبئة القدرات، والطاقات البدنية، والمهارة إلى جانب المهارات النفسية لتحقيق أقصى، وأفضل أداء رياضي.

#### توصيات الدراسة:

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج؛ يوصي الباحثان بما يأتي:

1- حث إدارات الأندية الرياضية في بلدية الجفرة على تنمية المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم، لأنها تلعب دوراً مهماً في تحقيق الإنجازات الرياضية.

2- تشجيع المدربين اللاعبين على المواظبة على التدريب، وبذل قصارى جهودهم للظهور بمظهر لائق لتحسين النتائج في المنافسات الرياضية.

3- اكساب المدربين اللاعبين من المهارات التي تساهم في الإنجاز الرياضي، والتفوق في المنافسات الرياضية.

#### البحوث والدراسات المقترحة:

لقد أثارت الباحثان أثناء إعداد الدراسة الحالية، متغيرات عدة ذات علاقة بمتغيرات الدراسة الحالية، تستحق أن يتم إجراؤها؛ منها:

1- دراسة فاعلية برنامج تدريبي لتنمية المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم في بلدية الجفرة.

2- دراسة المهارات النفسية وعلاقتها بالتفوق الرياضي لدى لاعبي الألعاب الرياضية الأخرى في بلدية الجفرة.

2- دراسة التنبؤ بالتفوق الرياضي في ضوء المهارات النفسية لدى لاعبي أندية كرة القدم في بلدية الجفرة.

- المراجع العربية:

- باهي، مصطفى وجداد، سمير. (2004). المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي، الدار العالمية للنشر والتوزيع، الإسكندرية، جمهورية مصر العربية.
- جعفر، حسين عبد الكريم. (2016). المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم المتقدمين في محافظة ميسان، *مجلة علوم التربية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، الجمهورية العراقية، م9، ع(1)، 135-155*.
- دودو، بلقاسم. (2013). دراسة تحليلية لاتجاهات التفوق الرياضي لدى مشتركى البطولة الوطنية للرياضة المدرسية - ألعاب جماعية - وعلاقتها ببعض المتغيرات، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ورقلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، ع(10)، 105-119*.
- رشيد، قريرة والأزهر، مناصرية. (2016). التفكير الأخلاقي لدى تلاميذ الطور الثانوي وعلاقته باتجاهاتهم نحو أبعاد التفوق الرياضية " دراسة ميدانية لعينة من ثانويات مدينة ورقلة لسنة 2016"، *معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، رسالة ماجستير "غير منشورة"، جامعة قاصدي مرباح، ورقلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية*.
- صادق، جعفر صادق وجاسم، ميادة خالد. (2016). المهارات النفسية وعلاقتها بمستوى الإنجاز لبعض أندية دوري النخبة العراقي بكرة القدم للموسم 2012-2013، *مجلة ميسان للدراسات الأكاديمية، [www.misan.jas.com](http://www.misan.jas.com)*.
- صالح، محمد والخوجا، عبد الفتاح. (2005) الضغوط النفسية وعلاقتها بأتماط العزو السببي التحصيلي لدى الطلبة الموهوبين في مدرسة اليوبيل " معاً لدعم الموهوبين والمبدعين في عالم سريع التغير"، *المؤتمر العلمي الرابع لرعاية الموهوبين المتفوقين، المجلس العربي للموهوبين والمتفوقين، عمان، المملكة الأردنية الهاشمية، 1-40*.
- الصالح، محمد والهنداوي، نهاد. (2009). دوافع الممارسة لدى لاعبات كرة القدم في الأندية الرياضية، *مجلة دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، المملكة الأردنية الهاشمية، م36، 1-31*.
- الطراونة، مؤيد والنهار، حازم. (2012). أسباب عزوف الطلبة المقبولين وفقاً للائحة التفوق الرياضي عن ممارسة الأنشطة الرياضية التنافسية في الجامعات الأردنية الرسمية، *مجلة مؤتة للبحوث والدراسات: سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، م27، ع(6)، 125-156*.
- علاوي، محمد حسن. (1996). سيكولوجية التدريب والمنافسات، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- علاوي، محمد حسن. (1998أ). سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- عنان، محمود وباهي، مصطفى. (2000). مقدمة في علم النفس الرياضية، مركز الكتاب للنشر والتوزيع، القاهرة، جمهورية مصر العربية.
- عيسى، صواش. (2017). المهارات النفسية وعلاقتها بالتوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي لدى تلاميذ أقسام رياضة ودراسة : دراسة ميدانية بمتوسطات ولاية المسلية، *برج بوغريبرج، سطيف، رسالة دكتوراه "غير منشورة"، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة محمد بوضياف - المسيلة، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية*.
- الغريب، جمال محمد صالح. (2005). الفروق في أبعاد التفوق الرياضي لبعض منتخبات الرياضات الجماعية الكوتبية تبعاً لنتائج المباريات، *مجلة أسبوط لعلوم وفنون التربية الرياضية، جمهورية مصر العربية، ج1، ع(20)، 24-46*.
- الصالح، محمد والهنداوي، نهاد. (2009). دوافع الممارسة لدى لاعبات كرة القدم في الأندية الرياضية، *مجلة دراسات العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، المملكة الأردنية الهاشمية، م36، 1-31*.

أبو مصطفى، مؤمن نظمي.(2015). التنبؤ بدافعية الإنجاز الرياضي في ضوء سمات الشخصية ومفهوم الذات الجسمية والمهارية لدى لاعبي الأندية الممتازة لكرة القدم في محافظات غزة، رسالة ماجستير " غير منشورة "، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة الأقصى، دولة فلسطين.

أبو مصطفى، مؤمن نظمي.(2019). المهارات النفسية والضغط النفسية بالتفوق الرياضي لدى لاعبي أندية الدرجة الممتازة لكرة القدم في محافظات غزة، رسالة دكتوراه " غير منشورة "، قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة البطانة، دولة السودان.

أبو مصطفى، نظمي وصالح، عامر.(1996). *مناهج البحث في التربية وعلم النفس*. مكتبة الأنوار، محافظة غزة، دولة فلسطين.  
محمد، سعدي.(2017). علاقة مناخ الدافعية بمستوى الطموح والتفوق الرياضي لدى لاعبي كرة القدم " دراسة ميدانية على مستوى فرق الجهوي الثاني لرابطة البلدة "، *مجلة التحدي*، جامعة العربي بن مهيدي أم البواقي، الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية، ع(12)، 203-185.

ولدحمو، مصطفى ومحمد، زروال.(2017). المحددات البدنية للتفوق عند لاعبي كرة القدم فئة أقل من 20 سنة، *مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية*، جامعة حسبية بن بو علي بالشلف، الجمهورية الجزائرية، ع(17)، 29-25.

الهران، عواطف والرغول، عماد والهندال، هدى.(2015). أسلوب العزو لدى الرياضيين المتفوقين والمتفوقات في بعض الألعاب الجماعية والفردية في دولة الكويت، *المؤتمر الدولي الثاني للموهوبين والمتفوقين " نحو استراتيجية وطنية لرعاية المبتكرين "*، قسم التربية الخاصة، كلية التربية، جامعة الإمارات العربية المتحدة، 312-291.

#### ب- المراجع الأجنبية:

- Asamoah,B., & Grobbelaar ,H.(2016). Positional comparison of mental toughness, skills and group cohesion among soccer players, *African journal for physical and Health science*, 22(3),1-5.
- Bailey,M.(2014).Mind games :how footballer use sports psychology, [www.telegraph.com](http://www.telegraph.com).
- Edwards, D., Steyn, B., Buscombe, R., Edwards, S., & Denyer, P. (2014). Standardization of Bull's mental skills questionnaire in South Africa and the United Kingdom, *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 36(2), 79-89.
- Jooste, J., Berg, L., & Steyn,B .(2014). Psychological skill, playing position and performance of African youth soccer team , *South African Journal for Research in Sports, physical Education and Recreation* ,36,(1), 85-100.
- Najah,A.,& Rejeb,R.(2015). Psychological characteristics of male youth soccer players: specificity of mental attribute according to age categories, *advances in physical Education*, 6(3),19-26.