

العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى  
لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية

إعداد

هبة لطفي عبد الفتاح يعقوب

إشراف

أ. د. عماد صالح عبد الحق

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية،  
بكلية الدراسات العليا، في جامعة النجاح الوطنية، نابلس - فلسطين.

2018

العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى  
لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية  
في الضفة الغربية

إعداد

هبة لطفي عبد الفتاح يعقوب

نوقشت هذه الأطروحة بتاريخ 2018/8/14 م، واجيزت.

أعضاء لجنة المناقشة

التوقيع

.....

1- أ.د. عماد عبد الحق / مشرفاً ورئيساً

.....

2- د. وليد شاهين / ممتحناً خارجياً

.....

3- د. بشار صالح / ممتحناً داخلياً

## الإهداء

الى من ربياني على أن المعرفة فرح الحياة

لأمي الغالية...

ولروح أبي الحبيب... عليه رحمة الله

أهدي هذه الأطروحة

## الشكر والتقدير

(رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَىٰ وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأُدْخِلْنِي

بِرَحْمَتِكَ فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ (19) النحل: 19

بعد أن من الله علي ووفقتي بإنجاز هذه الرسالة، فإن الحمد لله أولاً وأخيراً

ولأستاذي الفاضل أ.د. عماد عبد الحق جزيل الشكر لغامر العلم النافع الذي أعطاني إياه أو زودني بأدوات الحصول عليه، ولصبره وتحمله على متابعة أدق التفاصيل، ودعمه لي طيلة سنوات دراستي وأثناء إعداد هذا البحث.

كما أتقدم بجزيل الشكر وعظيم الامتنان للدكتور بدر رفعت على مساعدتي في الحصول على المراجع اللازمة، كما أتقدم بجزيل الشكر لجميع من علموني أثناء دراستي، وأقدم شكري لزملاء الدراسة لمساندتهم وخاصة صديقتي نور دويكات لدعمهم المستمر لي طيلة فترة إعداد الرسالة.

ولأمي التي ساندتني وتساندني ولأبي رحمه الله الذي منحني الثقة بنفسي وجميع أفراد عائلتي على دعمهم ومساندتهم لي، والى كل من دعمني وساعدني جزيل شكري ودوافع امتناني.

والله ولي التوفيق

الباحثة

## الافرار

أنا الموقع أدناه مقدم رسالة التي تحمل عنوان:

" العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب

الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية"

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة انما هي نتائج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الاشارة اليه حيثما ورد، وأن هذه الرسالة ككل أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أي درجة علمية أو بحث علمي، أو عملي لدى أي مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

### Declaration

The work Provided in this Thesis, in less otherwise. Referenced, is The researchers own work, and has not been Submitted eles where for any other degree or qualification.

**Students name:**

اسم الطالب:

**Signature:**

التوقيع:

**Date:**

التاريخ:

## فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
ج	الاهداء
د	الشكر والتقدير
هـ	الافرار
و	فهرس المحتويات
ح	فهرس الجداول
ط	فهرس الملاحق
ي	الملخص
1	<b>الفصل الاول: مقدمة الدراسة وأهميتها</b>
2	مقدمة الدراسة
4	مشكلة الدراسة
5	أهمية الدراسة
5	أهداف الدراسة
6	تساؤلات الدراسة
6	محددات الدراسة
7	مصطلحات الدراسة
8	<b>الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة</b>
9	الإطار النظري
25	الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية
27	الدراسات التي تناولت دافعية الانجاز الرياضي
30	التعليق على الدراسات السابقة
32	<b>الفصل الثالث: الطريقة والاجراءات</b>
33	منهج الدراسة
33	مجتمع الدراسة

33	عينة الدراسة
34	أداتي الدراسة
34	صدق الأداة
35	متغيرات الدراسة
36	إجراءات الدراسة
37	المعالجات الاحصائية
38	<b>الفصل الرابع: عرض النتائج</b>
39	أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول
44	ثانياً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني
46	ثالثاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث
46	رابعاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع
50	خامساً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس
53	<b>الفصل الخامس: مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات</b>
54	مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الاول
55	مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني
56	مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث
57	مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع
58	مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس
59	الاستنتاجات
60	التوصيات
61	المصادر والمراجع
71	الملاحق
b	Abstract

## فهرس الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
	توزيع عينة الدراسة تبعاً لمتغيري نوع اللعبة والجامعة	34
	معاملات الثبات كرونباخ ألفا لأداتي الدراسة	35
	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لفقرات مجال الالتزام لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية	40
	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لفقرات مجال التحكم لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية	41
	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لفقرات مجال التحدي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية	42
	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمجالات الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية	43
	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية	44
	العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية	46
	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغير نوع اللعبة	47
	نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغير نوع اللعبة	47
	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغير الجامعة	48
	نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغير الجامعة	48
	نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالاتها تبعاً لمتغير الجامعة.	49
	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغيري نوع اللعبة والجامعة	50
	نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغيري نوع اللعبة والجامعة	51
	نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمستوى دافعية الانجاز الرياضي تبعاً لمتغير الجامعة	51

## فهرس الملاحق

رقم الصفحة	الملحق	الرقم
71	ملحق الاستبانة	
75	ملحق أسماء المحكمين ورتبهم العلمية وتخصصاتهم ومكان عملهم	

العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب

الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية

إعداد

هبة لطفي عبد الفتاح يعقوب

اشراف

أ. د. عماد صالح عبد الحق

الملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف إلى العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية وكذلك التعرف إلى الفروق في مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي تبعاً لمتغيري نوع اللعبة و الجامعة.

ولتحقيق ذلك، أجريت الدراسة على عينة قوامها (196) لاعبة من لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية ( بيرزيت، القدس ( أبوديس)، جامعة النجاح الوطنية، جامعة فلسطين التقنية ( خضوري).

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي المسحي الملائم لطبيعة تساؤلات الدراسة وذلك من خلال استخدام الاستبانة كأداة لجمع المعلومات والبيانات، وبعد جمع البيانات ثم تحليلها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss).

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية كان مرتفعاً جداً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (81.4%)، ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية كان مرتفعاً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (79%).

كما أظهرت النتائج وجود علاقة قوية ايجابية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0.01 \geq a$ ) بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية، حيث كانت قيمة معامل الارتباط بيرسون لهما (0.66)، وأظهرت النتائج أيضاً عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية تعزى لمتغير نوع اللعبة، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجال الالتزام والتحكم ولصالح جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بيرزيت)، وكذلك أظهرت النتائج أيضاً أنه توجد فروق دالة إحصائياً في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجال التحدي بين جامعتي (النجاح الوطنية) و (بيرزيت) ولصالح جامعة (بيرزيت)، بينما لم يظهر فروق دالة إحصائياً في المقارنات البعدية الأخرى بين المتوسطات الحسابية كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.0 \geq a$ ) في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً إلى متغير نوع اللعبة، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً بالنسبة لمستوى دافعية الانجاز الرياضي تبعاً لمتغير الجامعة ولصالح جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بيرزيت)، بينما لم يظهر هناك فروق دالة إحصائياً في المقارنات البعدية الأخرى بين المتوسطات الحسابية.

وفي ضوء تلك النتائج أوصت الباحثة بزيادة الوعي الثقافي حول مشاركة المرأة في المسيرة الرياضية،

وإعطاء دورات للمدربين حول كيفية التعامل مع اللاعبات في وقت الأزمات لمساعدتهم في تخطيها.

## الفصل الاول

### مقدمة الدراسة وأهميتها

- مقدمة الدراسة
- مشكلة الدراسة
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- تساؤلات الدراسة
- محددات الدراسة
- مصطلحات الدراسة

# الفصل الاول

## مقدمة الدراسة وأهميتها

### مقدمة الدراسة

تعتبر الأنشطة الرياضية ركيزة أساسية من ركائز الحضارات والثقافات المتنوعة وهي الوسيلة الفاعلة لتربية النشئ بجوانب تربوية متوازنة سواء كانت وجدانية أو اجتماعية أو بدنية أو النفسية ونلاحظ في الآونة الأخيرة كثرة مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها اللاعبين واللاعبات، حيث يواجه اللاعب الكثير من الصعوبات في طريق تحديد أهدافه وتلبية احتياجاته وصولاً للتوافق الشخصي والاجتماعي نتيجة للتغير السريع في أدوات الحضارة المعاصرة وتركيبية المجتمعات وتعد الأنشطة الرياضية الجامعية إحدى الحلقات المهمة في إعداد الطلبة علمياً وتربوياً ونفسياً ورياضياً في وقت واحد، بالإضافة إلى تنمية العلاقات الاجتماعية والانسانية بين الطلبة والمدرسين وإشاعة روح المحبة والتعاون في نفوسهم وهي أسمى أهداف الرياضة وذلك للطلاب والطالبات على حد سواء (لايخ، 2008).

وتعد لاعبات منتخبات الجامعات لمختلف الألعاب الرياضية من الشرائح المهمة في المجتمع بصورة عامة والمجتمع الرياضي بصورة خاصة، لكونهن سيقمن بخدمة المجتمع سواء من خلال التدريس أو التدريب أو التحكيم أو الإدارة، فضلاً عن كونهن إحدى الدعامات الأساسية للأندية والمنتخبات نفسها ومع فريقها وتمتعها بالسمات النفسية الايجابية التي تساعدها على اكتساب المهارات والخبرات ليسهل عليها استغلال طاقاتها وقدراتها الى ابعد حد ممكن.

وتشير زكي (2010) الى إن تحقيق الانجاز الرياضي في المنافسات الرياضية يعتبر الهدف المنشود الذي يسعى الى تحقيق لاعبو المستويات العالمية في كافة الانشطة الرياضية المختلفة، ولن يتحقق ذلك الانجاز الرياضي إلا بتحديد وتطوير العوامل المساهمة فيه سواء كانت تلك العوامل بدنية أو مهارية أو خطئية أو نفسية.

ويعرف خليفة (2000) دافعية الانجاز بأنه: " استعداد الفرد لتحمل المسؤولية والسعي نحو التفوق لتحقيق أهداف معينة، والمثابرة للتغلب على العقبات والمشكلات التي قد تواجهه، والشعور بأهمية الزمن والتخطيط للمستقبل."

ويعد دافع الانجاز الرياضي نوعا وشكلا من أشكال دافعية الانجاز ويكون التركيز فيها على الدافعية المرتبطة بالنشاط الرياضي، كما أثبتت العديد من الدراسات مثل دراسة جمهور (2011)، دراسة منصور (2007)، ودراسة باكير (2001) أن الدافع للإنجاز مصدرا لأحداث تغير كبير في أداء اللاعب فقد يغير الدافع لاعبا فاشلا الى لاعب ناجح، كما انا الدافع للإنجاز القوي يدفع اللاعبين واللاعبات الى زيادة مهاراتهم ومعارفهم حتى يصبحوا بارعين في رياضاتهم المفضلة فيتعلموا بطريقة اسرع ويؤدوا أعمالهم في وقت اقل من غيرهم، كما أن الدافع للإنجاز ضروري للاحتفاظ باهتمام اللاعب وزيادة جهده.

ومن جانب آخر، نعد الصلابة النفسية احد أهم عوامل وسمات الشخصية الايجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الأداء وتحقيق الانتصارات الرياضية، فكلما استطعنا الانتصار على العوائق الشخصية الداخلية والخارجية وتحقيق الانجازات.

وأكدت كوبازا (Kopasa, 1984) أن الافراد الاكثر صلابة نفسية، هم الاكثر صموداً ومقاومة وانجازاً، حيث ان الصلابة النفسية ومكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للفرد، وان هذه السمة في الشخصية يجب ان تنشأ من خلال تشجيع الآباء للأبناء على كيفية تقييم اي مواقف يتعرضون لها، فتهيء لهم الالتزام والتحكم والتحدي وادراك النجاح وتحقيقه في جميع المواقف التي يتعرضون لها.

وقد عرف بروكس (Brooks, 2005) الصلابة النفسية: بأنها قدرة الفرد على التعامل بفعالية مع الضغوط النفسية، والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية، والتعامل مع الاحباط والاختاء والصدمات النفسية والمشاكل اليومية لتطوير أهداف محددة وواقعية، وكل المشاكل والتفاعل بسلاسة مع الآخرين

وأشارت راضي (2008) ان ابعاد الصلابة النفسية تتمثل في ثلاثة أبعاد: البعد الاول الالتزام وهو نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه واهدافه وقيمة الآخرين من حوله، والبعد الثاني التحكم تشير الى مدى اعتقاد الفرد ان بإمكانه ان يكون له تحكم بما يلقاه من احداث ويتحمل المسؤولية الشخصية عما يحدث له ويتضمن: القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة، والتحكم المعرفي وهي القدرة على تفسير والتقدير للأحداث الضاغطة والقدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد والبعد الثالث للصلابة النفسية هو التحدي وهو اعتقاد الشخص ان ما يطرأ من تغير على جوانب حياته على المبادأة واستكشاف البيئة، ومعرفة المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط بفاعلية.

### مشكلة الدراسة

يعد موضوع الدراسة الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي من المواضيع المهمة وتعد الصلابة النفسية من الجوانب الأكثر أهمية على دافعية الانجاز الرياضي لان التعرف على سماتهم سوف يساعدنا كثيرا في وضع البرامج التدريبية وتعديلها بما يتناسب مع البيئة النفسية، وذلك سوف ينعكس بشكل مباشر على دافعتهم نحو النشاط الرياضي واعتقادهم بإمكانية النجاح وتحقيق الانجازات في المستقبل، من خلال عمل الباحثة في مجال التربية الرياضية وكونها عضو منتخب سابق للألعاب الجماعية، وجدت ان هناك ضعف في الاهتمام بلاعبات المنتخبات في الجامعات الفلسطينية، حيث ان اللاعبات يتعرضن لبعض التأثيرات السلبية والضغوط خلال التدريب والمنافسة مما يؤثر سلبا على صحتهم النفسية وادائهم. ومن خلال المواقف التي تعرضت لها الباحثة سواء في التحضير للمنافسات الرياضية أو في المنافسات الرياضية نفسها، مما دفع الباحثة الى اجراء الدراسة الحالية للكشف عن الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبات منتخبات الجامعات الفلسطينية.

## أهمية الدراسة

تتجلى أهمية الدراسة في التعرف إلى العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز لدى لاعبات منتخبات الالعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية حيث تعتبر الصلابة النفسية من المواضيع التي ظهرت حديثا والتي أثارت اهتمام الباحثين، حيث أن الاهتمام بالصلابة النفسية لدى اللاعبات سوف يساعد على ارتقاء ادائهم وبالتالي زيادة انجازاتهم، مما يرفع من مستوى دافعية الانجاز الرياضي لديهن.

وكذلك تكمن أهمية الدراسة في التعرف الى الفروق في مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي تبعاً الى متغيرات مهمة مثل نوع الرياضة والجامعة وخبرة اللعب مع الفريق.

## أهداف الدراسة

تهدف الدراسة الحالية للتعرف إلى:

1. مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الالعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية .
2. مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الالعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية.
3. العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الالعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية.
4. الاختلاف في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الالعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغيرات ( نوع اللعبة، الجامعة).
5. الاختلاف في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الالعاب الرياضية الجماعية تبعاً الى متغيرات (نوع اللعبة، الجامعة).

## تساؤلات الدراسة

سوف تحاول الدراسة الحالية الإجابة عن التساؤلات التالية:

1. ما مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

2. ما درجة دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصلابة النفسية ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

4. هل يوجد اختلاف في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغيرات (نوع اللعبة، الجامعة)؟

5. هل يوجد اختلاف في درجة دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الجماعية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغيرات (نوع اللعبة، الجامعة)؟

## محددات الدراسة

الحد البشري: اقتصرت هذه الدراسة على لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية.

الحد المكاني: الجامعات الفلسطينية (جامعة فلسطين التقنية - خضوري، جامعة النجاح الوطنية، جامعة القدس - أبو ديس، جامعة بيرزيت).

الحد الزمني: تم إجراء الدراسة في الفصل الدراسي الثاني للعام الأكاديمي 2018/2017 في الفترة الزمنية ما بين 2018/3/1 - 2018/5/1.

## مصطلحات الدراسة

- الصلابة النفسية: "اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ليدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة، ( الحجار ودخان، 2006 )".
- دافعية الانجاز الرياضي: "هي دافع مركب يوجه سلوك الفرد كي يكون ناجحا في الانشطة التي تعتبرها معايير للتميز، والتي تكون فيها معايير النجاح واضحة ومحدودة، ( باهي وجاد، 1999 )".
- لاعبات منتخبات الجامعات: "هن الطالبات المتميزات واللواتي يشاركن في مختلف منتخبات الجامعات الجماعية، في مختلف المسابقات الرسمية التي ينظمها اتحاد الجامعات الفلسطيني، والمباريات الودية التي تنظمها الجامعات داخليا للعام 2018/2017". \* (تعريف إجرائي).

## الفصل الثاني

### الاطار النظري والدراسات السابقة

- الصلابة النفسية
- مفهوم الصلابة النفسية
- أهمية الصلابة النفسية
- خصائص الصلابة النفسية
- أبعاد الصلابة النفسية
- الدافعية
- الدافعية في المجال الرياضي
- دافعية الانجاز
- دافعية الانجاز الرياضي
- العوامل المؤثرة على الانجاز الرياضي
- الدراسات السابقة
- التعليق على الدراسات السابقة.

## الفصل الثاني

### الاطار النظري والدراسات السابقة

#### مقدمة

يتطلب التدريب الرياضي جهداً بدنياً قاسياً في معظم الحالات وللاستمرار في التدريب وللوصول الى المستويات العليا في الأداء يجب أن يتمتع الفرد بصحة نفسية تؤهله للاستمرار في الاداء الرياضي وتحمل المشاق الناجمة عن التدريب والمواجهة والقدرة على تقبل الريخ والخسارة في البطولات الرياضية.

وأشار علاوي (2002) انه ينبغي البدء بممارسة التدريب على المهارات النفسية في بداية انخراط الناشئ في التدريب الرياضي جنباً الى جنب مع تدريب القدرات البدنية والمهارات الحركية، وأضاف أن تدريب المهارات النفسية ليس مقصوداً فقط على اللاعبين سواء كان اللاعبين ناشئين أو متقدمين. وفي الاونة الاخيرة تصاعد الاهتمام بمفهوم الصلابة النفسية في مجال الرياضة حيث اشار جولبي وشيرد (Golby,J,Sheard,2004) الى انه كلما تمتع اللاعب بمستويات عليا من الصلابة النفسية أدى ذلك الى ارتفاع مستويات الانجاز.

وأشارت كوبازا (Kopasa,1982) الى ان تعرضنا للضغوط المتنوعة أمر منتهي لا مفر منه فواقع الحياة محفوف بالصعوبات والعقبات والظروف غير الملائمة ونحن لا نستطيع تجنب الفشل أو الاحباط أو الهروب من متطلبات التغيير في النمو الشخصي في أي مرحلة من مراحل النمو حيث أن الحياة مليئة بالضغوطات والتحديات.

ويؤكد علاوي (1998) الى ان جميع المهن والوظائف المختلفة توجد بها العديد من الضغوطات البدنية والنفسية المرتبطة بها ولكن بدرجات مختلفة كما أن بعض الافراد يشعرون بأن جهودهم لا تلقى تقدير أو إثابة.

ويرى عبد العزيز منهمي (2001) أن الضغوط النفسية لها أشكال متباينة فيما يتعلق بالحالة الصحية للفرد، ومنها ما يتعلق بالاسرة والمسكن والمدرسة والعمل وهناك ضغوط اقتصادية واجتماعية ومنها ما يرتبط بالبيئة المحيطة.

ويوضح ترندال (Trendnl 1995) أن الضغوط النفسية تتضمن مجموعة من الظواهر السلبية لما لها من أضرار جسيمة تعود على الانسان والمجتمع.

وأشارت أمل خليل (2007) أن الصلابة النفسية تعتبر مصدر من مصادر المقاومة التي يمكن أن تحقق أو تعادل من الاثار السلبية الناتجة عن الاحداث الضاغطة والتي تؤثر على سلامة الاداء النفسي للفرد ويتفق فولكمان ولازاروس (Folkman and Lazarous,1986) مع كوبازا في أن الخصائص النفسية كالصلابة تؤثر في تقييم الفرد المعرفي للحدث الضاغط نفسه وما يترتب عليه من تهديد لآمن الفرد النفسي وتفجيره لذاته، كما تؤثر في تقييمه لاساليب المواجهة التي يواجه بها الحدث الضاغط.

ويرى ليفي واخرون (Levy, 2006) أن الفرد الصلب نفسياً هو الذي يمتلك احساس عالي من الاعتقاد بالذات وايمان راسخ بقدرته على التحكم في مصيره ومن ثم فإنه لا يتأثر بالمواقف العادية.

وقد أشار مخيمر (1997) الى ان العديد من العلماء أمثال كوبازا (Kopasa,1984) وهابدين (Hydon, 1986) أكدوا أن البحث في مجال الضغوط يجب أن يركز على المتغيرات الايجابية وعلى الصحة وليس على المرض حيث أن هذه المتغيرات تدعم قدرة الفرد على المواجهة الناجمة لهذه الضغوطات كما أن التركيز على المتغيرات والبيئة الايجابية من شأنها مساعدة الفرد في الوقاية من الاثر النفسي والجسمي للضغوط.

وبشير لاتسي (Lights , 1994) أن ادراك الفرد بأن لديه مقاومة وصلابة نفسية قد يساعد على التنبؤ بمدى استمتاعه بالحياة والسعادة مستقبلاً.

## مفهوم الصلابة النفسية

يشير الحجار ودخان (2006) الصلابة النفسية بأنها اعتقاد عام لدى الفرد بفاعليته وقدرته على استخدام المصادر النفسية والبيئة المتاحة ليدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.

ويشير حمادة وعبد اللطيف (2002) أن الصلابة النفسية هي مقاومة والتصدي للمواقف الصعبة وللتخفيف من الآثار السلبية لضغوط الحياة وهي تضم الالتزام، التحكم، التحدي وهي خصال تقود الى الحل الناجح للمواقف المختلفة.

كما عرف كوبازا (Kopasa,1979) الصلابة النفسية بأنها مجموعة من السمات تتمثل في اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استغلال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة الشاقة ادراكاً غير محرف أو مشوه، ويفسرها بواقعية وموضوعية ومنطقية، ويتعايش معها على نحو ايجابي، وتتضمن ثلاثة أبعاد وهي: الالتزام، التحكم، والتحدي.

وعرف مخيمر (1996) الصلابة النفسية على أنها نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله، واعتقاد الفرد بأن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يلقاه من أحداث، ويتحمل مسؤولية ما يتعرض له من أحداث، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً واعاقة له.

وتلاحظ الباحثة من خلال التعريفات إجماع علماء النفس والباحثين على أن الصلابة النفسية تساعد الفرد على تخطي الصعوبات ومقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من حدتها ومن أثارها من خلال امتلاك الفرد مجموعة سمات تساعد على مواجهة الضغوط كالقدرة على الالتزام والتحدي والتحكم في أمور الحياة

## أهمية الصلابة النفسية

تكمن أهمية الصلابة في كونها تنشئ جدار دفاعي نفسي للفرد يعينه على مقاومة الضغوط والشدائد التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية والتخفيف من أثارها السلبية وتعينه على تحويل الخبرات والضغوطات الى خبرات مفيدة حتى ينظر الى الحاضر والمستقبل بنظرة ملؤها الامل والتفاؤل ويكون أكثر قدرة على مجابهة التحديات والصعوبات.

حيث يؤكد الليرد وسميث (Allerd and Smith,1989) أن الاشخاص الاكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط وأن لديهم مجموعة من الجمل الايجابية وهي الالتزام والسيطرة والتحدي أكثر من أولئك الاقل صلابة حيث يتمتع الافراد الاكثر صلابة بسمة التفاؤل التي من شأنها أن تقي من الاثار الجسدية المتعددة.

وأفاد حمادة وعبد اللطيف (2002) أن التمتع بالصلابة النفسية تقلل من الاصابة بالأمراض

الجسمية

ووجد مادي وكوبازا (kopasa,maddi,1982) أن الاشخاص اللذين يتمتعون بصلابة نفسية مرتفعة يكونوا أكثر قدرة على الاستفادة من أساليب مواجهة الضغوط المختلفة بحيث تساعدهم على خفض تهديد الاحداث الضاغطة من خلال النظر الى المشكلة وتحليلها الى مركباتها الجزئية للوصول الى حلول مناسبة لها.

ويشير الحجار ودخان (2006) أن الصلابة النفسية تستخدم لفاعليتها في مواجهة الشدائد والقدرة على التعامل في الاوقات الحرجة هم من لديهم سمات شخصية أطلق عليها والشخصية الصلبة) وهم اللذين لديهم التزام عالي ويستمتعون بحياتهم وعملهم، وأكثر قدرة على مواجهة التحديات.

## خصائص الصلابة النفسية

أقترح لامبرت (Lambert,etal,2003) نقلاً عن كوبازا أن الشخصية الصلبة يجب أن تتمتع بثلاث خصائص هي:

1. القدرة على الانخراط والالتزام

2. القدرة على التحكم والتأثير في مجريات الانور

3. الاعتقاد بأن التغيير مثير للتحدي.

وتوصلت كوبازا (kopasa1982,1985,1979) إلى إن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية بدرجة مرتفعة يتمتعون بالخصائص التالية:

1. القدرة على الصمود والمقاومة

2. لديهم انجاز أفضل

3. أكثر مبادرة ونشاطاً وذوي واقعية أفضل

4. يميلون للقيادة والسيطرة

5. وجهة الضبط لديهم تتبع من داخلهم

وقد أشار كوبازا وبوسيتي (Kopasa and Pusset,1983) ان الاشخاص الاقل صلابة يجدوا أنفسهم والبيئة من حولهم بدون معنى، ويعتقدون أن الحياة تكون أفضل عندما تتميز بالثبات في أحداثها وتخلو من الاثارة والتجديد، ويشعرون بالتهديد المستمر، والضعف في مواجهة أحداثها المتغيرة ولا توجد لديهم اعتقادات راسخة بضرورة التطور منهم سيبلهم في جميع جوانب حياتهم.

فيما حدد تايلور (Taylor,1995) خصائص الصلابة النفسية فيما يأتي:

1. الإحساس بالالتزام في الانخراط في العمل
2. الإيمان والاعتقاد بالسيطرة والإحساس بأن الشخص نفسه هو سبب الحدث في حياته وأنه يستطيع أن يؤثر في بيئته.
3. الرغبة في التحدي والبحث عن أنشطة جديدة غير مألوفة بالنسبة للشخص حتى يتمكن من أحداث تغيير وتكون لديه الفرصة للنماء والتطور.

### أبعاد الصلابة النفسية

اتفق كل من علاوي (1998) وكوبازا (kopasa1982) على أن الصلابة النفسية تتكون من ثلاث أبعاد وهي: الالتزام، التحكم، التحدي.

وترى كوبازا (kopasa 1979) أن المكونات الثلاث ترتفع بارتفاع قدرة الفرد على تحويل أحداث الحياة الضاغطة الى فرصة للتطور وأثار بأن نقص أي بعد من هذه الابعاد يؤدي الى الاحتراق النفسي حيث لا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة النفسية لتحويل الضغوطات والقلق الى امور أكثر ايجابية.

### أولاً: الالتزام

عرفتها حمزة (2002) بأنه اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته، وقدرته على تحديد أهدافه وقيمة قدرته على تحمل المسؤولية.

وقد أشار جونسون وسارسون (Hohnson and Sarson,1987) الى اعتبار الالتزام أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي حيث تعتبر مصدر لمقاومة الضغوطات، حيث تبين لهم أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الاصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب كما أشار هيبتيك أن هذا المكون ضروري للذين يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة أو التمريض. (راضي، 2008).

وأوضح هاريز ان الالتزام يمثل " رؤية الفرد أن نشاطات تلك الحياة لها معنى وفائدة وأهمية لذاتها ( عباس، 2010).

فالالتزام يتضمن الاندماج بنشاط في مظاهر الحياة المتنوعة فالفرد الذي يتمتع بالالتزام يندمج بالنشاط بدلاً من الشعور بالاغتراب، ويعتمد على نفسه في ايجاد الطرق التي تحول تجاربه مهما كانت الى شيء ممتع، فالالتزام الفرد يمثل نوع من التقييم المعرفي الذي يزوده الاحساس العام بالهدف، والذي يسمح له بفهم ايجاد معنى للأحداث (عباس،2010).

وأشارت كوبازا و مادي وبكسيتي ( Kopasa , maddiamd puccetti,1985 ) الى ان الالتزام الشخصي أو النفسي يضم كلا من:

أ. الالتزام تجاه الذات: وعرفته بأنه " اتجاه الفرد نحو معرفة ذاته وتحديد أهدافه وقيمه الخاصة في الحياة، وتحديد اتجاهاته الايجابية على نحو تمييزه عن الاخرين".

ب. الالتزام تجاه العمل: وعرفته بأنه" اعتقاد الفرد بقيمة العمل وأهميته سواء له أو للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في انجاز عمله، وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه"

### ثانياً: التحكم

يصفه عثمان (2001) انه يعني الاستقلالية وقدرة الفرد على اتخاذ القرار المناسب والقدرة على مواجهة الازمات.

وترى كوبازا (Kopasa,1979) التحكم بأنه: اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم بالأحداث وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له فالفرد لديه القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلاً من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة الضغوطات المتنوعة.

ويعرف مخيمر (1996) التحكم: اعتقاد الفرد بأنه بإمكانه التحكم فيما يلقاه من أحداث وأنه يستطيع أن يتحمل المسؤولية عن كل ما يحدث له في حياته وتتضمن القدرة على اتخاذ القرارات واختيار الطريقة الانسب لحل المشكلات والقدرة على تقدير وتفسير الاحداث.

ويتضمن التحكم وفقاً للرفاعي (2003) أربع صور رئيسية هي:

1. القدرة على اتخاذ القرارات والاختيار بين بدائل متعددة.
2. التحكم المعرفي " المعلوماتي " استخدام العمليات الفكرية للتحكم في الحدث الضاغط
3. التحكم السلوكي وهي القدرة على المواجهة الفعالة وبذل الجهد مع دافعية كبيرة للانجاز والتحدي.
4. التحكم الاسترجاعي: وهي تكوين انطباع محدد عن الموقف، ورؤيته على انه موقف ذو معنى وقابل للتناول والسيطرة عليه.

### ثالثاً: التحدي

يعرفه مخيمر (1997) بأنه: "اعتقاد الشخص ان ما يطرأ من تغير على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه تهديداً مما يساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومصادر المعرفة النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الضغوط عليه".

وترى راضي (2008) أن التحدي يتمثل في قدرة الفرد على التكيف مع مواقف الحياة الجديدة وتقبلها سواء كانت سارة أو غير سارة على اعتبار أنها امور طبيعية ضرورية لحدوث التطور، مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية، حيث تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة الاحداث اليومية الضاغطة الصعبة وتساعد على زيادة مشاعر التفاؤل والقدرة على تقبل الخبرات الجديدة بسهولة؟

إذا اتسم الفرد بقوة التحدي وهي اعتقاد الفرد ان ما يطرأ من تغير على حياته ليس أمراً باعثاً على التهديد بل انه فرصة للنمو والنضج وهو أمر مثير، ويعتبر مصدراً للإنجاز، حيث أن التعامل الفعال الايجابي مع التغير يؤدي الى النضج والتطور ولا يعد مصدراً لتهديد الاحساس بالامن.

## الدافعية

يعد الدافع أحد المواضيع الهامة في علم النفس حيث أن الدافع يضيف قيمة ومعنى للسلوك الانساني لتطوير التعلم وتحسين مهارة ورفع كفاءة الافراد.(العتوم وآخرون، 2005).

ويعرفها غباري (2008) بأنها حالة استشارة وتوتر داخلي تثير السلوك وتدفعه نحو تحقيق هدف معين.

ويرى راتب (2000) أن الدافعية استعداد الرياضي لبذل أقصى جهد من أجل تحقيق هدف معين وهذا التعريف يحتوي على ثلاث عناصر مهمة وهي:

1. الدافع Motive: حالة من التوتر تثير السلوك في ظروف معينة وتوجه وتؤثر عليه.
2. الباعث incentive: عبارة عن مثير خارجي يحرك الدافع وينشطه ويتوقف ذلك على ما يمثله الهدف الذي يسعى الرياضي الى تحقيقه من قيمه.
3. التوقع Expectation: مدى احتمال تحقيق الهدف.

إن الدافع هو الجانب السيكولوجي للحاجة، ومن الواضح أن الدافع لا يستند عليه بشكل مباشر وإنما عن طريق الآثار السلوكية التي يؤدي إليها وبهذا يمكن القول بأن الدافع عبارة عن مفهوم أو تكوين فرضي، ويرتبط به مفهوم آخر وهو الاتزان الذي يشير الى نزعة الجسد العامة للحفاظ على بيئة داخلية ثابتة نسبياً، وبهذا ينظر العلماء الذين يتبنون وجهة النظر هذه الى السلوك الانساني على انه حلقة مستمرة من التوتر وخفض التوتر فالجوع مثلاً يمثل توتراً ويولد حاجة الى الطعام، ويعمل اشباع دافع الجوع على خفض هذا التوتر الذي لا يلبث أن يعود ثانية. (2003 و 200) تساعدنا دراسة الدوافع في زيادة فهم الانسان لنفسه ولغيره وتساعدنا على التنبؤ بالسلوك الانساني

في المستقبل حيث اننا ان عرفنا دوافع شخص ما فاننا نستطيع أن نتنبئ بسلوكه في ظروف معينة كما تعد الدافعية من أهم موضوعات علم النفس أهمية وأكثر دلالة على المستوى النظري أو التطبيقي، فلا يمكن حل المشكلات السلوكية دون الاهتمام بدوافع الكائن الحي التي تقوم بالدور الاساسي في تحديد سلوكه كما وكيفاً. ( غباري، 2008 )

### الدافعية في المجال الرياضي

اشار ابو طامع (2011) بأن الدافعية ذات ارتباط وثيق بسلوك الانسان وبمستوى أدائه، فغالباً ما ينتج السلوك عن عدة دوافع متداخلة بعضها ببعض وليس نتيجة دافع واحد أو يكون نتاج مجموعة من الدوافع الداخلية والخارجية.

ويشير وليام (William, 1983) ان استشارة الدوافع للرياضي يمثل من (70-90%) من العملية التدريبية، وذلك لان التفوق في رياضة معينة يتطلب اكتساب اللاعب للجوانب المهارية والخطئية، ثم يأتي دور الدافع ليحث الرياضي على بذل الجهد والقدرة والطاقة لتعلم تلك المهارات والتدريب عليها بغرض صقلها واتقانها.

حيث عرفها علاوي (1998) الدافعية في المجال الرياضي: استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين.

كما يشير سينجر ( Singer,1980) أن الدافع يلعب دوراً مهماً في مجال التفوق الرياضي، كما انه يؤثر على كل من التعلم ومستوى الاداء.

يشير راتب (1995) انه يوجد مصدران لدافعية ممارسة النشاط الرياضي هما:

1. المصدر الاول يأتي من داخل الفرد ويطلق عليه الدافعية الى النشاط ذاتية الاثابة (intrinsic).

2. المصدر الثاني يأتي من خارج الفرد ويطلق عليه الدافعية الى النشاط خارجي الاثابة (Extrinsic). وهذا النوع يأتي من الخارج ولا ينبع من الشخص نفسه ويتم عن طريق تقديم الدعم سواء كان مادياً مثل المتكافآت أو الجوائز أو معنوياً مثل التشجيع والاطراء.

هناك الكثير من علماء النفس الذين يؤكدون على أهمية الدافعية الداخلية مقابل الخارجية، حيث أن الخارجية تفيد في استمالة اللاعب أو تطوير اداءه لفترة ولكن لا تضمن الاستمرار وتحقيق المراكز العليا، والدافعية ذات الاثابة الخارجية تفقد قوة تدعيمها أسرع من الدافعية الداخلية.

ويشير هنداوي (2012) نقلاً عن النقيب ان هناك عوامل عديدة ومتنوعة تساهم في تحديد مستوى دافعية اللاعب، وتقسم هذه العوامل الى اربعة اقسام رئيسية هي:

أولاً: عوامل متعلقة باللاعب: مثل سمات شخصية اللاعب، ومستوى طموحه، ورغباته الذاتية، وهذه جميعها تعد عوامل مستقلة للدافعية لا يستطيع المدرب التأثير فيها بسهولة.

ثانياً: عوامل متعلقة بنتائج الاداء الرياضي: مثل خبرات النجاح أو الفشل، والتعزيز الايجابي والسلبى والتهديد والعقاب، وهذه العوامل جميعها تعد مصادر كامنة للدافعية يمكن أن تؤثر في مستوى دافعية اللاعب. وباستطاعة المدرب أن يؤثر في هذه العوامل بأساليب مختلفة.

ثالثاً: عوامل متعلقة بالمنافسة الرياضية: مثل مستوى المنافسة، وأهميتها، ونظامها، ومكانها، وحضور الجمهور، وطبيعته وهذه العوامل تعد مستقلة نسبياً عندما يقوم به المدرب الرياضي اذ ان دور المدرب بسيط في احداث تأثير فيها.

رابعاً: عوامل متعلقة بطبيعة المهارة: مثل سهولة المهارة وصعوبتها، ومعلومات التغذية الراجعة، ودرجة الانتباه الخاص الذي يتطلبه أداء المهارة، وباستطاعة المدرب أن يؤثر في عوامل الدافعية من خلال عملية التدريب.

## دافعية الانجاز

يرى أبو علام (1993) أن دافع الانجاز هو دافع مكتسب من خلال التفاعل مع البيئة المحيطة، ومن خلال خبرات الفرد، وأنواع من السلوك تتصف بالمنافسة والسعي وراء التفوق والرغبة في تحقيق المهام الصعبة، ان دافع الانجاز ليس له أصول فسيولوجية، ان دافع الانجاز يتأثر بعدة عوامل منها القيم الثقافية السائدة والدور الاجتماعي للأفراد، وأساليب تنشئة الاطفال، والعمليات التربوية في النظم التعليمية للدول والتفاعل بين أفراد الجماعة.

تعمل دافعية الانجاز على دفع اللاعب لكي يكون متميزاً عن أقرانه في الفريق حيث أن حاجة اللاعب للتميز والانجاز تعمل على استثارة وتحفيز الطاقة الكامنة لديه وتعمل على مضاعفة جهوده وطاقاته نحو الهدف المنشود، وهو الانجاز العالي (خميس، 2008).

ان الاعداد والتهيئة النفسية أصبحت عملية ضرورية بالنسبة للاعبين، فاللاعب خلال المنافسة يتعرض الى مواقف وحالات نفسية مصحوبة بانفعال واثارة فيجب على اللاعب أن يتمكن من السيطرة على انفعالاته وان يضبط تصرفاته حتى تزيد دافعية الانجاز له.

ويقصد بمصطلح دافعية الانجاز بأنها عملية استثارة السلوك والمحافظة عليه لتحقيق هدف ما (ابو جادو، 2000)، عرفها عباينه (1999) على انها " استعداد ثابت نسبياً في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرتة في سبيل بلوغ أو تحقيق النجاح".

ويعتبر عمارة (1999) أن دافع الانجاز مكوناً جوهرياً في سعي الفرد تجاه تحقيق ذاته، حيث يشعر الانسان بتحقيق ذاته من خلال ما ينجزه من أهداف وفيما يسعى اليه من اسلوب حياة أفضل ومستويات أعظم لوجوده الانساني.

ويشير الطواب (1995) بين نوعين أساسيين من دافعية الانجاز الرياضي على اساس مقارنة الفرد بنفسه والآخرين هما:

1. دافعية الانجاز الذاتية: وهي التي تتضمن تطبيق معايير شخصية داخلية في المواقف المتعددة كما يمكن أن تتضمن معيار مطلق للانجاز.

2. دافعية الانجاز الاجتماعية: وهي التي تتضمن تطبيق معايير التفوق والتي تعتمد على المقارنة الاجتماعية في المواقف المتعددة.

كما يشير عبد الله (1996) أن هناك ثلاث مكونات لدافع الانجاز وهي:

أ. الدافع المعرفي: ويشير الى محاولة الفرد لاشباع حاجاته لان يعرف ويفهم، حيث تعين هذه المعرفة الافراد على اداء مهامهم بكفاءة أكبر.

ب. توجيه الذات: وهي رغبة الفرد بالشهرة والمكانة والسمعة والتي لا يستطيع احرازها الا عن طريق ادائه المتميز والملتزم بالتقاليد الاكاديمية المعترف بها مما يؤدي الى شعوره بكفاءة واحترام لذاته.

ج. دافع الانتماء: وهي رغبة الفرد في الحصول على تقبل الاخرين، ويستخدم الفرد نجاحه الاكاديمي من أجل الوصول الى الاعتراف والتقدير من أولئك الذين يعتمد عليهم في تأكيد ثقته بنفسه، ويعد الوالدان مصدراً أساسياً لتحقيق إشباع حاجات الانتماء لدى أطفالهم، ثم يأتي دور المعلم باعتباره مصدراً آخر لتحقيق اشباع الانتماء لدى الشخص.

### دافع الانجاز الرياضي

يشير باهي وجاد (1999) أن دافعية الانجاز الرياضي: هي دافع مركب يوجه سلوك الفرد كي يكون ناجحاً في الانشطة التي يعتبرها معايير للتميز، والتي تكون فيها معايير النجاح واضحة ومحددة،

ويعد دافع الانجاز الرياضي شكلاً من أشكال دافعية الانجاز ويكون فيها التركيز على الدافعية المرتبطة بالنشاط الرياضي، فهو يدفع اللاعبين الى زيادة مهاراتهم وخبراتهم ومعارفهم، كما أنه يعد مصدراً لأحداث تغير كبير في اداء اللاعبين حتى يكونوا بارعين في رياضاتهم المفضلة، ويشير أحمد (2009) أن دافعية الانجاز الرياضي تعتبر مدخل لدراسة سلوك الرياضيين باعتبارها أرقى المستويات الدافعية حيث تعد دافعية الانجاز الرياضي من أقوى الدوافع التي تكمن خلف التفوق في

الاداء الرياضي، ويعرفها كروس وكلوز (Gross and clews,1995) انها الجهد الذي يبذله الرياضي من اجل النجاح في الواجبات الحركية التي يكلف بها سواء في التدريب أو المنافسة.

### مكونات دافعية الانجاز الرياضي

أشار العديد من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي الى ان اهم المكونات الشخصية لدافعية الانجاز الرياضي:

1. دافع انجاز النجاح: هذا الدافع يختلف من لاعب لآخر ومن لعبة لاخرى وهو يمثل الدافعية الداخلية للاعب للاقبال على ممارسة الانشطة ومحاولة التفوق فيها وبالتالي الشعور بالسعادة والرضا، وهو حالة داخلية في الفرد توجهه وتحركه لتحقيق هدف معين يضعه لنفسه، ويتأثر هذا الدافع بمتغيريها هما:

أ. احتمال النجاح: تعتبر درجة الاقتناع الذاتي لامكانية الوصول وتحقيق هدف معين من أهم المؤثرات على دافع انجاز النجاح مثل الفوز ببطولة محلية أو دولية او المشاركة بمنتخب الدولة، فكلما كانت درجة الاقتناع كبيرة كلما سهل تحقيق الهدف المعين.

ب. جاذبية تحقيق الهدف: تعني قيمة العائد من تحقيق الهدف، فكلما ارتفع العائد الاجتماعي المرتبط بالهدف ارتفعت درجة جاذبيته، فالفوز ببطولة عالمية يكون أكثر جاذبية من الفوز ببطولة محلية.

2. دافع تجنب الفشل: وهو تكوين نفسي يرتبط بالخوف من الفشل والذي يتمثل بالاهتمام المعرفي بعواقب أو نتائج الفشل في الوعي الشعوري بانفعالات غير مسارة مما يسهم في محاولة تجنب او تحاشي مواقف الانجاز الرياضي ويكون هذا الدافع واضحاً عند اللاعب كلما ارتفع خوف وقلق اللاعب من احتمال توقع الفشل أي كلما اعتقد بقلته فرصته في احتمال تحقيق النجاح ( ابو بكر، 2013).

اعتبر بعض الباحثين في علم النفس الرياضي هارسي (Haris,1984) وسكلى (scully,1994) ان وضع الاهداف بمثابة آلية للدافعية وأن الدافعية بمثابة محدد لنوع الجهد المطلوب بذله ومحدد لفترة المثابرة على بذل هذا الجهد لكي يكمن انجاز الهدف، حيث ان وضع الاهداف coll seting يعتبر من بين أهم الاليات التي يمكن بها تدعيم وتطوير الدافعية نحو الانجاز لدى اللاعبين على اساس أن تحقيق الهدف يعمل على اشباع الدافعية والتي بدورها توجه وتثير السلوك الانجازي، وعرف وضع الاهداف ( بأنه الشيء الذي يريد الفرد تحقيقه عن طريق مجموعة من الاداءات).

ولخص زكي (2010) أثر وضع الاهداف على سلوك الانجاز لدى اللاعبين على النحو التالي:

1. يوجه تركيز انتباه اللاعب لبعض الاهداف المعنية التي تحاول انجازها.
2. تسهم في اثاره الدافع الذاتي لدى اللاعب.
3. يعبئ الجهد بصورة تتناسب مع متطلبات الاداء الذي تقوم به اللاعب.
4. يدعم ويعزز عملية المثابرة والاستمرارية على بذل المزيد من الجهد.
5. يساعد على تشجيع اللاعب على تطوير بعض الاساليب التي يمكن بها تحقيق أهدافها عن طريق تحسين مهاراتها وقدراتها واكتساب مهارات وقدرات جديدة.
6. الاحساس بالرضا والشعور بالنقطة بالنفس وفاعلية الذات والانفعالات الايجابية السارة
7. يساهم في التخفيف من مستوى القلق الذي يعيق اداء اللاعب.

## العوامل المؤثرة على الانجاز الرياضي

هناك خصائص عامة تميز الرياضيون الذين يتميزون بدرجة من المستوى العالي، إذ قدم اتكنسون (Itkinson,1974) أنموذجاً مقترحاً لعوامل الانجاز الرياضي وعلاقته بالأداء وهذه العوامل هي:

1. التفوق في الاداء نتاج كل من الخبرات السابقة وتأثير البيئة الراهنة وتوقع النتائج في المستقبل.
2. تتأثر مقدرة الرياضي ودافعيته للتفوق بالخبرات السابقة في سنوات العمر المبكرة فضلاً عن التأثير بكل من عاملي الوراثة والبيئة.
3. تأثير البيئة ( الموقف ) على الاداء ومتطلباته ومن ناحية أخرى الاستثارة الانفعالية الخاصة بالرياضي من ناحية أخرى
4. يتأثر الاستمرار في الاداء بعاملين هما توقع أداء عملاً معيناً سوف يؤدي الى الهدف وقيمة الباعث الذي يقدمه الهدف. الذي يعتبر مساعداً في زيادة قوة الدافع والاختيار بين البدائل الا انه ليس هو العامل الوحيد.
5. يمكن تحديد التفوق في الاداء في ضوء محكمين أساسيين هما مستوى الاداء ( قدرات الرياضي) ووحدة الممارسة للاداء ( صالح وحسن، 2011).

## الدراسات السابقة

هناك العديد من الدراسات التي ارتبطت بشكل جزئي بالدراسة الحالية ودراسات تناولت كل متغير على حدة، لذا سيتم عرض الدراسات السابقة التي توصل اليها الباحث على محورين وهما:

## أولاً: الدراسات التي تناولت الصلابة النفسية

- أجرى روس وآخرون (Ross audet,al,2012) دراسة هدف للتعرف الى تأثير الصلابة النفسية على التنبؤ بالإصابة الرياضية قبل حدوثها، بالإضافة الى تأثير الصلابة النفسية المباشر وغير مباشر على ردود أفعال واستجابات اللاعبين عند حصول الإصابة الرياضية. حيث تكونت عينة الدراسة من (964) لاعباً ظهرت لديهم أعراض حدوث الإصابة خلال فترة عامين، ثم حدثت الإصابة (104) لاعباً ثم أخذ استجاباتهم على فقرات الاستبيان، تم استخدام منهج التصميم الطولي ( طويل الامر) وبعد الانتهاء من جمع البيانات ومعالجتها احصائياً كشفت الدراسة عن وجود علاقة ارتباط موجبة ومرغوب بها بين الصلابة النفسية والاستجابات وردود الفعل النفسية والتأقلم عند حدوث الإصابة وأثناء فترة الاستشفاء، كما وجدت الدراسة أن للصلابة النفسية تأثير جيد على القدرة على التأقلم والاستجابة النفسية لدى الرياضيين المصابين، فيما أفضت الدراسة الى ان الصلابة النفسية لها انعكاسات هامة لدى الممارسين للنشاط الرياضي، حيث تعمل على التقليل من معدلات حدوث الإصابة واستعادة الشفاء بشكل أسرع.

- أجرى رمزي وبيشارت (Ramzi and Besharat,2010) دراسة هدفت للتعرف الى تأثير الصلابة النفسية على الانجاز الرياضي والصحة النفسية، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (74) رياضياً بواقع (44) ذكراً و (30) أنثى، واستخدام برنامج الرزم الاحصائية (SPSS) لمعالجة النتائج، وتم خضوع أفراد العينة لمقياس الصلابة النفسية ومقياس الصحة النفسية ومقياس الانجاز الرياضي، قد أظهرت النتائج تأثيراً ايجابياً للصلابة النفسية على الصحة النفسية والانجاز الرياضي، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط سالبة ولكنها غير دالة احصائياً بين الصلابة النفسية والقلق النفسي، كما أظهرت عدم وجود علاقة دالة احصائياً بين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز، وقد أقرحت الدراسة زيادة الصلابة النفسية لدى الرياضيين لما لها من أثر ايجابي على الصحة النفسية وزيادة الانجاز الرياضي من خلال شعور الرياضيين بالالتزام والتحكم والتحدي.

- أجرى المشعان (2010) دراسة هدفت للتعرف الى العلاقة بين الصلابة النفسية والشكاوي البدنية والامل والعصابية لدى عينة من طلاب جامعة الكويت، اضافة الى التعرف الى الفروق بين الذكور والاناث في متغيرات الدراسة، وقد تكونت عينة الدراسة من (373) طالب وطالبة بواقع (150) ذكور و(223) اناث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، ولإجراء الدراسة تم استخدام مقياس الصلابة النفسية ومقياس الامل، وقد كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة احصائياً بين الصلابة النفسية والامل، وعلاقة سالبة بين الصلابة النفسية والعصابية، وأوصت الدراسة على ضرورة تنمية الصلابة النفسية لدى الافراد حيث أنها تعتبر من العناصر الفعالة في تخفيض مستوى الاكتئاب والقلق والشكاوي البدنية، كما أنها تعطي الفرد القدرة على المواجهة والتحدي، وشددت الدراسة على ضرورة نشر الوعي النفسي بين الطلبة والطالبات حول أهمية الصلابة النفسية.

- أجرى تفاعلة (2009) دراسة مقارنة هدف الى التعرف الى العلاقة بين الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين، في ضوء متغيرين هما الجنس والاقامة، وقد تكونت العينة من (120) مسناً يزيد أعمارهم عن (65) سنة من الجنسين بالتساوي، وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة، واستخدم الباحث مقياس الصلابة النفسية ومقياس الرضا عن الحياة، وبعد جمع البيانات وتحليلها كشفت الدراسة في نتائجها أن المسنين المقيمين بدور الرعاية أكثر صلابة نفسية من المسنين المقيمين مع أسرهم، وتفوق الاناث على الذكور في مستوى الصلابة النفسية وخاصة في بعدي الالتزام والتحكم، وقد أوصت الدراسة انه يجب مساعدة المسنين على اكتشاف خبراتهم المتعلقة بالشيخوخة بشكل دقيق ومساعدتهم على فهم ردود أفعالهم.

- أجرى بارتون وآخرون (Bartone and et.al,2008) دراسة هدفت للتعرف الى الصلابة النفسية لدى المتقدمين للخدمة في القدرات الخاصة للجيش الامريكي للتعقب بالنجاح في المهام التي تتطلب جهداً وشدة عالية، وقد تكونت العينة من (1138) متقدماً تم خضوعهم لمقياس القدرة على التكيف والصمود والصلابة النفسية، وبعد جمع البيانات وتحليل النتائج باستخدام الاختبارات اللازمة أشارت النتائج الى أن الافراد المتقدمين للخدمة في القدرات الخاصة والذين

نجحوا في تخطي البرنامج التدريبي والاختبارات بنجاح، سجلوا نسبة أعلى في مستوى الصلابة النفسية مقارنة بالأفراد الذين لم يتخطوا البرنامج التدريبي ولم يتم قبولهم للخدمة في القوات الخاصة، وفي ضوء هذه النتائج ظهرت أهمية الصلابة النفسية في كونها أحد أهم سمات الشخصية التي تساعد الفرد على التعامل مع الضغوط وأداء المهام بنجاح وخصوصاً تلك المهام ذات المتطلبات العالية الشدة

- أجرى راضي(2008) دراسة هدفت الى التعرف الى علاقة الصلابة النفسية بكل من الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية لدى امهات شهداء انتفاضة الاقصى في محافظات قطاع غزة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية، وقد تكونت العينة من (361) أما من أمهات شهداء انتفاضة الاقصى، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي لملائته لطبيعة الدراسة. تم استخدام استبانات لقياس كل من: الصلابة النفسية، الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية وبعد جمع البيانات وتحليلها باستخدام برنامج الرزم الاحصائية (SPSS) أظهرت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية ودالة احصائية بين مستوى الصلابة النفسية والالتزام الديني لدى امهات شهداء الاقصى في محافظات قطاع غزة، كما أظهرت وجود فروق دالة احصائية في الدرجة الكلية للصلابة النفسية تعزى لمتغيري الالتزام الديني والمساندة الاجتماعية، بينما لم تظهر النتائج وجود فروق دالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى امهات الشهداء تعزى لمتغيرات ( نمط الشهادة ، الحالة الاجتماعية، المستوى التعليمي للام ومكان السكن) وقد أوصت الدراسة الى ضرورة تصميم برامج ارشادية لتعزيز الصلابة النفسية لدى أمهات الشهداء بحيث تكون برامج اجتماعية ونفسية ودينية بهدف مواجهة كافة الظروف الصعبة حين وقوعها بقوة وصلابة.

#### ثانياً: الدراسات التي تناولت دافعية الانجاز الرياضي

- دراسة عبد الغفور وآخرون (2012) بعنوان دراسة مقارنة في دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة الطائرة في بعض الكليات العلمية والانسانية بجامعة الموصل، حيث هدفت الدراسة للتعرف الى مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة الطائرة للكليات العمية والانسانية

والفروق بين مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى أفراد عينة الدراسة، والفروق بين مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى أفراد العينة، حيث شملت العينة (60) لاعباً يمثلون ستة فرق لكليات جامعة الموصل بواقع (3) فرق لكل من المجموعة والانسانية بمعدل (10) لاعبين لكل فريق واستخدم مقياس علاوي لقياس دافعية الانجاز، وتوصلت الدراسة الى ارتفاع مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي كرة الطائرة في جامعة الموصل كما لم تظهر فروق فردية ذات دلالة معنوية لدافعية الانجاز لدى أفراد عينة الدراسة، واصر الى ضرورة التأكيد على الجوانب النفسية لما لها من أثر كبير في تعزيز وزيادة الثقة بالنفس ودافعية الانجاز، كذلك الاهتمام بتطوير عناصر اللياقة البدنية بشكل عام والعناصر الخاصة بكرة الطائرة بشكل خاص.

- أجرى خان (Khan,2011) دراسة هدفت للتعرف الى العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية ودافعية الانجاز الرياضي لدى عينة من لاعبي الريشة الطائرة، وقد تتم اجراء الدراسة عينة قوامها (20) لاعباً تتراوح أعمارهم من (17-25) عاماً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وتم استخدام مقياس دافعية الانجاز الرياضي ومقياس قلق المنافسة الرياضية، وبعد جمع البيانات وتحليلها أشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباط سالبة ودالة احصائية بين قلق المنافسة الرياضية ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الريشة الطائرة.

- دراسة فيني ويوسف (Fini & Yousefzadeh,2011) والتي هدفت لايجاد العلاقة بين دافعية الانجاز وقوة التحكم والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدرسة بندر عباس في ايران وتكونت عينة الدراسة من (211) طالب اختيرو بالطريقة العشوائية، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي، وتم استخدام مقياس دافعية الانجاز ومقياس قوة التحكم ومعدل التحصيل الاكاديمي للطلبة، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباط ايجابية ودالة احصائية بين متغيرات الدراسة، كما أوصت الدراسة بتتمية دافعية الانجاز لدى الطلبة عن طريق عمل نموذج للنجاح، بالاضافة الى زيادة حماس الطلبة وتوجيه تركيزهم لعملية التعلم بحد ذاتها وليس للنجاح فقط.

- أجرى ايدن وكوسكن (Ayden&Cosckun,2011) دراسة هدفت لتحديد العلاقة بين دافعية الانجاز وبعض المتغيرات الجنس، المرحلة الصفية، مستوى تعليم الوالدين ومتوسط دخل الأسرة ولدى طلاب المرحلة الثانوية. وقد اجريت الدراسة على عينة بلغت (151) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية في دولة تركيا، وقد اتبع الباحثين الأسلوب المسحي لتطبيق الدراسة، وتم استخدام مقياس دافعية الانجاز وأظهرت النتائج وجود فروق دالة احصائياً بين دافعية الانجاز لدرس الجغرافيا والمرحلة الصفية، بينما لم تجد أي فروق في دافعية الانجاز تعزى لمتغير التدخل الأسري والجنس والمستوى التعليمي للوالدين، وبناء على هذه النتائج أوصى الباحثان بضرورة زيادة دافعية الانجاز تجاه درس الجغرافيا عن طريق تطوير المنهاج واستخدام الوسائل التعليمية الحديثة.

- اجرت عبد العال (2011) دراسة هدفت للتعرف إلى التفاؤل وعلاقته برضا ودافعية الانجاز لدى فرق العروش الرياضية في الكليات المتخصصة حيث تكون مجتمع الدراسة على الطلاب المشاركين بفرق العروض الرياضية في كليات التربية الرياضية في الجامعات المصرية، وتم اختيار عينة عشوائية بلغ قوامها (61) طالب من خمس كليات يمثلون ما نسبته (61%) من مجتمع الدراسة. حيث استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي نظراً لملائمته لطبيعة الدراسة وتحقيق أهدافها. واستخدم الباحث مقياس التفاؤل ومقياس الرضا الرياضي ومقياس دافعية الانجاز الرياضي، وقد أظهرت النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات احصائية بين التفاؤل ودافع انجاز النجاح لدى طالبات فرق العروض الرياضية في الكليات المتخصصة، بينما أوجدت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة احصائياً بين التفاؤل والخوف من الفشل لدى طالبات فرق العروض الرياضية في الكليات المتخصصة، وبناء على النتائج أوصت الباحثة بضرورة الاهتمام بالجانب النفسي لدى طلاب الجامعات وخاصة سمة التفاؤل وزيادة رضاهم ودافعيتهم للانجاز، إضافة إلى زيادة الثقة وخاصة في حالة الفشل.

- دراسة عبد الحليم (2009) بعنوان دافعية الانجاز لدى ناشئي بعض الألعاب الجماعية وعلاقتها بمستوى مهارات الاتصال لمدربيهم، حيث هدفت التعرف إلى مستوى دافعية الانجاز بين لاعبي كرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد فضلاً عن التعرف إلى علاقة دافعية الانجاز لدى

ناشئي كرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد بمستوى مهارات الاتصال والاستماع لمدربيهم، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي وطبقت الدراسة على مجتمعين مختلفين هما مجتمع المدربين ومجتمع اللاعبين حيث بلغت عينة المدربين (45) مدرباً و (90) لاعباً أقل من (16) عام كما استخدمت مقياس علاوي لقياس دافعية الانجاز الرياضي لدى أفراد عينة الدراسة.

- أجرت أحمد (2009) دراسة هدفت للتعرف إلى الضغوط النفسية ودافعية الانجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى وذلك في ضوء متغيرات الجنس ونوع المسابقة. اختارت الباحثة عينة الدراسة من بين اللاعبين المسجلين في الاتحاد المصري لألعاب القوى والبالغ عددهم (200) لاعباً ولاعبة، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوبه المسحي نظراً لمناسبته لأهداف وفروض الدراسة، ولتطبيق الدراسة تم استخدام مقياس الضغوط النفسية للاعبي ألعاب القوى من إعداد الباحثة ومقياس دافعية الانجاز، وبعد جمع البيانات وتحليلها أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة احصائياً بين لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في الضغوط النفسية تعزى لنوع المسابقة ولصالح اللاعبات، وإلى وجود فروق دالة احصائياً بين لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في الضغوط النفسية تعزى لمتغير الجنس، وأشارت الدراسة إلى وجود ارتباط عكسي دال إحصائياً بين دافع إنجاز النجاح والضغوط النفسية، وبين دافع تجنب الفشل والضغوط النفسية لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى، وفي ضوء النتائج أوصت الباحثة بعدة توصيات كان أهمها تخطيط برامج تدريبية بصورة علمية تتناسب مع قدرات اللاعبين، وضرورة تجنبهم التعرض لأي مصدر من مصادر الضغوط، كما أوصت ببناء مقياس نفسي لقياس دافعية الإنجاز للاعبي ألعاب القوى وضرورة إجراء دراسات أخرى مشابهة للدراسة على ألعاب أخرى.

### التعليق على الدراسات السابقة

من خلال عرض الباحثة للدراسات السابقة تبين لديه ما يأتي:

أولاً: مدى استفادة الباحثة من الدراسات السابقة في ضوء ما أشارت إليه الدراسات المشابهة المرجعية، استفادت الباحثة من هذه الدراسات الآتي:-

1. التعرف إلى المنهج العلمي المناسب لهذه الدراسة.
  2. التعرف إلى الأداة المناسبة لهذه الدراسة.
  3. اختيار عينة الدراسة وحجمها.
  4. الاستفادة من الإطار النظري للدراسات السابقة.
  5. الاستفادة من توصيات الدراسات السابقة.
  6. التعرف على الأساليب الإحصائية المناسبة التي يمكن استخدامها في هذه الدراسة.
  7. مقارنة نتائج الدراسة الحالية بالنتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة.
- ثانياً: أهم ما يميز هذه الدراسة عند الدراسات السابقة.

من حيث الموضوع: أن موضوع الصلابة النفسية ودافعية الانجاز نالت الكثير من الاهتمام والبحث في مجال علم النفس الرياضي، لما لها من أهمية في تطور وتحضر المجتمع حيث أن دراسة العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الجماعية في جامعات الضفة الغربية- تعد الدراسة الأولى- على حد علم الباحثة- تناولت هذه الدراسة، ومن هنا اكتسبت هذه الدراسة أهميتها وقيمتها العلمية بين مثيلاتها من الدراسات.

من حيث العينة: انفردت هذه الدراسة- على حد علم الباحثة- بكونها الدراسة الأولى في الضفة الغربية التي تم تطبيق أدواتها على لاعبات منتخب الألعاب الجماعية في جامعات الضفة الغربية، كما لا توجد دراسة تناولت متغيرات الصلابة النفسية والإنجاز الرياضي لدى هذه الفئة.

## الفصل الثالث الطريقة والإجراءات

- منهج الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة
- أدوات الدراسة
- صدق الأداة
- ثبات الأداة
- متغيرات الدراسة
- إجراءات الدراسة
- المعالجات الإحصائية

## الفصل الثالث

### الطريقة والإجراءات

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي تضمنتها هذه الدراسة وهي: منهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة، وأدوات الدراسة، ومتغيرات الدراسة، والمعالجات الإحصائية.

#### منهج الدراسة

استخدمت الباحثة في هذه الدراسة المنهج الوصفي في جميع إجراءات الدراسة، وذلك لملائمته لأغراض الدراسة.

#### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من لاعبات منتخبات الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية للألعاب الجماعية، والبلغ عددهن (320) لاعبة، وذلك حسب سجلات عمادة شؤون الطلبة للعام الأكاديمي 2018/2017.

#### عينة الدراسة

تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من لاعبات منتخبات الألعاب الجماعية من جامعات النجاح الوطنية، وجامعة القدس (أبوديس) وجامعة فلسطين التقنية/ خضوري وجامعة بيرزيت في الفصل الدراسي الثاني للعام الأكاديمي 2018/2017، وبلغ عدد أفراد العينة (196) لاعبة، والجدول رقم (1) يوضح خصائص عينة الدراسة تبعاً لمتغيرات نوع اللعبة والجامعة.

الجدول رقم (1) : توزيع عينة الدراسة تبعا الى متغيري نوع اللعبة والجامعة (ن=196).

المتغيرات المستقلة	مستويات المتغير	العدد	النسبة المئوية %
نوع اللعبة	كرة سلة	64	32.7
	كرة طائرة	57	29.1
	كرة يد	44	22.4
	كرة قدم	31	15.8
الجامعة	النجاح الوطنية	62	31.6
	خضوري	53	27
	بيرزيت	30	15.3
	القدس	51	26
المجموع		196	%100

#### أداة الدراسة

من أجل جمع البيانات المطلوبة والتي تخص الدراسة، قامت الباحثة باستخدام أداتين للدراسة وهي مقياس الصلابة النفسية الذي أعده سليمان وعبد الوهاب (2005)، ومقياس دافعية الانجاز الرياضي لعلاوي (1998)، والملحق رقم(1) يوضح مقياسي الدراسة.

#### صدق مقياس الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي

من أجل التحقق من مدى مناسبة المقياسين لعينة الدراسة قامت الباحثة بعرض المقياسين على لجنة من المحكمين المتخصصين في هذا المجال ومكونة من (8) خبراء من حملة شهادة الدكتوراه في كلية التربية الرياضية، وطلب من المحكمين إبداء الرأي في الفقرات من حيث صياغة الفقرات، ومدى مناسبتها، إما بالموافقة أو حذفها أو إجراء التعديل المناسب وقد تم الأخذ بالرأي الذي أجمع عليه أغلب المحكمين على الفقرات، والملحق رقم(2) يوضح أسماءهم ورتبهم العلمية وتخصصاتهم ومكان عملهم.

## ثبات الأداة

يعني ان تعطي الاختبارات نفس النتائج إذا ما أعيد تطبيق الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف ( حسانين، 2003) وللتأكد من صلاحية أداتي الدراسة وثباتهما تم تطبيق معادلة (كرونباخ الفا) على أفراد عينة الدراسة، ونتائج الجدول رقم (2) يبين معامل الثبات لمقياس الصلابة النفسية ومجالاته.

الجدول رقم (2): معامل الثبات لمقياس الصلابة النفسية ومجالاته.

المجالات	عدد الفقرات	معامل الثبات
الالتزام	12	0.761
التحكم	11	0.751
التحدي	9	0.843
المستوى الكلي	32	0.897

تشير نتائج الجدول (2) أن معامل الثبات لمقياس الصلابة النفسية وصل إلى (0.897)، وبلغ معامل الثبات لمجال الالتزام (0.761)، ولمجال التحكم (0.751)، ولمجال التحدي (0.843)، وتعد هذه القيم جيدة لتحقيق أهداف الدراسة.

وفيما يتعلق بمقياس دافعية الانجاز الرياضي كان معامل الثبات (0.878)، وتدل هذه القيمة على صلاحية المقياس لتحقيق أغراض الدراسة.

## متغيرات الدراسة

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

### أولاً: المتغيرات المستقلة

- نوع اللعبة الجماعية ولها أربع مستويات (كرة سلة، كرة طائرة، كرة قدم، كرة يد)
- الجامعة ( النجاح الوطنية، فلسطين التقنية/خضوري، بيرزيت، القدس (أبوديس))

## ثانياً: المتغيرات التابعة

- تتمثل في الاستجابة على مقياسي الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز الرياضي.

## خطوات تطبيق الدراسة

لقد تم إجراء هذه الدراسة وفقاً للخطوات الآتية:

- جمع المعلومات والبيانات لتصميم أدوات الدراسة بصورتها الأولية.
- توزيع أدوات الدراسة على الخبراء في الجامعات الفلسطينية.
- عمل التعديلات المناسبة لأداتي الدراسة وفقاً لآراء الخبراء.
- إعداد أدوات الدراسة بصورتها النهائية.
- تحديد عينة الدراسة.
- توزيع أدوات الدراسة.
- جمع الاستبيانات من أفراد العينة وترميزها ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS).
- تفرغ استجابات أفراد العينة.
- استخراج النتائج الأولية وتحليلها ومناقشتها.

## المعالجات الإحصائية

- من أجل معالجة البيانات استخدمت الباحثة برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، ذلك من خلال استخدام المعالجات الإحصائية الآتية:
- المتوسطات الحسابية والنسبة المئوية لكل فقرة ولكل مجال وللمستوى الكلي للصلابة النفسية لمعرفة مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية.
  - معادلة كرونباخ ألفا للتأكد من ثبات أدوات الدراسة.
  - معامل الارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الجماعية في الجامعات الفلسطينية.
  - تحليل التباين الأحادي (one-way Anova) لمعرفة دلالة الفروق في مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الإنجاز الرياضي تبعاً لمتغيرات نوع اللعبة الجماعية والجامعة.
  - تم استخدام شيفية (scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالاتها إلى متغير الجامعة ونوع اللعبة ومستوى دافعية الإنجاز الرياضي تبعاً إلى متغيري الجامعة ونوع اللعبة.

## الفصل الرابع نتائج الدراسة

أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الاول

ثانياً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث

رابعاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع

خامساً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس

## الفصل الرابع عرض النتائج

أولاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

وللتعرف إلى مستوى الصلابة النفسية لدى اللاعبات والإجابة عن هذا التساؤل، تم حساب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية لكل فقرة ولكل مجال وللمستوى الكلي للصلابة النفسية، ونتائج الجداول رقم (3،4،5) تبين ذلك، والجدول رقم (6) يبين خلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول، واستخدمت النسبة المئوية التالية في تفسير النتائج وهي:

- (80%) فأكثر مستوى صلابة نفسية مرتفع جداً.
- (70 - 79.9%) مستوى صلابة نفسية مرتفع.
- (60 - 69.9%) مستوى صلابة نفسية متوسط.
- (50 - 59.9%) مستوى صلابة نفسية منخفض.
- أقل من (50%) مستوى صلابة نفسية منخفض جداً.

أ- مجال الالتزام:

الجدول رقم (3): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لفقرات مجال الالتزام لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية (ن = 196).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة *	النسبة المئوية %	المستوى
1	ما من شيء يمكنه إعاقتي عن أهدافي التنافسية.	4.27	85.4	مرتفع جدا
2	المبادئ والقيم التي أتمسك بها تعطي حياتي الرياضية قيمة.	4.34	86.8	مرتفع جدا
3	ألتزم بمواعيد التدريب مهما كانت الصعوبات.	4.12	82.4	مرتفع جدا
4	لدي قيم وعقائد أحافظ عليها.	4.30	86	مرتفع جدا
5	أبادر في تقديم المساعدة للاعبه المنافسة.	4.07	81.4	مرتفع جدا
6	أقبل قرارات الحكام والمدربين دون اعتراض.	3.99	79.8	مرتفع
7	أشعر بالحزن الشديد عند إصابة اللاعبه المنافسة.	3.87	77.4	مرتفع
8	أنفاس بشدة عندما أكون مهزوماً في المنافسة الرياضية	3.99	79.8	مرتفع
9	بعض زملائي في الفريق يطلقون علي اللاعب الهادئة.	3.39	67.8	متوسط
10	أسعى لتحقيق الفوز لإسعاد أسرتي وفريقي.	4.32	86.4	مرتفع جدا
11	لا أستسلم بسهولة عندما تسوء مواقف اللعب.	4.23	84.6	مرتفع جدا
12	اعمل أي شيء حتى يمكنني الفوز في المنافسة الرياضية.	4.15	83	مرتفع جدا
<b>المستوى الكلي لمجال الالتزام</b>		<b>4.09</b>	<b>81.8</b>	<b>مرتفع جدا</b>

\*أعلى استجابة (5) درجات.

يتضح من نتائج الجدول رقم (3) أن مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية لفقرات مجال الالتزام كان مرتفعا جدا على الفقرات (1، 2، 3، 4، 5، 10، 11، 12)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها أكبر من (80%)، وكان مستوى الصلابة النفسية مرتفعا على الفقرات (6، 7، 8)، حيث كانت النسبة

المئوية للاستجابة عليها على التوالي ( 79.8%، 77.4%، 79.8%)، بينما جاء مستوى الصلابة النفسية متوسطا على الفقرة (9)، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة عليها (67.8%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي لمجال الالتزام لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعا جدا، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (81.8%).

#### ب- مجال التحكم:

الجدول رقم (4): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية ل فقرات مجال التحكم لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية (ن = 196).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة *	النسبة المئوية %	المستوى
1	اشتراكي في التدريب والمنافسة ينبع من داخلي دون تدخل الآخرين.	4.37	87.4	مرتفع جدا
2	أضع خططي المستقبلية في حدود قدراتي حتى أتمكن من تحقيقها.	4.19	83.8	مرتفع جدا
3	إحراز الميداليات يأتي بالعمل والكفاح وليس بالصدفة.	4.35	87	مرتفع جدا
4	تحقيق أهدافي ينتج من تخطيطي لهذه الأهداف.	4.14	82.8	مرتفع جدا
5	يلعب الحظ دور لنعلق عليه نتائج المنافسة.	3.64	72.8	مرتفع
6	إحراز الماديات ليس هو هدفي من الرياضة.	3.63	72.6	مرتفع
7	إن للصدفة والحظ دوراً مهماً في حياتي.	3.58	71.6	مرتفع
8	أسيطر على كل الأمور المتعلقة بالتدريب والمنافسة.	3.86	77.2	مرتفع
9	التخطيط السيئ لأمر حياتي يؤدي الى نتائج سيئة.	3.92	78.4	مرتفع
10	يمكنني أن أقوم بالتدريب دون مساعدة مدرب.	3.50	70	مرتفع
11	أعتقد أن قدراتي لها تأثير واضح في إحراز التفوق في المنافسات الرياضية.	3.99	79.8	مرتفع
	المستوى الكلي لمجال التحكم	3.92	78.4	مرتفع

\*أعلى استجابة (5) درجات.

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) أن مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية لفقرات مجال التحكم كان مرتفعاً جداً على الفقرات (1، 2، 3، 4)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها أكبر من (80%)، وكان مستوى الصلابة النفسية مرتفعاً على جميع الفقرات المتبقية (5، 6، 7، 8، 9، 10، 11)، حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها ما بين (70% - 79.8%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي لمجال التحكم لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (78.4%).

### ج- مجال التحدي:

الجدول رقم (5): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لفقرات مجال التحدي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية (ن = 196).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة *	النسبة المئوية %	المستوى
1	متعة حياتي عندما أتمكن من التغلب على الصعوبات أثناء المنافسة.	4.51	90.2	مرتفع جداً
2	أتجنب حدوث المشكلات أثناء المنافسة وذلك بحلها أولاً بأول.	4.14	82.8	مرتفع جداً
3	قدرتي كبيرة لتحقيق الفوز حتى في نهاية المنافسة.	4.23	84.6	مرتفع جداً
4	أثناء المنافسة أكافح بأقصى ما أستطيع من جهد حتى ولو كنت مهزوماً.	4.24	84.8	مرتفع جداً
5	عند فوزي على منافس أجد متعتي في السعي للفوز على من يليه.	4.30	86	مرتفع جداً
6	مواجهتي للمنافسات القوية هو اختبار حقيقي لقدراتي الذاتية على المثابرة.	4.25	85	مرتفع جداً
7	أتمتع بحب المغامرة والمجازفة في التنافس مع منافسين جدد.	4.29	85.8	مرتفع جداً
8	اشعر بالقلق عند مواجهة منافسة قوية.	3.82	76.4	مرتفع
9	حدوث تغير في حياتي الرياضية خلال المنافسات غير مهم، لكن المهم هو القدرة على مواجهته والتغلب عليه	4.08	81.6	مرتفع جداً
	المستوى الكلي لمجال التحدي	4.20	84	مرتفع جداً

\*أعلى استجابة (5) درجات.

يتضح من نتائج الجدول رقم (5) أن مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية لفقرات مجال التحدي كان مرتفعاً جداً على الفقرات (1، 2، 3، 4، 5، 6، 7، 9)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها أكبر من (80%)، وكان مستوى الصلابة النفسية مرتفعاً على جميع الفقرة (8)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها (76.4%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي لمجال التحدي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً جداً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (84%).

#### د- خلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول

الجدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والترتيب لمجالات الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية (ن = 196).

الرقم	المجالات	متوسط الاستجابة *	النسبة المئوية %	المستوى	الترتيب
1	الالتزام	4.09	81.8	مرتفع جداً	الثاني
2	التحكم	3.92	78.4	مرتفع	الأخير
3	التحدي	4.20	84	مرتفع جداً	الأول
	المستوى الكلي للصلابة النفسية	4.07	81.4	مرتفع جداً	

\* أعلى استجابة (5) درجات.

تشير نتائج الجدول رقم (6) أن مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً جداً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (81.4%)، وجاء مجال التحدي بالترتيب الأول بنسبة مئوية للاستجابة بلغت (84%)، ويليه مجال الالتزام في الترتيب الثاني بنسبة مئوية للاستجابة بلغت (81.8%)، بينما جاء مجال التحكم في الترتيب الأخير بنسبة مئوية للاستجابة بلغت (78.4%).

## ثانياً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:

ما مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

وللتعرف إلى مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى اللاعبات والإجابة عن هذا التساؤل، تم حساب المتوسط الحسابي والنسبة المئوية لكل فقرة وللمستوى الكلي لدافعية الانجاز الرياضي، ونتائج الجدول رقم (7) تبين ذلك، واستخدمت النسبة المئوية التالية في تفسير النتائج وهي:

- (80%) فأكثر مستوى دافعية انجاز رياضي مرتفع جداً.
- (70- 79.9%) مستوى دافعية انجاز رياضي مرتفع.
- (60- 69.9%) مستوى دافعية انجاز رياضي متوسط.
- (50- 59.9%) مستوى دافعية انجاز رياضي منخفض.
- أقل من (50%) مستوى دافعية انجاز رياضي منخفض جداً.

الجدول رقم (7): المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية (ن = 196).

الرقم	الفقرات	متوسط الاستجابة *	النسبة المئوية %	المستوى
1	التميز في الرياضة يعد من أهدافي الأساسية.	4.40	88	مرتفع جداً
2	أحاول قدر الإمكان تجنب الهزيمة في المنافسات الرياضية.	4.14	82.8	مرتفع جداً
3	استمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبات الأخريات أنها مهمة صعبة.	3.96	79.2	مرتفع
4	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة فإنني أحتاج لبعض الوقت لكي أنسى هذا الخطأ.	3.56	71.2	مرتفع
5	الحظ يلعب دور كبير في الفوز أغلب الأحيان.	3.46	69.2	متوسط
6	أشعر بحالة حمى البداية عند بدأ المنافسة وسرعان ما تزول عند إحرارز أي تقدم.	3.73	74.6	مرتفع
7	لدي استعداد للتدريب طول العام بدون انقطاع.	3.90	78	مرتفع

8	أشعر بالارتياح عند الفوز بالمنافسة الرياضية.	4.17	83.4	مرتفع جدا
9	الفوز في المنافسة يمنحني دافعية الإنجاز.	4.22	84.4	مرتفع جدا
10	أشعر بالإحباط عند الخسارة لعدة أيام.	3.73	74.6	مرتفع
11	أشعر بالتوتر قبل المنافسة مما يؤثر على إنجازاتي الرياضية.	3.69	73.8	مرتفع
12	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية.	3.88	77.6	مرتفع
13	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في لعبتي المحببة لدي.	4.20	84	مرتفع جدا
14	أحاول جاهداً أن أكون أفضل لاعبة في المنافسة الرياضية	4.20	84	مرتفع جدا
15	أستطيع أن أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسة الرياضية.	3.96	79.2	مرتفع
<b>المستوى الكلي لدافعية الانجاز الرياضي</b>		<b>3.95</b>	<b>79</b>	<b>مرتفع</b>

\*أعلى استجابة (5) درجات.

يتضح من نتائج الجدول رقم (7) أن مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً جداً على الفقرات (1، 2، 8، 9، 13، 14)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها أكبر من (80%)، وكان مستوى دافعية الانجاز الرياضي مرتفعاً على الفقرات (3، 4، 6، 7، 10، 11، 12، 15)، حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة عليها ما بين (71.2% - 79.2%)، بينما كان مستوى دافعية الانجاز الرياضي متوسطاً على الفقرة (5)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها (69.2%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي لدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (79%).

### ثالثاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

وللإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط بيرسون ( Pearson correlation coefficient)، ونتائج الجدول رقم (8) تبين ذلك.

الجدول رقم (8): العلاقة بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية (ن = 196).

مستوى الدلالة *	قيمة ( r )	مستوى دافعية الانجاز		مستوى الصلابة النفسية	
		الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط
0.000	**0.66	0.62	3.95	0.46	4.07

\*\* دال احصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.01$ ).

يتضح من نتائج الجدول رقم (8) أنه توجد علاقة قوية ايجابية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.01$ ) بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية، حيث كانت قيمة معامل الارتباط بيرسون لهما (0.66).

### رابعاً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغيري (نوع اللعبة، الجامعة)؟

وللإجابة عن هذا التساؤل استخدم تحليل التباين الأحادي (One- Way ANOVA) ونتائج الجداول (9،10،11،12،13) تبين ذلك.

أ- متغير نوع اللعبة:

الجدول رقم (9): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغير نوع اللعبة (ن = 196).

نوع اللعبة	كرة سلة (ن = 64)		كرة طائرة (ن = 57)		كرة يد (ن = 44)		كرة قدم (ن = 31)	
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف
الالتزام	4.07	0.37	4.06	0.56	4.12	0.51	4.12	0.52
التحكم	3.90	0.41	3.95	0.63	4	0.50	3.84	0.62
التحدي	4.23	0.45	4.27	0.70	4.22	0.50	4	0.65
المستوى الكلي	4.07	0.34	4.10	0.56	4.11	0.41	3.98	0.52

الجدول رقم (10): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغير نوع اللعبة (ن = 196).

المجالات	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة*
الالتزام	بين المجموعات	0.130	3	0.043	0.186	0.906
	داخل المجموعات	44.811	192	0.233		
	المجموع	44.941	195			
التحكم	بين المجموعات	0.544	3	0.181	0.636	0.593
	داخل المجموعات	54.724	192	0.285		
	المجموع	55.268	195			
التحدي	بين المجموعات	1.681	3	0.560	1.685	0.172
	داخل المجموعات	63.875	192	0.333		
	المجموع	65.557	195			
المستوى الكلي	بين المجموعات	0.353	3	0.118	0.556	0.645
	داخل المجموعات	40.605	192	0.211		
	المجموع	40.958	195			

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha \geq 0.05$ ).

يتضح من نتائج الجدول رقم ( ) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المستوى لکلي للصلابة النفسية ومجالاتها لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغير نوع اللعبة.

ب- متغير الجامعة:

الجدول رقم (11): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغير الجامعة (ن = 196).

المجالات	الجامعة		النجاح الوطنية (ن = 62)		خضوري (ن = 53)		بیر زيت (ن = 30)		القدس (ن = 51)	
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف
الالتزام	4.08	0.45	4.20	0.46	4.35	0.24	3.83	0.52		
التحكم	3.94	0.45	4.02	0.45	4.24	0.41	3.62	0.62		
التحدي	4.16	0.56	4.29	0.51	4.60	0.31	3.93	0.64		
المستوى الكلي	4.06	0.40	4.17	0.40	4.39	0.27	3.79	0.51		

الجدول رقم (12): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغير الجامعة (ن = 196).

المجالات	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة *
الالتزام	بين المجموعات	6.118	3	2.039	10.085	*0.000
	داخل المجموعات	38.823	192	0.202		
	المجموع	44.941	195			
التحكم	بين المجموعات	8.350	3	2.783	11.389	*0.000
	داخل المجموعات	46.919	192	0.244		
	المجموع	55.268	195			
التحدي	بين المجموعات	8.906	3	2.969	10.061	*0.000
	داخل المجموعات	56.651	192	0.295		
	المجموع	65.557	195			
المستوى الكلي	بين المجموعات	7.637	3	2.546	14.669	*0.000
	داخل المجموعات	33.230	192	0.174		
	المجموع	40.958	195			

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ).

يتضح من نتائج الجدول رقم (13) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالاتها لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً إلى متغير الجامعة. ولتحديد لصالح من الفروق تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية، ونتائج الجدول رقم (13) تظهر ذلك.

الجدول رقم (13): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية للمستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالاتها تبعاً إلى متغير الجامعة.

المجالات	الجامعة	المتوسط	النجاح	خضوري	بير زيت	القدس
الالتزام	النجاح	4.08		0.12-	0.27-	*0.24
	خضوري	4.20			0.15-	*0.37
	بير زيت	4.35				*0.52
	القدس	3.83				
التحكم	النجاح	3.94		0.08-	0.30-	*0.32
	خضوري	4.02			0.22-	*0.30
	بير زيت	4.24				*0.62
	القدس	3.62				
التحدي	النجاح	4.16		0.13-	*0.44-	0.23
	خضوري	4.29			0.31-	*0.36
	بير زيت	4.60				*0.67
	القدس	3.93				
المستوى الكلي	النجاح	4.06		0.11-	*0.33-	*0.27
	خضوري	4.17			0.22-	*0.38
	بير زيت	4.39				*0.60
	القدس	3.79				

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ).

تشير نتائج الجدول رقم (13) إلى وجود فروق دالة إحصائية في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالي الالتزام والتحكم بين جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت) وجامعة (القدس) ولصالح جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت)، وكذلك توجد فروق دالة

إحصائياً في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجال التحدي بين جامعتي (النجاح الوطنية) و (بير زيت) ولصالح جامعة (بير زيت)، بينما لم يظهر فروق دالة إحصائياً في المقارنات البعدية الأخرى بين المتوسطات الحسابية.

خامساً: النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغيري ( نوع اللعبة، الجامعة)؟

وللإجابة عن هذا التساؤل استخدم تحليل التباين الأحادي (One- Way ANOVA) ونتائج الجداول (14،15،16) تبين ذلك.

الجدول رقم (14): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعا الى متغيري نوع اللعبة والجامعة (ن = 196).

الانحراف	المتوسط	العدد	مستويات المتغير	المتغيرات المستقلة
0.48	3.93	64	كرة سلة	نوع اللعبة
0.72	3.97	57	كرة طائرة	
0.50	4.04	44	كرة يد	
0.80	3.83	31	كرة قدم	
0.53	4.01	62	النجاح الوطنية	الجامعة
0.47	4.11	53	خضوري	
0.36	4.05	30	بير زيت	
0.84	3.63	51	القدس	

الجدول رقم (15): نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغيري نوع اللعبة والجامعة (ن = 196).

المتغيرات المستقلة	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ( ف )	مستوى الدلالة *
نوع اللعبة	بين المجموعات	0.908	3	0.303	0.784	0.504
	داخل المجموعات	74.083	192	0.386		
	المجموع	74.991	195			
الجامعة	بين المجموعات	7.083	3	2.361	6.675	*0.000
	داخل المجموعات	67.908	192	0.354		
	المجموع	74.991	195			

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة  $(\alpha \geq 0.05)$ .

يتضح من نتائج الجدول رقم (15) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة  $(\alpha \geq 0.05)$  في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً الى متغير نوع اللعبة، بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى اللاعبات تبعاً لمتغير الجامعة. ولتحديد لصالح من الفروق تبعاً لمتغير الجامعة تم استخدام اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية، ونتائج الجدول رقم (15) تظهر ذلك.

الجدول رقم (16): نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية لمستوى دافعية الانجاز الرياضي تبعاً إلى متغير الجامعة.

المتغير التابع	الجامعة	المتوسط	النجاح	خضوري	ببر زيت	القدس
مستوى دافعية الانجاز الرياضي	النجاح	4.01		0.10-	0.04-	*0.38
	خضوري	4.11			0.06	*0.48
	ببر زيت	4.05				*0.42
	القدس	3.63				

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة  $(\alpha \geq 0.05)$ .

تشير نتائج الجدول رقم (16) إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى دافعية الانجاز الرياضي بين جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت) وجامعة (القدس) ولصالح جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت)، بينما لم يظهر هناك فروق دالة إحصائية في المقارنات البعدية الأخرى بين المتوسطات الحسابية.

## الفصل الخامس

### مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

- مناقشة النتائج

- الاستنتاجات

- التوصيات

## الفصل الخامس

### مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

وفيما يلي عرض لمناقشة نتائج الدراسة حسب تسلسل تساؤلاتها:

#### 1. مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي نصه:

ما مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتجات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

أظهرت نتائج الجداول (3، 4، 5) أن الدرجة الكلية لمستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً جداً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (81.4)، وجاء مجال التحدي بالترتيب الأول بنسبة مئوية للاستجابة بلغت (84%)، ويليه مجال الالتزام في الترتيب الثاني بنسبة مئوية للاستجابة بلغت (81.8%)، بينما جاء مجال التحكم في الترتيب الأخير بنسبة مئوية للاستجابة بلغت (78.4%) والجدول رقم 6 يوضح ذلك.

تعزو الباحثة ارتفاع مستوى الصلابة النفسية عند لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية إلى أهمية الصلابة النفسية وارتباطها ارتباطاً مباشراً بتحقيق الانجازات، وتعزو الباحثة ارتفاع النسبة المئوية لمجال التحدي إلى رفض اللاعبات وتحديدهم للأوضاع الاجتماعية التي يفرضها المجتمع، حيث يؤدي إلى زيادة اصرار وتحدي اللاعبات على مواجهة جمع الضغوطات المفروضة عليها سواء كانت اجتماعية أو اقتصادية مما يؤدي إلى ارتفاع الصلابة النفسية لديها.

وتوصلت كوبازا (kopasa, 1982,1985,1979) إلى أن الأفراد اللذين يتمتعون بالصلابة النفسية بدرجة مرتفعة لديهم إنجاز أفضل.

وترى الباحثة أن نتائج الدراسة جاءت متفقة مع دراسة أمل علي خليل (2006)، حيث هدف البحث إلى التعرف على الفروق بين سباحي المسافات القصيرة (ذكور وإناث) في ابعاد الصلابة

النفسية ومواجهة الضغوط والتعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية ومواجهة الضغوط للسباحين (ذكور وإناث)، وبينت الاستنتاجات وجود ارتباط معنوي موجب لمقياس الصلابة النفسية لدى السباحين والسباحات في بعد التحكم والانفعال ووجود ارتباط موجب لدى السباحين في بعد الالتزام، بينما تعارضت نتائج دراسة أمل علي خليل (2006) مع الدراسة في بعد الالتزام، حيث كان الارتباط سالب لدى السباحات.

## 2. مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي نصه:

ما مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية الفلسطينية؟

أظهرت نتائج الجدول رقم (7) أن المستوى الكلي لدافعية النجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الرياضة الجماعية في الجامعات الفلسطينية كان مرتفعاً، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة (79%).

تري الباحثة أن السبب في ارتفاع مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية يعزى إلى وجود مؤسسات أهلية داعمة للنشاط الرياضي النسوي بالرغم من كون هذا الدعم متواضع للغاية الا أنه قد يزيد من فرص المشاركة بالبطولات داخل الوطن وخارجه مع توفير فرص عمل في هذه المؤسسات، ان دافع الانجاز يتأثر بعدة عوامل منها القيم الثقافية السائدة والدور الاجتماعي للأفراد، وأساليب تنشئة الاطفال، والعمليات التربوية في النظم التعليمية للدول والتفاعل بين افراد الجماعة.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من هندواي (2012)، ودراسة عبد الغفور وآخرون (2012) حيث أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى أفراد العينة.

### 3. مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث والذي نصه:

هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز

الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية؟

وكما هو موضح في الجدول رقم (8) الذي يوضح أنه توجد علاقة قوية إيجابية دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $0:01 \geq \alpha$ ) بين مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية.

وتعزو الباحثة نتائج الدراسة إلى أنه كلما توفرت أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام والتحدي والتحكم) لدى اللاعبات، أثر ذلك على أداء اللاعبات بشكل إيجابي حيث توافر هذه العوامل يؤدي إلى ضمان تحقيق مستوى عالي من الانجاز الرياضي، ويرى ليفي واخرون (Levy, 2006) أن الفرد الصلب نفسياً هو الذي يمتلك احساس عالي من الاعتقاد بالذات وايمان راسخ بقدرته على التحكم في مصيره ومن ثم فإنه لا يتأثر بالمواقف العادية.

اتفقت الدراسة مع دراسة عبد العال (2011) والتي أظهرت نتائجها عند وجود علاقة ارتباط ايجابية ودالة احصائياً بين التفاؤل بكونه دافع انجاز النجاح وأحد السمات الايجابية، وعند وجود علاقة ارتباط سلبية عكسية ودالة احصائياً بين التفاؤل ودافع تجنب الفشل.

كما اختلفت نتائج الدراسة مع دراسة رمزي وبيشارات (Ramzi and Besharat 2010) في عدم وجود علاقة دالة احصائياً بين الصلابة النفسية ودافعية الانجاز في دراسة هدفت للتعرف إلى تأثير الصلابة النفسية على النجاز الرياضي والصحة النفسية، كما أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباط سالبة ولكنها غير دالة احصائياً بين الصلابة النفسية والقلق النفسي، كما أظهرت الدراسة أيضاً تأثيراً ايجابياً للصلابة النفسية على الصحة النفسية والانجاز الرياضي، حيث اشار جولبي وشيرد (Golby,J,Sheard,2004) الى انه كلما تمتع اللاعب بمستويات عليا من الصلابة النفسية أدى ذلك الى ارتفاع مستويات الانجاز .

#### 4. مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع والذي نصه:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغيري (نوع اللعبة ، الجامعة).

يتضح من نتائج الجدول رقم (10) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالاتها لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً إلى متغير نوع اللعبة.

أما بالنسبة لمتغير الجامعة فالجدول رقم (12) يشير إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالاتها لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغير الجامعة، وقامت الباحثة بتحليل نتائج التباين الأحادي والجدول رقم (12) يوضح ذلك باستخدام اختبار شيفيه (scheffe) للمقارنات البعدية بين المتوسطات الحسابية والجدول رقم (13) يوضح ذلك أي وجود فروق دالة احصائياً في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجالي الالتزام والتحكم بين جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت) وجامعة (القدس) أبو ديس ولصالح جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت) وكذلك توجد فروق ذات دلالة احصائياً في المستوى الكلي للصلابة النفسية ومجال التحدي بين جامعتي (النجاح الوطنية) و (بير زيت) ولصالح جامعة (بير زيت).

وتعزو الباحثة هذا الفرق إلى وجود اهتمام بالرياضة في المدارس التي نشأت بها معظم الطالبات في جامعة بيرزيت والى انتشار الأندية الرياضية في منطقة الجنوب والتي تعنى بالألعاب الجماعية والنسوية بشكل خاص بينما لم يظهر فروق دالة احصائياً في المقارنات البعدية الأخرى بين المتوسطات الحسابية.

## 5. مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس والذي نصه:

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تعزى لمتغيري (نوع اللعبة، الجامعة)؟

وبالنظر إلى الجدول رقم (15) تشير النتائج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً إلى متغير نوع اللعبة، بينما كانت الفروق دالة احصائياً في مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى اللاعبات تبعاً لمتغير الجامعة والجدول رقم (15) يوضح ذلك، وقامت الباحثة باستخدام اختبار شفیه (Scheffe) لتحديد لصالح من الفروق تبعاً لمتغير الجامعة.

وتشير نتائج الجدول رقم (16) إلى وجود فروق دالة احصائياً في مستوى دافعية الانجاز الرياضي بين جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت) وجامعة (القدس) ولصالح جامعات (النجاح الوطنية، خضوري، بير زيت)، بينما لم يظهر هناك فروق دالة احصائياً في المقارنات البعدية الأخرى بين المتوسطات الحسابية.

وتعزو الباحثة سبب عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) بالنسبة لمتغير نوع اللعبة عدم تقديم حوافز وقلّة المشاريع الرياضية التي تستهدف اللاعبات وقلّة المنح الجامعية المقدمة للاعبات والاكتفاء بالتدريب لفترات قصيرة ومتقطعة.

اتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج هنداوي (2012) والتي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ( $0.05 \geq \alpha$ ) تعزى لمتغير نوع اللعبة.

## الاستنتاجات

في ضوء عرض نتائج الدراسة ومناقشتها استنتجت الباحثة ما يأتي:

1. إن مستوى الصلابة لدى لاعبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية، جاء مرتفعاً جداً.
2. إن مستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية جاء مرتفعاً.
3. وجود علاقة ارتباط ايجابية بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية.
4. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغير نوع اللعبة.
5. توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الصلابة النفسية ومستوى دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية تبعاً لمتغيري نوع اللعبة والجامعة.

## التوصيات

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها توصي الباحثة بما يأتي:

1. ضرورة تنمية العديد من السمات الشخصية مثل دافع الإنجاز الرياضي والصلابة النفسية التي تساعد على زيادة مستوى الصلابة النفسية مما يساعد اللاعبات على الالتزام والتحدي والتحكم بشكل أكبر مما يساعد على الانجاز.
2. اهتمام وسائل الإعلام بتغطية البطولات والفعاليات الرياضية الخاصة بالمرأة للمساعدة على نشر الثقافة الرياضية الموجهة للمرأة.
3. تقديم الحوافز والمكافآت للاعبات في الجامعات وتوفير منح دراسية للاعبات في جميع الجامعات.
4. ضرورة اهتمام مدربي منتخبات الجامعات الفلسطينية بالفرق الرياضية المخصصة للإناث وذلك بزيادة ساعات التدريب ومواصلة التدريب طوال العام لتحقيق انجاز مالي.

## قائمة المصادر والمراجع

### المراجع العربية

1. أبو بكر، هديل. (2013)، الهوية الرياضية وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة في الضفة الغربية - فلسطين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، كلية التربية الرياضية، فلسطين.
2. أبو جادو، صالح. (2000). علم النفس التربوي. عمان، دار الميسرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان.
3. أبو طامع، بهجت أحمد. (2011). دوافع مشاركة لاعبي ولاعبات الجامعات الفلسطينية في فعاليات ألعاب القوى التنافسية. مؤتمر كليات التربية الرياضية العربية ومتطلبات سوق العمل، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، وجمعية كليات معاهد وأقسام التربية الرياضية العربية.
4. أحمد ، غادة، (2009) ، الضغوط النفسية وادفعية الانجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في ضوء ونوع المسابقة، جامعة المنوفية، كلية التربية الرياضية.
5. أحمد، غادة. (2009). الضغوط النفسية وادفعية الانجاز لدى لاعبي ولاعبات ألعاب القوى في ضوء ونوع المسابقة، جامعة المنوفية، كلية التربية الرياضية.
6. أمل علي خليل حسين، الصلابة النفسية وعلاقتها بالضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة: (بحث منشور في كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد 50، 2007).
7. باكير، عاصف علي باكير. (2001). مفهوم الذات وعلاقته بالانجاز الرياضي لدى لاعبي فرق اندية الدرجة الممتازة لكرة القدم في الاردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد.

8. باهي، حسين، وجاد ، سمير . (1999)، سيكولوجية التفوق الرياضي - تنمية المهارة العقلية، مطبعة الاسراء، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
9. تفاحة، جمال . (2009). الصلابة النفسية والرضا عن الحياة لدى عينة من المسنين (دراسة مقارنة) مجلة كلية التربية، جامعة الاسكندرية، المجلد التاسع عشر، العدد الثالث (أ).
10. جبريل، موسى: (1993) تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسياً، دراسات ( العلوم الانسانية). المجلد 20 (أ) ، العدد (2).
11. جمهور، هيفاء، (2011)، مفهوم الذات لدى لاعبي المنتخب الرياضي في جامعة القدس وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القدس، فلسطين.
12. الحجار، بشير، ودخان، نبيل، (2006). الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، مجلة الجامعة الاسلامية، (2) 1 .
13. الحجار، بشير ودخان، نبيل. (2006)، الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية لديهم، الجامعة الاسلامية، (3) 1 .
14. حسانين، محمد صبحي (2006) . القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج2، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
15. حمادة، عمر وعبد اللطيف، عز، (2002). الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة مجلة الدراسات النفسية، العدد الثاني، 229 - 272.
16. حمزة، جيهان أحمد. (2002). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في ادراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل. رسالة ماجستير (غير منشورة)، كلية الآداب، جامعة القاهرة.
17. خليفة، عبد اللطيف ، (2000)، الدافعية للانجاز، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة.

18. خميس، شيماء علي، (2008). *الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة*. مجلة علوم التربية الرياضية، العدد التاسع، المجلد الاول، العراق.
19. راتب، أسامة (2000). *تدريب المهارات النفسية، تطبيقات في المجال الرياضي*. القاهرة، دار المعارف.
20. راضي، زينب، (2008)، (2008) *الصلابة النفسية لدى امهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، كلية التربية، كلية علم النفس، الجامعة الاسلامية، غزة*.
21. الرفاعي، عزة. (2003) *الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين ادراك احداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها*. رسالة دكتوراه غير منشورة، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة حلوان، القاهرة.
22. زكي، أسماء يحيى، (2010) *بناء مقياس للمهارات النفسية للاعبات الجمباز، رسالة ماجستير، جامعة الزقازيق، مصر*.
23. زينب نوفل أحمد، *الصلابة النفسية لدى الأمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، دار وائل، الأردن، 2008*.
24. صالح، عباس مهدي وحسن، محسن محمد، (2011). *السلوك التنافسي وعلاقته بالاداء المهاري والانجاز الكارتيه الناشئين، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الاول، الجزء الخامس*.
25. الطواب، سيد محمود (1995). *أثر تفاعل مستوى دافعية الانجاز والنكاه على الفصل الدراسي لدى طلاب وطالبات جامعة الامارات العربية المتحدة. مجلة كلية التربية*.
26. عامرة، أحمد. (1999). *مفهوم الذات وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي رياضة المصارعة*. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة.
27. عباس، مدحت (2010). *الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدوانى لدى معلمي المرحلة الاعدادية. مجلة كلية التربية، مجلد 26 (1)، 168 – 233*.

28. عبانيه، محمد. (1999). مستوى دافعية الانجاز لدى طلبة جامعة اليرموك وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، اردن، الاردن.
29. عبد الحلیم، منى، (2009). الاتجاهات البحثية في علم النفس، جامعة الاسكندرية، مصر
30. عبد العال، سيدة علي، (2011). التفاؤل وعلاقته برضا الرياضي ودافعية الانجاز لدى فرق العروض الرياضية في الكليات المتخصصة. الرياضو ( علوم وفنون ) ، م41، مصر.
31. عبد العزيز فهمي النوحى (2001). الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية، عملية حل كلية الخدمة الاجتماعية - جامعة حلوان - القاهرة.
32. عبد الغفور، رافع، واسماعيل، عبد الملك، وذنون، محمد. (2012)، دراسة مقارنة في دافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الكرة الطائرة في بعض الكليات العلمية والانسانية بجامعة الموصل، مجلة الرافيدين للعلوم الرياضية، المجلد 19، العدد 63،
33. عبد الله، مجدي أحمد: (1996) السلوك الاجتماعي ودينامياته. دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.
34. العتوم، عدنان، وعلاونة، شفيق، والجراح، عبد الناصر، أبو غزالة، معاوية (2005). علم النفس التربوي، النظرية والتطبيق. عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
35. عثمان، فاروق السيد. (2001). القلق وادارة الضغوط النفسية. ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
36. علاوي، محمد حسن، (1998). مدخل في علم النفس الرياضي، ط2، مركز الكتاب للنشر والتوزيع ، القاهرة، مصر.
37. غباري، ثائر أحمد. (2008). الدافعية النظرية والتطبيق. عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع، الأردن.

38. لايش، زينب، (2008). *تقويم النشاط الرياضي الخارجي للكليات جامعة القادسية من قبل المدرس المساعد، مجلة علوم التربية الرياضية، ع1، ج1.*
39. محمد حسن علاوي (1998). *سيكولوجية الاصابة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.*
40. محمد حسن علاوي (2002). *علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي القاهرة.*
41. محمد حسن علاوي، (1998). *سيكولوجية الاحتراق النفسي للاعب والمدرّب الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.*
42. مخيمر، عماد، (1996). *ادراك القبول / الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة، مجلة الدراسات النفسية، المجلد السادس، العدد الثاني، ص 275 – 299.*
43. مخيمر، عماد، (1997). *الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات، العدد السابع عشر، المجلد السابع.*
44. المشعان، عويد. (2010). *الصلابة النفسية والاهل وعلاقتها بالشكاوي البدنية والعصابية لدى الطلبة والطالبات في جامعة الكويت، دراسات نفسية، مجلد 20، ع 4.*
45. المشعان، عويد، (2010). *الصلابة النفسية والامل وعلاقتها بالشكاوي البدنية والعصابية لدى الطلبة والطالبات في جامعة الكويت، دراسات نفسية، مجلد 20، ع4.*
46. منصور، محمد خلف، (2007). *مفهوم الذات وعلاقته بالانجاز الرياضي، لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية لالعاب المضرب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، اربد، الاردن.*
47. نبيل دخان، بشير الحجار (2006). *الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة الاسلامية وعلاقتها بالصلابة النفسية، مجلة الجامعة الاسلامية، العدد الرابع عشر، المجلد الثالث.*

48. هنداوي، نشوة. (2012). العلاقة بين مفهوم الذات ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبين ولاعبات المنتخبات المدرسية في مديرية جنين. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة النجاح الوطنية، كلية التربية الرياضية، فلسطين - نابلس.

#### المراجع الاجنبية

1. Allred, KD and smith, T.w, (1989) *the hardy personality cognitive and physiological Responses to evaluative threat*, Journal of personality and social psychology, vol. 50. No1 , 257 – 266.
2. Atkinson, J, W, (1974), *Achivement motive approach succes and to a void failure*, Journal, health Abnormal and Social Psychology, 60. 53-63.
3. ayden F and Coskun M. (2011). secondary School students " Achives Science, 3(2), 121-134
4. Bartone, P, Ronald, R, Picano, J, and Williams, t,(2008), *Psycological hardiness Predicts Predicts Success in us army Special forces candidates*. international journal of selection and Assessment, voll6. No1.
5. Books, R. B. (2005) , **The Power of Preparing**. im R.B. Brooks and S. Goldstein (eds), Hand Book of resilience in children pp. 297-314. newyork: kluwer Academic / plenum.
6. Clough, p. Earle, k. and sewell, D (2002) **‘mental toughness : the concept and it’s measurement “in Cockerill, 1. (Ed), solutions in sport psychology, Thomson London. Pp 32 – 45.**

7. cross, B. and clews, J. (1995) **individual and Social Motivation in Australian sport. sport Psychology: Theory , Application and issues.** new york, John wiley and sons.
8. fini, A. yousef Zadeh, M. (2011) , **survey on relation ship of a chieve ment motivation** , locus of Control and academic a chieve ment in high school student in Bander Abbas - iran. *Procedia, Social and Behavioral Sciences*, 30, P866- 870.
9. Folkman, s. and Lazarous, R.(1986). *Stress process and depressive symptomatology*, *journal of Abrmal psychology*, 95, pp 107 – 117.
10. Golby, J. and shearad, m. (2004) “ **mental toughness and hardiness at different levels of Rugby league "** personality and I individual differences, vol. 37 No5, pp 933 – 942.
11. Hydon, (1986). **The pleasures of psychological hardiness.** New York, new American library.
12. khan, Z, (2011) , *Sports, achievement motivation and Sports competition anxiety: A relation ship Study.* **Journal of education and Practice**, Vol 2, No 4.
13. kobasa S.C. (1979). *Stressful life events*, **Journal Personality and social psycho; ogy**. 37-111.
14. kobasa, S, C, Maddi, S.R, Pacceatti, M. C and Zola, M.A., (1985) *effect Tiveness of hardiness, Exercise and Social support as*

- resources a gainst inless*, **Journal of psychomatic research**,  
No. 29,525- 533.
15. Kobasa, s.c (1982) *commitment and copin in stress resistance among lawgers*, **journal of personality and social psychology**, 4 , (4) pp. 707 – 717.
  16. Kobasa, s.c maddi, s.r, kahn, s. (1982) *hardiness and health. A prospective syudy*. **Journal of personality and social psychology**, vol 42, 168 – 177.
  17. kopasa, s. and Pucceti, M.(1983). *Personality and Social resources in stress resistance*, **journal of personality and social Psychology**, Vol. 45, pp839- 880.
  18. Kopasa, s.c (1984). **How much stress can you survive?** *American health*. 3: 64 – 67.
  19. Kopasa, s.c. (1979). *Stressful the events personality and health: an inquiry in hardiness*. **Journal of personality and social psychology**, vol 37, No 1, pp 1 -11.
  20. Lambert, V,A, Lambert , C,E and Yamse , H, (2003). **psychological hardiness, Work place and rdated stress reduction stration strategies**, *Sournal nursing and health Sciences*, No 5, 181-184.

21. Levy A. polman, R. clough, p. marchant, D. and Earle 6k. (2006) *mental toughness as a determinant sport in Jury beliefs, pain and rehabilitation and herence* “ journal of sports Rehabilitation, vol. 15 No. 3, pp. 246 – 254.
22. Lightsey, O.R. (1994) **Resilience, coping and happiness: an exploratory study. Paper presented all the Annual American educational research Association conference, new Orleans, Louisiana, USA.**
23. ramzi, s. and Besharat, m. (2010) **the impact of hardiness on sport achieve ment and ment ment al health.** procedia Social and Behavior Science, 5, P823- 826.
24. Ross, W, Lynne, E, Sheldon, H, and Rich, N. (2012). *an examination of hardiness throughout the sport in Jury Process.* **British Journal of health psychology** , 17, 103- 128.
25. singer, c. (1980). **Motor learning and human performance.** Macmillan Publishing co, newyork, thirddedition.
26. Taylor and Shaunna, L. (1995). **an analysis a relaxation stress control Program in an alternative elementary school,** Dissertation Abstracts international. vol. 35, pp1402.
27. Trendnll, G. (1995). **Stress in teaching and teacher effectiveness,** A study of teacher acroesnain stream, vol (1) , p (52-58).

28. william, E, Warren. (1983). **coaching and Motivation a Prectlaxl guide to maximum athletic performance.** New jersy Prentice hall, inc.
29. zoo, c (2003). **Creativity at work: The monitor of Psychology.** The Amercan Psychological Association.

## الملاحق ملحق رقم (1)

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة النجاح الوطنية  
كلية الدراسات العليا

أختي اللاعبة:

تقوم الباحثة بدراسة حول "العلاقة بين الصلابة النفسية ومستوى دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبات منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية" وذلك استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية، ويشمل الاستبيان على (3) أقسام هي:

القسم الأول: البيانات الشخصية.

القسم الثاني: استبانة مستوى الصلابة النفسية.

القسم الثالث: استبانة دافعية الإنجاز الرياضي.

لذا أرجو منكم التكرم بالإستجابة على فقرات الاستبيان بدقة وموضوعية واهتمام، علماً بأن هذه المعلومات سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي.

شاكراً لكم حسن تعاونكم

الباحثة: هبة يعقوب

## القسم الأول: البيانات الشخصية

يرجى وضع إشارة (X) بما ينطبق عليك:

الجامعة:  النجاح الوطنية  فلسطين التقنية (خضوري)  بير زيت  العربية الأمريكية   
 القدس (أبوديس)  نوع اللعبة:  كرة سلة  كرة طائرة  كرة يد  كرة قدم

قدم

## القسم الثاني: استبانة مستوى الصلابة النفسية

الرقم	الفقرة	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
<b>البعد الأول: الالتزام</b>						
1.	ما من شيء يمكنه إعاقتي عن أهدافي التنافسية.					
2.	المبادئ والقيم التي أتمسك بها تعطي حياتي الرياضية قيمة.					
3.	ألتزم بمواعيد التدريب مهما كانت الصعوبات .					
4.	لدي قيم وعقائد أحافظ عليها.					
5.	أبادر في تقديم المساعدة للاعب المنافسة .					
6.	أقبل قرارات الحكام والمدربين دون أي اعتراض.					
7.	أشعر بالحزن الشديد عند إصابة اللاعب المنافسة.					
8.	أنافس بشدة عندما أكون مهزوماً في المنافسة الرياضية .					
9.	بعض زميلاتي في الفريق يطلقون على اللاعب الهادئة .					
10.	أسعى لتحقيق الفوز لإسعاد أسرتي وفريقي.					
11.	لا أستسلم بسهولة عندما تسوء مواقف اللعب.					
12.	أعمل أي شيء حتى يمكنني الفوز في المنافسة الرياضية .					
<b>البعد الثاني: التحكم</b>						
13.	اشترائي في التدريب والمنافسة ينبع من داخلي دون تدخل الآخرين.					
14.	أضع خطتي المستقبلية في حدود قدراتي حتى أتمكن من تحقيقها.					
15.	إحراز الميداليات يأتي بالعمل والكفاح وليس بالصدفة.					
16.	تحقيق أهدافي ينتج من تخطيطي لهذه الأهداف.					
17.	يلعب الحظ دوراً لنعلق عليه نتائج المنافسة .					

					إحراز الجوائز ليس هو هدفي من الرياضة.	18.
					إن للصدفة والحظ دوراً مهماً في حياتي اليومية .	19.
					أسيطر على كل الأمور المتعلقة بالتدريب والمنافسة.	20.
					التخطيط السيء لأمواري حياتي يؤدي الى نتائج سيئة .	21.
					يمكنني أن أقوم بالتدريب دون مساعدة مدرب .	22.
					أعتقد أن قدراتي لها تأثير واضح في إحراز التفوق في المنافسة الرياضية .	23.
<b>البعد الثالث: التحدي</b>						
					متعة حياتي عندما أتمكن من التغلب على الصعوبات أثناء المنافسة الرياضية .	24.
					أتجنب حدوث المشكلات أثناء المنافسة الرياضية وذلك بحلها أولاً بأول.	25.
					قدرتي كبيرة لتحقيق الفوز حتى في نهاية المنافسة الرياضية .	26.
					أثناء المنافسة أكافح بأقصى ما أستطيع من جهد حتى ولو كنت مهزوماً.	27.
					عند فوزي على منافس أجد متعتي في السعي للفوز على من يليه.	28.
					مواجهتي للمنافسات القوية هو اختبار حقيقي لقدراتي الذاتية على المثابرة.	29.
					أتمتع بحب المغامرة والمجازفة في التنافس مع منافسين جدد.	30.
					أشعر بالقلق عند مواجهة منافسة قوية .	31.
					حدوث تغيير في حياتي الرياضية خلال المنافسات غير مهم لكن المهم هو القدرة على مواجهته والتغلب عليه.	32.

### القسم الثالث: استبانة دافعية الإنجاز الرياضي

الرقم	الفقرات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق
1.	التميز في الرياضة يعد من أهدافي الأساسية.					
2.	أحاول قدر الإمكان تجنب الهزيمة في المنافسة الرياضية.					
3.	استمتع بتحمل أية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين					
4.	عندما أرتكب خطأ في الأداء أثناء المنافسة الرياضية فإنني					
5.	الحظ يلعب دوراً كبيراً في الفوز أغلب الأحيان.					
6.	أشعر بحالة حمى البداية عند بدأ المنافسة الرياضية وسرعان					
7.	لدي استعداد للتدريب طول العام بدون انقطاع.					
8.	أشعر بالارتياح عند الفوز بالمنافسة الرياضية.					
9.	الفوز في المنافسة الرياضية يمنحني دافعية الإنجاز.					
10.	أشعر بالإحباط عند الخسارة لعدة أيام.					
11.	أشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية مما يؤثر على					
12.	أشعر بالتوتر عند إقتراب المنافسة الرياضية.					
13.	لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في لعبتي المحببة					
14.	أحاول جاهداً أن أكون أفضل لاعبة في المنافسة الرياضية					
15.	أستطيع ان أكون هادئاً في اللحظات التي تسبق المنافسة					

## ملحق رقم (2)

أسماء المحكمين ورتبهم العلمية وتخصصاتهم ومكان عملهم

المحكم	الرتبة العلمية	التخصص	مكان العمل
د. نضال القاسم	أستاذ مساعد	أساليب تدريس	جامعة فلسطين التقنية/خضوري
د. بدر رفعت	أستاذ مساعد	أصول التربية الرياضية	جامعة النجاح الوطنية
د. قيس نعيرات	أستاذ مساعد	علاج طبيعي	جامعة النجاح الوطنية
د. بشار صالح	أستاذ مساعد	فسيولوجيا	جامعة النجاح الوطنية
د. محمود الاطرش	أستاذ مساعد	علم النفس	جامعة النجاح الوطنية
د. بهجت أبو طامع	أستاذ مشارك	تعلم حركي/ سباحة	جامعة فلسطين التقنية/خضوري
د. جمال أبو شارة	أستاذ مساعد	علم حركة	جامعة فلسطين التقنية/خضوري
د. عبد السلام حمارشة	أستاذ مشارك	فيسولوجيا	جامعة القدس (أبو ديس)

**An- Najah National University**

**Faculty of graduate Studies**

**The Relationship Between Psychological Hardiness  
and Achievement Motivation Amongst the Female  
Team Sports players at the Palestine an Universities  
in west bank**

**By**

**Heba Yacoub**

**Supervisor**

**prof. Emad Abdulhaq**

**This Thesis is Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for  
the Degree of Master, of Physical Education, Faculty of Graduate  
Studies, An-Najah National University, Nablus-Palestaine.**

**2018**

**The Relationship Between Psychological Hardiness and the Level of Sport Achievement Motivation among Female Team Sport Players at the Palestinian Universities in West Bank**

**By**

**Heba Yacoub**

**Supervisor**

**prof. Emad Abdulhaq**

**Abstract**

The purpose of this study was to identify the relationship between psychological hardiness and the level of sport achievement motivation among female team sport players at the Palestinian universities in west bank, in addition to determine the differences in the level of psychological hardiness and the level of sport achievement motivation according to game and university variables. To achieve this, the study was conducted on a sample consisting of (196) female players from female team sport players at the Palestinian universities. The researcher used the descriptive approach for its suitability to the study questions and the questionnaire as a tool to collect data. The data were analyzed using SPSS.

The results of the study revealed that the level of psychological hardiness for female team sport players at the Palestinian universities was very high, where the percentage of response for the total score was (81.4%), and the level of sport achievement motivation for female team sport players was high, where the percentage of response for the total score was (79%). In addition, the results showed a strong and positive significant

relationship between psychological hardiness and the level of sport achievement motivation ( $r=0.66$ ,  $p \leq 0.01$ ). Furthermore, there were no statistically significant differences in the psychological.

hardiness of female team sport players at the Palestinian universities due to game variable, whereas the differences were statistically significant in the total score of psychological hardiness, commitment and control domains due to university variable in favor of an- najah, kadoorie and Birzeit universities. Also, there were significant differences in the total score of psychological hardiness and challenge domain between an-najah and Birzeit universities in favor of Birzeit university. Finally, there were no statistically significant differences in the level of sport achievement motivation for female team sport players at the Palestinian universities due to game variable, whereas the differences were statistically significant in the level of sport achievement motivation according to the university variable in favor of an- najah, kadoorie and Birzeit universities.

The researcher recommends several recommendations, where the most important are to increase the cultural awareness toward the woman's participation in the sports events, and to give courses to trainers on how to deal with female players in a time of crisis to help them overcome it.

