بناء مقياس الانماط المزاجية لطلاب الجامعة وفقا لبعض المتغيرات

م.د/ أسامة محمد الكيلانى عبد اللطيف
مدرس بقسم علم النفس الرياضى – كلية التربية الرياضية – جامعة طنطا

مقدمة البحث

ترجع جذور الاهتمام بموضوع الأنماط المزاجية لتحليل الشخصية حيث تعود إلى المحاولات الأولى التي قام بها (أبوقراط ٤٠٠ ق.م) الذي كان يرى ان الأمزجة تعود إلى أربعة أنماط للشخصية هى(النمط الصفراويCholericType، والنمط السوداويMelancholicType، والنمط البلغميhlegmaticType، والنمط الدموي]Sanguine) ، وقد تم الاعتماد على تلك الانماط الأربعة المكونة للجسم البشري عبر رؤيا فلسفية تتمحور حول مكونات الطبيعة وهى (الماء والهواء والتراب والنار) ، ومن ثم تبعه العالم(كريتشمر Kertschmer) لوضع انماط من خلال بنية الجسم والمظهر الخارجي وعلاقته بالخصائص النفسية للمفرد، ومن ثم تبعه العالم (برمانBerman) ايضاً الاثر الواضح لوضع الانماط اعتماداً على الخريطة الهرمونية التي تحتوي كم ونوع الافرازات الهرمونية التي يشترك فيها الافراد والتي يتميز بها البعض الاخر مثل (النمط الدرقي، النمط الادرناليني،النمط النخامي، النمط التيموسي، النمط الجنسي) .
(١٨ : ٤٧)

بالإضافة إلى تقسيم العالم بافلوف (Pavlov) الأنماط المزاجية طبقاً لأنواع الأجهزة العصبية المختلفة التي تميز أنواع أنماط الجهاز العصبي والمنعكسات الشرطية Conditioned Refluxes وهى (النمط القويالمتزن السوداوي، النمط النشط البلغمي، النمط الطائش الدموي، النمط الضعيف الصفرا وي).(١٤ : ٥٧)

وهناك تصنيف أخر للأنماط المزاجية وفقاً لابحاث شيلدون ١٩٤٠Sheldon وبارنل Barnell ١٩٥٨ وهيث وكارتر Heath,Carter الحديثة التى أجريت فى القرن العشرين وأدت الى تحديد ثلاث مكونات أساسية لنمط الجسم مرتبطة بثلاثة أنماط مزاجية للشخصية وهو النمط المكتنز وأصحابه منبسطون والنمط العضلى وأصحابه يتميزون بالعدوانية والغلظة والنمط النحيل وأصحابه يتميزون بالإنطواء وعدم الاجتماعية (٥ : ٦ ، ٧)

قد حاول بعض الباحثين تقسيم الناس إلى أنماط تبعاً لبعض المميزات السائدة لدى كل فرد وفى اعتقادهم أن هذا النمط يحدد شخصية صاحبه بصورة ما ، وقاموا بتقسيم الناس إلى أنماط مزاجية ، أنماط جسمانية ، أنماط نفسية جسمية ، ويروا أن المزاج يتوقف بصورة سائدة على العوامل الوراثية وخاصة حالة الجهاز العصبي والجهاز الغددي ويقرون أنه من الصعوبة بمكان تغيير نوع المزاج الذي يتميز به الفرد ، ويقرر عدد من الباحثين انه لا يوجد غالباً من يتميز بنمط مزاجي واحد فقط وتنطبق عليه جميع الصفات التي يتميز بها هذا النمط ، وأن معظم الأفراد هم خليط من أنماط مزاجية متعددة ولكن قد تغلب على أحدهم

بعض الصفات المميزة لنمط معين . وبالرغم من الأصول الوراثية للأنماط المزاجية إلا انه يمكن بالتأثير القوى الهادف العمل على تنمية الصفات المزاجية الإيجابية وإخماد أو الإقلال من آثار الصفات السلبية . (١٧ : ٩٣ . ٩٦)

والمزاج يتولى قيادة الشخصية وبناء المواقف وصياغة القرارات وهذا يحتاج اهتمام وعناية من الدماغ ومحتواه الادراكي فالمزاج يشبه إلى حد ما الطفل الصغير الذي لا يستغني عن الحماية والأمن والإحاطة وتوفير الدفء الحقيقي وكأنه يبحث عن الاعتراف بالذات واثبات الهوية .(١٣ : ٢٠)

مشكلة البحث

على الرغم من أهمية الانماط المزاجية فى المجال الرياضى والعديد من الدراسات التى تناولت الانماط المزاجية وعلاقتها بالنشاط الرياضى فى تحديد أنواع معينة من الانشطة الرياضية وفقا لنوع النمط المزاجى المناسب لكل رياضة إلا أنه لا توجد أى دراسات (الى حد علم الباحث) توجهت لبناء مقياس لقياس الأنماط المزاجية وخاصة لطلاب الجامعة من الشباب من الجنسين لما لهذه الفئة من أهمية ، حيث أنهم بناة المستقبل ويجب الاعتناء بميولهم ورغباتهم وأنماطهم المزاجية المتحكمة فى شخصيتهم وأختيارهم لاوجه الانشطة الرياضية المختلفة .

- الأنماط المزاجية :

هي " نموذج لسمات وخصائص تتجمع ويمكن تميزها عن نماذج اخرى ، ويلخص تجمع السمات الاساسية الفطرية او الجسمية التى تكونت في مستهل حياة الفرد ولا تخضع لتغير اساسي" . (١ : ٦٧)

- **المزاج :**

هو مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره من الإفراد كما ان الخصائص التي تميز ديناميكية العمليات الانفعالية للفرد . (٥ : ١٨)

هدف البحث

يهدف هذا البحث الى بناء مقياس للانماط المزاجية لطلاب الجامعة من خلال :-

- قياس الأنماط المزاجية لطلاب الجامعة .
- التعرف على الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير نوع الكليات .
- التعرف على الفروق بين عينة البحث وفقا لمتغير نوع الجنس .

الدراسات المرتبطة

١- **قام كل من ريم سليمون، فؤاد صبيره، رانية علي** (٢٠١٥) (٦) **بدراسة بعنوان** " **الأنماط المزاجية لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي دراسة ميدانية في محافظة اللاذقية** " وذلك بهدف التعرف على الأنماط المزاجية السائدة لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي في محافظة اللاذقية، وكذلك التعرف على الفروق بين متوسطات استجابات المعلمين على مقياس الأنماط المزاجية تُعزى لمتغيرات (الجنس، مكان الإقامة، المرحلة الدراسية). ولتحقيق أهداف البحث استخدم الباحث

المنهج الوصفي، وتم تطبيق مقياس الأنماط المزاجية على عينة من المعلمين بلغت (٢٧٤) معلماً ومعلمة، وتم التأكد من صدقه وثباته بتطبيقه على عينة شملت (٣٢) معلماً ومعلمة، وتوصل الباحثون الى أن بعد (دينامية العمليات العصابية) هو البعد الأكثر انتشاراً بين معلمات التعليم الأساسي يليه بعد (قوة عمليات الكف) وأخيراً بعد (قوة عمليات الاستثارة). ووجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) لصالح الإناث .

٢- **قامت إيناس بهنام (٢٠٠٥) (٤) بدراسة بعنوان " بناء اختبارالمعرفة القانونية ونموذج النمط الجسمي والمزاجي للاعبي أندية القطر بالريشة الطائرة** " وذلك بهدف التعرف على الأنماط الجسمية السائدة ومكونات النمط الجسمي للاعبي الريشة الطائرة وكذلك التعرف على الفروق في الأبعاد المزاجية للاعبي الريشة الطائرة،واستخدمت الباحثة المنهج ألوصفي بالأسلوبين المسحي والارتباطي ، و شملت عينة البحث على عينة البناء والبالغة (٤٩) لاعبا لأغراض الثبات والتحليل الإحصائي لمواقف الاختبار لإيجاد القوة التمييزية ، أما عينة التطبيق فقد بلغت (٣٥) لاعبا لأغراض المقارنة بين والمزاجية فضلاً عن التعرف على التحصيل للمعرفة القانونية وكذلك التوصل الى بطاقة النمط الجسمي أما وسائل جمع البيانات فقد استخدمت الباحثة الاستبيان والتحليل وجمع المعلومات والاختبار كوسائل لجمع البيانات وقد توصلت الباحثة الى تميز النمط المزاجي للاعبي أندية العراق بالريشة الطائرة بالتورازن بين أبعاد المزاج الثلاثة (الكف ، الاثارة ، المرونة الشخصية) .

٣- **قامت كل من صفاء جابر شاهين ، رشا محمد أشرف (٢٠٠٥) (٧) بدراسة بعنوان "الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأنماط المزاجية للاعبي الأنشطة الرياضية " (دراسة تنبؤيه)** هدف البحث إلى دراسة العلاقة بين الأنماط المزاجية والذكاء الانفعالي للاعبين وفقا (لنوع النشاط الرياضي وطبيعتة) ، وكذلك التنبؤ بأبعاد الذكاء الانفعالي بناءاً على النمط المزاجي السائد لدى لاعبي كل نشاط ، حيث تم تطبيق مقياس الذكاء الانفعالي وقائمة الأنماط المزاجية باستخدام المنهج الوصفى (العلاقات الارتباطية) وذلك على عينة قوامها (٣٢٥) من لاعبي ولاعبات الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية للمرحلة العمرية (١٥-٢٥سنة) أشارت أهم النتائج إلى أن هناك تفاوت فى مستوى أبعاد الذكاء الانفعالي بين لاعبي ولاعبات الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية حيث جاء أعلى متوسط حسابي فى مستوى الذكاء الانفعالي ككل لدى لاعبي الكرة الطائرة والسباحة ، كما اختلفت الأنماط المزاجية بين اللاعبين فى كل نشاط رياضي على حدة ، حيث ساد نمط (المرونة الشخصية) لاعبي الأنشطة الجماعية ونمط (قوة عمليات الإثارة) للاعبي الأنشطة الفردية ،وأسفرت النتائج أيضا عن وجود علاقة ارتباطيه بين كلا من الأنماط المزاجية والذكاء الانفعالي ، وبذلك تم التنبؤ بأبعاد الذكاء الانفعالي وفقا لنوع النمط المزاجي السائد لكل نشاط رياضي ٠

٤ - **دراسة هاسمن ويلوستراند HassmenBlonstrand (٢٠٠٢) (٢٠) بعنوان " قدرة مقياس الحالة المزاجية و الانفعالية التي تحدث قبل و بعد المنافسة و التنبؤ بمستوى الأداء للاعبات كرة القدم** " هدفت الدراسة التعرف على قدرة

مقياس الحالة المزاجية و الانفعالية التي تحدث قبل و بعد المنافسة و التنبؤ بمستوى الأداء للاعبات كرة القدم على عينة قوامها(١٤٢) لاعبا ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، ومقياس الحالة المزاجية من تصميم الباحثان و أظهرت نتائج الدراسة بان الحالة المزاجية ، والانفعالية التي تحدث قبل و بعد المنافسة و التنبؤ بمستوى الأداء للاعبات كرة القدم هو انخفاض التوتر ، و الغضب ، والارتباك أما النشاط فقد ارتفع كما توصل إلى أن مقياس الحالة المزاجية لا يساعد في التنبؤ بمستوى أداء اللاعبات .

إجراءات البحث

أولا : منهج البحث :

استخدام الباحث المنهج الوصفي الذي يهدف لدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً والتعبير عنها كمياً وكيفياً.

ثانيا : مجتمع البحث :

طلاب جامعة طنطا من الجنسين والمسجلين فى العام الجامعى ٢٠١٤-٢٠١٥ م ويوضح جدول (١) عدد الطلاب المقيدين بكليات جامعة طنطا **وجدول (١) يوضح توصيف لمجتمع البحث**

جدول (١) بيان بأعداد الطلاب المقيدين بكليات جامعة طنطا فى العام الجامعى ٢٠١٤-٢٠١٥ م

الكلية	طالب	طالبة	الإجمالى
كلية الطب	١٩٨٥	٢٧٠٨	٤٦٩٣
كلية طب الأسنان	٧٥١	١٢٠٦	١٩٥٧
كلية الصيدلة	١٣٨٨	٣٨٨٢	٥٣٧٠
كلية العلوم	١٠٩٨	٢٣٨٨	٢٤٨٦
كلية التربية	٦٧٨	٤٨٠٦	٥٤٨٤
كلية التجارة	٧٩٨١	٤٤٤٦	١٣٤٣٧
كلية الحقوق	٨٩٧٠	٤٥٤٣	١٣٥١٣
كلية الآداب	٤٥٠٨	٧٥٥٣	١٢٠٦١
كلية التربية الرياضية	١٦٠٧	٧٤١	٢٣٤٨
كلية الهندسة	٣٥١٤	١٠٦٥	٤٥٧٩
كلية الزراعة	٣٣٠	٤٦٤	٧٩٤
كلية التمريض	٤٨٧	١٢٤٦	١٧٣٣
كلية التربية النوعية	١٧٥	١٠١٤	١١٨٩
المعهد الفنى للتمريض	٠	٨٩٨	٨٩٨
الإجمالى	٣٣٤٧٢	٣٦٩٦٠	٧٠٤٣٢

ثالثا : عينة البحث :

تم تطبيق البحث على عينة قوامها **(١٤٩٦)** طالب وطالبة من طلاب كليات جامعة طنطا المقيدين فى العام الجامعى ٢٠١٤-٢٠١٥ م وقد تم سحب العينة بالطريقة العشوائية بنسبة ٥% من أجمالى عدد

الطلاب ، وقد تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية للبحث على عينة قوامها (٥٠) طالب وطالبة من خارج العينة الأساسية وذلك بهدف حساب المعاملات العلمية للمقياس.

رابعا : أدوات جمع البيانات

- **مقياس الأنماط المزاجية من إعداد الباحث**

خطوات بناء المقياس

- قام الباحث ببناء المقياس في ضوء نظرية المزاج لشيلدون وتتضمن المقياس سبعة أنماط فى شكل أبعاد مرفق (٢) ، وعرض هذه الابعاد على عشرة من خبراء علم النفس الرياضى بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية ممن لديهم خبرة لا تقل عن عرة سنوات فى مجال التخصص مرفق (١) .
- وقد تم إستبعاد أربعة من الابعاد المقترحة وفقا لآراء الخبراء بنسبة ٧٥ % فأكثر لتصبح ثلاثة أبعاد تمثل ثلاثة أنماط وهى (المزاج المخى – المزاج البدنى – المزاج الحشوى) .
- وقد قام الباحث بوضع السمات المزاجية وفقا لكل نمط على الابعاد الثلاثة للمقياس وعرضها على الخبراء مرفق (٣) بواقع عشرون مفردة على كل بعد بإجمالى ستون مفردة.
- وتم أستبعاد سبعة مفردات ليصبح المقياس ثلاثة وخمسون مفردة وفقا لآراء السادة الخبراء بنسبة ٧٥ % فأكثر والمفردات هى (١٧ ، ١٩) فى بعد المزاج المخى ، والمفردات (١٠ ، ١٢) فى بعد المزاج البدنى ، والمفردات (٦ ، ١٦ ، ١٨) فى بعد المزاج الحشوى .
- وأصبح المقياس فى صورته النهائية يتكون من ثلاثة وخمسون عبارة ، ويقوم الطلاب بالاستجابة على ميزان تقدير خماسى بواقع (٥-٤-٣-٢-١) ويتم جمع درجات كل بعد من الأبعاد على حدة حيث أن القائمة ليس لها درجة كلية، والدرجة العالية لكل بعد تشير إلى زيادة تميز الطالب بالخاصية التي يقيسها النمط **مرفق رقم (٤)** .

خامساً : المعاملات العلمية للمقياس :

الجداول أرقام (٢)، (٣) ، و(٤) توضح المعاملات العلمية للمقياس.

صدق الاتساق الداخلي:

تم التحقق من صدق المقياس عن طريق استخدام صدق الاتساق الداخلي كمؤشر على صدق المقياس عن طريق ايجاد الإرتباط الثنائي بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه،وذلك بتطبيق المقياس على (٥٠) طالب وطالبة والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات المفردات والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس الانماط المزاجية (ن=٥٠)

البعد الاول		البعد الثاني		البعد الثالث	
م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط
١	٠,٥٤١	١	٠,٤٤٠	١	٠,٣٦٥
٢	٠,٥٣٦	٢	٠,٥١٢	٢	٠,٦٥٦
٣	٠,٦١٥	٣	٠,٣٦٢	٣	٠,٥٤٥
٤	٠,٥٢٠	٤	٠,٤٣٥	٤	٠,٤٣٧
٥	٠,٤٩٦	٥	٠,٥٢٥	٥	٠,٤٥٧
٦	٠,٦٣١	٦	٠,٥٠٨	٦	٠,١٠٤
٧	٠,٧٤٥	٧	٠,٤٣٧	٧	٠,٤٧٥
٨	٠,٤٣٥	٨	٠,٤٤٧	٨	٠,٣٨٦
٩	٠,٣٨٣	٩	٠,٤١٨	٩	٠,٥٦٧
١٠	٠,١٢٢	١٠	٠,٥٢٨	١٠	٠,٤١١
١١	٠,٤٦٦	١١	٠,٧٣٥	١١	٠,٤٦٩
١٢	٠,٤٦٣	١٢	٠,٠٩٤	١٢	٠,٠٥٦
١٣	٠,٤٧٦	١٣	٠,١٩٩	١٣	٠,٦٨٣
١٤	٠,٥٤٦	١٤	٠,٥٣١	١٤	٠,٥٩٤
١٥	٠,٣٨٩	١٥	٠,٣٧٢	١٥	٠,٤٩٣
١٦	٠,٤٩٠	١٦	٠,٥١٧	١٦	٠,٣٩١
١٧	٠,٦١١	١٧	٠,٠٢١	١٧	٠,٣٣٥
١٨	٠,٥٨٩	١٨	٠,٤٧١		

* **قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) =٠,٢٨٨**

يتضح من جدول (٢) ان قيم معاملات الارتباط فقرات ابعاد مقياس الانماط المزاجية جميعها دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠٥) فيما عدا العبارة رقم (١٠) فى البعد الاول ، والعبارات ارقام (١٢، ١٣، ١٧) فى البعد الثاني ، والعبارات ارقام (٦، ١٢) فى البعد الثالث ، وبذلك يصبح عدد عبارات المقياس (٤٧) على درجة مقبولة من الصدق .

جدول (٣) معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد والمجموع الكلي لابعاد مقياس الانماط المزاجية (ن=٥٠)

البعد	مسمى البعد
الأول	٠,٧٦٦ ❖
الثاني	٠,٧١١ ❖
الثالث	٠,٦٩٦ ❖

* **قيمة "ر" الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) =٠,٢٨٨**

يتضح من جدول (٣) ان قيم معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس الانماط المزاجية والمجموع الكلي للمقياس جميعها دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠٥) مما يدل على المقياس على درجة مقبولة من الصدق .

ثبات مقياس الانماط المزاجية :

ولتحقيق ثبات المقياس، قام الباحث باستخدام معامل (الفاكرونباخ) ، وكانت نتيجة حساب معاملات الثبات على النحو الآتي:

جدول (٤) قيم معامل ألفا Alphaلابعاد مقياس الانماط المزاجية

البعد	مسمى البعد	قيمة معامل ألفا Alpha
الأول	المزاج المخى	❖ ٠,٨٢٢
الثاني	المزاج البدنى	❖ ٠,٧٩٩
الثالث	المزاج الحشوى	❖ ٠,٧٧٦

قيمة "ر" الجدولية عند درجة حرية(٤٨) ومستوى (٠,٠٥) =(٠,٢٨٨)

يتضح من جدول رقم (٤) أن قيم المعاملات للثبات بطريقة " الفا " تتراوح بين (٠,٧٧٦، ٠,٨٢٢) وذلك يشير أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

*** الخطة الإحصائية المستخدمة :**

١. الإحصاء الوصفي
٢. معامل الارتباط بيرسون
٣. معامل ألفاكرونباخ

عرض وتفسير ومناقشة النتائج :

جدول (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف والترتيب لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية

الابعاد	الكليات العملية (ن=٥١٢)				الكليات النظرية (ن=٩٨٤)			
	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف	الترتيب	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف	الترتيب
المزاج المخى	٥٥,٧٢٩	١٣,١٦٥	٢٣,٦	١	٥٣,٨٠٦	١٢,٣٥٠	٢٣,٠	١
المزاج البدنى	٤٨,٧٧٩	١٢,٦١٧	٢٥,٩	٢	٤٨,٢٩٨	١٢,٨٧٧	٢٦,٧	٢
المزاج الحشوى	٤٩,١٣٤	١٣,٦١٢	٢٧,٧	٣	٥٠,٥٧٠	١٣,٦١٢	٢٦,٩	٣

يتضح من جدول (٥) والخاص بايجاد ترتيب الابعاد لدي الكليات النظرية والعملية ان بعد المزاج المخى جاء فى الترتيب الاول يلية بعد المزاج البدني يلية بعد المزاج الحشوى وذلك لدي عينة الكليات النظرية والعملية .وأنه لا توجد إختلافات بين الكليات العملية والنظرية فى الترتيب حيث جاء البعد الأول فى الترتيب المزاج المخى بنسبة ٢٣,٦ وهى أقل نسبة على معامل الإختلاف.

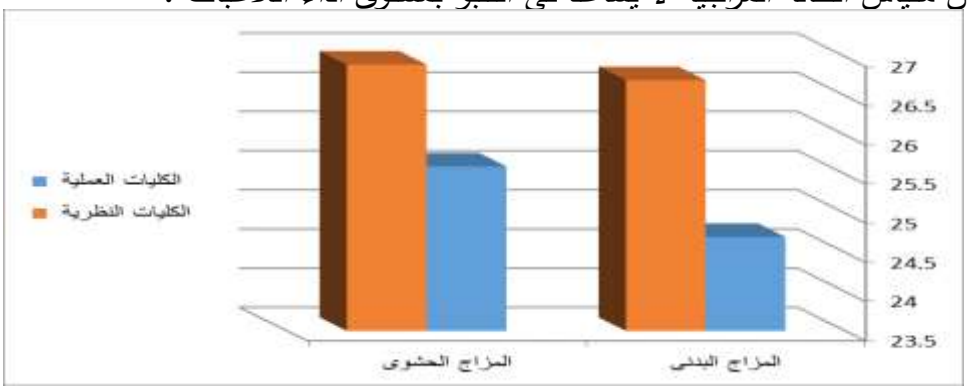
ويرى الباحث أن ذلك يرجع الى أن طلاب الجامعة من الجنسين عينة البحث ينتمون الى السمات المزاجية التى تكون بعد المزاج المخى والتى تشير الى أن حركاتهم تتسم بالتزمت سرعة الاستجابة ردود الافعال سريعة فى المواقف المختلفة ، ويفضلون الخصوصية ، لديهم قدرة كبيرة على زيادة الانتباه والفهم مع قدرة عالية على التعبير بالعينين والوجه ، ليست لديهم القدرة على التنبؤ بسلوك الأخرين ، ولا يفضلون الضوضاء ، وعادة ما يعانون من قلة النوم والتعب المزمن ، والميل الى الانطواء والوحدة وقت الشدة وذلك

يؤثر بشكل كبير فى العديد من مناحى الحياة اليومية ومنها ممارسة الرياضة فهذا النمط المزاجى عادة ما يميل الى ممارسة الأنشطة الفردية والتى لا تتميز بالعنف والمغامرة والمخاطرة نظرا لسماته التى تميل الى الخوف الدائم .

ويتفق مع الباحث دراسة إيمان رفعت (٢٠٠١) (٥) والتى أكدت على طالبات الجامعة من الكليات العملية والنظرية لا يوجد فروق بينهم فى الاتصاف ببعض السمات السلبية والمتمثلة فى الخوف من المجتمع والناس ، والخوف من الماكن الضيقة والقلق وسرعة الإستجابة الفسيولوجية.

ويؤكد على ذلك دراسة صفاء جابر ، ورشا محمد أشرف (٢٠٠٥) (٧) حيث أن لكل نشاط رياضي نمط مزاجي مختلف عن النشاط الآخر، وأن الأنماط المزاجية السائدة في الأنشطة الجماعية والفردية المختارة فى الدراسة تختلف بإختلاف نمط المزاج .

كما يتفق هاسمن وبلوسترانند Hassmen, Blonstrand (٢٠٠٢) (٢٠) بان الحالة المزاجية ، والانفعالية التي تحدث قبل و بعد المنافسة و التنبؤ بمستوى الأداء للاعبات كرة القدم هو انخفاض التوتر ، و الغضب ، والارتباك أما النشاط حيث تميل اللاعبات الى المزاج المخى والخوف قبل المباريات الهامة توصل إلى أن مقياس الحالة المزاجية لا يساعد فى التنبؤ بمستوى أداء اللاعبات .



شكل (١) النسبة المئوية لمعامل الاختلاف لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية

جدول (٦) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف والترتيب لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية لعينة الطالبات

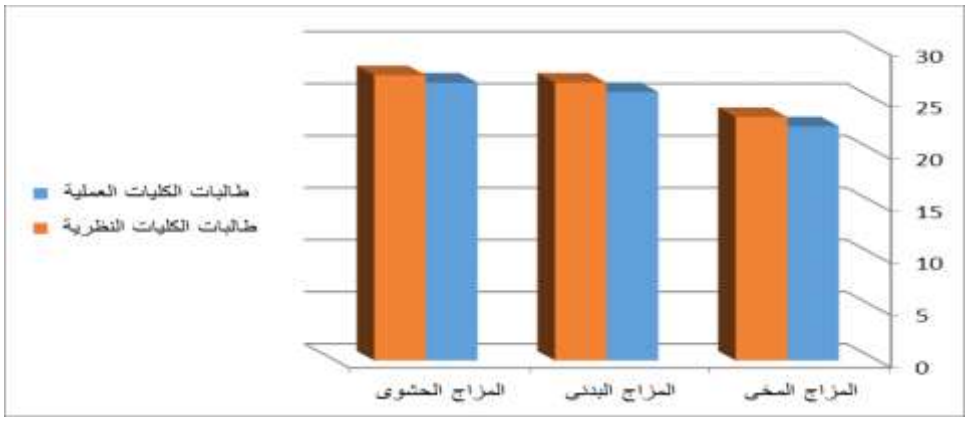
الابعاد	الكليات العملية (ن=٢٨٣)				الكليات النظرية (ن=٦١٨)			
	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف	الترتيب	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف	الترتيب
المزاج المخى	٥٥,٧٠٣	١٢,٥٢٦	٢٢,٥	١	٥٣,٦٧٩	١٢,٥٦٥	٢٣,٤	١
المزاج البدنى	٤٨,٣٨١	١٢,٤٨١	٢٥,٨	٢	٤٨,٤٤٥	١٢,٩٤٩	٢٦,٧	٢
المزاج الحشوى	٤٨,١١	١٢,٨١٠	٢٦,٦	٣	٥٠,٨٢٠	١٣,٩٢١	٢٧,٤	٣

يتضح من جدول (٦) والخاص بايجاد ترتيب الابعاد لدي طالبات الكليات النظرية والعملية ان بعد المزاج المخى جاء فى الترتيب الاول يلية بعد المزاج البدني يلية بعد المزاج الحشوى وذلك لدي عينة الكليات النظرية والعملية .

ويرى الباحث أنه لا توجد إختلافات بين طالبات الكليات العملية والنظرية فى ترتيب السمات المزاجية الموزعة على أبعاد مقياس الأنماط المزاجية ، حيث جاء بعد المزاج المخى فى المركز الأول ويرجع ذلك الى أن طالبات الجامعة يتميزن بسمات المزاج المخى والمتمثلة فى أن حركاتهم تتسم بالتزمت سرعة الاستجابة ردود الافعال سريعة فى المواقف المختلفة ، ويفضلون الخصوصية ، لديهم قدرة كبيرة على زيادة الانتباه والفهم مع قدرة عالية على التعبير بالعينين والوجه ، ليست لديهم القدرة على التنبؤ بسلوك الأخرين ، ولا يفضلون الضوضاء ، وعادة ما يعانون من قلة النوم والتعب المزمن ، والميل الى الانطواء والوحدة وقت الشدة وذلك يؤثر بشكل كبير فى العديد من مناحى الحياة اليومية ومنها ممارسة الرياضة فهذا النمط المزاجى عادة ما يميل الى ممارسة الأنشطة الفردية والتى لا تتميز بالعنف والمغامرة والمخاطرة نظرا لسماته التى تميل الى الخوف الدائم .

ويتفق مع الباحث دراسة إيمان رفعت (٢٠٠١) حيث أكدت على أن طالبات الجامعة من الكليات العملية والنظرية تتصف بالتزمت فى الأوضاع القوامية ، والتحكم الشديد فى الانفعالات ، ومقاومة العادات التقليدية والروتين ، كما يتميزون بالحزم والخوف من المجتمع ن وأنه لا يوجد إختلاف بين الكليات العملية والنظرية بين الطالبات عينة البحث حيث يتفقن فى جميع سمات مقياس الأنماط المزاجية .

وكذلك إتفقت دراسة ريم سليمون، فؤاد صبيره، رانية علي (٢٠١٥) على أن الإناث يتفقن فى جميع السمات المتشبعة على ابعاد قائمة السمات المزاجية المصممة ولصلاح المزاج المخى فى المرتبة الأولى ويليه البدنى ثم الحشوى .



شكل (٢) النسبة المئوية لمعامل الاختلاف لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية لعينة الطالبات

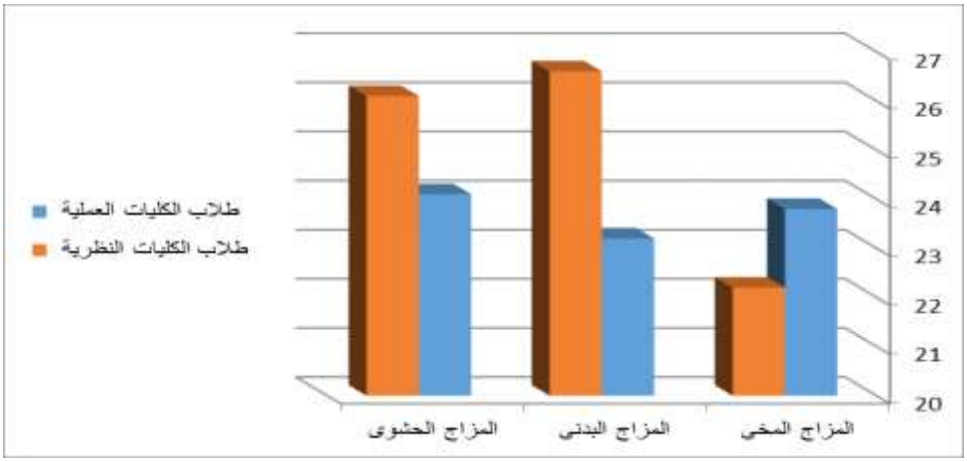
جدول (٧) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف والترتيب لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية لعينة الطلاب

الابعاد	الكليات العملية (ن=٢٣٠)				الكليات النظرية (ن=٣٦٦)			
	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف	الترتيب	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معامل الاختلاف	الترتيب
المزاج المخى	٥٦,٠٤٣	١٣,٣٦٣	٢٣,٨	٢	٥٤,٠٢١	١١,٩٩١	٢٢,٢	١
المزاج البدنى	٥٠,٢٤٧	١١,٦٦٤	٢٣,٢	١	٤٨,٠٤٩	١٢,٧٦٩	٢٦,٦	٣
المزاج الحشوى	٥٠,١١٧	١٢,٠٩١	٢٤,١	٣	٥٠,١٤٧	١٣,٠٧٩	٢٦,١	٢

يتضح من جدول (٧) والخاص بايجاد ترتيب الابعاد لدي طلاب الكليات النظرية والعملية ان بعد المزاج البدني جاء فى الترتيب الاول يلية بعد المزاج المخى يلية بعد المزاج الحشوي وذلك لدي عينة طلاب الكليات العملية ، بينما جاء بعد المزاج المخى فى الترتيب الاول يلية بعد المزاج الحشوي يلية بعد المزاج البدني وذلك لدي عينة طلاب الكليات النظرية.

ويرى الباحث أن هناك فروق وإختلافات فى عينة البحث من الطلاب بين الكليات العملية والنظرية فى ترتيب أبعاد مقياس الانماط المزاجية ، حيث جاء بعد المزاج المخى فى الترتيب الأول بالنسبة للكليات النظرية ويليه الحشوى ثم فى النهاية المزاج البدنى ويرجع ذلك الى أن طلاب الكليات النظرية غير مندمجين مع الأخرين ويميلون الى الوحدة والعزلة ، وعدم التحكم فى إنفعالاتهم ، وعدم الضوضاء ، ولديه حساسية زائدة للألم ، ويرجع ذلك لطبيعة دراستهم النظرية والجلوس لفترات طويلة بمفرده وعد الاختلاط بالأخرين ، أما طلاب الكليات العملية فقد جاء فى الترتيب الأول بالنسبة لهم سمات نمط المزاج البدنى أولا ويليه المخى ثم الحشوى ، حيث يتميزون بالانضباط الحركى ،الميل الى ممارسة الانشطة الرياضية التى تتميز بالاحتكاك البدنى العنيف ، لديهم حاجة دائمة الى التدريب البدنى ،الميل الى السيطرة وحب السلطة ،الميل الى المخاطرة ،يفضلون الجرأة فى مواجهة الأمور ،الميل الى العدوانية فى التنافس مع الأخرين ، الخوف من الأماكن المغلقة ، ولايبالون بالألم ، وعادة ما يحدثون ضوضاء عامة ، كما يتصفون بالإنبساط والإنفتاح على الأخرين الميل لتأكيد الذات ، وكل هذه السمات ترجع لطبيعة الكليات العملية التى ينتمون اليها كل على حسب طبيعة المجهود البدنى المطلوب فى كل كلية .

ويتفق مع الباحث دراسة علية حسين خير الله (١٩٩٧) (١١) التى أشارت الى أن الطلاب الذين يمارسون مجهود بدنى يتمتعون بدرجة عالية من الأنماط المزاجية وخاصة المزاج البدنى والذى يتسم بالقدرة على ضبط النفس عقب الاستشارة ، كما أن الطلاب الذين لا يمارسون مجهود بدنى لديهم قدرة فائقة لعدم التكيف وسرعة تقيد الحالة المزاجية والميل إلى الحزن والتشاؤم وعدم التحكم في الانفعالات وهى سمات المزاج المخى .



شكل (٣) النسبة المئوية لمعامل الاختلاف لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية لعينة الطلاب

جدول (٨) دلالة الفروق بين الكليات العملية والكليات النظرية على ابعاد المقياس

الابعاد	الكليات العملية (ن=٥١٢)		الكليات النظرية (ن=٩٨٤)		قيمة ت
	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	
المزاج المخى	٥٥,٨٤٧	١٢,٩٠٧	٥٣,٨٢٥	١٢,٣٥٧	٢,٩٥٨
المزاج البدنى	٤٩,٢٠٣	١٢,١٥٢	٤٨,٢٨٥	١٢,٨٧٧	١,٣٣٣
المزاج الحشوى	٤٩,٠٠٥	١٢,٥٣١	٥٠,٥٥١	١٣,٦١٨	٢,١٤٠

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠,٠٥) = ١,٩٦٠

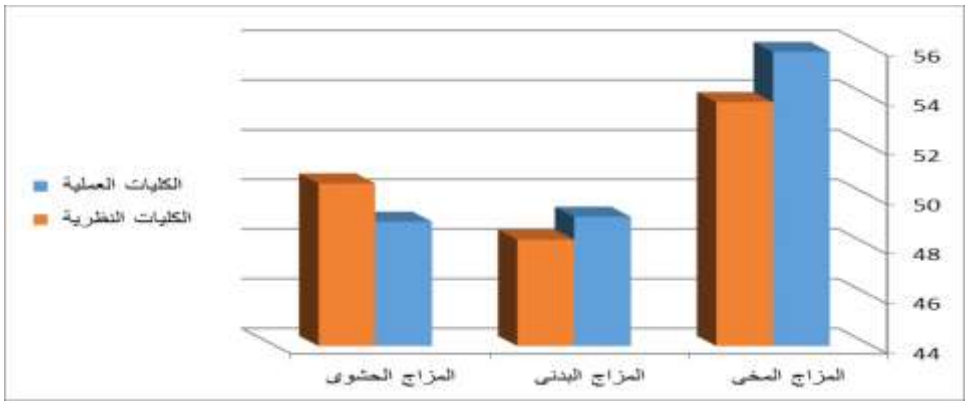
يتضح من جدول (٨) ان قيمة ت المحسوبة جاءت دالة احصائيا عند مستوي دلالة(٠,٠٥) بين الكليات العملية والنظرية على البعد الاول ولصالح الكليات العملية ، بينما جاءت قيمة ت دالة احصائيا عند مستوي دلالة (٠,٠٥) بين الكليات العملية والنظرية على البعد الثالث ولصالح الكليات النظرية ،كما جاءت قيمة ت غير دالة على البعد الثاني.

يرى الباحث أن الفروق الإحصائياً بين الكليات العملية والنظرية على البعد الأول بعد المزاج المخى لصالح الكليات العملية ، حيث تتطلب الكليات العملية عينة البحث لسمات المزاج المخى للجنسين بنين وبنات معا ، لإتزامهم فى الاداء الحركى والبعد عن الضوضاء ، وتركيز الانتباه ، حيث تتسم كليات الطب والصيدلة والعلوم والتربية الرياضية وغيرها من الكليات العملية عينة البحث بالتركيز فى الأداء والضبط الإنفعالى والتحكم فى الحركات مما يؤثر على عينة البحث من الجنسين .

وتتفق هذه النتائج مع دراسة علية حسن خير الله(١٩٩٧) (١١) التى أشارت الى أن الطلاب الذين يتمتعون بدرجة عالية من التركيز والانتباه ووالتحكم فى الحركات هم ممن ينتمون لسات المزاج المخى والذى يتسم بالقدرة على ضبط النفس عقب الاستثارة .

ويتفق مع ذلك أيضاً دراسة صفاء جابر ، ورشا محمد أشرف (٢٠٠٥) (٧) حيث أكدوا على أن النشاط الرياضى يختلف بإختلاف نوع النمط السائد لدى الأفراد الممارسين للأنشطة الرياضية ما بين الفردية

والجماعية ، وأن معظم الانشطة الفردية والتى تحتاج الى تركيز عالى وانعزالية ، وتحكم فى الأداء إنما ترجع لنمط المزاج المخى .



شكل (٤) المتوسطات الحسابية لابعاد مقياس الانماط المزاجية فى كل من الكليات النظرية والعملية

جدول (٩) دلالة الفروق بين (الطلاب – الطالبات) بالكليات العملية على ابعاد المقياس

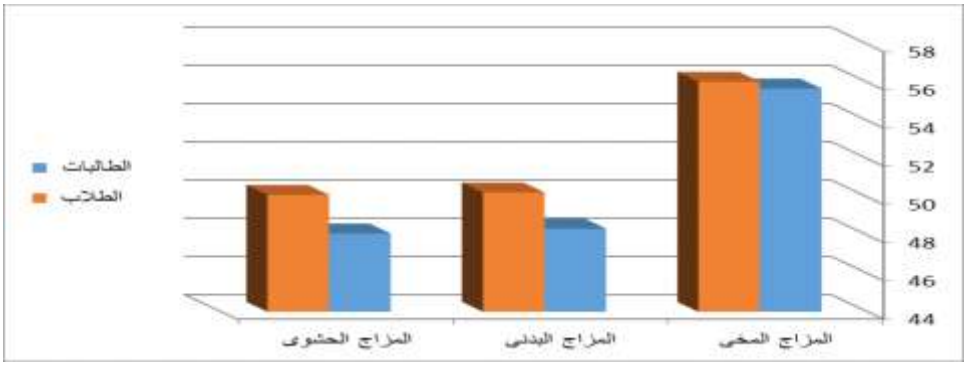
الابعاد	الطالبات (ن=٢٨٣)		الطلاب (ن=٢٣٠)		قيمة ت
	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	
المزاج المخى	٥٥,٦٨٧	١٢,٥٤٦	٥٦,٠٤٣	١٣,٣٦٣	٠,٣١٠
المزاج البدنى	٤٨,٣٥١	١٢,٤٩٢	٥٠,٢٤٧	١١,٦٦٤	١,٧٦٠
المزاج الحشوى	٤٨,٠٩٩	١٢,٨٣٠	٥٠,١١٧	١٢,٠٩١	١,٨١٧

قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠,٠٥) = ١,٩٦٠

يتضح من جدول (٩) ان قيمة ت المحسوبة جاءت غير دالة احصائيا عند مستوي دلالة(٠,٠٥) بين الطالبات والطلاب فى الكليات العملية على جميع ابعاد المقياس .

ويرجع الباحث ذلك الى أن الكليات العملية تتطلب نفس المجهود المبذول من كلا الجنسين ونفس شروط التعامل فى جميع الكليات العملية عينة البحث حيث تتطلب المزج بين الأنماط الثلاثة .

أكد على ذلك محمد حسن علاوى (١٩٩٧) (١٧) ، وريفReef (٢٠٠١) (٢٣) حيث يرى أن الفرد قد يمزج بين أكثر من نمط من الأنماط المزاجية ، وانه لا يوجد غالباً من يتميز بنمط مزاجي واحد فقط وتنطبق عليه جميع الصفات التي يتميز بها هذا النمط ، وأن معظم الأفراد هم خليط من أنماط مزاجية متعددة ولكن قد تغلب على أحدهم بعض الصفات المميزة لنمط معين . وبالرغم من الأصول الوراثية للأنماط المزاجية إلا انه يمكن بالتأثير القوى الهادف العمل على تنمية الصفات المزاجية الإيجابية وإخماد أو الإقلال من آثار الصفات السلبية .



شكل (٥) المتوسطات الحسابية لابعاد مقياس الانماط المزاجية بين (الطلاب – الطالبات) بالكليات العملية على ابعاد المقياس

جدول (١٠) دلالة الفروق بين (الطلاب – الطالبات) بالكليات النظرية على ابعاد المقياس

الابعاد	الطالبات (ن=٦١٨)		الطلاب (ن=٣٦٦)		قيمة ت
	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	
المزاج المخى	٥٣,٧٠٩	١٢,٥٧٦	٥٤,٠٢١	١١,٩٩١	٠,٣٨٣
المزاج البدنى	٤٨,٤٢٤	١٢,٩٤٨	٤٨,٠٤٩	١٢,٧٦٩	٠,٤٤٢
المزاج الحشوى	٥٠,٧٩٠	١٣,٩٣١	٥٠,١٤٧	١٣,٠٧٩	٠,٧١٤

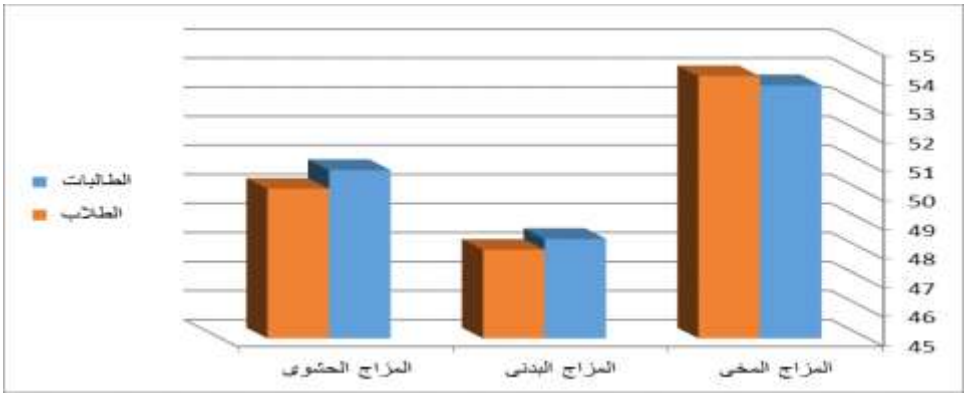
قيمة ت الجدولية عند مستوي دلالة (٠,٠٥) = ١,٩٦٠

يتضح من جدول (١٠) ان قيمة ت المحسوبة جاءت غير دالة احصائيا عند مستوي دلالة(٠,٠٥) بين الطالبات والطلاب فى الكليات النظرية على جميع ابعاد المقياس .

ويرى الباحث أن عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الطلبة والطالبات عينة البحث فى الكليات النظرية قد يرجع الى السمات التى تتميز بها هذه الكليات ومما تتطلبه من شروط قد تتفق بين الطلبة والطالبات على حد سواء حيث أشار محمد حسن علاوى (١٩٩٧) (١٧) الى المزج بين أكثر من نمط من الأنماط المزاجية فى نفس المهنة وفى نفس نوع النشاط الممارس وإنما يرجع ذلك الى طبيعة العمل بالكليات النظرية تتطلب الدمج لأكثر من نمط وتثبيت ما هو مطلوب من النواحى الإيجابية لعض سمات الأنماط المزاجية المختلفة وحذف ما هو سلبى منها .

ويؤكد على ذلك ماير Mayer (٢٠٠١) (٢٢) حيث أشار الى انه يجوز الفصل بين الانماط فى شخص واحد ويجوز الدمج ايضا وفق ما يتطلبه الأداء المطلوب منه ووفقا للمواقف التى يتعرض لها الفرد ، وبذلك لا يوجد فروق بين الطلبة والطالبات عينة البحث فى أبعاد المقياس .

ويتق مع ذلك ايضا Fatt (٢٠٠٣)(١٩) الذى يرى أن طلاب الجامعة لا يختلفون فى النمط المزاجى السائد بينهم وخاصة اذا كانت المهارات المطلوبة موحده والاداء الحركى موحد .



شكل (٦) المتوسطات الحسابية لابعاد مقياس الانماط المزاجية بين (الطلاب – الطالبات) بالكليات العملية على ابعاد المقياس

الاستنتاجات :

- لا توجد إختلافات بين الكليات العملية والنظرية فى أبعاد مقياس الأنماط المزاجية حيث جاء بعد المزاج المخى الترتيب الاول يلية بعد المزاج البدني يلية بعد المزاج الحشوى.
- لا يوجد إختلافات فى ترتيب الابعاد لدي طالبات الكليات النظرية والعملية حيث جاء فى الترتيب الاول المزاج المخى يلية بعد المزاج البدني يلية بعد المزاج الحشوى .
- وجود إختلافات بين الكليات العملية والنظرية لدى عينة البحث من الطلاب حيث جاء بعد المزاج البدني فى الترتيب الاول يلية بعد المزاج المخى يلية بعد المزاج الحشوي وذلك لدي عينة طلاب الكليات العملية ، بينما جاء بعد المزاج المخى فى الترتيب الاول يلية بعد المزاج الحشوي يلية بعد المزاج البدني وذلك لدي عينة طلاب الكليات النظرية.
- وجود فروق دالة إحصائيا بين الكليات العملية والنظرية على البعد الاول ولصالح الكليات العملية ، كما توجد فروق دالة إحصائيا بين الكليات العملية والنظرية على البعد الثالث ولصالح الكليات النظرية ،كما لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الكليات العملية والنظرية على البعد الثاني.
- لا يوجد فروق دالة إحصائيا بين الطالبات والطلاب فى الكليات العملية على جميع ابعاد المقياس .
- لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الطالبات والطلاب فى الكليات النظرية على جميع ابعاد المقياس .

التوصيات :

- ضرورة الإهتمام بتطبيق المقياس على طلاب الجامعات المصرية للتعرف على النماط المزاجية السائدة فى كل جامعة .
- التعرف على الأنماط المزاجية بين الشباب المصرى فى مختلف المؤسسات الاجتماعية والتربوية والرياضية .
- التعرف على الأنماط المزاجية السائدة للاعبى الرياضات المختلفة .

قائمة المراجع

أولا : المراجع باللغة العربية

١- إبراهيم خلاف أبو زيد : (٢٠٠٣) مدخل علم النفس الرياضى ، مكة للطباعة ، بورسعيد .

٢- أحمد أمين فوزي ، بثينة محمد فاضل : (٢٠٠٥) سيكولوجية الشخصية الرياضية ، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع ، الإسكندرية .

٣- إسلام عبد الواحد غريب مصطفى : (٢٠٠٨) بناء مقياس للتوافق النفسى لدى لاعبى رياضة الكاراتية رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها .

٤- إيناس بهنام : (٢٠٠٥) بناء اختبار المعرفة القانونية ونموذج النمط الجسمي والمزاجي للاعبي أندية القطر بالريشة الطائرة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل

٥- إيمان رفعت السعيد : (٢٠٠١) ممارسة الأنشطة الترويحية الرياضية وعلاقتها ببعض المتغيرات السيكوفيزيقية لدى طالبات جامعة حلوان ، رسالة دكتورة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ن القاهرة .

٦- ريم سليمون، فؤاد صبيره، رانية علي : (٢٠١٥) الأنماط المزاجية لدى عينة من معلمي مرحلة التعليم الأساسي دراسة ميدانية في محافظة اللاذقية مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية سلسلة الاداب والعلوم الانسانية ، سوريا.

٧- صفاء جابر شاهين ، رشا محمد أشرف : (٢٠٠٥) الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأنماط المزاجية للاعبي الأنشطة الرياضية (دراسة تنبؤيه) ، مؤتمر كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير، جامعة إسكندرية ، إسكندرية

٨- سناء محمد سليمان : (٢٠٠٦) سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها ن عالم الكتب ، القاهرة .

٩- عبد الهادي السيد عبده ، فاروق السيد عثمان : (٢٠٠٢) القياس والاختبارات النفسية ، أسس وأدوات ، دار الفقه العربي ، القاهرة .

١٠- عفاف عبد الرحمن زهران ، سوسن عبد الخالق : (١٩٨٧) العلاقة بين نمط الجسم وبعض السمات المزاجية والمؤثرة في أداء التعبير الحركي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات ، جامعة الإسكندرية .

١١- علية حسين خير الله : (١٩٩٧) دراسة الأنماط المزاجية لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في وقت الفراغ ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا .

١٢- فايز عبد الهادى عابد : (٢٠١١م) سيكولوجية المزاج بين الإيحاء و الاقناع القسرى ، دار صفاء للنشر و التوزيع ، ط١ ، عمان .

١٣- فرج عبد القادر طه : (٢٠٠٥) أصول علم النفس الحديث ، دار الزهراء للنشر والتوزيع ، ط (٧) ، الرياض .

١٤- قاسم حسن حسين وفتحي المهشهش يوسف: (١٩٩٩م) الموهوب الرياضي سماته وخصائصه في مجال التدريب الرياضي ، ط١، عمان، الأردن، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع .

١٥- ليث محمد عياش : (٢٠٠٩م) الاسلوب المعرفى و علاقته بالابداع ، دار صفاء للنشر و التوزيع ، ط١، عمان .

١٦- محمد حسن علاوى : (١٩٩٨) موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

١٧- محمد حسن علاوى : (١٩٩٧) مدخل في علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

١٨- محمد صبحى حسانين :(١٩٩٦) القياس والتقويم فى التربية الرياضية ، الجزء الثانى ، ط٣ ، دار الفكر العربى ، القاهرة .

19- Fatt , James Poonten J.Howe . Irene Chew Keng (2003) "Emotional Intelligence Of Foreign and Local University Student in Singapore " Implication for Mangers Journal of Business Psychology . Vol . 17 No 3 PP 345-367 .

20- Hassmen, P. and Blonstrand, E. (2002). Soccer, woman:Enotion, recompetition, post competition, *Journal ofApplied Sport Psychology*, 13: 62-81.

21- James Lawther, Andrew Lane. (2002). Relationships between mood cohesion and satisfaction with performance among soccer players, The Online Journal of Sport Psychology, 4 (3): 57-69.

22- Mayer , J.D. Emotional Intelligence and Giftedness' , Roe per review . Vol 23 , Issue 3 , 2001.

23- Reef , H.B. (2001) : The relation of id and Gender with emotional intelligence in college students . Journal of Learning Disabilities , Vol 34 Issue l. pp66 -100 .