

## دراسة مقارنة الصلابة العقلية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت

م . م . صون كول بلال مراد البياتي

أ.د. عبدالودود احمد خطاب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت

### ١-التعريف بالبحث

#### ١-١- أهمية ومشكلة البحث:

اتسع نطاق علم النفس في السنوات الاخيرة وأصبح يرتبط ارتباطا وثيقا بعلوم الرياضة الأخرى مثل التدريب الرياضي وفسولوجيا الرياضة والمناهج وطرق التدريس وذلك للاستفادة من موضوعاته ونظرياته وتطبيقها، الأمر الذي يسهم في تطور الأداء الرياضي والتفوق في المنافسات الرياضية. الصلابة العقلية عامل هام وحيوي وحاسما في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، وكذلك للمحافظة على السلوكيات الصحية، وقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال (Kobass, 1979) حيث اتضح أن الصلابة العقلية لدى كوبازا تتكون من السيطرة، التحكم، الالتزام، التحدي، وهي ذكرت كعامل مهم في توضيح لماذا بعض الناس يمكن أن يقاوموا الضغوط ولا يمرضون؟ وذلك ما جعل الصلابة النفسية مجالا خصبا للبحث المستمر والتنظير والممارسة وقد ظهر من ثمار ذلك بحث أثر الفروق الفردية على ردود أفعال الضغط كمواقف للالتزام والتحكم والتحدي، ومنذ ذلك الحين نشط الحافز على البحث في هذا المجال وركزت الدراسات على ممارسة الأداء في المواقف الصعبة وابتكار مواقف ومهارات جزئية لتحمل المصاعب أثناء الكوارث والأزمات وكذلك مواقف التفاعل الاجتماعي والاسترخاء والتغذية الراجعة، التمارين البدنية وهذه المهارات الجزئية كلها تحسن الأداء النفسي برغم التعرض للأحداث السلبية الضاغطة. (١٢، ٥٢٥)

تلعب الصلابة العقلية دوراً فعالاً في التحكم في حالة الأداء المثالية وتحاول الباحثة الوصول الى نتائج تدعم شيئاً من جوانب قياس الصلابة العقلية لدى الطلاب، وان نوع الدراسة يفرض على الطالب ان يتصرف على وفق الالتزام، والتحدي بالاضافة الى الاعداد البدني والمهاري، وترجع اهمية البحث ان الصلابة العقلية لها تاثير على المستوى المهاري والبدني والعلمي لدى الطلاب. (٨، ٤٤)

وترى الباحثة ان قياس مستوى الصلابة العقلية للطلاب جزء من القياس النفسي في الوقت نفسه ضروري لمهمة التدريب او التعليم التي يقوم بها المدرس او المدرب وما يزود به طلابه من خطط واساليب لتحديد المستوى العقلي لكل طالب.

وتكمن مشكلة البحث في الاجابة عن التساؤل الاتي:

- هل توجد فروق في درجات الصلابة العقلية لطلاب كلية التربية البدنية بجامعة تكريت.

**اهداف البحث:**

١-٢-١- التعرف على مستوى الصلابة العقلية لدى طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت.

٢-٢-٢- التعرف على الفروق بين طلاب المرحلة الاربعة في درجات مقياس الصابة العقلية.

**٢-١-فرضا البحث:**

١-٣-١- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الصلابة العقلية لطلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

١-٣-٢- توجد فروق دالة احصائيا بين طلاب المرحلة الاولى والثانية على درجات مقياس الصلابة العقلية

**١-٤- مجالات البحث:**

١-٤-١- المجال البشري: طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة تكريت للموسم الدراسي ٢٠١٦-٢٠١٧م.

١-٤-٢- المجال الزمني: الفترة من ٢٠١٦/٣/٣٠م ولغاية ٢٠١٦/٦/١م.

١-٤-٣- المجال المكاني: ملاعب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت.

**٢- الدراسات النظرية والدراسات السابقة:****١-٢- الدراسات النظرية:****٢-١-١- الصلابة العقلية:**

الصلابة العقلية عامل هام وحيوي من عوامل الشخصية في مجال علم النفس وعاملا حاسما في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، وكذلك للمحافظة على السلوكيات الصحية، وقد درس هذا العامل على نحو واسع في أعمال كوبازا حيث اتضح أن الصلابة العقلية لدى كوبازا تتكون من السيطرة والتحكم والالتزام والتحدي، وهي ذكرت كعامل مهم في توضيح لماذا بعض الناس يمكن أن يقاوموا الضغوط ولا يمرضون. وذلك ما جعل الصلابة العقلية مجالا خصبا للبحث المستمر والتنظير والممارسة وقد ظهر من ثمار ذلك بحث أثر الفروق الفردية على ردود أفعال الضغط كمواقف للالتزام والتحكم والتحدي، ومنذ ذلك الحين نشط الحافز على البحث في هذا المجال وركزت الدراسات على ممارسة الأداء في المواقف الصعبة وابتكار مواقف ومهارات جزئية لتحمل المصاعب أثناء الكوارث والأزمات وكذلك مواقف التفاعل الاجتماعي والاسترخاء والتغذية الراجعة، التمارين البدنية وهذه المهارات الجزئية كلها تحسن الأداء النفسي ورغم التعرض للأحداث السلبية الضاغطة بالإضافة إلى نمو مفهوم أفضل للصحة النفسية والبدنية. (١١، ١٠١)

## ٢-٢- الدراسات السابقة:

## ٢-٢-١- دراسة (Fourie &amp; Potgieter, 2001)

## الصلابة العقلية في المجال الرياضي

تهدف الدراسة الى التعرف على مكونات الصلابة العقلية على عينة بلغ قوامها (١٣١) مدرب خبرة ، (١٦٠) رياضي موهوب من (٣١) رياضة وتم عرض قائمة للصلابة العقلية تحتوى على (١٢) محور رئيسى وهم : مستوى الدافعية ، مهارات التحمل ، ثبات الثقة، مهارة الإدراك، الهدف الموجه ، التنافسية ، وحدة الفريق ، المهارات الإستقبالية، الصلابة النفسية، المنظور الدينى، امتلاك المتطلبات البدنية والعقلية والأخلاق ، وكان من أهم النتائج أن المدربين يروا أن التركيز يعتبر من أهم السمات، بينما يرى اللاعبون أن الدافعية هى من أهم السمات المحققة للإنجاز الرقمي، وان المدربين يروا أن الدور الأكبر يقع على المدربين وعلماء النفس الرياضي فى تدعيم وتطوير الصلابة العقلية أكثر من الرياضيين اى إنها سمة مكتسبة يمكن تطويرها من خلال تدريبات الصلابة العقلية.

## ٢-٢-٢- دراسة (Sandy Gordon, 2004)

## تطوير قائمة الصلابة العقلية لموهوبى الكريكت

اجريت الدراسة على عينة بلغ قوامها (٣٠٠) لاعب كريكت دولى من المشاركين فى بطولة العالم للكريكت ، وقامت الباحثة بتصميم قائمة للصلابة العقلية تتكون من (٥٠) عبارة ذات ميزان سباعى ، وقام الباحث بتحديد ارتباط القائمة بمقياس المرونة لكويتو واختبار توجيه الحياه واختبار استراتيجيات الأداء لتوماس وآخرون وقائمة مهارات التحمل الرياضى لسميث وآخرون ومقياس الرغبة الاجتماعية لماركراى وكوستا وكان من أهم النتائج وجود ارتباط دال إحصائيا بين عبارات قائمة الصلابة العقلية (من تصميم الباحثة) والمقاييس النفسية الأخرى وكانت أكثر الارتباطات دلالة بكل من قائمة مهارات التحمل الرياضى واختبار استراتيجيات الأداء

## ٣- إجراءات البحث:

## ٣-١- منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملاءمته طبيعة البحث.

## ٣-٢ مجتمع البحث وعينته:

احتوى مجتمع البحث على طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت والبالغ عددهم (١٣٥) طالب يمثلون (٤) مراحل دراسية، للموسم الدراسي ٢٠١٧-٢٠١٨، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من طلاب كلية التربية البدنية (المرحلة الاولى، المرحلة الثانية، المرحلة الثالثة، المرحلة الرابعة) والبالغ عددهم (١٣٠) طالب، وتم استبعاد (١٠) لاعبين لمشاركتهم بالتجربة الاستطلاعية ليستقر العدد النهائي على (١٢٠) طالب يمثلون عينة البحث، وكما هو موضح في الجدول (١).

جدول (١) عدد افراد مجتمع البحث حسب المراحل الدراسية

العدد	المجموعة	ت
٣٠	المرحلة الأولى	١
٣٠	المرحلة الثانية	٢
٣٠	المرحلة الثالثة	٣
٣٠	المرحلة الرابعة	٤
١٢٠	المجموع	

## ٣-٣- ادوات البحث:

- استخدم الباحثان عددا من الوسائل البحثية للوصول الى المعلومات الخاصة بالدراسة وهي:-
- استمارة الاستبيان.
  - المقابلة الشخصية.
  - استمارة جمع البيانات.
  - استمارة تفريغ البيانات.

## ٣-٣-١- مقياس الصلابة النفسية (مقياس كوبازا):

وهي اداة تعطي تقديرا كميا لصلابة الفرد النفسية والاستبيان مكون من (٤٧) عبارة تركز على جوانب الصلابة النفسية للفرد والاجابة على الاستبيان في ثلاث مستويات (تتطبق دائما - لا تتطبق احيانا - لا تتطبق ابدا) وتتراوح الدرجة كل عبارة من (١-٣) درجة، بمعنى اذا كانت الاجابة (تتطبق دائما = ٣)، (لا تتطبق احيانا = ٢)، (لا تتطبق ابدا = ١)، وبذلك يتراوح مجموع درجات الاستبيان ما بين (٤٧ - ١٤١) درجة حيث يشير ارتفاع الدرجات الى زيادة ادراك الاستجابات، تم وضع بعض العبارات في عكس الاتجاه والتي تقابل (٧، ١١، ١٦، ٢١، ٢٣، ٢٥، ٢٨، ٣٢، ٣٥، ٣٦، ٣٧، ٣٨، ٤٢، ٤٦، ٤٧)، عبارة تصحح بالاتجاه العكسي والتي تشكل نسبة (٣١%) من مجموع عبارات الاستبيان، والصلابة النفسية تقع في ثلاثة ابعاد هي الالتزام والتحكم والتحدي. (١١، ١٣٥) : (٧، ١٢٢)

وقد قام الباحثان بتعديل بعض عبارات المقياس ولأجل التأكد من صلاحية التعديلات التي اجراها الباحثان تم عرض المقياس بعد التعديل على مجموعة من الخبراء\* لإقرار صلاحية التعديلات واتفق الخبراء بنسبة

(١٠٠%) على صلاحية التعديلات علما ان المقياس طبق في دراسات سابقة في العراق في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة، مقياس الصلابة النفسية ملحق (١).

### ٣-٢-٣ - أعداد تعليمات المقياس.

تعد تعليمات المقياس بمثابة الدليل الذي يسترشد به المستجيب لفقرات المقياس لذا روعي أن تكون التعليمات سهلة ومفهومة وكذلك اخفاء الغرض الحقيقي من المقياس ( أي عدم كتابة اسم المقياس ) كذلك تم التأكيد على ضرورة عدم ذكر الاسم لأن الهدف من المقياس هو لأغراض البحث العلمي فقط، إذ أكد (Wylie) أن التغلب على عامل الاستحسان يتم من خلال طمأنة المستجيب بسرية استجاباتهم، وأكدت التعليمات على ضرورة الاجابة بصراحة وعدم ترك أي فقرة بلا اجابة وتضمنت مثلاً عن كيفية الاجابة على فقرات المقياس والملحق (٢) يبين تعليمات المقياس إضافة إلى فقرات المقياس البالغة (٤٧) فقرة والتي كتبت بشكل مجتمع بدون ذكر المجالات تمهيداً لأجراء التجربة الاستطلاعية. (٥، ٤٤)

### ٣-٤-٣ - التجربة الاستطلاعية للمقياس:

قام الباحثان باجراء التجربة الاستطلاعية والهدف منها هو :-

- التأكد من مدى وضوح فقرات المقياس والتعليمات.
- التعرف على الصعوبات التي تواجه عملية التطبيق النهائي من أجل تلافيها.
- التعرف على الوقت اللازم للإجابة على فقرات المقياس من قبل الطلاب.
- معرفة فعالية مقياس الصلابة والصعوبات التي يمكن أن تواجه الطلاب.

وبعد انتهاء الباحثان من وضع التعليمات وصياغة الفقرات اجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية على عينة بلغت (١٠) طلاب من طلاب كلية التربية البدنية بجامعة تكريت، وقد استبعدوا عند تطبيق التجربة الأساسية للمقياس، وقد طلبت الباحثة من الطلاب أن يدونوا ملاحظاتهم تحريراً على الفقرات التي لا يتم فهمها بشكل جيد، وبعد مناقشة التعليمات مع الطلاب تبين انها كانت واضحة ومفهومة لدى الطلاب وان الوقت المستغرق للتطبيق يتراوح بين (١٥ - ٢٠) دقيقة وأن مقياس الصلابة كان مناسباً لمستوى الطلاب وبذلك اصبح المقياس بتعليماته وفقراته الـ (٤٧) جاهزاً للتطبيق من اجل التحليل الإحصائي.

- |                      |  |
|----------------------|--|
| ١- أ.د. احمد سعيد    | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت |
| ٢- أ.د. ياسر منير طه | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت |
| ٣- م.د. عبدالله محمد | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت |
| ٤- م.د. ابتهام حيدر  | كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت |

**٣-٥- صدق المقياس:**

تم حساب صدق المقياس باستخدام الصدق الظاهري حيث قامت الباحثة بعرض المقياس على الخبراء\* من ذوي الاختصاص، وذلك لبدء ملاحظاتهم حول ملائمة عبارات المقياس لبيئة ومجتمع البحث، وبعد الاطلاع على اراء الخبراء تبين ان نسبة الاتفاق كانت (١٠٠%). (٩، ٢٥٥)

ومن اجل التحقق من صدق المقياس قام الباحثان باستخدام حساب الصدق باسلوب (الفا كرونباخ) وكانت قيمة معامل الصدق (٨٠%).

**٣-٦- ثبات المقياس:**

يعد حساب الثبات من خصائص المقياس الجيد لانه يؤشر اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه المقياس بدرجة مقبولة من الدقة. (١، ٢٣٥)

ويشير ثبات الاختبار الى دقة المقياس وعدم تناقضه مع نفسه واتساقه فيما يزودنا به من معلومات عن الفرد، ويستخرج الثبات بطرق متعددة منها تطبيق الاختبار واعادة التطبيق والتجزئة النصفية وطريقة الصور المتكافئة، ومعادلة الفاكرونباخ وكبودر وريتشارسون ومعادلة هويت لتحليل التباين وللتحقق من ثبات المقياس استخدم الباحث طريقة الفا كرونباخ. (٣، ٦٥٤)

**٣-٦-١- معامل الفاكرونباخ :**

لقد استخدم الباحثان هذه الطريقة لكونها تستخدم في أي نوع من أنواع الاسئلة الموضوعية والمقالية، وتعد طريقة الفاكرونباخ من أكثر مقاييس الثبات استخداماً لكونها تعتمد على اتساق اداء الافراد من فقرة الى اخرى، ومدى قيام الفقرات الواردة في المقياس بقياس الشيء نفسه، واذا كانت جميع الفقرات تقيس فعلاً السمة نفسها، فيجب أن تترايط مع بعضها، وهذا النوع من الثبات يسمى التجانس الداخلي والذي يشير الى قوة الارتباطات بين الفقرات في الاختبار، ولحساب الثبات بمعامل (الفا كرونباخ)، لمقياس الصلابة العقلية اعتمدت الباحثة على عينة التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (١٠) طلاب، إذ تم استخدام الحقيقية

- ١- أ.د. احمد سعيد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
- ٢- أ.د.مثنى احمد خلف كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
- ٣- م.د.عبدالله محمد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
- ٤- م.د.ابتهام حيدر كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت

الإحصائية (SPSS)، وعند احتساب قيمة معامل الثبات اتضح أنها تبلغ (٨١%) وهو معامل ثبات عال يمكن الاعتماد عليه. (٤، ٧٩)

٢-٦-٢ - التجربة الرئيسية للمقياس:

لغرض التحليل الإحصائي للمقياس تم إجراء التجربة الأساسية على عينة البحث والبالغ (١٢٠) طالباً.

٣-٦-٣ - تطبيق المقياس:

بدأ الباحثان بتطبيق المقياس على عينة البحث والبالغ (١٢٠) طالباً في ١٧/٤/٢٠١٦ وانتهى في ٢٠/٤/٢٠١٦، وبعد الانتهاء من التطبيق فحصت الاستمارات وكانت كلها مكتملة الإجابة.

٣-٧-٣ - طريقة تصحيح المقياس:

ويقصد به وضع درجة لاستجابة المختبر على كل فقرة من فقرات المقياس ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة، وقد تم تصحيح الاستمارات على أساس (٤٧) فقرة بعد أن أعطيت الدرجات للاستجابة على الفقرات الإيجابية والسلبية للصلابة العقلية في ضوء الاختبارات لطلاب كلية التربية البدنية لإحدى البدائل وكما هو مبين في الجدول (٢).

جدول (٢)

يبين مقياس الصلابة العقلية مع درجات الفقرات الإيجابية والسلبية

البدائل	الفقرات الإيجابية	الفقرات السلبية
تتطبق دائماً	٣	١
تتطبق أحياناً	٢	٢
لا تتطبق أبداً	١	٣

ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس، تجمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب في إجابته على فقرات المقياس (٤٧) لذا فإن أعلى درجة يمكن الحصول عليها هي (١٤١) درجة وادنى درجة هي (٤٧).

٣-٨-٣ - الوسائل الإحصائية:

تم معالجة البيانات الإحصائية بواسطة استخدام البرنامج (SPSS) واستخراج ما يلي:-

- ١- النسبة المئوية.
- ٢- الوسط الحسابي.
- ٣- الانحراف المعياري.
- ٥- معادلة الارتباط البسيط لبيرسون.
- ٦- معادلة الفاكرونباخ.
- ٧- تحليل التباين.

## عرض النتائج ومناقشتها:

## ٤-١ عرض النتائج:

تم عرض النتائج ومناقشتها في ضوء البيانات الإحصائية التي تم الحصول عليها من عينة البحث، وبغية التحقق من صحة الفروض التي وضعها الباحثان فقد استخدم البرنامج الإحصائي (spss) وذلك لتحقيق أهداف البحث.

٤-١-١ عرض نتائج مقياس الصلابة العقلية على طلاب كلية التربية البدنية.

## جدول (٣)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الصلابة العقلية

المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغيرات
٧٠,٥	٧,٩١٦	٨٢,٥٣٣	المرحلة الاولى
	٨,٤٤٨	٨٧,٠٦٦	المرحلة الثانية
	٨,٧٧٨	٧٩,٢٠٠	المرحلة الثالثة
	٦,٢٢٨	٨٢,٦٣٣	المرحلة الرابعة

يتضح من الجدول (٣) ان المتوسطات الحسابية لدرجات الطلاب على مقياس الصلابة العقلية لطلاب المرحلة الاولى كان (٨٢,٥٣٣)، والانحراف المعياري كان (٧,٩١٦)، وطلاب المرحلة الثانية المتوسط الحسابي كان (٨٧,٠٦٦)، والانحراف المعياري كان (٨,٤٤٨)، وطلاب المرحلة الثالثة المتوسط الحسابي كان (٧٩,٢٠٠) والانحراف المعياري (٨,٧٧٨)، اما طلاب المرحلة الرابعة فكان المتوسط الحسابي (٨٢,٦٣٣) والانحراف المعياري (٦,٢٢٨) والمتوسط الفرضي كان (٧٠,٥) وعند مقارنة المتوسطات الحسابية لطلاب (المرحلة الاولى، الثانية، والثالثة، والرابعة)، الذي كان على التوالي (٨٢,٥٣٣)، (٨٧,٠٦٦)، (٧٩,٢٠٠)، (٨٢,٦٣٣)، يتبين انه اقل من الوسط الحسابي وهذا يدل ان طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجميع مراحلها الاربعه لديهم صلابة عقلية متوسطة، كما اشار (خالد العبدلي، ٢٠١٢) اذا كانت درجات مقياس الصلابة العقلية بين (٧٩ - ١٠٩) فان هذا يعني ان مستوى الصلابة لدى عينة البحث متوسطة، مع افضلية واضحة بالنسبة لطلاب المرحلة الثانية. (٩٧) : (٦٧، ٦)

وتؤكد (Kobasa) ان من يمتلك مستوى جيد من الصلابة، فهذا يدل على ان لديه مستوى عال من الالتزام، وهذا ينعكس على اتقانه للعمل واهميته سواء له او للآخرين، واعتقاده بضرورة الاندماج في محيط العمل وبكفاءته في انجاز عمله وضرورة تحمله مسؤوليات العمل والالتزام بنظمه. (١١) (٥٠٢)



## ٤-١-٢ عرض نتائج الفروق بين طلاب المراحل الاربعة على مقياس الصلابة العقلية.

## جدول (٤)

يبين تحليل التباين بين مراحل البحث على مقياس الصلابة العقلية

المتغيرات	وحدة القياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة* ف المحسوبة	دلالة الفروق
المرحلة الاولى المرحلة الثانية	درجة	بين المجموعات	٣٠٨,٢٦٧	٣	١٠٢,٧٥٥	٤,٧٦٤	معنوي
		داخل المجموعات	٣٧٥٣,٨٤٣	١١٦	٣٢,٣٦٠		
المرحلة الاولى المرحلة الثالثة	درجة	بين المجموعات	١٦٦,٦٦٧	٣	٥٥,٥٥٥	٢,٤٦٧	معنوي
		داخل المجموعات	٣٩١٨,٢٦٧	١١٦	٣٣,٧٧٨		
المرحلة الاولى المرحلة الرابعة	درجة	بين المجموعات	٠,١٥٠	٣	٠,٠٥	٠,٠٠٣	معنوي
		داخل المجموعات	٢٨٠٨,٤٣٣	١١٦	٢٤,٢١٠		
المرحلة الثانية المرحلة الثالثة	درجة	بين المجموعات	٩٢٨,٢٦٧	٣	٣٠٩,٤٢٢	١٢,٥٠٧	غير معنوي
		داخل المجموعات	٤٣٠٤,٦٦٧	١١٦	٣٧,١٠٩		
المرحلة الثانية المرحلة الرابعة	درجة	بين المجموعات	٢٩٤,٨١٧	٣	٩٨,٢٧٢	٥,٣٥٢	معنوي
		داخل المجموعات	٣١٩٤,٨٣٣	١١٦	٢٧,٥٤١		
المرحلة الثالثة المرحلة الرابعة	درجة	بين المجموعات	١٧٦,٨١٧	٣	٥٧,٢٧٢	٣,٠٥٢	معنوي
		داخل المجموعات	٣٣٥٩,٧٦٧	١١٦	٢٨,٩٦٣		

معنوي عند مستوى دلالة (٠,٠٠٥) وامام درجة حرية (٣-١١٦) قيمة ف الجدولية (٢,٧٦٠)

يتضح من الجدول (٤) انه توجد فروق دالة احصائيا عند مستوى (٠,٠٠٥) بين طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت للمراحل الدراسية الاربعة، على درجات مقياس الصلابة العقلية ولصالح المرحلة الثانية، ويعزو الباحثان نتيجة هذه الفروق بين درجات الطلاب على مقياس الصلابة العقلية ان طلاب المرحلة الثانية يتمتعون بدرجة لا باس بها على مقياس الصلابة العقلية وهي اعلى من درجات طلاب المرحلة الاولى والثالثة والرابعة، حيث يشير (خالد العبدلي، ٢٠١٢) الى ان ارتفاع درجات مقياس الصلابة يؤكد على ان الطلاب لديهم زيادة في التحدي واساليب مواجهة الضغوط وتحمل المسؤولية والتركيز على الحلول والمواجهة وتأكيد الذات وهذا يدل على انهم طلاب لديهم احساس بالتحدي ولديهم خبرة في الحياة اكثر. (٢، ١٠٢)

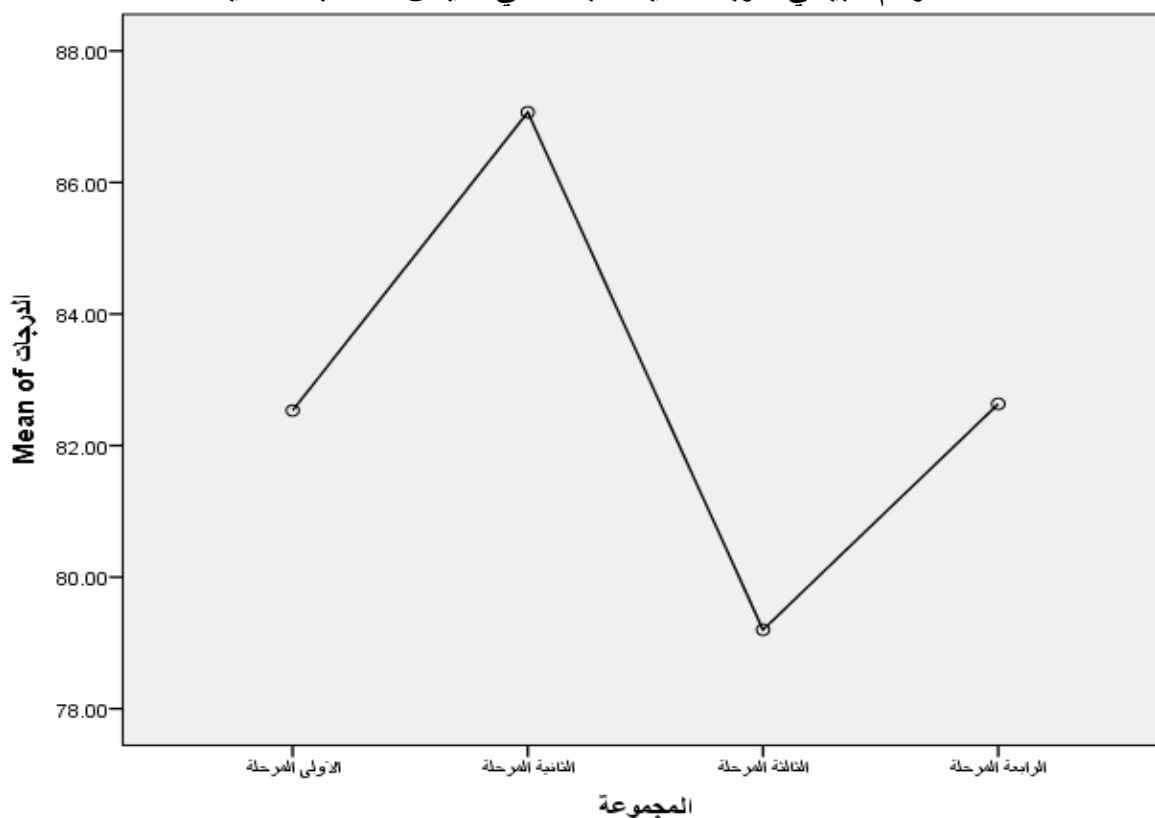
وتؤكد (Kobasa) الى أن الصلابة العقلية هي مجموعة من الخصائص النفسية تشمل متغيرات الإلتزام ووضوح الهدف والتحكم والتحدى، وهذه الخصائص من شأنها المحافظة على الصحة النفسية والجسمية والآداء النفسى بالرغم من التعرض للأحداث الضاغطة، وقد اتضح أيضا ومن ثمار البحث في

مجال الصلابة النفسية التي من شأنها المحافظة على الأداء النفسي، أن هناك عدد من العوامل التي تعمل كمصدر أو واق يخفف من أثر الضغوط ومن هذه العوامل قوة البنية الجسمية المتمثل في نظام المناعة الجيد، تاريخ العائلة الصحي الخالي من الأمراض الوراثية، الدعم الاجتماعي، وتوفير الأدوات الحديثة والنواحي المعرفية والانفعالية، الاتجاهات والقيم الدينية، التمكن من السيطرة على الحدث، العلاقات الشخصية بالإضافة إلى قوة الشخصية وقوة الأنا وتقدير الذات، والكفاءة الذاتية، التفاؤل، والمستوى الاقتصادي المرتفع وكل هذه العوامل تعمل كلها أو بعضها حسب إمكانيات الشخص على تحمل ومواجهة الضغوط اليومية أو المهنية أو العائلية أو الرياضية. (١١، ١١٣)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من (Fourie & Potgieter, 2001) ودراسة (Sandy Gordon, 2004) التي أكدت أيضاً أن التحدي والالتزام من أهم السمات المحققة للإنجاز والشكل (١) يوضح الفروق بين المراحل الأربعة. (١٠، ١٤) : (١٤، ٢٥)

### شكل (١)

الرسم البياني لدرجات عينة البحث في مقياس الصلابة العقلية



## ٤- الخاتمة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها فقد استنتج الباحثان ان لدى طلاب التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة تكريت درجة متوسطة من الصلابة العقلية، وايضا توجد هناك فروق بين طلاب المراحل الاربعة في درجات مقياس الصلابة العقلية ولصالح المرحلة الثانية. وقد اوصى الباحثان على التأكيد على استخدام مقياس الصلابة العقلية للتعرف على الصلابة العقلية لدى فئات المجتمع الاخرى، والقيام بدراسات على مقياس الصلابة العقلية على مستويات وعينات مختلفة.

**المصادر العربية والاجنبية:**

- ١- احمد سليمان عودة، (١٩٩٣): القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط١، اريد، دار الامل، عمان، الاردن.
- ٢- خالد العبدلي، (٢٠١٢): الصلابة النفسية وعلاقتها باساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية للمتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة ام القرى، السعودية.
- ٣- رمزية الغريب، (١٩٨٥): التقويم والقياس النفسي والتربوي، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- ٤- روبرث ثورنديك، واليزابيث هيجن، (١٩٨٩): القياس والتقويم في علم النفس والتربية، (ترجمة) عبد الله الكيلاني، عبد الرحمن عدس، ط٤، مركز الكتب الاردني، الاردن.
- ٥- صلاح الدين محمود علام، (١٩٨٦): تطورات معاصرة في القياس النفسي والتربوي، جامعة الكويت، الكويت.
- ٦- عباس مدحت، (٢٠١٠): الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية والسلوك العدوانى لدى معلمي المرحلة الإعدادية، مجلة كلية التربية، جامعة ام القرى، مجلد ٢٦، العدد ١، السعودية.
- ٧- عماد مخيمر، (١٩٩٦): ادراك القبول- الرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة، مجلة دراسات النفسية، مجلد ٦، العدد ٢، القاهرة.
- ٨- عماد مخيمر، (١٩٩٧): الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط واعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، مجلد ٧، العدد ١٧، القاهرة.
- ٩- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان، (٢٠٠٠): القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، ط٣، القاهرة، دار الفكر العربي، القاهرة.

- 10- Fourie . S. Portgieter J.R.(2001): the nature of mental toughness in sport south africav journal for ressearch in sport physical educaation and recreation vol. 23. No.2.
- 11- Kobasa. S.C. (1979): Stressful life events, Journal, personality and Social Psychology, 37-111.
- 12- Kobasa. S.C. Maddi.S.R. Pacceatti. M.C & Zola,M.A, (1985): Effect tiveness of Hardiness, Exercise and, Social Support AS Resources Against Illness, Journal, of Psychosomatic Research, No.29, 525-533.
- 13- Maddi. S.R. (2004). Hardiness, An operatinalization of Existential Courage, Journal of Humanistic Psychology, 44,3, 279-298.
- 14- Sandy. G. Gordon. (2004) : Mood and Performance relationship among players at the world student games basketball competition, journal of sports behavior, 24, 2.