

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى بكرة القدم



Al-Hamdaniya Journal of Sports Sciences

<https://journal.uohamdaniva.edu.iq/index.php/hjss>



الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى بكرة القدم

افتخار مطر باقر

جامعة الحمدانية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

المعلومات الارشفة	الملخص
تاريخ الاستلام: ٢٠٢٦/٠٣/٠٤	يهدف البحث إلى التعرف على الآتي:
تاريخ القبول: ٢٠٢٦/٠٣/٢٢	• التعرف على الصلابة النفسية والسلوك الجازم لدى لاعبي نادي نينوى بكرة القدم.
تاريخ النشر الالكتروني: ٢٠٢٦/٠٣/٣١	• التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والسلوك الجازم بين لاعبي نادي نينوى بكرة القدم.
الكلمات المفتاحية:	واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية والعلاقات الارتباطية، وتحدد مجتمع البحث بلاعبين نادي نينوى بكرة القدم والبالغ عدده (23) لاعب ثم اختير منهم عينة عددها (15) لاعب بالطريقة العشوائية، ثم بعد ذلك قام الباحث باختيار وتطبيق مقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم على عينة البحث، وتم استخراج النتائج واستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للوصول إلى النتائج بعدها تم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وقد توصلت الباحثة إلى أهم الاستنتاجات الآتية:
الصلابة النفسية	• تتمتع لاعبي نادي نينوى بكرة القدم بمستوى عالٍ من الصلابة النفسية والسلوك الجازم.
السلوك الجازم	• هنالك علاقة ارتباط بين الصلابة النفسية والسلوك الجازم.
المراسلة:	• كلما زادت الصلابة النفسية والسلوك الجازم للاعبين كلما كانت النتائج أفضل.
الاسم: افتخار مطر باقر	وبناءً على ما توصلت إليه الباحثة من نتائج فإن الباحثة يوصي بأهم التوصيات:
eftekhar@uohamdaniva.edu.iq	• الاستفادة من مقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم الذي قام الباحث باستعمالهما وتطبيقهما للكشف عن الصلابة النفسية والسلوك الجازم عند اللاعبين.
	• استخدام متغيرات نفسية أخرى لمعرفة الحالات النفسية للاعبين لكي يتم الأخذ بنظر الاعتبار كيفية إعطاء التوجيهات والإرشادات لهم.
	• استحداث برامج تدريبية خاصة للإرشاد التربوي، والنفسي في الأندية الرياضية لتنمية الصلابة النفسية والسلوك الجازم.



Psychological resilience and its relationship to the assertive behavior of
Nineveh football club players

Iftikhar Matar Baqir

eftekharmutar@uohamdaniva.edu.iq

University of Al-Hamdaniya / College of Physical Education and Sports Sciences

Article information

Article history:

Received:04/03/2026

Accepted:22/03/2026

Published

online:31/03/2026

Keywords:

Psychological resilience

Assertive behavior

Correspondence:

Iftikhar Matar Baqir

eftekharmutar@uohamdaniva.edu.iq

Abstract

This research aims to identify the following:

- Psychological resilience and assertive behavior among the players of Nineveh Football Club.
- The relationship between psychological resilience and assertive behavior among the players of Nineveh Football Club.

The researcher used a descriptive approach with a survey methodology and correlational analysis. The research population consisted of (23) players from the Nineveh Football Club, from whom a sample of (15) players was randomly selected. The researcher then selected and administered two scales for psychological resilience and assertive behavior to the research sample. The results were extracted and appropriate statistical analyses were used to arrive at the findings. The results were then presented, analyzed, and discussed. The researcher reached the following key conclusions:

- The players of Nineveh Football Club possess a high level of psychological resilience and assertive behavior.
- There is a correlation between psychological resilience and assertive behavior.
- The higher the level of psychological resilience and assertive behavior among the players, the better the results. Based on the researcher's findings, the following recommendations are made:
- Utilize the psychological resilience and assertiveness scales that the researcher used and applied to assess psychological resilience and assertiveness among players.
- Employ other psychological variables to understand the players' psychological states in order to tailor guidance and instruction accordingly.
- Develop specialized training programs for educational and psychological guidance within sports clubs to foster psychological resilience and assertiveness.

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى لكرة القدم

١- التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

يسهم علم النفس الرياضي بمعطياته في تشكيل القاعدة الرئيسية لعملية التدريب, فانه من الصعب بدونه تحقيق الانجاز العالي, فالأداء الجيد ليس لوحده كفيلا في تحقيق الفوز وإنما هناك عوامل اخرى تتحكم في الحصول على الانجاز العالي في المباراة ومنها الجمهور والظروف المحيطة ومستوى المنافسة اضافة الى الدافعية والحافز لتحقيق الفوز, وهذه جميعها امور تسمى العوامل النفسية, اذ أن العوامل النفسية جديرة بان تقلب موازين المباراة وتساعد في التغلب الفريق على الفريق المنافس, اما الجوانب الاخرى البدنية والمهارية والخطية فإنه ممكن السيطرة عليها وبالتالي تطورها عند اللاعبين وذلك عن طريق التدريب الجيد المبني على الأسس العلمية الحديثة, لذلك يعد علم النفس الرياضي من العلوم المهمة الذي يؤدي الى تحقيق التفوق في مجال الرياضي, ذلك لأن الاستثمار الجيد لقدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخطية والنفسية يعتمد على توظيف ما يتطلبه هذا العلم من مبادئ ونظريات.

وتعد الصلابة النفسية احدى العوامل النفسية المهمة التي تلعب دورا مهما في تحقيق الفوز والتفوق في المجال الرياضي من حيث الاستعداد النفسي والبدني والمهاري والخطي, بوصفها عاملا حيويا ومهما من عوامل الشخصية لدى اللاعبين والتي لها دور حاسم في تحسين الاداء النفسي والبدني ومواجهة الضغوط النفسية المختلفة التي يتعرض لها لاعب كرة القدم في التدريب والمنافسة والحياة العامة وان اللاعبين الاكثر صلابة هم الاكثر صمودا ومقاومة وانجازا, حيث ان الصلابة النفسية تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من واقع الاحداث الضاغطة على الصحة الجسمية والنفسية للاعب, وفي كرة القدم يتعرض اللاعب للضغوط النفسية الداخلية والخارجية بنسبة كبيرة جدا, فضغوط المنافسة والتدريب والخصم والبيئة المحيطة ومتغيرات المباريات المتعددة كلها امور تعد من معوقات تحقيق الانجاز والتفوق.

ان اهمية هذا البحث تتجلى في كون يحاول التعرف على الصلابة النفسية والسلوك الجازم للاعبين كرة القدم والعلاقة فيما بينهما باعتبارها من اهم الجوانب التي يؤدي تكاملها عند اللاعب لتحقيق الانتصارات, فضلا عن ان دراسة هذه المقارنة في لعبة كرة القدم يعطي تصورا واضحا للجوانب النفسية وسلوك اللاعبين, لان لعبة كرة القدم الاكثر قوة من حيث شعبيتها ومن حيث تأثيرها وما تعطيه من متعة وتشويق لمتابعيها.

١-٢ مشكلة البحث:

يعد اعداد الرياضي نفسيا احد المهام الرئيسية التي تتضمنها العملية التدريبية بالإضافة الى اعداد البدني والمهاري والحركي ومن خلال متابعة الباحثة ومشاهدته لبطولات كرة القدم المحلية واطلاعه على العديد من المصادر التي تناولت موضوع الصلابة النفسية والسلوك الجازم لاحظ انها يؤثران على مهارات اللاعبين وعلى نتائج المباريات سلبا وايجابا, اذ ان الضغوط النفسية المتمثلة بالتفكير بالمباريات وبالفوز والخسارة وبتبعات هذه الامور هي التي تحدد مستوى الصلابة النفسية والسلوك الجازم للاعبين وفيما اذا كانوا قادرين على مواجهتها ام لا.

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبى نادي نينوى بكرة القدم

وان مشكلة البحث تتركز حول الاجابة عن السؤالين الآتيين:

• ما هو واقع الصلابة النفسية والسلوك الجازم بين لاعبي كرة القدم؟

• هل هناك علاقة في الصلابة النفسية والسلوك الجازم في كرة القدم؟

١-٣ اهداف البحث:

• التعرف على الصلابة النفسية والسلوك الجازم لدى لاعبي نادي نينوى بكرة القدم.

• التعرف على العلاقة بين الصلابة النفسية والسلوك الجازم بين لاعبي نادي نينوى بكرة القدم.

١-٤ فرض البحث:

• توجد علاقة ارتباط بين الصلابة النفسية والسلوك الجازم بين لاعبي نادي نينوى بكرة القدم حسب مراكز اللعب

١-١ مجالات البحث:

١-٥-١ المجال البشري :- لاعبو نادي نينوى بكرة القدم للموسم 2024 .

١-٥-٢ المجال الزمني :- من ١/١٢/٢٠٢٤ الى ٣٠/٥/٢٠٢٥

١-٥-٣ المجال المكاني :- ملعب نادي نينوى الرياضي بكرة القدم.

١-٦ المصطلحات المستخدمة في البحث:

١-٦-١ الصلابة النفسية :

قدرة الفرد على التعامل بفاعلية مع الضغوط النفسية والقدرة على التكيف مع التحديات والصعوبات اليومية والتعامل مع الاحباط والاطفاء والصدمات النفسية والمشاكل اليومية لتطوير اهداف محددة واقعية لحل المشاكل بسلاسة مع الآخرين ومعاملة الآخرين باحترام.

١-٦-٢ السلوك الجازم :

يكون اتجاه العدوان نحو هدف محدد ولتحقيقه عن طريق الاداء وبكفاءة وفعالية عالية ضمن إطار القواعد والقوانين الخاصة بالألعاب الرياضية مع عدم توفر النية لتحقيق السلوك العدواني.

١-٦-٣ منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

١-٦-٣ منهج البحث :

إن طبيعة المشكلة المراد دراستها هي التي تحدد طبيعة المنهج، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية.

١-٦-٣ مجتمع البحث :

تحدد مجتمع البحث بلاعبى نادي نينوى بكرة القدم والبالغ عددهم (23) لاعب، وتم اختيار عينة منهم بلغ عددها (15) لاعب بصورة عشوائية القرعة وأيضاً (8) لاعبين للتجربة الاستطلاعية، والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث و عينة الدراسة

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى بكرة القدم

عدد أفراد التجربة الاستطلاعية	النسبة المئوية	عدد أفراد التجربة الرئيسية	النسبة المئوية
8	34.78%	15	65.21%

٣-٣ الأجهزة الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث

١-٣-٣ الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:

• ساعة توقيت عدد(1) .

• حاسبة محمولة نوع (Dell) عدد(1) .

• أدوات مكتبية (أوراق – أقلام)

٢-٣-٣ وسائل جمع المعلومات :

• المصادر العربية والأجنبية.

• الاختبارات والمقاييس.

• الملاحظة.

٤-٣ إجراءات البحث الميدانية :

١-٤-٣ إجراءات اختيار مقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم :

استعملت الباحثة مقياس الصلابة النفسية الذي قام بإعداده محسن محمد حسن (٢٠١٤) ، والذي يتكون من (26)فقرة ينظر ملحق (2) ، وكانت الإجابة على الفقرات بثلاث بدائل هي(دائماً , أحياناً , أبداً) وأوزان الاجابة-(3) (1-2)للفقرات الايجابية و (1-2-3) للفقرات السلبية ، إذ كانت أعلى درجة على المقياس هي (78)أما اقل درجة فهي (26) درجة .

اما مقياس السلوك الجازم تم اختيار المقياس الذي قام بإعداده محمد حسن علاوي (1998) وقد احتوى المقياس على (20) فقرة ينظر ملحق (3) ، ابعاد الإجابة هي (أوافق بشدة , أوافق , لا اوافق , لا اوافق بشدة) اوزان الاجابة (1-2-3-4) للفقرات الايجابية و (1-2-3-4) للفقرات السلبية ، إذ كانت أعلى درجة على المقياس هي (80) أما اقل درجة فهي (20) درجة .

ومن أجل تطبيق المقياس قامت الباحثة بعرض المقياسان على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (ينظر ملحق1) في مجال علم النفس الرياضي والاختبار والقياس في المجال الرياضي، لغرض تقويمها والحكم عليهما من حيث صلاحيتهما في ما وضع لاجلهما وبعد إطلاع السادة الخبراء والمختصين على فقرات المقياس والاختبار أبدوا ملاحظاتهم بعدها قامت الباحثة باستخراج قيمة (كا²) المحسوبة لاتفاق الخبراء والمختصين وقبول ترشيح الفقرات الذي تكون قيمة (كا²) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (3.84) وكما مبين في الجداول (٢)

الجدول(2)

يبين عدد الموافقين وقيم(كا²) المحسوبة والدلالة المعنوية لفقرات مقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى بكرة القدم

المقياس	عدد الموافقين	عدد الخبراء	عدد الخبراء غير الموافقين	قيمة (ك) المحسوبة	الدلالة
الصلابة النفسية (جميع الفقرات)	5	5	صفر	5	معنوي
السلوك الجازم (جميع الفقرات)	5	5	صفر	5	معنوي

وبعد أن تمت الموافقة على صلاحية الفقرات والاختبار من قبل السادة الخبراء، قامت الباحثة بوضع تعليمات للإجابة عن فقرات المقياسان ينظر ملحق (٤) حيث إن الإجابة الصحيحة هي بوضع تعليمات تسهل على المجيب الجواب الصحيح حيث تم التأكيد على البساطة بالكلمات ووضوح المعاني والتأكيد على الدقة و الصدق بالإجابة وإخفاء الغرض الحقيقي من المقياس وأعلام المفحوصين بأن إجاباتهم سوف تكون سرية ولغرض البحث العلمي فقط.

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية لمقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم:

بعد وضع التعليمات الخاصة بالمقياسين قام الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاحد المصادف ٢٠٢٥/١/٨ للكشف عما يأتي:

- للتأكد من وضوح التعليمات وفقرات المقياسان للاعبين.
 - التعرف على الوقت المستغرق لإجابة على المقياسان.
 - التعرف على ظروف تطبيق المقياسان وما يرافقه من صعوبات.
 - التأكد من وضوح المقياسان للعينة.
 - تكون للباحثين تدريباً عملياً للوقوف بنفسه على السلبيات والايجابيات التي تقابله في أثناء إجراء الاختبار الرئيسي.
 - استخراج معامل ثبات .
- وتم تطبيق التجربة الاستطلاعية على (8) لاعبين من نادي نينوى بكرة القدم وقد كشفت التجربة عن الأتي:
- أن التعليمات كانت واضحة من قبل أفراد العينة.
 - الفقرات كانت واضحة وغير غامضة.
 - المقياسان كانا مناسبين للعينة.
 - أن الوقت المستغرق للتطبيق كان ما بين (15-12) دقيقة.
 - بدائل الإجابة كانت مناسبة لمستوى أفراد العينة.
 - تم استخراج معامل الثبات.

وبذلك أصبح المقياسان جاهزاً للتطبيق والمكون ينظر ملحق(٤)

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبي نادي نينوى بكرة القدم

٣-٤-٣ التجربة الرئيسية مقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم:

أجرت الباحثة تطبيق مقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم على أفراد العينة البالغ عددهم (15) لاعباً يمثلون لاعبين نادي نينوى بكرة القدم بتاريخ ٢٠٢٥/٢/١١، وإن الغرض الأساسي من التجربة الأساسية هو تطبيق فقرات المقياسين على عينة البحث.

٣-٤-٤ الأسس العلمية لمقياسي الصلابة النفسية والسلوك الجازم:

إن الصدق والثبات يعدان من أهم الخصائص السيكومترية التي يجب توفرها في المقياس النفسي ومهما كان الغرض من استخدامه وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص من أجل ضمان جودة وصلاحيته المقياس المستخدم بالقياس والتقويم.

أ- صدق المقياسين:

يعد الصدق من الخصائص الأساسية للمقاييس النفسية حيث يشير إلى قدرتها ما وصفت من أجل قياسه فالصدق يتعلق بالهدف الذي يبني المقياس على اساسه .

وقد تحققت الباحثة من صدق المقياسين من خلال مؤثر صدق المحتوى أو المضمون والذي غالباً ما يتم عن طريق الحكم المنطقي على وجود السمة أو الصفة أو القدرة المعنية للتحقق عما إذا كانت وسيلة القياس المقترحة تقيسها فعلاً أم لا عندها عرض على مجموعة من الخبراء والمختصين ينظر ملحق (1) لإقرار صلاحية المقياس.

ب- ثبات المقياسين :

تم إيجاد معامل ثبات الاختبار عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار للاختبار للمقياس والاختبار على العينة الاستطلاعية ، إذ تم الاختبار يوم الاحد المصادف 2025/1/8 وتم إعادة الاختبار بتاريخ 2025/1/22 وبعد تفرغ البيانات استخرجت قيمة (ر) ومنها توصل الباحثة إلى أن مقياس الصلابة النفسية يتمتع بدرجة ثبات عالية ، إذا بلغت قيمة (ر)، (0.87) أما مقياس السلوك الجازم فانه يتمتع بدرجة ثبات عالية أيضا ، إذا بلغت قيمة (ر) ، (0.89) .

٣-٥ الوسائل الإحصائية:

قام الباحثة باستخدام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية لاستخراج الوسائل الآتية:

١- الوسط الحسابي.

٢- الانحراف المعياري.

٣- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .

٤ عرض وتحليل ومناقشة النتائج :

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل النتائج التي تم التوصل إليها الباحثة من خلال تحليل استجابات

أفراد العينة على أداة البحث وبحسب الأهداف الواردة فيه وكما يلي :

٤-١ التعرف على الصلابة النفسية والسلوك الجازم والعلاقة بينهما:

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (1) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبى نادي نينوى بكرة القدم

فيما يتعلق بالهدف الأول للبحث والمتمثل بالتعرف على الصلابة النفسية والسلوك الجازم ومعرفة العلاقة بينهما لدى لاعبي نادي نينوى بكرة القدم تم حساب الدرجة الكلية لكل لاعب , ولأجل معرفة طبيعة واقع الصلابة النفسية للعينة كلها ، تم حساب الوسط الحسابي للعينة وظهر انه يساوي (52.35) وبانحراف معياري (3.51) وهي جميعها أعلى من الوسط النظري للمقياس والبالغ (٥٢) درجة , وكما مبين في الجدول (3). ولأجل معرفة طبيعة واقع السلوك الجازم للعينة كلها ، تم حساب الوسط الحسابي للعينة وظهر انه يساوي (56.90) وبانحراف معياري (5.40) وهي جميعها أعلى من الوسط النظري للمقياس والبالغ (50) درجة.

الجدول (3)

نتائج العينة في مقياس التردد النفسي للصلابة النفسية والسلوك الجازم

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر المحسوبة	قيمة ر الجدولية	الدلالة
الصلابة النفسية	52.35	3.51	0.87		معنوي
السلوك الجازم	56.90	5.40			

يظهر من الجدول (3) أن قيمة (ر) المحسوبة أعلى من قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (14)، وهذا يعني أن اللاعبين يتمتعون بصلابة نفسية وسلوك جازم ويمكن تفسير ذلك باعتبار المتغيرات النفسية وما لها من أهمية وتأثير في فعال في الحياة العامة والذي ينعكس بالتالي على نتائج اللاعب وسلوكه أو أدائه ، إذ يحتاج اللاعب إلى الصلابة النفسية سلوك جازم جيد ، لان الصلابة النفسية تعني التحكم بالانفعالات الداخلية والخارجية التي يتعرضون إليها في تعلم المهارات والمواقف المتنوعة وخاصة في المنافسات القوية ، لذا فان اللاعب اذا توفرت له مجموعة من المتغيرات النفسية ومنها الصلابة النفسية والسلوك الجازم، لانهما "من العوامل المهمة والأساسية من عوامل الشخصية في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية والبدنية، وكذلك المحافظة على السلوكيات الصحية"، فضلا عن أنهما يعملان كحاجز يحول بين اللاعب والإصابة الجسمية المرتبطة بالمنافسة واللاعب ذو الشخصية الصلبة يتعامل بصورة جادة وفعالة مع الضغوط التي يواجهها في المنافسة ، كما يميل للتقاؤل والتعامل المباشر مع مصادر الضغط، لذلك فإنه يستطيع تحويل المواقف الضاغطة إلى مواقف أقل تهديداً، وعليه فإنه يكون أقل عرضة للآثار السلبية المرتبطة بضغط الدروس او الحياة العامة.

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها البحث يمكن صياغة الاستنتاجات الآتية :

- أن اغلب لاعبي نادي نينوى بكرة القدم هم من يتمتعون بالصلابة النفسية وسلوك جازم جيد.
- هنالك علاقة طردية بين الصلابة النفسية والسلوك الجازم.
- كلما زادت الصلابة النفسية والسلوك الجازم كلما كانت النتائج أفضل.

٢-٥ التوصيات :

بناءً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج فان الباحثة يوصي بما يأتي:

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (١) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبي نادي نينوى لكرة القدم

- استخدام المدربين لمقاييس الصلابة النفسية والسلوك الجازم لمعرفة توجهات اللاعبين وما هو مستوى المتغيرات النفسية لديهم لكي يتم الأخذ بنظر الاعتبار كيفية إعطاء التوجيهات والإرشادات للاعبين.
- كما تقترح الباحثة:

- أ – إجراء دراسة مماثلة على فئة الطلاب.
- ب – إجراء دراسة تتناول العلاقة بين الصلابة النفسية والسلوك الجازم وبعض المتغيرات النفسية الأخرى.
- ج . إجراء دراسة مقارنة بين المتغيرات لعدد من الألعاب الرياضية الفردية والفرقية.
- د- إجراء مقارنة بين اللاعبين واللاعبات في جميع الألعاب .

المصادر والمراجع

- ١- اسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، ط١، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٥ .
- ٢- اسامة كامل راتب : الاعداد النفسية لتدريب الناشئين ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٧ .
- ٣- أسعد نمر : في سيكولوجيا العدوان، بيروت، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، ١٩٩٤ .
- ٤- أشرف حكيم فارس. أثر الضوضاء على استثارة القلق والعدوان لدى طلبة الجامعة- دراسة تجريبية، اطروحة دكتوراه ، جامعة المنيا، كلية الآداب، ١٩٩٩ .
- ٥- يومسجد عبد القادر : تحديد السمات الشخصية لدى لاعبي كرة القدم حسب مراكزهم ، المجلة العلمية للثقافة البدنية والرياضية ، العدد ٤ ، يوليو ، ٢٠٠٤ .
- ٦- جبر محمد جبر: مدى فعالية ثلاثة أساليب للتوجيه والإرشاد النفسي لتنمية مفهوم الذات والصلابة النفسية لدى المكفوفين ، مؤتمر الإرشاد الاجتماعي والنفسي ودوره في العملية التعليمية ، الجزء (٢) في الفترة من ٢٦ - ٢٨ جمادى الآخرة ، سوريا، المجلس الأعلى لرعاية الفنون والآداب والعلوم الاجتماعية ، ٢٠٠٥ .
- ٧- جمال الخطيب : تعديل السلوك الإنساني، الإمارات العربية ، العين، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، ٢٠٠٣ .
- ٨- حامد سليمان حمد . علم النفس الرياضي، ط١، دمشق ، دار النور ودار العرب للدراسات والنشر والترجمة ، ٢٠١٢ .
- ٩- حسام محمود زكي : الإنهاك النفسي وعلاقته بالتوافق الزوجي وبعض المتغيرات الديموجرافية. رسالة ماجستير، كلية التربية بالمنيا ، ٢٠٠٧ .
- ١٠- حسن حمادة لولو وعبد اللطيف : الصلابة النفسية والرغبة في التحكم لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، المجلد (١٢) ، العدد (٢) ، ٢٠٠٢ .
- ١١- الحسين بن حسن محمد سيد : الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكنتاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة ، رسالة ماجستير ، جامعة ام القرى ، كلية التربية ، ٢٠١٢ .

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة – المجلد (١) – العدد (٠) – اذار ٢٠٢٦
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى لكرة القدم

1	أفصح عن حاجاتي ورغباتي الداخلية اتجاه المدرب .
2	أتجنب المناقشات داخل الفريق .
3	أسعى إلى أن يرضى زملائي اللاعبين عني أو يكونوا انطباعات حسنة .
4	أنبه زميلي في الفريق إلى خطئه .
5	أعمل على تخفيف معاناة زملائي اللاعبين .
6	أخشى المناقشات الحادة مع زملائي اللاعبين .
7	أحب التنوع في مهاراتي أثناء المنافسة .
8	أؤمن بأن كل زميل في الفريق يأخذ بمقدار ما يجتهد .
9	أخشى اتخاذ قرارات تهتم شخصيتي داخل الملعب وضعف القدرة على تحمل نتائجها .
10	عادةً ما يكون ردي حاسماً مع زملائي اللاعبين داخل الملعب .
11	أستطيع تغيير مواقف زملائي اللاعبين تجاه ما أعتقد بصحته أو أؤمن به
12	أصر على القرارات التي أتخذها في المنافسة .
13	أنصح زملائي اللاعبين المترددين بأن يكونوا جريئين في حياتهم .
14	أعلم أنني إذا واصلت وضع القدم أمام الأخرى فإني سأقدم في تحقيق هدفي في المنافسة .
15	لي القدرة على إكمال المهام التي أكلف بها من قبل المدرب .
16	أوجه النقد للاعبين الزملاء عندما يتطلب ذلك .
17	أستمر بالحديث عن الفريق رغم وجود أشخاص معارضين لحديثي .
18	اهتم بالتغيير في نمط حياتي الرياضية لكي أصل إلى النجاح.
19	اعتقد إن كل الأشياء التي تحدث في حياتي الرياضية هي من تخطيطي.
20	المشكلات داخل الفريق تستنفر قوتي وقدرتي على التحدي.
21	اشعر بالقلق والخوف من التغييرات داخل الفريق.
22	تلعب الصدفة والحظ دور كبير في حياتي الرياضية.
23	عندما انجح في حل مشكلة مع زملائي اللاعبين أتحرك لحل مشكلة أخرى.
24	اعتقد إن السكوت في الأمور التي لا تهمني من ذهب.
25	لدي القدرة على التحكم بجميع أمور حياتي الرياضية.
26	لدي القدرة على حل مشكلاتي مع زملائي ومدربي لأنني أتق بنفسني.

مقياس الصلابة النفسية والسلوك الجازم الموزع على عينة البحث

عزيزي اللاعب.....

تحية طيبة:

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة - المجلد (1) - العدد (0) - اذار 2026
الصلابة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبي نادي نينوى بكرة القدم

تضع الباحثة بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن ردود فعلك تجاه عدد من المواقف ، راجياً منك قراءة كل فقرة بدقة والإجابة عنها بوضع (√) تحت أحد الاختيارات الثلاثة الموجودة أمام كل فقرة والذي ترى أنه ينطبق عليك ، لا سما أن الإجابة ستكون سرية ولن يطلع عليها أحد ، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي ... ولا حاجة لذكر الاسم .

مع وافر الشكر والتقدير

ملاحظة:

يرجى عدم ترك أي فقرة بدون إجابة.

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً
1	أفصح عن حاجاتي ورغباتي الداخلية اتجاه المدرب.			
2	أتجنب المناقشات داخل الفريق.			
3	أسعى إلى أن يرضى زملائي اللاعبين عني أو يكونوا انطباعات حسنة.			
4	أنبه زميلي في الفريق إلى خطئه.			
5	أعمل على تخفيف معاناة زملائي اللاعبين.			
6	أخشى المناقشات الحادة مع زملائي اللاعبين.			
7	أحب التنوع في مهاراتي أثناء المنافسة.			
8	أؤمن بأن كل زميل في الفريق يأخذ بمقدار ما يجتهد.			
9	أخشى اتخاذ قرارات تهم شخصيتي داخل الملعب وضعف القدرة على تحمل نتائجها.			
10	عادةً ما يكون ردي حاسماً مع زملائي اللاعبين داخل الملعب.			
11	أستطيع تغيير مواقف زملائي اللاعبين تجاه ما أعتقد بصحته أو أؤمن به			
12	أصر على القرارات التي أتخذها في المنافسة.			
13	أنصح زملائي اللاعبين المترددين بأن يكونوا جريئين في حياتهم.			
14	أعلم أنني إذا واصلت وضع القدم أمام الأخرى فإنني سأقدم في تحقيق هدفي في المنافسة .			
15	لي القدرة على إكمال المهام التي أكلف بها من قبل المدرب.			
16	أوجه النقد للاعبين الزملاء عندما يتطلب ذلك.			
17	أستمر بالحديث عن الفريق رغم وجود أشخاص معارضين لحديثي.			
18	اهتم بالتغيير في نمط حياتي الرياضية لكي أصل إلى النجاح.			
19	اعتقد إن كل الأشياء التي تحدث في حياتي الرياضية هي من تخطيطي.			
20	المشكلات داخل الفريق تستنفذ قوتي وقدرتي على التحدي.			
21	اشعر بالقلق والخوف من التغييرات داخل الفريق.			
22	تلعب الصدفة والحظ دور كبير في حياتي الرياضية.			

مجلة الحمدانية لعلوم الرياضة - المجلد (1) - العدد (٠) - اذار ٢٠٢٦
الصلاة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبين نادي نينوى لكرة القدم

ت	الفقرة	وافق بشدة	وافق	لاوافق	لاوافق بشدة
	مشكلة مع زملائي اللاعبين أتحرك لحل مشكلة أخرى.				
	في الأمور التي لا تهمني من ذهب.				
	حكم بجميع أمور حياتي الرياضية.				
	مشكلاتي مع زملائي ومدربي لأنني أثق بنفسي.				
1	يبدو انني اتنافس بشده عندما اكون مهزوما				
2	احاول الابتعاد عن المنافس الذي يلعب بخشونة وعنف				
3	بعض زملائي يصفونني بأنني لاعب لا اخشى الاحتكاك البدني مع المنافسين				
4	الدفاع هو احسن وسيلة للهجوم				
5	اتجنب تحدي المنافسين الذين يتميزون بالعنف في اللعب				
6	لا استسلم بسهولة عندما يسوء الموقف اثناء اللعب				
7	اميل الى تحدي المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي				
8	يتمكنني الخوف من المنافس الذي يغلب عليه طابع الخشونة في اللعب				
9	عندما تسوء الامور في المباراة فإنني لا اكافح بأقصى ما استطع				
10	حتى عندما انهزم بفارق كبير فإنني لا استسلم بسهولة				
11	بعض زملائي يصفونني بأنني لاعب مسالم				
12	لا اخشى اللعب الذي يتميز بالعنف والخشونة				
13	احاول ان اتجنب الاحتكاك بالمنافس لأنني اخشى الإصابة				
14	الهجوم هو احسن وسيله للدفاع				
15	بعض زملائي يصفونني بأنني اتميز باللعب الرجولي				
16	احزن بشده عندما يصاب منافسي نتيجة احتكاكي به				
17	لا افضل الاشتراك في منافسة ضد منافسين على درجة كبيرة من الاحتكاك البدني العنيف				
18	يعجبني اللعب الهجومي بدرجة اكبر من اللعب الدفاعي				
19	في المنافسة الرياضية أكافح بأقصى ما استطع من جهد حتى ولو كنت مهزوما				
20	الكثير من زملائي يصفونني بان لعبي يتميز باللعب النظيف				