



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



Emotional Maturity and its Relationship to Motivation for Athletic Achievement among Fourth-Year Female Students

Duaa Raad Muhsin ✉¹
University of Maysan/ College of Physical Education and Sports Sciences ¹

Article information

Article history:

Received 26/6/2025

Accepted 29/7/2025

Available online 15, Nov ,2025

Keywords:

Emotional maturity, motivation, sports
achievement, fourth-grade students

Abstract

The aim of the research was to identify the relationship between emotional maturity and sports achievement motivation among fourth-year students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Maysan for the academic year 2024-2025. The researcher used the descriptive approach. The research community included fourth-year students of the College of Physical Education and Sports Sciences, Theoretical Sciences Branch, numbering (42) students. The research sample was selected from fourth-year students numbering (35) students, representing (83.333%) of the original research community. As for the most important conclusions and recommendations, the researcher concluded that the research community enjoys a high degree of emotional maturity, especially in the fourth stage. Accordingly, the recommendation was made: Applying the psychological scales under investigation (emotional maturity and sports achievement motivation scales) to larger samples in various sports activities.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



النضج الانفعالي وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي لدى طلبة المرحلة الرابعة

دعاء رعد محسن¹ ✉

جامعة ميسان/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة¹

معلومات البحث	الملخص
تاريخ البحث: الاستلام: 2025/6/26 القبول: 2025/7/29 التوفر على الانترنت: 15, نوفمبر, 2025	هدف البحث الى التعرف على العلاقة بين النضج الانفعالي ودافعية الانجاز الرياضي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان للمرحلة الرابعة للعام الدراسي 2024-2025. وقد استعملت الباحثة المنهج الوصفي اشتمل مجتمع البحث على طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة فرع العلوم النظرية والبالغ عددهم (42) طالب وتم اختيار عينة البحث من طلبة المرحلة الرابعة البالغ عددهم (35) طالب تكون نسبتهم (83.333%) من مجتمع البحث الاصلي. اما اهم الاستنتاجات والتوصيات حيث استنتجت الباحثة ان مجتمع البحث يتمتع بالنضج الانفعالي وبدرجة عالية وخاصة في المرحلة الرابعة. وعليه تمت التوصية: تطبيق المقاييس النفسية قيد البحث (مقياسي النضج الانفعالي و دافعية الانجاز الرياضي) على عينات اكبر في مختلف الأنشطة الرياضية.
الكلمات المفتاحية: النضج الانفعالي ، الدافعية ، الإنجاز الرياضي ، طلبة المرحلة الرابعة	

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

شهدت الحركة الرياضية تطوراً سريعاً وفاعلاً في السنوات الماضية ، وكان هذا التطور نتيجة حتمية لكثير من البحوث والدراسات التي أجريت في الألعاب الفردية والفرقية المختلفة التي حضت بتطور في قواعدها وجوانبها الخطئية وفي ارتفاع مستوى أداء اللاعبين بندياً ومهارياً ونفسياً ، ان ما يميز الألعاب الرياضية ، اعتمادها على القدرات العقلية والنفسية بالقدر ذاته الذي تعتمد عليه من القدرات البدنية والمهارية ، و ان مهارات اللعبة تكمل احداها الأخرى وهي المحور الاساس في بناء الفريق و لابد من الدقة في أداء وتنفيذ المهارات ، بما يتناسب ومتغيرات اللعبة

ان مرحلة الشباب قد تكون مرحلة نضج واكتمال الشخصية اذا تطورت بالفرد من رعاية الاسرة الى الاستقلال الذاتي وكسب العيش او الرزق ومسؤولية تكوين اسرة جديدة، وان هذا الشخص الذي يكون رياضياً يجب ان يكتسب من الحياة الخبرة للوصول الى الذي يطمح له إذ ان قدرة الرياضي على تحمل الضغوط الخارجية تعتمد على قدراتهم العقلية. (Asal & Abdul, 2020)

إذ ان كثرة توالي مواقف النجاح والفشل في الألعاب الرياضية من خلال تسجيل النقاط والفوز والخسارة لها تأثير اكيد على سلوك اللاعبين خلال المباراة والذي من خلاله يؤثر على مستوى فاعلية الاداء المهاري لهم وبالتالي على نتيجة المباراة و يتعرض اللاعب خلال المنافسة الى حالات ومواقف نفسية مصحوبة بالانفعال والاثارة لذا فإن الاعداد النفسي اصبح عملية ضرورية وملحة بالنسبة للاعب لكي يستطيع السيطرة على انفعالاته وضبط تصرفاته (Saleh, 2024). و من الموضوعات التي تهتم المدربين لفهم سلوك اللاعبين هي الدافعية ، إذ ان المدرب يستطيع ان يوصل اللاعب الى الملعب لكنه لا يستطيع الحصول منه على افضل انجاز مالم يعرف دافعيته الاولى نحو الانجاز، فالدافعية هي المسؤولة عن استمرار الرياضي بالأداء الجيد طيلة فترة المباراة ، وتؤثر في مدى استمراره في الاداء وتسهم في تطوير امكانيته على التعلم وعلى نوعية الجهد الذي يبذله ، الامر الذي يؤدي الى تحسين العملية التدريبية وتطوير مستوى أداء الرياضي للمهارات الفنية ، فمن طريق ذلك تعرف مستوى دافعية الانجاز الرياضي للطلّالبات هي "مفهوم نفسي يتطور لدى اللاعب بفعل الخبرة والممارسة". وللنضج الانفعالي ودافعية الانجاز اهمية في ممارسة الألعاب الرياضية إذ اختارت الباحثة هذه المواضيع للكشف والتعرف عن مدى نضجهم ودافعتهم في الاداء وهنا تتجلى أهمية البحث في معرفة العلاقة بين النضج الانفعالي ودافعية الانجاز الرياضي لدى طلبة المرحلة الرابعة التي تعد المعبر عن أداء اللاعبين والفريق والوصول الى الانجاز.

1-2 مشكلة البحث :

تعد المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي تمر بها الطلبة، حيث تزداد المسؤوليات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية، ما يتطلب مستويات متقدمة من النضج الانفعالي لتحمل الضغوط وتحقيق الأهداف. ومع ذلك، يلاحظ أن بعض طلبة المرحلة الرابعة قد يواجهون صعوبة في إدارة انفعالاتهن بشكل إيجابي، مما قد يؤثر سلباً على دافعتهم للإنجاز الأكاديمي. من جهة أخرى، تلعب دافعية الإنجاز دوراً محورياً في تحقيق النجاح الأكاديمي والمستقبلي، إلا أن هناك تبايناً واضحاً في مستويات الدافعية بين الطلبة، قد يكون مرتبطاً بعوامل نفسية وانفعالية، مثل النضج الانفعالي. فقد لاحظت الباحثة وجود تفاوت في مستويات النضج الانفعالي ودافعية الإنجاز لدى طلبة المرحلة الرابعة، مما يثير تساؤلات حول طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين، وما إذا كان النضج الانفعالي يسهم بشكل مباشر في تعزيز دافعية الإنجاز؟. لذلك، يسعى هذا البحث إلى دراسة العلاقة بين النضج الانفعالي ودافعية الإنجاز لدى طلبة المرحلة الرابعة، بهدف فهم العوامل المؤثرة وتقديم توصيات لتحسين الأداء الأكاديمي.

3-1 أهداف البحث:

1- التعرف على درجة النضج الانفعالي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان للمرحلة الرابعة للعام الدراسي 2024-2025.

2- التعرف على درجة دافعية الانجاز الرياضي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان للمرحلة الرابعة للعام الدراسي 2024-2025.

2- التعرف على العلاقة بين النضج الانفعالي ودافعية الانجاز الرياضي لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ميسان للمرحلة الرابعة للعام الدراسي 2024-2025.

4-1 مجالات البحث :

1-4-1 المجال البشري : طلبة المرحلة الرابعة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ميسان للعام الدراسي (2024-2025م).

1-4-2 المجال الزمني : للمدة من 9/7/2024 ولغاية 17/6/2025 .

1-4-3 المجال المكاني : قاعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ميسان .

منهج البحث وإجراءاته:

2-1 منهج البحث:

المنهج هو "التصور الدقيق للعلاقات المتبادلة بين المجتمع والاتجاهات والميول والرغبات والتطور بحيث يعطي صورة للواقع الحياتي , ووضع مؤشرات , وبناء تنبؤات مستقبلية , وأن الكثير من الحالات والظواهر لا يمكن دراستها الا من خلال منهج يتلاءم والمشكلة (Wajih Mahjoub, 2001), إذ ان طبيعة المشكلة هي الاساس في ضوئه يتم اختيار منهج الدراسة لذا اعتمدت الباحثة استخدام المنهج الوصفي بالعلاقات الارتباطية, كونه المنهج الملائم لحل مشكلة البحث وتحقيق اهدافه.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

اختارت الباحثة مجتمع البحث بالطريقة العمدية متمثلة بطلاب المرحلة الرابعة فرع العلوم النظرية - جامعة ميسان للعام 2024 - 2025 وبواقع (42) طالب ، اذا تم اختيار عينة التجربة الرئيسية (35) طالب لتشكل النسبة المئوية مقدارها (83.33%) وتم استبعاد (5) طلاب اشتركوا بالتجربة الاستطلاعية واستبعاد (2) طالبات بسبب الغياب.

الجنول (1)**يبين مجتمع البحث وعينته**

ت	المجتمع والعينة	العدد	النسبة المئوية
1	المجتمع الاصل	42	100%
2	عينة التجربة الرئيسية	35	83.333%
3	عينة التجربة الاستطلاعية	5	11.905%
4	المستبعدين	2	4.762%

3-2 الوسائل والأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث :

المصادر العلمية (العربية). الملاحظة. القياس والاختبار. الاستبيان. المقابلات. حاسبة الكترونية. حاسبة يدوية. أقلام رصاص. اقلام جاف. ساعة توقيت. استمارة جمع المعلومات للمقياسين.

4-2 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 مقياسين النضج الانفعالي و دافعة الانجاز:

اعتمدت الباحثة مقياس النضج الانفعالي الذي قام بأعداده (Al-Sultani, 2011) ومقياس مستوى دافعية الانجاز لدى اللاعبين حيث تم تصميمه جو وليس ، (HassanAllawi, 1998) حيث يتضمن (20) فقرة ، واستخدمت الباحثة مقياس النضج الانفعالي و دافعة الانجاز كأداة للبحث المعد أساساً على طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، ويتكون مقياس النضج الانفعالي من (45) فقرة بحيث كانت اعلى درجة للمقياس (225) درجة، بينما كانت اقل درجة للمقياس (45) درجة و بوسط فرضي (135). بينما يتكون مقياس دافعة الانجاز الرياضي من (20) فقرة بحيث كانت اعلى درجة للمقياس (100) درجة ، بينما كانت اقل درجة للمقياس (20) درجة و بوسط فرضي (60) .

وقامت الباحثة بعرض المقياسين على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي، و كان عددهم 15 خبير لكل من المقياسين لغرض تقويمه والحكم عليه من حيث صلاحيته في قياس النضج الانفعالي و دافعة الانجاز الرياضي لطلبة المرحلة الرابعة وبعد اطلاع السادة الخبراء والمختصين على فقرات المقياسين ، قامت الباحثة باستخراج قيمة (كا2) المحسوبة لاتفاق الخبراء والمختصين وقبول ترشيح الفقرات الذي تكون قيمة (كا2) المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية (3.84).

جدول (2)

يبين النسبة مربع كاي لاتفاق رأي الخبراء والمختصين على مقياس الاستقرار النفسي

الاستقرار النفسي						
ت	تسلسل الفقرات	عدد الخبراء المتفقين	عدد الخبراء غير المتفقين	درجة كا ² المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
1	1، 2، 4، 5، 9، 10، 12، 14، 15، 19، 21، 22، 23، 25، 29، 30، 31، 32، 43، 33، 44، 45	15	صفر	15.000	*0.000	دال ومقبول
2	3، 6، 8، 13، 18، 20، 26، 27، 34، 35، 40	14	1	11.267	*0.000	دال ومقبول
3	3، 7، 11، 16، 17، 24، 28، 36، 37، 39، 41، 42	13	2	5.400	*0.000	دال ومقبول

جدول (3)

يبين النسبة مربع كاي لاتفاق رأي الخبراء والمختصين على مقياس الاندماج الجامعي

الاندماج الجامعي						
ت	تسلسل الفقرات	عدد الخبراء المتفقين	عدد الخبراء غير المتفقين	درجة كا ² المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
1	1، 3، 4، 9، 13، 14، 15، 20	15	صفر	15.000	*0.000	دال ومقبول
2	2، 6، 8، 10، 17، 18	14	1	11.267	*0.000	دال ومقبول
3	5، 7، 11، 16، 19	13	2	5.400	*0.000	دال ومقبول

2-4-2 التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية الساعة العاشرة صباحاً في يوم الثلاثاء بتاريخ (2024/11/26) على عينة من طلبة المرحلة الرابعة فرع العلوم النظرية - جامعة ميسان والبالغ عددهم (5) طلاب، علماً بأن العينة الاستطلاعية تحمل نفس مواصفات العينة الرئيسية.

2-4-3 الأسس العلمية للمقياسين قيد البحث:

جدول (4)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الثبات	الصدق	الموضوعية
1	الاستقرار النفسي	درجة	0.853	0.924	0.935
2	الاندماج الجامعي	درجة	0.829	0.910	0.929

2-4-3 التجربة الرئيسية:

بعد تحديد العينة الأصلية والبالغ مجموعها (35) من طلبة المرحلة الرابعة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - فرع العلوم النظرية - جامعة ميسان ، طبق المقياس على أفراد عينة البحث ، وقد وزعت الاستمارات الخاصة بالمقياسين على أفراد عينة البحث ، إذ أجري التطبيق من الباحثة وفريق العمل المساعد وقامت الباحثة بشرح أهداف البحث لأفراد العينة مع التأكيد على ضرورة الإجابة على الاختبار بدقة ، وقد استغرق وقت الإجابة على المقياس يتراوح ما بين (15- 20) دقيقة و بوسط حسابي (17.5).

2-5 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة الحقيبة الإحصائية ((SPSS.Ver17)) لمعالجة نتائج البحث.

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

3-1 عرض وتحليل نتائج مقياسي النضج الانفعالي ودافعة الانجاز لعينة البحث وتحليلها:

جدول رقم (5)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمتي (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للنضج الانفعالي ودافعة الانجاز

المتغيرات	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت) المحتسبة	مستوى الدلالة	الدلالة
النضج الانفعالي	135	160.467	19.526	5.051	0.01	دالة
دافعة الانجاز	60	67.133	13.185	2.095	0.00	دالة

تحت درجة حرية ن = 34 وتحت مستوى دلالة 0,05

من خلال جدول رقم (5) تبين ان الوسط الحسابي للنضج الانفعالي هو (160.467) وبانحراف معياري (19.526) وكانت قيمة (ت) المحتسبة (5.051) وعند مقارنتها بمستوى الدلالة والبالغة (0,01) تبين انها اصغر من (0,05) وبدرجة حرية (34). اما الوسط الحسابي دافعة الانجاز هو (67.133) وبانحراف معياري (13.185) وكانت قيمة (ت) المحتسبة (2.095) وعند مقارنتها بمستوى الدلالة والبالغة (0,00) تبين انها اصغر من (0,05) وبدرجة حرية (34)، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً.

4-2 عرض نتائج علاقة الارتباط بين النضج الانفعالي و دافعة الانجاز لعينة البحث وتحليلها:

جدول رقم (6)

يبين قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية و قيمتي (ت) المحتسبة ومستوى الدلالة للنضج الانفعالي ودافعة الانجاز

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ر) المحتسبة	مستوى الدلالة	المعنوية
النضج الانفعالي	160.467	19.526	0.724	0.00	معنوي

			13.185	67.133	دافعة الانجاز
--	--	--	--------	--------	---------------

تحت درجة حرية ن = 2 = 33 وتحت مستوى دلالة 0,05

من خلال جدول رقم (6) تبين ان الوسط الحسابي للنضج الانفعالي هو (160.467) وبانحراف معياري (19.526) اما الوسط الحسابي لدافعية الإنجاز (67.133) وبانحراف معياري (13.185) وكانت قيمة (ر) المحتسبة (0.724) وعند مقارنتها بمستوى الدلالة والبالغة (0.00) تبين انها اصغر من (0.05) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً.

3-4 مناقشة نتائج علاقة المتغيرات المبحوثة النضج الانفعالي و دافعية الانجاز:

من خلال الجدول (6) يتبين لنا أن العلاقة بين النضج الانفعالي ودافعية الانجاز الرياضي كانت معنوية. اذ تبين النتائج مما تقدم وجود علاقة بين النضج الانفعالي ودافعية الانجاز الرياضي و تم تحليل البيانات التي تم جمعها باستخدام أدوات قياس موثوقة في مجال النضج الانفعالي ودافع الإنجاز الرياضي. وقد أسفرت النتائج عن مؤشرات إيجابية للغاية حول العلاقة بين هذين المتغيرين من خلال تحليل البيانات، تبين أن هناك علاقة إيجابية قوية بين النضج الانفعالي ودافع الإنجاز الرياضي لدى طلبة المرحلة الرابعة. (Farhan & Moseekh, 2018) حيث أن الطالبات اللواتي سجلن مستويات أعلى في النضج الانفعالي أبدن أيضاً دافعاً أكبر نحو النجاح الرياضي. يمكن تفسير هذه النتيجة بأن النضج الانفعالي يساعد الطلبة على مواجهة الضغوط النفسية والتحديات التي قد يواجهونها في الأنشطة الرياضية، مما يعزز دافعهم لتحقيق التفوق والإنجاز وان النضج الانفعالي يساهم بشكل كبير في تحسين الأداء الرياضي للطلبة، حيث يتيح لهم التعامل مع الضغوط بشكل أفضل، مما يزيد من التركيز والتحفيز أثناء التدريب والمنافسات. كما أن القدرة على تنظيم المشاعر وإدارة التوتر يعزز من قدرتهم على اتخاذ قرارات عقلانية أثناء المشاركة في الأنشطة الرياضية (Hamed & Ahmed, 2023).

وأن النضج الانفعالي ليس فقط عاملاً مهماً في الحياة اليومية، ولكن أيضاً في مجالات التميز الرياضي. فالطالبات اللواتي يمتلكن قدرة على ضبط مشاعرهن وتوجيهها بشكل صحيح أظهرن قدرة أكبر على التحمل والصبر، وهو ما يعد أساساً حيويًا لتحقيق التفوق الرياضي. إن القدرة على مواجهة الانتكاسات والتعامل مع الضغوط دون التأثير على الأداء تعد جزءاً أساسياً من دافع الإنجاز الرياضي (Qatami, 2000) وتتفق هذه النتائج أيضاً مع دراسة (Rateb, 1997) في أن فاعلية الذات تؤدي دوراً هاماً في التأثير على أداء اللاعبين ، إذ أن مستوى فاعلية الذات لديهم يمثل العامل الحاسم في إنجاز أقصى أداء (Al-Hamdani, 1998) وجاءت النتائج بصورة منطقية .

4- الاستنتاجات والتوصيات:

1-4 الاستنتاجات:

- 1- ان مجتمع البحث يتمتع بالنضج الانفعالي وبدرجة جيدة.
- 2- اظهرت النتائج ان هناك علاقة ارتباط موجبة وذات دلالة احصائية معنوية بين النضج الانفعالي و دافعية الانجاز الرياضي لطلبة المرحلة الرابعة.
- 3- هناك علاقة وثيقة بين ما يتلقاه المتعلم من المؤسسات التربوية والتعليمية والرياضية بكل التطورات والخبرات والمعلومات المتمثلة بالدور البارز والمهم للطلاب في المجتمع الجامعي.

2-4 التوصيات:

- 1- تطبيق المقاييس النفسية قيد البحث (مقياسي النضج الانفعالي و دافعية الانجاز الرياضي) على عينات اكبر في مختلف الأنشطة الرياضية.

- 2-الاهتمام بتنمية النضج الانفعالي الرياضي لدى الطلبة لما له من تأثير كبير في الانجاز في محاولة الطلبة لتحقيق الاهداف العامة للجامعة دون النظر الى الاهداف الشخصية .
- 3-ضرورة عمل الجامعة على تدعيم النضج الانفعالي و دافعية الانجاز الرياضي عن طريق تحديث المناهج الرياضية بما يتلاءم مع التطورات والمستجدات في المجتمع الرياضي وتقوية العلاقات بين الجامعة الرياضية ومؤسسات المجتمع الرياضي المختلفة عبر الزيارات الميدانية والندوات والبحوث ومشاركة الطلبة فيها.
- 4- المحافظة على النضج الانفعالي للطالب من خلال تشجيعه على التعاون مع الآخرين وتنمية القدرة على أخذ الدور بما يشعر الفرد بأهميته بين زملائه. وتشجيعهم على مساعدة الآخرين، وتنمية القيم السامية كحب الآخرين واحترامهم فيم بينهم مما يساعد على توافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين.

الشكر والتقدير

نسجل شكرنا لعينة البحث المتمثلة في طلبة المرحلة الرابعة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ميسان للعام الدراسي (2024م-2025م) .

تضارب المصالح

تعلن المؤلفة انه ليس هناك تضارب في المصالح

دعاء رعد محسن Raadduaa06@gmail.com

References

- Al-Hamdani, T. M. D. (1998). *Cognitive and social models of sports achievement motivation among soccer players* [PhD thesis]. University of Mosul.
- Al-Sultani, A. A. (2011). The effect of a small-games curriculum on developing emotional maturity among fourth-grade female students. *Journal of Sports Sciences*, 4(3), 15–16.
- Asal, F. H., & Abdul, S. R. (2020). The effect of different exercises using the play training method to develop some physical and skill abilities of young football players. *Dirassat in Humanities & Social Sciences*, 3(3).
- Farhan, W. A. R., & Moseekh, L. Z. (2018). The effect of a proposed training curriculum to develop physical fitness and improve sensorimotor perception among students of the College of Physical Education and Sports Sciences, University of Anbar. *University of Anbar Sport and Physical Education Science Journal*, 4(17).
- Hamed, N., & Ahmed, A. (2023). Perceived Self-Efficacy and Its Relationship to Dexterous Thinking Among Third-Stage Female Students in the College of Physical Education and Sports Sciences–University of Basra. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 33(1), 2023. <https://doi.org/10.55998/jsrse.v33i1.376>©Authors
- HassanAllawi, M. (1998). *Encyclopedia of psychological tests for athletes*. book publishing center, Cairo.
- Qatami, A. R. A. N. (2000). *Principles of Psychology* (1st ed). Dar Al-Kutub for Printing and Publishing.
- Rateb, O. K. (1997). *Sports Psychology* (1st ed, p. 305). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Saleh, N. A. (2024). Psychological resilience and its relationship to self-confidence For female students of the College of Physical Education and Sports Sciences/University of Diyala. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i4.761>
- Wajih Mahjoub. (2001). *Principles of Scientific Research and Its Methods*, (Dar Al-Manhaj for Publishing and Distribution, Ed.).

ملحق (1) مقياس النضج الانفعالي بصيغة الاولى

ت	الفقرات	يصلح	لا يصلح	يصلح بعد التعديل
1	استطيع التعبير عن افكاري في كلمات واضحة ومحددة			
2	أواجه من ينتقني بدون غضب او انفعال			
3	أتوقع النجاح بكل عمل أقوم به			
4	أشعر بأنني ضعيف الارادة			
5	أعرف حدود امكانياتي واتصرف عليها			
6	أشعر بالاضطراب عند مواجهتي لمشكلات تتطلب اتخاذ قرار سريع			
7	أبتعد عن الموضوعات التي تتطلب تفكيراً عميقاً			
8	أشعر بأن قدراتي البدنية أقل من زملائي			
9	أشعر بأن ثقتي بنفسي عالية حينما ترفض طلباتي			
10	أقوم بكل ما يكلفني به المدرب أفضل من زملائي			
11	أفكر بحل المشاكل التي تواجهني تبعاً لأهميتها			
12	أتعامل مع الآخرين على أساس الواقع			
13	أفضل نتائج المباراة على أي شيء آخر			
14	أشعر بالرضا بأدائي أثناء المباراة			
15	أنتابني الارق حينما نخسر مباراة			
16	أنظر للمستقبل بتفائل			
17	أشعر بالارتباك حينما يصفر الحكم بدء المباراة			
18	أستغرق غالباً في أحلام اليقظة			
19	أتوقع باستمرار حدوث الإصابة			
20	أشعر بأن زملائي يحسدوني			
21	أشعر برضى المدرب لأدائي الجيد			
22	أشعر بالخوف والقلق من بداية المباراة			
23	أتردد في مناقشة المدرب عن نقاط ضعفي أمام زملائي			
24	أشعر بأن تجهيزاتي الرياضية غير لائقة			
25	أشعر بأن ثقتي بنفسي ضعيفة أثناء التدريب			
26	أتمكن من التعامل مع الأشخاص الذين تختلف عاداتهم عن عاداتي			
27	أشعر بالارتياح حينما أكون مع لاعبين لهم نفس قدراتي			
28	أميل إلى احترام وتطبيق آراء المدربين			
29	أجد صعوبة في التحدث عن نتيجة المباراة الخاسرة			
30	أتشاجر مع الحكم أثناء المباراة			
31	أشعر بحلاوة التعاون مع زملائي أثناء التدريب			
32	أشعر بأهمية اكتساب الخبرة من الآخرين			
33	أشعر بأن علاقتي مع زملائي جيدة وناضجة			
34	أشعر بالضيق من وجود منهم أفضل مني مستوى			
35	أبتعد عن من ينافسني			
36	أتجاهل فشل الآخرين			
37	أقبل آراء من هم أصغر مني حينما تكون صائبة			
38	أشعر بعدم الارتياح لزملائي لأكثر تفوقاً			
39	أحاسب من يخطأ بحقي			
40	أستطيع مناقشة نقاط ضعفي بدون انفعال			
41	أتردد في طرح بعض المبادرات			
42	أميل إلى المهارات التي تظهر قدراتي			
43	أرغب في ترك المباراة عندما أخسر شوط			
44	أشعر بعدم اهتمامي للمباراة			

45	اشعر باتي هادي الطبع			
----	----------------------	--	--	--

ملحق (2)

مقياس دافعية الانجاز الرياضي بصيغة الاولية

ت	الفقرات	يصلح	لا يصلح	يصلح بعد التعديل
1	اجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في المنافسة			
2	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات اضافية			
3	عندما ارتكب خطأ في الاداء اثناء المنافسة فأتني لاحتاج لبعض الوقت لكي اتسى هذا الخطأ			
4	الامتياز في الرياضة لا يعتبر من اهدافي الاساسية			
5	احس غالباً بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة			
6	استمتع بتحمل اية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الاخرين انها مهمة وصعبة			
7	اخشى الهزيمة في المنافسة			
8	الحظ يؤدي الى الفوز بدرجة اكبر من بذل الجهد			
9	في بعض الاحيان عندما انهزم في منافسة فان ذلك يضايقتي لعدة ايام			
10	لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون لقطاع لكي اتجح في رياضي			
11	لا اجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة			
12	الفوز في المنافسة يمنحني الرضا			
13	اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية			
14	افضل ان استريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية			
15	عندما ارتكب خطأ في الاداء فان ذلك يرهقني طوال فترة المنافسة			
16	لدي رغبة عالية جدا لكي اكون ناجحا في رياضي			
17	قبل اشتراكي في المنافسة لا تشغل في التفكير عما يمكن ان يحدث في المنافسة او عن نتائجها			
18	لحاول بكل جهدي ان اكون افضل لاعب			
19	استطيع ان اكون هادئا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة			
20	هدفني هو ان اكون مميزا في رياضي			

ملحق (3)

مقياس النضج الانفعالي بصيغة النهائي

ت	الفقرات	دائما	غالبا	احيانا	نادرا	ابدا
1	استطيع التعبير عن افكاري في كلمات واضحة ومحددة					
2	أواجه من ينتقني بدون غضب او انفعال					
3	اتوقع النجاح بكل عمل اقوم به					
4	اشعر بأنني ضعيف الارادة					
5	اعرف حدود امكانياتي واتصرف عليها					
6	اشعر بالاضطراب عند مواجهتي لمشكلات تتطلب اتخاذ قرار سريع					
7	ابتعد عن الموضوعات التي تتطلب تفكيرا عميقا					
8	اشعر بأن قدراتي البننية اقل من زملائي					
9	اشعر بأن ثقتي بنفسي عالية حينما ترفض طلباتي					
10	اقوم بكل ما يكلفني به المدرب افضل من زملائي					
11	افكر بحل المشاكل التي تواجهني تبعا لأهميتها					

12	تعامل مع الآخرين على اساس الواقع				
13	افضل نتائج المباراة على اي شي اخر				
14	اشعر بالرضا بأدائي اثناء المباراة				
15	ينتابني الارق حينما نخسر مباراة				
16	انظر للمستقبل بتفائل				
17	اشعر بالارتباك حينما يصفر الحكم بدء المباراة				
18	استغرق غالبا في احلام اليقظة				
19	اتوقع باستمرار حدوث الإصابة				
20	اشعر بأن زملائي يحسدوني				
21	اشعر برضى المدرب لأدائي الجيد				
22	اشعر بالخوف والقلق من بداية المباراة				
23	تردد في مناقشة المدرب عن نقاط ضعفي امام زملائي				
24	اشعر بأن تجهيزاتي الرياضية غير لائقة				
25	اشعر بأن ثقتي بنفسي ضعيفة اثناء التدريب				
26	اتمكن من التعامل مع الاشخاص الذين تختلف عاداتهم عن عاداتي				
27	اشعر بالارتياح حينما اكون مع لاعبين لهم نفس قدراتي				
28	اميل الى احترام وتطبيق اراء المدربين				
29	لجد صعوبة في التحدث عن نتيجة المباراة الخاسرة				
30	اتشاجر مع الحكم اثناء المباراة				
31	اشعر بحلاوة التعاون مع زملائي اثناء التدريب				
32	اشعر بأهمية اكتساب الخبرة من الآخرين				
33	اشعر بأن علاقتي مع زملائي جيدة وناضجة				
34	اشعر بالضيق من وجود منهم افضل مني مستوى				
35	ابتعد عن من ينافسني				
36	اتجاهل فشل الآخرين				
37	اتقبل آراء من هم اصغر مني حينما تكون صائبة				
38	اشعر بعدم الارتياح لزملائي لأكثر تفوقا				
39	لحاسب من يخطأ بحقي				
40	استطيع مناقشة نقاط ضعفي بدون انفعال				
41	اتردد في طرح بعض المبادرات				
42	اميل الى المهارات التي تظهر قدراتي				
43	ارغب في ترك المباراة عندما اخسر شوط				
44	اشعر بعدم اهتمامي للمباراة				
45	اشعر بأنني هادئ الطبع				

ملحق (4)

مقياس دافعية الانجاز الرياضي بصيغة النهائي

ت	الفقرات	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جدا
1	لجد صعوبة في محاولة النوم عقب هزيمتي في المنافسة					
2	يعجبني اللاعب الذي يتدرب لساعات اضافية					
3	عندما ارتكب خطأ في الاداء اثناء المنافسة فأنتي لاحتاج لبعض الوقت لكي تسي هذا الخطأ					
4	الامتنياز في الرياضة لا يعتبر من اهدافي الاساسية					
5	احس غالبا بالخوف قبل اشتراكي في المنافسة مباشرة					

6	استمتع بتحمل لية مهمة والتي يرى بعض اللاعبين الآخرين انها مهمة وصعبة				
7	اخشى الهزيمة في المنافسة				
8	الحظ يؤدي الى الفوز بدرجة اكبر من بذل الجهد				
9	في بعض الاحيان عندما انهزم في منافسة فأن ذلك يضايقتي لعدة ايام				
10	لدي استعداد للتدريب طوال العام بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي				
11	لا لجد صعوبة في النوم ليلة اشتراكي في المنافسة				
12	الفوز في المنافسة يمنحني الرضا				
13	اشعر بالتوتر قبل المنافسة الرياضية				
14	افضل ان استريح من التدريب في فترة ما بعد الانتهاء من المنافسة الرسمية				
15	عندما ارتكب خطأ في الاداء فأن ذلك يرهقتي طوال فترة المنافسة				
16	لدي رغبة عالية جدا لكي اكون ناجحا في رياضتي				
17	قبل اشتراكي في المنافسة لا تشغل في التفكير عما يمكن ان يحدث في المنافسة او عن نتائجها				
18	لحاول بكل جهدي ان اكون افضل لاعب				
19	استطيع ان اكون هائلا في اللحظات التي تسبق المنافسة مباشرة				
20	هدفي هو ان اكون مميزا في رياضتي				