



Journal of Studies and Researches of Sport Education

spo.uobasrah.edu.iq



A Study of the Relationship Between the Emotional Suppression of Coaches and the Psychological Resilience of Players from the Point of View of the Players of the Northern Region Football Clubs in Iraq

Thamer Mahmoud Al-Hamdani  ¹, Dhakir Muhammad Salim  ²
College of Basic Education \ University of Mosul

Article information

Article history:

Received 23/6/2022

Accepted 17/7/2022

Available online Dec,29,2022

Keywords:

Emotional repression, psychological resilience, football coach

Abstract

Attention to originality, study times, as well as previous studies, but a few of these studies focused on the concept of emotional suppression. Therefore, a study of the emotional suppression of schools for the emotional suppression of schools for a specific purpose of the current research to identifying the relationship between the emotional suppression of coaches and the psychological resilience of layers from the point of view of football players in the clubs of the northern region in Iraq.

The researchers used the descriptive approach in a correlational style for its suitability to the nature of the current research, and the research sample included the players of the northern region football clubs in Iraq for the season 2021 AD - 2022 AD, and the researchers used the statistical package (SPSS) to reach the results of the research. There is an inverse correlation between emotional repression and psychological resilience, whereby the higher the emotional repression of the coaches, the less the psychological resilience of the players and vice versa. Through these results, the researchers recommend the following: The work of a counseling and preventive program on how to reduce emotional repression among coaches by activating the role of the sports psychologist in this aspect, especially in Iraqi sports clubs.





مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

spo.uobasrah.edu.iq



دراسة العلاقة بين القمع الانفعالي للمدربين والصمود النفسي للاعبين من وجهة نظر لاعبي اندية المنطقة الشمالية بكرة القدم في العراق

ثامر محمود الحمداني¹✉، ذاكر محمد سليم²✉
كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل

الملخص

أصبح محورا للاهتمام، وجه الخصوص فضلا عن تركيز الدراسات مؤخرا حول تنظيم انفعالاتهم، إلا إن القليل من هذه الدراسات ركزت على مفهوم القمع الانفعالي لذلك اراد الباحثان اجراء دراسة لقمع الانفعالي للمدربين وعلاقته بالصمود النفسي لذلك هدف البحث الحالي الى التعرف على العلاقة بين القمع الانفعالي للمدربين والصمود النفسي للاعبين من وجهة نظر لاعبي كره القدم في اندية المنطقة الشمالية بالعراق واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسحي و الارتباطي لملائمته لطبيعة البحث الحالي، واشتملت عينة البحث على لاعبين اندية المنطقة الشمالية بالكرة القدم في العراق للموسم 2021م – 2022 م، واستخدم الباحثان الحقيبة الإحصائية (SPSS) للتوصل الى نتائج البحث

وتم التوصل الى وجود علاقة ارتباطية عكسية بين القمع الانفعالي والصمود النفسي حيث كلما زاد القمع الانفعالي للمدربين قل الصمود النفسي عند اللاعبين والعكس صحيح. ومن خلال هذا النتائج يوصي الباحثان إلى عمل برنامج ارشادي ووقائي حول كيفية التخفيف من القمع الانفعالي عند المدربين من خلال تفعيل دور الأخصائي النفسي الرياضي في هذا الجانب وخاصة في الأندية الرياضية العراقية.

معلومات البحث

تاريخ البحث:
الاستلام: 2022/6/23
القبول: 2022/7/17
التوفر على الانترنت: 2022/12/29

الكلمات المفتاحية:

القمع الانفعالي، الصمود النفسي، مدرب كرة القدم.

1) التعريف بالبحث:**1-1 المقدمة وأهمية البحث:**

إن التطور العلمي لا يتم إلا من خلال دراسات علمية دؤوبة معتمدة على علوم عدة مترابطة فيما بينها ومرتبطة بممارسة الألعاب الرياضية وأن من بين هذه العلوم المساهمة بشكل كبير في تطور الألعاب الرياضية بمختلف أنواعها وعند جميع الفئات الرياضية الممارسة لها هو علم النفس الرياضي.

وتعد لعبة كرة القدم من الألعاب التي تتميز بالأداء السريع والمنظم كما يتطلب من اللاعبين أن يستمروا بأدائهم طيلة مدة المباراة بمستوى عالي في الاداء وهذا يرتبط بقدرة تحمل اللاعب وكفاءته البدنية والمهارية والعقلية والنفسية والضبط والاتزان الانفعالي لمواجهة المواقف والمتغيرات خلال المباريات ومن أجل الارتقاء بمستوى المدربين واللاعبين بكرة القدم (Aldewan et al., 2006) ولا بد من دراسة سلوكهم في أثناء سعيهم في تحقيق أهدافهم عند ممارستهم تخصصاتهم الرياضية وتعد الانفعالات أحد مكونات الشخصية وترتبط بحياتنا ارتباطاً وثيقاً من خلال ما نواجه من أحداث ومواقف يومية تتنوع على إثرها انفعالاتنا وتتباين فشدّة الغضب التي نتابنا، وشعور الفرح الذي نبالغ فيه والحزن الذي يسيطر علينا كل هذا يحتاج منا لضبط وتنظيم، ويستخدم لتنظيم الانفعال مجموعة واسعة من الاستراتيجيات والتي تُعد حجر الزاوية لمفهوم التنظيم الانفعالي (AbdulRasoul et al., 2019) ومن هذه الاستراتيجيات ما يعرف بإستراتيجيات القمع الانفعالي والتي تبرز أهميتها كونها تركز على الجانبين النفسي والعقلي، وأنها أول ما يستخدمه المدرب عند تعرضه لموقف ما من خلال ما يقوم به من تقييم للموقف كاعتباره مصدر تهديد أو لا، كما تعتبر إستراتيجيات قمع الانفعال بمثابة عامل وقائي ضد المشكلات النفسية الناتجة عن التعرض للضغوط والصعوبات (Garnefski, et al, 2002, 409), ويعد القمع ضروري في مواقف يتطلب فيها ضبط النفس بوصف الانفعالات هي الصوت الباطن للأهواء والرغبات الداخلية لكل شخص، وقمع هذا الصوت لا يجعله محمياً بل هو طاقة متفاعلة مع العمليات الحيوية، وسيكون هناك خياران للتعبير عن هذه الطاقة فالخيار اللاشعوري يتضمن زيادة شدة الانفعال وتقديمه لاحقاً في أكثر من وقت، أو قد يتخذ العقل الآخر الذي يتضمن إخفاءها في العمق، وفي هذه الحالة فإن الرغبة في التعبير عن الانفعال تبقى محتفظة بشدتها الانفعالية والمعلومات المرتبطة بالموقف الانفعالي كلها وفيما بعد تتغير هذه الشدة ضمن أعراض الأمراض سيكوسوماتية أو توترات عصبية (Mc Laren, 2010, 3) وتظهر أهمية القمع الانفعالي في المواقف التي ينطلق فيها الفرد في التعبير عن انفعالاته السلبية بشدة مما يتطلب الأمر كبح شدة الانفعال وذلك تحسباً لعواقب غير مرغوب فيها، فالسماح للقمع بأداء دوره في تقليص حدة ظهور الانفعال السلبي ربما يسهل على الفرد المحافظة على طبيعة العلاقات الاجتماعية التي تربطه بالآخرين، فالقمع المعتدل يؤدي دورة في إخفاء بعض المشاعر الخاصة التي ربما يؤدي ظهورها إلى إلحاق الضرر بالفرد (Bonanno et.al, 2003, 2), والتي لا يمتلك المدرب أمامه حصانة تمنعه منها، ومع طموح وتطلعات مرحلة الشباب لا يتوقف الأمر عند مواجهة التحديات والتصدي لها فحسب، بل المضي قدماً لتحقيق ما ترنو إليه النفس من آمال وأهداف، فاللاعب الذي يستطيع تقديم مستوى عالي في المباريات على الرغم من المشكلات والتحديات التي تواجهه في التدريب والمنافسة يتميز بصمود نفسي، ومن أجل البقاء في يقظة نفسية تامة تحت ضغوط الأحداث المتراكمة داخل المباراة، إذ لا بد للمدرب واللاعب أن يواجه ضغوط المباريات بانفعالات متزنة، من خلال السيطرة على مثل هكذا انفعالات وإمكانية المدرب واللاعب في التعبير عن ما يدور في أعماقه بحسب ما تقتضيه الضرورة وبشكل يتناسب وطبيعة المواقف التي تتطلب هكذا انفعال، للبقاء في المواجهة الواعية البعيدة عن حالات المبالغة في إظهارها وبعيداً عن الاضطرابات المصاحبة للضغوط المتعددة، ويعد مفهوم الصمود النفسي مؤشراً مهماً للرياضي في خوضه المنافسات بكل مستوياتها، ولذلك فإن أهمية مفهوم الصمود النفسي من المفاهيم الشائعة والتي يحتاجها كل لاعب لمواجهة ما يتعرض له من ضغوط تتطلب منه مرونة في مواجهتها، ويشير الصمود النفسي إلى امتلاك الأفراد قوى فسيولوجية وخصائص نفسية ومهارات التفاعل بين اللاعبين تمكنهم من الاستجابة بنجاح للتحديات العظيمة لنمو شخصيتهم الرياضية عن طريق الخبرة وطبيعة السمات التي تميز هؤلاء اللاعبين، وتبرز أهمية البحث الحالي في توظيف متغير القمع الانفعالي وتسليط الضوء عليه وعلاقته بالصمود النفسي للاعبين لما لهذين المتغيرين من قيمة وأهمية ولما لها من تأثير على شخصيات كل من المدرب واللاعب.

1-2 مشكلة البحث:

لا يخفى على الجميع ان حاجة المجتمع الرياضي للقيادة تزداد مع مرور الوقت وتتصاعد مع تصاعد المستوى الرياضي وصولاً إلى إعداد القيادات الرياضية بصورة علمية سعيًا نحو تحقيق الأهداف المتوخاة، ولعل من بين أهم هذه القيادات بالنسبة لفعالية كرة القدم (المدرّبون) الذين يتعاملون بشكل مباشر مع اللاعبين وتوجيههم خلال الوحدات التدريبية وسير المباريات وقبلها وبعدها، حتى ان الشوط الثاني من المباريات يطلق عليه شوط المدربين، والمراد في ذلك هو ان نمط السلوك القيادي للمدربين خلال الأوقات الحرجة هو الذي يحسم المباراة من خلال قدرتهم على توجيه لاعبيهم واستثمار قابليتهم لمدياتها القصوى مع الحد من خطورة الفريق المنافس، وبرزت مشكلة البحث في سعيه الى تشخيص مدى استخدام المدربين القمع الانفعالي وكذلك قد يتأثر القمع الانفعالي للمدربين تبعاً

لظروف المباريات وامكانيات اللاعبين وسلوكياتهم في الملعب وبالتالي تأثيره المباشر على نتائج الفريق هذا من جهة ومن جهة اخرى وحسب علم الباحث عدم وجود الدراسات التي تناولت الموضوع في المجال الرياضي ولعدم توافر اداة لقياس القمع الانفعالي للمدربين وخصوصا لعبة كرة القدم لذا فقد ارتأت الدراسة الحالية للبحث عن ايجاد اداة لقياس القمع الانفعالي للمدربين بكرة القدم فضلا عن التعرف على العلاقة ما بين القمع الانفعالي للمدربين والصمود النفسي للاعبين من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في اندية المنطقة الشمالية بالعراق.

2) الدراسات النظرية:

1-2 القمع الانفعالي:

وهو محاولة الفرد احباط التعبير عن الرغبات والمشاعر والحاجات وبشكل قوي (Talib, 2013) وقد عرفه كروس (Gross & John, 2003) كظم إرادي من قبل الإنسان لسلوكه الانفعالي السلبي عندما يتعرض لمثيرات انفعالية خارجية.

2-2 الصمود النفسي:

عرفه (Al'aesar, 2010) على انه القدرة على التوقع ومواجهة الضغوط والصدمات الخارجية سواء كانت جسدية أو عاطفية وقدرته على الارتداد والتعافي النفسي بعد التعرض للضغوط. بينما عرفه (hamd, 2012) الصمود النفسي "هو العملية المستمرة للتكيف الشديد مع أي صدمة أو أزمة أو مأساة أو تهديد أو أي مصدر ضغط ذي دلالة وهو مقاومة الخبرات القاسية والمواقف الضاغطة والنهوض بفاعلية بعد هذه الضغوط والازمات الخطيرة"

3) منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسحي والارتباطي لملائمته لمشكلة البحث.

1-3 مجتمع البحث وعينته:

أشتمل مجتمع البحث على اندية للمنطقة الشمالية بالعراق في كرة القدم درجة (الاولى، الثانية) للموسم الرياضي 2021/2022 والبالغ عددهم (500) لاعبا، إذ تم اختيار عينة البحث بصورة عشوائية من بعض اندية المنطقة الشمالية بكرة القدم تحقيقا لأهداف البحث، والبالغ عددهم (160) لاعبا، يمثلون، (32%) من مجتمع البحث الكلي، للموسم الرياضي 2021/2022 والجدول (1) يبين اعداد اللاعبين ونسبهم المئوية موزعين على الأندية الرياضية.

جدول (1)

يبين أسماء الأندية الرياضية وأعداد اللاعبين ونسبهم المئوية

ت	اسم النادي	الدرجة	عدد اللاعبين	النسبة المئوية
1	نادي الموصل الرياضي	الثانية	15	9,37%
2	نادي كاره الرياضي	الثانية	15	9,37%
3	نادي دهوك	الثانية	13	8,12%
4	نادي اربيل	ممتاز	15	9,37%
5	نادي الامواج الموصل الرياضي	الثانية	20	12,5%
6	نادي البلدية الرياضي	الثانية	21	13,12%
7	نادي غاز الشمال	الأولى	21	13,12%
8	نادي العمال الرياضي	الثانية	13	8,12%
9	نادي بيشمركه سليمانية	الأولى	12	7,5%
10	نادي سميل	الثانية	15	9,37%
	المجموع		160	100%

2-3 وسائل جمع المعلومات

(تحليل المصادر، استمارة الاستبيان، المقابلة الشخصية)

3-3 أدوات البحث:

ومن اجل تحقيق هدف البحث وجب على الباحثان تبني مقياس القمع الانفعالي للمدربين من وجهة نظر اللاعبين بالكرة القدم الذي اعدّه (Yousaf, 2022) الذي يتكون من (35) فقرة ، منها (28) فقرة ايجابية ، و(7) فقرة سلبية ، موزعة على مجالات المقياس الستة وهي، التحكم بالذات (5) فقرة، الدفاعات القمعية(المواجهة الدفاعية) (8) فقرة ، التحكم في الاندفاعية (7) فقرة ، القمع الشديد التعبير عن الانفعالات (5) فقرة ، الشدة الانفعالية (5) فقرة ، الاستمرار الانفعالي (5) فقرة ، حيث تتم الاجابة على فقرات المقياس من خلال خمس بدائل وهي (تنطبق عليه دائماً)،(تنطبق عليه غالباً)،(تنطبق عليه احياناً)،(تنطبق عليه نادراً)،(لا تنطبق عليه ابدًا)، وتعطى لها الاوزان (1-5) على التوالي للفقرات الايجابية ، والعكس بالنسبة للفقرات السلبية (1-5) ، لذلك فان اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب هي (175) درجة تمثل الدرجة الكلية للمقياس ، وقل درجة يحصل عليها هي (35) التي تمثل ادنى درجة كلية على المقياس وبمتوسط فرضي (105)، الملحق رقم (2) يبين المقياس بشكله النهائي.

جدول (3)**يبين الفقرات الايجابية والسلبية لمقياس القمع الانفعالي**

ت	المجالات	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	المجموع
1	التحكم بالذات	24-4-1	5-2	5
2	الدفاعات القمعية	12-11-10-9-8-7-6	13	8
3	التحكم في الاندفاعية	20-19-18-17-16-15-14	0	7
4	القمع الشديد للتعبير عن الانفعالات	23-21	3-25-22	5
5	الشدة الانفعالية	30-29-28--26	27	5
6	الاستمرار الانفعالي	35_34-33_32_31	0	5

كما تبني مقياس الصمود النفسي الرياضي المقنن من قبل (Yousaf, 2022) للاعبين كرة القدم في المنطقة الشمالية يهدف الى توفير اداة قياس صادقة وثابتة لقياس درجة الصمود النفسي الرياضي ، ويتكون المقياس بصورته النهائية من (41) فقرة ، موزعة على سبع مجالات ، وهي حل المشاكل (7) فقرات ، الصلابة (7) فقرات الكفاءة الشخصية (7) فقرات ، التفاؤل (5) فقرات، والعلاقات الاجتماعية (5) فقرات، و القدرة على تنظيم الضغوط (5) فقرات ، المرونة (5) فقرات ، ويحتوي المقياس على (14) فقره سلبية وهي (2-10-7-5-13-18-20-22-26-28-32-36-38-40) ويحتوي على (27) فقره ايجابيه وهي(1-3-4-6-8-9-12-14-15-16-17-19-21-23-24-25-27-29-30-31-33-34-35-37-39-41) وتتم الاجابة عن فقرات المقياس من خلال خمسة بدائل(تنطبق علي دائماً)(تنطبق علي غالباً)(تنطبق احياناً)(تنطبق علي نادراً)(لا تنطبق علي ابدًا)، وتعطى لها الأوزان (1-5) على التوالي لفقرات المقياس الايجابية ، وتكون الدرجة الكلية العليا للمقياس (205) درجة ، اما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس (41) درجة ، والمتوسط الفرضي للمقياس يبلغ (123) درجة ، الملحق (16) يبين المقياس بشكله النهائي.

3-4 صدق المقياس:

تحقق الباحث من صدق المقياسين عبر صدق المحتوى والصدق الظاهري(المحكمين).

3-4-1 التحليل المنطقي للفقرات (الصدق الظاهري):

حيث يمكن تقييم درجته من خلال التوافق بين تقديرات الخبراء، وبما أن هذه التقديرات تتصف بدرجة عالية من الذاتية لذلك تم اللجوء إلى الصدق الظاهري، تم عرضها على شكل استبيان موجه الى الخبراء ذوي الاختصاص في مجال العلوم النفسية والتربوية وعلم النفس الرياضي ، ومجال القياس والتقويم و اللغة العربية لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مدى صلاحية مجالات وفقرات مقياس القمع الانفعالي ، وذلك لغرض تقويمها كونها صالحة أو غير صالحة ومدى ملاءمتها للمجالات والمحاور المنسوبة إليها مع إضافة اي فقرة مناسبة وحذف وتعديل غير المناسب منها ، والحكم على مدى ملائمتها للمجال الذي وضعت لأجله ، ويعد اتفاق المحكمين نوعاً من أنواع الصدق الظاهري(Stanly&Kennth: 1987: 109) ، حيث تعد هذا الإجراءات وسيلة مناسبة يتم بها التأكد من صدق المقياس

حيث يشير (Al-Saeed & Pain, 2017),(Alsumaidaey, At, Al, 2010) وبذلك لم تم حذف اي فقرة لحصولهم على نسبة اتفاق (75%) فاكتر من اراء الخبراء(104,1981,Ferguson), والجدول (4) يبين ذلك

جدول (4)
يبين اراء السادة الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس القمع الانفعالي والنسبة المئوية

قبول الفقرة	المجال	النسبة المئوية	الخبراء			تسلسل الفقرات
			الرافضون	الموافقون	عدد الخبراء	
مقبولة	الاول	%86,6	2	13	15	1
مقبولة	الاول	%93,3	1	14	15	2
مقبولة	الاول	%93,3	1	14	15	3
مقبولة	الاول	%100	0	15	15	4
مقبولة	الاول	%86,6	2	13	15	5
مقبولة	الاول	%93,3	1	14	15	6
مقبولة	الثاني	%93,3	1	14	15	7
مقبولة	الثاني	%86,6	2	13	15	8
مقبولة	الثاني	%93,3	1	14	15	9
مقبولة	الثاني	%93,3	1	14	15	10
مقبولة	الثاني	%86,6	2	13	15	11
مقبولة	الثاني	%80	3	12	15	12
مقبولة	الثاني	%80	3	12	15	13
مقبولة	الثاني	%86,6	2	13	15	14
مقبولة	الثاني	%100	0	15	15	15
مقبولة	الثاني	%86,6	2	13	15	16
مقبولة	الثاني	%93,3	1	14	15	17
مقبولة	الثالث	%93,3	1	14	15	18
مقبولة	الثالث	%86,6	2	13	15	19
مقبولة	الثالث	%80	3	12	15	20
مقبولة	الثالث	86,6	2	13	15	21
مقبولة	الثالث	%80	3	12	15	22
مقبولة	الثالث	%93,3	1	14	15	23
مقبولة	الثالث	%80	3	12	15	24
مقبولة	الثالث	%93,3	1	14	15	25
مقبولة	الرابع	%93,3	1	14	15	26
مقبولة	الرابع	%86,6	2	13	15	27
مقبولة	الرابع	%80	3	12	15	28
مقبولة	الرابع	%93,3	1	14	15	29
مقبولة	الرابع	%100	0	15	15	30
مقبولة	الرابع	%93,3	1	14	15	31
مقبولة	الخامس	%100	0	15	15	32
مقبولة	الخامس	%86,6	2	13	15	33
مقبولة	الخامس	%100	0	15	15	34
مقبولة	الخامس	%100	0	15	15	35

جدول (5)
يبين اراء السادة الخبراء حول صلاحية فقرات مقياس الصمود النفسي والنسبة المئوية

ت	عدد الخبراء	الموافقون	النسبة المئوية	قبول الفقرة
1	17	16	94.1	مقبولة
2	17	14	82.3	مقبولة
3	17	15	88.2	مقبول
4	17	17	%100	مقبولة
5	17	14	82.3	مقبولة
6	17	16	94.1	مقبولة
7	17	15	88.2	مقبولة
8	17	13	76.4	مقبولة
9	17	14	82.3	مقبولة
10	17	14	82.3	مقبولة
11	17	15	88.2	مقبولة
12	17	17	%100	مقبولة
13	17	16	94.1	مقبولة
14	17	14	82.3	مقبولة
15	17	17	%100	مقبولة
16	17	13	76.4	مقبولة
17	17	16	94.1	مقبولة
18	17	15	88.2	مقبولة
19	17	15	88.2	مقبولة
20	17	16	94.1	مقبولة
21	17	14	82.3	مقبولة
22	17	14	82.3	مقبولة
23	17	15	88.2	مقبولة
24	17	14	82.3	مقبولة
25	17	17	%100	مقبولة
26	17	16	94.1	مقبولة
27	17	17	%100	مقبولة
28	17	14	82.3	مقبولة
29	17	13	76.4	مقبولة
30	17	16	94.1	مقبولة
31	17	15	88.2	مقبولة
32	17	13	76.4	مقبولة
33	17	17	%100	مقبولة
34	17	16	94.1	مقبولة
35	17	16	94.1	مقبولة
36	17	15	88.2	مقبولة
37	17	15	88.2	مقبولة
38	17	17	%100	مقبولة
39	17	16	94.1	مقبولة

ت	عدد الخبراء	الموافقون	النسبة المئوية	قبول الفقرة
40	17	16	94.1	مقبولة
41	17	17	%100	مقبولة

3-5 التجربة الاستطلاعية:

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (20) لاعبين كرة القدم من أندية المنطقة الشمالية حيث "تعد التجربة الاستطلاعية تدريب علميا للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تقابله اثناء اجراء الاختبارات لتفاديها" (المندلوي، 1990، 107)، حيث تم تطبيق التجربة الاستطلاعية بتاريخ (10-15/3/2022)، وكان الغرض من التجربة الاستطلاعية ما يأتي:

1. درجة استجابة اللاعب ومدى وضوح فقرات المقياس.
2. تأكد من وضوح تعليمات المقياس.
3. إن وجدت هناك اي تساؤلات واستفسارات يجب الإجابة عليها.
4. إذا صادف الباحثان اي مشكله او معوقات يتم تشخيصها.
5. ما مدى الوقت الذي يستغرقه المختبر عند الإجابة للمقياس.

وقد أظهرت نتيجة التجربة الاستطلاعية عدم وجد أي غموض حول فقرات المقياسين، وكانت طريقة الإجابة واضحة ومفهومة وبلغ معدل الوقت المستغرق للإجابة لكل مقياس بين (10 - 20) دقيقة.

3-6 التطبيق النهائي:

بعد أن أجرى الباحثان جميع الإجراءات العلمية المتعلقة بالتجربة الاولى تم توزيع مقياس القمع الانفعالي الذي اعده (Yousaf, 2022) على أفراد عينة تطبيق البحث والبالغ عددهم (160) لاعبا والتي تمثل 40% من مجتمع البحث وكما يأتي:

- 1- تم توزيع مقياسين على لاعبين كرة القدم في اندية المنطقة الشمالية.
- 2- تم جمع البيانات الخاصة بالبحث للفترة من 2020/3/20 الى 2020/4/25 والتعامل معها إحصائياً لغرض الوصول إلى تحقيق أهداف البحث.

3-7 ثبات المقياس:

يعد ثبات المقياس شرطا اساسيا من شروط موضوعية اداة البحث (Alrosan, 1999)، ويشير الثبات الى درجة الاستقرار في النتائج في تقدير سلوك او صفة ما (Alnabhan, 2004)، ولغرض ايجاد معامل الثبات لمقياس القمع الانفعالي والصمود النفسي تم استخدام طريقة التجزئة النصفية ومعامل الارتباط البسيط قبل التصحيح وكذلك معامل سبيرمان براون بعد التصحيح.

3-7-1 طريقة التجزئة النصفية:

يشير الثبات الى "مدى الدقة والاتقان او الاتساق الذي يقيس به الاختبار الظاهر التي وضع من اجلها" (Radhwan, 2006)، ولغرض الحصول على ثبات المقياس استخدمت طريقة التجزئة النصفية بأسلوب الفقرات (الفردية والزوجية)، حيث قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة مكونة من (30) لاعباً اختبروا بطريقة عشوائية من عينة البناء ثم قسمت الى نصفين النصف الاول يمثل فقرات التسلسل الفردي وهي (17) فقرة ، والنصف الثاني يمثل فقرات التسلسل الزوجي وهي (17) فقرة، بعد استبعاد الفقرة رقم (18) ، بحيث اصبح لكل لاعب درجتان (فردية وزوجية)، واستخدم في بعض الدراسات (Alkawaz, 2005)، و (Tabeel 2009)، واستخدم معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نصف المقياس فظهرت قيمة (ر) المحتسبة تساوي (0.79) "اذ ان الارتباط بين درجات كل من نصف الاختبار يعتبر بمثابة الاتساق الداخلي لنصف الاختبار فقط وليس الاختبار ككل" ولكي نحصل على تقدير غير متحيز لأثبات الاختبار بكامله تم استخدام معادلة (سبيرمان . براون)، اذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (0,88) ، وهو دالة احصائيا مما يدل على ثبات مقياس القمع الانفعالي .

واستخدم معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين درجات نصف المقياس فظهرت قيمة (ر) المحتسبة تساوي (0.78) "اذ ان الارتباط بين درجات كل من نصف الاختبار يعتبر بمثابة الاتساق الداخلي لنصف الاختبار فقط وليس الاختبار ككل" ولكي نحصل على تقدير غير

متحيز لأثبت الاختبار بكامله تم استخدام معادلة (سييرمان . براون)، إذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (0,87)، وهو دالة احصائياً مما يدل على ثبات المقياس صمود النفسي.

4) عرض ومناقشة النتائج:

1-4 عرض ومناقشة نتائج هدف البحث: (التعرف على العلاقة الارتباطية بين القمع الانفعالي للمدربين والاصمود النفسي لدى لاعبي كرة القدم في أندية المنطقة الشمالية).

لغرض التعرف على هذا الهدف تم حساب معامل الارتباط بين متغيري البحث باستخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات عينة البحث في القمع الانفعالي والاصمود النفسي

جدول (7)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة (Sig) لعينة البحث في مقياس الصمود النفسي الرياضي والقمع الانفعالي

المعالم الاحصائية المقياس	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة(ت) المحتسبة	قيمة sig
الاصمود النفسي الرياضي	160	128.46	10.055	123	6.879	0,001
القمع الانفعالي	160	123,893	8,264	105	28,919	0,001

معنوي عند مستوى معنوية > (0,05).

يتبين من الجدول (7): ان قيمة الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على مقياس الصمود النفسي الرياضي بلغت (128.46) درجة ، وبانحراف معياري قدره (10.055) درجة ، وعند التعرف على معنوية الفروق بين متوسط درجات عينة البحث والمتوسط الفرضي لمقياس الصمود النفسي الرياضي والبالغ (123) درجة، وباستخدام اختبار (ت لعينة واحدة) بلغت قيمة ت المحتسبة (6.879) درجة وحيث كانت قيمة sig (0.001) ، مما يدل على ان الفرق معنوي ولصالح الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث ، بمعنى ان لاعبي أندية كرة القدم في المنطقة الشمالية لديهم درجة مرتفع نوعاً ما من الصمود النفسي الرياضي .

ويتبين ان قيمة الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على مقياس القمع الانفعالي بلغت (123,893) درجة، وبانحراف معياري قدره (8,264) درجة ، وعند التعرف على معنوية الفروق بين متوسط درجات عينة البحث والمتوسط الفرضي لمقياس القمع الانفعالي والبالغ (105) درجة، وباستخدام اختبار (ت لعينة واحدة) بلغت قيمة ت المحتسبة (28,919) درجة وحيث كانت قيمة sig (0.001) ، مما يدل على ان الفرق معنوي ولصالح الوسط الحسابي ، بمعنى ان مدربين أندية كرة القدم في المنطقة الشمالية لديهم مستوى مرتفع من القمع الانفعالي.

جدول (8)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط لعينة البحث على مقياس القمع الانفعالي والاصمود النفسي.

المعالم المتغيرات	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (R)	قيمة sig	الدلالة
القمع الانفعالي	160	123,89	8,264	-0.570	0,001	معنوي
الاصمود النفسي		128.46	10.055			

معنوي عند مستوى معنوية > (0,05).

يبين الجدول (8) ان قيمة الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على فقرات القمع الانفعالي بلغت (123,89) درجة ، وبانحراف معياري قدره (8,264) درجة، في حين بلغت قيمة الوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على فقرات الصمود النفسي (128.46) درجة ، وبانحراف معياري قدره (10.055) درجة ، ومن اجل التعرف على طبيعة العلاقة بين كل من القمع الانفعالي والصمود النفسي ، تم استخدام معامل الارتباط البسيط لبيرسون ، حيث بلغت قيمة (ر) المحتسبة (-0.570)، وقيمة sig (0.001)، وهذا يدل على وجود علاقة عكسية ذات دلالة احصائية بين درجات القمع الانفعالي للمدربين من وجهة نظر لاعبيهم ودرجات الصمود النفسي لدى لاعبي كرة القدم في أندية المنطقة الشمالية .

اي انه كلما ارتفعت درجة القمع الانفعالي لدى المدربين يقابلها انخفاض في درجة الصمود النفسي لدى اللاعبين، والعكس صحيح. ويعزو الباحث ذلك أن نجاح الضبط الانفعالي يعتمد على استراتيجيات متكيفة أما صعوبات الضبط الانفعالي فهي مصاحبة للانفعالات السلبية وغير المتكيفة الذي تكون له آثار إيجابية آنية تتمثل بارتفاع تقدير الذات والمحافظة على صورة المدرب أمام لاعبيهم والحصول على الاستحسان الاجتماعي، فالقمع الانفعالي يحدث عندما يكف المدربين انفعالاتهم السلبية لتجنب القلق ولتجنب تقويض تقديرهم الذاتي كم أن القمع الانفعالي يحدث مكافحة في عمليات الوعي لكل الانفعالات السلبية كالشعور بالذنب والغضب والخوف تجنباً لرفض اللاعبين، ويعد تجنب والتبديل الانفعالي من أبرز مظاهر القمع الانفعالي وهو كذلك من أبرز الصفات الرئيسية ، أي الخمود في رد الفعل إزاء المنبهات الخارجية يظهر من خلال انخفاض الاهتمام بالأنشطة التي كانت قائمة في حياة المدرب، وقد تكون هذه وسيلة دفاعية يلجأ إليها المدرب لاستعادة السلام الداخلي.

وهذا يعني أن هناك علاقة عكسية غير معنوية بين القمع الانفعالي والصمود النفسي اي انه كلما زاد القمع الانفعالي للمدرب يقل تقبل النقد والتعلم من الاخطاء السابقة لدى اللاعب ولا يعترف بها ويصر على رأيه مهما كان خطأ ويشعر بالانزعاج من انتقاد الاخرين له ومن ثم لا يحاول تعديل تصرفاته وسلوكياته الخاطئة ، ومن ثم تقل ثقة اللاعب بنفسه وبحسب وجهة نظر الباحث فهذه النتيجة منطقية وهي ما أشارت إليه الآراء النظرية بخصوص القمع الانفعالي وآثاره السلبية على المدرب ، والمشجع للتعبير عن الذات وبيان الرأي واطهار القدرات الكامنة والتي لا بد من التنفيس عنها وإن لم يتوفر لهم ذلك أدت الى انخفاض في مستوى الصمود النفسي للاعبين وزيادة القمع الانفعالي للمدربين ومن ثم يكون لها تأثير على الصحة النفسية للمدرب وظهور أمراض نفسية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (Altaif, 2016) وحيث أظهرت أن مفهوم القمع الانفعالي يرتبط بمفهوم تنظيم الذات بعلاقة عكسية قوية أي كلما زاد تنظيم الذات قل مستوى القمع الانفعالي لدى طلبة الجامعة. (Altaif, 2016)

وتعود هذه النتائج الى القدرة الفائقة لمستخدمي استراتيجيات التعامل القمعي على كف ذاكرتهم عند الاحداث السلبية فالقمع الانفعالي هو استراتيجيات مواجهة تتسم بكف الانفعالات السلبية لتجنب معلومات القلق ، فمستخدمو استراتيجيات التعامل القمعي لا يتقبلون العيش كحالات انفعالية سلبية لأنها تقوض تقديراتهم الايجابي لأنفسهم ، وكف الانفعالي هنا لأجل وظيفة اساسية وهي الحفاظ على هذه الصورة الايجابية للذات وكذلك ركز وينيرجر وزملاؤه على اهمية بعد مراقبة الذات (مراقبة الاندفاعات ، قمع السلوك العدواني ، تقدير الاخر، الشعور بالمسؤولية)، ودائماً حسب وينيرجر وزملاؤه فان هذه الاستراتيجيات لها دور حاسم في مكافحة الوعي الانفعالي السلبي من (الشعور بالذنب ، الغضب، الخوف) فقط من اجل الرغبة في الحفاظ على صورتها امام الاخرين وتجنب الرفض الاجتماعي (Carton,2006,124) .

2-4 الاستنتاجات:

1. يمتلك مدربي أندية المنطقة الشمالية بكرة القدم درجة عالية من القمع الانفعالي حسب وجهة نظر لاعبيهم
2. يمتلك لاعبو أندية المنطقة الشمالية بكرة القدم درجة عالية من الصمود النفسي حيث يساعدهم في مواجهة الصعوبات التي تواجههم في التمارين والمباريات
3. وجود علاقة ارتباطية عكسية بين القمع الانفعالي والصمود النفسي حيث كلما زاد القمع الانفعالي للمدربين قل الصمود النفسي عند اللاعبين والعكس صحيح

3-4 ومن خلال هذا النتائج يوصي الباحثان بما يأتي :

1. ضرورة موازنة الجانب النفسي مع الجانب البدني والمهاري؛ لما له من أهمية في القدرة على امتلاك اللاعب القدرة الذهنية العالية والتي بالإمكان توظيفها في المباريات بشكل جيد.

2. إشراك المدربين في دورات ومحاضرات في علم النفس الرياضي تمكنهم من التعامل النفسي مع اللاعبين.
3. العمل على المحافظة على مستوى الصمود النفسي والارتقاء به إلى أقصى الدرجات
4. اجراء برامج إرشادية لتدريب اللاعبين على اكتساب مهارات الصمود النفسي وذلك لزيادة قدراتهم على التحمل ومواجهة المشاكل التي تواجههم على صعيد التدريب والمنافسة.

References

- AbdulRasoul, T. H., Aldewan, L. H., & Muslim, A. J. (2019). Effect of Daniel 's model in teaching basic skills of football halls. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 58, 11–25.
- Al'aesar, S. (2010). Resilience from a positive psychology perspective. *The Egyptian Journal of Psychological Studies*, 20(66), 32. [1010017/Record/com.mandumah.search://h](https://www.iasj.net/iasj/article/53671)
- Aldewan, L. H., Saleh, Z., & Ashour, A. R. (2006). The effect of using a small playground in developing some basic soccer skills. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 19. <https://www.iasj.net/iasj/article/53671>
- Al-Kawaz, Uday Ghanem Mahmoud (2005): Resistance to Organizational Change in the Light of Administrative Values in the Sports Clubs of the Northern Region in Iraq, an unpublished doctoral thesis, College of Physical Education, University of Mosul, Iraq.
- Al-Mandalawi, Qassem Hassan and others (1990): Training foundations for the effectiveness of athletics, Higher Education Press, Baghdad, Iraq.
- Al-Nabhan, Musa (2004): Measurement and Evaluation in Behavioral Sciences, Dar Al-Shorouk for Publishing and Distribution, Mutah University, Jordan.
- Al-Rousan, Farouk (1999): Methods of Measurement and Diagnosis in Education, 1st Edition, Dar Al-Fikr, University of Jordan.
- Al-Saeed, R., & Pain, M. T. G. (2017). DESCRIPTIVE ANALYSIS OF HIP AND KNEE JOINT LOADING DURING REVERSE ROUNDHOUSE KICK (HOOK) KARATE KICK PERFORMED IN TRAINING AND COMPETITION MODES. *ISBS - Conference Proceedings Archive*.
- Bryan' Jennifer (2014): A self-determination theory perspective Adjustment to college. unpublished Dissertation presented to the faculty of the Department of Psychology university of Houston in partial fulfillment of the Requirements of the Degree of Doctor of Philosophy .
- Butler, Emily A, et al. (2007): Emotion Regulation and culture: are the social consequences of emotion suppression culture -specific? *emotion Journal*, the American Psychological Association, Inc, U.S.A., vol.7 <https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.1.30>
- Carton.s (2006): La répression émotionnelle et son rôle en psychopathologie, *Psychologie française* 51, pp 124 <https://doi.org/10.1016/j.psfr.2006.01.004>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- hamd, hamid sulayman. (2012). *Sports psychology* (1st ed.). Arab House.
- Kouider, Amina (2014): The relationship between emotional repression and psychological distress - a field study on Blida University students, *Journal of Psychological and Educational Studies*, Issue 13., Ibn Khaldun University, Algeria <https://doi.org/10.12816/0039872>
- Latif, Shaima Muhammad (2016): Emotional suppression and its relationship to self-regulation among university students, unpublished master's thesis, Baghdad.

Radwan, Mohamed Nasr El-Din (2006): Introduction to Measurement in Physical Education and Sports, 1st edition, Al-Kitab Publishing Center, Cairo, Egypt

Salloum, Hana Abbas. (2015) Emotional regulation strategies and their relationship to problem solving

Talib, R. K. M. (2013). *The effect of emotional suppression of type "c" and type "d" personality in prospective memory*. Baghdad University.

Youssef, Zakir Muhammad Salim (2022) Physical Education and Sports Sciences, College of Basic Education, University of Mosul, Nineveh, Iraq

ملحق (2)

يبين مقياس القمع الانفعالي

ت	الفقرات	تتطبق عليه دائماً	تتطبق عليه غالباً	تتطبق عليه احياناً	تتطبق عليه نادراً	لا تتطبق عليه ابداً
1	يتحكم المدرب بمشاعره من خلال تغيير طريقة تفكيره					
2	يحتفظ المدرب بمشاعره لنفسه					
3	يقمع المدرب مشاعره حتى لو خسر المباراة					
4	يسيطر المدرب على انفعالاته و مشاعره عندما يتأخر في النتيجة					
5	يتجنب المدرب اظهار مشاعره الحقيقية امام وسائل الاعلام.					
6	يحترم المدرب الإدارة على الرغم من تقصيرها بتهئية الظروف المناسبة					
7	يتجنب المدرب البكاء عند تعرضه لموقف محزن					
8	يخفي المدرب مزاجه المكتئب عن اللاعبين					
9	يمدح المدرب لاعبيه على الرغم من تأخرهم في النتيجة					
10	يظهر المدرب مشاعره للاعبين					
11	يمتلك المدرب وجهاً جرياً أمام لاعبيه					
12	يعترف المدرب بانفعالاته الخاطئة مهما كانت					
13	يشعر المدرب بالاستياء عندما لايطبق اللاعبين توجيهاته بشكل جيد					
14	يفكر المدرب بهدوء في اصعب المواقف المثيرة للأعصاب					
15	يكبت المدرب مشاعره السلبية					
16	يحرص المدرب على اظهار مشاعره الإيجابية بشكل متوازن					
17	المدرب قادر على صنع مواقف تخفض غضب اللاعبين					
18	يستطيع المدرب السيطرة على انفعالاته امام الجمهور ووسائل الاعلام					
19	يستطيع المدرب أن يكون هادئاً في جميع المواقف السلبية والإيجابية					
20	مدرينا لا يمكن استفزازه من قبل الاعلام					
21	يتجنب المدرب التهجم على اللاعبين والاشياء المحيطة به					
22	يؤلم المدرب اخفاء مشاعره الحقيقية للاعبين					
23	يحاول المدرب ان يخفي القلق و التوتر لديه امام اللاعبين					
24	يحتفظ المدرب بانفعالاته لنفسه					
25	ينتاب المدرب حاله من العصبية والترفزة قبل المباراة					
26	يظهر المدرب للاعبين توازن انفعالي في حالات الفوز والخسارة					
27	يعترض المدرب بشدة على قرارات الحكم الخاطئة					
28	يتجاوب المدرب مع صيحات الجمهور المؤيدة					
29	يتأثر المدرب عندما يتعرض احد لاعبيه لإصابة					
30	يتفاعل المدرب مع كل أحداث المباراة بما يناسبها					
31	يخفي المدرب شعوره بالألم طوال فترة المباراة					
32	تستمر المشاعر الإيجابية للمدرب في اسوء ظروف اللعب					
33	يلتزم المدرب الصمت خلال المباراة					
34	يتمكن المدرب من مناقشة اللاعبين واقناعهم بخططه للعب					
35	يتقبل المدرب العتاب من الآخرين حتى ولو اعتقد أنهم أقل منه					

ملحق (3)

يبين مقياس الصمود النفسي

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
1	اتحمل الضغوط والصعاب للوصول الى حل المشكلة.					
2	عندما ابدأ المباراة بصورة سلبية تؤثر على قراراتي اللاحقة اثناء المباراة.	-				
3	امتلك القدرة على التحكم في انفعالاتي اثناء المباراة.					
4	مصدر ثقتي في المباريات نتيجة الالتزام في التدريب.					
5	واجه صعوبة في تذكر مواد القانون في المباراة.	-				
6	اعالج أي صعوبة جديدة تواجهني في المباراة.					
7	اتلکأ عند قيادتي المباريات الحساسة والحاسمة.	-				
8	كون هادئاً في الظروف الصعبة من المباراة					
9	انجح في تكوين طابع جيد عند الاخرين.					
10	يصعب علي ضبط غضبي في المباراة.	-				
11	اسعى لأخذ القرارات الأكثر تقبلاً في المباراة.	-				
12	اتخذ القرارات بأسرع وقت لحل المشاكل في المباراة.					
13	أجد صعوبة في التخلص من الآثار السلبية للمباراة السابقة.	-				
14	انا مستمتع جيد للأخرين.					
15	استطيع التحكم بسلوكي ليتناسب مع المواقف في المباريات.					
16	أفكر بإيجابية عند المواقف الصعبة في المباراة					
17	استطيع أن اتجاوز القرارات الخاطئة في المباراة					
18	انزعج لأتفه الأسباب في المباراة.	-				
19	افكر بإيجابية في المباراة.					
20	اجد صعوبة في إيجاد لغة مشتركة مع اللاعبين.	-				
21	استطيع ان استعيد توازني في المباراة بعد حل المشكلة.					
22	تلازمني أفكار حزينة لمدة ليست بالقصيرة بعد اتخاذ قرار خاطئ في المباراة.	-				
23	اتعامل بجدية مع جميع اللاعبين في المباراة.					
24	أحاول رؤية الجانب الإيجابي من المباراة عندماواجه المشاكل.					
25	أكون مرناً في تطبيق مواد القانون في المباراة.					
26	اتأثر عندما يصفني البعض باني غير جيد أثناء المباراة.	-				
27	استعد لمواجهة أي مشكلة تواجهني في المباراة.					
28	اشعر بالفشل عند عدم حل المشاكل في المباراة.	-				
29	اتبع عدة طرق للوصول الى الحل المناسب للمشكلة في المباراة					
30	افرح عند حل المشاكل الصعبة في المباراة.					
31	ألتزم في انجاز مهماتي اثناء المباراة.					
32	افكر بملاحظات المدرب بعد اتخاذ قرار خاطئ في المباراة.	-				
33	استطيع تحديد مزاج اللاعبين في المباراة.					
34	استطيع التكيف مع ظرف المباراة المتغيرة					
35	أستطيع أن اتجاوز الصعاب في المباراة لتحقيق اهدافي.					
36	أشغل تفكيري بالأحداث السلبية السابقة اكثر من اللازم.	-				
37	لا اتأثر عاطفياً في حل المشاكل في المباراة.					
38	الأشياء السيئة في المباراة تدوم طويلاً	-				

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابداً
39	احس بالأمان في المباراة نتيجة وجود رجال الامن.					
40	اشعر بحساسيه عاليه عندما ينتقذي الجمهور.	-				
41	استطيع السيطرة على المشاعر السلبية في المباراة.					