



جامعة المنصورة
كلية التربية الرياضية

**الذات الجسمية وعلاقتها بوحدة الشعور النفسية لدى
عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية**

أ.م.د/ عمرو حسن أحمد بلبران
أستاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضي
كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة

مجلة كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة
العدد السادس عشر - مارس ٢٠١١ م

الذات الجسمية وعلاقتها بوحدة الشعور النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية

أ.م.د/ عمرو حسن أحمد بلبران

١/١ مقدمة ومشكلة البحث:

بعد الجسم البشري الوسيلة الرئيسية التي يقيس بها اللاعب عالمه الداخلى وعالمه الخارجى، كما أنه الأداة التي يجرب ويفسر ويتعامل ويتفاعل بها مع هذين العالمين، وقد أدرك الفلاسفة والباحثون والمفكرون هذه الحقيقة فكتبوا الكثير عن علاقة اللاعب بجسمه وعن كيفية إدراكه لهذا الجسم ومدى تأثير تلك العلاقة، وذلك الإدراك على شخصيته وسلوكه مع الآخرين وسلوكه الذاتى وعالمه المعرفى وتخللاته، لكن تلك التاملات لم تستطع أن تخترق تلك الظواهر شديدة التعقيد وتتغذى إلى أغوارها.

وقد أدرك فيشر (Fisher, 1990) هذه الصعوبات عندما تناول المعرفة الذهنية للجسم، فينكر: أن ميدان المعرفة الذهنية للجسم ميدان فسيح، ولكننا لم نستطع حتى الآن أن نلمح حدوده الخارجية (١: ٦١).

ويشير كل من علاء الدين كفاى، ومايسة أحمد النبال (١٩٩٥م)، إلى أن صورة الجسم، هى: صورة ذهنية تكونها عن أجسامنا ككل بما فيها الخصائص الفيزيائية والخصائص الوظيفية (إدراك الجسم) واتجاهاتنا نحو هذه الخصائص (مفهوم الجسم) على أن صورة الجسم تتبع لدينا من مصادر شعورية ولاشعورية وتمثل مكوناً أساسياً فى مفهومنا عن ذاتنا (١٤: ٤٤).

* أستاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة.

إن اللاعب الذي يدرك نغمه على أنه قصير القامة أو أنه ذو سمعة مفرطة يميل إلى العزلة والابتواء، وقد يعانى الخجل من الآخرين خوفاً من أن يكون الآخرون اتجاهها سلبياً نحوه، وفي المقابل لهذا الاتجاه نجد أن الرضا عن صورة الجسم تنبئ بالشعور بالمساعدة والاطمئنان، بينما اللاعب الذي يشعر بالجاذبية الجسمية يكون راضياً عن صورته الجسمية ويكون سعيداً في حياته، ولذا فإنه يتمتع بقبول حسن من الآخرين، وينجح في بناء علاقات اجتماعية سوية، ومن الآثار الضارة أيضاً لتشوه صورة الجسم ضعف الثقة بالنفس وانخفاض تقدير الذات وظهور أعراض القلق والاكتئاب (١١ : ٢٩).

وتتطور الصورة التي يكونها اللاعب عن جسمه من مرحلة عمرية إلى أخرى فلها خاصية الاستمرار والتعقيد، والارتقاء، وتتميز بالنظرة الكلية الشاملة إلى الفحص الجزئي المدقق؛ حيث ينظر الطفل إلى جسمه نظرة كلية ولا يدرك التفاصيل الدقيقة ولكن إدراكه يتطور في نهاية المرحلة، ويبدأ المقارنة بينه وبين أقرانه من حيث الطول والوزن والقوة البدنية، ويختلف الأمر كلية في مرحلة المراهقة؛ حيث ينظر المراهق لكل عضو من أعضائه بنفحة شديدة (١٤ : ٢٣).

وترتبط السمعة المفرطة بصورة الجسم ارتباطاً وثيقاً، وما تتضمنه من أفكار ومشاعر وإدراكات تتدرج تحت مفهوم الذات، وعلى هذا فإنه إذا كانت هناك متغيرات متباينة سواء كانت نفسية داخلية أو بيئية خارجية تعوق قدرة اللاعب على التواصل الفعال والتوافق السليم مع بيئته المحيطة فإن صورة الفرد السلبية نحو جسمه أو عدم رضاه عنها يكون أحد هذه العوامل التي تعوق التوافق مع ذاته والبيئة المحيطة به، كما أن الرضا عن صورة الجسم يرتبط بطريقة أو بأخرى بالشعور بالمساعدة والاطمئنان (١٤ : ١٨).

وقد عرضت الجمعية الأمريكية للسرطان **American Cancer Society** (ACS) عددًا من الأضرار والمشكلات الطبية الناتجة عن السمعة المفرطة، ومن أهمها: زيادة نسبة الوفيات من ٢٥-٣٠% من أبحاث أجريت على ٧٥٠ ألف رجل وامرأة من عامة الشعب الأمريكي - زيادة احتمال الإصابة بالأمراض القلب بنسبة ٣٩,٤% - ارتفاع الكوليسترول بنسبة ٣٠% - أمراض الجهاز الحركى بنسبة ٣٠,٦% - ضعف التنفس أثناء النوم بنسبة ٢٩% - السكر بنسبة ٣٥%(٢٨).

غير أن المشكلة تكمن في وجود عدد من اللاعبين لا تتكون لديهم اتجاهات إيجابية عن صورة الجسم لديهم، وهذا يؤدي إلى حدوث العديد من المشكلات والتي في كثير من الأحيان تؤثر سلبًا على أداء اللاعب وعلى علاقاته بزملائه، وقد تحدث منه العديد من السلوكيات السلبية ولا يدري أن سبب حدوث هذه السلوكيات يتمثل في عدم رضاء اللاعب عن صورته الجسمية.

ونظرًا للتغيرات المختلفة التي شهدها بداية الألفية الثالثة سواءً آكانت تغيرات سياسية أو اقتصادية أو ثقافية، فإن اللاعب يواجه العديد من الضغوط النفسية والتي تؤدي إلى الوقوع في دائرة الاضطرابات النفسية، والتي تتمثل في القلق والتردد وفقد الثقة في النفس وضعف التواصل الاجتماعي والعزلة والانطواء خاصة إذا لم يتواجد الإخصائي النفسى الرياضى القادر على مساعدة اللاعب فى أن يجتاز هذه الاضطرابات.

ومن ثم الوحدة النفسية نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يمكن أن يعانى ويشكو منها اللاعب، يتصدرها الشعور الذاتى بعدم السعادة، والتشاؤم؛ فضلاً عن الإحساس القهرى بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعى والانفعالى.

ويرى ويلز (Welss,1973)، أن الشعور بالوحدة النفسية إحدى المشكلات المهمة في حياة اللاعب المعاصر، نظراً لأن هذه المشكلة تُعدُّ البداية لكثير من المشكلات التي يتعرض لها اللاعب (٢٥).

ويشير كل من بيبلو، وبيرلمان (Peplau and Perlman,1982)، إلى أن الوحدة النفسية خبرة مزعجة بالنسبة للفرد ناتجة عن عجز في علاقاته الاجتماعية، وأن الوحدة ليست مرادفة لكون اللاعب وحيداً، كما أن وجود اللاعب مع الآخرين لا يحميه من مشاعر الوحدة (٢٠).

وترى سيسيليا سولاتو، وآخرون (Cecilia Solano et. Al, 1982)، أن خبرة الشعور بالوحدة النفسية، هي: حالة ذاتية واضحة المعالم؛ بحيث يستطيع اللاعب أن يصفها وصفاً ذاتياً ويخبرها للآخرين (١٩ : ٥٢٤ - ٥٣١).

ويشير روك (Rook,1984)، إلى أن الشعور بالوحدة النفسية مشكلة خطيرة، وخبرة شخصية مؤلمة يتعرض لها كل لاعب في مرحلة ما من مراحل حياته (٢٢ : ١٣٨٩ - ١٤٠٧).

بينما يرى كل من سكميت، وكارديك (Schmitt and Kurdek, 1985)، أنه توجد متغيرات شخصية تترابط مع الشعور بالوحدة النفسية، مثل: تقدير الذات المنخفض - الخجل - الشعور بالاغتراب - الضجر - عدم السعادة - الإكتئاب النفسي، لذا فإن الأشخاص الشعاعرين بالوحدة النفسية يتصفون باللامبالاة وينسبونها إلى البيئة الاجتماعية التي سلبت منهم قوتهم وصلابتهم (٢٣ : ٤٨٥ - ٤٩٦).

وتشير روكاتش (Rokach, 1988)، إلى أن الشعور بالوحدة النفسية، هو: شعور مؤلم ونتاج تجربة ذاتية مخبرة ذاتياً وبشكل متفرد، وهذا الشعور ناتج من شدة الحساسية

الفجة وشعور اللاعب بأنه وحيد وبعيد عن الجميع، والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين، ومقهور بالألم الشديد، وترى أيضاً أن هذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية المشبعة وهو شعور مصحوب بأعراض الضغط النفسى (٢١: ٥٣١ - ٥٤٤).

ويرجع مجدى محمد السوقي (١٩٩٨م)، نشأة الشعور بالوحدة النفسية نتيجة حدوث خلل فى شبكة العلاقات الاجتماعية للاعب سواء كان ذلك فى صورة كمية، مثل: لا يوجد عدد كافٍ من الأصدقاء، أو فى صورة كيفية، مثل: افتقاد المحبة والألفة والتواد من الآخرين (١٦: ٧).

ويعد التقدم التكنولوجى مصدراً للشعور بالوحدة النفسية وعدم الأمن فى بعض الأحيان، فطبيعة التفاعل اللاعبى فى المجتمع التكنولوجى الحديث أضعف الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع؛ مما قلل من أهمية دور الأسرة والقضاء على نسقتها وأفقد اللاعب كثيراً من مقومات بناء الشخصية السوية وانتشار وسائط معقدة فى الاتصال الاجتماعى مع الآخرين كالإعلام والانترنت ما يجعل اللاعب يكتسب قيماً قد تخالف عادات أسرته (٤: ٤١ - ٧٩).

ومما سبق يتبين أن الشعور بالوحدة النفسية شعور نفسى اليم قد يكون مسنولاً عن شتى أشكال المعاناة.

وفى هذا الصدد يشير سلجمان (Seligman, 1983)، إلى أن الشعور بالوحدة النفسية لم يلقَ الاهتمام الكافى على المستوى النظرى مقارنة بآى اضطراب نفسى آخر، مثل: القلق - الاكتئاب - الضغط النفسى، إلا أن هذا المفهوم أصبح مستقلاً عن تلك المفاهيم النفسية (١٩: ٣٣-٥٧).

ومن هنا جاء هذا البحث للتعرف على الذات الجسمية وعلاقتها بوحدة الشعور النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية.

١/٢ أهمية البحث والحاجة إليه:

- إعداد أدوات قياس تسهم في إدراك اللاعب لذاته الجسمية، وكذا التعرف على طبيعة خبرة الشعور بالوحدة النفسية؛ الأمر الذي لا غنى عنه في تقديم خدمات إرشادية وقائية وبنائية تشمل مهارات واستراتيجيات مناسبة لكيفية التعامل مع مشكلات الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية ومحاولة حلها بنجاح.
- يزيد تشوه الذات الجسمية من الضغوط النفسية والمسؤولية والبيئية؛ الأمر الذي يجعل اللاعب ذا السمعة المفرطة أقل توافقا مع نفسه ومع المجتمع، لذا فهي مشكلة جديرة بالدراسة من الناحية النفسية والتربوية ضمن النواحي الأخرى (١١٢:٢).

١/٢ أهداف البحث:

- يهدف البحث الراهن إلى دراسة تأثير الذات الجسمية على الشعور بالوحدة النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية، وذلك من خلال التعرف على:
- الفروقات في الذات الجسمية بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية.
 - الفروقات في وحدة الشعور النفسية بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية.
 - العلاقة بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية

١/٤ تساؤلات البحث:

- ما الفرق في الذات الجسمية بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية؟.
- ما الفرق في وحدة الشعور النفسية بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية؟.
- ما العلاقة بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية؟.

١/٥ مصطلحات البحث:

١/١/٥ الذات الجسمية Body Self:

تعرفها إيمان حامد السطريحة (٢٠٠٤م)، بأنها: صورة عقلية يكونها اللاعب عن جسمه سواءً من حيث مظهره الخارجى أو مكوناته الداخلية وأعضائه المختلفة، وقدرته على توظيف هذه الأعضاء وما قد يصاحب ذلك من مشاعر أو اتجاهات موجبة أو سلبية نحو نفسه ونحو الآخرين بناءً على تلك الصورة العقلية (١: ٦٣).

٢/١/٥ وحدة الشعور النفسية: Loneliness Feeling:

تعرف زينب محمود شقير (٢٠٠٢م)، وحدة الشعور النفسية، بأنه: الرغبة في الابتعاد عن الآخرين والاستمتاع بالجلوس منعزلاً عنهم مع صعوبة التودد وصعوبة التمسك بهم، بجانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس (١١: ١٦٢).

١/٦ الدراسات المرجعية:

دراسة أحمد محمد المستريسي سنة (١٩٩٠م)، والتي هدفت إلى التعرف على تأثير البرنامج التدريسي المقرر في التربية الرياضية على كل من مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية لطلاب الكلية المتوسطة للمعلمين بصلالة، وشملت عينة البحث ٧٥ طالبًا عمانيًا

تم اختيارهم بالطريقة العمدية ويمثلون طلبة الصفين الأول والثاني لكلية المعلمين المتوسطة بمنطقة صلالة بسلطنة عمان وبلغ المتوسط الحسابي لأعمار العينة ١٩،١ سنة ولم يسبق لهم الرسوب في برنامج التربية الرياضية بالكلية لكل من الفصل الأول والثاني، واستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام نظام المجموعة الواحدة (ضابطة وتجريبية) في كل من القياسين؛ حيث قُسمت المجموعة الواحدة إلى ثلاثة مستويات: المستوى العالي - المستوى المتوسط - المستوى المنخفض، وكانت أدوات جمع البيانات: مقياس مفهوم الذات الجسمية (جسمى كما أراه) تصميم محمد حسن علاوى، ويصلح هذا الاختبار لأعمار ١٤ سنة فأكثر - اختبار بارو للقدرة الحركية - البرنامج التدريبي المقرر للفصل الدراسي الأول والثاني، لكل من الجانب النظرى والعملى بواقع حصتين نظريتين وحصتين سبلتين في الأسبوع لكل فصل دراسى.

وكانت أهم النتائج: تفوق طلاب المستوى العالى فى البرنامج الدراسى المقرر، والتي حققت ارتفاعاً إيجابياً فى مفهوم الذات الجسمية والقدرة الحركية بدرجة أكبر عن طلاب المستوى المنخفض والمستوى المتوسط (١٠).

دراسة كل من رشيد حلمى محمد، ومحسن رمضان على (١٩٩٦م)، والتي هدفت إلى التعرف على درجة التمايز فى مفهوم الذات بين لاعبي الملاكمة والمصارعة والمبارزة - الفروق فى أبعاد مفهوم الذات تبعاً لمستوى الأداء فى المنافسات الرياضية (ملاكمة - مصارعة - مبارزة) لدى عينة البحث الموهوبين رياضياً، وتم استخدام المنهج الوصلى لملائمته لطبيعة البحث، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مراكز الموهوبين رياضياً بمحافظة القاهرة وبلغ حجم العينة الإجمالى ٤٥ لاعباً، بواقع ١٥ لاعباً لكل عينة بمتوسط عمر زمنى ١٣،٣ سنة، وتم تحديد المستوى المهارى للاعبين عن طريق ثلاثة محكمين فى كل نشاط من العاملين فى مراكز الموهوبين والقائمين بالتدريب، وتم تقسيم

لاعبى كل مجموعة إلى ثلاث مجموعات: مجموعة (أ) تؤدى المهارات الأساسية للعبة بمستوى متقدم - مجموعة (ب) تؤدى المهارات الأساسية للعبة بمستوى متوسط - مجموعة (ج) تؤدى المهارات الأساسية للعبة بمستوى منخفض، واستخدم الباحثان مقياس تنس لمفهوم الذات (T.S.C.S).

وكانت أهم النتائج، ارتفاع متوسط درجات لاعبى المبارزة والملاكمة والمصارعة فى بعد مفهوم الذات الجسمية (على الترتيب) - وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبى الملاكمة والمبارزة فى بعد مفهوم الذات الجسمية لصالح لاعبى المبارزة، وكذلك وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبى المصارعة والمبارزة فى بعد مفهوم الذات الجسمية لصالح لاعبى الملاكمة ووجود فروق معنوية بين لاعبى المصارعة والمبارزة فى بعد نقد الذات لصالح لاعبى المصارعة - وجود فروق معنوية تبعاً لمستوى الأداء بين اللاعبيين فى بعد مفهوم الذات الجسمية، وكذا فى بعد نقد الذات بين مجموعة (أ)، (ج) ولصالح المجموعة (أ) (٩).

دراسة مجدى محمد نسوفى سنة (١٩٩٨م)، والتي هدفت إلى تعريب مقياس الشعور بالوحدة النفسية لراسل (Russell,1996) كأداة سيكومترية سهلة التطبيق فى الأبحاث العلمية لقياس الشعور بالوحدة النفسية، ويتكون المقياس من ٢٠ عبارة ويسمى Ucla.

ويستعمل المقياس للوحدة النفسية فى صورها المختلفة، وهى: الوحدة النفسية الأولية - الوحدة النفسية الثانوية - الوحدة النفسية الوجودية.

ويتكون المقياس فى صورته العربية من ٢٠ عبارة يمكن الاختيار بين عددٍ من البدائل، وهى: أبداً = ١، ونادراً = ٢، وأحياناً = ٣، ودائماً = ٤.

وتدل الدرجة المرتفعة على وجود الوحدة النفسية، بينما الدرجة المنخفضة تدل على وجود العلاقات الاجتماعية (٨).

دراسة وليام، وزيشنر (William and Zucker, 2000)، والتي هدفت إلى تصميم مقياس لصورة الجسم لدى الأفراد ذوي السمعة المفرطة، وتم تطبيق المقياس على عينة عددها ١٤١٠ رجلاً وامرأة من البالغين وتم المقارنة بين الرجال والنساء من جنسيات مختلفة.

وكانت أهم النتائج: انخفاض تقدير صورة الجسم مع زيادة كتلة الجسم (السمنة المفرطة) لدى كل من الرجال والنساء (٢٨).

دراسة كل من كمال عارف ظاهر، وسعاد عبد الكريم (٢٠٠١م)، والتي هدفت إلى التعرف على الفروق في تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة، وشملت عينة البحث ٥٢ لاعبة من منتخب الكلية بواقع ٢٦ لاعبة كرة اليد و ٢٦ لاعبة للكرة الطائرة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة مشكلة البحث، كما استخدم مقياس مفهوم الذات الجسمية ومفهوم الذات البدنية من تصميم وإعداد محمد حسن علاوى.

وكانت أهم النتائج: توجد علاقة ايجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات كرة اليد - تتميز لاعبات كرة اليد بتقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بصورة ايجابية عن لاعبات الكرة الطائرة - لم تظهر علاقة ايجابية بين تقدير مفهوم الذات الجسمية والذات البدنية للاعبات الكرة الطائرة (١٥).

دراسة حنان بنت أسعد محمد خوج سنة (٢٠٠٢م)، والتي هدفت إلى الكشف عن: العلاقة بين كل من الخجل والشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية - الفروق في الخجل والشعور بالوحدة النفسية نتيجة لاختلاف العمر الزمني، وشملت عينة الدراسة ٤٨٤ طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، واستخدمت الباحثة

الأدوات التالية: مقياس الخجل للدريني(دبت) - مقياس أساليب المعاملة الوالدية للنفيعي(١٩٩٧م) - مقياس الشعور بالوحدة النفسية للذسوقي(١٩٩٨م).

وكانت أهم النتائج: توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة(٧).

دراسة إيمان حامد المطيحة سنة(٢٠٠٤م)، والتي هدفت إلى إجراء برنامج سلوكي معرفي لتعديل صورة الجسم والاكتناب ونقص الوزن لدى عينة من ذوات فقدان الشهية، وتمثلت العينة من طالبات الجامعة الفرقة الأولى؛ حيث يتراوح أعمارهن بين (١٧ - ١٨) سنة، وهذا السن هو السن الأساسي لظهور اضطراب فقدان الشهية العصبي؛ حيث إن أعلى نسبة انتشار لهذا الاضطراب يكون في هذا السن.

وكانت أهم النتائج: أن العلاج السلوكي المعرفي فعال على المدى الطويل في تعديل كل من الوزن وصورة الجسم والاكتناب لدى ذوات فقدان الشهية العصبي(١).

دراسة ديار كمال أسعد، وفؤاد إبراهيم السراج(٢٠٠٩م)، والتي هدفت إلى التعرف على: قيم أبعاد سمات الدافعية ومفهوم الذات الجسمية وبعض المهارات الأساسية لدى عينة البحث - نوع العلاقة بين أبعاد سمات الدافعية وبعض المهارات الأساسية لدى عينة البحث - نوع العلاقة بين مفهوم الذات الجسمية وبعض المهارات الأساسية لدى عينة البحث، واختيرت عينة البحث بطريقة عمدية من حراس مرمى الأندية الممتازة وبلغ عددهم ٤٨ حارس مرمى والمشاركين في بطولة إقليم كردستان العراق للموسم الكروي ٢٠٠٨م/٢٠٠٩م الذين يمثلون ١٦ نادياً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوبه

الارتباطى، واستخدم مقياس سمات الدافعية ومقياس مفهوم الذات الجسمية، وعدد من الاختبارات المهارية.

وكانت أهم النتائج؛ يتميز عينة البحث بسمات الدافعية التالية: التصميم - القيادة - الثقة فى النفس - الصلابة - التدريبية - الضمير الحى، - إن سمة الثقة فى النفس أكثر سمة لعلاقته بالمهارات الأساسية لحراس المرمى - إن سمات: الحافز - العدوان - المسئولية - التحكم الانفعالى - الثقة بالآخرين لا ترتبط بالمهارات الأساسية المبحوثة، - عينة البحث يمتلكون درجة عالية لإدراكهم الإيجابى عن ذاتهم الجسمية(٨).

١/٧ إجراءات البحث:

١/١/٧ منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفى الارتباطى والذى يوفر فهماً عن الذات الجسمية وعلاقتها بوحدة الشعور النفسية للاعب؛ حيث يقوم هذا المنهج بدراسة متغيرات البحث كما هى لدى أفراد العينة دون أن يكون للباحث دور فى ضبط المتغيرات موضوع القياس.

٢/١/٧ مجتمع وعينة البحث:

يتألف مجتمع البحث من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية والمسجلين بالاتحادات الرياضية المصرية للموسم الرياضى ٢٠٠٩م/٢٠١٠م، وقوام عينة البحث ٥٢٥ لاعباً ولاعبة بواقع ٢٦٤ للدراسة الاستطلاعية و٢٦١ للدراسة الأساسية، وتم اختيارها بطريقة عشوائية.

جدول (١):

توصيف عينة البحث وفقاً لنوع اللعبة والعدد النسبة المئوية

م	اللعبة	نوع اللعبة	العينة		المجموع	نسبة %
			الاستطلاعية	الأساسية		
١	قدم	جماعية	٥٠	٢٦	٧٦	١٤,٤٨
٢	طائرة		٢١	٢٠	٤١	٧,٨١
٣	يد		٣٢	٢٠	٥٢	٩,٩١
٤	سلة		٢١	٢٠	٤١	٧,٨١
٥	جودو	فردية	٢٢	٢٠	٤٢	٨,٠٠
٦	مصارعة		٢١	٢٠	٤١	٧,٨١
٧	تنس طاولة		٠	١٦	١٦	٣,٠٥
٨	سباحة		٢٧	٢٠	٤٧	٨,٩٥
٩	كمال أجسام		١٦	٢٠	٣٦	٦,٨٦
١٠	العاب قوى		١٨	٢٠	٣٨	٧,٢٤
١١	تنس أرضي		٢٢	٢٠	٤٢	٨,٠٠
١٢	ملاكمة		١٤	٢٠	٣٤	٦,٤٨
١٣	سلاح		٠	١٩	١٩	٣,٦٢
المجموع				٢٦٤	٢٦١	٥٢٥

١/٨ إجراءات تطبيق البحث:

اتبع الباحث الخطوات التالية:

- بناء مقياس الذات الجسمية للاعب، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية للاعب - مرفق (٣)، (٤)، (٥)، (٦).
- اختيار مجتمع عينة البحث.

- إجراء دراسة استطلاعية لتطبيق مقياس: الذات الجسمية للاعب - وحدة الشعور النفسية للاعب، والذاتان استخدمهما الباحث في بحثه على عينة قوامها ٢٦٤ لاعباً ولاعبة من مجتمع البحث للتأكد من صدق وثبات المقياسين، وذلك في الفترة من السبت الموافق ٢٣/١٠/٢٠١٠م إلى الخميس ٤/١١/٢٠١١م.
 - تطبيق مقياس الذات الجسمية للاعب، ثم بعد أسبوع تم تطبيق مقياس وحدة الشعور النفسية على عينة قوامها ٢٦١ لاعباً ولاعبة، وذلك بعد أخذ الموافقات الإدارية - مرفق (٢).
 - تصحيح مقاييس البحث من أجل جمع المعلومات، ثم تفرغها بيانياً وفقاً لمتغيرات البحث ومعالجتها إحصائياً.
 - تفسير النتائج ومناقشتها ووضع التوصيات اللازمة لها.
- ١/١/٨ بناء مقياس الذات الجسمية للاعب:
- ١/١/٨ المعاملات السيكمترية لمقياس الذات الجسمية للاعب:
- ١/١/١/٨ صدق مقياس الذات الجسمية للاعب:
- ١/١/١/٨ الصدق المنطقي:
- تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الصدق المنطقي، وذلك من خلال عرضه على ١٠ محكمين من أساتذة الصحة النفسية، وعلم النفس الرياضي - مرفق (١).
- وجاءت آراء المحكمين كما يلي:
- نقل العبارات ٣، ٦، ٢٩ من البعد الأول والثاني إلى البعد الرابع.
 - نقل عبارات ٥٥، ٦٠ من البعد الرابع إلى البعد الثاني.
 - إعادة صياغة العبارات ١٨، ٢٦، ٤٠، ٤٣ لغوياً.

٢/١/١/١/٨ صدق الاتساق الداخلي:

استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي من خلال إيجاد العلاقة بين العبارة والدرجة الكلية للمقياس التابع لها للتأكد من صدق تمثيل العبارات للمقياس كما هو موضح بجدول (٢).

جدول (٢):

صدق الاتساق الداخلي لمقياس الذات الجسمية للاعب (ن - ٢٦٤)

م	العبارة	معامل الارتباط
١	أحرص على ارتداء الملابس الواسعة.	**٠,٤٠٤
٢	أميل إلى ارتداء الألوان القاتمة في الملابس.	**٠,٢٧١
٣	ملابسي تتفق مع حجم جسمي.	**٠,١٩٨
٤	أحرص على أن أصل إلى حد الشبع عند تناول الطعام.	**٠,٢٠٣
٥	أتناول الفواكه والخضروات ذات السعرات الحرارية المنخفضة.	**٠,٣٣٨
٦	أتجنب التحدث مع الأفراد الذين يتطرقون إلى موضوع زيادة الوزن.	**٠,٣٨٢
٧	أقوم بوزن جسمي بصفة دائمة.	**٠,٣٤١
٨	لا أحب أن أنظر إلى جسمي في المرآة	٠,١١٨
٩	أتجنب ارتداء الملابس التي توضح معالم السمعة في جسمي.	**٠,٣٣٨
١٠	ارتدى ملابس أنيقة وجذابة.	**٠,٣١١
١١	منتظم في مواعيد تناول الطعام.	**٠,٣٤٢
١٢	أمارس الرياضة في غير أوقات التدريب أو المنافسات الرياضية.	**٠,٣٥٥

قيمة معامل الارتباط الجدولية عند $0.05 = 0.124$

بدراسة جدول (٢): يتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين العبارات والدرجة الكلية لمقياس الذات الجسمية للاعب عند مستوى معنوية 0.05 في جميع العبارات عدا العبارة رقم ٨ والتي كانت غير دالة إحصائياً؛ مما عزى الباحث إلى استبعادها من المقياس المستخدم، وبذلك تصل عدد عبارات المقياس إلى ١١ عبارة.

٢/١/١٨ ثبات قياس الذات الجسمية للاعب:

استخدم الباحث طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون للتأكد من ثبات مقياس الذات الجسمية للاعب؛ حيث تم حساب معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية كما هو موضح بجدول (٣).

جدول (٣):

ثبات مقياس الذات الجسمية للاعب (ن - ٢٦٤)

م	المتغيرات	العبارات الفردية		العبارات الزوجية		معامل ثبات سبيرمان براون
		المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف	
١	مقياس الذات الجسمية للاعب	١,٣٤٤	٠,١٧٨	١,٤٠٠	٠,١٦٤	٠,٨٤٢

قيمة ر الجدولية عند $0,05 = 0,124$

بدراسة جدول (٣): يتبين وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين العبارات الزوجية والعبارات الفردية؛ مما يدل على ثبات مقياس الذات الجسمية للاعب؛ حيث بلغ معامل الثبات باستخدام طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون $0,842$

مما سبق نجد أن مقياس الذات الجسمية للاعب يتمتع بدلالات صدق وثبات عالية، ومناسبة لأغراض البحث.

وقد قام الباحث بتوزيع المقياس على أفراد العينة بمساعدة ١٤ دارساً بمرحلة الماجستير والدكتوراه - كل مساعد كان مسلواً عن لعبة من الألعاب قيد البحث -، وتم توضيح الهدف من هذا البحث، وكيفية الإجابة عن عبارات المقياس، وكذا بعض العبارات التي كان يسأل عنها المستجيبون.

٢/١/٨ بناء مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب:

- انطلاقاً من كون الشعور بالوحدة ظاهرة متعددة الوجوه يصعب أن يعبر عنها بمقياس عام منفرد قام الباحث ببناء مقياس من خلال الرجوع إلى الاختبارات والمقاييس التالية:
- مقياس راسل سنة ١٩٨١م، للشعور بالوحدة: أعد في جامعة كاليفورنيا، وقام بتعريبه الشناوى وخضر، ويتألف من ٢٠ عبارة تقيس الشعور بالوحدة.
 - مقياس الإحساس بالوحدة النفسية: إعداد إبراهيم قشقوش.
 - اختبار الشعور بالوحدة النفسية للأطفال: إعداد أمتى عبد المقصود عبد الوهاب.
- وتكون مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب في صورته النهائية من ٤٢ عبارة، موزعة على أربعة أبعاد، وهي: البعد الأول(المشاعر النفسية - الذاتية -: التمنى - الضجر - اليأس) - البعد الثانى(العلاقات الأسرية) - البعد الثالث(العلاقات الاجتماعية) - البعد الرابع(العلاقات الحميمة).
- وقد صممت عبارات المقياس بطريقة ليكرت؛ حيث يجيب اللاعب عن كل عبارة من خلال تحديد درجة انطباق مضمون العبارة عليه بوحدة من ثلاث استجابات: لا - أحياناً - نعم، على التوالي في العبارات الموجبة، والدرجات ١، ٢، ٣ على التوالي؛ حيث تعد الدرجة ١ أدنى درجات الشعور بالوحدة النفسية، والدرجة ٣ أعلى درجات الشعور بالوحدة النفسية، أما بالنسبة للعبارات السالبة، فإتها تأخذ ٣، ٢، ١ على التوالي.
- وبذلك تكون أدنى درجة على المقياس الكلى هي ٤٢ درجة، وهي تعبر عن أدنى درجات الشعور بالوحدة النفسية، بينما أعلى درجة على المقياس هي ١٢٦ درجة، وهي تعبر عن أعلى درجات الشعور بالوحدة النفسية، وذلك بعد إجراء عملية عكس للدرجات على العبارات الموجبة.

١/٢/١/٨ صدق التحليل العائلي لمقياس وحدة الشعور النفسية للاعب:

خضع الاثنان والأربعين عبارة الخاص بمقياس وحدة الشعور النفسية للاعب لتحليل المكونات الأساسية (PCA) باستخدام الإصدار ١٦ من مجموعة برامج SPSS، وقبل إجراء تحليل المكونات الأساسية تم تقريب مدى ملائمة البيانات لهذا التحليل العائلي، وكشف فحص مصفوفة الارتباط عن وجود الكثير من المعاملات التي تبلغ ٠,٣ وتزيد عنها، وكانت قيمة Kaiser-Meyer-Okin تبلغ ٠,٧٨٣ أي تزيد عن القيمة الموصى بها ٠,٦ بحوالي ٠,١٨٣، ووصل اختبار الكروية Barlett لمستوى الدلالة الإحصائية؛ مما يعزز عاملية مصفوفة الارتباط.

وقد كشف تحليل المكونات الأساسية عن وجود ستة مكونات تزيد قيمة الجذر الكامن لها عن ١,٥، وتفسر ١٥,٨١%، ٦,٥١%، ٥,٠٩%، ٤,٤٥%، ٣,٩٩%، ٣,٨٣% من التباين على الترتيب، بينما ظهر انكسار واضح في التخطيط الركامي بعد المكون الرابع، وباستخدام اختبار كاتل Catell تقرر الاحتفاظ بأربعة مكونات لمزيد من الدراسة والفحص، وتم تعزيز ذلك القرار بنتائج التحليل المتوازي الذي عرض ستة مكونات فقط لهما قيمة جزر كامن تزيد عن قيم معيار المناظرة الخاصة بمصفوفة بيانات تم انشاؤها عشوائياً لها الحجم نفسه (٤٢ متغير × ٢٦٤ فرداً).

ثم تم استخدام طريقة Varimax للتدوير لحل العاملين الاثنين لنبود مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب، وتم استخدام التدوير للمساعدة في تفسير الأربعة مكونات، وقد كشف الحل عن وجود بنية بسيطة؛ حيث يتشعب كل مكون بشدة بعدد من المتغيرات وتتشعب كل متغيرات على مكون واحد فقط وقد فسر هذا الحل ما يساوي ٣١,٨٧% من التباين؛ حيث يسهم المكون الأول بنسبة ٩,١٠٩% والمكون الثاني بنسبة ٨,٨٣٨% والمكون

الثالث بنسبة ٨,٢٣٨% والمكون الرابع بنسبة ٥,٦٨٣% ويتوافق تفسير مكونات الأربعة مع مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب؛ حيث تتركز عبارات: ١-٢-٣-٤-٥-٧ - ٨-٩-١٠-٣٥ بشدة على المكون الأول، وتتركز عبارات: ١٧-٢٠-٢٥-٢٦-٢٩-٣١-٣٣-٣٧-٣٤ بشدة على المكون الثاني، وتتركز عبارات: ٢٢-٢٤-٢٨-٣٠-٤٠-٤٢ بشدة على المكون الثالث، وتتركز عبارات: ٦-١٤-٣٦-٤١ بشدة على المكون الرابع؛ بحيث يحتوى المقياس على أربعة مقاييس منفصلة لوحد الشعور النفسية للاعب (٥)، (١٣: ٢٤٥)، (٢٤٦).

جدول (٤): مصفوفة ارتباط العوامل قبل التدوير المتعامد لعبارات
مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب

العوامل	الاول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	قيم النشور
١ أسرتي مهمة جداً في حياتي.	٠,٢٥٧	٠,٤٧٣	٠,٢٣٦	٠,٠٨٤	٠,١٥٥	٠,٢٥٩	٠,٦٨٢
٢ لدى انتماء كبير لأسرتي.	٠,٤٠٠	٠,٥٨٠	٠,٢٢٦	٠,١٥٢	٠,١٨٣	٠,١٥٨	٠,٧٧٣
٣ لشعر بساتني عسى وقلبي مع أهواتي.	٠,٣٥٤	٠,٤٤٦	٠,٠٥٩	٠,١١٩	٠,٠٢٧	٠,٠٩٢	٠,٥٧٨
٤ في أسرتي من ألحاح إليه وقت الأزمات.	٠,٤٥٧	٠,٣٠٤	٠,٠٨٦	٠,٢٢٦	٠,١٣٤	٠,٠٧٤	٠,٥٧١
٥ علاقتي بالأسرة لم تعد كما كانت من قبل.	٠,٤٥٠	٠,٢٢٥	٠,١٥٨	٠,١٤٦	٠,٠٢٣	٠,٠٧١	٠,٥٣٦
٦ أنا عضو مؤثر في مجال أسرتي.	٠,٣٧٥	٠,٠٨٨	٠,٤٠٢	٠,٣٦٩	٠,١٣٨	٠,١٤٣	٠,٦٧٢
٧ في أسرتي من يفهمني بسهولة.	٠,٤٨٢	٠,٣٢٤	٠,٠٤٣	٠,٠٥٢	٠,٣٩٨	٠,١١٣	٠,٥٩٣
٨ أستطيع التعبير عن أفكاري وأرائي لكل أفراد الأسرة.	٠,٤٠٣	٠,٢٤٨	٠,٠٧٧	٠,١٧٦	٠,٠٤٣	٠,٣٥٩	٠,٦٣٧
٩ أحب التواجد كثيراً مع الأسرة والتحدث إلى أفرادها.	٠,٣٥٦	٠,٥٤٣	٠,٠٦١	٠,١٠٩	٠,٢٢٨	٠,٢٢٦	٠,٦٤٣
١٠ أشرك أسرتي مشاعرها المختلفة من فرح أو حزن.	٠,٣٢٤	٠,٤٣٧	٠,١٥٩	٠,٢٢٠	٠,١٣٣	٠,٠٧٣	٠,٦٧١
١١ أنطق الأسرة كل ما يحدث في نطاق الأسرة كل يوم.	٠,٤٢٠	٠,١١٨	٠,٢٣٩	٠,٢٧٤	٠,٠٢٨	٠,٠٣٦	٠,٦١٧
١٢ أرائي تمثل أهمية كبرى في بعض قرارات أسرتي.	٠,٣٩٩	٠,١٥٤	٠,٤٥٤	٠,١٨٠	٠,٠٨٧	٠,١٠١	٠,٦١٧
١٣ أشعر أنني غريب عن اللاعبين في الفريق الرياضي.	٠,٤٨٧	٠,١٩٤	٠,٢٣٦	٠,٣٧٠	٠,١٢٠	٠,٠٩٩	٠,٦٤٠
١٤ لیس هناك من يتفهم مشاعري جيداً من اللاعبين.	٠,٢٩٣	٠,١٧٧	٠,٤١١	٠,٢٣٨	٠,١٠٥	٠,٣٩٩	٠,٦٢٣
١٥ علاقتي باللاعبين سطحية للغاية.	٠,٥٧٥	٠,٢٦٤	٠,١٥٤	٠,٢٣٩	٠,٢١٦	٠,١٠٧	٠,٥٩٣
١٦ لا أعرف معظم اللاعبين في الفريق الرياضي.	٠,٣٧٠	٠,٣٥٩	٠,٠٨٥	٠,١٢٠	٠,٠٦٤	٠,١٥٠	٠,٥٩٩
١٧ لي أصدقاء من رياضات أخرى.	٠,١٨٩	٠,٢٧٢	٠,٠٩٨	٠,١٦٠	٠,٠٠٨	٠,١٥٤	٠,٦٤٠
١٨ أشعر بالحزن لأنه ليس لدي صديق مخلص من هؤلاء اللاعبين.	٠,٣٤٦	٠,٢٣١	٠,٢١٣	٠,١١٦	٠,١٧٨	٠,١٥١	٠,٧٢٠
١٩ غيابي أو حضوري لا يؤثر كثيراً في نطاق اللاعبين في الفريق الرياضي.	٠,٤٤٢	٠,٣٦٧	٠,١١٤	٠,١٣٠	٠,٢٧٧	٠,٠١٦	٠,٥٥٤
٢٠ أفضي وقتاً مع اللاعبين بعد نهاية الوحدة التدريبية.	٠,٣١٢	٠,١٤٥	٠,٣٢٦	٠,١٨٤	٠,٣١٧	٠,٠٤٩	٠,٦٧٨
٢١ علاقتي باللاعبين لا تتعدى حدود النادي.	٠,٤٥٠	٠,٢٨٣	٠,١٩٣	٠,٠٢٢	٠,٠٢٨	٠,١٣٦	٠,٤٩٤
٢٢ لا أشعر بالرضا عن كثير من السلوكيات التي يقوم بها اللاعبين.	٠,٠٧١	٠,٢٤٣	٠,٤٢٧	٠,٢٩٩	٠,٠٣٣	٠,٣٢٦	٠,٥٥٦
٢٣ أجد صعوبة في أن احتفظ بعلاقة إيجابية مع لاعب لفترة طويلة.	٠,٥٢١	٠,١٦٠	٠,٠٠٨	٠,٠٢٨	٠,٠١٣	٠,٢٩١	٠,٥٥٥

رقم	العوامل	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	قيم الشبوع
٢٤	اشعر بان اللاعبين يقربون منى من أجل مصلحتهم الشخصية.	٠,٢٧٢	٠,٢١٢	٠,٢٦٠	٠,١٨١	٠,١٧٩	٠,٢٢٦	٠,٦٦١
٢٥	هناك الكثيرون الذين يعرفوننى.	٠,٢٦٥	٠,١٤٦	٠,١٨٩	٠,٠٩٨	٠,٢٩٠	٠,١٢٧	٠,٦٥٦
٢٦	ليس لدى أهداف.	٠,٤٩٠	٠,٠٢٨	٠,٠٧٤	٠,٣٣٢	٠,٠٨٠	٠,٢٤٠	٠,٥٣٩
٢٧	علاقتي مع الآخرين سطحية وضعيفة.	٠,٤٩١	٠,٠٨٢	٠,٠٢٦	٠,٢٦٢	٠,٠٤٠	٠,٠٨٢	٠,٥٩٢
٢٨	من حولي لا يعيهم امرى كثيراً.	٠,٣٩٣	٠,٣١٩	٠,٠٧٨	٠,٢٢٩	٠,٣٢٥	٠,١٣٥	٠,٦٧٠
٢٩	علاقتي مع الآخرين تستمر لسنوات.	٠,٥١٧	٠,١٥٩	٠,١٨٦	٠,٣٣٣	٠,٠٠٨	٠,١٠٧	٠,٦٢٠
٣٠	اشعر بوجودى وسط اى جماعة.	٠,٤٥٣	٠,٢٨٢	٠,٠١٧	٠,٢٩٥	٠,٢٧٨	٠,٠٢١	٠,٦٦٢
٣١	ليس لدى القدرة فى التحدث مع الغرباء.	٠,٣٨٤	٠,٠٢٧	٠,٣١٥	٠,٠٨٤	٠,١٢١	٠,٢٤٦	٠,٦٦١
٣٢	من حولي يعرفون أفكارى واتجاهاتى.	٠,٢٠٢	٠,٠١٧	٠,٠٢٢	٠,٠٨٦	٠,٢١٣	٠,٥٥٠	٠,٦٧٤
٣٣	علاقتي مع المحيطين به جيدة.	٠,٥٣٣	٠,٠٣١	٠,٢٤٣	٠,٢٤٤	٠,٠٣٢	٠,٠٩٢	٠,٥١١
٣٤	اشترك اللاعبين فى مناسبتهم المختلفة.	٠,٤١٦	٠,٠٧٣	٠,٢١٧	٠,٠٥٦	٠,٣٥٣	٠,٢٧٥	٠,٧٠١
٣٥	فى أسرئى ليس هناك من يهتمنى.	٠,٤٧١	٠,١٦١	٠,٠٥٥	٠,٠٢٩	٠,٣٣٨	٠,٠٧٦	٠,٦٢٩
٣٦	اشعر بالسلطة عندما أكون فى حجرئى بعيداً عن الآخرين.	٠,٣١٦	٠,٠٠١	٠,٣٥٢	٠,١١٥	٠,٠٢٥	٠,٠٧٢	٠,٦٠١
٣٧	اشترك للاعبين أنشطتهم المختلفة.	٠,٣٨٣	٠,٠٣٤	٠,٣٣٦	٠,٢٣٦	٠,٠١٩	٠,٢٧٤	٠,٦٨٠
٣٨	ما يمثل أهمية لى فى الحياة لا يمثل نفس الأهمية عند الآخرين.	٠,٢١١	٠,٢٢٤	٠,١٢٨	٠,٠١٧	٠,٥٩٢	٠,٠٧٢	٠,٥٢٦
٣٩	أسرئى لا تهتم كثيراً بشئونى الخاصة.	٠,٣٧٠	٠,١٢٨	٠,٠٧٠	٠,٤٦١	٠,٠١٤	٠,١٦٧	٠,٦٣٤
٤٠	تربطنى علاقة قوية بالمدرّب الذى يدرئنى.	٠,٤٣٦	٠,١٠٣	٠,٠٠٧	٠,٢٨٢	٠,٢٩٩	٠,٠٧٥	٠,٥٩٦
٤١	تسيطر على أفكارى عمل إلى الشاؤم.	٠,٤٤٤	٠,٠٦١	٠,٥١٩	٠,٠٧٧	٠,٠١٣	٠,١١٦	٠,٦٠٦
٤٢	لا اشعر بان مستقبلئى بعد التدريب سيكون أفضل مما عليه الآن.	٠,٣٤٦	٠,١٦١	٠,٠٠٧	٠,٢٦١	٠,٠٨١	٠,٠٦٤	٠,٦٧٩
	المتوسط الكامن	٦,٦٤٠	٢,٧٣٦	٢,١٣٨	١,٨٧٣	١,٦٧٧	١,٦٠٩	
	نسبة التباين	١٥,٨١	٦,٥١٤	٥,٠٩١	٤,٤٥٨	٣,٩٩٢	٣,٨٣١	٢٩,٦٦٦

بدراسة جدول (٤): يتبين وجود ستة عوامل جذرها الكامن أكبر من ١,٥؛ حيث يتناقص الجذر الكامن ونسبة التباين لكل عامل تدريجاً من العامل الأول وحتى العامل السادس وتقدر نسبة ٣٩,٦٩٦% من التباين الكلى.

جدول (٥):

قيم الجذور الكامنة الناتجة من تحليل المكونات الأساسية
وقيم المعايير المقابلة لها من التحليل المتوازي

الجذر الكامن Eigenvalue		العامل
parallel analysis	PCE	
تحليل متوازي	تحليل عاملي	
١,٨٥٢	٦,٦٤٠	١
١,٧٥٨	٢,٧٣٦	٢
١,٦٩١	٢,١٣٨	٣
١,٦١٧	١,٨٧٣	٤
١,٥٦٧	١,٦٧٧	٥
١,٤٦٦	١,٦٠٩	٦
١,٤١٥	١,٣٨٨	٧
١,٣٧٥	١,٣٤٠	٨
١,٣٤٠	١,٢٥٤	٩
١,٢٩٨	١,٢٢١	١٠
١,٢٦١	١,١١٨	١١
١,٢٢١	١,١٠٢	١٢
١,٨٦٧	١,٠٢٩	١٣
١,١٨٧	١,٠١٨	١٤

بدراسة جدول (٥): يتبين وجود ستة عوامل جذرها الكامن أكبر من الجذور الكامنة لمصفوفة التحليل المتوازي؛ مما يجعلها صالحة للاختيار كعوامل مستقلة، وقد اختار الباحث أربعة عوامل، والتي ترتفع جذورها الكامنة عن ١,٥ بناء على الرسم الركامي للعوامل.

ثم تم استخدام طريقة Varimax للتدوير لحل العاملين الاثنین لعبارات مقياس وحدة الشعور النفسية، وتم استخدام التدوير للمساعدة في تفسير الأربعة مكونات، وقد كشف الحل عن وجود بنية بسيطة؛ حيث يتشبع كل مكون بشدة بعدد من المتغيرات وتتشبع كل متغيرات على مكون واحد فقط وقد فسر هذا الحل ما يساوي ٣١،٨٧% من التباين؛ حيث يسهم المكون الأول بنسبة ٩،١٠٩% والمكون الثاني بنسبة ٨،٨٣٨% والمكون الثالث بنسبة ٨،٢٣٨% والمكون الرابع بنسبة ٥،٦٨٣% ويتوافق تفسير الأربعة مكونات مع مقياس وحدة الشعور بالنفسية؛ حيث تتركز عبارات العامل الأول بشدة على المكون الأول، وتتركز عبارات العامل الثاني بشدة على المكون الثاني، وتتركز عبارات العامل الثالث بشدة على المكون الثالث، وتتركز عبارات العامل الرابع بشدة على المكون الرابع؛ بحيث يحتوى المقياس على أربعة عوامل منفصلة لوحدة الشعور النفسية للاعب.

جدول (٦): مصفوفة ارتباطات العوامل بعد التدوير المتعامد
لعبارات مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب

العبارات	العوامل	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	قيم الشيوخ
١	أسرتي مهمة جداً في حياتي.	٠,١٢٢	٠,٠٠٤	٠,٠٩٢	٠,٣٥٣	
٢	لدي اهتمام كبير لأسرتي.	٠,٠٩١	٠,١٣٨	٠,٢٣٤	٠,٥٧٠	
٣	أشعر بقنصتي على وفائي مع أهلي.	٠,١٠٩	٠,٠٣٤	٠,١١٧	٠,٣٤٢	
٤	في أسرتي من ألجا إليه وقت الأزمات.	٠,٠٥٧	٠,٢٥٦	٠,٠١٢	٠,٣٦٠	
٥	علاقتي بالأسرة لم تعد كما كانت من قبل.	٠,١٩٦	٠,٠٥٩	٠,٢٧٠	٠,٢٩٩	
٦	أنا عضو مؤثر في مجال أسرتي.	٠,٢٦١	٠,٢٨٥	٠,٣٣١	٠,٤٤٦	
٧	في أسرتي من يهتمني بسهولة.	٠,٢٣٠	٠,١٢٢	٠,٠٠٦	٠,٣٤٢	
٨	استطيع التصبر عن الفكري وأرائي نقل المراء الأسرة.	٠,٠٦٤	٠,٢٢٠	٠,٠٠٩	٠,٢٦١	
٩	أحب التواجد كثيراً مع الأسرة والتحدث إلى أفرادها.	٠,٠٩٩	٠,٠٦٥	٠,٠١٦	٠,٤٢٥	
١٠	أشاركه أسرتي مشاعرها المختلفة من فرح أو حزن.	٠,١٩٦	٠,١٦٤	٠,٢٣٣	٠,٣٧٠	
١١	أدرك جيداً كل ما يحدث في نطاق الأسرة كل يوم.	٠,٣٢٣	٠,٢٥٠	٠,٣٠٥	٠,٢٢٣	
١٢	أرائي تمثل أهمية كبرى في بعض قرارات أسرتي.	٠,٢٩٢	٠,٤٠٨	٠,١٧٧	٠,٤٢١	
١٣	أشعر أنني غريب عن اللاعبين في الفريق الرياضي.	٠,٠٨٨	٠,٣٥٤	٠,١٥٣	٠,٥٥٨	
١٤	ليس هناك من يفهم مشاعري جيداً من اللاعبين.	٠,٠٤٥	٠,٠٦٤	٠,١٥٨	٠,٣٤٠	
١٥	علاقتي باللاعبين سطحية للغاية.	٠,٠٨٤	٠,٤١٠	٠,٣٠٩	٠,٤٨٢	
١٦	لا أحرف معظم اللاعبين في الفريق الرياضي.	٠,١١٧	٠,١٢٠	٠,٤١٧	٠,٢٢٣	
١٧	لي أسدفاً من رياضات أخرى.	٠,١٦٠	٠,١١٦	٠,١٢٥	٠,١٤٥	
١٨	أشعر بالحزن لأنه ليس لدي صديق مخلص من هؤلاء اللاعبين.	٠,٠٤٨	٠,٠٦٤	٠,٤١٣	٠,٢٢٣	
١٩	غيبني أو حضورني لا يؤثر كثيراً في نطاق اللاعبين في الفريق الرياضي.	٠,٠٦٢	٠,٣٤٤	٠,٤٨٧	٠,٣٦٠	
٢٠	أقضي وقتاً مع اللاعبين بعد نهاية الوحدة التدريبية.	٠,٠٢٩	٠,٠٦٤	٠,٠٢١	٠,٢٥٦	
٢١	علاقتي باللاعبين لا تتعدى حدود النادي.	٠,٠٢٣	٠,٤٥٢	٠,٣٣٥	٠,٣٢٠	
٢٢	لا أشعر بالرضا عن كثير من السلوكيات التي يقوم بها اللاعبين.	٠,٠٤٩	٠,٣١٨	٠,٢٢٠	٠,٣٢٦	
٢٣	أجد صعوبة في أن احتفظ بعلاقة إيجابية مع لاعب لفترة طويلة.	٠,١٥٤	٠,٢٢٣	٠,١٦٢	٠,٢٩٨	
٢٤	أشعر بأن اللاعبين يقربون مني من أجل مصلحتهم الشخصية.	٠,٠٩٤	٠,٠١٦	٠,٢٣٤	٠,٢٨٤	
٢٥	هناك الكثيرون الذين يعرفونني.	٠,٠٢٢	٠,١١٨	٠,٠١٦	٠,١٣٧	
٢٦	ليس لدي أسدفاً.	٠,٢٢٦	٠,٠١٦	٠,٢٥٦	٠,٣٥٧	
٢٧	علاقتي مع الآخرين سطحية وسهلة.	٠,١٦٤	٠,٤١٠	٠,١٣٧	٠,٣١٩	
٢٨	من حولي لا يفهم أمري كثيراً.	٠,٠٠٤	٠,١٣٩	٠,١٠٠	٠,٣١٤	
٢٩	علاقتي مع الآخرين تستمر لسنوات.	٠,٠٧٠	٠,١٠٥	٠,٢٢٢	٠,٤٢٨	
٣٠	أشعر بوجود وسط أو جماعة.	٠,٠٥٢	٠,١٩٧	٠,٠٠١	٠,٣٧٢	
٣١	ليس لدي القدرة في التحدث مع الفريق.	٠,١٦٦	٠,٠٨٣	٠,٠٩٢	٠,٢٥٥	
٣٢	من حولي يعرفون أفكارى واتجاهاتى.	٠,٠٨٥	٠,١٥١	٠,١٢٢	٠,٠٤٩	
٣٣	علاقتي مع المحيطين بهي جيدة.	٠,٢٣٧	٠,٠٦٨	٠,٠٩١	٠,٤٠٤	
٣٤	أشاركه اللاعبين في مناسباتهم المختلفة.	٠,١٣٧	٠,٢٥٩	٠,٠١٦	٠,٢٢٩	
٣٥	في أسرتي ليس هناك من يهتمني.	٠,٢٣١	٠,١٦١	٠,١٤٦	٠,٢٥٢	
٣٦	أشعر بالسمعة عندما أكون في حوزتي بعيداً عن الآخرين.	٠,٢٠٩	٠,٠٢٣	٠,١٥٣	٠,٢٣٧	
٣٧	أشرفه اللاعبين لتنشيطهم المختلفة.	٠,١٤٥	٠,٠٢٥	٠,٠٢٣	٠,٣١٦	
٣٨	ما يمثل أهمية لي في الحياة لا يمثل نفس الأهمية عند الآخرين.	٠,٠٤٦	٠,٠٨٠	٠,٢٥٨	٠,١١١	
٣٩	أسرتي لا تهتم كثيراً بشؤوني الخاصة.	٠,٣٨١	٠,٠٦٢	٠,٤٥٠	٠,٣٧١	
٤٠	تربطني علاقة قوية بقمصان الذي يرتديه.	٠,١٩٠	٠,١٥٣	٠,٠٣٠	٠,٢٨١	
٤١	تسيطر على أفكارى تميل إلى التنازيم.	٠,٢٨٣	٠,٠٨٢	٠,٤٠٦	٠,٤٧٦	
٤٢	لا أشعر بأن مستقبلي بعد للتدريب سيكون أفضل مما عليه الآن.	٠,٠٩٢	٠,١١٦	٠,٠١٨	٠,٢١٤	
	المتوسط الكامن	٣,٨٢٦	٣,٧١٢	٣,٤٦٠	٢,٣٨٩	
	نسبة التباين	٩,١٠٩	٨,٨٣٨	٨,٢٣٨	٥,٦٨٩	%٣١,٨٧

بدراسة جدول(٦): يتبين أن قيم تشبعات العبارات على العوامل المستخلصة قد تغيرت عما كانت عليه بالجدول(٥)، وهذا يدل على إعادة توزيع القيم الرقمية للتشبعات؛ بحيث تتضح التجمعات الطائفية للعوامل.

تفسير العوامل وتحديد عبارات كل عامل:

استند الباحث في تفسير العوامل المستخلصة من طريقة التدوير المتعامد المستخدمة على الشروط التالية:

- اتباع تعليمات ثرستون Thurstone، والتي تتضمن الاقتصاد في الوصف العاملى مع إبراز الجوانب المتفردة واختلاف تشبعات العوامل مع التركيز على العوامل التى لها معنى.
- مراعاة تعليمات كاتل Cattell، والتي تتضمن تقبل العوامل التى تتفق مع الحقائق المعروفة والعوامل المستخلصة سابقاً واختلاف تشبعات العوامل مع التركيز على العوامل التى لها معنى.
- يتم قبول العامل الذى يتشبع عليه ثلاثة اختبارات دالة على الأقل.
- ألا يتشبع المتغير "العبرة" تشبعاً كبيراً ومرتفعاً إلا على عامل واحد فقط.

جدول (٧):

العبارات المتضمنة على العوامل بعد التدوير المتعامد

العامل	مسمى العامل	العبارات	عدد العبارات		
			ايجابية	سلبية	المجموع
الأول	العلاقات الأسرية	٣٥-١٠-٩-٨-٧-٥-٤-٣-٢-١	٨	٢	١٠
الثاني	العلاقات مع لاعبي الفريق الرياضي	٣٣-٣١-٢٩-٢٦-٢٥-٢٠-١٧ ٣٧-٣٤	٧	٢	٩
الثالث	العلاقات الاجتماعية	٤٢-٤٠-٣٠-٢٨-٢٤-٢٢	٤	٢	٦
الرابع	المشاعر النفسية	٤١-٣٦-١٤-٦	—	٤	٤
مقياس وحدة الشعور النفسية			١٩	١٠	٢٩

١/٩ المعالجات الإحصائية:

- المتوسطات الحسابية - الانحرافات المعيارية - معامل ارتباط بيرسون Pearson -
معامل الثبات لسبيرمان براون - التجزئة النصفية - التحليل العائلي - اختبار F - تحليل
التباين أحادي الاتجاه One Way Anova - أقل فروق معنوية L.S.D.

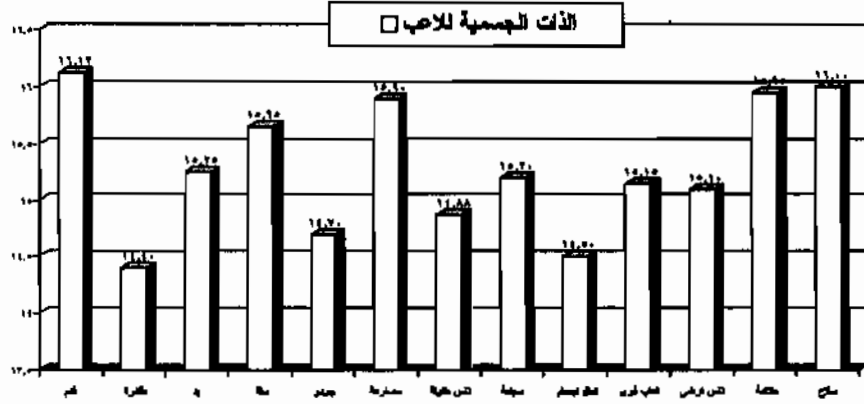
١/١٠ عرض نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها:

١/١/١٠ دلالة الفروق في الالات الجسمية بين لاعبي الالعب الجماعية والفردية:

جدول (٨): دلالة الفروق في الالات الجسمية بين لاعبي الالعب الجماعية والفردية

LSD	الفرق بين الترميزات											الترصم	الاصحاب			
	ملاع	ملاكمة	تنس ارضي	العاب قوى	كمال اجسام	سباحة	تنس طاولة	مسابقة	جودو	سلة	يه			عابرة	القيم	
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٦,١١٥٤	كم
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٤,٤	عابرة
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,٢٥	يه
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,٦٥	سلة
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٦,٧	جودو
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٦,٩	مسابقة
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١١,٨٧٥	تنس طاولة
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,٢	سباحة
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,١٥	كمال اجسام
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,١٥	كاراتي
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,١١	تنس ارضي
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١٥,٤٥	عصبة
٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	٠,١١٥٤	١١	ملاع

بدراسة جدول (٨): يتبين وجود لفرق ذات دلالة احصائية في الالات الجسمية بين لاعبي كرة القدم والطائرة والجودو وتنس الطاولة وكمال الاجسام والتنس ارضي، ولصالح لاعبي كرة القدم بدرجة دالة احصائيا عند مستوى معنوية ١٠,٠٠٥ حيث ان الفرق بين المتوسطين اكبر من اقل فرق معنوي LSD.



شكل (١)، المتوسطات الحسابية للذات الجسمية لدى عينات البحث من الألعاب الجماعية والفردية

بدراسة الشكل (١): يتبين وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في درجة الذات الجسمية للاعبين قيد البحث تعزى إلى اختلاف نوع اللعبة سواءً فردية أم جماعية؛ حيث جاء أعلى متوسط حسابي في الذات الجسمية للاعبين كرة القدم بنسبة ١٦,١٢% بينما الأقل عند لاعبي الكرة الطائرة بنسبة ١٤,٤٠%.

ومما سبق نجد أن لاعبي كرة القدم يتمتعون بمفهوم إيجابي نحو تقدير الذات الجسمية عن لاعبي الكرة الطائرة والجودو وتنس الطاولة وكمال الأجسام والتنس الأرضي؛ مما أدى إلى إدراك الذات وفهمها وتمييزها مع التوافق النفسي لديهم، وفي هذا الصدد يرى سيد محمد حسن خير الله (١٩٧٩م)، أن الشخص الذي لديه مفهوم ذات سلبي يلتفت إلى الثقة في قدراته، متوقفاً أن سلوكه الخاص ومستوى أدائه سيكون منخفض ويعمل على افتراض أنه لا يمكن النجاح وقدراته الضعيفة، كما أشارت دراسة جابر عبد الحميد جابر (١٩٨٦م)، إلى أنه كلما زاد تقبل الفرد لذاته زاد مستوى توافقه النفسي (٣): (٤٤٦، (١٢:٣٠).

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات وليام، وزيشر (William and Zucker,

2000)، وكمال عارف ظاهر، وسعاد عبد الكريم (٢٠٠١م) (١٥)، (٢٨).

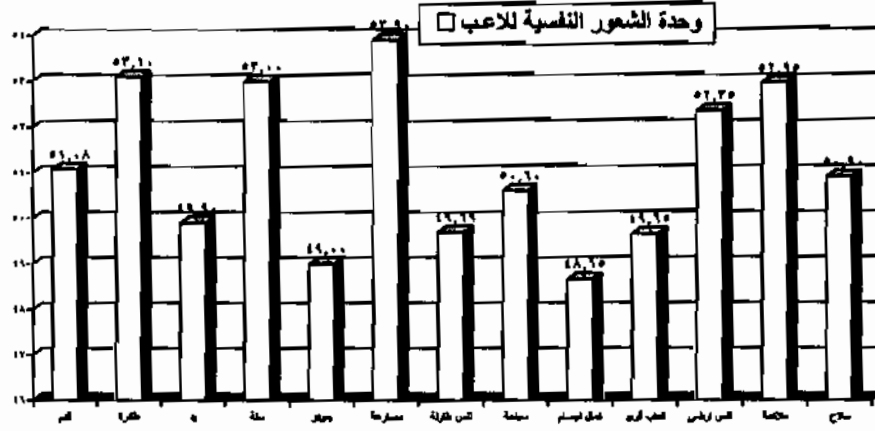
ويرى الباحث أن الذات الجسمية تعد مؤشراً يبين قدرة اللاعب على انجاز الواجبات الموكلة إليه في المواقف التنافسية بثقة وإصرار وكفاءة تامة، وهذا ما حققه لاعبي كرة القدم من إنجازات أدائية في المنافسات المحلية والأفريقية والعربية؛ مما كان له كبير الأثر في تقييم الذات بشكل إيجابي.

وبذلك يكون قد تم الإجابة على التساؤل الأول في البحث.

٢/١/١٠ دلالة الفروق في وحدة الشعور النفسية بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية:
جدول (٩): دلالة الفروق في وحدة الشعور النفسية بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية

LSD	الدرجات للتوسعات											الترتبة	اللعاب		
	ملاكمة	تس ارض	الطيرق	كمان اجسام	سباحة	تس طائرة	مسارعة	جودو	سلة	يد	ملاكمة			قدم	
٠,١٨٢	١,٨٧٢	١,٢٧٢	١,٤٢٧	٢,٤٢٧	٠,٤١٧	١,٢٣٨	٢,٨٢٢	٠,٨	٢,٠٧١	١,٩١٢	١,٧٧١	٢,٠١٢	٠١,٠٧٧	٥٢,١	قمر
٢,٢٠٥	٠,١٥	٠,٣٥	٢,٤٥	٠,٢٥	١,٢٥	٠,٢	٠,٢١٢	١,٠	٠,٩	٠,١			٤٤,٩	٥٢,١	قمر
٠,٤٩٥	٠,٠٥	٠,١٥	٠,٣٥	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٢١٢	٠,٢	٠,٢	٠,١				٤٤,٩	٥٢,١	قمر
٢,١٠٥	٠,٠٥	٠,١٥	٠,٣٥	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٢١٢	٠,٢	٠,٢	٠,١				٤٤,٩	٥٢,١	قمر
١,٨٩٥	٠,٠٥	٠,١٥	٠,٣٥	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٢١٢	٠,٢	٠,٢	٠,١				٤٤,٩	٥٢,١	قمر
٢,٤٩	٠,٠٥	٠,١٥	٠,٣٥	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٢١٢	٠,٢	٠,٢	٠,١				٤٤,٩	٥٢,١	قمر
١,٢٠٧	٢,٣٥	١,٧٥	٠,٠٣٨	١,٠٣٨	٠,٩١٢								٤٤,١٨٨	٥٠,١	كمان اجسام
٠,٢٩٤٧	٢,٣٥	١,٧٥	٠,٠٣٨	١,٠٣٨	٠,٩١٢								٤٤,١٨٨	٥٠,١	كمان اجسام
١,٢١٥	٢,٣٥	١,٧٥	١,٠										٤٤,١٨٨	٥٠,١	كمان اجسام
١,٢١٥	٠,٣	٧,٧											٤٤,١٨٨	٥٠,١	كمان اجسام
١,٤٥٥	٠,٣	٧,٧											٤٤,١٨٨	٥٠,١	كمان اجسام
٢,٠٥٥													٤٤,١٨٨	٥٠,١	كمان اجسام

بدراسة جدول (٩): يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وحدة الشعور النفسية بين لاعبي المصارعة وتنس الطائرة والمصارعة وكمان الاجسام والعلب القوى والتنس الأرضي، ولمصالح لاعبي كمان الاجسام بدرجة دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ١٠,٠٥ حيث إن الفرق بين المتوسطين أكبر من أقل فرق معنوي LSD .



شكل (٢): المتوسطات الحسابية لوحدة الشعور النفسية لدى عينات البحث من الألعاب الجماعية والفردية

بدراسة الشكل (٢): يتبين وجود فروق ظاهرة في المتوسطات الحسابية في درجة شعور اللاعبين قيد البحث بالوحدة النفسية تعزى إلى اختلاف نوع اللعبة سواءً فردية أم جماعية؛ حيث جاء أعلى متوسط حسابي في وحدة الشعور النفسية للاعب المصارعة بنسبة ٥٣,٩٠% بينما الأقل عند لاعبي كمال الأجسام بنسبة ٤٨,٦٥%.

وللتأكد ما إذا كانت هذه الفروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، فقد استخدم الباحث تحليل التباين المتعدد لأثر متغيري نوع اللعبة في درجة الشعور النفسية للاعب، وذلك على المقياس ككل، ثم على أبعاد المقياس - جدول (١١).

ويرى الباحث أنه يمكن من خلال: نشاط محبب إلى اللاعب وممارسته في أوقات فراغه - البحث عن العلاقات الاجتماعية الايجابية مع الآخرين في الشارع وأماكن العمل ووسائل المواصلات وأن تستديم علاقة هؤلاء الأصدقاء من خلال التحلى بروح الدعابة مهما كانت المشكلات النفسية التي تتعرض لها؛ حيث إن هذه الروح المرحة سوف توسع

علاقتك بالآخرين - المشاركة في بعض أعمال الجمعيات الخيرية والتطوعية - تقوية الجانب الديني في حياتك فلا احملن بالصحة النفسية ما دام اللاعب بعيداً عن ربه، التظلم على الاحساس بالوحدة النفسية.

وبذلك يكون قد تم الإجابة على التساؤل الثاني في البحث.

٣/١/١٠ العلاقة بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات من الألعاب الجماعية والفردية:

جدول (١٠):

العلاقة بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية

لدى عينات من الألعاب الجماعية والفردية

اللعبة	وحدة الشعور النفسية	بعد١	بعد٢	بعد٣	بعد٤	وحدة الشعور النفسية	العند	قيمة الجدولية عند ٠,٠٥
قدم	٠,١٣٤	٠,٢٥٨-	٠,١٥٣	٠,٢٠٩	٠,٠٣-	٠,٠٣٣	٢٦	٠,٣٣
طائرة	٠,٣٣٢-	٠,٠٦٥-	٠,٠٦١	٠,١٢٢	٠,١٧-	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
يد	٠,٢٨٥-	٠,٠٨٤	٠,١٢٨-			٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
سلة	٠,٢٣٥	٠,٢٧	٠,٠٣٢-	٠,٠٥-	٠,٣١٢	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
جودو	٠,١١١	٠,٠٣٥-	٠,٠١٢-	٠,٠٠٥	٠,٠٤	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
مصارعة	٠,٣٣		٠,٢١٤	٠,٠٢-	٠,٠٥٦	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
تنس طاولة			٠,٣٩٨	٠,١٣٤		٠,٤٢٦	١٦	٠,٤٢٦
سباحة	٠,١٦٨				٠,٢١٤	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
كمال أجسام		٠,٠٤٩	٠,٢٠٦	٠,٢٣١		٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
الغلب قوى	٠,١٣٣-	٠,١٠٩	٠,٢٧٢-	٠,٠٣١	٠,٠٥٢-	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
تنس ارضي			٠,٣٠٦	٠,٠٢٧		٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
ملاكمة	٠,٣٦٤-		٠,١٨٢-	٠,٢٧٤	٠,١٧٩-	٠,٣٧٨	٢٠	٠,٣٧٨
سلاح	٠,١٨٩	٠,٢٥٩	٠,٢٨٨	٠,٠٧٥	٠,٣٢٨	٠,٣٨٩	١٩	٠,٣٨٩

بدراسة جدول (١٠) يتبين:

- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات ألعاب: كرة اليد - تنس الطاولة - كمال الأجسام - التنس الأرضي عند مستوى معنوية .٠٠٠٥.

- لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات ألعاب: كرة قدم - الطائرة، السلة - جودو - مصارعة - سباحة - ألعاب القوى - ملاكمة - سلاح، ويفسر الباحث هذه النتيجة من كون اللاعبين من كلا الجنسين بأنهم يتعرضون للظروف نفسها تقريباً سواء في التدريب الرياضى الظروف المعيشية؛ الأمر الذى انعكس على تشابه درجة شعورهم بالوحدة النفسية.

جدول (١١): تحليل التباين بين العينات المختلفة فى الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية

المتغير	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة ف	sig
الذات الجسمية	بين المجموعات	٨٥,٢٣٤	١٢	٧,١٠٣	٣,١٢٩	٠,٠٠٠
	داخل المجموعات	٥٦٣,٠٠٤	٢٤٨	٢,٢٧٠		
	المجموع	٦٤٨,٢٣٨	٢٦٠			
الشعور بالوحدة	بين المجموعات	٧٢٤,٦٨٦	١٢	٦٠,٣٩١	٣,٠٤٣	٠,٠٠١
	داخل المجموعات	٤٩٢١,٨٧٣	٢٤٨	١٩,٨٤٦		
	المجموع	٦٠٤٦,٥٥٩	٢٦٠			

بدراسة جنول(٢١): يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الألعاب قيد البحث في الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

وهذه النتيجة تتفق من نتائج دراسات كل من رشيد حلمي محمد، ومحسن رمضان على(١٩٩٦م)، حنان بنت أسعد محمد خوج(٢٠٠٢م)و إيمان حامد السطحية(٢٠٠٤م)، ديار كمال أسعد، وفؤاد إبراهيم المراج(٢٠٠٩م){(٧)،(٨)،(٩)}.

ويذكر مجدى محمد الدسوقي(٢٠٠٥م)، أن صورة الجسم تؤثر على الأتماط السلوكية سواء الأتماط الإقدامية أو التجنبية، وتتضمن الأتماط الإقدامية أنشطة المحافظة على المظهر، مثل: التمرينات البدنية - الأناقة - الاعتناء بالمظهر، وتؤدي هذه الأتماط إلى زيادة تقدير اللاعب لذاته وإلى الاستحسان الاجتماعي، بينما تتضمن الأتماط الاحجامية المواقف التي تقوم بدور سلبى أو التى تؤدي إلى حالة من الشعور بالفتور أو اليأس من صورة الجسم(١٧: ٢٣).

وبذلك يكون قد تم الإجابة على التساؤل الثالث في البحث.

١/١١ استنتاجات وتوصيات البحث:

١/١/١١ استنتاجات البحث:

أمكن في ضوء نتائج البحث السابقة التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الذات الجسمية بين لاعبي كرة القدم والطائرة والجودو وتنس الطاولة وكمال الأجسام والتنس الأرضي، ولصالح لاعبي كرة القدم بدرجة دالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ .

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وحدة الشعور النفسية بين لاعبي المصارعة وتنس الطاولة والسباحة وكمال الأجسام وألعاب القوى والتنس الأرضي، ولصالح لاعبي كمال الأجسام بدرجة دالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠٥.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الألعاب قيد البحث في الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية عند مستوى معنوية ٠,٠٥.

٢/١/١١ توصيات البحث:

يوصى الباحث في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج بما يلي:

- الاهتمام بتدعيم الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية للاعبين الألعاب الجماعية والفردية، وذلك من خلال برامج الإعداد النفسي المتسقة مع برامج الإعداد البدني والمهاري والخططي ليزداد إدراكهم بذواتهم وتخفيف وحدة الشعور النفسية لديهم.
- الاهتمام بتدعيم العوامل المؤثرة في الذات الجسمية بشكل إيجابي وتجنب خبرات الفشل من خلال الوصول للإنجاز العالي واكتساب الثقافة والخبرات الرياضية.
- ضرورة إجراء مزيد من الأبحاث، للتعرف على أثر الذات البدنية والمهارية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينات رياضية من مختلف الأعمار للجنسين.

١/١٢ قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

١. إيمان حامد المصباحة: فاعلية برنامج سلوكي معرفي لتعديل صورة الجسم والاكنتاب ونقص الوزن لدى عينة من نوات فقدان الشهية رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة طنطا، كلية التربية، ٢٠٠٤م.
٢. بهاء الدين إبراهيم سلامة: صحة الغذاء وظائف الأعضاء، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠م.
٣. جابر عبد الحميد جابر: نظريات شخصية: البناء - الديناميكيات - النمو - طرق البحث - التقويم، القاهرة، دار النهضة العربية، ١٩٨٦م.
٤. جابر عبد الحميد جابر، ومحمود أحمد عمر: الحساسية الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية بدولة قطر وعلاقتها بكل من الوحدة النفسية والتحصيل الدراسي، جامعة قطر، دراسات نفسية، ١٩٩٨م.
٥. جون بالانت: التحليل الإحصائي باستخدام برامج SPSS، (ط٢)، القاهرة، دار الفاروق للنشر والتوزيع، ٢٠٠٦م.
٦. حسن عبد الحميد: بحث مقارنة لبعض المتغيرات المعرفية واللامعرفية لدى عينة من ذوى السمنة المفرطة من المراهقين، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية، جامعة طنطا، ٢٠٠٥م.
٧. حنان بنت أسعد محمد حوج: الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة

بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة أم
القرى، كلية التربية، ٢٠٠٢م.

٨. ديار كمال أسعد، وفؤاد إبراهيم السراج: سمات الدافعية ومفهوم الذات الجسمية
وعلاقتها ببعض المهارات الأساسية لدى حراس المرمى في كرة
القدم، ٢٠٠٩م.

٩. ريسان خريبط مجيد: درجة تمايز الذات لدى الموهوبين رياضياً وفقاً لمستوى الأداء
في بعض المنازلات الرياضية في محافظة القاهرة، موسوعة بحوث
التربية الرياضية بالوطن العربي، عمان، دار المناهج، ٢٠٠١م.

١٠. ريسان خريبط مجيد: تأثير برنامج تدريسي على مفهوم الذات الجسمية والقدرة
الحركية لطلاب الكلية المتوسطة للمعلمين بسلطنة عمان، موسوعة
بحوث التربية الرياضية بالوطن العربي، عمان، دار المناهج،
٢٠٠١م.

١١. زينب محمود شقير: الشخصية السوية والمضطربة، (ط ٢)، القاهرة، مكتبة النهضة
المصرية، ٢٠٠٢م.

١٢. سيد محمد حسن خير الله: بحوث نفسية، القاهرة، مكتبة الأنجلو، ١٩٧٩م.

١٣. صفوت إرنست فرج: التحليل العاملي في العلوم السلوكية، القاهرة، دار الفكر العربي،
١٩٨٠م.

١٤. علاء الدين كفاقي، ومايسة أحمد النيال: صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية
لدى عينات من المراهقات، بحث ارتقائية عبر الثقافة، القاهرة،
الهيئة المصرية العامة للكتاب، مجلة علم النفس، العدد (٣٩)،
١٩٩٥م.

١٥. كمال عارف ظاهر، وسعد عبد الكريم: مقارنة تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة، مجلة التربية الرياضية، المجلد (١٠)، العدد (٤)، ٢٠١١م.

١٦. مجدى محمد الدسوقي: مقياس الشعور بالوحدة النفسية - ش.وين - (مقياس علمي)، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية، ١٩٩٨م.

١٧. مجدى محمد الدسوقي: اضطراب صورة الجسم: الأسباب - التشخيص - الوقاية والعلاج، القاهرة، مكتبة الأنجلو، ٢٠٠٥م.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

18. August, G. and Stewart, m.:Familial Subtypes of Childhood Hyperactivity, Annual Progression Child Psychiatry and Child Development, 1984.
19. Cecilia Solano et. Al. :Loneliness and Patterns of Self –Disclo Sure, Journal of Prsonality and Social Psychology, Vol(43), (3), 1982.
20. Peplau I. and Perlman D.:Loneliness: A Source Book of Current theory, Research and therapy, New York, John Wiley and Sons, 1982.
21. Rokach A. :the Experience of Loneliness :Atri – Level Model, the Journal of Psychology, Vol(122), (6), 1988.

22. Rook K. :Promoting Social Bounding: Strategies for Helping the Lonely and Socially Isolated, American Psychologist, 39(12), 1984.
23. Schmitt J.P and Kurdek L.A. :Age and Gender Ifferences in and Personality Correlates of loneliness in Differents Relationship, Journal of Personality Assessment, Vol(49), (5), 1985.
24. Seligman A.G.:the Presentation of Loneliness as A Separate Diagnostie Category and its Disentanglement from Depression, Psychotherapy in Private and Practice, 11(3), 1983.
25. Weiss R.:Loneliness: the Experience of Emotional and Social Psychology, Cambridge, Ma: Mit Press, 1973.
26. William LG, Zucker NI :Body Image Assessment for Obesity, (B. I .A .o) Development of new Procedure in Jobs Relate Metab Disord, 24(10), PI326-3240, 2000.

ثالثاً: الشبكة العالمية للمعلومات Internet :

27. <http://www.gulfkids.com/ar/index.php?action=articles&ArtCat=12>
28. <http://www.cancer.org/docroot/MED/content>

مستخلص بحث

الذات الجسمية وعلاقتها بوحدة الشعور النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية

* د.م.أ / عمرو حسن أحمد بدران

يهدف البحث الراهن إلى دراسة تأثير الذات الجسمية على الشعور بالوحدة النفسية لدى عينات من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لطبيعة البحث، وطبق البحث على عينة قوامها ٥٢٥ لاعباً ولاعبة بواقع ٢٦٤ للدراسة الاستطلاعية و ٢٦١ للدراسة الأساسية، وتم اختيارها بطريقة عشوائية من لاعبي الألعاب الجماعية والفردية والمسجلين بالاتحادات الرياضية المصرية للموسم الرياضى ٢٠٠٩م/٢٠١٠م.

وتحقيقاً لهدف البحث استخدم أداتين من إعداد الباحث، وهما: مقياس الذات الجسمية للاعب - مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب، واستخدم المعالجات الإحصائية التالية: المتوسطات الحسابية - الانحرافات المعيارية - معامل ارتباط بيرسون - معامل الثبات لسبيرمان براون - التجزئة النصفية - التحليل العاظمى - اختبار ف - تحليل التباين احادى الاتجاه - أقل فروق معنوية L.S.D.

وفى ضوء ما أمكن التوصل إليه من نتائج باستخدام المعالجات الإحصائية أمكن بناء مقياس الذات الجسمية للاعب، ويتكون من ١١ عبارة - مقياس وحدة الشعور النفسية للاعب ويتكون من ٤٢ عبارة موزعة على ٤ عوامل: الأول (العلاقات الأسرية - ١٠

* أستاذ مساعد بقسم علم النفس الرياضى - كلية التربية الرياضية - جامعة المنصورة.

عبارات) - الثاني(العلاقات مع لاعبي الفريق الرياضى - ٩ عبارات) - العامل الثالث(العلاقات الاجتماعية ٦ عبارات) - العامل الرابع(المشاعر النفسية- ٤ عبارات).

وجاءت أهم النتائج متمثلة فى: وجود علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات ألعاب: كرة اليد - تنس الطاولة - كمال الأجسام - التنس الأرضى عند مستوى معنوية ٠,٠٠٥، بينما لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية لدى عينات ألعاب: كرة قدم - الطائرة - السلة - جودو - مصارعة - سباحة - ألعاب القوى - ملاكمة - سلاح.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين الألعاب قيد البحث فى الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية عند مستوى معنوية ٠,٠٠٥

هذ، ويوصى الباحث بضرورة الاهتمام بتدعيم الذات الجسمية ووحدة الشعور النفسية للاعبى الألعاب الجماعية والفردية، وذلك من خلال الإعداد النفسى المتسقة مع برامج الإعداد البدنى والمهارى والخططى ليزداد ادراكهم بذواتهم وتخفيف وحدة الشعور النفسية لديهم.

ABSTRACT

Physical Self and its Relationship with the Psychological Sense Unit in Samples of Team and Individual Sports Players

Prepared by:

****A. P.D./ Amro Hassan Ahmed Badran***

This research aims at studying the effect of physical self on feeling the psychological unit for samples of players of collective and individual sports. The researcher used descriptive relational method to its appropriateness for the nature of research. He applied the research on a sample of 525 players of both genders by 264 for the survey study and 261 for the basic study; players were randomly selected from the team and individual sport players registered for the Egyptian federations and for the sport season of 2009 / 2010.

To achieve the aim of the research, the researcher used two tools of his design, which are the scale of the players' physical self and the scale of the players' psychological sense unit. He also used the following statistical treatments: Arithmetic Mean- Standard deviation- Pearson's Correlation coefficient- Spearman Brown's reliability coefficient- Factorial Analysis-

*Assistant Professor at Department of Sport Psychology, Faculty of Physical Education, Mansoura University.

Retail midterm- One way variance analysis - "F" Test- and less significant differences LSD.

In light of the possible findings using statistical treatments, the researcher could successfully build the scale of the players' physical self which consists of 11 phrases and the scale of the players' psychological sense unit which consists of 42 phrases divided at 4 factors: (the first one is the family relationships- 10 phrases) the second is (the relationships with the sport team players- 9 phrases) the third is (social relationships- 6 phrases) and the forth factor is (psychological emotions- 4 phrases).

The most important outcomes are:

- There is a correlation statistically significant relationship between the physical self and the psychological sense unit of the samples of: handball, table tennis, bodybuilding, and tennis sports at 0.05 level of significance, meanwhile there is no relationship between the physical self and the psychological sense unit of the samples of: football, volleyballs, judo, wrestling, swimming, athletics, boxing, and fencing sports.
- There are statistically significant differences among the sports under research in the physical self and the psychological sense unit at the 0.05 level of significance.