



قوائم المحتويات متاحة على ASJP المنصة الجزائرية للمجلات العلمية
الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية
الصفحة الرئيسية للمجلة: www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/552



مستوى الصلابة الذهنية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية

The level of mental toughness and its relationship to chievement motivation among the national cycling team players

عايد زريقات^{*1}

¹ الجامعة الأردنية، كلية علوم الرياضة، الأردن.

Key words:

mental toughness
achievement motivation
cycling
national team.

Abstract

The study aimed to identify the level of mental toughness and achievement motivation of the national cycling team, as well as the correlation between these players' mental toughness and achievement motivation. To achieve this, the researcher used the descriptive method on a sample (n = 17), which consisted in its final form of (34) paragraphs that dealt with mental toughness and achievement motivation. Where (20) sections were related to mental toughness, and (14) paragraphs were related to achievement motivation. To treat the data statistically, the researcher used means, standard deviations, and percentages, and correlation coefficients (Pearson) between mental toughness and achievement motivation among the national cycling team players. The study's result showed that the level of mental toughness was high among the study sample, with an average of (4.28), and the level of achievement motivation came with a high degree of (4.41). The correlation coefficient between mental toughness and achievement motivation among the players of the national cycling team was (0.57). The researcher recommends the need to continue pro-supporting players in the future and to continue paying attention to the mental toughness of the national cycling team players.

ملخص

معلومات المقال

تاريخ المقال:

الإرسال: 2022-08-12

القبول: 2022-09-07

الكلمات المفتاحية:

الصلابة النفسية

دافعية الإنجاز

الدراجات الهوائية

المنتخب الوطني.

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية، كذلك إلى العلاقة الارتباطية بين مستوى الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز لدى هؤلاء اللاعبين. ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي على عينة تكونت من (ن=17) لاعب. ولتقليل التفاعل وجها لوجه تم بناء استبانة الكترونية باستخدام (استبانة جوجل) حيث تكونت بصورتها النهائية من (34) فقرة تناولت الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز. حيث ارتبطت (20) فقرة بالصلابة الذهنية و (14) فقرة بدافعية الإنجاز. ولمعالجة البيانات إحصائياً استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ومعامل ارتباط (بيرسون) بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الصلابة النفسية كان مرتفعاً لدى عينة الدراسة وبمتوسط (4.28)، ومستوى دافعية الإنجاز جاء بدرجة مرتفعة بمتوسط (4.41). وبلغ معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية (0.57) وبدلالة إحصائية (0.041)، وهذه القيمة تشير إلى ارتباط موجب ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية. ويوصي الباحث بضرورة الإستمرار بتقديم الدعم المقدم للاعبين بالمستقبل وضرورة الإهتمام بالصلابة الذهنية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية.

* Corresponding author at: School of Sports Sciences, University of Jordan.
Email: A.Zureigat@ju.edu.jo

1. مقدمة

للاعب كرة القدم الأستراليين كانت ما بين المرتفعة والمتوسطة، وأن اللاعبين ذوي الصلابة النفسية العالية أكثر قدرة على تحقيق أهدافهم بشكل أكبر من ذوي المستوى المتوسط من الصلابة الذهنية. وفي دراسة مقارنة أجراها (Kshetrimayum, & Anil (2016 بين لاعبي الدراجات الهوائية ولاعبي الرماية لمستوى الصلابة الذهنية وعلاقتها بمستوى الثقة بالنفس والدافعية والقدرة على التركيز، حيث خلصت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ما بين الصلابة الذهنية والجوانب النفسية أكثر عند لاعبي الرماية من الدراجات الهوائية. حيث تعتبر الصلابة العقلية واحدة من أهم السمات النفسية التي يقوم عليها نجاح الرياضيين (Richard, 2017). ومن العوامل المحورية للأداء الرياضي، الصلابة الذهنية، حيث تسهم بشكل كبير جداً في الحفاظ على مستويات الأداء الرياضي المطلوب بشكل خاص فترات المنافسة الحرجة (Craft et al., 2003). بالرغم من احتواء المواقف التنافسية على جوانب فنية وأخرى بدنية إلا أن كلاهما يحتاج إلى مستوى عالٍ من الصلابة الذهنية في الرياضات التنافسية (Cowden, 2016). حيث أن المواقف التنافسية تحدد استجابات وردود أفعال الرياضيين نحو درجة نجاحهم في تجاوز المواقف الصعبة، والأساس في هذا كله السمات النفسية لديهم ومنها الصلابة الذهنية (Gould, Dieffenbach, & Moffett, 2002). حيث تعتبر الصلابة النفسية العامل الحاسم للرياضيين وذلك للدور الذي تلعبه في تعزيز الاستجابات التكيفية للضغوط والمواقف والأحداث التي تواجه الرياضيين في التدريب والمنافسات (Coulter, Mallett, Singer, 2009; & Sheard, Golby, van, 2016). وهذا ما أكدته (Martin, & Parker (2018 في دراستهم التي أجريت على 142 لاعب دراجات هوائية لتحديد العلاقة ما بين الصلابة الذهنية ودرجة الألم، حيث أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة عكسية ما بينهم، بحيث كلما ارتفع مستوى الصلابة الذهنية لدى اللاعبين أنخفض مؤشر الألم لديهم. وهذا يؤكد أن الصلابة الذهنية هي من السمات النفسية الأكثر انتشاراً ما بين الرياضيين المتفوقين في رياضاتهم (Daniel, 2017)). ورياضة الدراجات الهوائية من أكثر الرياضات التي تتطلب صلابة ذهنية عالية عند ممارستها لارتفاع مستوى المتطلبات الجسدية والذهنية فيها (Kress, & Statler, 2007). حيث يعتبر كل من (Taylor & Kress, 2006). أن نجاح لاعبي الدراجات الهوائية في رياضتهم يتضمن الحفاظ على الطاقة النفسية وتخصيصها كما هو مطلوب أثناء السباق. حيث يكمن التحدي الفسيولوجي والنفسي الذي تمثله رياضة الدراجات الهوائية في مستوى الصلابة الذهنية أثناء المنافسات الرياضية

بين الحرب العالمية الأولى وأواخر الخمسينيات من القرن الماضي، كانت الدراجة منتشرة في كل مكان على الطرق العامة في أجزاء كثيرة من العالم الغربي، بعد ذلك تم استبدال ركوب الدراجات بالمحركات، فمُنذ سبعينيات القرن الماضي، تم تسليط الضوء على ركوب الدراجات، وكان ذلك من محبي ركوب الدراجات والسياسيين والعلماء والأطباء والمهندسين، وكانت تستخدم للتغلب على إزدحام السير ولإختصار زمن التنقل (Oosterhuis, 2014).

وبعد ذلك دخلت رياضة الدراجات الهوائية المنافسات في 31 مايو 1868 بسباق طوله 1200 متر بالقرب من مدينة باريس، وفي عام 1869 أقيم أول سباق من مدينة باريس إلى مدينة وروين وكانت مسافة السباق 135 كيلو متر بزم 10 ساعات و 25 دقيقة ومن ثم تتطور في السنوات اللاحقة وأصبح يخصص لها ميزانيات عالية لتطويرها كرياضة تنافسية (Samuel Abt, 2020). حيث أكد Inner (2015) أن رياضة الدراجات الهوائية التنافسية تحتاج إلى ميزانية كبيرة، حيث بلغت ميزانية فريق سكاى عام (2015) (24.4) مليون جنيه إسترليني، وذلك لتقديم الدعم والرعاية اللازمين للاعبين والمحافظة على استدامتهم في الإنخراط بهذه الرياضة. حيث تم رصد 26 مليون جنيه إسترليني للفريق البريطاني للدراجات الهوائية في أولمبياد لندن و 30.6 مليون جنيه إسترليني في دورة ريو الأولمبية، ومع هذا هناك صعوبة في استقطاب اللاعبين لمنافسات هذه الرياضة من فئة الشباب؛ وذلك لتدريباتها الشاقة التي تحتاج إلى تحمل جسدي ونفسي عاليين ووقت طويل من التدريب والإهتمام بالناحية البدنية والنفسية وتوفير الأدوات اللازمة لهذه الرياضة (Aigle, 2016).

حيث تُعتبر رياضة الدراجات من رياضات التحمل التي تحتاج إلى الصلابة الذهنية بمستوى عالٍ ليتمكن ممارسيها من إتمام مهام التدريب والمنافسات بكفاءة عالية، ويعتبر الرياضيين الأكبر سناً وأكثر خبرة لديهم صلابة ذهنية أكثر من الأقل سناً وخبرة (Joanna. & Rober, 2018). ويشير Altay et al (2018) إلى أن رياضة الدراجات تحتاج مرونة جسدية ونفسية للوصول إلى الهدف المحدد وإيجاد حل للمشاكل غير المتوقعة والمفاجئة والقدرة والتحلي بالصبر في هذه الرياضة التي تتطلب صلابة نفسية عالية حتى يتمكن ممارسيها من التغلب على متطلباتها البدنية والنفسية العالية. وأشار أيضاً إلى أن هناك علاقة خطية طردية بين العمر التدريبي والزمني والصلابة النفسية لدى ممارسين هذه الرياضة.

حيث أكد (Gucciardi 2010) أن الصلابة الذهنية

1- عينة الدراسة هي (لاعب المنتخب الوطني للدراجات الهوائية).

2- ندرة الدراسات العربية التي طُبقت على رياضة الدراجات الهوائية بالأردن.

3- لفت عناية القائمين على رياضة الدراجات الهوائية بالأردن بأهمية إنتقاء اللاعبين ضمن الأسس النفسية التي تتطلبها هذه الرياضة لتحقيق الإنجاز.

1.3. أهداف الدراسة

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى:

1- مستوى التأثيرات السلبية الناتجة عن تطبيق الطلبة لمساق التدريب الميداني داخل كلية علوم الرياضة خلال انتشار فيروس كورونا.

2- الفروق في مستوى التأثيرات السلبية الناتجة عن تطبيق الطلبة لمساق التدريب الميداني داخل كلية علوم الرياضة خلال انتشار فيروس كورونا تبعاً لمتغير الجنس.

1.4. تساؤلات الدراسة

هدفت هذه الدراسة الاجابة عن التساؤلات الآتية:

1- ما مستوى الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية؟

2- هل يوجد علاقة إرتباطية بين الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية؟

1.5. محددات الدراسة

1 - الحدود البشرية: لقد تم تطبيق هذه الدراسة على عينة من لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية في الأردن.

2 - الحدود الزمنية: تم تطبيق الدراسة في عام 2020 في الفترة الواقعة ما بين، 10/9/2020 - 20/9/2020.

3 - الحدود المكانية: تم إجراء هذه الدراسة في المملكة الأردنية الهاشمية.

2. إجراءات الدراسة

تم استخدام المنهج الوصفي للملاءمته وإجراءات الدراسة وأهدافها.

1.2. مجتمع وعينة الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية. وتكونت عينة الدراسة من (17) لاعب ولاعبة من لاعبي المنتخب الوطني الأردني للدراجات الهوائية. وتم اختيارهم من مجتمع الدراسة بالطريقة المتيسرة، والجدول (1) يوضح توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية.

وهي سمة الفريق المثالي (Hale, & Collins, 2002). وأن الصلابة الذهنية الفردي لدى لاعبي الدراجات الهوائية تؤثر بشكل كبير على الصلابة الذهنية للفريق، وتجعل اللاعبين أكثر قدرة في التغلب على العوامل الأكثر صعوبة من الناحية الذهنية. (Eys., Schinke., & Jeffery, 2007).

وتكمن الفائدة العلمية لهذه الدراسة من خلال النتائج التي ستقدمها وبالتالي لفت عناية القائمين على رياضة الدراجات الهوائية بالأردن بأهمية إنتقاء اللاعبين ضمن الأسس النفسية التي تتطلبها هذه الرياضة لتحقيق الإنجاز.

1.1. مشكلة الدراسة

من خلال خبرة الباحث في رياضة الدراجات الهوائية وممارستها بشكل منتظم وحكم سابق فيها، لاحظ الباحث أن تدريباتها تتطلب صلابة عقلية بمستوى عالٍ حتى يتمكن ممارسيها في الإستمرار بها كونها تتطلب تحمل بدني ونفسي عاينين. كذلك لاحظ الباحث أيضاً أن اللاعبين الذين لديهم إنجازات سابقة يكونوا أكثر صبراً وتحملاً للتدريبات الشاقة المطلوبة للإنجاز. ولمعرفة علاقة الصلابة الذهنية بدافعية الإنجاز كان الدافع لإجراء هذه الدراسة ومعرفة أن الصلابة الذهنية تؤثر على دافعية الإنجاز للاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية حيث أشار (Richard, 2017) إلى أن الصلابة الذهنية تسهم بشكل كبير جداً في الحفاظ على مستويات الأداء الرياضي المطلوب بشكل خاص فترات المنافسات. وأشار كل من (Coulter., Mallett., Singer, 2016) و (Sheard, Golby, van & 2009) إلى أن الصلابة النفسية العامل الحاسم للرياضيين وذلك للدور الذي تلعبه في تعزيز الاستجابات التكيفية للضغوط والمواقف والأحداث التي تواجه الرياضيين في التدريب والمنافسات. وتعد رياضة الدراجات الهوائية من الرياضات الأقل حظاً في مجال البحث العلمي على مستوى الأردن حسب علم الباحث. مما دفع الباحث لمعرفة مستوى الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز والعلاقة الارتباطية بينهما لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية من خلال هذه الدراسة ولفت عناية القائمين عليها لأهمية الصلابة النفسية للاعبي هذه الرياضة.

1.2. أهمية الدراسة

بالرغم من ممارسة هذه الرياضة من المحترفين والهواة، إلا أنها من الرياضات الفقيرة بحثياً وتحتاج منا كباحثين إجراء الكثير من الأبحاث للإرتقاء بها كونها رياضة تنافسية مثل باقي الرياضات الأخرى والإنجاز من خلالها في المحافل والبطولات العالمية مثله كمثل أي رياضة أخرى بالتمثيل الوطني والسجل الوطني بالإنجازات، لذلك حرص الباحث على القيام بهذه الدراسة لأهميتها التي تكمن في النقاط التالية:

الجدول 1

التكرارات والنسب لأفراد العينة تبعاً للمتغيرات الديموغرافية

المتغير	الفترة	التكرار	النسبة المئوية
الجنس	ذكر	5	29.4
	انثى	12	70.6
	المجموع	17	100
العمر / سنة	أقل من 15	14	82.4
	أكبر من 15	3	17.6
	المجموع	17	100
الانجازات السابقة	لا يوجد	2	11.8
	المركز الثاني بطولة المملكة 2019	2	11.8
	المركز الثالث بطولة المملكة فردي ضد ساعة	2	11.8
"بطلة مملكة الاتحاد الاردني للدراجات الهوائية 2019 فئة الواعدات"			41.2
بطولتين			5.9
حصلت على ميدالية في 2019 في سباق داخلي			11.8
دورة انجليزي والعزف على العود ودخول الذكاء العقلي			5.9
المجموع			100

المصدر: زريقات، 2022

2.2. أداة الدراسة

اعتمدت الدراسة على الاستبيان كأداة رئيسة لجمع البيانات من أفراد عينة الدراسة، ولتحقيق أهداف الدراسة، والإجابة عن تساؤلاتها، وتكونت الاستبيان من قسمين: القسم الأول من البيانات الأولية والقسم الثاني تشتمل على مقياسين، وهما: مقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية، ومقياس دافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية، وعليه تكونت الأداة بصورتها النهائية من (34) فقرة موزعة على مقياسين حيث تكون المقياس الأول من (20) فقرة والمقياس الثاني مكون من (14) فقرة.

2.2. صدق وثبات أداة الدراسة

بهدف التأكد من صدق المحتوى لاستبانة الدراسة، تم عرضها على مجموعة محكمين من ذوي الخبرة والكفاءة، وذلك بغرض الحكم على سلامة الصياغة اللغوية لل فقرات، ووضوحها، ومدى مناسبتها لقياس ما وضعت لأجله، ومدى انتماء كل فقرة للبعد والمقياس الذي تنتمي إليه، بالإضافة إلى أي إجراء يلزم من حذف أو تعديل أو إضافة على فقرات الاستبانة أو اقتراحات يرونها مناسبة، وتم الأخذ بملاحظات المحكمين ومقترحاتهم وتعديل فقرات الاستبانة بناءً على إجماع غالبية المحكمين تم تعديل الاستبانة وإخراجها بصورتها النهائية. وللتأكد من مؤشرات ثبات أداة الدراسة (الاستبانة)، تم تطبيق معادلة ثبات الأداة كرونباخ ألفا (Cronbach's alpha) على مقياس الدراسة، والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول 2

نتائج الثبات بطريقة (كرونباخ ألفا) للاستبيان

المقياس	عدد الفقرات	كرونباخ ألفا
مقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية ككل	20	0.78
مقياس دافعية الانجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية السمعية ككل	14	0.81

المصدر: زريقات، 2022

أظهرت نتائج الثبات بطريقة كرونباخ ألفا لمقياس الصلابة النفسية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية ككل بلغت (0.78)، ولمقياس دافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية السمعية ككل بلغت (0.81)، وجميع القيم تدل على درجة مقبولة لأغراض تطبيق أدوات الدراسة.

2.3. إجراءات الدراسة

قام الباحث بالإجراءات الآتية لتحقيق أهداف الدراسة:

- بالنسبة لمتغير الجنس: بلغ عدد اللاعبين "الذكور" (5)، بنسبة مئوية (29.4%)، وبلغ عدد اللاعبين "الاناث" (12)، بنسبة مئوية (70.6%).

- بالنسبة لمتغير العمر: بلغ عدد اللاعبين من الفئة العمرية "15 سنة فأقل" (14)، بنسبة مئوية (82.4%)، وبلغ عدد اللاعبين من الفئة العمرية "15 سنة فأكثر" (3)، بنسبة مئوية (17.6%).

- بالنسبة للإنجازات السابقة للاعبين: بلغ عدد اللاعبين اللذين كانت اجابتهم "لا يوجد انجازات سابقة" (2)، بنسبة مئوية (11.8%)، وبلغ عدد اللاعبين اللذين كانت اجابتهم "المركز الثاني بطوله المملكة 2019" (2)، بنسبة مئوية (11.8%)، وبلغ عدد اللاعبين اللذين كانت اجابتهم "المركز الثالث بطولة المملكة فردي ضد ساعة" (2)، بنسبة مئوية (11.8%)، وبلغ عدد اللاعبين اللذين كانت اجابتهم "بطلة مملكة الاتحاد الاردني للدراجات الهوائية (2019) فئة الواعدات" (7)، بنسبة مئوية (41.2%)، وبلغ عدد اللاعبين اللذين كانت اجابتهم "حصلت على ميدالية في (2019) في سباق داخلي" (2)، بنسبة مئوية (11.8%)، وبلغ عدد اللاعبين اللذين كانت اجابتهم "دورة انجليزي والعزف على العود ودخول الذكاء العقلي" (1)، بنسبة مئوية (5.9%).

وفي ضوء طبيعة متغيرات الدراسة وأساليب القياس وأغراض التحليل، فقد تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- التكرارات والنسب المئوية لتوزيع أفراد العينة على متغيرات الدراسة.

- معامل كرونباخ الفا (Cronbach's Alpha) لاستخراج ثبات أدوات الدراسة.

- الإحصاء الوصفي: المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مقاييس الدراسة.

- معاملات الارتباط (بيرسون) بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية.

3. عرض ومناقشة النتائج

يتضمن هذا الجزء عرض نتائج الدراسة التي هدفت إلى التعرف على "مستوى الصلابة النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية" وفيما يأتي العرض لنتائج هذه الدراسة وفقاً لأسئلة الدراسة.

عرض ومناقشة نتائج السؤال الأول: ما مستوى الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية؟ للإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والجدولين (4.3) يوضحان ذلك.

الجدول 3

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع فقرات المقياس الأول "مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية" والمقياس ككل (ن=17)

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	لقد وجدت صعوبة في التواصل بشكل جيد مع من حولي	3.82	0.95	17	مرتفعة
2	كانت قدرتي على اتمام المهمة جيدة دائماً	4.47	0.87	9	مرتفعة
3	أشعر أن ذهني سريع التوصل إلى حلول في حالات التدريب الصعبة	4.53	0.80	8	مرتفعة
4	مزاجي في اليوم له دورا كبيرا للالتزام بالتدريب	3.29	0.99	19	متوسطة

1. الاطلاع على الأدب النظري السابق والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة، وتحديد مشكلتها.

2. تحديد مجتمع وعينة الدراسة وطريقة اختيارها.

3. بناء استبانة الدراسة إلكترونياً من خلال نموذج جوجل وارسل الرابط لعينة الدراسة عبر الواتس اب، والتحقق من مؤشرات صدقها وثباتها.

4. توزيع استبانة الدراسة بالصورة النهائية على أفراد العينة، وثم جمعها وفرزها وترميز الاستجابات.

5. تطبيق الأساليب الإحصائية الملائمة على البيانات للإجابة عن أسئلة الدراسة باستخدام برنامج (SPSS)، للحصول على نتائج الدراسة ومناقشتها، وتقديم مجموعة توصيات ومقترحات في ضوءها. حيث تم التواصل مع مدير اتحاد الدراجات الهوائية لتسهيل مهمة الباحث لتطبيق الدراسة من خلال إرسال الاستبيان المصمم للاعبين المنتخب الوطني عبر مجموعة الواتس اب. حيث قام بإرسالها للاعبين ومن ثم تعبئتها وإعادة إرسالها لي إلكترونياً. ومن ثم تفريغ بيانات العينة على ملف اكسل وتحليل البيانات إحصائياً.

وتكوّنت الاستبانة بصورتها النهائية من (34) فقرة، حيث استخدم الباحث مقياس ليكرت للتدرج الخماسي بهدف قياس آراء أفراد عينة الدراسة، وتم إعطاء أوافق بدرجة كبيرة جداً (5)، أوافق بدرجة كبيرة (4)، أوافق بدرجة متوسطة (3)، أوافق بدرجة قليلة (2)، أوافق بدرجة قليلة جداً (1) وعكس التدرج للفقرات السلبية، وذلك بوضع إشارة (√) أمام الإجابة التي تعكس درجة موافقتهم، كما تم الاعتماد على التصنيف التالي للحكم على الأوساط الحسابية، حيث تم احتساب درجة الموافقة من خلال استخدام المعادلة الآتية:

$$\frac{\text{الحد الأعلى للمقياس (5) - الحد الأدنى للمقياس (1)}}{\text{عدد المستويات المطلوبة (3)}} = \frac{5 - 1}{3} = 1.33$$

ومن ثم إضافة الجواب (1.33) إلى نهاية كلّ فئة لتصبح مستويات الموافقة على النحو التالي:

- من 1.00 إلى أقل من 2.34 منخفضة

- من 2.34 إلى أقل من 3.68 متوسطة

- من 3.68 إلى 5.00 مرتفعة

2.4. المعالجة الإحصائية

نظراً لأن الأسلوب الملائم في التحليل يعتمد بشكل رئيس على نوع البيانات المراد تحليلها، فقد تم الاعتماد على عدد من الأساليب الإحصائية وباستخدام برنامج الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS (Statistical Package for Social Sciences)، وذلك من أجل توظيف البيانات التي تم الحصول عليها لتحقيق أهداف الدراسة واختبار فرضياتها،

يظهر من الجدول (3) أن المتوسطات الحسابية لمقياس " مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية " تراوحت بين (3.12-4.82)، كان أعلاها للفقرة رقم (15) التي تنص على " أنني أفقتر إلى الثقة أثناء التدريب " بمتوسط حسابي بلغ (4.82) وبدرجة مرتفعة، ثم جاءت الفقرتين رقم (19.7) التي تنصان على " ايماني بنفسي مرتفع، أنا اكفاح جيداً من أجل حل المشكلة التي تواجهني " بمتوسط حسابي وبدرجة مرتفعة، ثم جاءت الفقرة رقم (14) والتي تنص على " التزم في حضور الدورات الخاصة برياضتي " بمتوسط حسابي (4.71) وبدرجة مرتفعة، وأدناها للفقرة رقم (17) التي تنص على " من الصعب تحفيز نفسي للتدريب " بمتوسط حسابي بلغ (3.12) وبدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (4.28) وبدرجة مرتفعة. حيث يعزو الباحث ذلك إلى أن لاعبي المنتخب الوطني قد تم انتقائهم بشكل جيد لهذه الرياضة، وقد يكون ذلك بسبب الدعم المقدم من اتحاد اللعبة للاعبين المنتخب مما أدى إلى ارتفاع مستوى الصلابة الذهنية لديهم. ومن الممكن أن يكون لدى اللاعبين تحدي فيما بينهم لتحقيق لكسر ارقام بعضهم البعض وهو بمثابة هدف لكل منهم وهذا ينتج عنه إصرار للمكافحة من أجل تحقيق ذلك الهدف. وقد يكون لدى عينة الدراسة مرونة جسدية ونفسية للوصول إلى الهدف المحدد وإيجاد حل للمشاكل غير المتوقعة والمفاجئة والقدرة على التحلي بالصبر في هذه الرياضة التي تتطلب صلابة نفسية عالية ومن المحتمل أن يكون هناك مجموعة من اللاعبين يمتلكون مستوى صلابة ذهنية عالية أثرت على مستوى الصلابة الذهنية للاعبين ككل وهذا يتفق مع دراسة كل من (Gucciardi, 2010). ودراسة (Aigle, 2016) ودراسة (Altay, et al, 2018). ودراسة (Eys., Schinke., & Jeffery, 2007).

ويوضح الجدول (4) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية إلى جميع فقرات المقياس الثاني (دافعية الانجاز)

الجدول 4

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع فقرات المقياس الثاني " مستوى دافعية الانجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية " والمقياس ككل (ن=17)

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
1	أسعى لتحقيق الأهداف التي رسمتها لنفسي	4.82	0.39	2	مرتفعة
2	أعرف جيداً ما أريد أن أفعله	4.82	0.39	2	مرتفعة

5	وجهة نظري إلى الآخرين غير فعالة	3.76	0.83	18	مرتفعة
6	في التدريب، لعب دوراً قيادياً	3.88	1.36	16	مرتفعة
7	أنا اكفاح جيداً من أجل حل المشكلة التي تواجهني	4.76	0.56	2	مرتفعة
8	أجد أنه من الصعب التكيف خارج التدريب	4.06	1.39	15	مرتفعة
9	أشعر أنني فعال مع الآخرين	4.41	0.80	11	مرتفعة
10	من السهل أن احافظ على تركيزي خلال التدريب	4.65	0.79	6	مرتفعة
11	كلمة واحدة كنت استخدمها لوصف نفسي خلال المنافسة هو أنني «محترف»	4.06	1.09	14	مرتفعة
12	أشعر بقدر كبير في قدراتي أثناء التدريب	4.47	0.87	9	مرتفعة
13	رغبتي في التدريب الجاد عالية جداً	4.71	0.69	5	مرتفعة
14	التزم في حضور الدورات الخاصة برياضتي	4.71	0.47	4	مرتفعة
15	أنني أفقتر إلى الثقة أثناء التدريب	4.82	0.53	1	مرتفعة
16	لدي مجالات أخرى من حياتي تؤثر على التدريب بشكل سلبي	4.41	1.00	11	مرتفعة
17	من الصعب تحفيز نفسي للتدريب	3.12	1.87	20	متوسطة
18	أن أكثر دوافعي لرياضتي إنجازاتي	4.35	0.93	13	مرتفعة
19	ايماني بنفسي مرتفع	4.76	0.56	2	مرتفعة
20	أجد صعوبة بأن احافظ على تركيزي أثناء المنافسات	4.59	0.80	7	مرتفعة
	المقياس (مستوى الصلابة النفسية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية)	4.28	0.40		

المصدر: زريقات، 2022

تنصان على " لا استسلم ابداً مهما واجهتني من تحديات، أشعر بالتفاؤل نحو المستقبل " بمتوسط حسابي (4.67) وبدرجة مرتفعة، وأدناها للفقرة رقم (12) التي تنص على " أستطيع استبدال أهدافي التي لا تحقق " بمتوسط حسابي بلغ (3.18) وبدرجة متوسطة، وبلغ المتوسط الحسابي للمقياس ككل (4.41) وبدرجة مرتفعة. ويعزو الباحث ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز إلى ارتفاع الصلابة النفسية لديهم والذي من الممكن ان يكون أيضاً ارتفاعاً لسمات النفسية الأخرى مثل سمة الهادفية وسمّة الاصرار. وقد يكون هناك دعم اجتماعي من المدربين والأسرة والأصدقاء المرتبطين بهؤلاء اللاعبين. وقد يكون لديهم استعداد بدني وفسولوجي ونفسي يتلاءم مع طبيعة الرياضة الممارسة. مما أدى إلى ظهور نتائج مرتفعة في مجال دافعية الانجاز عند عينة الدراسة. والفقرة التي حصلت على أعلى متوسط حسابي والتي تنص على " أسعى لتحقيق ما هو أفضل " يدل على ان اللاعبين لديهم أهداف مستقبلية يسعون لتحقيقها وهذا يؤدي إلى ارتفاع مستوى دافعية الإنجاز لديهم. وقد يكون لدى اللاعبين خبرة جيدة في رياضة الدراجات الهوائية مما انعكس بشكل ايجابي على مستوى دافعية الانجاز لديهم. وهذا يتفق مع دراسة (2003) Craft et al. ودراسة (2016) Joanna, & Rober. ودراسة (2018) Coulter., Mallett., Singer. ودراسة (2018) Joanna, & Rober.

ولإجابة عن التساؤل الثاني: هل يوجد علاقة ارتباطية بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية؟ للإجابة عن هذا السؤال استخدم الباحث معامل الارتباط (بيرسون) بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية، والجدول (5) يوضح ذلك.

جدول 5

معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية (ن=17)

الصلابة النفسية	المتغير المستقل	
	المتغير التابع	
	معامل ارتباط	دافعية الانجاز
	الدلالة الإحصائية	
	0.570	
	0.041	

المصدر: زريقات، 2022

يظهر من الجدول (5) أن معامل الارتباط بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية بلغ (0.57) وبدلالة إحصائية (0.041)، وهذه القيمة تشير إلى ارتباط موجب ودال إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين الصلابة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي

3	واثق من تحقيق أهدافي المستقبلية	4.59	0.71	8	مرتفعة
4	أستطيع أن أتغلب على كل ما يواجهني من عقبات	4.71	0.47	7	مرتفعة
5	بشغلي التفكير في المستقبل	2.59	1.50	9	متوسطة
6	أرى أن الحياة ستستمر مهما حدث	4.18	1.01	13	مرتفعة
7	أسعى لتحقيق ما هو أفضل	4.94	0.24	1	مرتفعة
8	لدي القدرة على تعديل أهدافي حسب الظروف	4.53	0.80	12	مرتفعة
9	أستطيع توجيه إمكانياتي والاستفادة منها	4.76	0.56	6	مرتفعة
10	لا استسلم ابداً مهما واجهتني من تحديات	4.76	0.44	4	مرتفعة
11	أشعر بالتفاؤل نحو المستقبل	4.76	0.44	4	مرتفعة
12	أستطيع استبدال أهدافي التي لا تحقق	3.18	1.07	14	متوسطة
13	بنتابني شعور باليأس	4.53	0.62	10	منخفضة
14	أعتقد أن كلمات الثناء تكون دافعاً للإنجاز	4.53	0.62	10	مرتفعة
	المقياس ككل (دافعية الانجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية)	4.41	0.17		

المصدر: زريقات، 2022

يظهر من الجدول (4) أن المتوسطات الحسابية لمقياس " دافعية الانجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية " تراوحت بين (3.18-4.94)، كان أعلاها للفقرة رقم (7) التي تنص على " أسعى لتحقيق ما هو أفضل " بمتوسط حسابي بلغ (4.94) وبدرجة مرتفعة، ثم جاءتا الفقرتين رقم (1.2) التي تنصان على " أسعى لتحقيق الأهداف التي رسمتها لنفسي، أعرف جيداً ما أريد أن أفعله " بمتوسط حسابي (4.82) وبدرجة مرتفعة، ثم جاءتا الفقرتين رقم (10.11) والتي

7. Eys, M.A., Schinke, R.J., and Jeffery, S.M. (2007) 'Role perceptions in sport,' in M.R. Beauchamp and M.A. Eys (eds.), *Group Dynamics in Exercise and Sport Psychology: Contemporary Themes* (pp. 99116-), London: Routledge.
8. Gucciardi, F. (2010). Mental toughness profiles and their relations with achievement goals and sport motivation in adolescent Australian footballers. *Journal of Sports Sciences* 28(6):61525-.
9. Gould D, Dieffenbach K, Moffett A. (2002) Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *J Appl Sport Psychol*; 14: 172204-. [http://dx.doi.org/10.108010413200290103482/].
10. Hale, B.D and Collins, D.J. (2002) *Rugby Tough*, Leeds: Human Kinetics.
- J Sport Exerc Psychol; 25: 4465-. http://dx.doi.org/10.1123/jsep.25.1.44.
11. Kress, J.L., and Statler, T. (2007) 'A naturalistic investigation of former Olympic cyclists' cognitive strategies for coping with exertional pain during performance,' *Journal of Sport Behavior*, 30, 428452-.
12. Kshetrimayum Rojeet Singh, and Anil Mili. (2016). Comparative Study on Mental Toughness among the Archers and Shooters. *International Educational Scientific Research Journal*. DOI: 10.21276295-2455/X.
13. Martin I. Jones and John K. Parker (2018) Mindfulness mediates the relationship between mental toughness and pain catastrophizing in cyclists, *European Journal of Sport Science*, 18:6, 872881-, DOI: 10.108017461391.2018.1478450/.
14. Oosterhuis, (2014). Bicycle research between bicycle policies and bicycle culture, *Mobility in History. Yearbook of the International Association for the History of Transport, Traffic, and Mobility*, 5 (2014), 20-36.
15. Richard Gregory Cowden. (2017). Mental Toughness and Success in Sport: A Review and Prospect. *The Open Sports Sciences Journal*, 10, 114-. DOI: 10.21741875399/X01710010001.
16. Samuel Abt, (2020). *Cycling*, Encyclopædia Britannica, inc. https://www.britannica.com/sports/cycling.
17. Sheard M, Golby J, van Wersch A. (2009) Progress toward construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire. *Eur J Psychol Assess*; 25: 18693-. [http://dx.doi.org/10.10275759.25.3.186-1015/].
18. Taylor and Kress, (2006) 'Psychology of cycling,' in J. Dosil (ed), *The Sport Psychologist's Handbook: A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement* (pp. 325350-), Chichester, UK: Wiley.
19. The Inner Ring. (2015). *The Finances of Team Sky*. Available from: www.inrng.com/201607//the-finances-of-team-sky - Accessed July 2016.
20. Zeiger JS, Zeiger RS (2018). Mental toughness latent profiles in endurance athletes. *PLoS ONE*. 13(2): e0193071. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0193071.

- كيفية الإستشهاد بهذا المقال حسب أسلوب APA

زريقات، عايد (2023)، مستوى الصلابة الذهنية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية، مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، المجلد 15، العدد 02، جامعة حسيبة بن بوعلي بالشلف، الجزائر، الصفحات: 148-155.

المنتخب الوطني للدراجات الهوائية. ويعزو الباحث ذلك إلى ان الصلابة الذهنية تؤثر بشكل ايجابي على دافعية الانجاز وانها ترتبط بها ارتباط وثيق. حيث جاء مستوى الصلابة الذهنية مرتفع وايضا مستوى دافعية الانجاز مرتفع وهذا يعتبر انسجام منطقي بين الصلابة الذهنية ودافعية الانجاز. حيث انه من غير المعقول ان يكون مستوى الصلابة الذهنية عند اللاعبين مرتفع ومستوى دافعية الانجاز منخفض. ومن ناحية أخرى هناك علاقة مماثلة لعلاقة الصلابة الذهنية بدافعية الانجاز مثل الصلابة الذهنية ودرجة الألم التي اشار لها Martin & Parker (2018). ومستوى الصلابة الذهنية وسمات نفسية أخرى مثل الثقة بالنفس مثل دراسة Kshetrimayum, & Anil (2016). وهذا ما يؤكد بأن اللاعبين عينة الدراسة تم انتقاؤهم بشكل مناسب مع طبيعة هذه الرياضة وتقديم الدعم البدني والنفسي والمهاري اللازم لتطوير السمات النفسية قيد الدراسة.

4. خاتمة

في ضوء نتائج الدراسة تمكن الباحث من استنتاج أن الدعم المقدم للاعب المنتخب الوطني للدراجات الهوائية مرتفع. كذلك تم انتقاء لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية بشكل سليم. بالإضافة إلى وجود ارتباط ما بين الصلابة الذهنية ودافعية الإنجاز. وعليه يوصي الباحث ضرورة إطلاع أفراد عينة الدراسة والقائمين على رياضة الدراجات الهوائية بالأردن على نتائجها. ضرورة الإهتمام بالصلابة الذهنية لدى لاعبي المنتخب الوطني للدراجات الهوائية لما لها علاقة بدافعية الإنجاز لديهم. و ضرورة إستمرار الدعم المقدم للاعبين حالياً بالمستقبل.

تضارب المصالح

ليس لدى المؤلف تضارب في المصالح.

- المصادر والمراجع

1. Aigle, Switzerland. (2016). *Union Cycliste International. Annual Report*. Available from: www.uci.ch/inside-uci/about/annual-reports/ Accessed July.
2. Altay, Bahadır; Bastug, Gülsüm; Arikan, İbrahim İhsan. (2018). GOAL commitment and Psychological resilience among cycling athletes. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, [S.l.], jan. ISSN 25012428. Available at: DOI:http://dx.doi.org/10.46827/ejpe.v0i0.1372.
3. Coulter T, Mallett C, Singer J. (2016) A subculture of mental toughness in an Australian Football League club. *Psychol Sport Exerc*; 2298-113[http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.06.007].
4. Cowden RG. (2016). Competitive performance correlates of mental toughness in tennis: A preliminary analysis. *Percept Mot Skills*; 123(1): 34160-. [http://dx.doi.org/10.11770031512516659902/] [PMID: 27502244].
5. Craft L, Magyar M, Becker B, Feltz D. (2003). The relationship between the competitive state anxiety inventory-2 and sports performance: A meta-analysis.
6. Daniel, F, Gucciardi. (2017). *Mental toughness: progress and prospects*. Elsevier B.V. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.010