



## تقييم أهم المحددات الانفعالية لدى لاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب

معلومات البحث

الاستلام: //2018

القبول: //2019

تاريخ النشر: 2019/1/30

م.د. حسنين جمعة الطائي ، م.د. أيمن هاني عبد الجبوري

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة الكوفة

aymanh.algburi@uokufa.edu.iq

### الملخص

يهدف البحث الى :

- 1- التعرف على أهم المحددات الانفعالية لدى لاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب.
  - 2- تقييم أهم المحددات الانفعالية لدى لاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب.
- استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية ، وتحدد مجتمع البحث بلاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب. والبالغ عددهم (90) لاعبا ، ثم بعد ذلك تم تطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية على عينة من المجتمع والبالغ عددها (50) لاعب ، وتم استخدام المعالجات الإحصائية المناسبة للوصول إلى النتائج بعدها تم عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها وقد توصل الباحثان إلى الاستنتاجات الآتية :
- 1- أن اغلب اللاعبين هم من يتمتعون بمحددات انفعالية جيدة.

2- هنالك علاقة طردية بين أهم المحددات الانفعالية وأداء اللاعبين.

3- كلما زادت أهم المحددات الانفعالية كلما كانت النتائج أفضل.

بناءً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج فقد توصل الباحثان الى أهم التوصيات :

1- ضرورة استخدام وتطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية واختبارات المهارات الأساسية بكرة السلة الشباب لفائدتهم في أعداد لاعبين جيدين.

2- استخدام متغيرات النفسية أخرى لمعرفة الحالات النفسية للاعبين لكي يتم الأخذ بنظر الاعتبار كيفية إعطاء التوجيهات والإرشادات لهم. كما يقترح الباحثان :

أ - إجراء دراسة مماثلة على فئة لاعبات كرة السلة الشابات .

ب - إجراء دراسة تتناول العلاقة بين أهم المحددات الانفعالية وبعض المتغيرات البدنية والفلسجية المتغيرات النفسية الأخرى.



## 1- المقدمة :

تعد المحددات النفسية أحد الموضوعات العلمية والتي اهتم الكثير من المعنيين في دراستها لما لها من دور فعال في مجال الرياضة وخصوصاً إنها تشكل نطاق واسع تعتمد عليه الرياضة , ومن هذه الظواهر المحددات النفسية (الانفعالية) التي تعد من أهم المحددات النفسية التي لا بد أن تتواجد عند لاعبي كرة السلة لسرعة اللعبة وتقارب المستويات وكثرة المتغيرات التي تحدث داخل الملعب مما يتطلب تحضيراً ذهنياً كبيراً من اللاعبين .

وتشكل المحددات النفسية متطلباً مهماً بالنسبة للاعب ولكل المثيرات التي تحدث له , ولكثرة تفاصيل اللعب عليه أن يحول انتباهه من مثير إلى آخر حتى يضمن متابعة اللعب ومن ثم يظهر رد فعل لهذه المثيرات في مجريات اللعب وفقاً للموقف الفني الذي يحددها في اتخاذ قرار بالشكل الصحيح فيؤدي ذلك الى أداء ناجح في المباراة

ومن هنا تكمن أهمية البحث في معرفة وتقييم المحددات (الانفعالية) لدى لاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب.

إن تطوير المهارات الأساسية في كرة السلة الشباب لا يعتمد فقط على الجانب البدني والفني وإنما للجانب النفسي دور كبير في تعلمها وبهذا لاحظت الباحثان أن العملية التدريبية تعتمد أساساً على الترابط البدني والفني والنفسي ومن خلال خبرة الباحثان كونهم مختصين في كرة السلة الشباب وخاصة لمباريات الدوري بابل بكرة السلة الشباب واطلاعها على المباريات وجدوا إن الجانب النفسي لا يدخل ضمن الوحدات التدريبية المتبعة في منهج التدريب لأغلب المدربين والفرق الرياضية في بابل وأن معظم المدربين لم يعطوا الاهتمام الكافي في إعداد اللاعبين من الجانب النفسي من خلال بعض المحددات الانفعالية التي يتميز بها كل لاعب وتطوير تلك المحددات من خلال التدريب ، مما يؤدي إلى هدر الجهد والوقت في التدريب ومن ثم عدم تحقيق المستوى والنتائج المطلوبة 0

لذا ارتأى الباحثان دراسة هذه المشكلة والتعرف وتقييم أهم المحددات الانفعالية لاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب.

### تحديد مصطلحات :

- **المحددات الانفعالية :** تعرف بأنها " أية خصلة أو خاصية أو صفة ذات دوام نسبي ، يمكن أن يختلف فيها الأفراد فتميز بعضهم عن بعض ، أي إن هناك فروقاً فردية فيها ، وقد تكون وراثية أو مكتسبة. " ، أما في المجال الرياضي فتعرف بأنها " أنظمة ثابتة نسبياً تحدد سلوك الرياضي في مواقف اللعب المختلفة وتميزه عن غيره من زملائه وخصومه بشكل ظاهر في فعله أو بشكل غير ظاهر مثل طريقة تفكيره وإحساسه وشعوره تجاه الأشياء أو من يحيط به

### 2- إجراءات البحث :

**1-2 منهج البحث :** قام الباحثان باستعمال المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية لملائمته طبيعة البحث.

**2-2 المجتمع وعينة البحث:-** تحدد مجتمع البحث بلاعبين أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب. والبالغ عددهم (48) لاعبا بواقع (12) لاعب من كل نادي (الحلة، المحاول ، الكفل ، المدحتية) ، ثم بعد ذلك تم تطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية على عينة من المجتمع والبالغ عددها (30) لاعب للموسم الرياضي(2017-2018) والتي تمثل نسبة (62.5%) من مجتمع الأصل ، وتم اختيار (5) لاعبين للتجربة الاستطلاعية والتي تمثل نسبة (10.41%) من مجتمع الأصل .

### 2-3 اختيار مقياس أهم المحددات الانفعالية:-

اعتمد الباحثان مقياس أهم المحددات الانفعالية الذي قام ببنائه وتقنيته (أيمن هاني الجبوري)<sup>(1)</sup>، إذ يتكون المقياس بالأصل من (60) فقرة تقيس أهم المحددات الانفعالية لاعبي كرة السلة الشباب (ينظر الملحق 1) موزعة على ثمانية مجالات بلغت الفقرات الموجبة فيه (48) فقرة ، بينما بلغت للفقرات السالبة (12) فقرة وتكون الإجابة على الفقرات من خلال خمس بدائل للإجابة تراوحت من (1-5) للفقرة الموجبة ومن (1-5) للفقرات السالبة وهي (أوافق بدرجة كبيرة ، أوافق ، لا رأي لي ، لا أوافق ، لا أوافق بدرجة كبيرة) ، وكما هو مبين في الجدول (1).

الجدول (1)

يبين توزيع الفقرات الايجابية والسلبية على مجالات مقياس أهم المحددات الانفعالي

ت	اسم المجال	عدد الفقرات الايجابية	أرقام الفقرات الايجابية	عدد الفقرات السلبية	أرقام الفقرات السلبية
1	التماسك الاجتماعي- الحركي	4	6, 5, 4, 3	1	2
2	الثقة بالنفس	7	14, 13, 12, 11, 10, 9, 7	2	15, 8
3	الإرادة	8	25, 24, 23, 22, 21, 20, 17, 1	2	19, 18
4	الدافعية	9	36, 35, 34, 33, 32, 31, 30, 27, 26	2	29, 28
5	السلوك الجازم	6	42, 41, 40, 39, 38, 37	-	
6	الاتزان الانفعالي	1	43	5	47, 46, 45, 44, 48
7	التوجه نحو المنافسة والتفوق	8	56, 55, 54, 53, 52, 51, 50, 49	-	
8	الأمن النفسي	5	61, 60, 59, 58, 57	-	
	المجموع		48		12

ومن أجل تطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية على لاعبي كرة السلة الشباب قام الباحثان بعرض المقياس (ينظر الملحق 1) على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين (ينظر الملحق 2)، لغرض تقويمه والحكم عليهم من حيث صلاحيتهم في قياس اهم المحددات الانفعالية وبعد إطلاع السادة الخبراء والمختصين على فقرات المقياس، وتم من خلال آرائهم الموافقة على المقياس وفقراته بنسبة اتفاق (100%).

#### 2-4 التجربة الاستطلاعية الأولى لمقياس أهم المحددات الانفعالية:

قام الباحثان بإجراء تجربة استطلاعية الأولى يوم الثلاثاء المصادف (2018/6/12) على عينة مكونة من (5) لاعبين يمثلون نادي المحاويل بكرة السلة الشباب، إذ كانت أهداف هذه التجربة هي:-

- معرفة الصعوبات التي تواجه الباحثان.
- مدى تفهم عينة البحث لمفردات المقياس.
- التعرف على الوقت المستغرق لتطبيق المقياس.
- استخراج معامل الثبات.

#### الأدوات المستخدمة في التجربة:

- أدوات مكتبية (أوراق - أقلام).

- ساعة الكترونية.

**أهم نتائج التجربة الاستطلاعية:**

- وضوح الفقرات للاعبين.

- تم استخراج معامل الثبات.

وبذلك أصبح مقياس المحددات الانفعالية (ينظر ملحق 1) جاهز للتطبيق بصورته النهائية على عينة البحث .

## 2-5 الخصائص السايكومترية للمقياس:

أولاً: الصدق:- يعد الصدق من أهم شروط الاختبار الجيد" فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في قياس ما وضع من أجله ، ولتحديد صدق المقياس استخدم الباحثان صدق المحتوى من خلال عرض مقياس أهم المحددات الانفعالية على مجموعة من السادة الخبراء الذين اتفقوا جميعاً على هذه صلاحية المقياس.

ثانياً: الثبات: ثبات الاختبار "هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد الاختبار على نفس الأفراد وفي نفس الظروف وعلى هذا الأساس قام الباحثان بتطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية على عينة من نادي المنطقة الوسط ب والبالغ عددهم (5) لاعبين بتاريخ 2018/6/12، واحتساب النتائج، وبعد (14) يوم تمت إعادة الاختبار على العينة نفسها وتحت الظروف نفسها أي بتاريخ 2018/6/28، ومن ثم استعمال معامل الارتباط البسيط (بيرسون)، إذ أظهرت النتائج تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات، إذ بلغ معامل الارتباط للمقياس أهم المحددات الانفعالية (0.92) وهو يدل على مؤشر ثبات عال للمقياس .

## 2-6 المستويات المعيارية لمقياس أهم المحددات (الانفعالية):

تم الاعتماد على المستويات المعيارية للمقياس الأصلي وكما مبين في الجدول (2).

الجدول (2) يبين المستويات المعيارية وحدودها بالدرجات الخام ودلالاتها في مقياس أهم

المحددات (الانفعالية)

المستوى	حدودها بالدرجات الخام	دلالاتها المقياس
الأول	108-60	منخفض جداً
الثاني	156-109	منخفض
الثالث	204-157	متوسط
الرابع	252-205	عالي
الخامس	300-253	عالي جداً

## 2-7 تطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية :

تم تطبيق أهم المحددات انفعالية على أفراد العينة البالغ عددهم (30) لاعب في بطولة الجمهورية التي أقيمت في محافظة بغداد (2018/7/15).

2-8 الوسائل الإحصائية:- استعمل الباحثان الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار السابع عشر في معالجة الدرجات الخام لاستخراج الوسائل الإحصائية الآتية:-

1- الوسط الحسابي .

2- الانحراف المعياري.

3- النسبة المئوية.

### 3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

يتضمن هذا الفصل عرض وتحليل النتائج التي توصل إليها الباحثان من خلال تحليل استجابات أفراد العينة على المقياس وبحسب الأهداف الواردة فيه وكما يلي :

3-1 التعرف وتقييم أهم المحددات الانفعالية لدى لاعبي أندية محافظة بابل لكرة السلة الشباب:

فيما يتعلق بالهدف الأول للبحث والمتمثل بالتعرف بأهم المحددات الانفعالية لدى لاعبي أندية محافظة بابل لكرة السلة الشباب تم حساب الدرجة الكلية لكل لاعب فان أعلى درجة يحصل عليها اللاعب في مقياس أهم المحددات الانفعالية هي (300) وأدنى درجة هي (60) فقد تبين إن أعلى درجة تم الحصول عليها (255) وأدنى درجة (112) لنتائج أفراد العينة، ولأجل معرفة طبيعة واقع أهم المحددات الانفعالية للعينة كلها ، تم حساب الوسط الحسابي للعينة وظهر انه يساوي (195.66) وانحراف معياري (3.88) وهي جميعها أعلى من الوسط النظري للمقياس والبالغ (180) ، وكما مبين في الجدول (3).

الجدول (3)

نتائج العينة في مقياس أهم المحددات الانفعالية

المقياس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	قيمة t لعينة واحدة	قيمة sig	الدلالة
أهم المحددات الانفعالية	195.66	3.88	180	5.87	0.001	معنوي
* مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (29).						

يظهر من الجدول (3) أن قيمة (t) لعينة واحدة بلغت (5.87) وهي معنوية لكون قيمة (sig) أقل من مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (49) ، وهذا يعني أن لاعبي أندية محافظة بابل

بكرة السلة الشباب يتمتعون بمحددات انفعالية لكن بمستوى (جيد) عند مقارنتها في المستويات الموضوعية لهذا الغرض ويمكن تفسير ذلك باعتبار المتغيرات النفسية وما لها من أهمية وتأثير في فعال في الحياة العامة والذي ينعكس بالتالي على نتائج اللاعب وسلوكه أو أدائه ، إذ يحتاج اللاعب إلى محددات نفسية جيدة ، لان محددات الانفعالية تعني التحكم بالانفعالات الداخلية والخارجية التي يتعرضون إليها في تعلم المهارات والمواقف المتنوعة وخاصة في الحياة اليومية ، وهو أمر يكاد يكون طبيعياً لأنه كلما استطاع اللاعبون بان يتحكموا بأفكارهم ويستحضرون ما يريدون ويحذفون ما يريدون والحد من العديد من الاضطرابات النفسية ذات المنشأ الوظيفي والاجتماعي، كالقلق، والاكتئاب والضغوط النفسية كلما يعطون أفضل ما لديهم في المواقف التنافسية ويكونون في أفضل الأحوال ، فضلاً عن أنهم يلتزمون معياراً مرتفعاً لأدائهم ويضعون الانجاز هدفاً شخصياً لهم .

ويرى الباحثان على اللاعبين أن يتميزوا بمحددات انفعالية جيدة لمسايرة متغيرات المنافسة بكرة السلة الشباب التي تحتاج عمليات وقدرات عقلية مناسبة ، ويجب ان يمتلكون حالة الوعي المتوازن الذي يجنب الأفراد الانزلاق في متاهات المواقف المختلفة والمتداخلة ولا يجعلهم يتبعون رؤية واضحة لقبول الظاهرة النفسية والانفعالية التي تظهر لديهم ،عكس اللاعبين الذين لا يمتلكون محددات انفعالية جيدة وللأسف لا يتميزون بالانفتاح على عالم الأفكار والمشاعر والأحاسيس المؤلمة والخبرات غير السارة لدى الفرد لذا فهم يعانون الواقع أكثر من غيرهم ، ولا يستطيعون معايشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بشكل متوازن . وكذلك ليس لديهم مجال مرن للقدرة العقلية يسمح برؤية جيدة ومنفتحة على كل الخبرات العقلية والحسية الخاصة . " فالمحددات نفسية تتطلب من اللاعب فهم نفسه ومراقبه أفكاره ومشاعره السلبية والانفتاح عليها ومعايشتها بدلاً من احتجازها في الوعي، إضافة إلى عدم إطلاق أحكام سلبية للذات .

#### 4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات: في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها يمكن صياغة الاستنتاجات الآتية:

1- أن اغلب اللاعبين هم من يتمتعون بمحددات انفعالية جيدة.



2- هنالك علاقة طردية بين أهم المحددات الانفعالية وأداء اللاعبين.  
4-2 **التوصيات** : بناءً إلى ما توصل إليه البحث من نتائج فقد توصل الباحثان إلى أهم التوصيات :

1- ضرورة استخدام وتطبيق مقياس أهم المحددات الانفعالية واختبارات المهارات الأساسية بكرة السلة الشباب لفائدتهم في أعداد لاعبين جيدين.

2- استخدام متغيرات النفسية أخرى لمعرفة الحالات النفسية للاعبين لكي يتم الأخذ بنظر الاعتبار كيفية إعطاء التوجيهات والإرشادات لهم.

كما يقترح الباحثان :

أ- إجراء دراسة مماثلة على فئة لاعبات كرة السلة الشابات

ب- إجراء دراسة تتناول العلاقة بين أهم المحددات الانفعالية وبعض المتغيرات البدنية والفسلجية المتغيرات النفسية الأخرى.

المصادر

- احمد محمد خاطر وعلي فهمي الببيك. التقويم والقياس في المجال الرياضي، القاهرة، دار المعارف، 1987.

– الشبكة العالمية للأنترنيت <http://www.abegs.org/Aportal/Article/showDetailsid>

– ايمن هاني عبد الجبوري. مقارنة المحددات في المجال الرياضي بين لاعبي كرة اليد وكرة السلة المتقدمين في العراق, اطروحة دكتوراه, كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية , جامعة بابل, 2014.

– عامر سعيد جاسم. السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الانجاز للاعبي المبارزة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد، 1997.

– كالفين هول وجاردنر ليندزي : نظريات الشخصية ، ط 2، (ترجمة فرج احمد وآخرون) ، القاهرة ، الهيئة العامة للكتاب ، 1987 .

– محمد صبحي حسانين. القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة, ط3، القاهرة, دار الفكر العربي، 1995.

## الملحق (1)

### يبين استبانة صلاحية مقياس أهم المحددات الانفعالية

الأستاذ الدكتور ..... المحترم

تحية طيبة:

نظرا للمكانة العلمية التي تتمتعون بها تم اختياركم في لجنة تحديد صلاحية فقرات مقياس (أهم المحددات الانفعالية) والذي تم بنائه وتقنيه على لاعبي كرة السلة الشباب في بابل للباحث (أيمن هاني الجبوري) <sup>(1)</sup>، يشتمل المقياس على (60) فقرة موزعة على ثمانية أبعاد، ولغرض وضعها بالشكل النهائي لتكون ملائمة لعينة البحث الحالية وهم (لدى لاعبي أندية محافظة بابل بكرة السلة الشباب) علما ان بدائل الإجابة هي :

أوافق بدرجة كبيرة	أوافق	لا رأي لي	لا أوافق	لا أوافق بدرجة كبيرة
-------------------	-------	-----------	----------	----------------------

مع فائق الشكر والتقدير...

اسم الخبير:

الباحثان

اللقب العلمي و تأريخه:

التخصص:

مكان العمل:

### مقياس تقدير الذات

عزيز اللاعب: بين يديك قائمة من العبارات يرجى الإجابة عنها بمراعاة الملاحظات الآتية:

- اقرأ كل عبارة وبعد أن تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصيا علما انه لا توجد هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.

- ضع علامة (√) أمام العبارة و أسفل كلمة إذا كانت العبارة تنطبق عليك ولو بدرجة قليلة.

- تأكد أن أجابتك ستكون سرية ولأغراض البحث العلمي فقط لذا يرجى الإجابة بدقة وصدق عن جميع العبارات وعدم ترك أي عبارة دون إجابة.

ت	العبارة	أوافق	أوافق	لا رأي لي	لا	لا أوافق
---	---------	-------	-------	-----------	----	----------

درجة كبيرة	أوافق	لي	درجة كبيرة	
				1- أنا مستعد للإجابة على جميع الأسئلة بصدق وأمانة.
				2- قناعاتي بالقيادة الإدارية والفنية للفريق ليست بالمستوى المطلوب.
				3- يتبع فريقي نظاماً دقيقاً خلال التدريب والمنافسات.
				4- طرائق لعب فريقي تعتمد على استغلال نواحي الضعف في الفرق المنافسة.
				5- المدرب ساعدني في تحسين مهاراتي لخدمة الفريق.
				6- تساعد طرائق لعب الفريق على إظهار كل قدرات ومواهب اللاعبين
				7- لدي القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة عند تعرض فريقي للضغوط النفسية
				8- يتأثر أدائي بضغوط المنافسة.
				9- يحالفني النجاح عندما أركز بصورة جيدة في المنافسة
				10- أستطيع التكيف بسهولة مع مواقف اللعب المختلفة.
				11- ثقتي بنفسي هي مفتاح نجاحي
				12- أستثمر جميع قدراتي العقلية بنجاح أثناء المنافسة.
				13- أتنافس بكل قوة لتحقيق الفوز.
				14- ثقتي بأدائي سبباً لتوقعي الفوز دائماً.
				15- أرتبك عندما تسير المنافسة لصالح المنافسين.
				16- عندما أفكر بالفرق الأخرى أكون متفائلاً وأتوقع الأداء الأفضل.
				17- عندما أكون احتياطياً فاني أكون دائماً جاهزاً للاشتراك في اللعب.
				18- عند تعرضي للإصابة أشعر أن مستقبلي الرياضي قد انتهى.
				19- تقل رغبتني في الفوز عند إصابة احد الزملاء.
				20- إرادتي سر تألقي.
				21- أتحدى الظروف الصعبة أثناء المباراة.
				22- إرادة الفريق ساعدتنا على مواجهة الكثير من المواقف الصعبة.
				23- إرادتي ساعدتني على تجاوز الكثير من الأخطاء
				24- أستطيع دائماً هزيمة أي منافس حتى وإن كان أقوى مني.
				25- أتدرب طويلاً ودون ملل لتحسين قدراتي.
				26- التفوق على المنافسين من أهدافي الأساسية.
				27- أستطيع تحمل أية مهمة يرى زملائي إنها صعبة
				28- أؤمن بان الحظ يؤدي إلى الفوز بدرجة أكبر من بذل الجهد.
				29- اشعر بالخوف قبل إشراكي في المنافسة .
				30- لدي استعداد للتدريب بدون انقطاع لكي انجح في رياضتي

					مؤازرة الجمهور لي تمنحني درجة كبيرة من الرضا.	-31
					حبي للعبتي سر نجاحي في التدريب والمنافسة.	-32
					لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في رياضتي	-33
					عندما أرتكب خطأ ما أبذل أقصى جهدي لتعويضه.	-34
					عزيمتي تجعلني من أفضل اللاعبين.	-35
					حب الجمهور يدفعني للتميز في لعبتي.	-36
					أواجه المنافس الذي يغلب عليه طابع الإصرار والتحدي.	-37
					أتحدى المنافس بالقوة ضمن إطار القانون.	-38
					لا أخشى المنافس وإن كان ذو مستوى عال.	-39
					أتميز بالحزم والانضباط أثناء المنافسة.	-40
					عندما تسوء الأمور استطيع أن أكافح بأقصى جهد.	-41
					لا استسلم بسهولة حتى وإن كان فريقي ناقص العدد .	-42
					أحافظ على اتزانتي عندما أتعرض إلى موقف صعب أثناء المنافسة.	-43
					أواجه ضغوطاً عندما تكون لدي مباراة مع منافس أقوى مني.	-44
					صعوبة تركيزي عندما يتحدث معي المدرب قبل المباراة .	-45
					عندما أخطأ في المهام التي تعلمتها من المدرب فاني افقد تركيزي .	-46
					اشعر بالضغط عندما أشعر أن الجمهور غير راضي عني.	-47
					أني منقلب المزاج في بعض المباريات.	-48
					استطيع تقديم أفضل ما عندي في الظروف الصعبة.	-49
					عندما يشجني المدرب تزداد حماستي.	-50
					أسعى أن أضع فريقي في المراكز الأولى في المنافسات.	-51
					أحافظ على مستوى أدائي وتركيزي في المباريات.	-52
					لا أخشى المهارات الصعبة للمنافسين .	-53
					اجعل الفوز شعاري عندما العب خارج ملعبتي.	-54
					ممارستي للعبتي متعة و تحدي.	-55
					أسعى لتحدي أي موقف صعب أثناء المنافسة.	-56
					اطمئن دائماً عندما العب مع أي فريق.	-57
					لا اشعر بالارتياح عندما أكون وحيداً.	-58
					لست أناانيا في لعبتي هكذا يصفني زملائي.	-59
					أحاول تجنب الأشياء غير السارة عندما أواجه منافساً قوياً.	-60
					أظل متفائلاً حتى بعد تعرضي للخسارة.	-61
					أنا متأكد من إجابتي على جميع الفقرات بصدق وأمانة.	-62

الملحق (2) قائمة بأسماء السادة الخبراء الذين تم عرض مقياس أهم المحددات الانفعالية عليهم

ت	الاسم	التخصص	مكان العمل
1-	أ.د. عامر سعيد الخيكاني	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل
2-	أ.د. ياسين علوان التميمي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل
3-	أ.د. حيدر عبد الرضا الخفاجي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة بابل
4-	أ.م.د. فاضل كردي الشمري	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة
5-	أ.م.د. محسن محمد حسن	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الكوفة