



معلومات البحث

الاستلام : 2021/05/21

قبول النشر: 2021/05/31

النشر: 2021/07/01

"دراسة مقارنة لمستوى الاتزان الانفعالي بين مدربي منتخبات تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية"

م.د علي عبد الهادي صالح الزبيدي

العراق - وزارة التربية - مديرية تربية الرصافة الاولى

اشتمل الباب الاول من البحث على مقدمة حول لدراسة الأثر النفسي للمدربين واتزانهم النفسي والانفعالي خلال التدريب أو المنافسة. ومشكلة البحث واهداف البحث ومنها(التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى مدربي منتخبات تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية) وايضا فرض البحث (هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى لدى مدربي منتخبات تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية) كما اشتملت عينة البحث على (32) مدرب لكل من منتخبات تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية بواقع(16) مدرب لكل تربية. ما الباب الثاني فاشتمل على دراسات نظرية حول الموضوع قيد البحث والباب الثالث اشتمل على الاجراءات الميدانية للبحث والباب الرابع اشتمل على المعالجات الاحصائية قيد البحث والباب الخامس اشتمل على الاستنتاجات منها (تميز مدربي منتخب تربية الكرخ الثانية بمستوى متباين في الاتزان الانفعالي) والتوصيات منها الاهتمام النفسي من قبل مديرية التربية البدنية وقسم النشاط الرياضي المدرسي لمدربي منتخبات التريبات والوقوف على المشاكل والضغط التي تواجه المدربين في التدريب والمنافسات من أجل تنمية مستوى الاتزان الانفعالي خلال التدريب والمنافسة.

فالموقف الذي يتضمن تحدياً للمدرب وهذا يشجع الأول على التعامل مع هذا الموقف ويحاول حل المشكلة التي تعرض لها ويرى فيها فرصة لتعزيز ذاته وتقديرها لذا فان اهمية البحث تتمثل أن الاتزان الانفعالي يتضمن حل المشكلات الانفعالية التي قد تحدث داخل محيط العمل ، وقدرة عالية على إدراك تلك الانفعالات ، حتى يمكن تحقيق أكبر قدر من التعاطف والفهم لحاجاتهم ورغبات لاعبيه الطلبة.

الكلمات المفتاحية : دراسة مقارنة، الاتزان الانفعالي.



A comparative study of the level of emotional balance among the coaches of AL-Rusafa (1st precinct) and AL-Karkh (2nd precinct) Directorates General of Education

Dr. Ali Abdul Hadi Saleh Al-Zubaidi

Iraq - Ministry of Education - Directorate of Education AL-Rusafa (1st precinct)

The research began with an introduction to the psychological impact of trainers and their psychological and emotional balance during training or competition in the first chapter.

The research problem and objectives, which include (recognizing the level of emotional balance among the coaches of AL-Rusafa (1st precinct) and AL-Karkh (2nd precinct) Directorates General of Education, as well as the imposition of the research (there are statistically significant differences in the level of the coaches of AL-Rusafa (1st precinct) and AL-Karkh (2nd precinct) directorate general of education as the research sample included (32) A coach for each of the Al-Rusafa and Karkh teams, with (16) trainers for each education.

the second chapter, which contains theoretical studies on the subject under investigation, the third chapter contains field procedures for research, the fourth chapter contains statistical treatments under investigation, and the fifth chapter contains their conclusions? (the coaches of the second Karkh education team distinguished themselves at a different level in emotional balance)

recommendations, including psychological attention from the Directorate of Physical Education and the Department of School Sports Activity for coaches of education teams, to identify the problems and pressures faced by coaches in training and competitions in order to develop a level of emotional balance during training and competition.

The circumstance includes a challenge for coach, which motivates the first to deal with it and try to address the problem he was exposed to, using it as an opportunity to strengthen himself and his appreciation. As a result, the study's significance is that emotional balance entails resolving emotional problems that may arise in the workplace, as well as a high ability to recognize those emotions, in order to achieve the greatest degree of sympathy and understanding of the student players' needs and desires.

Keywords: comparative study, emotional balance.



1- المقدمة

ان عملية الارتقاء بالعمل التدريبي لمدربي منتخبات التريبات عامة تعد من الامور ذات الاهمية الكبيرة في تحقيق المردود الايجابي لتحقيق الانجاز الرياضي وبالتالي النهوض بالرياضة المدرسية والارتقاء بها، ونظراً للدور الذي يلعبه المدرب والمدرس الرياضي من ادوار ادارية وقيادية ولما يتطلبه العمل الذي يقومون به من حالة ثبات واتزان انفعالي لكي يكونوا قادرين على ادراك مشاعرهم وانفعالاتهم من جهة وادراك مشاعر وانفعالات لاعبيهم الطلبة امن جهة اخرى، وانعكاس ذلك على تطورهم في التدريب والمنافسات المدرسية وبالتالي تحقيق الانجاز الرياضي، ونظراً لعدم وجود دراسة تتناول اثر الاتزان الانفعالي لدى مدربي منتخبات التربية حد علم الباحث، لذلك ارتأى الباحث الى دراسة هذه المشكلة بين مدربي منتخبات تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية. اما اهداف البحث كانت كالآتي:

- التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى مدربي تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية .
- التعرف على الفروق في مستوى الاتزان الانفعالي بين مدربي تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية اليد.

وكان فرض البحث هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاتزان الانفعالي لدى مدربي تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية.

اما مجالاته البحث كانت :

المجال البشري : مدربي تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية.
المجال زمني : لفترة من 2020/10/5 ولغاية 2021/6/1
المجال المكاني : المراكز التدريبية لتربية الرصافة 1/ وتربية الكرخ 2/

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-2 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن كونه أكثر المناهج ملائمة لطبيعة البحث. إذ أن اختيار المنهج الملائم لمشكلة البحث يُعدّ من الأمور المهمة التي يجب على الباحث مراعاتها. إذ يهدف المنهج الوصفي بالأسلوب المقارن إلى (إجراء مقارنات بين الظواهر المختلفة لاكتشاف العوامل التي تصاحب حدثاً معيناً) أي أنها مقارنة الظواهر مع بعضها لكشف العوامل والظروف وهذا النوع يدرس وضعية العلاقات ومشاكلها والتعقيدات وطبيعة الظواهر.⁽¹⁾

2-2 عينة البحث

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية المتمثلة بمدربي تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية للسنة التدريبية التنافسية 2021-2020 والبالغ عددهم (16) مدربي تربية الرصافة الاولى و(16) لاعب من مدربي تربية الكرخ الثانية

3-2 أدوات ووسائل جمع المعلومات

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
2. المقابلات الشخصية (ملحق 2).
3. استمارة استبيان تتضمن مقياس دينا عبد الصاحب.

4-2 اجراءات البحث الميدانية

مقياس دينا عبد الصاحب في سمة الاتزان الانفعالي

تم بناء المقياس في البيئة العراقية عام (2014) من قبل دينا عبد الصاحب في المجال الرياضي لقياس الاتزان الانفعالي وقد تكون المقياس من ست مجالات تعطي هذه المجالات الصورة المتكاملة لسمة الاتزان الانفعالي للمدرب ملحق (1) وأن الدرجة الكلية للمقياس تمثل درجة الاتزان الانفعالي للمدربين ويتكون المقياس من (64) فقرة ولكل فقرة أربع بدائل واختيارات وهي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي كثيراً، تنطبق علي قليلاً، لا تنطبق علي)، وكما هو مبين في الجدول (1) .



جدول (1) يبين مقياس التقدير مع درجات الفقرات الإيجابية والسلبية

البدائل	الفقرات الإيجابية	الفقرات السلبية
تنطبق علي دائماً	4	1
تنطبق علي كثيراً	3	2
تنطبق علي قليلاً	2	3
لا تنطبق علي أبداً	1	4

وتتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال اختيار الطالب لإحدى هذه البدائل، أما تصحيح المقياس فتكون الفقرات الإيجابية مثل (الأداء الجديد يمنحني ثقة كبيرة في نفسي) بإعطاء (4) عن الإجابة بـ(تنطبق علي دائماً) و(3) عن الإجابة بـ(تنطبق علي كثيراً) و(2) عن الإجابة بـ(تنطبق علي قليلاً) و(1) عن الإجابة بـ(لا تنطبق علي أبداً). أما الفقرات السلبية مثل (لا أتعب بسرعة عند بدء الدرس) فيعطي (1) عن الإجابة بـ(تنطبق علي دائماً) و(2) عن الإجابة بـ(تنطبق علي كثيراً) و(3) عن الإجابة بـ(تنطبق علي قليلاً) و(4) عن الإجابة بـ(لا تنطبق علي أبداً) أما درجة الحياض فبلغت (160) والدرجات الأعلى من درجات الحياض تمثل تحمل نفسي إيجابي (عالي) والدرجات الأقل من درجة الحياض تمثل تحمل نفسي سلبياً (منخفض)

5-2 التجربة الاستطلاعية

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2020/8/1 على (6) مدربين من تربية الرصافة 1/ و(6) مدربين من تربية الكرخ/2 وكان هدف إجراء هذه التجربة هو الكشف عن الآتي:

- 1 معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث.
- 2 التعرف على الوقت المستغرق في الإجابة على فقرات المقياس .
- 3 اختبار صلاحية استمارات جمع البيانات.
- 4 صلاحية العينة المختارة ومدى استجابتها لقراءة فقرات المقياس .

6-2 الأسس العلمية للمقياس

1 صدق القياس

يُعدّ صدق المقياس من أهم شروط الاختبار الجيد، فالاختبار الصادق هو الذي ينجح في مقياس ما وضع من أجله وتم التحقيق من صدق المقياس من خلال إيجاد الصدق الظاهري وبتأسيس الصدق الظاهري على نقطتين مهمتين هما: ⁽²⁾ [\(76\)](#)

1 مدى مناسبة الاختبار لما يقيسه.

2 مدى مناسبة الاختبار لمن ينطبق عليهم.

إذا تم عرض مقياس الاتزان الانفعالي على مجموعة من الأساتذة الخبراء في العلوم التربوية والنفسية والتربية الرياضية لبيان مدى صلاحية المقياس لاستخدامه على عينة البحث. وبعد الاطلاع على إجابات السادة المختصين عن فقرات المقياس ومدى صلاحية المقياس لتطبيقه على العينة، وتبين أن هناك اتفاقاً تاماً وبنسبة 100% حول صلاحية المقياس.

2 ثبات القياس

أن طريقة إعادة الاختبار تُعدّ من أكثر الطرائق الإحصائية استخداماً في حساب معامل الثبات ولاسيما في مجال التربية فهي عبارة عن تطبيق الاختبار على مجموعة من الطلبة ويُعاد اختبارهم مرة أخرى بالاختبار نفسه وبظروف الاختبار الأول نفسها ويجب أن لا تقل المدة بين الاختبارين عن أسبوع وبعد جمع استجابات المختبرين تم معالجتها إحصائياً باستخدام معامل الارتباط في مقياس التحمل النفسي (0.91) وهذا يدل على وجود ارتباط عالٍ أي هناك معامل ثبات جيد للمقياس. ⁽³⁾ [\(122\)](#)



3 الموضوعية

تشير الموضوعية إلى مدى إمكانية الحصول على درجة صحيحة عندما يقوم فردان أو أكثر بتطبيق الاختبار على الطلبة أنفسهم.

والموضوعية تشبه الثبات لكنها تستلزم قيام اثنين أو أكثر بتطبيق الاختبار نفسه وتقدير درجات. وترتبط الموضوعية بطريقة تصحيح الاختبار أكثر من ارتباطها من الارتباط نفسه .

التطبيق النهائي

بعد التأكد من صدق أداة البحث وثباتها وموضوعيتها تم توزيع الاستمارات للمقياس على عينة البحث لمدربي التربية تم توزيعها بتاريخ 2020/10/10 في المراكز التدريبية لتربية الرصافة/1 والكرخ/2 مع مراعاة الشروط كافة وبعد جمع الاستمارات وتفرغ البيانات تم الحصول على الدرجات الخام لأفراد العينة لغرض إجراء المعالجات الإحصائية الضرورية للحصول على النتائج المطلوبة .

7-2 الوسائل الإحصائية

تم استخدام نظام (SPSS) في تحليل النتائج باعتماد ما يأتي:

- 1 النسبة المئوية. 4 معامل الاختلاف
- 2 الوسط الحسابي. 5 معامل الارتباط
- 3 الانحراف المعياري. 6 اختبار test لعينتين متناظرة

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

1-3 عرض وتحليل نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحتسبة لمدربي تربية الرصافة الاولى والكرخ الثانية في مستوى الاتزان الانفعالي وتحليلها

من اجل الوصول الى اهداف البحث وفروضه قام الباحثون بعرض نتائج البحث في قوة التحمل النفسي في جدول

(2).

جدول (2) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (T) المحتسبة لمدربي تربية الرصافة الاولى والكرخ الثانية في مقياس الاتزان الانفعالي

المتغيرات	تربية الرصافة 1/		تربية الكرخ/2		قيمة (T) المحتسبة	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س		
مستوى الاتزان الانفعالي	13,822	162,614	16,644	190,273	1,822	معنوي

درجة الحرية (ن+1_2) تحت مستوى دلالة (5%) هي (1,722)

من الجدول (2) يتضح أن الوسط الحسابي لمدربي تربية الرصافة/1 بلغ (162,614) أما الانحراف المعياري لهم بلغ (15,326) أما مدربي تربية الكرخ/2 فقد بلغ الوسط الحسابي لهم (190,273) والانحراف المعياري (16,644) كما بلغة قيمة (T) المحتسبة (1,822) وهي اكبر من الجدولية وهذا يدل على ان هناك فروق معنوية لصالح تربية الكرخ /2.

جدول (3) يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف بين مدربي تربية الرصافة الاولى والكرخ الثانية في مقياس الاتزان الانفعالي

الأندية	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف	الدلالة
تربية الكرخ/2	190,273	16,644	8,644	ان معامل اختلاف تربية الرصافة/1 افضل من
تربية الرصافة/1	162,614	13,822	8,822	تربية الكرخ/2



ومن خلال الجدول (3) نلاحظ أن نتائج الفروق بين مدربي تربية الرصافة الاولى والكرخ الثانية في مقياس مستوى الاتزان الانفعالي، إذ بلغ معامل الاختلاف لتربية الكرخ/2 (8.644) في حين بلغ الوسط الحسابي له (190,273) وانحراف معياري بلغ مقداره (16,644) علماً أن معامل الاختلاف لتربية الرصافة/1 بلغ (8,822) بوسط حسابي (162,614) وانحراف معياري (13,822).

2-3 مناقشة وتحليل النتائج

من خلال ملاحظة الباحثون للنتائج ظهر ان هناك فروق معنوية بين مدربي تربية الرصافة الاولى وتربية الكرخ الثانية في مستوى الاتزان الانفعالي لصالح تربية الكرخ /2 ويعزو الباحثين سبب التفوق الحاصل لمدربي تربية الكرخ الثانية الى توفر البيئة التدريبية المناسبة من قاعات وادوات والمستلزمات التدريبية وبالإضافة الى المتابعة المشرفين المستمرة للوقوف على احتياجاتهم التدريبية. وهي أهم مقومات النجاح في الأداء للنشاط الرياضي وهو خطوة البداية لتحقيق المستويات الرياضية والانجاز الرياضي. في المنافسات والبطولات المدرسية. (4: 43)

4- الاستنتاجات والتوصيات

1-4 الاستنتاجات

من خلال المعالجات الإحصائية والنتائج التي حصل عليها الباحث وتم التوصل إلى الاستنتاجات الآتية:

- 1 تميز مدربي تربية الكرخ الثانية للموسم (2021-2020) بمستوى متباين في مستوى الاتزان الانفعالي.
- 2 اتصف مدربي تربية الكرخ الثانية بدرجة أعلى من مدربي تربية الرصافة الاولى في قوة مستوى الاتزان الانفعالي.

2-4 التوصيات

على وفق النتائج التي توصل إليها الباحث يوصى بما يأتي:

- 1 الاهتمام بالإعداد النفسي العام لمدربي تربية الكرخ من خلال وضع برامج تدريبية والدورات التدريبية وتفعيل دور البطولات المدرسية مناسبة مع الإعداد البدني والمهاري والخططي.
- 2 الاهتمام من قبل مشرفي ومدراء النشاط الرياضي في مديريات تربية الكرخ لمدربي تربية الكرخ والوقوف على المشاكل والضغوط التي تواجه المدربين في التدريب والمنافسات من أجل تنمية قوة سمة الاتزان الانفعالي..

المصادر

- 1 عبد الجليل الزوبعي و(آخرون)، الاختبارات والمقاييس النفسية: (الموصل، منشورات جامعة الموصل، 1987).
- 2 محمد نصر الدين رضوان، المدخل، القياس في التربية الرياضية والبدنية، ط1: (عمان ، مركز الكتاب للنشر، 2006).
- 3 ليلي السيد فرحات، القياس والاختبار في التربية الرياضية، ط1: (القاهرة، مطابع آمون، 2001).
- 4 حسين كريم، السلوك التنظيمي، سلوك الأفراد في المنظمات: (عمان، دارزهراء للنشر، 1997).

ملحق (1) مقياس الاتزان الانفعالي

ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ كثيراً	تنطبق عليّ قليلاً	لا تنطبق عليّ أبداً
1	أجد متعة عندما تتنوع أساليب التدريب في لعبتي				
2	انزعج إذا حدث تغيير في البرنامج التدريبي اليومي				
3	اعمل على إيجاد حل عندما تواجهني صعوبات غير متوقعة أثناء التدريب والمنافسة				
4	أجد متعة في التدريب على المهام الصعبة				
5	لدي استعداد للتدريب باستمرار لكي انجح في رياضي				
6	استبعد من تفكيري الهزيمة أو الفشل في المنافسة				



ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ كثيراً	تنطبق عليّ قليلاً	لا تنطبق عليّ أبداً
7	ارفض الاستسلام للتعب عند اشتراكي في التدريب والمنافسة				
8	أتحدى المنافسين الذين يتميزون بالمستوى العالي				
9	أتنافس بحماس في حالة وجود تحدي من قبل منافس آخر في لعبتي				
10	اندفع للأداء الجيد في المنافسة .				
11	لدي القدرة على هزيمة المنافسين الأقوياء .				
12	التدريب اليومي قليل الفائدة لذا لا ألتزم به				
13	ليس لدي الحماس الكافي في التدريب .				
14	اندمج مع اللاعبين أكثر من الابتعاد عنهم				
15	احترم الأنظمة والقوانين الرياضية لأنها توجهني				
16	أجد نفسي هادئاً وغير متوتر في المنافسات الصعبة				
17	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي أثناء المنافسة				
18	التزم بنظام ثابت في التدريب والمنافسات أنا كثير الوفاء نحو اللاعبين وعائلتي والمجتمع الذي أعيش فيه				
19	التزامي العالي بالتدريب يحقق لي أفضل النتائج				
20	أجد صعوبة في تصحيح الأخطاء التي أقع فيها أثناء المنافسة				
21	عندما ارتكب خطأ في بداية السباق فإنه لا يؤثر على مستوى أدائي				
22	لا أزد على اساءة اللاعبين لي .				
23	ضغوط التدريب والمنافسات لا تجعلني أنسى أهدافي				
24	أجد صعوبة في السيطرة على انفعالاتي في بعض مواقف التدريب والمنافسة				
25	أدافع بقوة عن وجهة نظري أمام المدرب				
26	أجد في نفسي القدرة على التأثير في آراء اللاعبين أكثر من تأثري بهم				
27	لا أستطيع أن احتفظ بهدوئي عندما يضايقني المنافس				
28	أسيطر على أعصابي عند بدء المنافسة				
29	أتمالك نفسي عندما يوجه النقد لي من قبل مدربي أو اللاعبين				
30	أجد صعوبة في تغيير النظام الذي أتبعه في التدريب أو المنافسة				



ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ كثيراً	تنطبق عليّ قليلاً	لا تنطبق عليّ أبداً
31	أضع لنفسي أهدافاً معقولة في التدريب أحاول الوصول إليها				
32	أجد متعة في المنافسة أكثر من التدريب				
33	أستطيع إنجاز أهدافي بدقة سواء بالتدريب أو المنافسة				
34	تفوقني في المنافسات المهمة يضمن لي مستقبلاً جيداً في لعبتي				
35	قدراتي البدنية تؤهلني لتقديم أفضل أداء في المنافسات				
36	أتنافس بقوة عند محاولة إنجاز هدف معين .				
37	الفوز في المنافسة يمنحني ثقة كبيرة في نفسي				
38	أعتمد على نفسي في إنجاز أعمالي التدريبية				
39	أهتم بتوجيهات المدرب في التدريب والمنافسة من أجل الفوز.				
40	تكون تدريباتي اليومية مستندة إلى أهدافي محدودة				
41	ابذل جهود كبيرة عندما تواجهني صعوبات أثناء التدريب أو المنافسة				
42	أتعب بسرعة عند بدء الوحدة التدريبية أو المنافسة				
43	لدي الرغبة في تحسين أدائي عندما أتعرض الى الخسارة في المنافسات				
44	امتلك القدرة على الصمود أثناء التدريب أو المنافسة				
45	أقتصد في بذل الجهد مع المنافس القوي				
46	استسلم بسهولة في المنافسة عندما يكون هناك فارق بالمستوى بيني وبين الخصم				
47	التدريب الجدي المستمر يمكنني من التغلب على الفشل في المنافسات				
48	أستطيع أن أتدرب بجهد بدني عالي لفترات طويلة .				
49	أودي المهمات المطلوبة مني بالتدريب أو المنافسة بهمة ونشاط				
50	أعتمد على نفسي في حل الصعوبات التي تواجهني في التدريب أو المنافسة				
51	أتبع أسلوباً منظماً في تنظيم جهدي قبل بدء المنافسة .				
52	لا يتسم أدائي بال تلقائية أثناء التدريب أو المنافسة				
53	أحب الفرزات التي تعطيني حلاً سريعاً في المنافسات				

