



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة ديالى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الالعاب (الملاكمة – الجودو – التايكواندو) في العراق

تقدم بها الطالب ايداد كامل شعلان

الى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة ديالى

وهي جزء من متطلبات نيل شهادة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة

بإشراف

أ.م.د. الاء زهير مصطفى

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

﴿قَالُوا سُبْحٰنَكَ لَا عِلْمَ لَنَا بِإِلَٰهٍ مَّا عَلَّمْتَنَا﴾

﴿إِنَّكَ أَنْتَ الْعَلِیْمُ الْحَكِیْمُ﴾

سورة البقرة - الآية (32)

إقرار المشرف وترشيح لجنة الدراسات العليا

أشهد أنّ إعداد هذه الرسالة الموسومة بـ: **بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الألعاب (الملاكمة – الجو دو - التايكواندو) في العراق** المقدمة من طالب الماجستير (اياد كامل شعلان) قد تمت بإشرافي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/جامعة ديالى، وهي جزء من متطلبات نيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع

أ.م.د. الاء زهير مصطفى

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

2017 / / م

بناءً على التعليمات والتوصيات المتوفرة نرشح هذه الرسالة للمناقشة.

أ.م. د مجاهد حميد رشيد

معاون العميد للشؤون العلمية والطلبة

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة ديالى

2017 / / م

إقرار المقوم الإحصائي

أشهد إنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ: (بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الألعاب الملائمة- الجودو- التايكواندو في العراق) تمت مراجعتها من الناحية الإحصائية بإشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء ولأجله وقعت ...

التوقيع :

أ.م.د. حنان عدنان عبيوب

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

التاريخ: / / 2017

إقرار المقوم اللغوي

أشهد أنني قد قرأت الرسالة الموسومة بـ (بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الالعب الملاكمة- الجودو- التايكواندو في العراق) المقدمة من قبل الطالب اياد كامل شعلان تمت مراجعتها من الناحية اللغوية بإشرافي بحيث أصبحت بأسلوب علمي سليم خالٍ من الأخطاء والتعبيرات اللغوية غير الصحيحة ولأجله وقعت ...

التوقيع :

م.د رواء عبدالامير علي

كلية التربية للعلوم الإنسانية

جامعة ديالى

التاريخ : / / 2017

إقرار لجنة المناقشة والتقييم

نحن أعضاء لجنة المناقشة والتقييم نشهد إننا قد اطلعنا على الرسالة الموسومة بـ (بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الألعاب الملائمة- الجودو- التايكواندو في العراق) في محتوياتها وفيما له علاقة بها، ونُقرّ انها جديرة بالقبول لنيل درجة الماجستير في التربية البدنية وعلوم الرياضة.

التوقيع:

أ.م.د. يسار صباح جاسم

عضو اللجنة

2017/ /

التوقيع:

أ.م.د. جمال محمد شعيب

عضو اللجنة

2017/ /

التوقيع:

أ.د. علي سلمان الطرقي

رئيس اللجنة

2017 / /

صدّقت هذه الرسالة من قبل مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة

ديالى بجلسته المنعقدة بتاريخ / / 2017

أ. د. ليث ابراهيم جاسم

عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

جامعة ديالى

2017/ / م

الإهداء

الى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة.. ونصح الأمة .. الى نبي
الرحمة ونور العالمين نبينا
محمد صلى الله عليه واله وصحبه أجمعين
الى أول قبس استنرت به .. والدي
الى أطول نخلة في بستان عمري .. والدي
الى جميع من رافقني في دربي .. أصدقائي .. زوجتي .. أطفالي
الى الدماء الزاكية التي سالت من اجل العراق
أهدي ثمرة جهدي المتواضع

شكر وتقدير

الحمد لله والشكر لله الذي لا اله إلا هو لا شريك له ولا عديل ولا خلف لقوله ولا تبديل
والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين حبيب رب العالمين البشير النذير السراج
المنير نبينا محمد وعلى آل بيته الطيبين الطاهرين وصحبه وسلم ومن وآله بإحسان إلى يوم
الدين.

الشكر لله أولاً وأخراً الذي وفقني في إتمام هذه الرسالة بعطفه ومنه ورحمته وهدايته ،
وأتقدم بالشكر والامتنان إلى كل من مد يد العون وأسدى خدمة لإتمام هذه الدراسة سواء
بمصدر ، أو بنصيحة ، أو أعانني بعلمي الميداني ، واعترافاً بالفضل يتقدم الباحث بالشكر
إلى الأستاذ المساعد الدكتور الاء زهير مصطفى المشرفة على الرسالة لتوجيهاتها القيمة
وآرائها السديدة بما يخدم البحث فجزأها الله خير الجزاء.

كما أتقدم بالشكر والتقدير إلى عمادة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى
/ قسم الدراسات العليا لما أبدوه من مساعدة في تذليل الصعاب لكل طلبة الدراسات العليا، ومن
دواعي العرفان بالجميل ان يقدم الباحث شكره إلى أساتذة السنة التحضيرية الدكتور ناظم
كاظم ، والدكتور عبد الرحمن ناصر، والدكتور قيس جباد ، والدكتور كامل عبود ، والدكتور
ليث إبراهيم ، والدكتور سنان عباس ، والدكتورة ماجدة حميد ، والدكتورة فردوس مجيد
والدكتور نائر رشيد حسن والدكتور محمد وليد شهاب .

وكلمة شكر وامتنان إلى فريق العمل المساعد الدكتور بشار غالب والدكتور حسين حسين
زيدان ، والاستاذ مثنى اياد، والاستاذ سيف محمد ، والسيد حيدر علي ، والسيد مروان علي،
والسيد راشد حسين، والسيد عمر رشيد فجزاهم الله أفضل الجزاء..

وجزيل الشكر والامتنان إلى موظفي الدراسات العليا في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى ، كل من (هبة حميد ، وليث طالب ، وعبد الرحمن محمود ، وحمزة حميد) وموظفي مكتبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ديالى كل من (محمد عباس ورشا خزعل وماجد نافع وعمران علي).

وأقدم بالشكر إلى زملاء الدراسة والاصدقاء احبتي (اركان طه ، خلف جلال، محمد حاج علي ، فهمي حسين، مثنى ايباد ، وسام هادي، عمار موسى، كرار احسان ، صالح نهاد، محمد رشيد، سيف محمد ، زيد خليفة، عمر حسين، سلوان اسعد، حسين علي، عبد الصمد انصيف، احمد عباس، دنيا عبد المنعم، غفران ابراهيم، حلا عدنان، سري جواد) الذين كانوا خير صحبة، والى جميع أصدقائي الأعزاء فجزاهم الله خير الجزاء.

وأخيرا يقف الباحث عاجز اللسان عن التعبير عن مشاعر الحب والحنان إلى من كانوا خير جليس وتحملوني طيلة مدة الدراسة صبرا جميلا عائلتي لا يسعني أمامهم إلا أن أقدم لهم ما وفقني الله إليه وحفظهم الله وأدامهم عزاً وسنداً.

وعذرا إلى كل من ساعدني وفاتني ذكر اسمه مع شكري وتقديري ، والحمد لله والشكر له، وأخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين وصلى الله على محمد وآل بيته الطيبين واصحابه الميامين.

اياد

مستخلص الرسالة

(بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الالعاب الملاكمة -

الجودو - التايكواندو في العراق)

بإشراف

أ.م. د الاء زهير مصطفى

الباحث

اياد كامل شعلان

2017م

1438هـ

ان التطور الكبير والتغير الذي طرأ على مستوى المنافسات الرياضية المختلفة وفي جميع التخصصات ومع الزيادة في الحمل التدريبي الذي يخضع له الرياضيون اثناء التدريب وكذلك المنافسة . بالاضافة الى الضغوط الحياتية أصبح من الضروري ان يتمتع الرياضي ا وان يكون على مستوى عال من الصحة النفسية واللياقة البدنية والوظيفية . وان اهمية البحث تكمن في بناء اداة قياس للصحة النفسية لكي يستفاد منها لاعبو الالعاب الفردية لان الهدف منه وضع حلول للمشكلة التي يعاني منها هؤلاء اللاعبون وتجاوز الهفوات التي قد يتعرضون اثناء النزالات .

أما مشكلة البحث، من خلال متابعة الباحث لنزالات الكثير من الالعاب الفردية وجد ان الحالة النفسية السلبية التي يتعرض بها اللاعب قبل واثناء وبعد النزال كثيرة ، ممكن ان تؤدي به الى الاحتراق النفسي وبالتالي يتسبب في انخفاض مستوى الصحة النفسية . و لعدم وجود اداة قياس لموضوع الصحة النفسية للالعاب الفردية في العراق لذا ارتأى الباحث (بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الالعاب الملاكمة - الجودو - التايكواندو في العراق)

أما مجالات البحث فاشتملت على المجال البشري: لاعبو بعض الالعاب الفردية في الاندية الرياضية العراقية و المجال الزمني: 4 / 9 / 2016 - 2017/5/2) والمجال المكاني: القاعات الرياضية الخاصة برياضي الالعاب الفردية للأندية العراقية.

واستخدم الباحث المنهج الوصفي الملائم لطبيعة البحث، واختار الباحث عينة البحث بالطريقة العشوائية وهم لاعبي اندية العراق بالعباب المنازلات (الملاكمة ، الجو دو ، التايكواندو) والبالغ عددهم (347) ومقدارها (21%) من مجتمع البحث الأصلي المكون من (1603) لاعبا للعبات الثلاث للموسم الرياضي (2016-2017) ، وقد اطلع الباحث على الدراسات والنظريات الخاصة بمتغير البحث منها دراسة (فريق 2013) ، ثم قام الباحث ببناء أداة للقياس تتلاءم وطبيعة البحث ، وعرض الباحث الأداة على مجموعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ، وعلم النفس العام ، ثم أجرى الباحث التجربة الاستطلاعية في تاريخ (2017/2/6) على عينة من مجتمع البحث للتعرف على صلاحية الفقرات والبدائل ووضوح معنى الفقرات والتعليمات ووقت الإجابة، وقد استخرج الباحث المؤشرات الإحصائية (القوة التمييزية، وعلاقة الفقرة بالمجموع الكلي للفقرات، وعلاقة الفقرة بالمجال ، وعلاقة المجال بالمجال، وعلاقة كل مجال بالدرجة الكلية، والتحليل العاملي). وأستخدم الباحث الوسائل الإحصائية التي تتلاءم وهدف البحث من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS).

وتم عرض النتائج على شكل جداول وتحليلها ومناقشتها وفق اختبار التحليل العاملي وعرض المصفوفات قبل التدوير وبعده ، وقد توصل الباحث الى صيغة مقياس الصحة النفسية بشكل نهائي على وفق ثلاث أبعاد بمجموع (14) فقرة لتلك الأبعاد الثلاث. وقد توصل الباحث لعدد من الاستنتاجات من أهمها:- ان المقياس الحالي تضمن على (14) فقرة موزعة على ثلاثة عوامل تقيس الصحة النفسية للاعبين المتقدمين في الالعب (الملاكمة- الجو دو - التايكواندو) كذلك توصل الباحث لعدد من التوصيات من أهمها (ضرورة اهتمام الجهات الرياضية المسؤولة ووسائل الإعلام المختلفة ، وخاصة الرياضية والتوعية بدورها الايجابي لما لها من أهمية وتأثير مباشر على شخصية الفرد عامة ، والرياضي خاصة)

قائمة المحتويات

الصفحة	المحتويات	التسلسل
1	العنوان	
2	الآية القرآنية	
3	إقرار المشرف	
4	إقرار المقوم الإحصائي	
5	إقرار المقوم اللغوي	
6	إقرار لجنة المناقشة والتقويم	
7	الإهداء	
9-8	الشكر والتقدير	
11-10	مستخلص الرسالة باللغة العربية	
16-12	قائمة المحتويات	
17-16	قائمة الجداول	
18	قائمة الاشكال	
18	قائمة الملاحق	
الباب الأول: التعريف بالبحث		
19	الباب الاول	1
20	التعريف بالبحث	1
20	المقدمة وأهمية البحث	1-1
22	مشكلة البحث	2-1
22	هدفا البحث	3-1
23	مجالات البحث	4-1

23	المجال البشري	1-4-1
23	المجال الزماني	2-4-1
23	المجال المكاني	3-4-1
23	تحديد المصطلحات	5-1
الباب الثاني : الدراسات النظرية والدراسات المشابهة		
24	الباب الثاني	2
25	الدراسات النظرية والدراسات المشابهة	2
25	الدراسات النظرية	1-2
25	ماهية الصحة النفسية	1-1-2
28	حركة تطور الصحة النفسية	1-1-1-2
32	مناهج علم الصحة النفسية	2-1-1-2
33	الصحة النفسية والمجتمع الرياضي	3-1-1-2
34	علاقة الرياضة بالصحة النفسية	4-1-1-2
36	مقومات الصحة النفسية	5-1-1-2
39	الصحة النفسية والتكيف	6-1-1-2
40	محاور الصحة النفسية	7-1-1-2
42	خصائص الرياضي المتمتع بالصحة النفسية	8-1-1-2
43	اهمية الصحة النفسية في المجال الرياضي	9-1-1-2
45	المتطلبات الاساسية في بناء المقاييس والاختبارات النفسية في المجال الرياضي	10-1-1-2
47	الدراسات المشابهة	2-2
47	الدراسات المشابهة في المجال الرياضي	1-2-2
47	دراسة هالة عبد الجبار ثابت العاني 2011	1-1-2-2

48	دراسة فريق عبدالله هزاع 2013	2-1-2-2
49	دراسة مريم ثامر عبدالجبار 2014	3-1-2-2
50	الدراسات المشابهة في المجال العام	2-2-2
50	دراسة سهام كاظم نمر 2009	1-2-2-2
51	اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات المشابهة والحالية	3-2
53	الباب الثالث	3
54	منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	3
54	منهج البحث	1-3
54	مجتمع البحث وعينته	2-3
57	أدوات البحث	3-3
57	وسائل جمع المعلومات	1-3-3
57	الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث	2-3-3
58	إجراءات البحث الميدانية	4-3
58	خطوات بناء المقياس	1-4-3
58	تحديد الهدف من بناء المقياس	1-1-4-3
58	تحديد مفهوم الصحة النفسية	2-1-4-3
58	تحديد مجالات المقياس	3-1-4-3
60	إعداد فقرات المقياس وصياغتها	4-1-4-3
61	إعداد تعليمات المقياس	5-1-4-3
61	تحديد اوزان البدائل وطريقة التصحيح	6-1-4-3
61	عرض مجالات المقياس على المحكمين	7-1-4-3

63	عرض فقرات المقياس على المحكمين	8-1-4-3
64	التجربتان الاستطلاعية والرئيسية	9-1-4-3
64	التجربة الاستطلاعية	1-9-1-4-3
65	التجربة الرئيسية	2-9-1-4-3
65	التحليل الإحصائي لفقرات المقياس	5-3
66	المجموعتان المتطرفتان	1-5-3
68	ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس	2-5-3
70	ارتباط درجة الفقرة بمجالها	3-5-3
71	اسلوب ارتباط درجة المجال بالمجالات الاخرى وارتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياس	4-5-3
72	الصدق العاملي	5-5-3
72	الفقرات المرشحة للتحليل	1-5-5-3
73	الخصائص السيكمترية للمقياس	6-3
73	مؤشرات الثبات	1-6-3
73	الفاكرونباخ	1-1-6-3
74	المؤشرات الاحصائية	7-3
75	منحنى التوزيع التكراري للعينة	8-3
75	الوسائل الإحصائية	9-3
الباب الرابع : مناقشة وتحليل النتائج		
76	الباب الرابع	4
77	عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها	4
77	التحليل العاملي للمقياس	1-4
80	مصفوفة الارتباطات البنائية الفقرات للمقياس	2-4

81	مصنوفة العوامل قبل التدوير لفقرات المقياس	3-4
84	مصنوفة العوامل بعد التدوير لفقرات المقياس	4-4
87	شروط قبول العامل لفقرات المقياس	5-4
92	العوامل المستبعدة	6-4
94	المقياس النهائي	7-4
95	عرض العاملين الثاني والثالث على الخبراء	8-4
الباب الخامس : الاستنتاجات والتوصيات		
96	الباب الخامس	5
97	الاستنتاجات والتوصيات	5
97	الاستنتاجات	1-5
98	التوصيات	2-5
المصادر العربية والاجنبية		
99	المصادر العربية والاجنبية	
112	الملاحق	
A	Abstract ملخص الرسالة باللغة الانكليزية	

قائمة الجداول

الصفحة	اسم الجدول	رقم الجدول
51	اوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات المشابهة والدراسة الحالية	1
56	توزيع عينة البحث	2
62	اراء الخبراء وقيم كاي لمجالات المقياس	3
63	قيم كاي لاراء الخبراء لفقرات المقياس	4
67	القوة التمييزية لفقرات مقياس الصحة النفسية	5

69	معاملات الارتباط بالدرجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس	6
70	علاقة الفقرة بمجالها	7
71	ارتباط درجة المجال بالمجالات الاخرى ورتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياس	8
72	مجالات المقياس مع عدد الفقرات المرشحة للتحليل العاملي	9
74	المؤشرات الاحصائية لمقياس الصحة النفسية	10
78	قيمة قياس KMO واختبار Barlett للدائرية	11
79	قيم الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للفقرات الداخلة في تحليل العاملي	12
82	التباين الكلي المفسر للعوامل قبل التدوير للمقياس	13
83	مصفوفة العوامل قبل التدوير للمقياس	14
85	التباين الكلي المفسر بعد التدوير للمقياس	15
86	مصفوفة العوامل لفقرات المقياس بعد التدوير	16
88	تسلسل الفقرات للعامل الاول	17
89	تسلسل الفقرات للعامل الثاني	18
91	تسلسل الفقرات للعامل الثالث	19
92	تسلسل الفقرات للعامل الرابع	20
93	تسلسل الفقرات للعامل الخامس	21
93	تسلسل الفقرات للعامل السادس	22
94	تسلسل الفقرات للعامل السابع	23
95	مصفوفة العوامل النهائية للمقياس	24

قائمة الأشكال

رقم الصفحة	اسم الشكل	رقم الشكل
55	توزيع العينة	1
75	التفسير البياني	2

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
113	السادة الخبراء الذين تمت مقابلتهم في اختصاص اللعبات الثلاث (الملاكمة والجودو والتايكواندو)	ملحق 1
113	أسماء فريق العمل المساعد	ملحق 2
114	يبين استمارة جمع البيانات وتفرغها	ملحق 3
115	اسماء السادة الخبراء والقابهم العلمية واختصاصاتهم وأماكن عملهم لمن تمت مقابلتهم لبيان صلاحية مجالات المقياس و فقراته	ملحق 4
116	إستبانة آراء الخبراء في مدى صلاحية ابعاد مقياس	ملحق 5
119	إستبانة آراء الخبراء في صلاحية فقرات مقياس بصيغته الاولى	ملحق 6
126	المقياس بعد الاخذ بتعديلات الخبراء	ملحق 7
129	المقياس بصيغته النهائية	ملحق 8
130	اعادة تسمية العوامل	ملحق 9
132	السادة الخبراء الذين عرضت عليهم اعادة تسمية العوامل	ملحق 10

1-1 مقدمة البحث وأهميته :

إنَّ التطور الكبير الذي حدث في مستوى المنافسات الرياضية في الألعاب المختلفة رافقته زيادة كبيرة في الأحمال التدريبية التي يخضع إليها اللاعبون في التدريب والمنافسة، فضلاً عن ضغوط الحياة العامة والخاصة المختلفة خارج التدريب والمنافسة التي تواجه الرياضي. وإن هذه الزيادة في الظروف التدريبية والحياتية تتطلب بطبيعة الحال أن يكون الرياضي على مستوى عالٍ من الصحة النفسية واللياقة البدنية والوظيفية، لكي يكون مؤهلاً لمواجهة الحجم والشدة التدريبية المتزايدة، وضغوط المنافسات.

يَشهدُ العالم في العصر الحالي تطوراً كبيراً في ميدان الصحة النفسية إلا أنَّ مجتمعنا لازال ينظر إلى مفهوم الصحة النفسية نظرة سلبية من حيث أهميتها ودورها في حياة الفرد والمجتمع ، ويستهدف مفهوم الصحة النفسية إزالة ما قد يعاني منه الفرد من قلق وتوتر واضطراب، اما بإزالة الأعراض المسببة للاضطراب أو التخفيف من حدتها، ومساعدة الإنسان على أن يتعايش مع ما قد يعترضه من الضغوط والأزمات النفسية⁽¹⁾. وإن العلم الحديث يقوم على القياس الرقمي لطواهر الكون كافة، وإن نتائج هذا القياس في النظريات والقوانين واضحة وقائمة على المنطق الموجز بحيث تفسر نتائج القياس الرقمي الملاحظات الدقيقة والتجارب العلمية، لذلك فإن القياس عملية جوهرية ساهمت في التقدم العلمي , ومما لا شك فيه إن الإنسان في كل زمان ومكان يسعى لبلوغ أفضل حالات الكمال في جميع جوانب حياته البدنية والعقلية والنفسية. وقد شغل موضوع القياس النفسي المهتمون في المجال الرياضي ، ولم يكن هناك بديل في الفترات الأولى من البحث عن وسائل موضوعية سوى الملاحظة ودراسة الحالة ، ولكن السنوات الطويلة من الدراسة لم تعطي لنا الكثير من التنبؤ بالاداء في المستقبل ،وكذلك كان الحال عند استخدام الاختبارات المعملية حيث اظهرت المحاولات الأولى ايضاً عجزها عن التنبؤ

(1) الألويسي؛ جمال حسين ، الصحة النفسية، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، بغداد، (1990) ص45-

بالتفوق في المنافسات الرياضية ، ومن اكبر المعوقات التي تواجه تطور حركة القياس الموضوعية هو ان طبيعة النشاط الرياضي تجعل من الفوز في المنافسات المعيار الوحيد للنجاح¹ .

ان الالعاب الفردية بصورة عامة تحتاج الى جانب المتطلبات البدنية والمهارية الى كثير من الجوانب النفسية لكي يتمكن ممارسوا هذه الالعاب من تحقيق ما يصبون اليه من النتائج المرجوه التي تم التخطيط لها مسبقاً . اذ ان اللاعب لكي يكون متكامل ويستطيع تحقيق الانجازات يجب ان يكون متكامل من جميع الجوانب (البدنية والمهارية والنفسية) اذا ان معظم لاعبي الفنون القتالية ومنها العينة التي استهدفا الباحث (الملاكمة ، الجودو، التايكواندو) تجدهم يتميزون بالجوانب البدنية والمهارية ويعانون من ضعف الاعداد النفسي بسبب قلة الاهتمام من المدربين بالجانب النفسي الذي له الدور الكبير والمهم في تحقيق النتائج المطلوبة .

وإن للصحة النفسية تأثير كبير على لاعبي العاب المنازلات ، ولاسيما على كيفية الأداء ، لكونها المحرك الأساس والقوي للوصول إلى أفضل النتائج وتحقيق الانجازات أثناء المنافسات ، وان الرياضي هو إنسان قبل أن يكون رياضيا ، وهو فرد من المجتمع ، ويتعرض لما يتعرض له الآخرون من ضغوط الحياة اليومية، لذا فإن تمتعه بالصحة النفسية مطلباً إنسانياً قبل أن يكون مطلباً رياضياً، وفي ضوء ما تقدم فإن الصحة النفسية للرياضي هي مفتاح النجاح والخطوة الأولى على طريق تحقيق الأهداف التي يصبو إليها، فالرياضي الذي يتمتع بصحة نفسية جيدة يكون أفضل من أقرانه الذين يفتقدون إليها، لذا فإن بناء مقياس للصحة النفسية لهؤلاء الرياضيين خطوة رياضية وإنسانية مهمة لهم. لتحقق ادائهم الرياضي من خلال متابعة وقياس صحتهم النفسية.

وتكمن اهمية البحث في بناء اداة قياس للصحة النفسية لكي يستفاد منها لاعبي الالعاب الفردية وخصوصاً العينة المستهدفة من قبل الباحث لان بناء المقياس للالعاب المذكوره في اعلاه الهدف منه وضع حلول للمشكلة التي يعاني منها هؤلاء

¹ (1) محمد العربي شمعون ؛ علم النفس الرياضي والقياس النفسي : ط1(مصر ، مركز الكتاب للنشر ، 1999) ص19

اللاعبون وتجاوز الهفوات التي قد يتعرضون لها اثناء النزالات من اجل الارتقاء بهم في اعلى المستويات .

2-1 مشكلة البحث:

تتميز منافسات بعض الالعب الفردية من خلال مواجهة لاعبين اثنين في نزال يحسم الفوز لاحدهما ، لذلك يحتاج اللاعب اثناء النزال الى جانب المتطلبات البدنية والفنية كثير من المتطلبات النفسية لكي يتمكن من المعالجة السريعة والمناسبة للمواقف والمتغيرات التي تحدث اثناء النزال و التخلص من المواقف السلبية التي ممكن ان تؤدي الى الخسارة في النزال ،ويظهر تاثير المواقف السلبية اكثر وضوحاً على الصحة النفسية والجسمية والاداء الفني للمهارات الحركية مما يؤدي الى عدم قيام اللاعب بدوره الصحيح من خلال احساسه بعدم القدرة على استكمال النزال واستنفاد الجهد فضلا عن قبول حالة الاستسلام .

ومن خلال متابعة الباحث لنزالات الكثير من الالعب الفردية وجد ان الحالة النفسية السلبية التي يتعرض لها اللاعب قبل واثناء وبعد النزال كثيرة، ممكن ان تؤدي به الى الاحتراق النفسي وبالتالي يتسبب في انخفاض بمستوى الصحة النفسية وهذا يشكل عائقاً في اداء اللاعب اثناء النزال .

ولاهميه هذا المتغير النفسي من استقرار في مستوى اللاعبين اثناء المنافسات ولعدم وجود اداة قياس لموضوع الصحة النفسية للالعب الفردية في العراق لذا ارتأى الباحث (بناء مقياس للصحة النفسية لدى الاعبين المتقدمين في الالعب الملاكمة- الجودو – التايكواندو في العراق)

3-1 هدفا البحث:

- 1- التعرف على الصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الالعب (الملاكمة، الجودو ،التايكواندو) في العراق .
- 2- بناء مقياس للصحة النفسية لدى اللاعبين المتقدمين في الالعب(الملاكمة ، الجودو ،التايكواندو) في العراق .

4-1 مجالات البحث:

- 1-4-1 المجال البشري: لاعبو بعض الالعاب الفردية في الأندية الرياضية العراقية
 2-4-1 المجال الزمني: 2016 / 9 / 4 - 2017 / 5 / 2.
 3-4-1 المجال المكاني: القاعات الرياضية الخاصة برياضيي الالعاب الفردية للأندية العراقية.

5-1 تحديد المصطلحات:

الصحة النفسية

- عرفه ⁽¹⁾ CALHOUN(1990) "هي الطريقة التي يعتمدها الفرد في تفسير وتقييم المواقف والإحداث المحيطة به وزيادة الشعور بالفاعلية الذاتية مما يساهم في تعزيز الصحة النفسية عند الفرد"

التعريف الاجرائي

الصحة النفسية :- هي سعي الرياضي الحثيث والمتواصل للوصول الى حالة من القبول والتقبل والانسجام لتحقيق السعادة والاتزان النفسي لكي يكون متوافق نفسيا واجتماعيا في بيئته الرياضية من اجل تحقيق افضل النتائج .

⁽¹⁾Calhoun, James, F. and Acocela, Joan, R. **Psychology of Adjustment and Human Relationships**, NY: MC Graw. 1990.