

## انفعال الغضب لدى مدربي الالعاب الرياضية

الكلمات المفتاحية: انفعال، الغضب، الالعاب الرياضية

أ.م.د. محمد ابراهيم حسين

م. م . نمر خضير عباس

جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الانسانية

وزارة الشباب والرياضة

[dr.mohamm345@gmail.com](mailto:dr.mohamm345@gmail.com)[Namer3245@gmail.com](mailto:Namer3245@gmail.com)

## الملخص

يهدف البحث الحالي التعرف على مستوى انفعال الغضب لدى مدربي الالعاب الرياضية ، ولتحقيق هدف البحث قام الباحثان ببناء مقياس انفعال الغضب بالاعتماد على نظرية الس ( Ellis 1977 ) ، تكون المقياس من (٣٦) فقرة بصيغته الاولى ، وتم استخراج الخصائص الاحصائية للمقياس وتم التأكد من ثبات المقياس بطريقتي ألفا كرونباخ وقد بلغ ( ٠.٩٨١ ) وطريقة التجزئة النصفية وبلغ (٠.٨٥) وبذلك اصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من ( ٣٢ ) فقرة ، وتم اختيار عينة من مجتمع البحث لعينة ( ١٥٠ ) مدريا من مدربي الالعاب الرياضية في وزارة الشباب والرياضة / دائرة شؤون الاقاليم والمحافظات وقد قام الباحثان بتطبيق المقياس بصورته النهائية وتوصلت نتائج البحث ان العينة تمتلك مستوى عالي من الغضب وفي ضوء هذه النتائج قدم الباحثان مجموعة من التوصيات والمقترحات .

## مشكلة البحث :

يعد انفعال الغضب من الانفعالات البارزة في حياة الإنسان والتي يشعر بها كدلالة على مواجهة الضغوطات وعوامل الإحباط ، ولكنه عندما يتراكم داخل النفس قد ينتج عنه بعض الأمراض والاضطرابات النفسية المختلفة ( عبد الهادي : ، ١٩٩٩ ، ص ٣٧ ) .

فالغضب استجابة انفعالية نتيجة متطلبات ضاغطة يشعر بها الفرد ، الافراد متساوون بها من حيث النوع الا انهم يختلفون بين بعضهم البعض في الدرجة ، ويمكن الفرق بين الافراد حسب المواقف المثيرة للغضب ،

حتى ان اساليب الغضب تتباين من فرد الى اخر فالمواقف التي تثير الغضب عند فرد قد لا تثير الغضب عند غيره ( الخالدي ،٢٠٠١،ص ٢٤٢) ولغرض التأكد من وجود المشكلة قام الباحث بعرض استبانة على عينة عشوائية من المدربين والبالغ عددهم (١٥) مدربا وكانت نتائج الاستبيان انه نسبة ( ٩٠% ) تؤيد وجود المشكلة . فمثلا مدربي الالعاب الرياضية يستجيبون للانفعال باختلاف اساليب الاتصال الذي يتبعونه مع اللاعبين . بالإضافة إلى ذلك فان انفعال الغضب لدى اغلب المدربين يؤدي إلى نشوء مواقف سلبية تجاه المدرب والذي يقود إلى الصراع وتدهور العلاقات الشخصية بينه وبين اللاعبين لان العمل الذي يؤديه المضغوط نفسيا لم يعد يلبي احتياجاته، ويؤثر في الشخصية بكاملها ويكون هذا التأثير أكثر وضوحاً في الصحة النفسية والجسمية والأداء في الوصول إلى تحقيق الانجاز (ريد وستوتن: ٢٠٠٤، ص ٢).بناءا على المعلومات اعلاه يرى الباحثان من الضروري القيام براسة للتعرف على مستوى انفعال الغضب من خلال التساؤل الاتي ( هل يعاني مدربي الالعاب الرياضية من انفعال الغضب ؟ )

#### أهمية البحث:

تأتي أهمية البحث من خلال تناوله فئة من فئات المجتمع وهم مدربي الالعاب الرياضية وكونهم على تماس مباشر مع شريحة مهمة وهم الشباب وخصوصا المواهب الرياضية تحتاج الى برامج خاصة تطور من قدراتهم واستعداداتهم وتطوير مهاراتهم اثناء التدريب . كذلك اصبح الاهتمام باللاعبين والمدربين من حيث توفر كافة مراحل الاعداد سواء العام او الخاص من ضروريات التدريب الرياضي وان الاعداد النفسي احد الجوانب المهمة التي يجب ان تكون حاضرة في هذه المراحل وذلك لتحقيق التوافق

النفسي والاجتماعي ووضع برامج متكاملة للارتقاء بمستوى الوظائف العقلية والانفعالية للاعبين والمدربين (سكر، ٢٠٠٢، ص ٧٢). ويرى الباحث ضرورة الاهتمام بالناحية الوجدانية أو الانفعالية للمدربين باعتبارها وسيلة الفرد على التكيف في ضوء التحديات العصرية الحديثة وإن الناحية الوجدانية من النواحي المؤثرة في شخصية الفرد وسلوكه بصفة عامة وطريقة تفكيره بصفة خاصة، وآليات اتخاذ القرار لديه وذلك لأن إدراك الفرد السريع والدقيق لانفعالاته ولانفعالات من يحيطون به يسمح له بردود أفعال منطقية ودقيقة. ونظرا الى أهمية انفعال الغضب وتأثيره على شخصية المدرب لذا ارتأى الباحثان تسليط الضوء عليه من خلال بناء أداة لقياسه والتعرف على مستوياته لدى المدربين الرياضيين في وزارة الشباب والرياضة .

#### هدف البحث :

يهدف البحث الحالي التعرف الى مستوى انفعال الغضب لدى مدربي الالعاب الرياضية .

#### حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بمدربي الالعاب الرياضية في اقسام الموهبة الرياضية التابعة الى دائرة شؤون الاقاليم والمحافظات في وزارة الشباب والرياضة للعام ٢٠٢٠ - ٢٠٢١ .

#### تحديد المصطلحات :

١. انفعال الغضب : هو انفعال ينشأ بسبب المشكلات والعقبات التي يواجهها الفرد وتمنعه من الوصول لأهدافه (Ellis،1977.B54) .

\* **التعريف النظري للباحث:** يتفق الباحثان مع ما جاء به (Ellis،1977.B54) في نظريته في تحديده مصطلح انفعال الغضب .

\* **التعريف الاجرائي للباحث:** - بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها المدرب من خلال اجابته على مقياس انفعال الغضب الذي اعده الباحثان لهذا الغرض.

٢- **مدربي الالعاب الرياضية:** هو الشخص المؤهل تربوياً ومهنياً للقيام بمهمة تعليم وتدريب اللاعبين على اكتساب المهارات الأساسية والاستراتيجيات ومواقف اللعب الخاصة وتوظيف ما لديه من معارف ومعلومات وخبرات في المجال التعليمي والتدريبي لأجل الارتقاء بمستوى اللاعبين على كافة الأصعدة حتى يستطيعوا القيام بدورهم على اكمل وجه ( الدويدري، ١٩٩٢، ص٨).

#### الفصل الثاني / الاطار نظري

نظرية ألبرت أليس ( ١٩١٣ - ٢٠٠٧ Ellis ) صاحب نظرية ( الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي ويؤكد " أليس " على أن التفكير والانفعال والسلوك لدى الفرد جوانب لا تنفصل عن بعضها البعض بل هي جوانب متفاعلة معاً . ( Ellis,A.,1995,P.85 ) وتتلخص نظريته في الإرشاد الانفعالي العقلاني في أن الإنسان يشعر بالغضب نتيجة ما يواجهه من منغصات ومشكلات يومية صعبة تشكل له عقبة في تحقيق أهدافه ، وقد يتبنى الشخص أفكاراً لا عقلانية تؤدي إلى الغضب، أو يتبنى أساليب تفكير خاطئة مثل ( يجب ، ينبغي ، لابد ) ونتيجة لذلك يصبح الشخص أكثر اضطراباً انفعالياً وأكثر شعوراً بالقصور والنقص، وعندما يزداد الغضب ، تمتد آثاره إلى مجالات أخرى غير المجال الذي حدث فيه الغضب ، ونتيجة لذلك يحدث سوء توافق الشخص مع نفسه ومع الآخرين . ( السقاف ، ٢٠٠٩ ، ص٥٨ ).

ويعتمد بعض علماء النفس الى تصنيف الانفعالات الى انفعالات موجبة وأخرى سالبة:

١- الانفعالات الموجبة تشير الى مدى الانفعالات التي تتراوح ما بين الطاقة العادية والحماس والاثارة من جهة والى الهدوء والانسحاب من جهة اخرى.

٢- الانفعالات السالبة وتشير الى تلك التي تترك اثارا سالبية مثل القلق والغضب والالم .(الريماوي،٢٠٠٣،ص٢١٨).

وقد اعتمد الباحث على نظرية ( الس ) أطارا نظريا في بناء اداة بحثه المتعلق بمقياس ( انفعال الغضب) للمبررات الاتية :-  
١- مكن الباحث من فهم وتفسير متغير انفعال الغضب .

١- تعد من النظريات الحديثة التي اعطت رؤية واضحة عن متغير انفعال الغضب.

٢- تناولت النظرية جميع العوامل التي من شأنها قد تؤثر على انفعال الغضب والتمثلة مع البيئة المحيطة وعلاقته مع ذاته .  
وللغضب اثار ضاره منها :-

١- يوتر الغضب على التفكير فيمنعه من الاستمرار ويجعله غير واضح ويجعل الانسان اكثر استعداد وتهيوؤا للاعتداء البدني .

٢- يقلل الغضب من قدرة الشخص على النقد واخضاع التصرفات لرقابة الارادة مما يؤدي الى تصرفات عشوائية .

٣- يساعد الغضب على تفكك المعلومات الدقيقة والمكتسبة حديثا فتغلب المعلومات الغريزية على التفكير والسلوك مما يؤدي الى سلوك غير مهذب .

٤- إذا استمرت دائرة الانفعالات دون ان تنتهي استمرت التغيرات الفسيولوجية المصاحبة لها مما يؤدي في النهاية الى تغيرات عضوية في الانسجة ينشأ منها الامراض النفسية(ابو العزائم، ١٩٩٤، ص ٧)

لذا يرى الباحثان أن الإنسان يستطيع التعامل مع الغضب إذا تمسك بالأفكار العقلانية، أما إذا سمح للأفكار اللاعقلانية لأن تسيطر عليه فإنه لا يستطيع توجيه الانتباه الكامل للموقف المثير للغضب، أو ضبط انفعالات الغضب، أو مواجهة المشكلات المرتبطة بالغضب، والنتيجة أن الإنسان يبدأ يفكر بطريقة مدمرة للذات.

### الفصل الثالث // منهجيه البحث واجراءاته

١. منهج البحث : أعتمد الباحثان على منهج البحث الوصفي في البحث الحالي
٢. مجتمع البحث: يتحدد مجتمع البحث الحالي بمدربي الالعاب الرياضية في وزارة الشباب والرياضة / دائرة شؤون الاقاليم والمحافظات للعام (٢٠٢١-٢٠٢٢) والبالغ عددهم ( ٢٥٢ ) مدريا .
٣. عينة البحث : أختار الباحثان عينة بحثهما بعد تحديد المجتمع الاصلي بمجتمع المدربين الرياضيين في وزارة الشباب والرياضة / دائرة شؤون الاقاليم والمحافظات وقد وقع اختيار الباحثان على وفق الاختيار العشوائي البسيط ، وقد بلغت عينة البحث ( ١٥٠ ) مدريا رياضيا .
٤. أداة البحث : قام الباحثان ببناء مقياس انفعال الغضب لدى مدربي الالعاب الرياضية في وزارة الشباب والرياضة وعلى وفق خطوات حددها كل من ألن وين ( Allen Yen p118-119) وهي :-
- أ- تحديد المفهوم : اعتمد الباحثان على نظرية الس (Ellis) في تحديدها لمفهوم انفعال الغضب .

ب- صياغة الفقرات : قام الباحثان ببناء مقياس مكون من ( ٣٦ ) فقرة بشكل اولي بما يتلاءم مع النظرية المتبناة ، وحدد الباحثان بدائل الاجابة على الفقرات .

ت- عرض المقياس على الخبراء والمختصين : قام الباحثان بعرض المقياس بصيغته الأولية مكون من ( ٣٦ ) فقرة على مجموعة من المحكمين المتخصصين في ميدان التربية وعلم النفس والقياس والتقويم والارشاد النفسي لغرض تقويم المقياس لقياس انفعال الغضب بمراعاة مدى صلاحية الفقرات ، وبعد مراجعة آرائهم وملحوظاتهم في الحذف والتعديل وبما يتلاءم مع الاطار النظري للبحث فقد استبقى الباحث الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق (80%) فأكثر واستبعد الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق ادنى من ذلك ، واتفق معظم المحكمين على ان تعليمات المقياس واضحة ووافية ، وفي ضوء آراء الخبراء تم الإبقاء على (32) فقرة من أصل (36) فقرة ، وتم تعديل (5) فقرات وإسقاط (4) فقرات لأنها لم تحصل نسبة الاتفاق المطلوبة وبذلك أصبحت الاداة جاهزة لقياس الظاهرة المراد دراستها .

أ- تطبيق الفقرات المصاغة على العينة الاساسية : بعد تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية وتم معرفة وضوح التعليمات والوقت المستغرق ، قام الباحثان بسحب ( ١٥٠ ) مدربا بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث الحالي اذ تم ذلك في وزارة الشباب والرياضة / دائرة شؤون الاقاليم والمحافظات .

ب- تصحيح المقياس : تم الاعتماد على المدرج الخماسي للتقدير إزاء كل فقرة ، إذ أعطيت كل فقرة درجة تتراوح بين (٥ - ١).

● التحليل الاحصائي : هو قياس قدرة كل فقرة في التمييز في الفروق الفردية المراد قياسها والكشف عن مدى فعالية البدائل (Ghiselli,1981:421). وقد استعمل الباحثان عدد من اساليب لتحليل فقرات مقياس انفعال الغضب وفيما يلي توضيح لذلك.

• أيجاد القوة التمييزية للفقرات (Item Discrimination): ويقصد بالقوة التمييزية لفقرات المقياس هو مدى قدرتها على التمييز بين ذوي المستويات العليا وذوي المستويات الدنيا بالنسبة للصفة التي تقيسها الأداة (الإمام، ١٩٩٠: ١٤٠) تطبيق المقياس على عينة التحليل ثم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة .

أ- أسلوب المجموعتين المتطرفتين Extreme Groups Method:

١. تطبيق المقياس بعد أن حصل على الصدق الظاهري، والمؤلف من (٣٢) فقرة على عينة التحليل الإحصائي المؤلفة من (١٥٠) مدرب رياضي .
٢. ترتيب الدرجات الكلية التي حصل عليها أفراد العينة تنازلياً واختيار (٢٧%) من أعلى الدرجات لموضوع انفعال الغضب، وتسمى المجموعة العليا والتي عددها (٤١) استمارة، و(٢٧%) من أدنى الدرجات الواطئة وتسمى المجموعة الدنيا، وعددها (٤١) استمارة، وبذلك أصبح لدى الباحثان مجموعتان عليا ودنيا مجموعهما (٨٢) استمارة.
٣. بعد تحديد المجموعتين العليا والدنيا استعمل الباحثان معادلة الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين بوساطة الحقيبة الإحصائية SPSS لاختبار الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات مقياس انفعال الغضب، ، إذ عدت القيمة التائية المستخرجة مؤشراً لتمييز الفقرة ، وعند موازنة القيمة التائية المحسوبة لكل فقرة بالقيمة الجدولية والبالغة ( 1.96 ) عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 80 ) تبين ان جميع الفقرات تتمتع بتمييز عالي وجدول رقم ( ١ ) . يوضح ذلك.

## جدول (١)

القوة التمييزية لمقياس انفعال الغضب بأسلوب العينتين المستقلتين (المتطرفتين)

العبارات	المجموعات	عدد العينة لكل مجموعة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t	نسبة الخطأ	الدلالة
١٤	عليا	41	4.7805	0.41906	19.594	0.000	دال
	دنيا	41	2.0000	0.80623	19.594	0.000	
٢٤	عليا	41	4.3415	0.48009	14.836	0.000	دال
	دنيا	41	2.2439	0.76748	14.836	0.000	
٣٤	عليا	41	4.1951	0.40122	15.979	0.000	دال
	دنيا	41	1.9512	0.80471	15.979	0.000	
٤٤	عليا	41	4.2683	0.44857	16.978	0.000	دال
	دنيا	41	1.8537	0.79250	16.978	0.000	
٥٤	عليا	41	4.2439	0.43477	15.565	0.000	دال
	دنيا	41	1.9268	0.84824	15.565	0.000	
٦٤	عليا	41	4.2439	0.43477	14.229	0.000	دال
	دنيا	41	2.1951	0.81300	14.229	0.000	
٧٤	عليا	41	4.2439	0.43477	18.045	0.000	دال
	دنيا	41	1.8293	0.73832	18.045	0.000	
٨٤	عليا	41	4.2195	0.41906	15.641	0.000	دال
	دنيا	41	2.0000	0.80623	15.641	0.000	
٩٤	عليا	41	4.1707	0.38095	13.509	0.000	دال
	دنيا	41	2.2439	0.83007	13.509	0.000	
١٠٤	عليا	41	4.2439	0.43477	15.569	0.000	دال
	دنيا	41	2.0976	0.76827	15.569	0.000	
١١٤	عليا	41	4.0732	0.26365	13.522	0.000	دال
	دنيا	41	2.3171	0.78864	13.522	0.000	
١٢٤	عليا	41	4.2439	0.43477	12.431	0.000	دال
	دنيا	41	2.4146	0.83593	12.431	0.000	
١٣٤	عليا	41	4.2439	0.43477	13.293	0.000	دال
	دنيا	41	2.2439	0.85967	13.293	0.000	
١٤٤	عليا	41	4.1951	0.40122	11.170	0.000	دال
	دنيا	41	2.4390	0.92328	11.170	0.000	
١٥٤	عليا	41	4.3171	0.47112	14.122	0.000	دال
	دنيا	41	2.3415	0.76190	14.122	0.000	

دال	0.000	15.504	0.48009	4.3415	41	عليا	١٦٤
	0.000	15.504	0.78087	2.1220	41	دنيا	
دال	0.000	16.012	0.43477	4.2439	41	عليا	١٧٤
	0.000	16.012	0.81824	1.9268	41	دنيا	
دال	0.000	14.703	0.43477	4.2439	41	عليا	١٨٤
	0.000	14.703	0.74244	2.2683	41	دنيا	
دال	0.000	14.263	0.40122	4.1951	41	عليا	١٩٤
	0.000	14.263	0.79095	2.2195	41	دنيا	
دال	0.000	15.054	0.38095	4.1707	41	عليا	٢٠٤
	0.000	15.054	0.74898	2.1951	41	دنيا	
دال	0.000	15.460	0.46065	4.2927	41	عليا	٢١٤
	0.000	15.460	0.76030	2.1463	41	دنيا	
دال	0.000	14.581	0.59980	4.1220	41	عليا	٢٢٤
	0.000	14.581	0.76827	1.9024	41	دنيا	
دال	0.000	16.984	0.43477	4.2439	41	عليا	٢٣٤
	0.000	16.984	0.76827	1.9024	41	دنيا	
دال	0.000	7.600	0.40122	4.1951	41	عليا	٢٤٤
	0.000	7.600	1.10044	2.8049	41	دنيا	
دال	0.000	7.625	0.38095	4.1707	41	عليا	٢٥٤
	0.000	7.625	1.03829	2.8537	41	دنيا	
دال	0.000	8.269	0.43477	4.2439	41	عليا	٢٦٤
	0.000	8.269	1.12781	2.6829	41	دنيا	
دال	0.000	9.424	0.43477	4.2439	41	عليا	٢٧٤
	0.000	9.424	1.02172	2.6098	41	دنيا	
دال	0.000	11.096	0.43477	4.2439	41	عليا	٢٨٤
	0.000	11.096	1.08426	2.2195	41	دنيا	
دال	0.000	8.897	0.40122	4.1951	41	عليا	٢٩٤
	0.000	8.897	0.93574	2.7805	41	دنيا	
دال	0.000	11.825	0.41906	4.2195	41	عليا	٣٠٤
	0.000	11.825	0.80925	2.5366	41	دنيا	
دال	0.000	9.303	0.43477	4.2439	41	عليا	٣١٤
	0.000	9.303	0.90863	2.7805	41	دنيا	
دال	0.000	8.637	0.26365	4.0732	41	عليا	٣٢٤
	0.000	8.637	1.01513	2.6585	41	دنيا	

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

وقد استعمل الباحث معامل ارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين كل فقرة والدرجة الكلية، وأظهرت المعالجة الإحصائية بعد استعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) أن معاملات الارتباط لجميع الفقرات دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية وبالباغلة (0.13) عند مستوى دلالة (0.05) وجدول (٢) يوضح ذلك.

## جدول (٢)

## جدول معاملات ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس انفعال ال غضب

الاتساق الداخلي			
العبارات	معامل ارتباط بيرسون	نسبة الخطأ	الدلالة
١٤	0.833**	0.000	دال
٢٤	.798**	0.000	دال
٣٤	.822**	0.000	دال
٤٤	.860**	0.000	دال
٥٤	.823**	0.000	دال
٦٤	.815**	0.000	دال
٧٤	.856**	0.000	دال
٨٤	.856**	0.000	دال
٩٤	.805**	0.000	دال
١٠٤	.849**	0.000	دال
١١٤	.773**	0.000	دال
١٢٤	.764**	0.000	دال
١٣٤	.776**	0.000	دال
١٤٤	.764**	0.000	دال
١٥٤	.785**	0.000	دال
١٦٤	.833**	0.000	دال
١٧٤	.872**	0.000	دال
١٨٤	.822**	0.000	دال
١٩٤	.866**	0.000	دال
٢٠٤	.837**	0.000	دال
٢١٤	.850**	0.000	دال
٢٢٤	.820**	0.000	دال
٢٣٤	.877**	0.000	دال
٢٤٤	.682**	0.000	دال

دال	0.000	.690**	٢٥٤
دال	0.000	.710**	٢٦٤
دال	0.000	.734**	٢٧٤
دال	0.000	.763**	٢٨٤
دال	0.000	.708**	٢٩٤
دال	0.000	.742**	٣٠٤
دال	0.000	.716**	٣١٤
دال	0.000	.671**	٣٢٤

### الخصائص السيكومترية لمقياس انفعال الغضب:

١- مؤشرات الصدق: Indicators Validity : يعد الصدق من الخصائص

المهمة للحكم على صلاحية أداة القياس ، وقد جرى التحقق من صدق المقياس بأكثر من طريقة :

أ- الصدق الظاهري (**Face Validity**): هذا النوع من الصدق يتحقق عندما يتم

الحصول على حكم او قرار من قبل شخص مختص في أن المقياس مناسب للموضوع المراد دراسته (Allen & yen,1979: 96) ،وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس انفعال الغضب عند عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في التربية وعلم النفس والقياس والتقويم لتقويمه والحكم على مدى صلاحية فقراته وتعليمات المقياس في قياس انفعال الغضب لدى مدربي الالعاب الرياضية .

ب- صدق البناء : ويتحقق هذا النوع من الصدق ، حينما يكون لدينا معيار نقرر على

اساسه ان المقياس يقيس بناء نظرياً محدداً ( النعيمي، ٢٠١٤ : ٣١٣ ) وقد توفر هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الاتية : التمييز ويعتبر من مؤشرات صدق البناء وكما موضح في الجدول (١) ، محكات الحكم داخلي وخارجي وهي ( ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس ) الجدول رقم (٢) .

٢- مؤشرات الثبات : **Indicators Reliability**: الدرجة الحقيقية التي

تعبر عن اداء الفرد في اختبار ما، ومعنى الثبات ان المفحوص يحصل على الدرجة في كل مرة يختبر فيها سواء اختبر في الظروف نفسها او ظروف مختلفة لا تتدخل فيها عوامل العشوائية (فرج، ٢٠١٧: ٢٩٥). وقد قام الباحث باستخراج ثبات المقياس بالطرائق الآتية:

أ- معامل ألفا كرونباخ للاتساق الداخلي - Cronbach Coefficient

(Alpha): تقوم هذه الطريقة على أساس حساب الارتباطات بين درجات فقرات المقياس جميعها على أساس أن الفقرة عبارة عن مقياس قائم بذاته (عودة ، ١٩٨٥ : ١٤٩). تم استخراج معامل ثبات مقياس انفعال الغضب البالغ (0.981) وهو معامل ثبات عالي.

ب- طريقة التجزئة النصفية Split Half Method : تقيس هذه الطريقة

التجانس ، والاتساق الداخلي للفقرات وتجانس فقرات المقياس على مدى اتساق اداء الطلبة جميع فقرات المقياس التي يتكون منها القياس ( ابو حطب واخرون ١١٣:١٩٨٧ )، ثم جزأت درجات فقرات المقياس الى جزأين ، الاول يمثل الدرجات الفردية ، والاخر يمثل الدرجات الزوجية ، وباستخدام معامل بيرسون بين درجات الجزئين ، وتبين ان معامل الثبات يساوي ( 0.74 ) وبعد تصحيحه بمعادلة ( سبيرمان - براون ) كان معامل الثبات مساويا ( 0.85 )، ويعد هذا مؤشرا جيدا على الاتساق الداخلي لفقرات المقياس ( Ebel 1972 p408 ).

الفصل الرابع: // عرض النتائج وتفسيرها

لتحقيق هدف البحث الحالي وهو قياس انفعال الغضب لدى مدربي الالعاب الرياضية فقد عولجت البيانات احصائيا وظهر ان المتوسط بلغ (103.67) درجة وبانحراف معياري يساوي (12.09) في حين بلغ الوسط الفرضي للمقياس (96) وبعد استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة اتضح ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (7.77) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (1.96) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل ان عينة البحث تتمتع بمستوى عالي من انفعال الغضب والجدول (٣) يبين ذلك الاختبار التائي لدلالة الفروق بين المتوسط الفرضي والمتوسط النظري لعين البحث

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة t المحسوبة	القيمة t الجدولية	الدلالة
150	103.67	12.09	96	7.77	1.96	دالة 0.05

ويمكن تفسير ذلك استنادا للنظرية المتبناة وفي ضوء نظرية " أليس " يمكن تفسير كيفية حدوث الغضب كالاتي:

١. خبرة أو تجربة محرّكة ومنشطة للغضب A- Activating experience
  ٢. نسق معتقدات لاعقلانية مرتبطة بالغضب B- Irrational belief system
  ٣. نتيجة انفعالية ( الغضب ) C- Emotional consequence ( anger )
  ٤. دحض ومناقشة الأفكار اللاعقلانية D- Dispute
  ٥. الأثر ( الصحة النفسية ) E- Effect ( Psychological health )
- وفقاً لهذا الأنموذج ، فإن المعوقات والمشكلات اليومية التي تبدو أنها محرّكة للغضب ( A ) ليست هي في الواقع تؤدي للغضب ( C ) بشكل مباشر ، ولكن الذي يؤدي إلى الغضب بشكل مباشر هو نظام معتقدات الشخص غير العقلانية ( B ) ، ولذلك استطاع الشخص قليل الانشغال بالأحداث ( A ) أو التعامل بإيجابية

مع كل الأحداث التي لا بد وأن تحدث ، والمعوقات الموجودة و المستمرة و التي يصعب تغييرها ، أو مقاومة الغضب وذلك بأن يكون الشخص الغاضب أكثر انضباطا وتحكماً في غضبه ، ثم يلي ذلك تركيز الشخص على ضرورة تغيير نظام المعتقدات عن طريق دحض ومناقشة الأفكار اللاعقلانية ( D ) واكتساب معرفة جديدة وأفكار عقلانية جديدة ، وواقعية تقوم على أساس قبول الذات وقبول الآخرين ، فإن النتيجة ضبط الشخص لانفعالاته وغضبه ( E ) ، وبالتالي يتمتع بالصحة النفسية ، أو على الأقل يتمتع بالتوافق النفسي . ( السقاف ، ٢٠٠٩ ، ٦٠ ) .

### ❖ التوصيات The Recommendations

- ١- ان تساهم وزارة الشباب والرياضة في توزيع المقياس على جميع المدربين لغرض الافادة منه من خلال تشخيص المدربين الذين يعانون من انفعال الغضب اثناء التدريب او المباريات .
- ٢- إثارة الاهتمام لدي المعنيين في وزارة الشباب والرياضة إلى عقد ورش ارشادية نفسيه تستهدف توعية المدربين الرياضيين للآثار السلبية لانفعال الغضب.

### ٣-المقترحات The Suggestions

١. إجراء دراسات تجريبية أخرى تستهدف خفض انفعال الغضب على وفق أساليب إرشادية أخرى غير التي اعتمدها الباحث مثل(تغير القواعد، اعادة البناء المعرفي )
٢. استهداف شرائح أخرى من المجتمع ممن يعتقد انهم يعانون من ارتفاع في مستوى انفعال الغضب لديهم .
٣. اجراء دراسة تجريبية اخرى تستهدف خفض انفعال الغضب على وفق نفس الاساليب على شريحة المدربات الرياضيات .

**Anger Emotion among Coaches of Sports Games  
(Research extracted from Ph.D. Dissertation)**

**Assist. Inst.  
Nimr Khudhair Abbas  
Ministry of Youth and Sports**

**Assist. Prof.  
Mohammed Ibrahim  
Hussein (Ph.D.)  
University of Diyala  
College of Education for  
Humanities  
Department of  
Educational and  
Psychological Sciences**

Keywords: Anger Emotion.

Abstract

The current research aims to identify the level of anger emotion among sports coaches, and to achieve the goal of the research the researchers built the measure of anger emotion based on the theory of (Ellis 1977). The scale is of (36) items in its initial form. The statistical characteristics of the scale were extracted and confirming the stability of the scale in the two ways Alpha-Cronbach has reaching (0.981) and the method of half fragmentation reaching (0.85). So, that the scale in its final form consists of (32) items, and a sample of the research community was selected about (150 coach) of sports trainers in the Ministry of Youth and Sports / Department of Governments and Governmental Affairs. The researchers applied the measure in its final form and the results of the research concluded that the sample has a high level of anger and in light of these results the researchers made a set of recommendations and suggestions.

**المصادر :**

- ابو العزائم ، محمود جمال ( ١٩٩٤ ) علاج الغضب ، مجلة النفس المطمئنة ، العدد ٣٩ ، القاهرة .
- ابو حطب ، فؤاد وعثمان سيد احمد ( ١٩٨٧ ) : التقويم النفسى ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
- الإمام ، مصطفى محمود (١٩٩٠) : التقويم والقياس ، دار الحكمة للطباعة جامعة بغداد ، بغداد .

- الخالدي ، اديب (٢٠٠١) : الصحة النفسية ، الطبعة الاولى ، القاهرة ، الدار العربية للنشر والتوزيع .
- الدويري ، عقيل محمد (١٩٩٢) : الكفايات السلوكية - مدى توافرها لدى مدربي كرة القدم في الاردن من وجهة نظر لاعبيهم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، الجامعة الاردنية ، عمان .
- الريماوي ، محمد عودة (٢٠٠٣) : علم النفس ، ط ١ ، دار زهران للطباعة والنشر ، عمان .
- السقاف ، منال بنت محمد بن عمر (٢٠٠٩) : الثقة بالنفس وانفعال الغضب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية بجامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية.
- العزة ، سعيد حسني، وعبد الهادي، جودت (١٩٩٩). نظريات الارشاد والعلاج النفسي، مكتبة الثقافة، الأردن .
- عودة ، احمد سليمان (١٩٨٥) : القياس والتقويم في العملية التدريسية ، ط٢ ، دار الأمل ، أريد.
- فرج، صفوت (٢٠١٧) : القياس النفسي، ط١، مكتبه الانجلو المصرية، القاهرة- مصر.
- ليس ريد وهودر ستوتن ( ٢٠٠٤ ) : كرة القدم أساسيات المدرب ، لندن.
- ناهد رسن سكر ، علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية ، ط١، الدار الدولية للنشر والتوزيع ، عمان ساحة الجامع الحسيني ٢٠٠٢ .
- النعيمي، مهند محمد (٢٠١٤) : القياس النفسي في التربية وعلم النفس، ط١، المطبعة المركزية، جامعة ديالى، ديالى، العراق.
- Ebel, R.L. (1972) : Essentials of Education Measurement , prentice Hall , Now york
- Ellis-A( 1995) :Emotional Disturbance in a Nutshell NY of Rational Emotive Therapy –Gavl Rogers on Encounter Groups –New York

- 
- Ghiselli , et .al . (1981): Measurment Theory for Behavioral Sciences , W.H. freeman & company , san Francisco.
  - Ghiselli , et .al . (1981): Measurment Theory for Behavioral Sciences , W.H. freeman & company , san Francisco.

## ملحق رقم (١)

استبانة تطبيق مقياس انفعال الغضب لمدربي الألعاب الرياضية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة ديالى  
كلية التربية للعلوم الإنسانية  
عزيزي المدرب .... تحية طيبة ...

قسم العلوم التربوية والنفسية  
الإرشاد النفسي والتربوي  
الدراسات العليا / الدكتوراه

أمامك عدد من الفقرات ، تفضل بقراءتها فقرة فقرة، ثم ضع إشارة ( √ ) أمام البديل الذي ينطبق عليك أرجو أن تجيب على كل الفقرات ، علماً أنه لا توجد إجابة صحيحة وإجابة خاطئة ، ولا داعي لذكر الاسم ، علماً إن جميع البيانات ستكون في سرية تامة ولأغراض البحث العلمي فقط .مثال توضيحي:-

الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي
أعتدي على اللاعبين عندما أغضب	√				

الباحث  
نمر خضير عباس

مع فائق شكري وتقديري لتعاونك

ت	الفقرة	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي
١	أغضب عندما يقاطعني احد اللاعبين					
٢	أشعر بالغضب عندما أقصر في واجباتي بشكل جيد					

					انزعج عند غياب اللاعبين عن الوحدات التدريبية بدون عذر	٣
					عندما اغضب اشعر بالارتباك	٤
					اشعر بالضيق والإحباط عندما اغضب	٥
					اغضب حينما لا أحقق أهدافي	٦
					أغضب عندما يتحدث اللاعبون معي بصوت عالي	٧
					اشعر بالغضب عندما افقد أدواتي التدريبية	٨
					اغضب عندما تذكرت موقف سيئ حدث لي مع زملائي المدربين	٩
					اغضب من محاولة بعض اللاعبين تشتييت انتباهي أثناء شرح الخطة	١٠
					اشعر بالغضب عندما أحس أنني اقل من مستوى زملائي المدربين	١١
					أشعر بالغضب عند عدم مقدرتي على انجاز الأمور في الوقت المحدد	١٢
					اغضب من نقد المدربين لي أمام لاعبي فريقي	١٣
					أشعر بالاضطراب عندما أكون محاطا بأشخاص غاضبين	١٤
					أشعر بالغضب عندما أرى اللاعبين لا يلتزمون بقرارات الحكم	١٥
					افقد السيطرة على انفعالاتي عندما اغضب	١٦
					أشعر بالندم عندما أفكر في تصرفاتي الغاضبة	١٧
					أحطم الأشياء عندما اغضب	١٨
					أعتدي على اللاعبين عندما أغضب	١٩
					أغضب أمام اللاعبين لإثبات أنني على صواب	٢٠
					أغضب على اللاعبين عندما لا يستجيبان لتوجيهاتي	٢١

					أشعر بالغضب عندما لا يدعوني للمشاركة في البطولات	٢٢
					أغضب عندما تواجهني مشكلات اثناء التدريب	٢٣
					يتضايق تنفسي عندما أغضب	٢٤
					أفقد التركيز عندما أغضب	٢٥
					عندما أغضب ارفع صوتي وأشعر بالهيجان	٢٦
					عندما أغضب استعمل كلمات قاسية	٢٧
					أشعر بالغضب عندما يسخر مني احد زملائي	٢٨
					أشعر بالغضب عندما اكتشف ان صديقي غير اهل للثقة	٢٩
					أدفع زملائي عندما أغضب	٣٠
					عندما أغضب أشعر أنني على وشك الانفجار	٣١
					أشعر بندهاش اللاعبين من نوبات غضبي الشديد	٣٢