مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244, ISSN-P: 3005-8236
DOI Prefix: 10.64002

المرونة النفسية وعلاقتها بالسلوك الجازم للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

م.م عطا الله سيف عطا الله السعدون، م.م علي عبد العباس كاظم كريمش

[1،2] كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة واسط، العراق.

*الايميل: attallhas.attallha629@uowasit.edu.iq

تاريخ استلام: 2026/07/18 تاريخ القبول: 2026/08/25 تاريخ نشر:2026/10/25

الملخص

ان مواجهة الفرد الرياضي للمواقف الطارئة لا يتم الى اذا كان عنده ضبط للنفس في المواقف المختلفة وان يعتقد بقدرته على حل المشكلات والثقة بالنفس تضعه على بداية المرونة النفسية والسلوك الجازم .كانت مشكلة البحث من خلال متابعة الباحثان واطلاعهم على العديد من المصادر التي تناولت موضوع المرونة النفسية والسلوك الجازم لا وحظ انهما يوثران على أداء المهارات وعلى النتائج , أن العديد من لاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يعانون من ضعف في الأداء و القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية والانفعالات ، وهذا ينعكس سلباً على السلوك الجازم لديهم، ويؤدي الى فقدان السيطرة و التردد في المواقف المختلفة اثناء الأداء والمنافسة .وان مشكلة البحث تتركز حول التساؤل هل هناك علاقة بين المرونة النفسية والسلوك الجازم، ومدى تأثيرها على الأداء الرياضي في المبارزة.وهدف البحث الى استخدام مقياس المرونة النفسية ومقياس السلوك الجازم على للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة , التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والسلوك الجازم للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. ومن ابرز النتائج توصل الباحثان الى ان عينة البحث تتمتع بالمرونة النفسية وسلوك جازم.

الكلمات المفتاحية:

المرونة النفسية , السلوك الجازم , رياضة المبارزة.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/8c50nx37

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244, ISSN-P: 3005-8236
DOI Prefix: 10.64002

Psychological Resilience and its Relationship to Assertive Behavior among Fencing Students at the College of Physical Education and Sports Sciences

Asst. Lect. Attallah Saif Attallah Al-Saadoun, Asst. Lect. Ali Abdul Abbas Kadhim Karimish

[1,2] **Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Wasit University, Iraq.**

***Corresponding author**: attallhas.attallha629@uowasit.edu.iq

Received date:18/07/2026 **Accepted date: 25/08/2026** **Published date: 25/10/2026**

Abstract

An athlete's ability to cope with emergencies depends on self-control in various situations and a belief in their problem-solving abilities and self-confidence, which lay the foundation for psychological resilience and assertive behavior. The research problem arose from the researchers' review of numerous sources addressing psychological resilience and assertive behavior, which they observed affect skill performance and results. Many fencing students at the College of Physical Education and Sports Sciences suffer from weak performance and an inability to adapt to psychological pressures and emotions, which negatively impacts their performance. Their assertive behavior leads to a loss of control and hesitation in various situations during performance and competition. The research problem focuses on the question of whether there is a relationship between psychological resilience and assertive behavior, and the extent of its impact on athletic performance in fencing. The research aimed to use the Psychological Resilience Scale and the Assertive Behavior Scale with fencing students from the College of Physical Education and Sports Sciences to identify the relationship between psychological resilience and assertive behavior among these students. Among the most prominent findings, the researchers concluded that the research sample possesses both psychological resilience and assertive behavior.

Keywords:

Psychological Resilience, Assertive Behavior, Fencing.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/8c50nx37

1-1 المقدمة واهمية البحث

ان علم النفس الرياضي من العلوم الهامة في المجال الرياضي لأنه يدخل في دراسة وتحليل المشكلات النفسية التي يتعرض لها الطلاب الرياضيون اثناء تأدية المهارة او اثناء فترة الاعداد او حتى فيما بعد نظرا لما تلعب من دور حيوي في التأثير على الأداء .

والمرونة النفسية **الخطيب (2010)** ماهي الى سمة او صفة تتضمن سلوكا ، واعتقادات وأفكار ، وأفعالا يمكن تنميتها وتعليمها لدى أي شخص والقدرة على التكيف والتعامل مع الظروف المختلفة تحتاج الى شخصية مرنة ولاسيما مع مواقف الحياة الضاغطة, وإن هذه المواقف في حاجة إلى التمتع بالمرونة والتفكير الإيجابي والتفاعل مع الآخرين بصورة جيدة .

وتعرف المرونة النفسية **حسان (2009)** " استعداد الفرد وقدرته على التفاعل الايجابي مع ظروف الحياة المتغيرة- الضاغطة ومواجهة التحديات التي تنعكس على استجاباته السلوكية للمواقف الحياتية وعلاقاته الاجتماعية"

وتعرفها أيضا **Azlina & Shahrir ازلينا وشاهرير (2010)** "هي قدرة الفرد على التعافي من المحن وقيام الفرد بوظائفه بالرغم من التحديات والظروف الصعبة المحيطة به وهذا يتطلب من الفرد القدرة على التكيف الفعال الذي يتضمن كل من الأفكار والافعال "

فالمرونة النفسية احد سمات السلوك السوي والشخص الذي يتمتع بالمرونة النفسية قادر على الأداء الفعال وإيجاد الحلول بالرغم من وجود التحديات .

اما السلوك الجازم هو احد أنواع السلوك الذي يقوم به الفرد الرياضي والذي يمتاز بالقوة والشدة والكفاح والتصميم من اجل الأداء المتميز في المبارزة مع عدم خروج السلوك عن القوانين والنظم

و السلوك الجازم ,**محمود نقلا عن ميلر (1978)** فهو من الدعائم الرئيسية في الأداء والمنافسات لاي رياضي او أي لعبة كانت فلهذا السلوك له اثر فعال في الكيفية التي يتعامل بها الاعب في الأداء التي تكون مصحوبة بكثير من الانفعالات التي توثر على سلوك الرياضي ومن ثم خلق حالة سلبية موثرة على الاداء .

وعرف السلوك الجازم , **حمد (2012)** "الاتجاه نحو هدف محدد لتحقيقه عن طريق الأداء وبكفاءة وفعالية عالية ضمن اطار القواعد والقوانين الخاصة بالألعاب الرياضية مع عدم توفر النية لتحقيق السلوك العدواني "

وقد بين كل, **مالح و اخرون (2020)** , بان المبارزة من الرياضات النبيلة القتالية تجمع بين الذكاء التكتيكي والقوة البدنية وتحتاج لعبة المبارزة الى الانضباط والروح الرياضية والتحكم بالسلوك اثناء الأداء إضافة الى المرونة والرشاقة والخفة في استعمال السيف , وهذا يجعلها من ارقى الرياضات التي تعكس القوة والمروءة .

وتتجلى أهمية هذا البحث في التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والسلوك الجازم للاعبي المبارزة الطلاب

باعتبارهما من الجوانب المهمة التي عند تكاملهما يتحقق الأداء المميز , فضلا ما يعطينا من تصور واضح للجوانب النفسية وسلوك الاعبين

2-1 مشكلة البحث

ان الاعداد النفسي للرياضي يعد احد المهام الأساسية فهي جزء رئيسي من العملية التدريبية والبنه الأولى في بناء شخصية الرياضي وقدرته على اتخاذ القرارات . ومن خلال متابعة الباحثان واطلاعهم

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/8c50nx37

على العديد من المصادر التي تناولت موضوع المرونة النفسية والسلوك الجازم لا وحظ انهما يوثران على أداء المهارات وعلى النتائج..

للمرونة النفسية أهمية في تعزيز الأداء الرياضي، إلا أن العديد من لاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة يعانون من ضعف في الأداء و القدرة على التكيف مع الضغوط النفسية والانفعالات ، وهذا ينعكس سلباً على السلوك الجازم لديهم، ويؤدي الى فقدان السيطرة و التردد في المواقف المختلفة اثناء الأداء والمنافسة .وان مشكلة البحث تتركز حول التساؤل الاتي

هل هناك علاقة بين المرونة النفسية والسلوك الجازم، ومدى تأثيرها على الأداء الرياضي في المبارزة

1-3 اهداف البحث

1- استخدام مقياس المرونة النفسية على للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

2-استخدام مقياس السلوك الجازم على للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

3- التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والسلوك الجازم للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-4 **فروض البحث**

1- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المرونة النفسية والسلوك الجازم للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري :طلبة المرحلة الثالثة لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

1-5-2 المجال الزماني : 2025/11/1 لغاية 2026/4/5

1-5-2 المجال المكاني : قاعة المبارزة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة _ جامعة واسط

2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية

2-1 منهج البحث

حسب طبيعة المشكلة في البحث استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الدراسة المسحية

2-2 عينة البحث

تم تحديد عينة البحث من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة واسط والبالغ عددهم (23) طالب من شعبة ا , ومن ثم تم اختيار افراد التجربة الرئيسية عن طريق القرعة وبصورة عشوائية والبالغ عددهم (16) , والطلاب الباقين عدد(7) للتجربة الاستطلاعية .والجدول (1) يبين ذلك .

الجدول (1)

يبين مجتمع البحث وعينة الدراسة

عدد افراد التجربة الرئيسية	النسبة المئوية	عدد افراد التجربة الاستطلاعية	النسبة المئوية
16	%69.56	7	%30.4

2-**3 الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث**

1- حاسبة نوع hp عدد 1

2- أدوات مكتبة (أوراق – أقلام)

2-3-1 وسائل جمع البيانات

1- المصادر العربية والأجنبية

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/8c50nx37

2- المقاييس

3-1 إجراءات البحث الميدانية

3-1-1 إجراءات اختيار مقياس المرونة النفسية والسلوك الجازم

استعمل الباحثان مقياس المرونة النفسية الذي قام بأعداده **يحيى عمر شعبان،(2013)** , يتضمن المقياس (40) فقرة موزعة على 3 ابعاد, البعد الانفعالي من (16) فقرة , والبعد العقلي ينكون (9) فقرة, والبعد الاجتماعي يتكون من (15) فقرة .

وقد وزعت درجات الاستجابة , (3) درجات دائما, (2) درجتان أحيانا, (1) درجة واحدة ابدا, للعبارات الإيجابية .اما درجات الاستجابة في الاتجاه السلبي (3) درجات ابدا, (2) درجتان أحيانا , (1) درجة دائما.

اما مقياس السلوك الجازم فقد تم اختيار المقياس الذي قام بأعداده **محمد حسن علاوي (1998),** يتضمن المقياس (20) فقرة , وقد وزعت درجات الاستجابة , أوافق بشدة (4) درجات , أوافق (3) درجات , (2) درجة لا أوافق , (1) لا أوافق بشدة ب, للعبارات الإيجابية ,اما العبارات السلبية أوافق بشدة درجة(1), اوفق (2), لا أوافق (3) , لا أوافق بشدة (4) , ومن اجل تطبيق المقياسين تم عرضهما على السادة المختصين في مجال علم النفس لغرض تقويمهما والحكم عليها وابدأ ملاحظاتهم

3-1-2 التجربة الاستطلاعية لمقياسي المرونة النفسية والسلوك الجازم

تم وضع التعليمات الخاصة بالمقياسين للتأكد من وضوح التعليمات والتعرف على الوقت المستغرق للإجابة على المقياسان والتعرف على الصعوبات اثناء التطبيق على العينة . وتم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية (7) طلاب , وكشفت التجربة عن وضوح التعليمات وان الفقرات خالية من الغموض وان المقياسان مناسبان للعينة وان الوقت المستغرق للتطبيق (14- 19) دقيقة وكانت الإجابة مناسبة للعينة .

3-1-3 التجربة الرئيسية لمقياسي المرونة النفسية والسلوك الجازم

قام الباحثان بتوزيع الاستمارة الخاصة بالمقياسين المرونة النفسية والسلوك الجازم على افراد عينة البحث البالغ عددهم (16) طالب , والغرض الأساسي وهو لتطبيق المقياسين على العينة

3-1-4 الأسس العلمية لمقياسي المرونة النفسية والسلوك الجازم

من اهم الأسس العلمية في المقاييس النفسية توفر الصدق والثبات في المقياس , وقد تحقق الباحثان من صدق المقياسين من خلال صدق المحتوى ويتم الحكم علية عند وجود سمة او صفة تقيسه من خلال عرضه على الخبراء والمختصين لا اقرار صلاحية المقياسين .

وتم إيجاد معامل ثبات الاختبار عن طريق الاختبار وإعادة الاختبار على العينة الاستطلاعية وبعد التفريغ للبيانات تم استخراج قيمة (R) , وقد توصل الباحثان ان مقياس المرونة النفسية يتمتع بدرجة ثبات عالية (0.86), ودرجة الثبات للسلوك الجازم (0.88) وهو يتمتع بدرجة ثبات عالية .

4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

4-1 التعرف على العلاقة بين المرونة النفسية والسلوك الجازم

تم تحقيق الهدف الأول والثاني من خلال تطبيق المقياسين على عينة البحث ,

اما العلاقة بين المقياسين المرونة النفسية والسلوك الجازم لدى للاعبي المبارزة من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, ولأجل معرفة طبيعة المرونة النفسية للعينة تم حساب الوسط الحسابي للعينة (61.39) وانحراف معياري (3.54) وهي اعلى من الوسط الفرضي للمقياس (54).ومعرفة السلوك

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/8c50nx37

الجازم للعينة تم حساب الوسط الحسابي وظهر انه (55,92) وبانحراف معياري (5.57) وهي اعلى من الوسط الفرضي والبالغ (51) درجة وكما في الجدول 3

جدول (3)

نتائج مقياسي المرونة النفسية والسلوك الجازم

الاختبار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة R المحسوبة	قيمة R الجدولية	الدلالة
المرونة النفسية	**61.39**	**3.54**	0.86	0.42	معنوي
السلوك الجازم	**55,92**	**5.57**	0.88	0.42	معنوي

ومن الجدولة رقم (3) تبين ان قيمة Rالمحسوبة اعلى من الجدولية عند مستوى دلالة 0.05 . وهذا يعني ان عينة البحث يتمتعون بمرونة نفسية وسلوك جازم، ويعزو الباحثان

هذه النتيجة ان عينة البحث يحرصون على تحقيق اعلى مستوى بدني في التدريب والمنافسات ,وهذا ما يعرضهم الى كثير من المواقف الضاغطة للوصول الى الإنجاز الذي يطمحون الية , مما يتحتم عليهم الاتصاف بالمرونة النفسية سواء كانت مرونة انفعالية او مرونة عقلية لتحقيق المستوى المطلوب. وايضا يتصفون بالسلوك الجازم للمحافظة على السلوكيات الصحية ويعملان كحاجز يحول بين الأعب و الاصابة اثناء الأداء . وتتفق هذه الدراسة مع دراسة **محمد جواد الخطيب (2007)** ودراسة **سامي خليل فنجان (2010)** ودراسة **يحيى عمر شعبان (2012)** ودراسة **جراسي (2010)** ,وهذه الدراسات اشارت الى ان التكرار في المواقف الضاغطة لدى الأشخاص يولد لديهم تكيف ومرونة نفسية لمواجهة مختلف المواقف.

5- الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

1- من خلال النتائج توصل الباحثان الى ان عينة البحث تتمتع بالمرونة النفسية

2- من خلال النتائج توصل الى ان عينة البحث تمتع بالسلوك الجازم

3- توجد علاقة ذات دلالة احصائيا بين المرونة النفسية والسلوك الجازم

5-2 التوصيات

1- الاهتمام بالحالة النفسية لاعبين الطلاب حتى يكون لديهم مرونة نفسية كافية لتلافي الضغط اثناء الأداء .

2- وضع برامج ارشادية لتطوير مستوى المرونة لديهم

3- الاستفادة من المقياسين في قياس فعاليات رياضية أخرى

المصادر

1. Azlina,A.,& Shahrir,J.,(2010):Assessing reliability of resiliency belief scale (R B S)in the Malaysian context,International Journal for cross Disciblinary Subjects in Education (IJCDSE):No.,1,P3-8.
2. Grace,F.,(2010):The Relationship between Personality Traits and Psychological Resilifnce among the Caribbean Adolescents,International Journal of Psychological Studies,Vol.,2,No.,2,P.,105-116
3. حامد سليمان حمد(2012): علم النفس الرياضي ,ط1, دمشق دار النور ودار العرب للدراسات والنشر والترجمة .

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/8c50nx37

4. سامي خليل فنجان (2010):التوافق المهني والمسئولية الاجتماعية وعلاقتها بمرونة الانا لدى معلمي التربية الخاصة , رسالة ماجستير, كلية التربية , الجامعة الإسلامية , فلسطين .
5. عاصم محمود نقلا عن ميلر (1978) :الارشاد التربوي النفسي , الموصل , مطبعة التعليم العالي , عامر سعيد الخيكاني : سيكولوجية كرة القدم , ط1, النجف الاشرف دار الضياء للطباعة والتصميم , 2008 .
6. فاطمة عبد مالح, اشراق غالب عودة , نور حاتم الحداد, (2020):الاعداد الرياضي في المبارزة ,ط1,مصر- الإسكندرية , دار الوفاء لدنيا الطباعة ص150 .
7. محمد جواد الخطيب(2007): الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الانا لدى المعلمين الفلسطينيين بمحافظة غزة , المؤتمر التربوي الثالث , الجودة في التعليم الفلسطيني , كلية التربية , الجامعة الإسلامية , فلسطين .
8. محمد جواد محمد الخطيب(2010) : دور التربية المدنية في تنمية مرونة الأنا في الشخصية الفلسطينية مجلة جامعة الأزهر بغزة , سلسلة العلوم الإنسانية ، المجلد 12 ، العدد 2 , ص 552
9. ولاء اسحق حسان : فاعلية برنامج إرشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة , رسالة ماجستير, الجامعة الإسلامية – غزة , كلية التربية , 2009 , ص6.
10. يحيى عمر شعبان (2012) :المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة , رسالة ماجستير , كلية التربية , جامعة الازهر , فلسطين

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/8c50nx37