

بروفيل نفسي لانتقاء لاعبي المستويات العليا في رياضة رفع الأثقال للمكفوفين  
 \*د/ أحمد محمد عبد المنعم علام  
 \*\*د/ محمد سعيد عبد الله الديب

مقدمة ومشكلة البحث :

زاد الاهتمام في الآونة الأخيرة برياضات المعاقين من النواحي العلمية والتطبيقية من أجل تقدمها وتطورها الدائم، حيث تحتاج تلك الرياضات إلى قدرات بدنية ومهارية ونفسية تختلف باختلاف الإعاقة وشدها ونوع النشاط الممارس، لذا تضافرت الجهود من قبل العلماء والباحثين في البحث عن القدرات والسمات البدنية والنفسية المميزة لهؤلاء الرياضيين لتطوير تلك الرياضات في مختلف الاتجاهات.

وقد انبثقت الأنشطة الخاصة بالمعاقين من الأنشطة الرياضية العامة، وتم إعداد البرامج الرياضية المعدلة لهم، والتي تهدف إلى مساعدة اللاعب من ذوي القدرات الخاصة للوصول به إلى النمو المتزن في جميع الاتجاهات حتى يستطيع الوصول إلى المستويات العالمية، من خلال تطوير أساليب التدريب واعدادهم الاعداد النفسي المناسب بما يتمشى مع قدراتهم الشخصية حتى نتخلص من النظم التقليدية ومواكبة التطور في برامج التدريب المختلفة. (١٥ : ٢)

وتعتبر رياضة رفع الأثقال للمكفوفين إحدى رياضات المعاقين التي تتبع الاتحاد الدولي لرياضات المكفوفين IBSA، والتي يختبر فيها المتنافسون في ثلاثة أنواع مختلفة من الرفعات: القرفصاء Squat، ضغط الصدر BP والرفعة الميتة DL، وتهدف المنافسة إلى رفع أقصى وزن في الرفعات الثلاث، مع الالتزام بالأداء الفني والقانوني للرفعات الثلاث، وتتشابه مع رياضة القوة البدنية للأسوياء وحظيت بالكثير من الاهتمام في السنوات العشر الأخيرة، ويتنافس بها عدد من الدول أبرزهم أوكرانيا وروسيا ثم تأتي مصر في المركز الثالث، على الرغم من بداية النشاط في مصر مؤخراً عام ٢٠١٨، واستضافت مصر بطولتين عالم متالتين وحصلت مصر على مراكز متقدمة في تلك البطولتين. (٥٢)، (٣٦)

وقد تبدو رياضة رفع الأثقال للمكفوفين بسيطة في طبيعتها لكنها رياضة تنافسية صعبة وتحتاج مكونات بدنية ونفسية عديدة، ويتحدد النجاح أو الفشل في هذه الرياضة بمدى

\* أستاذ مساعد بقسم أصول التربية الرياضية- كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة الإسكندرية - مصر.

\*\* مدرس بقسم تدريب المنازل والرياضات الفردية- كلية التربية الرياضية للبنين- جامعة الإسكندرية- مصر

امتلاك اللاعب المهارات النفسية والسمات الشخصية التي تتماشى مع طبيعة هذه الرياضة التنافسية.

ويشارك في بطولات رفع الأثقال للاعبين الرجال والسيدات في مختلف الأعمار، كما أنا لهؤلاء اللاعبين تصنيف طبي معتمد من اللجنة البارالمبية الدولية مما يجعل هذه الرياضة بها الكثير من المتغيرات التي تحتاج الى البحث والاهتمام، خاصة أن هذه الفئة من ذوى القدرات الخاصة يتمتعون بمميزات عديدة قد تكون فارقة عن اللاعبين الأسوياء.

ويصنف لاعبين رفع الأثقال المكفوفين الى ثلاث فئات ( B1 - B2 - B3 ) وهو تصنيف طبي للمعاقين يتبع الاتحاد الدولي لرياضات المكفوفين (IBSA)، التصنيف الأول (B1) هو تصنيف رياضي للاعبين المكفوفين كلياً وتكون حدة البصر أضعف من ٦٠/٢ أي لا توجد رؤية وظيفية ولا يوجد إدراك للضوء في أي من العينين حتى إدراك الضوء يكون مصاحب بعدم القدرة على التعرف على شكل اليد من أي مسافة أو في أي اتجاه. (B2) هذا التصنيف حدة البصر تتراوح من ٦٠/١ إلى ٦٠/٢ والمجال البصري مقيداً بقطر أقل من ٥ درجات وبالتالي يقع بين B1- B3 ويوجد لدى اللاعبين بعض الرؤية الجزئية أي القدرة على التعرف على شكل اليد. (B3) في هذا التصنيف حدة البصر تتراوح ما بين ٦٠/٢ إلى ٦٠/٦ والمجال البصري يكون أكثر من ٥ درجات وأقل من ٢٠ درجة ولا تزيد الرؤية الوظيفية عن ١٠٪. (٥٣)

ويتوقف التفوق الرياضي في الأنشطة المختلفة على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية، فالقدرات النفسية تساعد الافراد على تعبئة قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق اقصى وافضل اداء رياضي، ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج نفسية لذلك الغرض (برامج التدريب للمهارات النفسية). (٦ : ٣)

وتتطلب الممارسة الرياضية توافر مجموعة من المهارات النفسية الأساسية التي تؤهل الرياضي وتساعد على التوافق النفسي وفي التغلب على الضغوط النفسية التي تواجهه خلال مواقف التدريب أو المنافسات الرياضية، لذلك اتجهت بعض الدراسات الحديثة إلى محاولة تحديد هذه المهارات النفسية التي يتعلمها الرياضي ويتدرب عليها وتوظيفها بهدف التفوق خلال الممارسة الرياضية. (١٦ : ٣٠)

وتعد دراسة البروفيل النفسي للرياضيين، واحدة من أهم موضوعات البحث في مجال علم النفس عامة، وعلم النفس الرياضي خاصة، فالخصائص النفسية الفريدة والمواهب التي يتميز بها الرياضيون تدعو العديد من المختصين في علم النفس الرياضي إلى محاولة التعرف على البروفيل النفسي لهؤلاء الأفراد. (١ : ٧٥)

إن لممارسي الأنشطة الرياضية بشكل عام سمات شخصية معينة تميزهم عن غيرهم من غير الرياضيين، كما وأن لرياضي المستويات العالية سماتهم الخاصة التي تميزهم عن دونهم في المستوى الأدنى، ولذلك يجب إعتداد كل ذلك عند إستخدام أساليب الإنتقاء والتقويم لإختيار اللاعبين سواء المبتدئين أو الناشئين أو الدوليين. (٧ : ٣٢)

ومما لاشك فيه أن البروفيلات النفسية النموذجية التي تم إعدادها لبعض الأنشطة الرياضية حتى الآن من المتوقع إنتشارها في المستقبل القريب بصورة أكبر لتغطي باقي الأنشطة الرياضية ليس هذا فحسب بل تجرى حالياً بعض المحاولات من أجل إعداد بروفيلات نفسية لممثلي التخصصات الدقيقة داخل النشاط الرياضي الواحد. (١١ : ٨٧)

ويعتبر الإنتقاء الجيد للاعبى المستويات العليا من لاعبي رفع الأثقال المكفوفين أحد الدعائم الأساسية لتفوق منتخب مصر في تلك الرياضة في السنوات الأخيرة حيث يسهم الإنتقاء الجيد بشكل مباشر في رفع فاعلية عمليات التدريب والمنافسات وبالتالي في تحقيق أفضل النتائج الرياضية.

إن عملية الإنتقاء تستهدف اختيار الأفراد الذين تتوافر لديهم خصائص أو سمات أو قدرات واستعدادات معينة تتطلبها طبيعة نشاط رياضي معين، أي تدلنا على مدى صلاحية أو عدم صلاحية هؤلاء الأفراد لممارسة هذا النوع من النشاط الرياضي. (٢٤ : ٣٤)

وتتطلب رياضة رفع الأثقال للمكفوفين نوعية خاصة من اللاعبين المميزين بدنياً ونفسياً حتى يستطيعون مواجهة الصعوبات التي تواجههم في تلك الرياضة الشاقة، فهم يتحدثون اعاققتهم أولاً ثم متطلبات الرياضة ثانياً، ولذا فهي تتطلب من اللاعب أن يتميز بسمات شخصية ومهارات نفسية خاصة حتى يستطيع تحقيق الأرقام القياسية في هذه الرياضة.

ويرى الباحثان أن السمات الشخصية والمهارات النفسية للبروفيل النفسي للاعبى رفع الأثقال المكفوفين من الموضوعات الهامة التي تساعد على تخطي الفشل والوصول لمستويات الانجاز في تلك الرياضة، ومن خلال عملي كمدرّب مساعد بالمنتخب المصري لرفع الأثقال لاحظت عدم تحمل بعض اللاعبين ضغوط التدريب والمنافسة مما يضطرهم الى عدم الاستمرار ضمن صفوف المنتخب، كما أنه توجد فروقات كبيرة بين اللاعبين الرجال والسيدات في سمات الشخصية وكذلك بين اللاعبين وفق درجات الاصابة ولذلك تكمن مشكلة البحث الحالي في عدم وجود بروفيل نفسى يمكن من خلاله التعرف على الحالة النفسية للاعبى رفع الأثقال المكفوفين يمكن من خلاله انتقاء اللاعبين في ضوء مستويات معيارية تزيد من فهمنا لشخصية الرباع والتنبؤ بمستقبله الرياضي، حيث تعتمد عملية الانتقاء حالياً

على بعض الاختبارات البدنية والمهارية بغض النظر عن السمات الشخصية والنفسية للاعبين فبعض اللاعبين يمتلكون القدرة على الاستمرار في التدريب والمنافسة لما يتميز به من مهارات نفسية والبعض الآخر قد لا يستطيع الاستمرار مما يضطر الى الانقطاع عن التدريب. ويعتبر هذا البحث في حدود علم الباحثان ان أول دراسة علمية تهدف إلى وضع بروفيل نفسي لانتقاء لاعبي المستويات العالية في رفع الأثقال للمكفوفين وهذا في حد ذاته يعتبر إسهاماً علمياً متواضعاً ومن هنا تبرز مشكلة البحث.

#### أهمية البحث :

يعتبر البروفيل النفسي هو تجسيد نفسي لشخصية لاعبي رفع الأثقال المكفوفين ومن خلاله يمكن التنبؤ بسلوك وتفوق هؤلاء اللاعبين لتحقيق أفضل النتائج والوصول إلى المستويات المطلوبة من خلال التعرف على السمات الشخصية للاعبين.

- يساعد البروفيل النفسي المدربين في التعرف على المهارات النفسية المميزة للاعبين رفع الأثقال المكفوفين بالطرق والأسس والنواحي العلمية السليمة، ويعتبر هذا البحث الأول في مجال رياضة رفع الأثقال المكفوفين.

- وضع أساس علمي للانتقاء الجيد للاعبين رفع الأثقال المكفوفين للمستويات العليا من خلال التعرف على المهارات النفسية والسمات الشخصية ويعد الانتقاء أحد الدعائم الأساسية للتفوق الرياضي حيث يسهم بشكل مباشر في رفع فاعلية عمليات التدريب والمنافسات وبالتالي تحقيق أفضل النتائج الرياضية.

#### أهداف البحث :

#### يهدف البحث الى:

وضع بروفيل نفسي لانتقاء لاعبي المستويات العليا في رياضة رفع الأثقال للمكفوفين ويتحقق الهدف من خلال:

- التعرف على أهم المهارات النفسية والسمات الشخصية قيد البحث للاعبين المستوى العالي في رياضة رفع الأثقال المكفوفين.
- التعرف على الفروق بين اللاعبين واللاعبات في المهارات النفسية والسمات الشخصية قيد البحث.
- التعرف على الفروق بين درجات الإصابة في المهارات النفسية والسمات الشخصية قيد البحث.

## فروض البحث :

- هل يمكن التوصل إلى البروفيل النفسي لانتقاء لاعبي المستويات العالية في رياضة رفع الأثقال للمكفوفين.
- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين الرجال والسيدات في المهارات النفسية والسمات الشخصية قيد البحث.
- توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين وفقاً لدرجة الإصابة (B1 – B2 – B3) في المهارات النفسية والسمات الشخصية قيد البحث.

## مصطلحات البحث :

- البروفيل النفسي **Psychological profile** (٥: ٧٥)
- البروفيل النفسي نموذج تخطيطي لصحيفة نفسية يتحدد على أساسها الملامح الرئيسية للسمات الشخصية والمهارات النفسية التي يتسم بها الرياضي.
- تصنيفات الإصابة للاعبين المكفوفين **Classification** (٥٣) (٣٩)
- تصنف درجات الإصابة للاعبين المكفوفين إلى ٣ مستويات المستوى الأول B1 وهو لا يرى الضوء، المستوى الثاني B2 ذو قصر بصرى حاد وتكون حدة البصر ٦٠/١، المستوى الثالث B3 ذو قصور بصرى ويمكنهم تمييز الأشياء وتصل نسب ابصارهم إلى ٦٠/٦.

## - الإجاز الرقمي لرباعي رفع الأثقال المكفوفين (٥٢)

مجموع أفضل وزن في الرفعات الثلاث (سكوات - بنش - الرفعة الميتة) التي تؤدي في المسابقة.

## إجراءات البحث :

## منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي.

## مجالات البحث :

## - المجال البشري (عينة البحث) :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منتخب مصر رفع الأثقال للمكفوفين وقد اجريت الدراسة الاستطلاعية على (٥) لاعباً، في حين اجريت الدراسة الأساسية على (١٢) لاعبين.

## جدول (١)

توصيف عددي لعينة البحث (رجال - سيدات) - درجة الإصابة ن = ١٧

الدراسة الأساسية	الدراسة الاستطلاعية	العينة الكلية	المتغيرات
٣	١	٤	B1
٧	٣	١٠	B2
٢	١	٣	B3
١٢	٥	١٧	المجموع
٥	٣	٨	ذكور
٧	٢	٩	إناث
١٢	٥	١٧	المجموع

## جدول (٢)

التوصيف العددي لعينة البحث وفقاً لفئات الأوزان ن = ١٧

الدراسة الأساسية	الدراسة الاستطلاعية	العينة الكلية للبحث (حسب النوع)		أوزان اللاعبين	
		فئات السيدات (جميع الأعمار)	فئات الرجال (جميع الأعمار)	فئات السيدات (جميع الأعمار)	فئات الرجال (جميع الأعمار)
١	٠	٠	١	٤٨	٥٦
١	٠	٠	١	٥٢	٦٠
١	٠	١	٠	٥٦	٦٧,٥
١	١	١	١	٦٠	٧٥
٢	١	٢	١	٦٧,٥	٨٢,٥
٢	١	٢	١	٧٥	٩٠
٢	١	٢	١	٨٢,٥	١٠٠
١	١	١	١	٩٠	١١٠
٠	٠	٠	٠	+٩٠	١٢٥
١	٠	٠	١	-	+١٢٥
١٢	٥	٩	٨	المجموع	

## شروط اختيار العينة :

- أن يكون اللاعب مسجل في سجلات الاتحاد المصري لرياضات المكفوفين EBSA
- أن يكون ضمن منتخب مصر الأول لرفع الانتقال.
- أن يكون قد شارك في البطولات المحلية والدولية.
- أن يكون مستمر في التدريب دون انقطاع.
- المجال الزمني : تم تطبيق قياسات البحث في الفترة الزمنية من ٢٠٢١/٧/٣ وحتى ٢٠٢١/٧/١٥.

- **المجال المكاني:** طبقت القياسات بالمركز الأولمبي بالمعادي.  
اختبارات البحث :

١- اختبار المهارات النفسية : بمرفق (١).

٢- قائمة فرايبورج للشخصية : اعداد جوكن فارنبرج Fahrenberg وهربرت سيلج وراينر هامبل من أساتذته علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا الغربية، وأعد صورتها للعربية محمد حسن علاوى (١٩٩٨) مرفق (٢).

- **الدراسة الإستطلاعية:**

أجريت بهدف إيجاد المعاملات العلمية لمقاييس البحث، وقد تم تطبيق هذه الدراسة على عينة ضمن مجتمع البحث والبالغ عددها (٥) لاعبين، وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن تمتع هذه الاختبارات بمعاملات الصدق والثبات وهذا ما يتضح من الجداول الخاصة بذلك... مرفق (٤) وفيما يلي نتائج هذه الدراسة :

أولاً : معاملات الصدق لمقاييس البحث: (صدق الاتساق الداخلي) :

- مقياس المهارات النفسية للرياضيين: أشارت النتائج إلى إرتفاع قيم معامل الإتساق الداخلي في جميع العبارات والتي تراوحت ما بين (٠,٧٥٦ إلى ٠,٨٧٩) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠٥، مما يشير إلى صدق مقياس المهارات النفسية للرياضيين.  
- قائمة السمات الشخصية (فرايبورج): أشارت النتائج إلى أن قيم معامل الاتساق الداخلي للعبارات تراوحت ما بين (٠,٧٥٤ إلى ٠,٨٩١) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠٥، مما يشير إلى صدق قائمة السمات الشخصية.

قام الباحث بإيجاد الثبات لمقاييس البحث عن طريق معامل ألفا لكرونباك، وقد أسفرت النتائج عن تمتع هذه المقاييس بمعاملات ثبات عالية وفيما يلي نتائج هذه الدراسة :

- مقياس المهارات النفسية للرياضيين: أشارت النتائج إلى إرتفاع قيم معامل الفا لكرونباك للابعاد والتي تراوحت من (٠,٧٥٦ إلى ٠,٨٩٢) وللمقياس ككل (٠,٨٩٢) وهذه القيم أكبر من ٠,٦ مما يشير إلى تمتع هذا المقياس بمعاملات ثبات عالية.  
- قائمة السمات الشخصية (فرايبورج): أشارت النتائج إلى أن قيم معامل الفا لكرونباك للابعاد تراوحت ما بين (٠,٧٥٥ إلى ٠,٨٩٧) وللمقياس ككل (٠,٨٤٧) وهذه القيم أكبر من ٠,٦ مما يشير إلى تمتع هذا المقياس بمعاملات ثبات عالية.

## جدول (٣)

التوصيف الإحصائي لبيانات عينة البحث الكلية في المتغيرات الأولية الأساسية  $n = 17$ 

الدلالات الإحصائية للتوصيف					المتغيرات
معامل الالتواء	معامل التقلطح	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	
٠,١٤	١,٢٠-	١,٢٣	٢٠,٤	١٩,٥٠	السن (سنة)
٠,٢٣	٠,٨٦-	٢,١٥	١٧١	١٧٠,٧١	الطول (سم)
٠,١٨	١,٢٣-	٣,٤٠	٨٢,٥٨	٨٢,١٢	الوزن (كجم)
٠,٣٣-	٠,٥٧-	١,٤٩	٤,٥٣	٤,١٧	عدد سنوات الممارسة (سنة)

يتضح من جدول (٣) والخاص بتجانس بيانات عينة البحث الكلية في (المتغيرات الأولية) أن معاملات الالتواء تتراوح ما بين (-٠,٣٣ إلى ٠,١٤) مما يدل على أن القياسات المستخلصة قريبة من الاعتدالية حيث أن قيم معامل الالتواء الاعتدالية تتراوح ما بين  $\pm 0.3$ . وتقترب جدا من الصفر. كما بلغ معامل التقلطح ما بين (-١,٢٦ إلى -٠,٥٧). وهذا يعني ان تذبذب المنحنى الاعتدالي يعتبر مقبولا وفي المتوسط وليس متذبذبا لأعلى ولا لأسفل مما يؤكد تجانس أفراد عينة البحث الكلية في (المتغيرات الأولية).

المعالجات الإحصائية:

- الوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل التقلطح
- معامل الالتواء، قيمة (ت) الفروق.
- معامل الاتساق الداخلي
- معامل الفا لكرونباك.
- تحليل التباين ANOVA، اختبار Scheffe.
- عرض ومناقشة النتائج :

عرض نتائج الفرض الأول والذي ينص على أنه " يمكن التوصل إلى البروفيل

النفسي لانتقاء للاعبى المستويات العالية فى رياضة رفع الاثقال للمكفوفين " .



## جدول (٤)

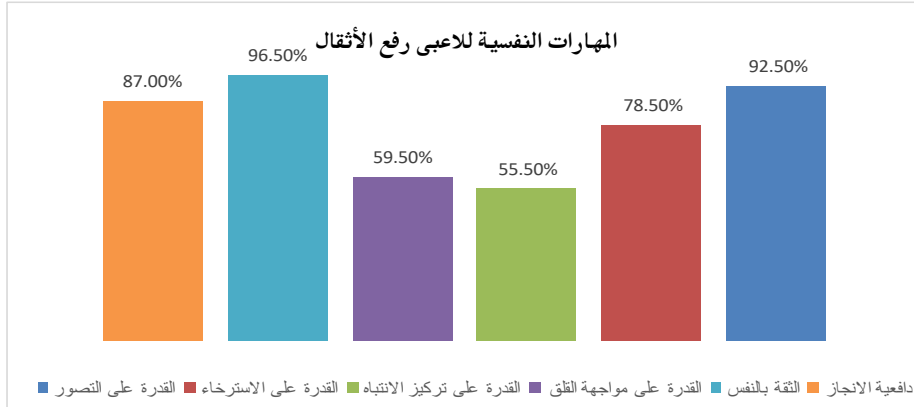
التوصيف الإحصائي والنسبة المئوية لامتلاك المهارات النفسية والسمات الشخصية " فرايبورج " للاعبين رفع الأثقال المكفوفين ن = ١٧

الترتيب	النسبة المئوية للامتلاك	معامل الالتواء	معامل التقلطم	الانحراف المعياري	الوسيط	المتوسط الحسابي	المحاور	المقياس
٢	٩٢,٥%	١,٢٦	٠,٦٠	١,٢٩	١٨	١٨,٥	القدرة على التصور	المهارات النفسية للرباعين
٤	٧٨,٥%	٠,٨٤-	٠,٣٨-	٠,٢٧-	١٥	١٥,٧	القدرة على الاسترخاء	
٦	٥٥,٥%	٠,٦٢-	١,٧٦-	١,١٨-	١١	١١,١	القدرة على تركيز الانتباه	
٥	٥٩,٥%	١,٠١	٠,٤٣	١,٢٤	١١	١١,٩	القدرة على مواجهة القلق	
١	٩٦,٥%	١,٢٤	٠,٦٠	١,٢٧-	١٩	١٩,٣	الثقة بالنفس	
٣	٨٧,٠%	٠,٦٤-	٠,٩٤-	٠,٥٨-	١٧	١٧,٤	دافعية الانجاز	
٨	٤٧,٠%	٠,٣٤-	٠,٢٥-	٠,١٢-	١٠	٩,٤	العصبية	قائمة فرايبورج للسمات الشخصية
٧	٤٩,٥%	١,٢٩	١,٦٨	٠,١٤-	١٠	٩,٩	العدوانية	
٣	٥٧,٥%	٠,١٨-	٠,٣٣	١,٥١	١١	١١,٥	الاكتئابية	
٥	٥٤,٠%	٠,٩١-	٠,١١	١,٣٨	١١	١٠,٨	القابلية للاستشارة	
٢	٦١,٥%	١,٢٣	٠,٦٤-	١,٦٤	١٢	١٢,٣	الاجتماعية	
١	٦٤,٠%	٠,٥٠-	٠,٩٩-	١,٢٧	١٣	١٢,٨	الهدوء	
٦	٥٢,٥%	٠,٧٣	١,٣٢-	١,٣٨	١١	١٠,٥	السيطرة	
٤	٥٥,٥%	١,٥٨	٠,٢١	١,٢٣	١١	١١,١	الضبط أو الكف	

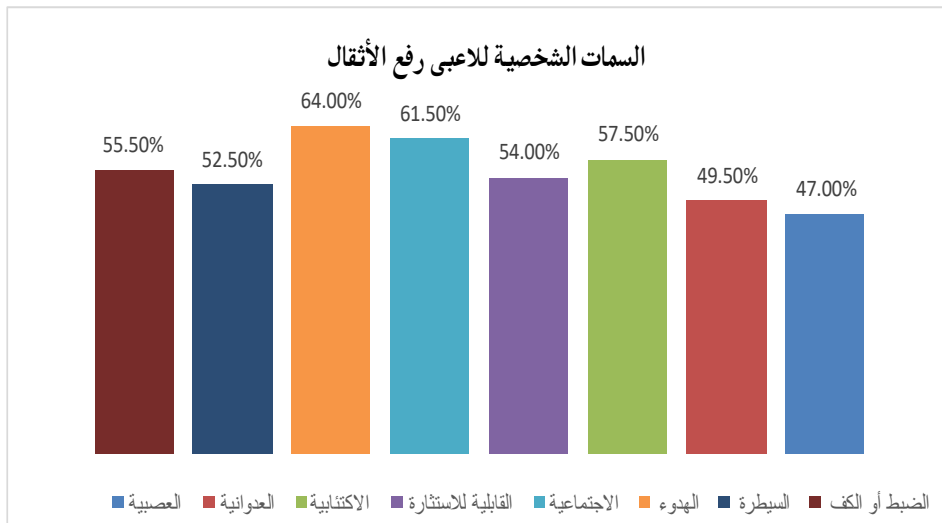
يتضح من جدول (٤) والخاص بالتوصيف الإحصائي والنسبة المئوية لامتلاك المهارات النفسية " للاعبين رفع الأثقال المكفوفين جاء في الترتيب الاول محور الثقة بالنفس بنسبة امتلاك ٩٦,٥%، وجاء في الترتيب الثاني محور القدرة على التصور بنسبة امتلاك ٩٢,٥%، بينما جاء في الترتيب الثالث محور دافعية الانجاز بنسبة امتلاك ٨٧,٠% يليه في الترتيب الرابع محور القدرة على الاسترخاء بنسبة امتلاك ٧٨,٥%، بينما جاء في الترتيب السادس محور القدرة على تركيز الانتباه بنسبة امتلاك ٥٥,٥%.

وفي أبعاد قائمة السمات الشخصية يتضح أن جاء في الترتيب الاول الهدوء بنسبة امتلاك ٦٤,٠%، وجاء في الترتيب الثاني محور الاجتماعية بنسبة امتلاك ٦١,٥%، بينما

جاء في الترتيب الثالث محور الاكتئابية بنسبة امتلاك ٥٧,٥% يليه في الترتيب الرابع محور الضبط أو الكف بنسبة امتلاك ٥٥,٥%، بينما جاء في الترتيب الثامن والأخير محور العصبية بنسبة امتلاك ٤٧,٠%.



شكل بياني رقم (١)  
نسبة امتلاك لاعبي رفع الأثقال للمهارات النفسية



شكل بياني رقم (٢)  
نسبة امتلاك لاعبي رفع الأثقال للسمات الشخصية وفق قائمة فرايبورج

## جدول (٥)

المستويات المعيارية لأبعاد اختبار المهارات النفسية وقائمة السمات الشخصية لفرايبورج  
للاعبين رفع الأثقال المكفوفين ن = ١٢

الدرجات الخام لأبعاد مقياس المهارات النفسية								المستويات المعيارية
الأبعاد	القدرة على التصور	القدرة على الاسترخاء	القدرة على تركيز الانتباه	القدرة على مواجهة القلق	الثقة بالنفس	دافعية الانجاز		
منخفض	٦,٣٠	٨	٩,٢٥	٨,٣٠	٩,١٠	٨,٥٠		
متوسط	٨,٢٥	٩,٣٠	١٠	٩,٢٥	١٠,٣٠	٩,٢٥		
عالي	١٠	١١	١٢	١١	١٠,٢٥	١١,٣٠		
الدرجات الخام لأبعاد مقياس السمات الشخصية (قائمة فرايبورج)								المستويات المعيارية
الأبعاد	العصبية	العدوانية	الاكتئابية	القابلية للاستئثار	الاجتماعية	الهدوء	السيطرة أو الكف	
منخفض	٩	١١	١٠	١٠	٩	١٠	٩	
متوسط	١٠	١٢	١١	١٢	١٠	١١	١١	
عالي	١٢	١٣	١٣	١٣	١١	١٢	١٢	

## جدول (٦)

نموذج معاً للبروفيل النفسي للاعبين رفع الأثقال من المكفوفين في اختبار المهارات النفسية ومقياس قائمة السمات الشخصية "لفرايبورج"

المقياس	الأبعاد	المتوسط - الانحراف المعياري					الانحراف المعياري	المتوسط + الانحراف المعياري				
		س- أكثر من ٣م	س- ٢م	س- ١,٥م	س- س	س+ ٠,٥م		س+ س	س+ ١,٥م	س+ ٢م	س+ أكثر من ٣م	
مقياس المهارات النفسية	القدرة على التصور	١٤,٤٩	١٥,٩٢	١٦,٥٧	١٧,٢١	١٧,٨٦	١٨,٥	١٩,١٥	١٩,٧٩	٢٠,٤٤	٢١,٠٨	٢٢,٣٧
	القدرة على الاسترخاء	١٤,٧٥	١٥,١٦	١٥,٣٠	١٥,٤٣	١٥,٥٧	١٥,٧	١٥,٨٤	١٥,٩٧	١٦,١١	١٦,٢٤	١٦,٥١
	القدرة على تركيز الانتباه	٧,٤٢	٨,٧٤	٩,٣٣	٩,٩٢	١٠,٥١	١١,١	١١,٦٩	١٢,٢٨	١٢,٨٧	١٣,٤٦	١٣,٦٤
	القدرة على مواجهة القلق	٨,٠٤	٩,٤٢	١٠,٠٤	١٠,٦٦	١١,٢٨	١١,٩	١٢,٥٢	١٣,١٤	١٣,٧٦	١٤,٣٨	١٥,٦٢
	الثقة بالنفس	١٥,٣٥	١٦,٧٦	١٧,٤٠	١٨,٠٣	١٨,٦٧	١٩,٣	١٩,٩٤	٢٠,٥٧	٢١,٢١	٢١,٨٤	٢٣,١١

تابع جدول (٦)  
نموذج مبعاً للبروفيل النفسي للاعبى رفع الأثقال من المكفوفين في اختبار المهارات  
النفسية ومقياس قائمة السمات الشخصية "فرايبورج"

المقياس	الأبعاد	المتوسط - الانحراف المعياري					الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتوسط + الانحراف المعياري					
		س- أكثر من ٣	س- ٣	س- ١.٥	س- ١	س- ٠.٥			س+ ٠.٥	س+ ١	س+ ١.٥	س+ ٣	س+ أكثر من ٣	
دافعية الانجاز		١٥,٥٢	١٦,٢٤	١٦,٥٣	١٦,٨٢	١٧,١١	١٧,٤	١٧,٦٩	١٧,٩٨	١٨,٢٧	١٨,٥٦	١٩,١٤	٠,٥٨	١٧,٤
العصبية		٨,٩٠	٩,١٦	٩,٢٢	٩,٢٨	٩,٣٤	٩,٤	٩,٤٦	٩,٥٢	٩,٥٨	٩,٦٤	٩,٧٦	٠,١٢	٩,٤
العدوانية		٩,٣٤	٩,٦٢	٩,٦٩	٩,٧٦	٩,٨٣	٩,٩	٩,٩٧	١٠,٠٤	١٠,١١	١٠,١٨	١٠,٣٢	٠,١٤	٩,٩
الاكتئابية		٦,٨٣	٨,٤٨	٩,٢٤	٩,٩٩	١٠,٧٥	١١,٥	١٢,٢٦	١٣,٠١	١٣,٧٧	١٤,٥٢	١٦,٠٣	١,٥١	١١,٥
القابلية للاستشارة	قائمة فرايبورج	٦,٥٢	٨,٠٤	٨,٧٣	٩,٤٢	١٠,١١	١٠,٨	١١,٤٩	١٢,١٨	١٢,٨٧	١٣,٥٦	١٤,٩٤	١,٣٨	١٠,٨
الاجتماعية	للسمات الشخصية	٧,٢٤	٩,٠٢	٩,٥٤	١٠,٦٦	١١,٤٨	١٢,٣	١٣,١٢	١٣,٩٤	١٤,٧٦	١٥,٥٨	١٧,٢٢	١,٦٤	١٢,٣
الهدوء		٨,٨٥	١٠,٢٦	١٠,٩٠	١١,٥٣	١٢,١٧	١٢,٨	١٣,٤٤	١٤,٠٧	١٤,٧١	١٥,٣٤	١٦,٦٤	١,٢٧	١٢,٨
السيطرة		٦,٢٢	٧,٧٤	٨,٤٣	٩,١٢	٩,٨٧	١٠,٥	١١,١٩	١١,٨٨	١٢,٥٧	١٣,٢٦	١٤,٦٤	١,٣٨	١٠,٥
الضبط أو الكف		٧,٢٧	٨,٦٤	٩,٢٦	٩,٨٧	١٠,٤٩	١١,١	١١,٧٢	١٢,٣٣	١٢,٩٥	١٣,٥٦	١٤,٧٩	١,٢٣	١١,١

يتضح من جدول (٥) والخاص بالمستويات المعيارية وما يقابلها من درجات خام لأبعاد اختبار المهارات النفسية ومقياس السمات الشخصية (قائمة فرايبورج للشخصية)، والجدول (٦) والخاص بنموذج التقييم كمؤشر للبروفيل النفسي للاعبى رفع الأثقال من المكفوفين وجود مستويات معيارية وذلك لتقييم الدرجات الخام بمستوى معياري لكل محور (منخفض - متوسط - عالي) على حدة للاعبين، كما تم التوصل الى نموذج شكل جانبي بالقيم وفقا للطرح المتدرج للانحراف المعياري من المتوسط وأيضا الجمع المتدرج للانحراف المعياري للمتوسط وذلك بالقيم الخاصة بكل محور على حدة للإسترشاد به في نفس النموذج الفارغ مرفق (١) لتقييم لاعبي رفع الأثقال من المكفوفين.

وفى هذا الصدد ومن خلال العرض السابق لجدول رقم (٤) و جدول (٥) والشكل البياني رقم (١) و (٢) أمكن تحديد وترتيب المهارات النفسية والسمات الشخصية للرباعين المكفوفين وكلك وضع مستويات معيارية يتم الاسترشاد بها فى عملية إنتقاء لاعبي المستويات العليا في رفع الأثقال، ويرى الباحثان أن هذه النتائج تؤكد صلاحية البروفيل النفسى فى إنتقاء لاعبي رفع الأثقال المكفوفين وفقاً للسمات والمهارات النفسية والتي تميز اللاعبين، وتتفق هذه النتائج مع دراسة لوجبيكا باكانك Ljubica Bacanac (٢٠٠١) (٤١)، عماد سمير عباس (٢٠٠٢) (١٧)، الفرنك جيمسر وآخرون Elferink gemser,et al (٢٠٠٥) (٣٧)، محمد

خزل ( ٢٠٠٩ ) ( ٢٥ ) حيث توصلت نتائج هذه الدراسات إلى أنه أمكن وضع بروفيل نفسي للاعبى الانشطة الرياضية المختلفة كما أمكن تحديد العوامل المكونة للبروفيل النفسي للاعبين. ويرى الباحثان أن ممارسة أصحاب الهمم من ذوى القدرات الخاصة المكفوفين رياضة رفع الأثقال أكسبهم العديد من السمات الشخصية والمهارات النفسية التي تؤهلهم لان يصبحوا أبطال يرفعون علم مصر دائماً، ويمكن الاعتماد على هذه السمات والمهارات في الانتقاء بعد ذلك، وتتفق النتائج مع ما ذكره Richter, 1989 (٤٥) , Martin, Adams and Smith, 1995 (٤٣) Walden 2007 (٥١) بأن البيئة الرياضية توفر العديد من الفرص لتمكين الأشخاص ذوي الإعاقة من تحسن قدراتهم، وتعتبر عامل مهم في تنمية شخصية الأفراد بالإضافة إلى تحسن المهارات النفسية وتحسن والخصائص الاجتماعية، علاوة على ذلك فإن الرياضة تعلم الأفراد كيفية التعامل مع إعاقتهم والتخفيف من حدتها، حيث توفر التواصل والمشاركة، وتحسن الدوافع، وتضمن اكتساب سمات شخصية إيجابية واحترام الذات.

ويرى الباحثان أيضاً أن ترتيب المهارات النفسية معبر عن الواقع الذى يعيشه هؤلاء الابطال المكفوفين من خلال المعاشة معهم طوال فترة التدريب والمنافسة، حيث جاءت صفة القدرة على التصور في مركز متقدم في ترتيب المهارات النفسية فجاءت في الترتيب الثاني، فهم يمتلكون قدرة عالية على تصور الأداء المهارى بصورة جيدة بمجرد الشرح اللفظي أول ملامسة أجزاء من جسم المؤدى ولو لمره واحدة، وهذا ما وجدته أثناء تدريبي لهم خلال معسكرات منتخب مصر لرفع الأثقال للمكفوفين.

كما جاءت مهارة الثقة بالنفس والدافعية للإنجاز في المراتب الأولى أيضاً فهم يمتلكون ثقة عالية في النفس تمكنهم من فعل المستحيل حتى يصلوا الى أفضل مستوى في الإنجاز، فهم يعتبرون أنفسهم لا ينقصهم أي شيء عن الأبطال الأسوياء ويستطيعون أداء أي عمل أو مهاره بإتقان حتى يصلوا الى افضل المستويات وبالفعل هم يرفعون الأوزان بنفس أداء أبطال رياضة القدرة البدنية powerlifting للأسوياء بدون أي فروقات جوهرية.

وتعتبر السمات الشخصية والمهارات النفسية في رياضة رفع الأثقال المكفوفين من أهم الأسس التي يعتمد عليها الأداء المهارى في رفع الأثقال، وتعتبر من العوامل الهامة لتحقيق الأرقام القياسية، كما أن المهارات النفسية تؤثر في عمليات انتقاء اللاعبين وتعد مؤشرات هامة يمكن بواسطتها التنبؤ بإمكانيات اللاعب، ومستوى تقدمه في المستقبل باعتبارها عنصراً إيجابياً مؤثراً في تحقيق النجاح والتفوق في المنافسة الرياضية، لذلك يبدو

ظاهراً أن عمليات الانتقاء تتطلب الأخذ في الاعتبار السمات والمهارات النفسية للاعبين المستويات العليا فالنظرة الخاطئة في اختيار اللاعب تكمن في الابتعاد عن الاهتمام بالعوامل النفسية التي تلازم عملية الانتقاء.

ويضيف أسامة كامل راتب (٢٠٠٠) أن الانتقاء الجيد يعتبر أحد الدعائم الأساسية للنمو الرياضي حيث يسهم بشكل مباشر في رفع فاعلية عمليات التدريب والمنافسات وبالتالي في تحقيق أفضل النتائج الرياضية. (٨: ٣).

ويتفق كلاً من أسامة راتب (٢٠٠٠) (٨)، سالملا مونفاريدي Salmela, J. H., و Monfared (٢٠٠٩) (٤٦) أن البروفيات النفسية النموذجية التي تم إعدادها لبعض الأنشطة الرياضية حتى الآن من المتوقع إنتشارها في المستقبل القريب بصورة أكبر لتغطي باقي الأنشطة الرياضية ليس هذا فحسب بل تجرى حالياً بعض المحاولات من أجل إعداد بروفيات نفسية لممتلي التخصصات الدقيقة داخل النشاط الرياضي الواحد.

ويوضح عويس علي الجبالي (٢٠٠٣) ان تحقيق اللاعب لمستويات رياضية عالية يتطلب ان يؤخذ في الاعتبار المحددات النفسية لممارسة نشاط رياضي معين، وتشمل تلك المحددات كلاً من المهارات النفسية، والسمات الشخصية. (١٨ : ٢٥)

ويشير محمود عنان (١٩٩٦) بأن استخدام البروفيل النفسى ضروري لتقدير قدرة الفريق المنافس ومقارنة هذه التقديرات لأنها قد تشكل أساساً لتفسير وتحليل النتائج، كما يعد مفيداً للتقويم والتوجيه والتنبؤ، وقد يستخدم في اختبار وتشكيل الفريق الرياضي في المنافسات الرياضية ويعرفه بأنه "مجموعة من الصفات النفسية النوعية لفئات اللاعبين في رياضة ما. (٢٦ : ٢٢١).

ويمكن القول أن تخصص الرياضة التي يمارسها ذوى الهمم من المكفوفين تتسبب في بعض التغيرات في شخصية اللاعبين كما ذكر (1983) Johnson, J. W. (٤١)، وأن الرياضيون الذى يمارسون الرياضات الفردية يميلون الى ممارسة التدريبات بمفردهم ويمتلكون درجات عالية من السمات الشخصية مثل الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز.

**عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى والذى ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين الرجال والسيدات في مقياس المهارات النفسية والسمات الشخصية.**

## جدول (٧)

دلالة الفروق بين لاعبي رفع الأثقال من المكفوفين في اختبار المهارات النفسية وقائمة السمات الشخصية "فرايبورج" ن = ١٢

قيمة ت	الفرق بين المتوسطين	السيدات ن = ٩		الرجال ن = ٨		الأبعاد	
		ع±	س	ع±	س		
*٣,١٧	١,٥٠	٢,٢٨	١٨,٠	١,٧٠	١٩,٥	القدرة على التصور	مقياس المهارات النفسية
*٤,٣٦	١,٧٠	١,٤٤	١٦,٦	٠,٨٢	١٤,٩	القدرة على الاسترخاء	
*٣,٧٩	٠,٩٠	١,٦٠	١٠,٥	١,٦٣	١١,٤	القدرة على تركيز الانتباه	
*٣,٤١	٢,٠٠	١,٢٢	١٢,٣	٠,٨٥	١٠,٣	القدرة على مواجهة القلق	
*٤,١	١,٣٠	١,١٠	١٩,٦	٠,٨٩	٢٠,٩	الثقة بالنفس	
*٣,٠٧	٢,٤٠	٠,٦٣	٢٠,١	٠,٧٣	٢٢,٥	دافعية الإنجاز	
*٣,٠١	٠,٧٠	١,٩٢	١٠,٩	٠,٨٥	١٠,٢	العصبية	قائمة فرايبورج للسمات الشخصية
*٣,٤٥	١,٠٢	١,١٣	١٠,١٥	١,٤٠	٩,١٣	العدوانية	
*٤,١٩	٠,٩٠	١,٠٩	١٠,٧	١,١٢	١١,٦	الاكتئابية	
*٣,١٢	٠,٥٣	١,٥٠	٩,٠١	١,٤٥	٩,٥٤	القابلية للاستثارة	
*٤,٥٧	١,٥٠	٠,٨٧	١٠,٢	٠,٨٧	١١,٧	الاجتماعية	
*٣,١٦	٠,٨٣	١,١٥	١١,١٨	١,٣٤	١٢,٠١	الهدوء	
*٣,١٣	٠,٠٩	٠,٦٦	١٠,٨١	٠,٨٧	١٠,٩	السيطرة	
*٢,٩٧	٠,٠٨	٠,٣٨	١١,٢٤	٠,٣١	١١,١٦	الضبط أو الكف	

\*معنوي عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٧) والخاص بدلالة الفروق بين لاعبي رفع الأثقال من المكفوفين (رجال- سيدات) في اختبار المهارات النفسية وقائمة فرايبورج للسمات الشخصية وجود فروق بين اللاعبين في أبعاد اختبار المهارات النفسية حيث تراوحت قيمته ت للفروق ما بين (٣,٠٧ إلى ٤,٣٦) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠٥ كما يتضح تفوق لاعبي السيدات على لاعبي الرجال في أبعاد (القدرة على التصور، القدرة على مواجهة القلق) في حين تفوق لاعبي الرجال على لاعبي السيدات في أبعاد (القدرة على الاسترخاء، القدرة على تركيز الانتباه، الثقة بالنفس، دافعية الإنجاز).

كما يتضح وجود فروق بين اللاعبين في أبعاد السمات الشخصية حيث تراوحت قيمته ت للفروق ما بين (٢,٩٧ إلى ٤,٥٧) وهذه القيم معنوية عند مستوى ٠,٠٥ حيث يتضح تفوق لاعبي الرجال على لاعبي السيدات في أبعاد (الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية،

الهدوء، السيطرة) في حين تفوق لاعبي السيدات على لاعبي الرجال في أبعاد (العصبية، العدوانية، الضبط أو الكف).

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلى اختلاف الخصائص النفسية بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين الرجال والسيدات وفقاً لطبيعة وخصائص الجنسين، وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة (2019) Mahdi et all (٤٢) (1998) Dennis M.O. (٣٥) والتي أظهرت أنه يوجد اختلاف بين الذكور والإناث في السمات الشخصية.

ويرى الباحثان ان ممارسة الرياضة عامة ورياضة رفع الأثقال خاصة للاعبين المكفوفين الرجال والسيدات خفت من حدة اعاقتهم ووفرت فرص للتواصل والمشاركة واكتساب سمات شخصية إيجابية مختلفة عن بعضهم البعض وتمكنهم من المنافسة وهذا ما ذكره (1997) Brouwer J. Ludeke W. (٣٣)

وتتفق النتائج مع دراسة ايمان لطفى إبراهيم (٢٠١٠) (٢) ودراسة (2009) Garaigordobil, Maite (٣٨) التي أكدت وجود اختلافات بين الذكور والإناث المكفوفين في بعض السمات الشخصية مثل مفهوم الذات وتقدير الذات وأظهرت نتائج الدراسات تفوق الذكور على الإناث في هذه الصفات.

وتتفق نتائج الدراسة مع نتائج دراسة صفاء درويش (١٩٩٤) (٢٥)، اسامة راتب وآخرون (٢٠٠٠) (٣)، رضا سيد (٢٠٠٠) (١٢)، محمد عبد الله (٢٠٠٢) (٢٣)، مجدي يوسف، وائل قنديل (٢٠٠٣) (١٩)، محمد عبداللطيف (٢٠٠٤) (٢١)، ياسر الجندي (٢٠٠٩) (٣٠)، أحمد إسماعيل (٢٠١٢) (٤)، هانى أبو بكر (٢٠١٨) (٢٩) حيث توصلت نتائج هذه الدراسات إلى وجود فروق بين اللاعبين في خصائص البروفيل النفسى فى الانشطة الرياضية المختلفة.

واختلفت النتائج مع دراسة ايمان لطفى إبراهيم (٢٠١٠) (٢) والتي أكدت نتائج الدراسة تفوق المكفوفين الإناث على الذكور في صفة الثقة بالنفس وهذا عكس نتائج الدراسة الحالية التي أكدت تفوق الرجال على السيدات في الشعور بالثقة بالنفس.

ولا تتفق نتائج الدراسة أيضاً مع دراسة خولة معتوق، الطاهر مجاهدي (٢٠٢١) (٩) ودراسة بدر هادية (٢٠١٨) (٢٨) ونهى عبد الجليل (٢٠١٤) (٢٧) بأنه لا توجد فروق بين الذكور والإناث المكفوفين في بعض المهارات النفسية مثل الدافعية للإنجاز. حيث ان الدراسة الحالية أكدت تفوق اللاعبين الرجال على السيدات في متغير الدافعية للإنجاز.



وتختلف النتائج مع دراسة سبأ ناصر (٢٠٠٦) (١٣) التي أوضحت أن الأكفاء سواء كانوا إناث أو ذكور لديهم نفس القدرة على تحمل المسؤولية وان الأكفاء أناث وذكور متساوين في العدوان وهذه نتيجة متوقعة على اعتبار أن الأكفاء لديهم احباطات كثيرة سواء كانوا ذكور أو أناث وأن الأكفاء ذكور وإناث متساوون في تأكيد الذات، ولديهم نفس القدرة على الإنجاز. حيث أكدت الدراسة الحالية وجود اختلافات بين الذكور والاناث في العدوانية والثقة بالنفس ودافعية الإنجاز.

ويرى الباحثان ان الاختلاف في النتائج عن الدراسات السابقة يرجع الى مستوى اللاعبين المتقدم حيث أنهم يمثلون قوام منتخب مصر ولديهم خبرات سابقة كثيرة وتعرضوا لمواقف عديدة اكسبتهم الكثير من السمات الشخصية والمهارات النفسية التي قد تكون فارقة عن غيرهم من المكفوفين وقد تكون فارقة مع اختلاف الجنس سواء اللاعبين الذكور أو الاناث.

ويرى الباحثان أن رياضة رفع الأثقال رياضة فردية لها نظام تدريبي صعب الى حد ما وأسلوب تدريبي مختلف عن الرياضات الأخرى، هذه الطبيعة الخاصة للرياضة تؤثر على اللاعبين سواء الرجال والسيدات ومن هنا تظهر الاختلافات في السمات الشخصية المميزة لهم والتي ظهرت من خلال تحليل النتائج الحالية والتي على أساسها يمكن انتقاء والتنبؤ بمستوى اللاعبين سواء الرجال أو السيدات وتتفق النتائج مع دراسة Abdelkarim Ç, Hasan E (2020) (٣١)

- عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث والذي ينص على أنه " توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين وفقاً لدرجة الإصابة.  
- دلالة الفروق بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في اختبار المهارات النفسية وفقاً لدرجة الإصابة البصرية (B1 – B2 – B3):

#### جدول (٨)

تحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في اختبار المهارات النفسية لدرجة الإصابة البصرية (B1 – B2 – B3)

المهارات النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	معنوية الفروق	الدلالة
القدرة على التصور	بين الإصابات	١١,٧	٢٣,٣٠	*٥,١٤	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٤,٦	٢٩,٢٧			
	المجموع	٢٦,٣				
القدرة على الاسترخاء	بين الإصابات	١٤,٨	٢٩,٥٧	*٣,٠٤	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٧,١	٣٤,٢٠			
	المجموع	٣١,٩				

تابع جدول (٨)  
تحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في اختبار المهارات النفسية  
لدرجة الإصابة البصرية (B1 – B2 – B3)

المهارات النفسية	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	معنوية الفروق	الدلالة
القدرة على تركيز الانتباه	بين الإصابات	١١,١	٢٢,١٩	*٧,٨٠	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٣,٢	٢٦,٣٤			
	المجموع	٢٤,٣				
القدرة على مواجهة القلق	بين الإصابات	١٥,٢	٣٠,٤٣	*٤,٣٣	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٨,١	٣٦,٢٧			
	المجموع	٣٣,٤				
الثقة بالنفس	بين الإصابات	١٣,١	٢٦,١١	*٥,٠٦	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٣,٨	٢٧,٦٧			
	المجموع	٢٦,٩		*٧,٨٥		
دافعية الانجاز	بين الإصابات	١٩,٦	٣٩,٢٥		٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	٢٢,٧	٤٥,٣٩			
	المجموع	٤٢,٣	٨٤,٦٤			

\* ف معنوي عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٨) والخاص بتحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في اختبار المهارات النفسية لدرجة الإصابة البصرية (B3-B2-B1) بتحليل التباين (ANOVA) بين اللاعبين بالإصابات (B3-B2-B1) وجود فروق معنوية حيث بلغت قيمة ف ما بين (٣,٠٤ إلى ٧,٨٥) وهذه القيم أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥.

- دلالة الفروق بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في اختبار السمات الشخصية وفقاً لدرجة الإصابة البصرية (B1 – B2 – B3):

جدول (٩)

تحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في مقياس قائمة السمات الشخصية "فرايبورج" وفقاً لدرجة الإصابة البصرية (B1 – B2 – B3)

السمات الشخصية	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف	معنوية الفروق	الدلالة
العصبية	بين الإصابات	١٢,٦	٢٥,٢	*٥,٠١	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٤,١	٢٨,٢			
	المجموع	٢٦,٧				
العدوانية	بين الإصابات	١٠,٦	٢١,٢	*٤,٣٠	٠,٠٠	دال
	داخل الإصابات	١٣,٥	٢٧,٠			
	المجموع	٢٤,١				

تابع جدول (٩) تحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في مقياس قائمة السمات الشخصية "فرايبورج" وفقاً لدرجة الإصابة البصرية (B1 – B2 – B3)

الدالة	معنوية الفروق	قيمة ف	متوسط المربعات	مجموع المربعات	مصدر التباين	السمات الشخصية
دال	٠,٠٠	*٤,٧٧	٢٢,٤	١١,٢	بين الإصابات	الاكتئابية
			٢٩,٤	١٤,٧	داخل الإصابات	
				٢٥,٩	المجموع	
دال	٠,٠٠	*٦,٤٨	٢٤,٦	١٢,٣	بين الإصابات	القابلية للاستئارة
			٢٧,٠	١٣,٥	داخل الإصابات	
				٢٥,٨	المجموع	
دال	٠,٠٠	*٣,٧٦	٢٣,٨	١١,٩	بين الإصابات	الاجتماعية
			٢٩,٢	١٤,٦	داخل الإصابات	
				٢٦,٥	المجموع	
دال	٠,٠٠	*٤,٦٣	٢٠,٤	١٠,٢	بين الإصابات	الهدوء
			٢٣,٢	١١,٦	داخل الإصابات	
				٢١,٨	المجموع	
دال	٠,٠٠	*٥,١٣	٢٤,٢	١٢,١	بين الإصابات	السيطرة
			٢٩,٤	١٤,٧	داخل الإصابات	
				٢٦,٨	المجموع	
دال	٠,٠٠	*٧,٠٨	٣١,٢	١٥,٦	بين الإصابات	الضبط أو الكف
			٣٣,٤	١٦,٧	داخل الإصابات	
				٣٢,٣	المجموع	
دال	٠,٠٠	*٨,٢٧	٢٨,٤٢	١٤,٢١	بين الإصابات	المجموع الكلي
			٣٩,٢٨	١٩,٦٤	داخل الإصابات	
		*٥,٠١		٣٣,٩	المجموع	

\* ف معنوي عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (٩) والخاص بتحليل التباين (ANOVA) بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين في مقياس قائمة السمات الشخصية وفقاً لدرجة الإصابة البصرية (B3-B2-B1) بتحليل التباين (ANOVA) بين اللاعبين بالإصابات (B3-B2-B1) وجود فروق معنوية حيث بلغت قيمة ف ما بين (٣,٧٦ إلى ٨,٢٧) وهذه القيم أكبر من قيمة (ف) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥.

## جدول (١٠)

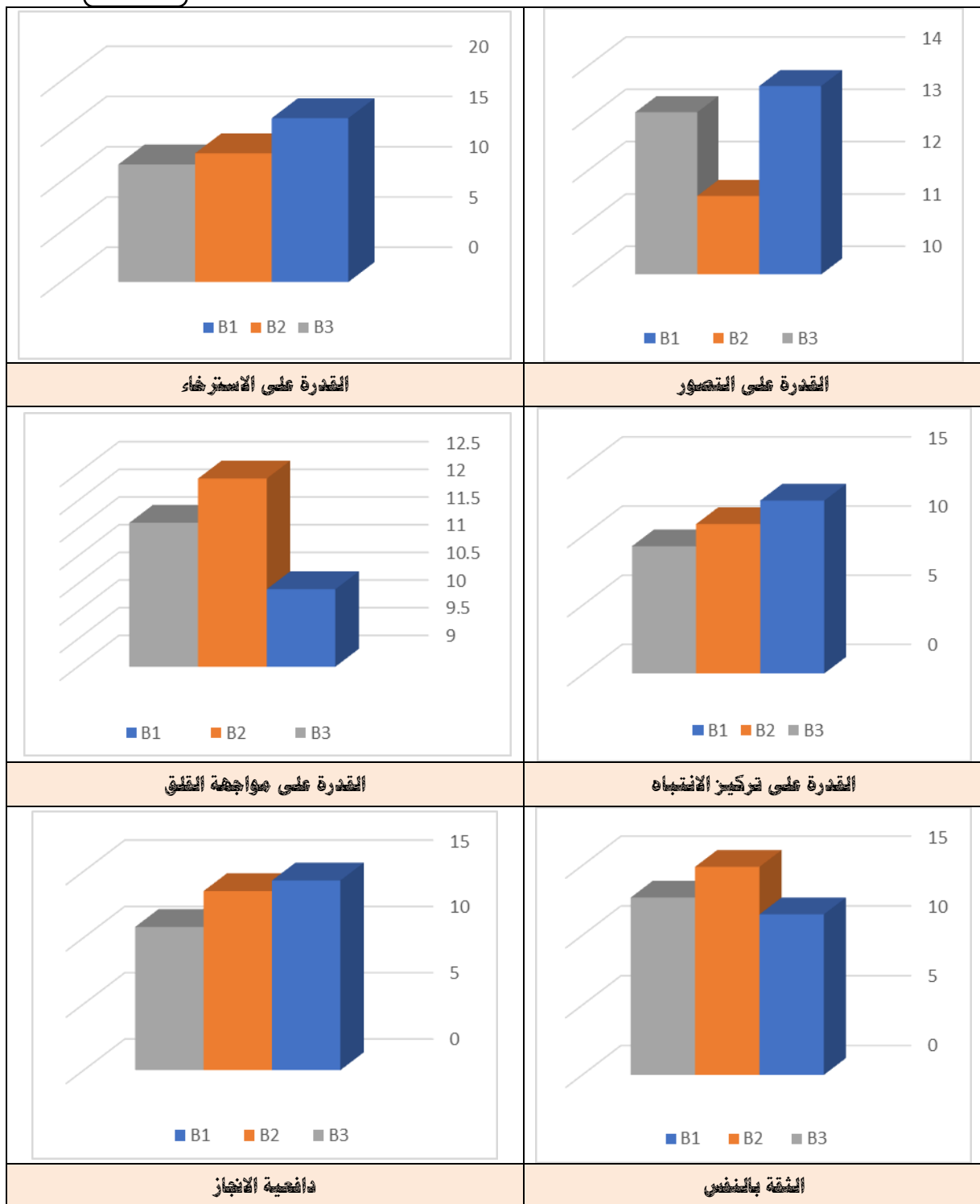
معنوية الفروق بين متوسطات بين أنواع الإصابة الثلاثة (B1 – B2 – B3) في اختبار المهارات النفسية للاعبين رفع الأثقال المكفوفين باستخدام اختبار (scheffe)

المهارات النفسية	درجة الإصابة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معنوية الفروق بين المتوسطات اختبار (scheffe)		
				B1	B2	B3
القدرة على التصور	B1	١٣,٦	١,٢٧		*٢,١٠	٠,٥٠
	B2	١١,٥	١,٠٩-			*١,٦٠
	B3	١٣,١	١,٦٤			
القدرة على الاسترخاء	B1	١٦,٣	٢,٠١		*٣,٥٠	*٤,٦٠
	B2	١٢,٨	١,٧٥			*١,١٠
	B3	١١,٧	٢,٠٠			
القدرة على تركيز الانتباه	B1	١٢,٥	١,٣٤		*١,٧٠	*٣,٣٠
	B2	١٠,٨	٠,٦٥-			*١,٦٠
	B3	٩,٢	٠,٩٣-			
القدرة على مواجهة القلق	B1	١٠,٤	٠,٢٧-		*٢,٠٠	*١,٢٠
	B2	١٢,٤	١,٢٤			٠,٨٠
	B3	١١,٦	٠,٨٦-			
الثقة بالنفس	B1	١١,٥	١,٠١		*٣,٤٠	*١,٢٠
	B2	١٤,٩	١,٣٨			*٢,٢٠
	B3	١٢,٧	١,٦٦			
دافعية الانجاز	B1	١٤,٣	١,٥٢		٠,٨٠	*٣,٥٠
	B2	١٣,٥	١,٣٣			*٢,٧٠
	B3	١٠,٨	٠,٩٧-			

يتضح من جدول (١٠) والخاص بمعنوية الفروق بين متوسطات بين أنواع الإصابة الثلاثة (b1 – b2 -b3) في اختبار المهارات النفسية للاعبين رفع الأثقال المكفوفين باستخدام اختبار (scheffe) :

- القدرة على التصور: وجود فروق بين اللاعبين ذوي الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوي، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3).

- **القدرة على الاسترخاء** : وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B1)، ووجود فروق معنوية بين اللاعبين (B2) واللاعبين (B3) لصالح اللاعبين (B2).
- **القدرة على تركيز الانتباه** : وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B1)، ووجود فروق معنوية بين اللاعبين (B2) واللاعبين (B3) لصالح اللاعبين (B2).
- **القدرة على مواجهة القلق** : وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B2)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3)، وعدم وجود فروق معنوية بين اللاعبين (B2) واللاعبين (B3).
- **الثقة بالنفس** : وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B2)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3)، ووجود فروق معنوية بين اللاعبين (B2) واللاعبين (B3) لصالح اللاعبين (B2).
- **دافعية الإنجاز** : وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B3) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B2)، وعدم وجود فروق معنوية بين اللاعبين (B1) واللاعبين (B2) والشكل التالى يوضح تلك الفروق بين درجات الإصابة.



شكل (٣)

المتوسط الحسابي لتصنيفات اللاعبين في درجات الإصابة (B1 – B2 – B3) في اختبار المهارات النفسية للاعبين رفع الأثقال المكفوفين

## جدول (١١)

معنوية الفروق بين متوسطات بين أنواع الإصابة الثلاثة (B1 – B2 – B3) في قائمة السمات الشخصية " فرايبورج " للاعبين رفع الأثقال المكفوفين باستخدام اختبار (scheffe)

معنوية الفروق بين المتوسطات اختبار (scheffe)			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	درجة الإصابة	المهارات النفسية
B3	B2	B1				
٤,٣٠	٢,٠٠		١,٣٧-	١٣,٥	B1	العصبية
٢,٣٠			١,٠٩-	١١,٥	B2	
			٠,٦١-	٩,٢	B3	
٢,٤٠	٣,٧٠		١,١٢-	١٢,٨	B1	العدوانية
١,٣٠			١,٢١	٩,١	B2	
			٠,٧١-	١٠,٤	B3	
٤,٤٠	٢,٥٠		١,٠٣-	٩,٤	B1	الاكتئابية
١,٩٠			٠,٨٨-	١١,٩	B2	
			١,٠٣-	١٣,٨	B3	
٢,٥٠	٣,٦٠		١,٢٧	١٣,٤	B1	القابلية للاستثارة
١,١٠			٠,٨٦	٩,٨	B2	
			١,٤١-	١٠,٩	B3	
٣,٣٠	٢,٩٠		١,٣٩-	١٢,٥	B1	الاجتماعية
٠,٤٠			١,٠٣	٩,٦	B2	
			٠,٤٥	٩,٢	B3	
٣,٦٠	١,٢٠		١,٢٣-	١٢,٧	B1	الهدوء
٢,٤٠			٠,٩٤-	١١,٥	B2	
			٠,٨٣-	٩,١٠	B3	
٤,٥٠	٢,٤٠		١,٢٢	١٣,٦	B1	السيطرة
٢,١٠			١,٠٣-	١١,٢	B2	
			٠,٨٨-	٩,١٠	B3	
٤,٥٠	٢,٢٠		٠,٩٩-	١٣,٦	B1	الضبط أو الكف
٢,٣٠			١,٢٠	١١,٤	B2	
			٠,٦١-	٩,١١	B3	

يتضح من جدول (١١) والخاص بمعنوية الفروق بين متوسطات بين أنواع الإصابة الثلاثة (b1 –b2 -b3) في قائمة السمات الشخصية " فرايبورج " للاعبين رفع الأثقال المكفوفين :

- العصبية: وجود فروق بين اللاعبين ذوي الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B2)، وبشكل معنوي، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين

من نوع الإصابة (B3) وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B2) وبشكل معنوى.

- **العدوانية:** وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B1) وبشكل معنوى، وعدم وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3).

- **الاكتئابية:** وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B2)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3) وبشكل معنوى، وعدم وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3).

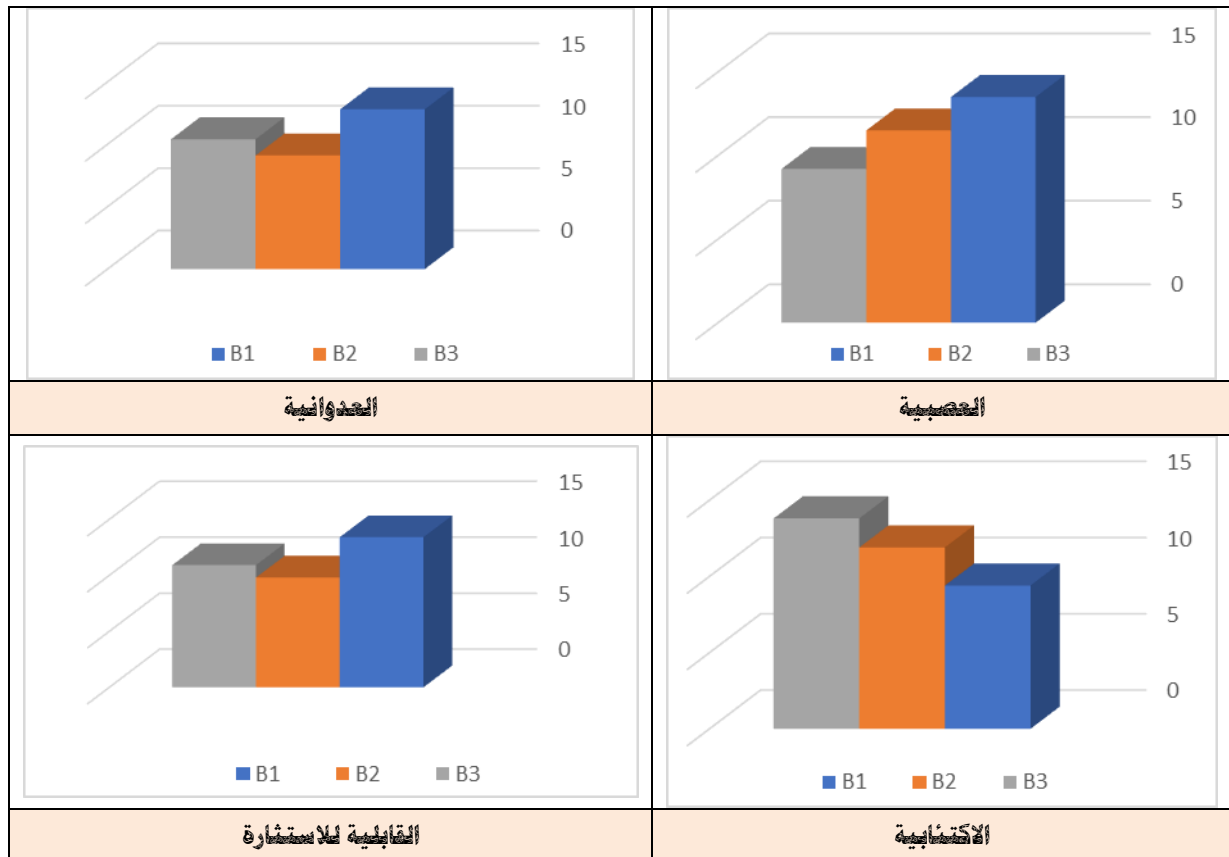
- **القابلية للاستثارة:** وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3) وبشكل معنوى، وعدم وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3).

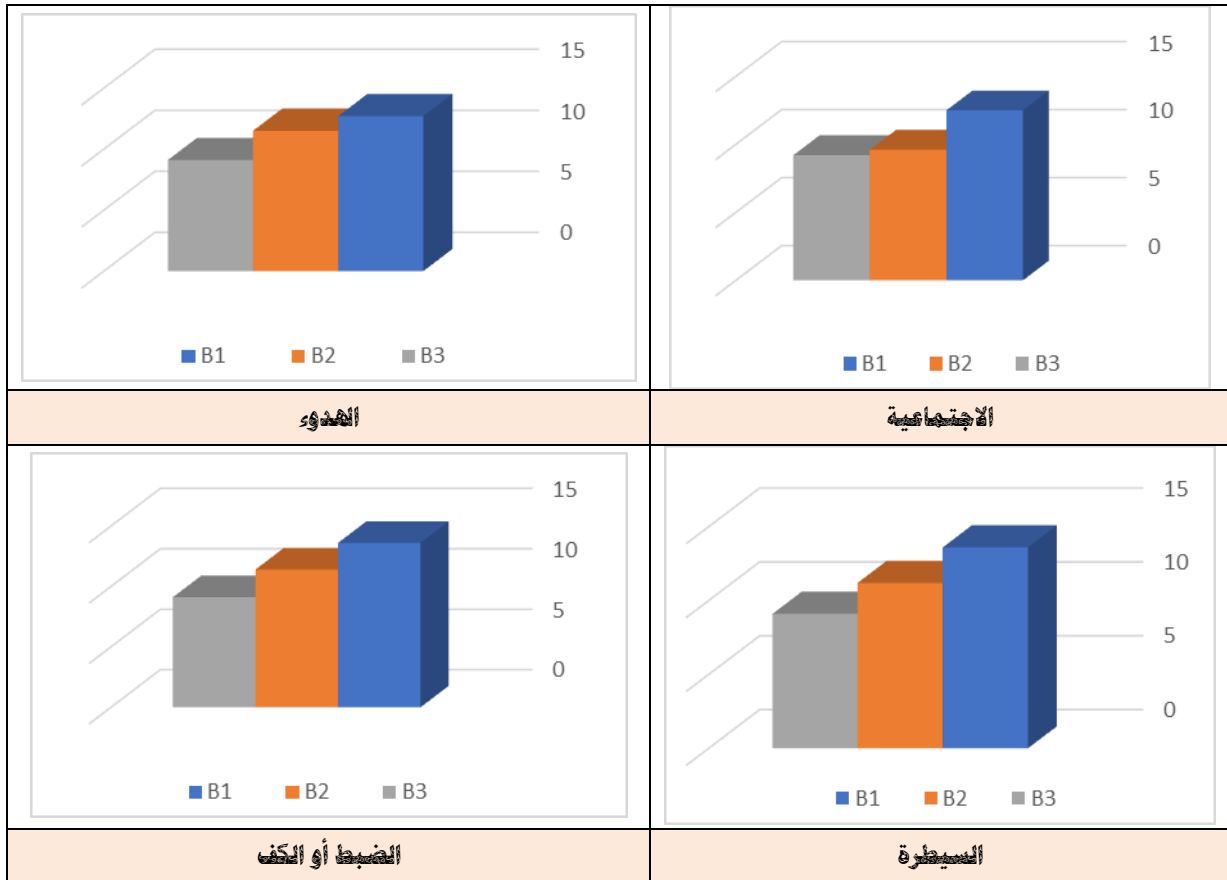
- **الاجتماعية:** وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B1) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3) وبشكل معنوى، وعدم وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3).

- **الهدوء:** عدم وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2)، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B3) وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) لصالح اللاعبين (B2).



- **السيطرة:** وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B1) وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) لصالح اللاعبين (B2).
- **الضبط أو الكف:** وجود فروق بين اللاعبين ذوى الإصابة من النوع (B1) وبين اللاعبين المكفوفين من النوع (B2) لصالح اللاعبين (B1)، وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B1) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) ولصالح اللاعبين من نوع الإصابة (B1) وبشكل معنوى، وجود فروق بين اللاعبين من نوع الإصابة (B2) واللاعبين من نوع الإصابة (B3) لصالح اللاعبين (B2) والشكل التالى يوضح تلك الفروق بين درجات الإصابة.





شكل (٤)

المتوسط الحسابي لتصنيفات اللاعبين في درجات الإصابة (B1 – B2 – B3) في السمات الشخصية للاعبين لرفع الأثقال المكفوفين

مناقشة نتائج الفرض الثالث والذي ينص على أنه "توجد فروق ذات دلالة معنوية بين لاعبي رفع الأثقال المكفوفين وفقاً لدرجة الإصابة في مقياس المهارات النفسية والسمات الشخصية".

يتضح من جدول (١٠) والشكل البياني (٣) الخاص بالفروق بين اللاعبين في درجات الإصابة في مقياس المهارات النفسية تفوق اللاعبين B1 في صفات القدرة على التصور والقدرة على الاسترخاء والقدرة على تركيز الانتباه ودافعية الإنجاز ويرجع الباحثان سبب ذلك أن هؤلاء اللاعبين يتميزون بقدرات فائقة في تصور الحركة بمجرد الشرح اللفظي أو ملامسة جسم المؤدى أثناء الأداء كمان أنهم لديهم قدرة عالية على تركيز الانتباه أثناء الشرح والأداء لانهم معزولون أن أي مثيرات خارجية قد تشتت انتباههم، ولديهم قدرة عالية أيضاً على الاسترخاء بمجرد الانتهاء من الواجبات اليومية لأن أعمالهم الإضافية محدودة بعد التدريب.

كما أنا لديهم دافعية للإنجاز لا توصف لأثبات انهم لا ينقصهم أي شيء عن زملائهم وكذلك اللاعبين الأسوياء.

ويتضح أيضاً تفوق اللاعبين تصنيف B2 في مهارات تركيز الانتباه والاسترخاء على اللاعبين B3 وهؤلاء اللاعبين أيضاً ينصب تركيزهم على الأداء فهم في انعزال جزئي عن المثيرات الخارجية كما أن قدرتهم على الاسترخاء عالية.

ويتضح أيضاً تفوق اللاعبين تصنيف ( B2 – B3 ) في مهارات الثقة بالنفس والقدرة على مواجهة القلق عن اللاعبين B1 وهذا منطقي لان بطبيعة بقايا النظر الموجودة لديهم يستطيعون امتلاك ثقة أكبر في النفس يلاحظ هذا في المنافسات مجرد دخول اللاعب على البار بمساعدة خفيفة من المدرب تزيد من ثقته بنفسه وكذلك اثناء التدريب.

ويرجع الباحثان هذه النتائج إلى اختلاف طبيعة كل فئة من هؤلاء اللاعبين الأبطال وبالتالي يتمتع كل لاعب بمجموعة من المهارات النفسية التي تتناسب مع طبيعة أصابته ومدى تعامله مع زملائه ورضاءه عن الوضع الذي يعيش فيه والتأقلم معه والعمل على اثبات ذاته رغم الصعوبات التي تواجهه.

يتضح من جدول (٤ ١) والشكل البياني (٤) الخاص بالفروق بين اللاعبين في درجات الإصابة في مقياس السمات الشخصية تفوق اللاعبين B1 في الصفات التالية العصبية والعدوانية وبالفعل هم أكثر اللاعبين عصبية وخاصة عندما يشعرون أن هناك بعض الأشياء قد يعجزوا عن أدائها وهذا يزيد من العصبية لديهم.

ويتضح أيضاً أن اللاعبين تصنيف B2 في الترتيب الثاني في أغلب السمات الشخصية لأن قدراتهم متوسطة ما بين التصنيف الأول والثالث وهذه الفروقات في درجة النظر قد تغير من سماتهم الشخصية ومهاراتهم النفسية.

يرى الباحثان أن ممارسة فئات المكفوفين المختلفة رياضة رفع الأثقال أثرت ايجابياً في تطوير شخصية الرباعين وتمتعوا بالعافية النفسية وتعتبر هذه السمات والمهارات من مميزات لا عبي رفع الأثقال وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Martin, et all (2013) (٤٣) (Smith, K.L. (1997) (٤٧)

يرى الباحثان أن اختلاف السمات الشخصية بين درجات الإصابة للاعبين يرجع الى طبيعة الإصابة واختلاف الدوافع الموجودة لدى اللاعبين لأثبات انفسهم داخل الفريق الواحد وهذه البيئة الرياضية التنافسية هي التي تظهر الاختلاف في الشخصية وكذلك تظهر قدراتهم.

وتختلف النتائج مع دراسة سبأ ناصر (٢٠٠٦) (١٣) والتي ذكرت بأن الكفيف بدرجاته المختلفة في الإصابة بحكم قصوره البصري عاجز عن الاشتراك مع زملائه في كثير من الأنشطة كما يميل إلى العزلة والانطواء، ويتحاشى العلاقات الاجتماعية تجنباً للحرَج، هذا فضلاً عن العيوب البصرية وما تستتبعه من مشكلات، ذلك لأن عاهته البصرية قد شوّهت صورته الجسمية، وأثرت على مفهومه لذاته، بما يدفعه إلى سوء التوافق وأن من مشكلات الأكفاء الاعتماد على الآخرين، والعجز عن المبادأة، وشعوره بالتخلف عن الآخرين، والخوف والقلق والاكْتئاب بما ينتج عن ذلك من عمليات لا شعورية مثل والانطوائية، الأمر الذي يكون له آثار سيئة على شعوره بالنقص، وانخفاض درجة الشعور بالأمن والانتماء وسوء التوافق النفسي والاجتماعي.

ومن خلال مناقشة نتائج الاختلاف في المهارات النفسية والسمات الشخصية بين درجات الإصابة للاعبين المكفوفين فإن الأمر يدعونا إلى الوقوف على بعض السمات أو جوانب شخصية اللاعب الكفيف والتي ترتبط ارتباطاً مباشراً بفقد البصر لديه كلياً أو جزئياً، وذلك لأن غياب حاسة البصر يعيد صياغة شخصية اللاعب الكفيف، حيث تصطبغ شخصيته بسمات نفسية وعقلية واجتماعية تفرضها عليه ظروف الإعاقة التي تجعله يستخدم الحواس الأخرى بشكل خاص وأكثر دقة، حيث تمثل الحواس المتبقية لديه السبيل الوحيد للاتصال بالبيئة المحيطة وبالعالم الخارجي من حوله.

وحيث أن مصدر هذه الصياغة المختلفة لشخصية اللاعب الكفيف هي التنشئة الاجتماعية والممارسة الرياضية، والتي يكون لها أبلغ الأثر في نظرة اللاعب الكفيف إلى ذاته أو نفسه وإلى العالم من حوله، وكذلك مدى إدراكه لاتجاهات المحيطين نحوه، أو كيف يبدو في نظر الآخرين.

ويرى الباحثان أن اللاعب الكفيف مهما اختلفت درجة إصابته لو وضع في موضع تحمل المسؤولية واثبات الذات سيكون جدير بالثقة والتحدي وسيخرج أفضل ما عنده وهذا ما تؤكدته نتائج منتخب مصر في رفع الأثقال للمكفوفين في السنوات الخمس الأخيرة.

ويرى الباحثان أيضاً أن ممارسة رياضة رفع الأثقال للمكفوفين والاندماج في المنافسات الرياضية والسفر والتعامل مع الكثير من الفئات المختلفة في المجال الرياضي طور الكثير من السمات والمهارات النفسية لديه فهم يحاولون دائماً ان يظهروا افضل ما لديهم، حيث يتمتع هؤلاء اللاعبين بقدرات عقلية وذهنية على أعلى مستوى كما لديهم اتصال حسي أكثر من غيرهم من المعاقين.

ويطمح اللاعبون المكفوفين دائماً الى تحقيق أهداف ناجحة وملموسة من أجل حل بعض المشكلات التي يعاني منها الكفيف في المجتمع مثل التهميش وعدم تقدير مواهبهم في الاستيعاب وعدم الثقة الكاملة بأنهم يستطيعون فعل ما يفعله المبصرين.

#### الإستنتاجات :

- تم التوصل إلى البروفيل النفسى للاعبى المستويات العالية فى رياضة رفع الأثقال المكفوفين.
  - كما تم تحديد المستويات المعيارية لخصائص البروفيل النفسى للاعبى المستويات العالية فى رياضة رفع الأثقال المكفوفين.
  - تم تحديد نسبة امتلاك لاعبى رياضة رفع الأثقال المكفوفين (عينة البحث ) لخصائص البروفيل النفسى فى أبعاد مقياس المهارات النفسية للرياضيين حيث جاء فى الترتيب الاول محور الثقة بالنفس بنسبة امتلاك ٩٦,٥%، وجاء فى الترتيب الثانى محور القدرة على التصور بنسبة امتلاك ٩٢,٥%، بينما جاء فى الترتيب الثالث محور دافعية الانجاز بنسبة امتلاك ٨٧,٠% يليه فى الترتيب الرابع محور القدرة على الاسترخاء بنسبة امتلاك ٧٨,٥%، بينما جاء فى الترتيب السادس محور القدرة على تركيز الانتباه بنسبة امتلاك ٥٥,٥%.
  - كما تم تحديد نسبة امتلاك عينة البحث لخصائص البروفيل النفسى فى أبعاد قائمة فرايبورج للشخصية حيث جاء فى الترتيب الاول الاول الهدوء بنسبة امتلاك ٦٤,٠%، وجاء فى الترتيب الثانى محور الاجتماعية بنسبة امتلاك ٦١,٥%، بينما جاء فى الترتيب الثالث محور الاكتئابية بنسبة امتلاك ٥٧,٥% يليه فى الترتيب الرابع محور الضبط أو الكف بنسبة امتلاك ٥٥,٥%، بينما جاء فى الترتيب الثامن والأخير محور العصبية بنسبة امتلاك ٤٧,٠%.
  - أظهرت النتائج وجود فروق بين لاعبى رياضة رفع الأثقال المكفوفين الرجال والسيدات فى أبعاد المهارات النفسية حيث يتضح تفوق لاعبى الرجال على لاعبى السيدات فى أبعاد (الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة ) فى حين تفوق لاعبى السيدات على لاعبى الرجال فى أبعاد ( العصبية، العدوانية، الضبط أو الكف ).
  - وجود فروق بين لاعبى رياضة رفع الأثقال المكفوفين وفق درجات الإصابة فى أبعاد السمات الشخصية والمهارات النفسية حيث كانت الفروق معنوية بين درجات الإصابة
- الثلاث (B1 – B2 – B3)

**التوصيات :**

- اهتمام المدربين بتطبيق مقياس البروفيل النفسى على لاعبي رياضة رفع الأثقال المكفوفين للتعرف على الخصائص النفسية المميزة لهم فى ضوء المستويات المعيارية المحددة بما يمكن الاستفادة منه في وضع الخطط التدريبية وبرامج الإعداد النفسى.
- الاسترشاد بالبروفيل النفسى فى عملية الانتقاء للاعبى رياضة رفع الأثقال المكفوفين للممارسة الرياضية وقبل خوض المنافسات الرياضية.
- اهتمام المدربين بتوفير عدد من الساعات التدريبية للاعبى رياضة رفع الأثقال المكفوفين للإعداد النفسى ضمن برامج التدريب البدنى والمهارى الأخرى.
- قيام الباحثين باجراء المزيد من الدراسات والبحوث بهدف التعرف على الفروق بين السمات النفسية للاعبى رياضة رفع الأثقال المكفوفين ولاعبى الأنشطة الرياضية الأخرى ومدى تأثيرها على مستوى ادائهم البدنى والفنى فى المنافسات وتحقيقهم لمتطلبات اللعبة اثناء المنافسة.
- الاستعانة بنتائج البروفيل النفسى فى انتقاء لاعبي منتخب مصر لرفع الأثقال المكفوفين
- تعميم نتائج هذه الدراسة على مدربي الاندية للاستفادة منها فى عملية التدريب الرياضى تحقيقاً لأهداف التدريب وهى الوصول لأعلى المستويات الرياضية الممكنة فى النشاط الرياضى الممارس وتحقيق الفورمة المثالية.

**(( المراجع ))****أولاً : المراجع العربية :**

- ١- إبراهيم الشربيني: الشكل الجانبي النفسى لحكام كرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعه دمياط، ٢٠١٣.
- ٢- إيمان لطفى إبراهيم: ديناميات الشخصية لدى عينة من المكفوفين فى المرحلة الجامعية، دراسة كLINIKIYEH، مركز الارشاد النفسى، جامعة عين شمس، ٢٠١٠.
- ٣- أحمد إسماعيل عبد الله: شبكة الشكل الجانبي للسمات الدافعية لدى لاعبي بعض الألعاب الفرقية والفردية والقتالية، بحث منشور، مجلة الثقافة الرياضية، العدد الاول، المجلد الثالث، ٢٠١٢.
- ٤- أحمد إسماعيل عبد الله: شبكة الشكل الجانبي للسمات الدافعية لدى لاعبي بعض الألعاب الفرقية والفردية والقتالية، بحث منشور، مجلة الثقافة الرياضية، العدد الاول، المجلد الثالث، ٢٠١٢.

- ٥- أحمد أمين فوزي، بثينة محمد فاضل: سيكولوجية الشخصية الرياضية، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، ٢٠٠٥.
- ٦- أحمد أمين فوزي: القلق والعدوان في الرياضة، سلسلة الثقافة الرياضية، المكتبة المصرية للطباعة والنشر والتوزيع، الإسكندرية، ٢٠٠٤.
- ٧- أسامة راتب، ابراهيم خليفة، منى مختار: بناء مقياس البروفيل النفسي للناشئين الرياضي (دراسة عاملية)، مجلة بحوث التربية الشاملة، جامعة الزقازيق، ٢٠٠٢.
- ٨- أسامة كامل راتب: تدريب المهارات النفسية " تطبيقات في المجال الرياضي"، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠.
- ٩- خولة معتوق، الطاهر مجاهدي: التوافق النفسي وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى المكفوفين، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، مجلد ٦، ٢٠٢١.
- ١٠- رحيم حلو علي: بعض السمات النفسية وعلاقتها بدقة التصرف الحركي للاعبين المبارزة الناشئين بسلاح الشيش، بحث منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد ٤، المجلد الرابع، العراق، ٢٠١١.
- ١١- رضا سيد أحمد: البروفيل النفسي الانفعالي وعلاقته بمراكز التحكم للاعبين كرة الماء، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية تربية رياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٠.
- ١٢- رضا سيد أحمد: البروفيل النفسي الانفعالي وعلاقته بمراكز التحكم للاعبين كرة الماء، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية تربية رياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٠.
- ١٣- سبأ ناصر على الكميم: دراسة لبعض سمات الشخصية لدى الكفيف، رسالة دكتوراه غير منشورة، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة، ٢٠٠٦.
- ١٤- صفاء مصطفى درويش: البروفيل النفسي للاعبين كرة السلة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق، ١٩٩٤.
- ١٥- صفوت أبو العينين أحمد شلبي: تأثير برنامج تدريبي باستخدام الوسط المائي على بعض القدرات البدنية الخاصة والمستوى الرقمي لمتسابقين الرمح المعاقين حركيا رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية جامعته طنطا، ٢٠٠٩.

- ١٦- طارق محمد بدر الدين: الرعاية النفسية للناشئ الرياضي، سلسلة الثقافة الرياضية، العدد (٢٢)، المكتبة المصرية، ٢٠٠٥.
- ١٧- عماد سمير عباس: البروفيل النفسي للاعب المصارعة، مجلة علوم وفنون التربية الرياضية، العدد (١٤) كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، ٢٠٠٢
- ١٨- عويس علي الجبالي: التدريب الرياضي، النظرية والتطبيق، ط٤، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٣.
- ١٩- مجدي حسن يوسف، وائل السيد قنديل: شبكة الشكل الجانبي لبعض السمات لدى لاعبي الإسكواش، مجلة التربية البدنية والرياضية، العدد ٣، جامعة المنوفية، ٢٠٠٣.
- ٢٠- محمد أحمد حجر: السمات الدافعية والمهارات النفسية المميزة لمبارزي ومبارزات الأسلحة المختلفة برياضة المبارزة، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، العدد (٤٧)، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة الاسكندرية، ٢٠١٣.
- ٢١- محمد أحمد عبد اللطيف: البروفيل النفسي وعلاقته بدوافع اشتراك النشء في كرة اليد، رسالة ماجستير، كلية تربية رياضية للبنين، جامعة حلوان، ٢٠٠٤.
- ٢٢- محمد أحمد عبد الله: البروفيل النفسي للاعب الهوكي ابطال الأندية الأفريقية، مجلة بحوث ومؤتمرات، مجلد ٢، كلية تربية رياضية، جامعة حلوان، ٢٠٠٢
- ٢٣- محمد أحمد عبد الله: البروفيل النفسي للاعب الهوكي ابطال الأندية الأفريقية، مجلة بحوث ومؤتمرات، مجلد ٢، كلية تربية رياضية، جامعة حلوان، ٢٠٠٢.
- ٢٤- محمد حسن علاوي: المحددات النفس حركية للانتقاء في ضوء التطور التكنولوجي والثورة المعلوماتية، المؤتمر العلمي الدولي " إستراتيجيات إنتقاء وإعداد المواهب الرياضية في ضوء التطور التكنولوجي والثورة المعلوماتية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الاسكندرية، ٢٠٠٢.
- ٢٥- محمد عبد العزيز خزعل: البروفيل النفسي لناشئ سباحة المنافسات لمحافظة الإسكندرية، بحث منشور، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة اسكندرية، ٢٠٠٩.



- ٢٦- محمود عبد الفتاح عنان: سيكولوجية التربية البدنية والرياضة " النظرية - التطبيق - التجريب"، دار الفكر العربي، القاهرة، ١٩٩٥
- ٢٧- نهى عبد الجليل: دافعية الإنجاز وعلاقتها بمستوى الطموح لدى المعاقين بصريا بمعهد النور لتعليم المكفوفين بالخرطوم، رسالة ماجستير جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، ٢٠١٤
- ٢٨- هادية موسى عبد الجبار: دافعية الإنجاز لدى المعاقين بصريا بولاية الخرطوم، مجلة الدراسات العليا، جامعة النيلين، ٢٠١٨
- ٢٩- هانى محمود أبو بكر: بروفييل نفسى لانتقاء لاعبي المستويات العالية في رياضة الرجبي، بحث منشور، مجلة تطبيقات علوم الرياضة، العدد ٩٥، كلية التربية الرياضية للبنين جامعة الإسكندرية، ٢٠١٨
- ٣٠- ياسر عبد المنعم الجندي : البروفيل النفسي المميز لناشئي بعض الأنشطة الرياضية بمحافظة البحيرة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية بنات، جامعة الإسكندرية، ٢٠٠٩.

### ثانياً: المراجع باللغة الانجليزية

- 31- Abdulkerim Ç, Hasan E, Hikmet T, Osman K, Ömür F, Examination on personality typs of visualy impaired elite athlets, Research in Pedagogy, Vol.10, No.1, Year 2020, pp. 66-75.
- 32- Bono, J. E., & Judge, T. A. Personality and Transformational Leadership: A Metaanalysis, Journal of Applied Psychology, 89(5), 901-910. (2004)
- 33- Brouwer, J. & Ludeke W. Felsefi Acidan Engellilerde Spor. Antalya Uluslararası Engellilerde Spor Sempozyumu Bildiri Kitabı. T.C. Basbakanlık GSGM Spor Egitim Dairesi Başkanlığı. Yayın No:1. 11-17. Ankara.
- 34- Clarke, K. S. Perspectives For The Future Of The Disabled In Sport, Adapted Physical Activity Quarterly, 3(2), 152-155.. (1986).

- 35- Dennis M.O'SullivanMarvin.Zuckerman MichaelKraft.** Personality characteristics of male and female participants in team sports. Volume 25, Issue 1, July 1998, Pages 119-128.
- 36- Ebada, K. & Eissa, M.** Investigation of the effect of the 5-month special multi-component training program on the performances of a blind powerlifter. Spor Bilimleri Arařtırmaları Dergisi, 2020.5(1), 55-61.
- 37- Elferink Gemser,** Psychological characteristics of talented youth Athletes in field hockey, Basketball, Volleball, speed kating and swimming, 2005.
- 38- Garaigordobil, Maite; Bernaras, Elena :**Self- concept, self-esteem, personality trait and psychopathological symptoms in adolescent with and without visual impairment. The Spanish Journal of Psychology, v 12, n 1, pp 149-160.(2009).
- 39- Johnson, J. W. (Ed.).** The book of American Negro poetry (Vol. 43). Houghton Mifflin Harcourt.1983.
- 40- Johnson, Michael A.; Keating, David** Assistive Technology for the Vision-Impaired and Blind. Springer. p. 689. ISBN 978-1-84628-867-8. Retrieved 14 April 2013.
- 41- Ljubica Bacanac:** the Psychological Profile of Yugoslav Boxers journal of physical education and sport, 1 (8), 13-24-2001
- 42- Mahdi Mollazadeha, Hassan Zandib, Mohammad javad Rostamizadehc, Meysam Katebd.** Comparison of Personality Characteristics of Athletes in Team and Individual Sport. IJMCL 2019; 2(1) 2-8.
- 43- Martin, J. J., Adams-Mushett, C. & Smith, K.L.** Athletic Identity And Sport Orientation Of Adolescent Swimmers With

- Disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 12(2113)-123.
- 44- **Mumcu, H. E. & Alay Ozgul, S.** Outdoor and indoor sports that require skill executive branches of the personality types of athletes. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 19-29. (2018).
- 45- **Richter, K. J.** Myths Of Disabled Sports Medicine. *Journal of Osteopathic Sports Medicine*, 3, 24.
- 46- **Salmela, J. H., Monfared, S. S., Mosayebi, F., & Durand-Bush, N.:** Mental skill profiles and expertise levels of elite Iranian athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 40(3), 361-373.2009.
- 47- **Smith, B.** Sporting spinal cord injuries, social relations, and rehabilitation narratives: An ethnographic creative non-fiction of becoming disabled through sport. *Sociology of sport journal*, 30(2), 132-152. (1997).
- 48- **Smith, M. A. & Canger, J. M.** Effects of supervisor “big five” personality on subordinate attitudes, *Journal of Business and Psychology*, 18(4), 465-481. (2004).
- 49- **Stephanie J. Hanrahan, J. Robert Grove and Richard J.** Psychological Skills Training for the Blind Athlete: A Pilot Program, *adapted physical activity quarterly*, 1990, 7, 143-15.
- 50- **Walden, K. M.** Stress relief through leisure and complementary and alternative medicine, *Illuminare*, 8(1), 1-16. (2007).
- 51- **Walden, K. M.** Stress relief through leisure and complementary and alternative medicine, *Illuminare*, 8(1), 1-16.. (2007).

#### رابعاً : مراجع شبكة المعلومات الدولية

- 52-<https://ibsasport.org/sports/powerlifting/overview/>
- 53- <https://ibsasport.org/sports/powerlifting/classification/>