

بناء اختبار للتفكير اللاعقلاني لدى الرياضيين والمدربين

^١ أ.د. منى مختار المرسي*

^٢ أ.م.د. زهراء عبد المنعم الشرقاوي**

المقدمة ومشكلة البحث ؛

يعتبر الإتجاه المعرفى فى تفسير السلوك من أكثر الأساليب ملائمة لفهم كثير من أساليب النشاط العقلى التى يمارسها الفرد فى معظم مواقف الحياة بصفة عامة ، وفى المجال الرياضى بصفة خاصة ، ولقد أدى النمو المتزايد فى البحوث التى أجريت فى مجالات علم النفس عامة ومجال التمايز النفسى خاصة خلال العقدين الآخرين إلى ظهور عدة مفاهيم معرفية تتناول إنفعالات الفرد .

والتفكير من العمليات العقلية التي يتم خلالها إدراك العلاقات بين عناصر الموقف ، وهذا المستوى من النشاط العقلى هو أصعب الأنشطة العقلية وأكثرها تعقيداً، حيث يلعب السلوك الخطي دوراً هاماً فى تحليل المواقف والاستجابات الخطية أثناء الأداء الحركى ، وذلك لارتباطه بإدراك المواقف المختلفة والمتغيرة أثناء النشاط الرياضى.

يمكن التمييز بين مستويين من التفكير الإنسانى ، يتمثل المستوى الأول فى اعتبار التفكير عملية معرفية ضمنية أو صريحة أو تصور عقلى داخلى للأحداث والأشياء أو وسيلة عقلية يتعامل بها الفرد مع الواقع من خلال العمليات المعرفية التى تتمثل فى استخدام المفاهيم والرموز والكلمات ويتسم التفكير من هذا المنظور بالذاتية والعمليات التصويرية والعقلانية ، أما المستوى الثانى فيتمثل التفكير فى عمليات حل المشكلات الصعبة التى تواجه الفرد ويتم ذلك وفق إجراءات مترابطة يمكن التعبير عنها فى وقتها ، ولها عدة أبعاد منها التفكير العقلانى فى مقابل التفكير اللاعقلانى ، الإستدلالي فى مقابل الحدسى ، الواقعى فى مقابل الخيالى ، التقريرى فى مقابل الإبداعى (٢٤ : ٧) .

ركزت نظرية " ألبرت إليس A.ELLIS " على التفكير اللاعقلانى الإنفعالى الذى يعتمد على نظام معتقدات الفرد وتفسيره للمواقف فى ضوء هذه المعتقدات واتجاهاته النفسية نحو هذه المواقف (٢ : ٨١) ، وقد أشار كل من " هوبر و لاين Layne & Hooper ١٩٨٣م " أن نظرية " إليس " هدفها تحديد الفلسفة اللاعقلانية للفرد الصريحة أو الضمنية ومحاولة تعديلها (٣٥ : ٨٥) ، وقد أشار كل من " محمد الطيب ومحمد الشيخ ١٩٩٠ " إلى أن تفسير الفرد للأحداث التى يمر بها واعتقاده بأنها مخيفة أو محزنة أو مؤلمة يعد مسؤولاً عما يمكن أن يعانیه من اضطرابات نفسية وعقلية (٢٢ : ٢٤٩) .

^١ *أستاذ علم النفس الرياضى بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية الرياضية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة حلوان

^٢ **أستاذ مساعد بقسم علم النفس والاجتماع والتقويم الرياضى بكلية التربية الرياضية للبنين - جامعه حلوان

وأشار " إليس ELLIS ١٩٩٥" إلى أن سلوك الفرد ومشاعره هو نتاج حالة مركبة من الإدراك والتفكير والعمليات الحسية الحركية داخل المنظومة المعرفية للفرد ، كما أشار إلى أن التفكير والانفعال وجهان لعملة واحدة ، ويعملان في علاقة السبب والنتيجة في تفسير السلوك (٣٣ : ١٠٦). ركز " بيك Beck ٢٠٠٧" في نظريته المعرفية على الأفكار التلقائية وهي تيار من التفكير يوجد مع تيار أكثر ظهوراً من الأفكار اللاعقلانية وهي شائعة بين عامة الناس ، وعدّل " بيك " من صياغة مفهومه للمخطط المعرفي واقترح أن الفرد لديه مخططات دافعية ووجدانية ومزاجية تعمل معاً عندما يواجه الفرد موقف ما ، واقترح أن هذه التشويشات المعرفية تمثل الميل للابتعاد عن التفكير المنطقي والواقعي وتترك الأفراد مستهدفين لخبرة الكرب الانفعالي (٣ : ١٢٧).

فالتفكير اللاعقلاني هو تلك المعتقدات والمعارف والفلسفات التي تصد وتمنع الأفراد عن أداء مهامه الأساسية وتحقيق أهم أهدافه ، وتستخدم المعتقدات اللاعقلانية مصطلحات " الوجوبيات ، والمتطلبات ، والأوامر ، والتوقعات ، وهي معتقدات أو معارف معوقة ، كما أنها غير حقيقية ، تؤدي إلى اضطراب المشاعر ، ولا تساعد الأفراد في الحفاظ على أهدافهم فهي غير منطقية ، وغير دافعة ، وغالباً ما تكون قائمة على استنتاج واستدلال غير صحيح (٦ : ١٥ - ١٧). كما أن التفكير اللاعقلاني هو النظر إلى الظواهر المختلفة بأسلوب غير منطقي في تسلسلها وفي علاقاتها وتفاعلاتها المتبادلة وفي علتها وأسبابها وهذا يشوه الظواهر ويجعل من الصعب فهمها والسيطرة عليها وضبطها وتوجيهها لصالح الفرد (٧ : ٩) ، وترى " هورني Horney " أن المعتقدات اللاعقلانية تعد مغالاة للذات غير المدركة للفرد، وتتسم هذه المعتقدات بالانهزامية والسلبية والاتكالية والتهرب من المسؤولية والمثالية والأحكام المطلقة ، وتتضمن وجوب أن يكون الفرد متفوقاً على الدوام ويلوم نفسه والآخرين على الأخطاء والآثام (٢٩ : ١٩) .

ويعرف التفكير اللاعقلاني بأنه تفكير غير صحيح منطقياً وغير متناسق مع كل من الواقع وأهداف الفرد وهذه المعتقدات لا تخدم الفرد بل تعيق إدارة وظائفه (٢١ : ١٢٦) ، كما أنه عندما يتم تقبله وتعزيزه عن طريق التلطف الذاتي كأن يستمر الفرد في تكرارها لنفسه ، فيؤدي ذلك به إلى الاضطرابات الانفعالية بسبب عدم قدرته على تحقيق تلك الأفكار (٧ : ١١٥).

كما يعرفه " يسرى أبو العينين ٢٠٠٦" بأنه مجموعة معارف ومعتقدات غير موضوعية يتبناها الفرد في تفاعلاته الحياتية سواء مع ذاته أو مع الآخرين كما يتخذها كأسلوب حياة علماً بأنه لا يتناسب مع عقلية الفرد أو تفكيره وتؤدي به إلى سوء التكيف (٣٠ : ٦١٣) ، كما أن من خصائص الشخص اللاعقلاني في تفكيره تعوده على التفكير غير المرغوب فيه وعدم المسامحة وقابليته للتأثر بأفكار الآخرين كما يكون أكثر تأثراً بالضغوط العائلية والاجتماعية (٢٦ : ٢٥٥).

ويميز أصحاب علم النفس المعرفي بين نمطين من الأفكار : أفكار عقلانية وهي واقعية وإيجابية ويصاحبها مواقف وأنماط سلوكية ملائمة ومرغوبة تحقق للإنسان مزيداً من التوافق والصحة النفسية، وأفكار لاعقلانية وسلبية ويصاحبها عواقب انفعالية وأنماط سلوكية مضطربة غير مرغوبة تتمثل في الغضب، أن العديد من المشاعر والانفعالات والقلق والاكتئاب والعدوانية السالبة والمدمرة للذات والمحبطة والخاذلة ترتبط بفكرة أو أكثر من ثلاثة أفكار غير عقلانية حيث يتحتم عليّ دائماً أن أعمل بلطف وعدل تجاه نفسي وتجاه الآخرين وإلا سأكون حقيراً ، كما ينبغي عليّ تحسين جميع المهام التي أقوم بها ، ويتحتم عليّ أن أعيش حياة سعيدة وسهلة، وأن أمارس كل شيء، وإلا ستصبح حياتي صعبة وأعيش بلا قيمة ، فإن الإنسان هو كائن عقلائي وغير عقلائي في آن واحد ، وعندما يفكر على نحو عقلائي سيكون فعّالاً وسعيداً، بينما عندما يفكر على نحو غير عقلائي سيشعر بالقلق والاضطراب النفسي (١ : ٥٠).

والتفكير اللاعقلاني في المجال الرياضي هو مجموعة المعتقدات اللاعقلانية المرتبطة بالفرد ذاته ، أو مرتبطة بالآخرين، أو مرتبطة بالبيئة المحيطة بالفرد ، فالطريقة التي يدرك بها الفرد الرياضي الأحداث وليس الأحداث ذاتها هي التي تثير مخاوفه وتحدد سلوكه أي أن الأفكار والمعتقدات التي يكونها الفرد الرياضي عن المواقف الرياضية هي التي تثير الاضطرابات النفسية والقلق والتوتر لديه ، ومن هنا فإن الافكار اللاعقلاني التي يكونها الفرد الرياضي عن ذاته وعن الآخرين المحيطين به وعن البيئة التي يعيش فيها هي السبب الرئيسي في تشكيل أفكاره ومعتقداته ، كما أن تعديل الأفكار اللاعقلانية للفرد الرياضي تؤدي بطبيعة الحال إلى حدوث تغيير في انفعالاته وسلوكه وقد ظهرت عدة أساليب معرفية وانفعالية وسلوكية كاستراتيجية للإعداد النفسي يمكن من خلالها السيطرة والتحكم في التفكير اللاعقلاني للفرد الرياضي ، ومن ثم العمل على استبدالها بأفكار ومعتقدات أكثر منطقية وعقلانية تساعد على تنمية وتطوير مستوى الأداء الرياضي ، كما أن معظم المشكلات النفسية لا تنجم عن ضغوط خارجية، بل تأتي من وجود التفكير اللاعقلاني التي يعتنقها الفرد الرياضي نتيجة لنقص المعلومات والأفكار غير الصحيحة لديه، بمعنى أن السبب الحقيقي وراء الاضطرابات النفسية هو الفرد الرياضي ذاته وليس ما يتعرض له من خبرات فشل في حياته الرياضية . ويرتبط ذلك بالتفكير اللاعقلاني عندما يتعرض لأحد المواقف الحرجة المفاجئة أثناء المباراة نظراً لأنه دائماً ما يمر بعدة مراحل متغيرة طوال المنافسات ويضطر التعامل مع المواقف المختلفة ، فإذا لم يستطع مواجهتها أو تعديلها بطريقة عقلانية لصالحه كانت المباراة في غير صالحه لذلك نجد أن معالجة مثل هذه المواقف تحتاج إلى خبرة خاصة بكيفية تعديل هذه الأفكار والتغلب عليها أو على الأقل مواجهتها بفاعلية وعقلانية.

مشكلة البحث:

يُعتبر معظم المدربين والخبراء أن قدرة الفرد الرياضي في التغلب على مختلف المواقف التي تواجهه أثناء المباراة مهارة يجب أن يتحلى بها حتى تتاح له فرصة الفوز في المباريات والوصول إلى الأداء الامثل

،وهذا لا يأتي إلا بالتدريب حيث أن الفرد الرياضى يكتسب فن التنافس عن طريق أكبر عدد من التدريبات والمباريات التدريبية الفعلية ، وبعد أن يتم تعليمه تلك المواقف ويصل إلى مرحلة الإتقان والتثبيت يكون دور المدرب بعد ذلك هو التوجيه والإرشاد تاركاً له استخدام مهاراته حسبما يترأى له الموقف وهنا تتكون شخصيته. ويظهر التفكير اللاعقلانى فى المجال الرياضى بالمغالاة فى تقدير الفرد الرياضى للمواقف الغير مدركة ، و الاستجابة بما لا يتناسب ذلك مع المواقف الخطئية التى تتسم بالانهزامية والسلبية والاتكالية والتهرب من المسئولية والمثالية والأحكام المطلقة ، وتتضمن وجوب أن يكون اللاعب متفوقاً على الدوام ويلوم نفسه والآخرين على الأخطاء التى يرتكبها اثناء الأداء.

تتضح مشكلة التدريب في قلة الاهتمام بالتفكير وأن معظم المدربين في الأندية المختلفة على كافة المستويات لا يستخدمون في برامجهم التدريبية برامج للتدريب العقلى من قبل أخصائى نفسى رياضى على الرغم من أهمية هذه التدريبات في رفع مستوى الأداء البدني والمهارى والخططي ،ونتيجة لذلك يحدث تذبذب مستمر في مستوى الأداء أثناء المباريات الرسمية .ويلاحظ ذلك في المباريات الدولية ، فالجانب العقلي هو الفارق والمؤهل لوصول اللاعبين إلى المستويات العالية و خاصة ما يتعلق بالعمليات العقلية العليا حيث يمثل التفكير الركيزة الأساسية للنشاط العقلي الذي يقوم به اللاعب لحل المشكلات على أساس شمولي لمتغيرات الموقف الخططي ويرتبط هذا بقدرة اللاعب على اختيار الحل الصحيح من خلال الاستجابات الصحيحة والبديلة والمرتبة فى شكل متجانس طبقاً لأهميتها لحل الموقف التنافسى على أن يتم ذلك فى الزمن المثالى لحل الموقف ، كما يعتمد التفكير اللاعقلانى في قدرة اللاعب على المغالاة فى إدراك دقة المواقف التنافسية المختلفة المرتبطة بأساليب و وطبيعة النشاط وسرعة تقدير الموقف بشكل غير موضوعى واتخاذ القرارات غير المنطقية لهذه المواقف وتنفيذها في توقيتها غير المناسب.

وعلى ضوء ما سبق تتضح أهمية هذا البحث فى محاولة بناء أدواتى قياس اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين ، واختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين .

أهمية البحث والحاجة اليه:

1. أهمية الكشف عن التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين وللمدربين من خلال أدواتى قياس جديدة ويعد ذلك إضافة علمية جديدة للتراث السيكولوجى في مجال التفكير للرياضيين والمدربين .
2. التعرف على التفكير اللاعقلانى بين الرياضيين من الجنسين يساعد المدرب علي وضع برامج تدريب عقلى ضمن البرنامج التدريبى لمحاولة السيطرة والتحكم فى هذا النوع من التفكير اللاعقلانى الذى يمنع الرياضى من أداء مهامه بشكل جيد.
3. يمكن الاستفادة من اختبار التفكير اللاعقلانى في انتقاء اللاعبين من ذوى التفكير العقلانى .

٤. التعرف على التفكير اللاعقلانى للمدربين يسهم فى توجيه النظر لأهمية برامج الاعداد العقلى للمدربين لأنهم يوجهون تفكير الرياضى ويؤثرون عليهم ، بجانب الضغوط التى تقع على كاهل المدرب التى تسهم فى زيادة التفكير اللاعقلانى ، ووضع أهداف غير عقلانية يؤدى عدم تحقيقها إلى إحباط الرياضيين وتعرضهم لخبرات فشل تؤثر سلباً على أدائهم.

هدف البحث ؛

يهدف البحث إلى تحقيق الأهداف الفرعية التالية :
١. بناء اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين والمدربين .

فروض البحث ؛

١. العوامل الافتراضية التى يتشكل منها اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين متمثل فى (طلب الاستحسان الاجتماعى ، استهداف الكمال الشخصى ، اللوم القاسى للذات وللآخرين ، توقع الكوارث ، التهور الانفعالى ، القلق المعوق للأداء ، تجنب المشكلات ، الاعتماد على الآخرين) .
٢. المحاور الافتراضية التى يتشكل منها اختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين متمثل فى (طلب الاستحسان الاجتماعى ، استهداف الكمال الشخصى ، اللوم القاسى للذات وللآخرين ، توقع الكوارث ، التهور الانفعالى ، القلق المعوق للأداء ، تجنب المشكلات ، الاعتماد على الآخرين) .

التعريف ببعض المفاهيم المستخدمة فى البحث ؛

تقدم الباحثان تعريفاً إجرائياً لعدد من المفاهيم والمصطلحات تستخلصها من تحليلها لعدد من المراجع والبحوث .

التفكير اللاعقلانى

عرّفها " إليس ELLIS ١٩٩٥م " بأنها مجموعة من الأفكار الخاطئة وغير المنطقية التى تتميز بعدم موضوعيتها والمبنية على توقعات وتعميمات خاطئة ، وعلى مزيج من الظن والتنبؤ والمبالغة والتهويل بدرجة لا تتفق مع الإمكانيات الفعلية للفرد (٣٣ : ١٠٥) .

التفكير اللاعقلانى فى المجال الرياضى * ٣

الأفكار والمعتقدات والمعارف والفلسفات الخاطئة وغير الواقعية التى يتبناها الفرد الرياضى ويتبعها باستنتاج واستدلال غير صحيح والذى يجعل سلوكه يتسم بالاضطرابات الانفعالية التى تمنعه من إنجاز مهامه وأهدافه الأساسية فى المنافسة بطريقة سليمة ، وتجعله يتعامل مع المواقف الحرجة بطريقة غير منطقية متمثلة فى طلب الاستحسان الاجتماعى ، استهداف الكمال الشخصى ، اللوم القاسى لنفسه وللآخرين ، توقع الكوارث، التهور الانفعالى ، القلق الزائد المعوق للأداء ، تجنب المشاكل، والاعتماد على الآخرين .

^٣ تعريف اجرائى.....

طلب الاستحسان الاجتماعي*

إعتقاد الفرد الرياضى فى أحقية ووجوب التقدير والاهتمام من قبل المحيطين به من أشخاص مهمين بالنسبة له سواء من داخل المجال الرياضى أو خارجه.

استهداف الكمال الشخصى*

إعتقاد الفرد الرياضى بوجوب إمتلاكه كافة القدرات والإمكانيات اللازمة التى تمكنه من تحقيق كافة جميع المهام والواجبات التى يكلف بها بشكل كامل وإنجاز الأداء بطريقة مثالية ينشد بها الكمال حتى يستحق التقدير.

اللوم القاسى للذات وللآخرين*^٤

إعتقاد الفرد الرياضى بضرورة توقيع أشد العقوبة المادية والمعنوية لمن يخطئ ، وعقابه يكون من منطلق عدم التزامه بالميثاق الأخلاقى المرتبط بقواعد وقوانين اللعب والروح الرياضية واللعب النظيف والسلوك القويم.

توقع الكوارث*

اعتقاد الفرد الرياضى بأن حدوث أى مشكلة غير متوقعة أثناء التدريب او المنافسة تجعل الأمور تسير فى اتجاه لا يرضيه وهذا فى حد ذاته كارثة بكل المقاييس وتجعله يتوقع الفشل .

التهور الانفعالى*

اعتقاد الفرد الرياضى بأن عدم قدرته على التحكم فى انفعالاته يكون نتاج العوامل الأخرى الخارجة عن إرادته وتكون أساس شعوره بالاستسلام والانهازمية .

القلق المعوق للأداء*

اعتقاد الفرد الرياضى بوجود خطر قادم يودى لتكوين طاقة سلبية تؤثر على أفكاره ومستوى نتائجه وتحقيق أهدافه.

تجنب المشكلات*

اعتقاد الفرد الرياضى عندما تعترضه مشكلة ما فى التدريب أو المنافسة عليه تجنبها خيراً له من مواجهتها.

الاعتماد على الآخرين*

اعتقاد الفرد الرياضى بأنه فى حاجة دائمة للآخرين والاعتماد عليهم ليساعده فى تحقيق أهدافه وطموحاته لكى يشعر بالأمن والثقة .

^٤ *تعريف إجرائى

الدراسات المرجعية ؛

١. دراسة "هيلينا مروشكوزكا HELENA M., ٢٠١٢م" تهدف للتعرف على أسلوب التفكير اللاعقلاني عن المنشطات لدى الأشخاص الرياضيين- المقارنة بين اتجاهات مخاطر التعاطي ومخاطر التجنب ، على عينة من لاعبي الخماسي الحديث قوامها ٢٤ لاعب ، تم تطبيق استبيان " مستوى قبول استخدام المنشطات" ، وقد أظهرت أهم النتائج أن أسلوب التفكير الذي يتميز به المجموعة ذات اتجاه مخاطر تجنب التعاطي يحدث ترجمة منطقية بين قيمهم والموافقة الداخلية لفقدانها ، بينما يكون أسلوب التفكير الذي يتميز به المجموعة ذات اتجاه مخاطر التعاطي لامنطقي ولاعقلاني نتيجة تقديرهم الزائد للماديات، كما أظهرت تميز المجموعة المتجنبة للتعاطي بدرجة مرتفعة من الاتزان العقلي بينما تميزت المجموعة المتعاطية للمنشطات تميزت بدرجة عالية في إنجاز الميداليات، كما تميزت المجموعة المتجنبة للتعاطي بدافعية داخلية مقارنة بالمجموعة التي تعاطي المنشطات حيث يكون لديهم اتجاه قوى لحماية الشخصية أكثر من الماديات وبيرون المجال الرياضي من منظور أوسع نطاقاً مقارنة بالمجموعة المتعاطية (٣٤) .
٢. دراسة "شايح عبد الله مجلى ٢٠١١م" تهدف إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية صعده-جامعة عمران، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد استخدم مقياس الأفكار اللاعقلانية ومقياس الضغوط النفسية من تصميمه على عينة قوامها ٣٠٠ طالب وطالبة ، بواقع ٢٢٠ طالب، ٨٠ طالبة، وكان من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وبين الضغوط النفسية (٩) .
٣. دراسة " علاء عبد الرحمن محمد الوتد ٢٠١١م " تهدف إلى التعرف على مستوى التفكير التكتيكي (الخططي) لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم بالصفة الغربية، والتعرف إلى مستوى اختلاف التفكير التكتيكي لدى اللاعبين بين المواقف الهجومية والدفاعية، وإلى مستوى اختلاف التفكير التكتيكي تبعاً لمتغيرات الدراسة (مراكز اللعب المختلفة و سنوات الخبرة) ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي من خلال تطبيق أداة لقياس مستوى التفكير التكتيكي (الخططي) وقد طبقت على عينة قوامها ٤٨ لاعباً تم اختيارهم من أربع أندية في دوري المحترفين لكرة القدم بالصفة الغربية وقد أظهرت أهم النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى التفكير التكتيكي (الخططي) لدى لاعبي أندية المحترفين بالصفة الغربية لكرة القدم بين المواقف الهجومية والدفاعية ، وعدم وجود فروق في مستوى التفكير التكتيكي تعزى لمتغيرات البحث سنوات الخبرة ومراكز اللعب المختلف (١٣) .
٤. دراسة "كريستوفر، جراس، ريان، ريموند Christopher, Grace, Ryan & Raymond ٢٠١١م " تهدف إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين العدوان والغضب والأفكار اللاعقلانية لدى المراهقين ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقام بتطبيق الاختبارات على عينة قوامها ١٣٥ طالب

من طلاب الثانوية ، وقد أظهرت أهم النتائج ان الأفكار اللاعقلانية الخاصة بعدم القدرة على تحمل الاحباط تنتبأ بالغضب والعدوان (٣١).

٥. دراسة " نشوة عبد التواب حسين ٢٠١١م " تهدف إلى التعرف على الفروق بين الطلاب والطالبات فى كل من الأفكار اللاعقلانية وانفعال الغضب ، استخدمت الباحثة المنهج الوصفى ، وقامت بتطبيق اختبارات الخبرات الشخصية المرتبطة بانفعال الغضب لـ جيمس إفريل ، والأفكار اللاعقلانية لـ هوبر ولاين Hooper & Layen ، على عينة قوامها ٢١٩ طالب و ١١٠ طالبة من كلية التمريض بينى سويف ، وقد أظهرت أهم النتائج وجود فروق فى بعض الأفكار اللاعقلانية وبعدين فقط للغضب ، كما أوضحت أنه يمكن للأفكار اللاعقلانية أن تكون مُنبئة بانفعال الغضب (٢٨).

٦. دراسة " منال عبد النعيم ، آمال مصطفى الصايغ ٢٠١٠م " تهدف إلى التعرف على أثر المعلومات تحت العتبة الإدراكية البصرية فى تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات الجامعة ، استخدمت الباحثتان المنهج التجريبي ، وقام بتطبيق البرنامج على عينة قوامها ٤٠ طالبة ، وقد أظهرت أهم النتائج فعالية الأسلوب المستخدم فى تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى الطالبات ، كما أظهرت وجود فروق دالة بين طالبات الأقسام العلمية والأقسام الأدبية فى استجاباتهم للمعلومات المدخلة تحت العتبة الإدراكية لصالح طالبات الأقسام العلمية (٢٥).

٧. دراسة " بيرسامبير Persampiere ٢٠٠٩م " تهدف إلى التعرف على " استثارة الغضب وعلاقتها بالأفكار اللاعقلانية ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وقام بتطبيق الاختبارات على عينة من الذكور العنيفين ممن لهم قضايا عنف من وقد أظهرت أهم النتائج وجود ارتباط بين الأفكار اللاعقلانية بشكل دال بالاساءة البدنية والنفسية قبل البرنامج (٣٨).

٨. دراسة "سلطان بن موسى العويضة ٢٠٠٩م" تهدف إلى التعرف على كل من نسبة انتشار الأفكار العقلانية - اللاعقلانية ، ومستويات الصحة النفسية ، وإيجاد العلاقة بينهما على عينة قوامها ١٨١ طالباً وطالبةً من طلبة جامعة عمان الأهلية للعام الجامعى ٢٠٠٧/٢٠٠٨م، استخدم الباحث المنهج الوصفى ، وقد استخدم مقياس الأفكار العقلانية - اللاعقلانية " لسليمان الريحانى " ١٩٨٥م، ومقياس الصحة النفسية "غولدبيرغ وويليام Goldberg & William ١٩٩٠م" ، وقد أظهرت أهم النتائج وجود ارتفاع فى مستوى انتشار الأفكار اللاعقلانية و سيادة المستوى المتوسط من الصحة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الأفكار اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية (٥) .

٩. دراسة "غرم الله عبد الرازق صالح ٢٠٠٩م" تهدف الى معرفة العلاقة بين التفكير العقلانى واللاعقلانى ومفهوم الذات ودافعية الانجاز لدى كل من المتفوقين والعاديين والعينة الكلية، تم استخدام

المنهج الوصفي ، استخدم الباحث مقياس الأفكار العقلانية وغير العقلانية اعداد "الريحاني ١٩٨٥م" ، ومقياس مفهوم الذات لدى المراهقين، ومقياس دافعية الانجاز لدى المراهقين من اعداد الباحث ، وذلك على عينة قوامها ٤٠٠ طالب من طلاب المرحلة الثانوية بمدينة مكة المكرمة وجدة، وكانت من أهم النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية فى مقياس مفهوم الذات ومقياس دافعية الإنجاز وجميع أبعادها بين العقلانيين وغير العقلانيين لصالح العقلانيين (١٤) .

١٠. دراسة " محمد أحمد شاهين، محمد نزيه حمدي ٢٠٠٨م" تهدف الى معرفة العلاقة بين التفكير اللاعقلاني وضغوط مابعد الصدمة على عينة قوامها ٢٤٩ طالباً وطالبة منهم ١١٩ طالب ، و ١٣٠ طالبة، و استقصاء فاعلية برنامج ارشادى عقلانى انفعالى فى خفض مستوى ضغوط مابعد الصدمة على عينة قوامها ٦٠ طالب وطالبة ممن كانت درجاتهم من بين أعلى الدرجات فوق درجة القطع على اختبار الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومقياس ضغوط مابعد الصدمة من بين عينة الدراسة الوصفية، وكانت من أهم النتائج وجود ارتباط موجب بين درجة التفكير اللاعقلاني وضغوط مابعد الصدمة لدى العينة، كما وجدت فروق لصالح القياس البعدى على مقياس ضغوط مابعد الصدمة مما يشير الى فاعلية البرنامج الإرشادى (١٩) .

١١. دراسة " فطوم محمد السيف ٢٠٠٨م" تهدف الى التعرف على طبيعة العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وكل من تقدير الذات ومركز التحكم لدى طلاب الجامعتين بالمدينة المنورة ، وتم استخدام المنهج الوصفي ، وتكونت العينة من ٣٠٥ طالب، وتم تطبيق ثلاث أدوات هى مقياس الأفكار العقلانية واللاعقلانية ومقياس تقدير الذات ومقياس مركز التحكم ، وكانت أهم النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار اللاعقلانية وكل من تقدير الذات ومركز التحكم، وقد أوصت بغرس مهارات التفكير العلمى والأفكار العقلانية للطلاب من خلال تطوير البرامج الدراسية الحالية (١٥) .

١٢. دراسة " مودى ، ثينجوجام Modi & Thingujam ٢٠٠٧ م " تهدف إلى التعرف على علاقة الغضب بالأفكار اللاعقلانية ومشكلات الصحة البدنية لدى المتزوجين فى الهند ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقام بتطبيق الاختبارات على عينة قوامها ١٥٢ متزوج من أنحاء مختلفة من الهند وقد أظهرت أهم النتائج ارتباط دال بين الغضب والأفكار اللاعقلانية والصحة البدنية (٣٧) .

١٣. دراسة قام بها كل من " معتر سيد عبد الله و محمد السيد عبد الرحمن ٢٠٠٢ م " تهدف إلى تقنين مقياس الأفكار اللاعقلانية لكل من هوپر Hooper و لاین Layne ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وقاما بتطبيق الاختبار على عينة عشوائية قوامها ٤٢٨ تلميذ وتلميذة من بعض المدارس الحكومية بمحافظة الجيزة وممن يتراوح أعمارهم ما بين ١٢-١٤ سنة و من ١٥-١٦ سنة ، وقد أظهرت أهم النتائج صلاحية الاختبار للاستخدام وفق العينة قيد البحث (٢٤) .

خطة وإجراءات البحث ؛

١. المنهج المستخدم

إتبع الباحثان المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته لتحقيق هدف البحث .

٢. مجتمع وعينة البحث

ينقسم مجتمع البحث إلى قسمان ،

(أ) **القسم الأول** : يمثل مجتمع هذا البحث لاعبي أندية الدرجة الأولى من الناشئين والمستويات الرياضية العالية لبعض الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية ، فقد تم إختيار العينة بالطريقة العشوائية وقوامها ٢٣٦ رياضي من الجنسين والذين يتراوح أعمارهم ما بين ١٨ - ٢٢ سنة من اندية النادي (الاهلي، الزمالك، الزهور، المقاولون، اتحاد الشرطة، طلائع الجيش، الداخلية، مصر المقاصة، النصر، الترسانة، اسكو، السكة الحديد، الألومنيوم، المعادي، الجزيرة، الجيش، ٦ أكتوبر، الشمس، الصيد) بغرض التحليل العاملي ، وتحديد عينة الثبات لتطبيق المقياس وذلك على عينة قوامها ٤٨ رياضي .

(ب) **القسم الثاني**: يمثل مجتمع هذا البحث مدربي أندية الدرجة الأولى للناشئين والمستويات الرياضية العالية لبعض الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية، وقد تم إختيار العينة بالطريقة العشوائية وقوامها ٤٥ مدرب رياضي والذين يتراوح أعمارهم ما بين ٢٣ - ٥٤ سنة ، بغرض ايجاد المعاملات العلمية ، جدول (١).

جدول (١)

توصيف وتوزيع عينة البحث للرياضيين والمدربين

الأنشطة الرياضية	عينة التحليل العاملي		عينة الثبات من الجنسين	المدربين	الأنشطة الرياضية	عينة التحليل العاملي		عينة الثبات من الجنسين	المدربين
	اللاعبين	اللاعبات				اللاعبين	اللاعبات		
كرة قدم	٣٩	-	٥	٣	كاراتيه	١٧	١٤	٥	٥
كرة يد	٧	٩	٣	١	الرمائية	-	٢٠	٤	٧
كرة سلة	٣	١٠	٤	١	كونغ فو	٣	-	١	١
كرة طائرة	٣	١٠	٥	٢	مصارعة	٤	-	١	١
هوكي	٢	-	١	-	ملاكمة	٦	-	١	-
العاب قوى	١٠	١٠	٤	٢	كمال أجسام	٤	-	٢	٣
اسكواش	٣	-	١	-	تايكوندو	٧	-	-	-
سباحة	١٦	١٥	٤	١٢	تجديف	٢	٥	٢	-
تنس	٧	٥	٣	٢	سلاح	-	-	-	١
جودو	٤	١	٢	٢	جيمباز	-	-	-	٢
الإجمالي						١٣٧	٩٩	٤٨	٤٥

٣. أدوات جمع البيانات

إستندت الباحثان في جمع بيانات هذا البحث على الوسائل التالية ؛

- تحليل الوثائق التي تمثلت في المراجع العلمية والبحوث .
- المقابلات الشخصية مع بعض الرياضيين والمدربين .
- إستطلاع رأي الخبراء من اساتذة علم النفس الرياضي، وبعض مدربي المنتخبات القومية ملحق (أ) .

اولاً : خطوات بناء اختبار التفكير اللاعقلاني

- الصورة المبدئية للاختبار

- تحديد محاور الاختبار، توصلت الباحثان من خلال دراسة وتحليل المراجع والدراسات والبحوث وعدد من المقابلات الشخصية لعدد من الأساتذة المتخصصين إلى تحديد ٨ محاور هي :

- ١- طلب الاستحسان الاجتماعي ٢- استهداف الكمال الشخصي ٣- اللوم القاسي للذات وللآخرين
٤- توقع الكوارث ٥- التهور الانفعالي ٦- القلق المعوق للأداء
٧- تجنب المشكلات ٨- الاعتماد على الآخرين .

ب- تحديد عبارات كل محور، توصلت الباحثان لعدد من العبارات تحت كل محور تتناسب مع مفهومه عددها ٨٠ عبارة موزعة على ٨ محاور، وقد قامت بعرض الاختبار على ٧ خبراء ملحق (ب) ، جدول (٢).

جدول (٢)

أرقام العبارات المستبعدة والمضافة بعد العرض على الخبراء

في اختبار التفكير اللاعقلاني للرياضيين

ن = ٧

م	محاور الاختبار	عدد العبارات قبل العرض	عدد العبارات بعد العرض	أرقام العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المضافة
١	طلب الاستحسان الاجتماعي	١٠	٩	١٠	-
٢	استهداف الكمال الشخصي	١٠	٩	٧	-
٣	اللوم القاسي للذات وللآخرين	١٠	١٠	-	-
٤	توقع الكوارث	١٠	١٠	-	-
٥	التهور الانفعالي	٩	١٠	-	٤
٦	القلق المعوق للأداء	١٠	١٠	-	-
٧	تجنب المشكلات	١٠	١٠	-	-
٨	الاعتماد على الآخرين	١١	١٠	١١	-
	عدد عبارات المقياس	٨٠	٧٨		

يتضح من الجدول السابق (٢) ، أن عدد عبارات اختبار التفكير اللاعقلاني للرياضيين ٨٠ عبارة قبل العرض على الخبراء، ووفقاً لآراء الخبراء المتخصصين تم،

- الموافقة على المحاور المقترحة وكفائيتها .
- حذف عدد ٣ عبارات بواقع عبارة واحدة في كل من المحور الأول والثاني والثامن ، وإضافة عبارة واحدة بالمحور الخامس لذا أصبح عدد عبارات الإختبار بعد العرض على الخبراء ٧٨ عبارة.
- تعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لآرائهم .

ج - الدراسة الإستطلاعية ، قامت الباحثان بوضع عبارات الإختبار المكون من ٨ محاور ، ٧٨ عبارة ملحق (ج) وميزان تقدير ثلاثي إستجاباتة هي تنطبق العبارة بدرجة (مرتفع، متوسط ، منخفض) ودرجتها على التوالي (٣ ، ٢ ، ١) ، وأعدت صفحة التعليمات وتم تطبيق الإختبار على ٢٣٦ رياضي من الجنسين بغرض التحليل العاملي وذلك بتاريخ ٢٠١٣/١٠/١ م وحتى ٢٠١٣/١٠/٢٠ م.

حساب المعاملات العلمية لإختبار التفكير اللاعقلاني :

أولاً : حساب معاملات الصدق

إستعانت الباحثان بعدة طرق لحساب الصدق هي :

١- صدق المحتوى ، حيث قامت الباحثتان بتحليل الدراسات والمراجع العلمية لتحديد المحاور وإقتراح عبارات تحت كل محور .

٢- صدق المحكمين ، قامت الباحثتان بعرض الاختبار على ٧ خبراء من الأساتذة المتخصصين ، وبعض المدربين فى بعض المنتخبات القومية ، جدول (٢) .

٣- صدق التحليل العاملى، تم تطبيق الاختبار فى صورته الثانية ملحق (ج) على عينة عشوائية وقوامها ٢٣٦ رياضى من الجنسين، ويضم الاختبار ٨ محاور، ٧٨ عبارة، وذلك بتاريخ ٢٠١٣/١١/٥ وحتى ٢٠١٣/١٢/٧.

وتحقيقاً لأهداف البحث تستعرض الباحثتان نتائج التحليل العاملى :

١- تم حساب المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء للصورة الثالثة للمقياس جدول (٣).

جدول (٣)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لاستجابات

ن = ٢٣٦

عينة البحث لعبارات الإختبار

م	س	ع±	الالتواء	م	س	ع±	الالتواء	م	س	ع±	الالتواء
١	٢.٨٢	٠.٤٢	٢.٢٢-	٢٧	٢.٣٩	٠.٧٤	٠.٧٨-	٥٣	٢.٣٠	٠.٧١	٠.٥٣-
٢	٢.٠٧	٠.٨١	٠.١٣-	٢٨	٢.٦٧	٠.٦٧	١.٧٨-	٥٤	١.٩٠	٠.٧٦	٠.١٦
٣	١.٨٨	٠.٦٨	٠.١٦	٢٩	٢.٤٥	٠.٧١	٠.٨٩-	٥٥	١.٥٩	٠.٧٩	٠.٨٩
٤	٢.٠١	٠.٨٢	٠.٠٢-	٣٠	٢.٤٠	٠.٧٩	٠.٨٤-	٥٦	١.٥٣	٠.٧٢	١
٥	٢.٣٨	٠.٧٣	٠.٧٣-	٣١	٢.٢٧	٠.٧٣	٠.٤٧-	٥٧	٢.١١	٠.٧٩	٠.١٩-
٦	٢.٥٣	٠.٧٢	١.١٩-	٣٢	١.٩٧	٠.٧٢	٠.٠٤	٥٨	١.٧٢	٠.٧٨	٠.٥٤
٧	١.٦٤	٠.٧٩	٠.٧٢	٣٣	٢.٤٥	٠.٧٩	٠.٩٧-	٥٩	١.٦١	٠.٧٥	٠.٧٩
٨	٢.٠٧	٠.٨٣	٠.١٣-	٣٤	٢.٢٥	٠.٧٨	٠.٤٨-	٦٠	٢.٤٤	٠.٧٤	٠.٩٠-

٩	٢.٧٠	٠.٥٧	١.٧٧-	٣٥	٢.٢٦	٠.٨٢	٠.٥٢-	٦١	٢.٥٩	٠.٦٦	١.٣٤-
١٠	٢.٥٩	٠.٦٤	١.٣١-	٣٦	٢.٣٨	٠.٧٤	٠.٧٤-	٦٢	٢.٥١	٠.٧٣	١.١٣-
١١	٢.٤٦	٠.٦٣	٠.٧٤-	٣٧	٢.٢٣	٠.٨١	٠.٤٥-	٦٣	٢.٤٨	٠.٧٧	١.٠٦-
١٢	٢.٥٤	٠.٦٥	١.١١-	٣٨	٢.٠٧	٠.٨٤	٠.١٤-	٦٤	٢.٦٥	٠.٦٠	١.٥٠-
١٣	٢.٥٠	٠.٦٤	٠.٨٩-	٣٩	٢.٤٤	٠.٧٣	٠.٩٠-	٦٥	٢.١٢	٠.٨٠	٠.٢٢-
١٤	٢.٦١	٠.٦١	١.٣٣-	٤٠	٢.٤٩	٠.٧٢	١.٠٦-	٦٦	٢.٦٤	٠.٦٣	١.٥٦-
١٥	٢.٥٠	٠.٦٤	٠.٩٤-	٤١	٢.٣٨	٠.٧٤	٠.٧٤-	٦٧	١.٧٧	٠.٧٧	٠.٤٢
١٦	٢.٧٢	٠.٥٧	١.٩٤-	٤٢	٢.٤٨	٠.٧٢	١.٠٢-	٦٨	٢.٣٨	٠.٧٩	٠.٧٨-
١٧	٢.٦٥	٠.٥٨	١.٤٤-	٤٣	٢.٣٨	٠.٧٢	٠.٧٢-	٦٩	٢.٩٢	٠.٣٢	٤.٥٩-
١٨	٢.٨١	٠.٤٣	٢.٢٤-	٤٤	٢.٣٧	٠.٦٧	٠.٦٢-	٧٠	٢.٨٥	٠.٤٣	٢.٨٩-
١٩	٢.٥٣	٠.٦١	٠.٩٢-	٤٥	٢.١٧	٠.٨٤	٠.٣٣-	٧١	٢.٨٩	٠.٣٢	٢.٩٦-
٢٠	٢.٤١	٠.٧٢	٠.٨٠-	٤٦	٢.١٧	٠.٧٥	٠.٢٨-	٧٢	٢.٨٢	٠.٤٣	٢.٣٤-
٢١	٢.٦٠	٠.٦٥	١.٣٩-	٤٧	٢.٢٩	٠.٧٨	٠.٥٦-	٧٣	٢.٣٥	٠.٨٠	٠.٧٢-
٢٢	٢.٦٤	٠.٦٣	١.٥٥-	٤٨	٢.٠١	٠.٨٣	٠.٠٢-	٧٤	٢.٨٨	٠.٣٩	٣.٣٤-
٢٣	٢.٣٩	٠.٧٣	٠.٧٦-	٤٩	١.٩٠	٠.٨١	٠.١٩	٧٥	٢.٦٦	٠.٦١	١.٥٩-
٢٤	٢.٣٨	٠.٧٩	٠.٧٨-	٥٠	١.٧٢	٠.٧٥	٠.٤٩	٧٦	٢.٥١	٠.٧١	١.٠٩-
٢٥	٢.١٤	٠.٦٩	٠.١٩-	٥١	١.٨٧	٠.٧٩	٠.٢٣	٧٧	٢.٥١	٠.٦٩	١.٠٩-
٢٦	٢.٧٤	٠.٥٩	٢.١٥-	٥٢	١.٩٤	٠.٨٢	٠.١٢	٧٨	٢.٧٣	٠.٥٧	١.٩٧-

يتضح من جدول (٣) ،

أن معاملات الإلتواء لعبارات الاختبار تقع ما بين $3+$ وأنها قريبة من الصفر مما يشير إلى أن البيانات تقع تحت التوزيع الإعتدالي ومن ثم فهي تصلح للتحليل العاملي .

مصفوفة عوامل الدرجة الاولى ، قامت الباحثتان بإستخدام طريقة المكونات الأساسية " لهوتلنج " بتحليل المصفوفة عامليا بهدف إستخلاص أقصى تباين إرتباطي للمصفوفة ، وتحقيق أكبر قدر من الدقة في تقدير التشعبات على العامل ، كما أن هذه الطريقة تقبل محك كايزر لتحديد العوامل حيث يقبل العامل الذي يزيد جذره الكامن عن الواحد الصحيح (١١ : ٢٥٦).

جدول (٤)

مصفوفة عوامل الدرجة الاولى قبل التدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس لكايزر

ن = ٢٣٦

العوامل العبارات	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	الأشتراكيات
١	٠.١٧٧	٠.١١٦	٠.٠٠١	٠.٠٠٢-	٠.٠٩١	٠.٠١٤-	٠.٦٧١
٢	٠.٠٧٧	٠.٢٨٣	٠.٠٦٧-	٠.١٢١	٠.٠٧٢-	٠.٠٣٥-	٠.٦٥٤
٣	٠.٠٦٠	٠.٢٥٢	٠.٠٥٨-	٠.١٧٢	٠.٠٦٦-	٠.٠١٣	٠.٦٨٣
٤	٠.١٤٧	٠.٠٠٤-	٠.٢١١-	٠.١٦٦	٠.٢٤٣	٠.١٦٣	٠.٥٤٥
٥	٠.٠٣٩	٠.١٤٠	٠.٢٥٣-	٠.٠٥٩	٠.٣٣١	٠.١٠٦-	٠.٦٣٢
٦	٠.٠٠٢-	٠.٠٧٠	٠.٠٧٥	٠.٠٤٢	٠.١٨٥	٠.٠٩٥	٠.٦٢٤

٧	٠.٠٨٨	٠.٢٣١	٠.٠٢١-	٠.١٣٧	٠.٢٧٥	٠.١٣٢-	٠.٧٣٠
٨	٠.٠٢٢-	٠.٢٠٧	٠.٣٦٣	٠.١٠٢	٠.٢٢٤	٠.١٣٠	٠.٦٥٩
٩	٠.١١٢	٠.١٣٦	٠.٢٩٦	٠.٠٨٠-	٠.١٨٤	٠.٠٨٣	٠.٦٣٩
١٠	٠.٠٢١	٠.٠١٦	٠.٢٢٥-	٠.٠٠٩	٠.٢٠٧	٠.٠٨٣-	٠.٥٥٥
١١	٠.٢٢٩	٠.٢٨٣	٠.٢٦٨	٠.١٢٢-	٠.٢٢٠	٠.٤٩-	٠.٦١٦
١٢	٠.٢١٠	٠.٢١٩	٠.٢٤٦	٠.٢٣٢-	٠.١٨٤	٠.٠٣١	٠.٦٣٩
١٣	٠.١٩٤	٠.١٩١	٠.٠٦٧	٠.٢٣٠-	٠.١٢٤-	٠.١٥٣	٠.٧٧٤
١٤	٠.١٧١	٠.٢٣١	٠.٢٣٨	٠.٣٢٣-	٠.١٢١	٠.٠٣٨	٠.٦٣٢
١٥	٠.٢٩٤	٠.٠٣٨	٠.١٢٤	٠.٣٢١-	٠.١٠١	٠.٠٧٥	٠.٦٨٤
١٦	٠.٠٧٠-	٠.١٠١-	٠.٠٩٧-	٠.٠٣١	٠.١١٠	٠.٠٥٣-	٠.٦٣٤
١٧	٠.١١٦	٠.٠٦٩-	٠.١٦٤	٠.٠٣١	٠.٢٢٥	٠.١٣٤-	٠.٧٠٥
١٨	٠.١٦٢	٠.٢٥٦	٠.٠٨٤	٠.٣٣٢-	٠.١٧٣	٠.٣٣٢	٠.٦٢١
١٩	٠.١٣٥	٠.٠٠١-	٠.٢٦٩	٠.٢٢٧-	٠.١٢٧-	٠.٠٣٥	٠.٦٣٣
٢٠	٠.٣٣٦	٠.٢٤٦-	٠.٢٧٧	٠.١٦٩	٠.٠٣٠-	٠.٠٥٧-	٠.٦٧٣
٢١	٠.٥٥١	٠.٣٣٢-	٠.٢٥١	٠.٠٥٣-	٠.٠٧٦-	٠.١٨٤	٠.٧٠٦
٢٢	٠.٤٥٨	٠.٣٦٩-	٠.٢٠٢	٠.٠٣٠-	٠.٢٧٣-	٠.٠٦٤	٠.٦٦١
٢٣	٠.٣٢٥	٠.٢٤٧-	٠.٢٠٦	٠.٠٢٥	٠.١٥٩-	٠.٣٨٣	٠.٦٥٠
٢٤	٠.٢٣٢	٠.٢٣٩-	٠.٠٥٠-	٠.٠٦٦-	٠.٠٦٧-	٠.٢٥٠	٠.٦٣١
٢٥	٠.٣٥١	٠.١٦٥-	٠.٠٠١-	٠.١٣٩-	٠.١٠٨-	٠.١٦٠	٠.٦٨٣
٢٦	٠.٥٥٧	٠.٤٣٦-	٠.٢٢٤	٠.٠٩٠-	٠.٢١٦-	٠.١٦٢	٠.٧٣٢
٢٧	٠.٤٢٠	٠.٢٠٣-	٠.١٧٠	٠.٠٨٠-	٠.١٢٥-	٠.٠٦٩	٠.٦٢٧
٢٨	٠.٤٩٦	٠.٣٦٢-	٠.٢٣١	٠.١٠٣-	٠.٢٠٤-	٠.٢٣٣	٠.٧١١
٢٩	٠.٢٧٨	٠.١١٠-	٠.١٢١	٠.٢٦١	٠.١٣٩	٠.٠٤١-	٠.٧٦٨
٣٠	٠.٥١٠	٠.١٧١-	٠.٣١١-	٠.٠٣٩-	٠.١٥٣	٠.٠٥٢	٠.٦٣٩
٣١	٠.٤٠٣	٠.٢٠٦-	٠.٢٤٥-	٠.٠١٢	٠.١٥٣	٠.٠١٣-	٠.٦٣٢
٣٢	٠.١٨٧	٠.٢١٠	٠.٠٩٠-	٠.٠٥٦-	٠.٢٠٩	٠.١٣٨-	٠.٦٠٢
٣٣	٠.٤٩٧	٠.١٧٠-	٠.٣٨٦-	٠.١٢٠-	٠.٠٨٧	٠.٠٣٧-	٠.٦٥١
٣٤	٠.٤٣٤	٠.٠٨٤-	٠.٥٠٧-	٠.١٢١	٠.٠٦٨	٠.٠٦٦-	٠.٧٤٧
٣٥	٠.٥٥١	٠.١٢٧-	٠.٤٦٨-	٠.٠٣٥	٠.١٣١	٠.٠٣١-	٠.٧٢١
٣٦	٠.٥٧٣	٠.١٩٥-	٠.٢٤٠-	٠.٠٧٥-	٠.٠٨٧	٠.٠٣٨	٠.٦٠٢
٣٧	٠.٤٩٧	٠.٠٦٣-	٠.٣٠٥-	٠.١٢٩-	٠.٢٣٧	٠.٠٤٦	٠.٦٤١
٣٨	٠.٥٠٣	٠.١٠٥-	٠.٤٣٨-	٠.٠٣٤	٠.٢٣٤	٠.٠٠٥	٠.٦٢٧
٣٩	٠.٥٥١	٠.٠٧٥	٠.١٢٨-	٠.٠٧٤	٠.٢٧٥-	٠.٠٥٩	٠.٦٦٤
٤٠	٠.٣٥٩	٠.٤٣٧	٠.٠٩٣-	٠.٠٥٦-	٠.٢٤٠-	٠.١٢٥-	٠.٦١٤
٤١	٠.١٢١	٠.٣٧٧	٠.٠٠١	٠.١٨٢-	٠.٤١٢-	٠.٠٠١-	٠.٦٨٧
٤٢	٠.٢٦٩	٠.٥١٦	٠.١٠٥-	٠.١٦٧-	٠.٣٩٥-	٠.٠٥٩-	٠.٦٨٩
٤٣	٠.٢٢٧	٠.٤٦٩	٠.١٠٨-	٠.٠٩٦-	٠.١٧٥-	٠.١١١-	٠.٦٠٧
٤٤	٠.٢٦٧	٠.٥٦٤	٠.٠٠٥-	٠.١٠٢-	٠.١٣٤-	٠.٠٧٤	٠.٦٦٨
٤٥	٠.١٣٧	٠.٢٥٢	٠.١٠٢-	٠.٢٩٢-	٠.٠٩١-	٠.٠٩٦	٠.٦٧٢
٤٦	٠.١٤٢	٠.٤٩٨	٠.٠٧٣	٠.٠٥٩	٠.٣٧٥-	٠.٠١٤	٠.٦٥٣
٤٧	٠.٢٤٥	٠.٣٦٩	٠.٢٨٧-	٠.١٧٨	٠.٢٦٤-	٠.٠٥٠	٠.٦٣٢

تابع جدول (٤)

مصنوفة عوامل الدرجة الاولى قبل التدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس لكايير

ن = ٢٣٦

العوامل العبارات	الأول	الثاني	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	الاشتراكيات
٤٨	٠.١٥٨	٠.٣٤٥	٠.٢٤٤-	٠.٠٢٣	٠.٠٢٩-	٠.٠٠٦-	٠.٦٥٢
٤٩	٠.١٤٩	٠.٢١٣	٠.٠٩٢	٠.٣٠٤	٠.١٦٣	٠.٣١١	٠.٦٥٨
٥٠	٠.٠٠٢-	٠.١٢٩	٠.٠٩٦	٠.٢٥٧	٠.١٤٣	٠.٣٦١	٠.٦٩٠
٥١	٠.٢٢٨	٠.١٣٩	٠.٢٢٢	٠.٤٤٥	٠.٠٥٨	٠.١٠٤	٠.٧١٥

٥٢	٠.٢٠٤	٠.٠٣٩	٠.١٨١	٠.٤٦٩	٠.١٣٥	٠.٠٣١	٠.٧١٨
٥٣	٠.٣٥٨	٠.١٦٣	٠.١٤٩-	٠.٢٦٥	٠.١٥٧	٠.٢٨٤	٠.٥٩٧
٥٤	٠.١٨٦	٠.٢٨٤	٠.٠١٧-	٠.٢٢٥	٠.٠٥٤-	٠.٢١٦	٠.٦٨٠
٥٥	٠.١٨٨	٠.٢٣٤	٠.٠٥٧-	٠.٣٢٤	٠.١٢٢	٠.١٩٢-	٠.٦٧٤
٥٦	٠.٠٣٦-	٠.٣١٦	٠.٣٤٠	٠.٣٠٥	٠.١٣٠-	٠.٢٤١	٠.٦١٢
٥٧	٠.١٢٠	٠.١٦٩	٠.٢٢٤	٠.٢١١	٠.٠٢٧-	٠.٠١٢-	٠.٦٨٢
٥٨	٠.٠٤٦	٠.٢٠٥	٠.٢٣٠	٠.٣٨٦	٠.٠٣٩	٠.١٦٤	٠.٦٣١
٥٩	٠.١٢٤-	٠.٢٢٥	٠.٢٨٢-	٠.١٤٣	٠.١٣٥	٠.١٤٤-	٠.٦٦٦
٦٠	٠.٢٥٢	٠.١٠-	٠.٣٣٦-	٠.٠٥٣-	٠.٢٣٩-	٠.١٦٧-	٠.٧٢٩
٦١	٠.٣٢٤	٠.٠١٠	٠.٠٥٩	٠.٢٣٢	٠.٢٧١-	٠.١٤٦-	٠.٦٣٩
٦٢	٠.٤٠٥	٠.٠٢٥	٠.٠٣٧	٠.١٩٨	٠.٣٣٩-	٠.٣٠٨-	٠.٧٢٩
٦٣	٠.٣٢٥	٠.١٠٩	٠.٠٤٦	٠.٢٢٦	٠.٣٥١-	٠.٢١٧-	٠.٦٦٢
٦٤	٠.٢١٢	٠.٠٣٧-	٠.١٨٠	٠.٠٩٨	٠.٢٥٨-	٠.٢٧٨-	٠.٦٨٦
٦٥	٠.٠٨٥	٠.٠٨٧-	٠.٠٢٧-	٠.٠٦١	٠.٠٥٥-	٠.٠٧٨	٠.٧٤٣
٦٦	٠.٢٩٢	٠.٠٦٦-	٠.٢٢٢	٠.٠٠١-	٠.٢٣١-	٠.٣٢٠-	٠.٦٦٨
٦٧	٠.١٦٢	٠.٠٢٧	٠.٠٠٥	٠.٤٤٧	٠.٠٢٥	٠.١٨١	٠.٧٠١
٦٨	٠.٢٨٠	٠.٠٣١-	٠.٠٧٨-	٠.٢٨٣	٠.١٠٢	٠.٠٤٦	٠.٥٨٨
٦٩	٠.٣٤٩	٠.٠٨٧-	٠.٠٨٩	٠.٠٦٣-	٠.٠٧٣-	٠.١٧٩	٠.٧١٨
٧٠	٠.٤٧١	٠.١٨٣-	٠.١٦٧	٠.٠٢٧-	٠.١٢٨	٠.٠٣٢	٠.٧١٤
٧١	٠.٢٢٣	٠.١٥٤	٠.١٧٥	٠.١٩٠-	٠.٢٣١	٠.١٠٨-	٠.٦٥٧
٧٢	٠.٤٦٦	٠.٠٤٢	٠.٢٢٧	٠.١٠٢-	٠.٣٠٦	٠.٣٠٣-	٠.٦٣٤
٧٣	٠.٢٢٧	٠.١٠٤	٠.٢٥٩	٠.٠٩٩	٠.٢٨٧	٠.٣٠٣-	٠.٦٤٢
٧٤	٠.٢٦٤	٠.٠٩٩	٠.١٥٣	٠.٢٦٤-	٠.٠٨٣	٠.٢٦٣-	٠.٦٤٦
٧٥	٠.٤٠٥	٠.٠٠٤	٠.٢٥١	٠.٠١٥-	٠.٢١٥	٠.٣٧٦-	٠.٧٠٧
٧٦	٠.٣٤٣	٠.١٠٣	٠.٢٦٤	٠.١٢٣	٠.٢٢٤	٠.٤١٠-	٠.٧٤٤
٧٧	٠.١٤٧	٠.١١٣-	٠.٣٦٣	٠.٠٨٣	٠.١٥٤	٠.١٦٦-	٠.٥٨٥
٧٨	٠.٢٧٨	٠.٠٦٦	٠.١٤٢	٠.٠٥٤	٠.١٦٣	٠.٣٤٨-	٠.٦٠٥
المجموع	٧.١٥٧	٤.٣١٨	٣.٤٩٨	٣.٠٧١	٢.٩٣٢	٢.٤٨٥	
نسبة التباين	٩.١٧٥	٥.٥٣٦	٤.٤٨٤	٣.٩٣٧	٣.٧٥٩	٣.١٨٦	

دال احصائيا عند مستوى معنوى ٠.٠٥ = ٠.١٣٩

يتضح من جدول (٤) ،

تشبعت عبارات الإختبار بتشبعات تقع ما بين ٠.٣ فأكثر ، وقد إستخلصت ٦ عوامل ، وكان أعلى تشبع على العامل الأول ٢٧ عبارة والثانى ١٣ عبارة يليها العامل السادس ١٢ عبارة ، والعامل الثالث والرابع كل منه ١٠ عبارات ، بينما كان العامل الخامس اقل العبارات ويمثل ٦ عبارات .

جدول (٥)

مصفوفة عوامل الدرجة الثانية بعد التدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس لكايزر

العامل الأول		العامل الثانى		العامل الثالث		العامل الرابع		العامل الخامس		العامل السادس	
رقم العبارة	قيمة التشبع	رقم العبارة	قيمة التشبع	رقم العبارة	قيمة التشبع	رقم العبارة	قيمة التشبع	رقم العبارة	قيمة التشبع	رقم العبارة	قيمة التشبع
٣٠	٠.٥٥١	٢٠	٠.٤٢٣	٣٩	٠.٣٥٧	٧٢	٠.٤٨٠	١٠	٠.٤٢٦	٦٠	٠.٥٨٠
٣١	٠.٤٧٠	٢١	٠.٧٢١	٤٠	٠.٦٥٢	٧٣	٠.٣٨٦	١٤	٠.٤٩١	٦١	٠.٤٦٦
٣٣	٠.٧٠٩	٢٢	٠.٦٤٤	٤٢	٠.٧٤١	٧٥	٠.٧٥٤	١٦	٠.٧٢٨	٦٢	٠.٧٨٧
٣٤	٠.٧٠١	٢٣	٠.٥٥٨	٤٣	٠.٦٣٢	٧٦	٠.٨١٥	١٧	٠.٧٠٦	٦٣	٠.٧٠٥
٣٥	٠.٧٨٥	٢٤	٠.٣٦٥	٤٤	٠.٦٢٤	٧٨	٠.٤٢٤	١٨	٠.٦١٩		
٣٦	٠.٦٢٦	٢٦	٠.٨٠٤	٤٦	٠.٥٣٩						
٣٧	٠.٥٩٦	٢٧	٠.٥٤٧	٤٧	٠.٥٨٥						

يتضح من جدول (٥) ،تشبعت عبارات الاختبار بتشبعات تقع ما بين ٠.٣ فأكثر ، وقد إستخلصت ٦ عوامل، وكان أعلى تشبع على العامل الأول ٨ عبارات والثاني ٨ عبارات يليها العامل الثالث ٧ عبارات ، والعامل الرابع ٥ عبارات ، والعامل الخامس ٥ عبارات ، والعامل السادس ٤ عبارات .

تفسير العوامل المستخلصة

للتحقق من صحة الفرض الاول الذى ينص على "العوامل الافتراضية التى يتشكل منها اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين متمثل فى طلب الاستحسان الاجتماعى ، استهداف الكمال الشخصى ، اللوم القاسى للذات وللآخرين ، توقع الكوارث ، التهور الانفعالى ، القلق المعوق للأداء ، تجنب المشكلات ، الاعتماد على الآخرين .

تفسير العامل الأول ؛

جدول (٦) العبارات التى تشبعت على العامل الأول

م	أرقام العبارات	العبارة	درجة التشبع
١	٣٥	للاضطهاد من المدرب.	٠.٧٨٥
٢	٣٣	للاستبعاد من المباراة الهامة.	٠.٧٠٩
٣	٣٤	للنبذ من زملائى فى الفريق.	٠.٧٠١
٤	٣٨	للبيع لكى يتخلص منى النادى .	٠.٦٧٦
٥	٣٦	للظلم من الحكم .	٠.٦٢٦
٦	٣٧	للاعتزال قبل الاوان .	٠.٥٩٦
٧	٣٠	للطرد من المباراة .	٠.٥٥١
٨	٣١	للاحتراق الرياضى .	٠.٤٧٠

يتضح من جدول (٦) أن ، العبارات التى تشبعت على العامل الأول وفقاً لقبول العامل ٨ عبارات وتمثل ٢١.٦% من مجموع عبارات المصنوفة ، وقد تراوحت قيمة التشبع على هذا العامل ما بين ٠.٧٨٥ ، ٠.٤٧٠ حيث حققت عبارة ٣٥ أعلى تشبع على هذا العامل ، وتشير معظم العبارات إلى إعتقاد الرياضى بوجود كارثة او مشكلة ما فى التدريب أو المنافسة ولا يستطيع حلها مع المدرب كما يحب ويرضى وكما يتوقعها ، ويتمثل ذلك فى خشية الرياضى من اضطهاد المدرب له دون سبب من وجهة نظره أو أن يكون غير مرغوب فيه من زملائه فى الفريق أو تتخلص منه إدارة النادى ببيعه لنادى آخر دون رغبته ، ويشير " أدلر Adler " إن شعور الفرد بعدم الإرتياح، وتوقعه الخطر من مصدر ما غير واضح فى ذهنه، يجعله فى ترقب دائم وفي حالة استعداد وتحفز متواصل توقعاً للخطر وتأهباً لملاقاته، وهذا التشوف الفكرى يشن عليه حرباً نفسية، فتكون الصبغة الإنفعالية هي الغالبة، والمنتج المساهم فى تقرير مسلكه الإجتماعي (٢٧) .

وتشير "سو نايت " ٢٠٠٦م ، أنه إذا إعتقد اللاعب بإمكانية إيجاد حل لكل مشكلة يواجهها خلال التدريب أو المنافسة الرياضية ، فإن هذا الاعتقاد هو ما تبناه الاشخاص أصحاب الإنجازات الكبرى ، فهم يجدون حلاً جديداً لمشكلات قديمة ، وهم يفعلون ذلك لأنهم يدركون أنهم يستطيعون القيام بذلك ، ومن ثم يمثل هذا الاعتقاد قلب الإبداع وجوهره (٨ : ٢٩٧) ، ويؤكد "حجازى (٢٠٠٥ م)" على أن الغاية الأساسية لعلم النفس الإيجابى بناء التمكين الشخصى وحسن الحال الذاتى فى الحياة والتمكين يتمثل فى التفكير

الإيجابي أما حُسن الحال فهو يرتبط بتعزيز الصحة النفسية وصولاً إلى بناء الحياة الطيبة مثل الرضا والتفاؤل والأمل والإنطلاق والدافعية الذاتية والسعادة والأمن النفسى والمهارات الإجتماعية (١٨ : ٦٥).

كما يتمثل اعتقاده بخوفه من تعرضه لظلم الحكم ومحاولة طرده من المباراة أو تعرضه لضغوط شديدة أثناء الموسم التنافسى فيجبر على الاعتزال قبل الأوان أو تعرضه لحالة إجهاد مما يؤدي للإرهاك وبالتالي الإحترق الرياضى، ويرى كل من "سيلجمان، و كيسكزينتميلى Seligman and Csikszentmihalyi ٢٠٠٠م" أن هناك فجوات فى المعرفة، وأن الإنسان يفتقر إلى المميزات التى تجعل الحياة جديرة بأن تعاش، منها الأمل والحكمة والإبداع والتفكير الإيجابي فى المستقبل والشجاعة والقيم الروحية والمسؤولية والمثابرة(٣٦): (٨٨). وعلى ضوء ما سبق يمكن تسمية هذا العامل بتوقع الكوارث .

تفسير العامل الثانى ؛

جدول (٧) العبارات التى تشبعت على العامل الثانى

رقم العبارة	م	العبارات	درجة التشبع
٢٦	١	اللاعب إذا تعدد اصابة الخصم .	٠.٨٠٤
٢٨	٢	ال جماهير المتعصبة المتسببة فى شغب الملاعب .	٠.٧٢٢
٢١	٣	اللاعب عندما يهمل الواجبات التدريبية المكلف بها .	٠.٧٢١
٢٢	٤	الحكم الذى يفشل فى ادارة المباراة .	٠.٦٤٤
٢٣	٥	اللاعب إذا اعترض على قرار الحكم .	٠.٥٥٨
٢٧	٦	المدرّب إذا تعدى حدود اللياقة مع الخصم .	٠.٥٤٧
٢٠	٧	المدرّب المقصر فى ضياع البطولة من النادى .	٠.٤٢٣
٢٤	٨	النادى فى حالة تعدى جماهيره على جماهير النادى المنافس .	٠.٣٦٥

يتضح من جدول (٧) أن، العبارات التى تشبعت على العامل الأول وفقاً لقبول العامل ٨ عبارات وتمثل ٢١.٦% من مجموع عبارات المصفوفة ، وقد تراوحت قيمة التشبع على هذا العامل ما بين ٠.٨٠٤ ، ٠.٣٦٥ حيث حققت عبارة ٢٦ أعلى تشبع على هذا العامل ، وتشير معظم العبارات إلى إعتقاد الرياضى بوجود توقع أشد العقوبات قسوة لكل لاعب يتعمد إصابة الخصم ، ولكل مدرّب يتعدى حدود اللياقة مع الخصم، أو يعترض على قرار الحكم، وللجماهير المتعصبة التى تتسبب فى شغب الملاعب، ومعاقبة النادى الذى يتعدى جماهيره على جماهير نادى آخر، ويشير " علاوى ٢٠١٢ م" أن العدوان سلوك أو فعل إذ أن الإنفعال كالغضب أو وجود الدافع أو التفكير أو الرغبة أو الاتجاه فى إيذاء المنافس لايعتبر عدواناً(٢٠) : (٣٥٦).

ويتمثل اعتقاده بوجود توقع أشد العقوبات لمن يهمل واجباته التدريبية المكلف بها، أو يتسبب فى ضياع البطولة من النادى، ولكل حكم يفشل فى إدارة المباراة، حيث يشير "علاوى ٢٠١٢ م" أنه من العوامل التى يمكن أن تسهم فى عملية التفكير السلبى للاعب تضخيم الأخطاء البسيطة وينظر إليها على أنها إخفاق تام أو كارثة، ونجده منشغلاً بما سيحدث كنتيجة لهذه الأخطاء، ومنها أيضاً الشخصنة أى يرتبط حديث

اللاعب لنفسه بالنزعة لجلد الذات، كما قد يفكر اللاعب فى أن كل شئ ينبغى أن يكون مثالياً وما عداه يكون خاطئاً (٢٠: ٣٢١-٣٢٢). وعلى ضوء ما سبق يمكن تسمية هذا العامل "اللوم القاسى للذات وللآخرين".

تفسير العامل الثالث

جدول (٨)
العبارات التى تشبعت على العامل الثالث

م	رقم العبارة	الشعر بالضيق والتوتر لفسلى	العبارات	درجة التشبع
١	٤٢	الشعر بالضيق والتوتر لفسلى	تحقيق ما اريده من اهداف تدريبية	٠.٧٤١
٢	٤٠		ايجاد حل لتطوير مستوى ادائى فى الملعب كما ارغب	٠.٦٥٢
٣	٤٣		توقع ما اريده من تحقيق اهداف فى المباراة	٠.٦٣٢
٤	٤٤		توقع ما اريده من أداء امام المنافس	٠.٦٢٤
٥	٤٧		ايجاد اسلوب لتعامل المدرب معى كما احب	٠.٥٨٥
٦	٤٦		توقع ان تسير المباراة كما اريد	٠.٥٣٩
٧	٣٩		مهام تدريبية لا استطيع تنفيذها كما يجب .	٠.٣٥٧

يتضح من جدول (٨) أن ، العبارات التى تشبعت على العامل الأول وفقاً لقبول العامل ٧ عبارات وتمثل ١٨.٩% من مجموع عبارات المصنوفة ، وقد تراوحت قيمة التشبع على هذا العامل ما بين ٠.٧٤١ ، ٠.٣٥٧ حيث حققت عبارة ٤٢ أعلى تشبع على هذا العامل ، وتشير معظم العبارات إلى إعتقاد الرياضى بشعوره بالتوتر عندما يفشل فى تحقيق ما يريده من أهداف تدريبية ، أو ايجاد حل لتطوير أدائه فى الملعب كما يرغب ، أو توقع ما يريده من أهداف فى المباراة ، أو توقع ما يريده من أداء أمام المنافس ، أو ايجاد أسلوب لتعامل المدرب معه كما يحب ، وتوقع أن تسير المباراة كما يريد، ومهام تدريبية لم يستطع تنفيذها كما يجب ، ويرجع ذلك لنظرة الرياضى واعتقاده اللاعقلانى ان كل ما يمر به من تجارب لا يعنى له شئ طالما لم يحقق ما أراد وهذه نظرة ضيقة للأمر فداً هناك تجارب نتعلم منها وتكون خبراتنا ، ويشير الى ذلك " كارول هاريس" ٢٠٠٥م إن لم تحدث الحصيلة المطلوبة خلال المباراة ، فعلى الأقل سيحصل الرياضى على تغذية مرتدة إيجابية من المهارات البدنية والعقلية لتنفيذها فى المباريات القادمة ، إلا إذا كان هناك دليل على أنك غير قادر على إنجاز ما ترغب فيه من حصائل (١٧ : ٢٨).

ويؤكد " فولكوف Volkov ١٩٩٧ " على أن الرياضيين الذين يتمتعون بتوازن فى العمليات العصبية " عمليتى الإثارة والكف" غالباً ما يتسمون بالهدوء والكفاءة فى الأداء والدأب والاجتهاد ، والتعامل بهدوء وواقعية حيال خبرات النجاح والفشل التى يتعرضون إليها ، كما أن الإرتباطات الشرطية لأفعالهم الحركية الجديدة عادة ما تتسم بسرعة عالية ودقة فى نفس الوقت، لذا فإن التعرف على الخصائص العصبية المزاجية للاعب عند اجراء عملية الإنتقاء وعند تحديد التخصص الرياضى يعتبر من أهم واجبات المدرب بل أحد مقومات النجاح فى عمله التربوى خلال مراحل الإعداد والتدريب (٢٣ : ١٤٣-١٤٤).

ويرى "دامون ، توماس ، راديك Damon,Thomas & Raedeke ٢٠٠٨ " أن الأفكار السلبية تؤدي إلى إنفعال سلبي وأداء دون المستوى، وأنه يجب تشجيع اللاعبين للبحث عن الأفكار التي تؤدي إلى الضغط أو تسبب انفعالات سلبية ثم يتدرب على إيقافها بكلمة قف أو تخيل (إشارة قف - علم أحمر - ضوء أحمر) ثم يقوم اللاعب بنزع الأفكار السلبية باستخدام المنطق ليثبت أن الأفكار السلبية لاعقلانية وهدامة ثم ينمي طريقة مثلى للنظر للأشياء، فإن المعتقدات اللاعقلانية تجذب بدرجة عالية الأفكار السلبية المتأسسة على الحقيقة الجزئية، والأدلة غير السليمة، وأن هناك خمس معتقدات لاعقلانية في الرياضة هي الكمال، الخوف من الفشل، التقبل الإجتماعي، العدالة" تطبيق الضمير"، المقارنة الإجتماعية(٣٢ : ١١٩).

وعلى ضوء ما سبق يمكن تسمية هذا العامل بالتهور الانفعالي.
تفسير العامل الرابع

جدول (٩)
العبارات التي تشبعت على العامل الرابع

م	رقم العبارة	اعتقد انني امتلك في وجودي والثقة في الأمان	العبارات	درجة التشبع
١	٧٦		ادارة تساندني اذا ظلمني المدرب.	٠.٨١٥
٢	٧٥		نادي يدعمني عند الحاجة.	٠.٧٥٤
٣	٧٢		زملاء يساعدوني لتحقيق البطولة .	٠.٤٨٠
٤	٧٨		فريق قوى ينتمي اليه .	٠.٤٢٤
٥	٧٣		والذي لحل مشاكلي مع المدرب .	٠.٣٨٦

يتضح من جدول (٩) أن ، العبارات التي تشبعت على العامل الأول وفقاً لقبول العامل ٥ عبارات وتمثل ١٣.٥% من مجموع عبارات المصفوفة ، وقد تراوحت قيمة التشبع على هذا العامل ما بين ٠.٨١٥ ، ٠.٣٨٦ حيث حققت عبارة رقم ٧٦ أعلى تشبع على هذا العامل ، وتشير معظم العبارات إلى إعتقاد الرياضي بشعوره بالأمن والثقة في وجود ادارة تسانده إذا ظلمه المدرب، نادي يدعمه عند الحاجة ، أو زملاء يساعدوه لتحقيق البطولة ، أو فريق قوى ينتمي إليه ، أو والده لحل مشاكله مع المدرب، " ويشير "علاوى ٢٠١٢م " أنه من العوامل التي تؤدي إلى احساس اللاعب بالأمان شعوره بأنه ليس مسئولاً بمفرده عن النتيجة النهائية للفريق لإعتقاده أن المسؤولية مشتركة بين الجميع وهذا مايسمى بالتكاسل الاجتماعي(٢٠ : ٣٥١) ، ويشير"عبد الحفيظ اسماعيل ٢٠٠٦م" الى أن من أسباب حدوث نمط الحياة السلبي للرياضي الأسباب الاجتماعية والتي تتمثل في عدم المساندة الاجتماعية من الأسرة والزملاء للانتظام في النشاط البدني، والاتجاهات السلبية للأسرة والأصدقاء في المنافسة الرياضية، وعدم التفاعل الاجتماعي بين الزملاء في الفريق (١٢ : ١٦٠).

وعلى ضوء ما سبق يمكن تسمية هذا العامل "الاعتماد على الآخرين".

تفسير العامل الخامس

جدول (١٠)

العبارات التي تشبعت على العامل الخامس

م	رقم العبارة	تحقيق الكمال في الأداء	العبارات	درجة التشبع
١	١٦	اعتقد	التدريبات البدنية لقدراتي ومهاراتي	٠.٧٢٨
٢	١٧		التدريبات التجريبية المكثفة	٠.٧٠٦
٣	١٨		المثابرة وبذل الجهد	٠.٦١٩
٤	١٤		إنجاز أهداف تدريبية كما أريدها	٠.٤٩١
٥	١٠		مهارات الثقة بالنفس .	٠.٤٢٦

يتضح من جدول (١٠) أن، العبارات التي تشبعت على العامل الأول وفقاً لقبول العامل ٥ عبارات وتمثل ١٣.٥% من مجموع عبارات المصنوفة ، وقد تراوحت قيمة التشبع على هذا العامل ما بين ٠.٧٢٨ ، ٠.٤٢٦ حيث حققت عبارة رقم ١٦ أعلى تشبع على هذا العامل ، وتشير معظم العبارات إلى إعتقاد الرياضي أن باستطاعته تحقيق الكمال في الأداء بزيادة التدريبات البدنية لقدراته ومهاراته ، والتدريبات التجريبية المكثفة ، والمثابرة وبذل الجهد ، وإنجاز أهداف تدريبية كما يريد ، ومهارات الثقة بالنفس ، وقد يرجع ذلك الاعتقاد اللاعقلاني إلى إنكار اللاعب للواقع والمتغيرات والعوامل التي قد تؤثر على مستوى الإنجاز بالرغم من جميع الإحتياطات التي يتخذها اللاعب للوصول للكمال وأهمها توفيق الله سبحانه وتعالى " للاعب ، كما ان الانشطة الجماعية لها من الطبيعة التي لا يستطيع اللاعب التحكم فيها من مواقف متغيرة وتنافس مع الزملاء في الفريق او مشاكل مع المدرب ، ويشير "علاوي ٢٠١٢م" الى أن اللاعب قد يُفكر في حتمية الأداء لجميع المنافسات أو التمرينات بصورة مُتقنة دون إرتكابه لأي أخطاء، وهذا ليس صحيحاً فمثل هذا التفكير غير صائب وقد يقود إلى المزيد من الخوف والفشل (٢٠ : ٣٢١).

ويشير " صدقي نور الدين ٢٠٠٦ " بأن إدراك الرياضي لكفاءته تسهم في زيادة ثقة الرياضي بقدراته ويتحقق ذلك بزيادة وعي الرياضي بأن الجهد الذي يبذله في التدريب هو مفتاح تحسين مستواه، إقناعهم بإمكانية بذل الجهد المطلوب من خلال تكليفهم بواجبات متدرجة الصعوبة وتتحدى قدراتهم، استخدام الوسائل المساعدة التي تعين الرياضي على تحسين إحساسه الحركي، تطوير مستوى الصفات البدنية لدى الرياضي بما يساعده على الأداء الناجح للمهارات (١٠ : ٩٥ - ١٠٠).

كما أشار " محمد لطفى طه ٢٠٠٦ " أنه عندما لا تتوفر الاستعدادات النفسية الخاصة بالرياضة مع المتطلبات النفسية لنوع النشاط الرياضي فإن قدراته تنمو وتتطور ولكن لحدود معينة ثم تتوقف بعد ذلك بسبب الحدود الوراثية لتلك الاستعدادات وهي ما يطلق عليها الحدود البيولوجية حيث من اللاعبين من توقف مستوى أدائه رغم انتظامه في التدريب والتزامه التام بتنفيذ البرنامج التدريبي ، ورغم ما يتمتع به من طموح ودوافع أخرى سرعان ما تضعف وتفتقر بسبب عدم التحسن الملموس في مستوى الأداء (٢٣ : ١٣١ - ١٣٤). وعلى ضوء ما سبق يمكن تسمية هذا العامل استهداف الكمال الشخصي .

جدول (١١)
العبارات التي تشبعت على العامل السادس

م	رقم العبارة	العبارات	درجة التشبع
١	٦٢	اتجنب الدخول في صراعات مع زملائي.	٠.٧٨٧
٢	٦٣	اتجنب الدخول في صراع المدرب مع الإدارة .	٠.٧٠٥
٣	٦٠	انسحب من الجلوس مع اشخاص مثيري المتاعب .	٠.٥٨٠
٤	٦١	اعتقد ان البعد عن المشاكل غنيمة .	٠.٤٦٦

يتضح من جدول (١١) أن ، العبارات التي تشبعت على العامل الأول وفقاً لقبول العامل ٤ عبارات وتمثل ١٠.٨% من مجموع عبارات المصنوفة ، وقد تراوحت قيمة التشبع على هذا العامل ما بين ٠.٧٨٧ ، ٠.٤٦٦ حيث حققت عبارة ٦٢ أعلى تشبع على هذا العامل ، وتشير معظم العبارات إلى إعتقاد الرياضي بأن البعد عن المشاكل غنيمة لذا يتجنب الدخول في صراعات مع زملاء الفريق او ادارة النادي، وألا يتداخل مع أشخاص مثيري المتاعب ،وقد يرجع ذلك الاعتقاد الى ان تعرضه لمشكلات سوف تعيقه في الوصول لتحقيق هدفه، ويشير "علاوى ٢٠١٢ م" أنه يجب على اللاعب أن يزيل فوراً الصراعات بين الزملاء في الفريق ، وأن يحاول الإستماع لآراء زملائه في الفريق وأن يتقبل توجيهاتهم من أجل تماسك الفريق (٢٠ : ٣٤٧).

كما أن من التفكير اللاعقلاني للرياضي صعوبة حل المشاكل اذا تعرض لها ، ويعكس ذلك ضيق الأفق وضعف امكانيات اللاعب الذهنية ويوضح " إدوارد دى برنو " Edwar De Brono أن هناك حلاً لكل مشكلة ، وإن الإعتقاد بصحة ذلك يفتح الأذهان للإمكانيات والإحتمالات ، والحلول الإبتكارية الجديدة ، إذا تبنى اللاعب هذا الإعتقاد ، فإنه بذلك يثق في غريزته لإيجاد مخرج من مختلف المشكلات (٨ : ٢٩٧).

كما يتمثل اعتقاد اللاعب بوجود تجنبه الدخول في صراع المدرب مع الإدارة ، ويشير "علاوى ٢٠١٢ م" أن "دويتش Deutsch ١٩٨٦ م" خلال عمله كأخصائى نفسى رياضى مع بعض لاعبي ألعاب المضرب أنهم قرروا بأن إصابتهم ببعض الإلتواءات في مفاصل القدم ترجع إلى وقوعهم تحت ضغط عصبى أثناء اللعب بسبب تفكيرهم في بعض المشكلات العائلية الحادة (٢٠ : ٢٥١).

وقد أكد بعض خبراء الرياضة على أن الدور الأساسى للمدربين هو جعل اللاعبين يسلكوا التفكير المستقل بمستوى عالى في تحليل المشكلة، وتعزيز التفكير الناقد للاعب من أجل النجاح في المنافسات الرياضية، فهو أفضل طريقة للتفكير بتطبيق بعض العمليات العقلية مثل الإنتقاء وإصدار الأحكام التي تعتبر من العوامل المؤثرة للاعبين في المنافسات الرياضية لاتخاذ أفضل قرار حول صحة أو عدم صحة الأشياء وفاعليتها ، فمهارات التفكير الناقد للاعبين تجعلهم يؤدون أفضل أداء حتى وهم تحت ضغط أو حمل عالى المستوى (٣٩ : ١٦٩-١٧٠)، كما يشير " خالد العتيبي ٢٠٠٧ م" أن التفكير الناقد من القضايا التربوية الهامة التي تقود عمليات حل المشكلات بكفاءة واتخاذ القرارات السليمة، وأوضح أن ذو التفكير الناقد المنخفض غالباً ما تكون أفكاره مشوشة حول ما سيفعله ، ويميل إلى الإفراط في تبسيط الأمور ، ويعجز عن

مواجهة المشكلات، ويكتفى بالإجابة حتى وإن كانت مبهمة (٤ : ٢ - ٣). حيث يشير "فهد الشميمرى ٢٠١٠م" أن أبرز مهارات التفكير الناقد مهارة التمييز بين الحقيقة والرأى ، فالحقيقة معلومات تقريرية، بالإمكان ملاحظاتها أو التأكد من دقتها، أما مفهوم الرأى فهو تعبير عن تقييم يعتمد على الحكم الشخصي، أو الانطباع أو الاعتقاد، وفى الوقت نفسه يمكن الوثوق به أو عدم الوثوق به، كما أن ممارسة التفكير الناقد تنمى القدرة على المناقشة، والحوار، والقدرة على التواصل، والتفاوض مع الآخرين (١٦ : ١٥٠). وعلى ضوء ما سبق يمكن تسمية هذا العامل " تجنب المشكلات " .

هذا وعلى ضوء الإستعراض السابق لنتائج البحث فإن نتائج العوامل الـ ٦ المستخلصة من التحليل العاملى تشير إلى قبول صحة العوامل الافتراضية بإعتبارها عوامل هامة فى بناء اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين، ويتكون الاختبار من ٣٧ عبارة، وتم وضع مفتاح التصحيح ملحق(د).

٤- صدق الإتساق الداخلى ، قامت الباحثتان بتطبيق الاختبار على عينة قوامها ٤٨ رياضى من نفس مجتمع البحث للتحقق من مدى إرتباط درجة كل محور بالدرجة الكلية للاختبار ، جدول (١٢).

جدول (١٢)
معاملات الإرتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاختبار

(ن = ٤٨)

عوامل الاختبار		توقع الكوارث	اللوم النفسى للذات وللآخرين	التهور الانفعالى	الاعتماد على الآخرين	استهداف الكمال الشخصى	تجنب المشكلات	الدرجة الكلية
توقع الكوارث	س	١٨.٣١	٠.٠٨٠	٠.٢٨١	٠.٢٧٥	٠.٠٨٠	٠.٠٦٣-	**٠.٤١٥
	ع+	٣.٩٦						
اللوم النفسى للذات وللآخرين	س	٢٠.٣١	٠.٢٤٢	٠.١٩٩	*٠.٣٥٢	٠.٢٤٢	٠.٠٢٦	**٠.٦١٧
	ع+	٣.٦١						
التهور الانفعالى	س	١٦.٠٦	٠.٢٠٩		٠.٢٢٥	٠.٢٨١	٠.١٤٤	**٠.٧٣٥
	ع+	٣.١٤						
الاعتماد على الآخرين	س	١٤.٠٨	*٠.٣٥٦	٠.١٩٩	*٠.٣٥٦		٠.١٩٨	**٠.٦٩٣
	ع+	١.٢٩						
استهداف الكمال الشخصى	س	١٣.٤٠	٠.١٤٤	٠.٠٢٦	٠.١٩٨	٠.٢٣٦	٠.١١٢-	*٠.٣٣٦
	ع+	١.٤٧						
تجنب المشكلات	س	٨.٧٣	٠.٢٢٥	*٠.٣٥٢	٠.٢٣٦	٠.١١٢-	٠.٢٧٥	**٠.٤٧٣
	ع+	٢.٠٥						
الدرجة الكلية	س	٩٠.٩٠	**٠.٧٣٥	**٠.٦١٧	**٠.٦٩٣	**٠.٤٧٣	**٠.٤١٥	*٠.٣٣٦
	ع+	٩.٢٢						

* دال عند مستوى معنوى ٠.٠٥ = ٠.٢٩٦

** دال إحصائيا عند مستوى معنوى ٠.٠١ = ٠.٣٨١

يتضح من جدول (١٢) ، أن معاملات الإرتباط بين درجة المحور والدرجة الكلية للاختبار دالة إحصائيا ، وحيث ان قيمة (ر) الجدولية اقل من قيمة (ر) المحسوبة ، مما يشير إلى وجود علاقة إرتباطية بين المحاور والدرجة الكلية للاختبار وأن هناك إتساق داخلى للاختبار ومحاوره .

ثانياً : حساب معاملات الثبات ، قامت الباحثتان بإيجاد معامل الثبات بطريقتي التجزئة النصفية ومعامل الفا كرونباخ وذلك على عينة قوامها ٤٨ رياضي من نفس مجتمع البحث ، حيث تم حساب معامل الارتباط بين نصفى الاختبار ومعامل الفا كرونباخ وذلك بتاريخ ٢٠١٣/١٢/١ م وحتى ٢٠١٣/١٢/١٠ م ، جدول (١٣).

جدول (١٣)

معاملات الارتباط بطريقتي التجزئة النصفية ومعامل الفا كرونباخ

(ن = ٤٨)

معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	المتوسط الحسابي	اختبار التفكير اللاعقلاني
		٢.٤٩	النصف الأول للاختبار
*٠.٨٢	*٠.٧٢	٢.٤٢	النصف الثاني للاختبار

*دال إحصائياً عند مستوى معنوي ٠.٠١

يتضح من جدول (١٣) ، أن معامل الارتباط بطريقة التجزئة النصفية ٠.٧٢ دالة إحصائياً وقد كان معامل الارتباط بطريقة الفا كرونباخ ٠.٨٢، مما يشير إلى أن الاختبار يتميز بمعامل ثبات عال ، مما يفيد إمكانية الاعتماد عليه كاختبار مقنن لقياس التفكير اللاعقلاني لدى الرياضيين من الجنسين .

د- اقتراح صورة مختصرة للاختبار

وقد اقترحت الباحثتان صورة مختصرة للاختبار تمثل العبارات التي تشبعت على العوامل الستة بتشبعات عالية عند ٠.٥ فأكثر ويضم ٢٨ عبارة ملحق (هـ) وهدفها التنبؤ بالتفكير اللاعقلاني لدى الرياضيين لمساعدة المدرب عند انتقاء الناشئين ممن يمتلكون تفكير عقلاي ، بينما هدفت الصورة المطولة لاختبار التفكير اللاعقلاني المكون من ستة عوامل و ٣٧ عبارة الى اكتشاف التفكير اللاعقلاني لدى الرياضيين وبالتالي مساعدة المدرب على وضع برامج الاعداد النفسى لمعالجة هذا النوع من التفكير التي تؤثر سلباً على مستوى أداء الرياضى .

ثانياً : خطوات بناء اختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين ؛

- الصورة المبدئية للاختبار

أ - تحديد محاور الاختبار، توصلت الباحثتان من خلال دراسة وتحليل المراجع والدراسات والبحوث وعدد من المقابلات الشخصية لعدد من الأساتذة المتخصصين، وبعض مدربي المنتخبات القومية إلى تحديد ٨ محاور هي :

- ١- طلب الاستحسان الاجتماعى (١٣ عبارة)
- ٢- استهداف الكمال الشخصى (١٠ عبارات)
- ٣- اللوم القاسى للذات وللآخرين(١٣ عبارة)
- ٤- توقع الكوارث (١٣ عبارة)
- ٥- التهور الانفعالى (١١ عبارة)
- ٦- القلق المعوق للأداء(١٢ عبارة)

- ٧- تجنب المشكلات (١١ عبارة)
٨- الاعتماد على الآخرين (١١ عبارة)
ب- تحديد عبارات كل محور، توصلت الباحثان لعدد من العبارات تحت كل محور تتناسب مع مفهومه عددها ٩٤ عبارة ملحق (و) موزعة على المحاور مابين ١٠ ، ١٣ عبارة وقد قامتا بعرض المقياس على ٧ خبراء ملحق (أ) ، جدول (١٤) ،

جدول (١٤)

ارقام العبارات المستبعدة والمضافة بعد عرض اختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين على الخبراء

ن = ٧

م	محاور الاختبار	عدد العبارات قبل العرض	عدد العبارات بعد العرض	أرقام العبارات المستبعدة	أرقام العبارات المضافة
١	وجوب الاستحسان الاجتماعي	١٣	١٢	١١	-
٢	استهداف الكمال الشخصي	١٠	١٠	-	-
٣	اللوم القاسي للذات وللآخرين	١٣	١٢	٤	-
٤	توقع الكوارث	١٣	١٦	-	١٤-١٥-١٦
٥	التهور الإنفعالي	١١	١١	-	-
٦	القلق المعوق للأداء	١٢	١٢	-	-
٧	تجنب المشكلات	١١	١١	-	-
٨	الاعتماد على الآخرين	١١	١٠	١١	-
	عدد عبارات المقياس	٩٤	٩٤		

يتضح من الجدول السابق ، أنه وفقاً لآراء الخبراء المتخصصين على عبارات اختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين تم الآتي :

- الموافقة على المحاور المقترحة وكفايتها ، وتعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لآرائهم

- حذف عدد ٣ عبارات بواقع عبارة واحدة في كل من المحور الأول والثالث والثامن.

- إضافة ٣ عبارات في المحور الرابع لذا احتفظ الاختبار بعدد عباراته ٩٤ عبارة .

ج - الدراسة الإستطلاعية ، قامت الباحثان بوضع عبارات الاختبار المكون من ٨ محاور ، ٩٤ عبارة ملحق (ز) وامامه ثلاث إستجابات هي تنطبق العبارة بدرجة (مرتفع، متوسط ، منخفض) ودرجتها على التوالي (٣ ، ٢ ، ١) ، وأعدت صفحة التعليمات وتم تطبيق الاختبار على المدربين بغرض تقنين الاختبار وذلك بتاريخ ٢٠١٣/١٢/١ وحتى ٢٠١٣/١٢/٢٠م.

وللتحقق من صحة الفرض الثاني الذي ينص على ان "المحاور الافتراضية التي يتشكل منها اختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين تتمثل في " طلب الاستحسان الاجتماعي ، استهداف الكمال الشخصي ، اللوم القاسي للذات وللآخرين ، توقع الكوارث ، التهور الانفعالي ، القلق المعوق للأداء ، تجنب المشكلات ، الاعتماد على الآخرين " ، قامت الباحثان بحساب المعاملات العلمية لاختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين :-

أولاً : حساب معاملات الصدق

إستعانت الباحثان بعدة طرق لحساب الصدق هي :

١- صدق المحتوى ، حيث قامت الباحثتان بتحليل الدراسات والمراجع العلمية لتحديد المحاور وإقتراح عبارات تحت كل محور .

٢- صدق المحكمين ، قامت الباحثتان بعرض الاختبار على ٧ خبراء من الأساتذة المتخصصين ، وبعض مدربي المنتخبات القومية .

٣- صدق الاتساق الداخلي ، للتحقق من مدى تمثيل عبارات الاختبار للتفكير اللاعقلاني ومدى ارتباط درجة العبارة بدرجة المحور ، مدى ارتباط درجة كل محور من المحاور بدرجة الاختبار ككل تم حساب معاملات الارتباط على عينه استطلاعيه قوامها ٤٥ مدرب ، الجداول (١٥)، (١٦) ، (١٧).

أ - العلاقة بين درجة كل عبارة ودرجة المحور التي تنتمي إليه .

ب - العلاقة بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للاختبار .

ج - العلاقة بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاختبار .

والجدول (١٥) يوضح الإحصاء الوصفي لعبارات الاختبار ٩٤ عبارة موزعة على ٨ محاور:

جدول (١٥)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء لاستجابات المدربين في إختبار التفكير اللاعقلاني

(ن = ٤٥)

م	س	ع+	الالتواء	م	س	ع+	الالتواء	م	س	ع+	الالتواء	م	س	ع+	الالتواء
١	٢.٤٠	٠.٥٨	٠.٣٢-	٢٥	٢.٣٨	٠.٦٨	٠.٦٥-	٤٩	١.٤٧	٠.٥٩	٠.٨٤	٧٣	١.٨٤	٠.٨٠	٠.٢٩
٢	١.٧١	٠.٧٣	٠.٥١	٢٦	٢.٤٠	٠.٧٥	٠.٨٢-	٥٠	١.٤٤	٠.٦٦	١.٢١	٧٤	١.١٦	٠.٤٢	٢.٨٥
٣	١.٧٨	٠.٦٠	٠.١١	٢٧	٢.٦٢	٠.٦١	١.٤١-	٥١	١.٧١	٠.٦٦	٠.٣٩	٧٥	٢.٢٤	٠.٧٤	٠.٤٣-
٤	١.٣١	٠.٥١	١.٣٦	٢٨	٢.٨٠	٠.٥١	٢.٥٨-	٥٢	١.٦٩	٠.٧٣	٠.٥٧	٧٦	٢.١٦	٠.٧٤	٠.٢٦-
٥	٢.٢٩	٠.٧٣	٠.٥١-	٢٩	٢.٨٠	٠.٤٦	٢.٢٧-	٥٣	٢.١٣	٠.٧٩	٠.٢٤-	٧٧	٢.٣١	٠.٨٢	٠.٦٥-
٦	٢.١٣	٠.٦٣	٠.١٠-	٣٠	٢.٥١	٠.٥٥	٠.٤٨-	٥٤	١.٧٣	٠.٧٢	٠.٤٥	٧٨	٢.٣٨	٠.٧٢	٠.٧١-
٧	١.٨٧	٠.٨٢	٠.٢٦	٣١	٢.٦٤	٠.٥٣	١.١٠-	٥٥	١.٧٦	٠.٦٥	٠.٢٧	٧٩	٢.٨٢	٠.٣٩	١.٧٤-
٨	٢.٢٠	٠.٨٢	٠.٣٩-	٣٢	١.٤٧	٠.٦٩	١.١٩	٥٦	١.٤٤	٠.٥٩	٠.٩٣	٨٠	١.٨٩	٠.٧٨	٠.٢٠
٩	٢.٤٤	٠.٦٩	٠.٨٧-	٣٣	٢.٨٧	٠.٤٦	٣.٥٤-	٥٧	١.٢٩	٠.٥٥	١.٧٩	٨١	٢.٦٧	٠.٥٢	١.٢٣-
١٠	٢.١٣	٠.٧٩	٠.٢٤-	٣٤	٢.٨٧	٠.٤١	٣.٢٤-	٥٨	١.٦٤	٠.٦٨	٠.٥٨	٨٢	١.٨٢	٠.٧٨	٠.٣٣
١١	٢.٨٠	٠.٤١	١.٥٥-	٣٥	٢.٠٢	٠.٦٦	٠.٠٢-	٥٩	١.٦٧	٠.٦٤	٠.٤٢	٨٣	١.٣٦	٠.٦١	١.٥٤
١٢	٢.٣٨	٠.٦١	٠.٤٣-	٣٦	١.٤٢	٠.٥٤	٠.٧٧	٦٠	١.٤٠	٠.٦٩	١.٤٨	٨٤	١.٢٤	٠.٤٤	١.٢٣
١٣	٢.٢٩	٠.٦٦	٠.٣٩-	٣٧	١.٩٣	٠.٦٢	٠.٠٤	٦١	١.٨٤	٠.٧٧	٠.٢٨	٨٥	٢.٦٠	٠.٦٥	١.٤١-
١٤	٢.٣٦	٠.٧١	٠.٦٢-	٣٨	٢.٠٢	٠.٧٥	٠.٠٤-	٦٢	٢.٥٣	٠.٦٦	١.١٢-	٨٦	٢.٤٩	٠.٦٦	٠.٩٤-
١٥	٢.٤٤	٠.٦٦	٠.٧٨-	٣٩	١.٧٣	٠.٧٢	٠.٤٥	٦٣	٢.٢٩	٠.٨٢	٠.٦٠-	٨٧	٢.٨٠	٠.٤١	١.٥٥-
١٦	٢.١٨	٠.٧٤	٠.٣١-	٤٠	١.٨٤	٠.٦٧	٠.١٩	٦٤	١.٦٠	٠.٦٩	٠.٧٢	٨٨	٢.١٨	٠.٨١	٠.٣٤-
١٧	١.٧٨	٠.٦٠	٠.١١	٤١	٢.٢٧	٠.٦٩	٠.٤٠-	٦٥	١.٨٢	٠.٨١	٠.٣٤	٨٩	٢.٦٩	٠.٥٦	١.٦٤-
١٨	٢.٤٧	٠.٦٦	٠.٨٦-	٤٢	١.٦٤	٠.٦٥	٠.٤٩	٦٦	١.٩٦	٠.٨٠	٠.٠٨	٩٠	٢.٤٧	٠.٦٩	٠.٩٤-
١٩	٢.٣٣	٠.٧٧	٠.٦٦-	٤٣	٢.٠٢	٠.٦٩	٠.٠٣-	٦٧	١.٩٨	٠.٦٦	٠.٠٢	٩١	٢.٧١	٠.٥٥	١.٧٩-
٢٠	٢.٣٣	٠.٦٠	٠.٢٩-	٤٤	١.٧١	٠.٥٩	٠.١٥	٦٨	١.٧٨	٠.٧٠	٠.٣٤	٩٢	٢.٢٠	٠.٨٩	٠.٤٢-
٢١	٢.٥٣	٠.٦٣	١.٠١-	٤٥	١.٧٨	٠.٧٧	٠.٤١	٦٩	٢.٠٧	٠.٧٢	٠.١٠-	٩٣	٢.٥٨	٠.٥٤	٠.٧٧-
٢٢	١.٦٠	٠.٧٢	٠.٧٨	٤٦	١.٩٦	٠.٦٠	٠.٠١	٧٠	١.٧٦	٠.٨٠	٠.٤٨	٩٤	٢.٦٩	٠.٥١	١.٣٦-
٢٣	٢.١٨	٠.٦٥	٠.١٩-	٤٧	١.٨٤	٠.٧٧	٠.٢٨	٧١	١.٩٨	٠.٦٩	٠.٠٣				

٢٤	٢.٤٤	٠.٦٢	٠.٦٦-	٤٨	١.٣١	٠.٦٠	١.٨٠	٧٢	٢.٠٩	٠.٧٠	٠.١٢-			
----	------	------	-------	----	------	------	------	----	------	------	-------	--	--	--

يتضح من جدول (١٥) ، إن المتوسطات الحسابية للعبارة البالغ عددها ٩٤ عبارة تتراوح ما بين ١.١٦ وحتى ٢.٨٢ ، وأن قيم معامل الالتواء لعبارة الاختبار تتحصر ما بين (± 3) وكلما اقترب معامل الالتواء من الصفر اقترب من الاعتدالية فيما عدا العبارتان ٣٣ ، ٣٤ تؤثر على اعتدالية العينة لذا تم حذفهما للاحتفاظ باعتدالية العينة.

أ - إيجاد العلاقة بين درجة كل عبارة ودرجة المحور التي ينتمي إليه :

جدول (١٦)

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة المحور لاختبار التفكير اللاعقلاني للمدرسين
(ن = ٤٥)

م	المحاور														
	طلب الاستحسان الاجتماعي	م	استهداف الكمال الشخصي	م	اللوم القاسي للذات وللاخرين	م	توقع الكوارث	م	التهور الانفعالي	م	القلق المعوق للأداء	م	تجنب المشكلات	م	الاعتماد على الآخرين
١	**٠.٥٥٨	١٣	**٠.٧٤٤	٢٣	**٠.٥٨٥	٣٣	**٠.٣٨٧	٤٩	**٠.٧٢٤	٦٠	**٠.٤١٩	٧١	٠.١٩٧	٨٢	**٠.٥٢٩
٢	٠.٢٧٠	١٤	**٠.٥١٠	٢٤	**٠.٧٤٣	٣٤	**٠.٤٦٣	٥٠	**٠.٦٠٣	٦١	**٠.٤٤٧	٧٢	**٠.٦٣٤	٨٣	**٠.٥٩٧
٣	٠.٠٣٤	١٥	**٠.٤٠١	٢٥	**٠.٧٥٨	٣٥	٠.٢٦٨	٥١	**٠.٥٢٥	٦٢	**٠.٦٩٨	٧٣	**٠.٦٤٩	٨٤	**٠.٤٢٨
٤	٠.٢٦٥	١٦	**٠.٥٩٤	٢٦	**٠.٦٨٩	٣٦	٠.٣٣١	٥٢	**٠.٦٤٧	٦٣	**٠.٦٢٦	٧٤	**٠.٧١٧	٨٥	**٠.٥٤٧
٥	**٠.٦٧٠	١٧	٠.٣٥٨	٢٧	**٠.٧٧٦	٣٧	**٠.٤٧١	٥٣	**٠.٣٩٢	٦٤	**٠.٦١٨	٧٥	**٠.٧٤٧	٨٦	**٠.٤٤١
٦	**٠.٤٧٣	١٨	**٠.٥٦٤	٢٨	**٠.٥٩٣	٣٨	**٠.٥٢٦	٥٤	**٠.٥٦٨	٦٥	**٠.٧٠٦	٧٦	٠.٣١٣	٨٧	**٠.٦٢٤
٧	**٠.٦٣٠	١٩	**٠.٤٩٢	٢٩	**٠.٥٠٢	٣٩	**٠.٤٤٧	٥٥	**٠.٤٨٦	٦٦	**٠.٤٤٠	٧٧	**٠.٤٣٥	٨٨	**٠.٦٣١
٨	**٠.٦٨٤	٢٠	**٠.٥١٩	٣٠	**٠.٥٤٧	٤٠	**٠.٤٠٤	٥٦	٠.٣٢٧	٦٧	٠.٣١٦	٧٨	**٠.٤١٢	٨٩	**٠.٧٢٠
٩	**٠.٥٣٧	٢١	**٠.٥٠٣	٣١	**٠.٥١٤	٤١	**٠.٣٦٨	٥٧	**٠.٧٥٤	٦٨	**٠.٤٩٨	٧٩	**٠.٣٧٦	٩٠	**٠.٧٣١
١٠	**٠.٥٨٢	٢٢	**٠.٤٩١	٣٢	٠.١٩٠	٤٢	**٠.٥١٩	٥٨	**٠.٥٢١	٦٩	**٠.٥٠١	٨٠	٠.٣١٧	٩١	**٠.٦٥٤
١١	**٠.٤١٥					٤٣	**٠.٤٣١	٥٩	**٠.٤٨٠	٧٠	**٠.٦٣٥	٨١	٠.٣١١		
١٢	**٠.٤٣٤					٤٤	٠.٢٤٦								
						٤٥	٠.٣٢٧								
						٤٦	**٠.٥٠٩								
						٤٧	**٠.٦٣٩								
						٤٨	**٠.٤٢٥								

* دال إحصائيا عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٢٩٦

** دال إحصائيا عند مستوى معنوية ٠.٠١ = ٠.٣٨١

يتضح من جدول (١٦) ، جميع قيم معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور التي تنتمي إليها دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ وعند مستوى ٠.٠١ ، ما عدا ٦ عبارات غير دالة إحصائياً حيث ان قيمة "ر" المحسوبة اقل من قيمتها الجدولية موزعة كالتالي : ٣ عبارات بالمحور الاول ، وعبارة واحدة بكل من المحور الثالث والرابع والسابع وأرقامها على التوالي ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٣٢ ، ٤٤ ، ٧١ ، وبذلك أصبح الاختبار مكون من ٨٦ عبارة و ٨ محاور .

ب - إيجاد العلاقة بين درجة كل محور والدرجة الكلية للاختبار جدول (١٧)

قيم معاملات الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لاختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين

(ن = ٤٥)

محاور الاختبار	طلب الاستحسان الاجتماعي	استهداف الكمال الشخصي	اللوم القاسي للذات وللآخرين	توقع الكوارث	النهور الانفعالي	القلق المعوق للأداء	تجنب المشكلات	الاعتماد على الآخرين	الدرجة الكلية
طلب الاستحسان الاجتماعي		٠.٢٢٠	٠.٠٤٧	٠.١٢٧-	٠.٠٥٢-	٠.٠٩٢	٠.٠١٧	٠.١٧١	٠.٢٧٦-
استهداف الكمال الشخصي	٠.٢٢٠		٠.١٣٣	٠.٢٦٣	*٠.٣٤٢	**٠.٤٦٥	٠.١٠٠	*٠.٣١٥	**٠.٦١٩
اللوم القاسي للذات وللآخرين	٠.٠٤٧	٠.١٣٣		٠.٢٣٧	٠.١١٢	٠.٠٣٦-	٠.٠٣٨	٠.٠٤٦	*٠.٣٢٣
توقع الكوارث	٠.١٢٧-	٠.٢٦٣	٠.٢٣٧		**٠.٤٦١	*٠.٣١٥	٠.٢١٦	*٠.٣٤٤	**٠.٦٢٦
النهور الانفعالي	٠.٠٥٢-	*٠.٣٤٢	٠.١١٢	**٠.٤٦١		**٠.٤٩٣	*٠.٣٧٠	٠.٢٨٨	**٠.٦٨٢
القلق المعوق للأداء	٠.٠٩٢	**٠.٤٦٥	٠.٠٣٦-	*٠.٣١٥	**٠.٤٩٣		**٠.٤١٤	**٠.٥١٠	**٠.٧٤٦
تجنب المشكلات	٠.٠١٧	٠.١٠٠	٠.٠٣٨	٠.٢١٦	*٠.٣٧٠	**٠.٤١٤		**٠.٤١٧	**٠.٥٦٧
الاعتماد على الآخرين	٠.١٧١	*٠.٣١٥	٠.٠٤٦	*٠.٣٤٤	٠.٢٨٨	**٠.٥١٠	**٠.٤١٧		**٠.٦٨١
الدرجة الكلية	٠.٢٧٦-	**٠.٦١٩	*٠.٣٢٣	**٠.٦٢٦	**٠.٦٨٢	**٠.٧٤٦	**٠.٥٦٧	**٠.٦٨١	

**دال عند مستوى معنوى ٠.٠٠٥ = ٠.٢٩٦

*دال إحصائياً عند مستوى معنوى ٠.٠٠١ = ٠.٣٨١

يتضح من جدول (١٧) ، وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين جميع محاور الاختبار وبين الدرجة الكلية ماعدا المحور الأول (طلب الاستحسان الاجتماعي) ، وقد تم حذف المحور الأول بعباراته ليصبح عدد عبارات الاختبار ٧٧ عبارة . وهذا يدل على تميز هذا الاختبار بمعامل صدق مرتفع .

ثانياً : حساب معامل الثبات لاختبار التفكير اللاعقلاني للمدربين

أ - الثبات بطريقة التجزئة النصفية : قامت الباحثتان باختيار طريقة التجزئة النصفية كما قامتا بحساب معامل الارتباط بين المجموعتين عن طريق معامل ألفا كرونباخ ليعطى مؤشر فكلما اقترب من الواحد الصحيح زاد الثبات جدول (١٨) .

جدول (١٨)

الثبات بطريقة التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ

المحاور	عدد العبارات	معامل ألفا	معامل الارتباط التجزئة النصفية	أرقام العبارات المحذوفة	عدد العبارات بعد الحذف
استهداف الكمال الشخصي	١٠	٠.٧٠	٠.٧٢	١٧	٩
اللوم القاسى للذات وللآخرين	٩	٠.٨٣		٢٩- ٢٨- ٢٦- ٢٤	٥
توقع الكوارث	١٥	٠.٧٠		- ٤٦- ٣٨- ٣٧	١١
النهور الانفعالى	١١	٠.٧٦		٥٩- ٥٦	٩
القلق المعوق للأداء	١٢	٠.٧٨		٧٢	١١
تجنب المشكلات	١٠	٠.٦٨		٨٣- ٨٢- ٨٠	٧
الاعتماد على الآخرين	١٠	٠.٧٩		-	١٠
الدرجة الكلية للاختبار	٧٧	٠.٨٩			٦٢
مجموع عدد العبارات				١٥	

يتضح من جدول (١٨) أن ، الاختبار أصبح يتميز بمعامل ثبات عالى وذلك بعد حذف عدد ١٥ عبارة نظراً لأنها تؤثر سلبياً على ثبات الاختبار لارتفاع قيمتها عن قيمة معامل ألفا كرونباخ للمحور التى تنتمى إليه وأصبح عدد عباراته ٦٢ عبارة ، كما أن معامل ألفا للمحاور الذى تراوح بين ٠.٦٨ : ٠.٨٣ جميعها أقل من معامل ألفا للمجموع الكلى للاختبار والذى بلغ ٠.٨٩ كما بلغ معامل الارتباط باستخدام طريقة التجزئة النصفية ٠.٧٢ ، وذلك يدل على وجود ثبات عالٍ وقوى للاختبار ككل. وبذلك أصبحت الصورة النهائية للاختبار مكون من ٧ محاور و ٦٢ عبارة ملحق (ح).

المعالجة الاحصائية للبيانات

إستعانت الباحثتان فى هذه الدراسة بالمعالجات الاحصائية التالية :

- الاحصاء الوصفى (المتوسط الحسابى . الانحراف المعياري . معامل الالتواء) .
- معامل الارتباط لـ بيرسون .
- التحليل العاملى .
- معامل ألفا كرونباخ .
- معادلة جتمان للتجزئة النصفية .

الإستخلاصات

فى إطار ما أسفرت عنه النتائج وتحقيقاً لهدف البحث وفروضه وفى حدود عينة البحث وإجراءاته تقدم

الباحثان الإستخلاصات التالية :

أولاً: اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين

١. تم اجراء التحليل العاملى لاختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين " ٨٠ عبارة" باستخدام التدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس لكايزر ، حيث تشبعت عبارات الاختبار بتشبعات تقع ما بين ٠.٣ فأكثر ، وقد إستخلصت ٦ عوامل، وكان أعلى تشبع على العامل الأول" توقع الكوارث " ٨ عبارات، والعامل الثانى " اللوم القاسى للذات وللآخرين" ٨ عبارات ، يليها العامل الثالث" التهور الانفعالى" ٧ عبارات ، والعامل الرابع" الاعتماد على الآخرين" ٥ عبارات ، والعامل الخامس" استهداف الكمال" ٥ عبارات ، والعامل السادس" تجنب المشكلات" ٤ عبارات وبذلك أصبح عدد عبارات الاختبار ٣٧ عبارة .

٢. تميز اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين بمعامل الصدق فى قياس ما وضع من أجله، لوجود علاقة إرتباطية بين محاور الاختبار والدرجة الكلية له دالة احصائياً عند مستوى معنوى ٠.٠١، ٠.٠٥ تراوحت بين ٠.٣٣٦ ، ٠.٧٣٥ مما يدل على اتساق داخلى للاختبار ومحاوره .

٣. تميز اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين بمعامل ثبات عالٍ ، حيث باستخدام طريقة التجزئة النصفية كان معامل الارتباط ٠.٧٢، وقد تراوح معامل الإرتباط بطريقة ألفا كرونباخ ٠.٨٢، مما يفيد إمكانية الاعتماد عليه كإختبار مقنن لقياس التفكير اللاعقلانى لدى الرياضيين من الجنسين .

٤. اقترحت الباحثتان صورة مختصرة للاختبار تمثل العبارات التى تشبعت على العوامل الستة بتشبعات عالية عند ٠.٥ فأكثر ويضم ٢٨ عبارة ، وهدفها التنبؤ بالتفكير اللاعقلانى لدى الرياضيين لمساعدة المدرب عند انتقاء الناشئين ممن يمتلكون تفكير عقلانى ، بينما هدفت الصورة المطولة لاختبار التفكير اللاعقلانى المكون من ستة عوامل و ٣٧ عبارة الى اكتشاف التفكير اللاعقلانى لدى الرياضيين وبالتالي مساعدة المدرب على وضع برامج الاعداد النفسى لمعالجة هذا النوع من التفكير التى تؤثر سلباً على مستوى أداء الرياضى .

ثانياً : اختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين

١. تم التأكد من معامل الصدق لاختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين " ٨ عوامل - ٩٤ عبارة " ، العوامل هى " طلب الاستحسان الاجتماعى - استهداف الكمال الشخصى- اللوم القاسى للذات وللآخرين- توقع الكوارث- التهور الانفعالى- القلق المعوق للأداء- تجنب المشكلات- الاعتماد على الآخرين " بعدة طرق " صدق المحتوى- المحكمين- الاتساق الداخلى" ، حيث تم حذف العبارات أو المحاور التى كانت معاملات ارتباطها المحسوبة أقل من معامل الارتباط الجدولى لها ، وأصبح الاختبار يتكون من ٧ عوامل وذلك بعد حذف محور طلب الاستحسان الاجتماعى.

٢. تميز الاختبار بمعامل ثبات عالٍ حيث بلغ معامل ألفا كرونباخ للاختبار ٠.٨٩ ، كما أن معامل ألفا للمحاور تراوح بين ٠.٦٨ : ٠.٨٣ جميعها أقل من معامل ألفا للمجموع الكلى للاختبار، وقد بلغ معامل الارتباط باستخدام طريقة التجزئة النصفية ٠.٧٢ .

٣. توصلت الباحثتان إلى الصورة النهائية لاختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين المكون من ٦٢ عبارة موزعة على ٧ محاور .

التوصيات

فى إطار ما أسفرت عنه النتائج وتحقیقاً لهدف البحث وفروضه وفى حدود عينة البحث وإجراءاته تقدم الباحثان التوصيات التالية :

١. ضرورة استخدام المدرب لاختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين كأداة قياس جديدة لاكتشاف طريقة التفكير التى يسلكها الرياضيين حتى يتمكن من وضع برامج تدريب عقلى ضمن البرنامج التدريبى لمحاولة التحكم والسيطرة على الأفكار اللاعقلانىة التى قد تمنع الرياضى من أداء مهامه بشكل جيد.
٢. ضرورة الاستفادة من تطبيق اختبار التفكير اللاعقلانى للرياضيين من الجنسين فى عملية انتقاء اللاعبين ذوى التفكير العقلانى لضمان استمرارهم والوصول لأعلى المستويات الرياضية .
٣. ضرورة تطبيق اختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين للتعرف على الأفكار التى تدور فى أذهانهم وقد تؤثر بصورة سلبية عليهم وعلى مستوى الأداء للرياضيين .
٤. يسهم تطبيق اختبار التفكير اللاعقلانى للمدربين فى توجيه النظر لأهمية برامج تدريب عقلى للمدربين لما لهم من دور مؤثر وموجه لتفكير الرياضيين الذى بدوره يؤثر على مستوى أدائهم .
٥. ضرورة اجراء أبحاث للتعرف على علاقة التفكير اللاعقلانى وبعض المتغيرات النفسية و البدنية و المهارية و الخطئية لدى الرياضيين .
٦. ضرورة اجراء ابحاث للتعرف على الفروق فى التفكير اللاعقلانى وفقاً للجنس ووفقاً لطبيعة الانشطة الفردية والجماعية .
٧. ضرورة عمل ندوات توعية للمدربين والرياضيين للتأكيد على التأثيرات السلبية الناتجة عن المعتقدات والأفكار اللاعقلانىة التى يتبناها أى فرد .
٨. ضرورة عمل دورات صقل لتوضيح أهمية الدور المؤثر للأخصائى النفسى الرياضى فى مواجهة وتعديل الأفكار اللاعقلانىة لدى الفرد .
٩. ضرورة الاعتراف بوجود أخصائى نفسى رياضى ضمن الجهاز الفنى لأى فريق رياضى لضمان تمثيل مصر فى المحافل الدولية والأولمبية .
١٠. ضرورة الإستعانة بمتخصصى علم نفس رياضى من كليات التربية الرياضية ضمن الجهاز الفنى لأى فريق رياضى إيماناً بالتخصص المهنى الدقيق .
١١. ضرورة التعامل الإيجابى بين الأخصائى النفسى الرياضى التربوى ومدربى الفرق دون تعالٍ طالما كل منهم يدرك تخصص الآخر دون خلط فى التخصصات وذلك لضمان مصلحة الفرق القومية وفى النهاية مصلحة الوطن .
١٢. ضرورة إجراء أبحاث عن التفكير الناقد لأنه من القضايا التربوية الهامة التى تقود عمليات حل المشكلات بكفاءة واتخاذ القرارات السليمة، وينمى القدرة على المناقشة، والحوار، والقدرة على التواصل، والتفاوض مع الآخرين.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

١. أرون بيك (٢٠٠٠). العلاج المعرفى والاضطرابات الانفعالية ، ترجمة : عادل مصطفى ، دار الآفاق العربية، القاهرة.
٢. أشرف حسب الله ، عصام العقاد (٢٠٠٠م).الأفكار اللاعقلانية وعلاقته بالدوجماتية والمرونة والتصلب والرفض الوالدى لدى طلبة جامعة الزقازيق وجنوب الوادى، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد العاشر، العدد ٢٥ ؛ ص ٨١.
٣. جوديث بيك(٢٠٠٧) . العلاج المعرفى الأسس والأبعاد ، ترجمة : طلعت مطر، المركز القومى للترجمة، القاهرة.
٤. خالد بن ناهس العتيبي(٢٠٠٧) . أثر استخدام بعض أجزاء برنامج الكورت فى تنمية مهارات التفكير الناقد وتحسين مستوى التحصيل الدراسى لدى عينة من طلاب مرحلة الثانوية بمدينة الرياض-دراسة تحليلية، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية جامعة أم القرى بمكة المكرمة، المملكة العربية السعودية.

٥. سلطان بن موسى العويضة (٢٠٠٩). العلاقة بين الأفكار العقلانية- اللاعقلانية ومستويات الصحة النفسية عند عينة من طلبة جامعة عمّان الأهلية، مجلة رسالة الخليج العربي، كلية التربية، جامعة الملك سعود، العدد ١١٣، السنة الثلاثون؛ ص ١٠٩-١٥٣.
٦. سليمان الريحاني (١٩٩٩م). تطوير اختبار الافكار العقلانية واللاعقلانية، مجلة الدراسات النفسية، المجلد ١٢، العدد ١١؛ ص ١٥،١٧.
٧. سناء حامد زهران (٢٠٠٤). الإرشاد والصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، عالم الكتاب.
٨. سو نايت (٢٠٠٦): البرمجة اللغوية العصبية في العمل"، ترجمة مكتبة جرير، ط٣، الرياض.
٩. شايع عبد الله مجلى (٢٠١١). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة كلية التربية بصعدة، جامعة عمران، مجلة جامعة دمشق، كلية التربية، جامعة دمشق، العدد ٢٧؛ ص ١٩٣-٢٤١.
١٠. صدقى نور الدين (٢٠٠٦). إدراك الكفاية ودوافع اشتراك النشء فى النشاط الرياضى، مقال منشور، الإعداد النفسى للبطل الرياضى، التوجهات-التطبيقات"، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى بالتعاون مع قسم علم النفس الرياضى، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان الإصدار الثالث؛ ص ٩٥-١٠٠.
١١. صفوت فرج (٢٠٠٠)، التحليل العاملى فى العلوم السلوكية، دار الفكر العربى، القاهرة
١٢. عبد الحفيظ اسماعيل (٢٠٠٦). أسلوب حياة الرياضى مدخل لمواجهة ضغوط التدريب والمنافسة، مقال منشور، الإعداد النفسى للبطل الرياضى " التوجهات-التطبيقات"، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى بالتعاون مع قسم علم النفس الرياضى، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، الإصدار الثالث؛ ص ١٥٦-١٦٥.
١٣. علاء عبد الرحمن محمد الوتد (٢٠١١). مستوى التفكير التكتيكي لدى لاعبي أندية المحترفين لكرة القدم بالضفة الغربية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس
١٤. غرم الله بن عبد الرازق بن صالح الغامدى (٢٠٠٩). التفكير العقلانى والتفكير غير العقلانى ومفهوم الذات ودافعية الإنجاز لدى عينة من المراهقين المتفوقين دراسياً والعاديين بمدينة مكة المكرمة وجدة، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
١٥. فطوم بنت محمد السيف محمد البراق (٢٠٠٨). التفكير اللاعقلانى وعلاقته بتقدير الذات ومركز التحكم لدى طلاب الجامعات بالمدينة المنورة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية للبنات، جامعة طيبة، المدينة المنورة، المملكة العربية السعودية.
١٦. فهد بن عبد الرحمن الشميمرى (٢٠١٠). التربية الاعلامية، مكتبة الملك فهد الوطنية - الرياض.

١٧. كارول هاريس ، ترجمة فؤاد الدواش (٢٠٠٥) ، البرمجة اللغوية العصبية " دليل تمهيدى وفن التميز " ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
١٨. كامل حسن كتلو، تيسير عبدالله(٢٠١١) . نوعية الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، السنة الرابعة والعشرون، العددان " ٨٨ ، ٨٩ " ، ص ٦٤-٨٩ .
١٩. محمد أحمد شاهين، محمد نزيه حمدى(٢٠٠٨) . العلاقة بين التفكير اللاعقلانى وضغوط مابعد الصدمة لدى عينة من طلبة جامعة القدس المفتوحة فى فلسطين وفاعلية برنامج ارشادى عقلانى انفعالى فى خفضها، بحث منشور، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات، العدد ١٤؛ ص ١١-٦٢ .
٢٠. محمد حسن علاوى (٢٠١٢) . علم نفس الرياضة والممارسة البدنية، مطبعة المدنى ، المؤسسة السعودية ، القاهرة.
٢١. محمد سيد عبد العظيم (٢٠٠٠) . اثر الارشاد العقلانى الانفعالى فى تعديل الاتجاه نحو الزواج العرفى لدى الشباب الجامعى ، مجلة البحث فى التربية وعلم النفس ، كلية التربية ، مجلد ١٣ ، العدد ٣ ، جامعة المنيا. ص ١٢٦ - ١٥١ .
٢٢. محمد عبد الظاهر الطيب ، محمد عبد العال الشيخ (١٩٩٠) . الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طلاب الجامعة وعلاقتها بالجنس والتخصص الاكاديمى، بحوث المؤتمر السنوى السادس لعلم النفس فى مصر، القاهرة ؛ ص ٢٤٩ - ٢٦٣ .
٢٣. محمد لطفى طه (٢٠٠٦) . النمط العصبى للاعب وفاعلية الإعداد النفسى ، مقال منشور، الإعداد النفسى للبطل الرياضى " التوجهات-التطبيقات"، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى بالتعاون مع قسم علم النفس الرياضى ، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان ، الإصدار الثالث؛ ص ١٤٣ - ١٤٤ .
٢٤. معتز سيد عبد الله ، محمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٢) . مقياس الأفكار اللاعقلانية للأطفال والمراهقين ، مركز البحوث والدراسات النفسية ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة؛ ص ١ - ٤٩ .
٢٥. منال عبد النعيم طه ، امال مصطفى الصايغ (٢٠١٠) . أثر المعلومات المدخلة تحت العتبة الإدراكية فى تعديل الأفكار اللاعقلانية لدى طالبات الجامعة ، مجلة دراسات عربية فى علم النفس ، المجلد التاسع ، العدد الثالث، القاهرة ؛ ص ٦٠٧ - ٦٤٢ .
٢٦. نادر فهمى الزبيد (١٩٩٨) . نظريات الارشاد والعلاج النفسى ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، جامعة عين شمس.
٢٧. ناديا متى فخرانى (٢٠٠٤) . التفكير العقلانى واللاعقلانى وتأثيره على الشخصية، مجلة الجيش، تصميم قيادة الجيش اللبناني ، مديرية التوجيه، العدد ٢٢٥ .
٢٨. نشوة عبد التواب حسين (٢٠١١) . الأفكار اللاعقلانية المنبئة بانفعال الغضب، مجلة دراسات نفسية ، المجلد ٢١، العدد الثانى، القاهرة ؛ ص ٢٠٧-٢٤٤ .

٢٩. نمير حسن (١٩٩٢) . العلاقة السببية بين المعتقدات اللاعقلانية والقلق العصابي لدى طلبة الجامعة ،
الجامعة المستنصرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، بغداد .
٣٠. يسرى أبو العينين (٢٠٠٦) . مدى فعالية برنامج مهارات الوعي بالمعرفة في تعديل الافكار اللاعقلانية
، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية الاداب ، جامعة المنوفية .
ثانياً : المراجع الأجنبية

- 31.Christopher J. Fives, Grace Kong, J. Ryan Fuller, Raymond DiGiuseppe(2011).
Anger, Aggression, and Irrational Beliefs in Adolescents, *Cognitive
Therapy and Research*, 35(3); pp. 199–208.
- 32.Damon B., Thomas D., Raedeke (2008). *Sport psychology for Coaches*,
United state of America.
33. Ellis, A., (1995) .Thinking processes involved in irrational beliefs and their
disturbed consequences, *Journal of cognitive psychotherapy: An
International Quarterly*, 9(2), pp.105–116.
34. Helena M., (2012). Style of Thinking about Doping among Sports persons:
Characterizing the Attitudes of Risk–takers and Risk–Avoiders,
Biology of Sport, 29(2); pp.151–155.
- 35 .Hooper, S. R., & Layne, C. C. (1983). The Common Belief Inventory for
Students: A measure of rationality in children. *Journal of
Personality Assessment*, 47, 85–90.
36. Kelley, Thomas M., (2001).The need for a principle–based positive
psychology, *American psychologist*, 56 (1); pp.88–89.
- 37.Modi,D &Thingujam, N.,(2007).Role of anger and irrational thinking on minor
physical health problems among married couples. *Journal of Indian
Academy of Applied Psychology*, 33 (1); pp.119–128.
38. Persampiere ,J.,(2009) . Anger reactivity and treatment adherence among
court mandated partner–violent men. *Master of Arts Dissertation*,
University of M.Portegal;G.Stemmler(Eds.pp.3–8).
- 39.Tajularipin S.,Roselan B.,Borhannudin A.,Maryam G.G.,(2013). Review of
Critical Thinking and Fighting Spirit among Athletes, *International
Journal of Humanities and Social Science*,3(3) ;pp.169–177.

