

# التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

الجامعة المستنصرية/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

## الملخص:

من خلال متابعة الباحثة المستمرة لأكثر من لعبة فردية او جماعية ومراقبته للاعبين فضلاً عن علاقتها ببعض منهم وجدت أن هناك ضعفاً في التوافق النفسي لدى بعض اللاعبين مما دعا الباحثة لدراسة هذه الظاهرة ، كونها ظاهرة تحدث لبعض اللاعبين وتؤدي إلى تراجع مستوياتهم وإنجازاتهم عند أداء مهاراتهم بالرغم من استمرارهم بالتدريب أثناء الدرس.

## اهداف البحث :

- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في لعبة الجمناستيك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة.

- التعرف على علاقة التوافق النفسي بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والفرقية في لعبة الجمناستيك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة.

وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ذي الأسلوب المسحي لأنه الأسلوب الأكثر ملائمة لطبيعة المشكلة وتحقيق أهداف الدراسة اما مجتمع وعينة البحث تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وتكونت عينة البحث من (15) طالبا للألعاب الفردية في لعبة الجمناستيك و (15) طالبا للألعاب الفرقية في كرة السلة اذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبهذا يصبح المجموع الكلي لعينة البحث (30) طالبا.

أهم الاستنتاجات التي توصل اليها الباحثة هي:

1- وجود فروق معنوية وبدلالة احصائية بين التوافق النفسي والألعاب الفردية (الجمناستيك) والألعاب الفرقية (كرة السلة)

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

2- وجود فرق معنوي بين مستوى الاداء في لعبة الجمنا ستك والتوافق النفسي وبدلاله احصائية.

3- لا توجد فروق معنوية بين مستوى الاداء بكرة السلة والتوافق النفسي وبدلاله احصائية.

وأهم التوصيات التي اوصت بها الباحثة هي

1- إعداد برامج متطورة لدعم التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة الكلية ومساعدتهم وتدريبهم على خطوات ومهارات ضبط النفس والتحكم في انفعالاتهم.

## 1-التعريف بالبحث:

### 1-1 مقدمة البحث:

تتميز الألعاب الفردية والفرقية بتعدد فعاليتها وتغير مواقفها في اللعبة الواحدة في سرعة تتطلب من لاعبيها الاحتفاظ بمستوى عال من التوافق النفسي طوال مدة التدريب والمنافسة، فاللاعبين الذين يكون لديهم توافق سلبي يواجهون صعوبات أكثر سواء في التدريب أم المنافسات ولا يستطيعون التوافق معها وبالتالي تؤدي إلى ظهور الأعراض النفسية والجسمية مع عدم القدرة على تحقيق النتائج الجيدة، على العكس من اللاعبين الذين يكون لهم توافق نفسي ايجابي فانهم لا يعانون من تلك الصعوبات وبالتالي النجاح وتحقيق النتائج الجيدة وهم أكثر قدرة وسيطرة على أحداث البيئة المحيطة بهم في التدريب والمنافسات وهم أكثر التزاما بالنشاطات التي يمارسونها. ويؤثر التوافق النفسي في مدى استمرار الرياضي في التدريب والمنافسة ويساهم في تطوير إمكانية اللاعب البدنية والمهارية والخطئية و نوعية الجهد الذي يبذله في التدريب والمنافسات ، الأمر الذي يؤدي إلى تحسين العملية التدريبية وتطوير مستوى الإنجاز الرياضي.

### 1-2 مشكلة البحث:

نظرا لضغوط التدريبية التي يتعرض لها الطلبة من قبل المدرسين فضلاً عن ضغوط المنافسات بين الطلبة، كل هذا يتطلب من اللاعب أن يكون لديه توافق نفسي عال جداً من أجل مواجهة هذه الضغوط مما يؤدي إلى حالة من التقلب الانفعالي المستمر ، مما يجعله في حالة صراع دائم يؤثر على التوافق النفسي للرياضي خلال التعلم أو التدريب أو المنافسات وصولاً إلى الانجاز الرياضي.

ومن خلال متابعة الباحثة المستمرة لأكثر من لعبة فردية أو جماعية ومراقبته اللاعبين فضلاً عن علاقته ببعض منهم وجدت أن هناك ضعفاً في التوافق النفسي لدى بعض اللاعبين مما دعا الباحثة لدراسة هذه الظاهرة ، كونها ظاهرة تحدث لأغلب اللاعبين وتؤدي إلى تراجع مستوياتهم وإنجازاتهم عند أداء مهاراتهم بالرغم من استمرارهم بالتدريب اثناء الدرس.

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

### 1-3 أهمية البحث:

يعد التوافق النفسي احدى المفاهيم النفسية المهمة لدى اللاعبين والذي لم تعط له أهمية كبرى في التدريب والمنافسات في الألعاب الفردية او الفرقية بالرغم من ان له دور مهم وفاعل في التقليل من حدوث التأثيرات السلبية النفسية التي تحدثها ظروف العمل الرياضي نتيجة ضغوط التدريب والمنافسات والنتائج السلبية التي يحصلون عليها اللاعبين.

لذا تكمن أهمية هذه الدراسة ، في أن ظاهرة التوافق النفسي متغير مهم وأساس في أداء الرياضي، لذا ارتأت الباحثة قياس التوافق النفسي لدى اللاعبين لبعض الألعاب الفردية والفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة من أجل مساعدة المدربين لمعرفة مستوى التوافق النفسي لدى لاعبيهم ومدى تأثيره على الانجاز الرياضي..

### 1-4 اهداف البحث:

1- التعرف على مستوى التوافق النفسي لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في لعبة الجمناستك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة.

2- التعرف على التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والفرقية في لعبة الجمناستك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة.

### 1-5 فروض البحث:

1- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى التوافق النفسي بين لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في لعبة الجمناستك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة

2- هناك فروق ذات دلالة احصائية للتوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري بين لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في لعبة الجمناستك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة

### 1-6 مجالات البحث:

1-6-1 المجال الزمني: المدة من 2017/11/10 ولغاية 2018/5 /6

1-6-2 المجال البشري: عينة من طلبة المرحلة الثالثة بالألعاب الفردية (جمناستك) والألعاب الفرقية (كرة السلة) في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /الجامعة المستنصرية.

1-6-3 المجال المكاني: ملاعب وقاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة /الجامعة المستنصرية.

### 1-7 تحديد المصطلحات:

عرّف "القذافي" التوافق النفسي: " بأنه قدرة الفرد على النظر إلى الأمور بشكل واقعي وموضوعي وتعيين نقاط القوة والضعف فيه والعمل على تنمية قدراته واستعداداته إلى أقصى حد ممكن.( جابر ، 1973 : 203)

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

وعرفه "بارنهارت" بأنه "العملية التي من خلالها يكيف الإنسان نفسه للظروف الطبيعية او الاجتماعية المحيطة به" (barnhart, 1983 : 272)

الأداء المهاري : نظام خاص لحركات تؤدي في نفس الوقت و حركات تؤدي بالتوالي , و يقوم هذا النظام بالتنظيم الفعلي للتأثيرات المتبادلة للقوة الداخلية و الخارجية و المؤثرة في الفرد الرياضي استغلالها بالكامل و بفعالية لتحقيق أحسن النتائج الرياضية , و هو مستوى اللاعبين و مدى إتقانهم للمهارات التي تتضمنها اللعبة (الفتاح، 2001: 374)

## 2- الدراسات النظرية والمشابهة

### 1-2 الدراسات النظرية:

#### 1-1-2 التوافق النفسي:

تعد ظاهرة التوافق من المفاهيم المهمة الشائعة والأساسية في علم النفس بصورة عامة، والصحة النفسية بصفة خاصة ، ذلك إلى الحد الذي أشير فيه إلى أن علم النفس هو علم دراسة التوافق (Adjustment)، توافق الفرد، أو عدم توافقه مع متطلبات مواقف حياته مما تمليه عليه طبيعته التي هي بناؤه النفسي، استجابة لتلك المواقف وفي هذا الصدد يشير منن (Munn 1950) إلى أن علم النفس: (هو العلم الذي يهتم بعمليات التوافق العامة للكائن الحي ويدرسها). ويذهب آخرون إلى القول بأن علم النفس بكل فروعه ما هو إلا دراسة لعمليات التوافق وان كل مجالات الحياة ومواقفها يمكن النظر إليها من زاوية التوافق أو عدمه حيث أن كل موقف يثير السلوك يتطلب توافقا معه(دسوقي ، 1974 : 6-7).

فهو يشير بمعنى عام إلى أسلوب الحياة في حد ذاته ، كما انه يعني من جهة أخرى دينامية التوازن بين مجموع الأجزاء المكونة للشخصية ، والفرد السوي يبدو أنه يعيش بهدوء وطمأنينة إذ يأخذ الأشياء كما تتبدى له دون أن يتوقف عندها حتى لو كان يمر بظروف صعبة ، أما الشخص الأقل سوية فانه يضطرب بسهولة ويستغرق وقتا طويلا في محاولة العودة إلى حالته الطبيعية ، وان مصطلح ( توافق ) يستعمل للدلالة على نضج الفرد الذي لا يشذ عن المجموع في تصرفاته ويعرف بالمتوافق ، أما ذلك الذي لم يحصل التوافق المناسب لعمره فهو ( غير المتوافق ). وقد عرف "القذافي" التوافق النفسي : " بأنه قدرة الفرد على النظر إلى الأمور بشكل واقعي وموضوعي وتعيين نقاط القوة والضعف فيه والعمل على تنمية قدراته واستعداداته إلى أقصى حد ممكن " ( جابر ، 1973 : 203).

### 2-1-2 التوافق النفسي في المجال الرياضي :

يعد التوافق النفسي من المفاهيم المهمة والأساسية المتصلة بشخصية اللاعب وبصحته النفسية وعلاقته التكيفية مع الوسط البيئي والاجتماعي ، إذ يختلف اللاعبون من حيث قدراتهم

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

الجسمية والعقلية وإمكانياتهم الشخصية في شتى المجالات وطبقا لمبدأ الفروق الفردية بين اللاعبين نجد بعض اللاعبين ينزعجون انزعاجا شديدا عند حدوث أي تغيير غير متوقع في مجرى الأمور أو لعدم حصولهم على ما يريدون وقد يصل الأمر بهم إلى الاضطراب أو الانهيار لمجرد تعرضهم للإحباطات البسيطة ، وعلى العكس من ذلك فهناك من اللاعبين من يستطيع ان يواجه الضغوط وأحداث الحياة الصعبة بصلافة وقوة مع درجة عالية من التحمل والتوافق النفسي فيستطيع أن يواجه مواقف الإحباط باتزان وهدوء دون تسرع ، وان درجة مواجهة المشاق وتحمل الصعاب تعد من أهم مقاييس التوافق النفسي وإحدى مؤشرات التكيف السليم(مرسي ، 1985 : 10-11)

وينظر بعض الباحثين إلى التوافق على انه عملية مسايرة ومجارية اللاعب للبيئة الطبيعية والاجتماعية ، بينما ينظر البعض الآخر إلى التوافق على انه عملية تأثر وتأثير في البيئة لذلك يعد التوافق النفسي بمثابة حالة من الانسجام بين اللاعب وبيئته تتبدى في إرضاء أغلب حاجاته إلى جانب تصرفه تصرفا مرضيا إزاء مطالب البيئة سواء أكانت هذه المطالب تدريبية أو تنافسية أو اجتماعية ، ومن أجل توافق اللاعب مع مواقف الحياة المختلفة سواء في التدريب أو المنافسة فانه يستخدم أساليب توافقية مختلفة عندما تجابهه صعوبات في سبيل تحقيق أهدافه ومن هذه الأساليب (عوض 1980 : 226):

- 1- أسلوب المواجهة المباشرة : ويكون في صورة الاستعداد المباشر للتدريب والمنافسة والمشاركة الفعلية في المنافسات الخارجية وفهم كل الأجزاء الدقيقة من المنافسات .
  - 2- أسلوب بديل ذات قيمة إيجابية : ويكون هذا الأسلوب في صور كأن يحول اللاعب من الفعالية التي يمارسها إلى فعالية أخرى ، أو ينتقل من لعبة رياضية إلى لعبة أخرى .
- أسلوب بديل ذات قيمة سلبية :

ويكون في صورة التراجع وإهمال المشكلة، أو قد يفكر، وان اللاعب خلال التوافق بأسلوب المواجهة المباشرة للعقبات والمشكلات في التدريب والمنافسة يكون في حالة نشاط مستمر، وان اتباع هذا الأسلوب يقوي من شخصية اللاعب ويجعله أكثر استعدادا لمواجهة المشكلات في المستقبل ، و سلوكه يصبح أكثر تكاملا مما كان عليه قبل مجابهة العقبة ، أي انه يسهل عملية النمو والرقى نحو أساليب اكثر ملائمة لمواجهة المشكلات ؛ أما أسلوب البديل الإيجابي فقد يكون توافقا منطقيا اكثر من المواجهة المباشرة ،

أما أسلوب السلوك البديل السلبي فهو نشاط يستخدم حيلة من المراوغة للتملص من المواجهة الواقعية مما يؤدي إلى إضعاف قدرة اللاعب على مواجهة المشكلة التالية ، كما يقلل الشعور باستحقاق الذات. ومن اجل تحقيق الذات واستغلال القدرات يجب على اللاعب فهم

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

النفس والتقييم الواقعي الموضوعي للقدرات والإمكانات والطاقات البدنية ووضع أهداف يمكن تحقيقها. ويمر اللاعب قبل المنافسة بثلاث مراحل طبقاً لأعراض التوافق العام من حيث التقسيم الزمني لنشاط جزينات الأدرينالين (راتب ، 1998 : 22 )

**1-مرحلة الإنذار :** وتعد هذه المرحلة استجابة الجسم لعامل الشدة ويحدث فيها زيادة إفراز هرمون الأدرينالين وزيادة معدل النبض، بحيث يجهز الجسم نفسه لمواجهة الموقف الضاغط في إفراز هرمونات الغدد الصماء ( الدرقية ) مما يترتب عليها زيادة في كل من سرعة ضربات القلب ومعدل التنفس وتوتر في العضلات وزيادة في نسبة السكر في الدم(مطاوع ، 1977 : 66-67)

**2-مرحلة المقاومة :** وتختلف التعبيرات الوظيفية والكيموحيوية التي تحدث في هذه المرحلة عن المرحلة السابقة ، فيقل معدل النبض ويستمر في إفراز الأدرينالين ، ويحاول إصلاح الجسم وما سببته المرحلة الأولى .

**3-مرحلة الإنهاك :** إذا استمر موقف الشدة وهو طول الوقت منذ إدراك اللاعب ميعاد المباراة وحتى بدايتها فعلا فان الأعضاء تستنفذ قدرتها على التوافق ويبدأ ظهور الهبوط في توافق اللاعب للموقف ، إذ تضعف وسائل الدفاع والمقاومة ويتعرض اللاعب لعدة أمراض منها الصداع وارتفاع ضغط الدم و الأزمة القلبية وغيرها . (العزاوي ، 2004 : 27 )

**2-1-4العوامل المؤثرة في التوافق النفسي في المجال الرياضي.**

هناك جملة من العوامل التي تدخل ضمن التوافق وتؤثر عليه وربما تكون في بعض الأحيان هذه العوامل متداخلة فتؤثر على شخصية اللاعب ومن أبرز هذه العوامل :

**1-الحاجات الأولية والحاجات الشخصية :**

وهي مجموعة من الحاجات البيولوجية الجوهرية في جسم الكائن الحي وهذه الحاجات تكون فطرية ومتنوعة مثل الحاجة إلى الهواء والماء والغذاء والإخراج وتنظيم درجة حرارة الجسم والجنس والراحة ، وتتوقف حياة الإنسان على إشباع هذه الحاجات(المليجي ، 1971 : 118)

أما الحاجات الثانوية أو الشخصية فإنها أكثر غموضاً من الحاجات الأولية لأنها تمثل حاجات عقلية ومعنوية واجتماعية بدلا من الحاجات الوظيفية للجسم ، وتتطور وتنمو هذه الحاجات الثانوية وفقا للنضج العقلي للاعب، ومن أمثلة هذه الحاجات ( الثانوية ) المنافسة – تحقيق الذات – الانتماء – الاعتراف والتقدير والمحبة و النجاح وغيرها .

وتختلف الحاجات الثانوية من لاعب إلى آخر بدرجة تفوق تلك التي نراها في الحاجات الفسيولوجية الأولية كما أنها تنمو بالخصائص الآتية:

– أنها شديدة التأثير بالخبرة التي يمر بها اللاعب .

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

- أنها تتغير في داخل اللاعب ذاته .
- أنها تعمل في إطار الجماعة ولا تعمل منفردة .
- أنها تؤثر على السلوك بصفة عامة .
- أنها مشاعر غامضة وليست ملموسة كالحاجات الفسيولوجية .

## 2-العوامل الفسيولوجية :

تعود العوامل الفسيولوجية إلى بنية الجسم وما يحمله اللاعب من عوامل التكوين الوراثي وما يتأثر به من الحالات العارضة أو الطارئة التي تنتقل إليه من والديه أو من سلالته ، فهناك البعض من الآباء أو الأجداد ممن يحملون آثارا أو حالات مرضية وبالتالي تنتقل هذه إلى الأبناء عند ذلك يشعر هذا الكائن الحي الذي انتقلت إليه هذه الصفة الوراثية ذات الطابع المرضي بأنه شخص غير مكتمل ويشعر بعقدة اسمها عقدة الشعور بالنقص مهما كان نوع الخلل أو نوع العاهة لهذا اللاعب(إسماعيل ، 1959 : 56)

## 3-التعلم والطفولة وخبراتها :

إن القدرة على التوافق تنمو وتكتسب منذ الطفولة ، عندما يعطى الطفل الفرص والدوافع لتعلم التعامل مع الخبرة الانفعالية غير المسرّة، وكذلك تؤدي الأسرة وأساليب المعاملة الوالدية المتبعة في تربية الأبناء وتنشئتهم دورا مهما في توافق اللاعب ، وتختلف هذه التنشئة من مجتمع لآخر طبقا لنظامه الاجتماعي والاقتصادي والتربوي وما يسود المجتمع من اتجاهات وقيم وأنماط ثقافية ينعكس على وضع الأسرة واللاعب ومعاييرهما الأخلاقية وتؤثر في أساليب معاملة الوالدين للاعب ويحتل الوالدان الدور الأساس والمهم في تعلم الأبناء والتنشئة لأنهما المصدر الأول في إثباع معظم حاجاتهم الفسيولوجية والنفسية ، والقوة الأولى المباشرة في التنشئة التي تمارس تأثيرها على اللاعب منذ ولادته حتى مرحلة عمرية متأخرة من حياته(الهابط ، 1985 : 44)

## 4- القدرات العقلية :

القدرة هي القوة الفعلية على الأداء التي يصل إليها اللاعب عن طريق التدريب أو بدونه ، إذ تعد القدرات العقلية من أهم جوانب شخصية اللاعب المتوافقة التي يقوم عليها التوجيه ، إذ أن النجاح في التدريب والمنافسة إنما يقوم أولا على أساس من عليها التوجيه ، إذ أن النجاح في التدريب والمنافسة إنما يقوم أولا على أساس من قدرات اللاعب واستعداداته لمتابعة التدريب والمنافسة، فالقدرات العقلية والبدنية والحركية تشكل بصورة مجتمعة عوامل الإنجاز الرياضي فيجب التأكيد على تنمية هذه العوامل من خلال ممارسة الأنشطة الرياضية من أجل تنمية التوافق النفسي.

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

## 5-العوامل الاجتماعية والثقافية :

إن بعض اللاعبين يتميزون بالقدرة على إقامة علاقات اجتماعية موفقة مع اللاعبين الآخرين وعقد الصداقات وتدعيم الروابط في الجماعات التي تصلون بها ، وتعد هذه العلاقات أحد مقومات التوافق النفسي للاعب.

## 6- مدى تقبل اللاعب للحقائق المتعلقة بقدراته الجسدية والشخصية:

يختلف اللاعبون من حيث قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وإمكانياتهم الشخصية في شتى المجالات ، إذ أن هناك بعض اللاعبين تختلف طبيعته جسمه عما هو مألوف عند اللاعبين الآخرين فطول القامة عن الحد اللازم أو قصرها كالأقزام أو ضخامة الجسم أو نحافته بشكل كبير تجعل اللاعب غير متوافق مع نفسه ومع الآخرين ومع بيئته أيضا(خريبط ، 1988:

( 36

## 2-2 الدراسات المشابهة:

### 2-2-1دراسة واثق عمر موسى ( 1989)بناء مقياس للتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة

هدفت الدراسة إلى بناء مقياس للتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة ،وقياس التوافق النفسي لدى طلبة جامعة بغداد ،وهل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين البنين والبنات من طلبة الجامعة في التوافق النفسي .تألفت عينة البحث من طلبة جامعة بغداد والبالغ عددهم ( 500 ) طالب وطالبة وقام بتحديد سبعة مجالات للمقياس وهي(التوافق الديني، التوافق الأسري، التوافق الاجتماعي، التوافق الاقتصادي، التوافق الانفعالي، التوافق الجسمي، التوافق المدرسي)، وبقيت الخبراء على(88) فقرة وبعد إجراء التحليلات الإحصائية استبقيت (50) فقرة موزعة على المجالات، وكانت بدائل الإجابة هي (نعم، لا، متردد) وبلغ معامل الثبات (0.89)، واستخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية. وأظهرت النتائج تحقيق الهدف الأول للمقياس وهو بناء مقياس للتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة، وتحقيق الهدف الثاني من عينة البحث أن الطلبة متوافقون نفسيا كما أظهرت النتائج أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات بشكل عام ولصالح الطلاب ،وخرج الباحث من خلال بحثه بعدة توصيات منها إمكانية استخدام المقياس في مجالات أخرى للتعرف على طبيعة توافقهم النفسي . (التكريتي ، 1989: 2-141)

### 2-2-2دراسة كامل عبود حسين العزاوي (2004) قوة التحمل النفسي لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى( 1) :

هدفت هذه الدراسة إلى بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى لبعض الألعاب الفردية في العراق ، تمكن الباحث من تحديد (6) مجالات لقوة التحمل النفسي

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

هي ( التحدي ، الالتزام ، السيطرة ، الإنجاز ، الصمود ، التأني ) وبناءً على ضوء آراء الخبراء فقد تم الإبقاء على المجالات الستة بعدما حصلت نسبة اتفاق (100%) من الخبراء . وقد المقياس من (63) فقرة أما بدائل الإجابة لل فقرات فكانت على النحو الآتي ( تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي كثيراً ، تنطبق علي قليلاً ، لا تنطبق علي أبداً ) ، والدرجات ( 4،3،2،1) لل فقرات السلبية و (4،3،2،1) لل فقرات الإيجابية . أما عينة البحث تألفت من (475) لاعباً من لاعبي الألعاب الفردية . وقد مثلت هذه العينة (7) فعاليات تمثل (26) نادياً ، ولعرض النتائج وتحليلها ومناقشتها فقد تم إدخال البيانات النهائية للاستمارات إلى الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لغرض التحليل (حسن ، 2004 : 2-16)

### 3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

#### 3-1 منهج البحث :

استخدم المنهج الوصفي ذي الأسلوب المسحي لأنه الأسلوب الأكثر ملائمة لطبيعة المشكلة وتحقيق أهداف الدراسة. "اذ يعد المنهج هو الطريق المؤدي الى كشف الحقيقة في العلوم المختلفة وذلك عن طريق جملة من القواعد العامة لكي تصل الى نتيجة مقبولة ومعلومة" (موسى، 1989: 56)

#### 3-2 مجتمع وعينة البحث :

تم اختيار مجتمع البحث بالطريقة العمدية من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المرحلة الثالثة ، وتكونت عينة البحث من (15) طالبا للألعاب الفردية في لعبة الجمنا ستك (15) طالبا للألعاب الفرقية في كرة السلة اذ تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبهذا يصبح المجموع الكلي لعينة البحث (30) طالبا .

#### 3-3 وسائل جمع المعلومات :

تم استخدام مجموعه من الوسائل المساعدة لإجراءات البحث وهي:

-المصادر العربية والاجنبية

-استمارة استبانة لمقياس التوافق النفسي (ملحق 1)

#### 3-4 مقياس التوافق النفسي:

استخدم مقياس التوافق النفسي الذي قام بتصميمه (عبد الرزاق وهيب 2006)\* وتكون هذا المقياس من (64)فقرة ايجابية وسلبية وقد حددت مكونات المقياس بخمسة مكونات بصورتها الأولية والمكونات هي: (التوافق الشخصي والانفعالي، التوافق الصحي والجسمي ، التوافق الاجتماعي، التوافق الأسري، التوافق الرياضي ) وبناءً على آراء الخبراء فقد تم الإبقاء على جميع مكونات المقياس عندما حصلت على نسبة اتفاق (100 %) من الخبراء. وقد حسبت

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

درجة التوافق النفسي لكل لاعب من أفراد العينة بإيجاد مجموع الدرجات التي حصل عليها من خلال إجابته على فقرات المقياس ، إذ صحح المقياس على أساس ( 64 ) فقرة بحيث تكون الإجابة عليه وفق مدرج ثلاثي ، وقد اتبعت طريقة ( ليكارت Lekar ) في المقياس الحالي فإذا كانت الفقرة بالاتجاه الإيجابي وكانت الإجابة عليه ( دائما ) تعطى ( 3 ) درجات لهذه الفقرة وعكسها إذا أُجيب عنها ( نادرا ) تعطى ( 1 ) درجة لهذه الفقرة و ( 2 ) درجتين لـ ( أحيانا ) أما إذا كانت الفقرة بالاتجاه السلبي وكانت الإجابة عليها ( دائما ) تعطى ( 1 ) درجة وإذا كانت الإجابة ( نادرا ) فتعطى ( 3 ) درجات و ( 2 ) درجتين لـ ( أحيانا ) ملحق ( 1 ) .

**3-5 التجربة الاستطلاعية :**

للتعرف على مدى وضوح التعليمات المرفقة بالمقياس ووضوح الفقرات لغة ومحتوى ، تم إجراء تطبيق أولي للمقياس على عينة عشوائية مكونة من (6) طلاب ، وتبين ان فقرات المقياس واضحة ومفهومة من حيث المعنى والصياغة .

**3-6 الاسس العلمية للمقياس:**

**3-6-1 الصدق :**

الاختبار الصادق " هو الاختبار الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم من اجل قياسها ولا يمكن ان نقيس شيئا اخر بدلا عنها او بالإضافة اليها" (علاوي، 2000: 255) وتم عرض المقياس على لجنة متخصصة من الخبراء\* في مجال النفس الرياضي وفي ضوء آراء السادة الخبراء والمحكمين، وقد اعتمد الباحث نسبة اتفاق ( 85 % ) فما فوق.

**3-6-2 الثبات :**

يقصد بثبات الاختبار مدى الدقة أو الاتقان الذي يقيس به الاختبار الظاهرة التي وضع من اجلها (المشهداني ، 2015: 252 ) وقد طبق المقياس على عينة الثبات البالغ عددهم (6) بعد مرور اسبوع من التطبيق الاول وقد بلغت معامل الثبات ( 0. 86 )

**3-7 تطبيق المقياس على العينة:**

قامت الباحثة بتوزيع استمارات مقياس التوافق النفسي على عينة البحث في يوم الاثنين المصادف 2018 / 2 / 10 .

\*الخبراء

أ.د. ايمان حمد شهاب. علم النفس الرياضي. كلية التربية الاساسية. الجامعة المستنصرية

أ.د.ا حمد عبد العزيز. علم النفس الرياضي. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. الجامعة البصرة

أ.م.د. بيداء كيلان محمود . علم النفس الرياضي. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة. جامعة بغداد

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

### 3-8 تقويم الاداء المهاري:

اعتمدت الباحثة على مدرسي المادة في تقييم الاداء المهاري للاعبين الفردية والألعاب والفرقية من خلال اعطائهم للدراجات في كل من لعبة الجمنا ستك و لعبة كرة السلة. لطلبة المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة .

### 3-8 الوسائل الاحصائية :

استعانت الباحثة بالوسائل الاحصائية المناسبة في البحث الحالي بالبرنامج الاحصائي SPSS.

### 4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

قامت الباحثة بتحقيق من اهداف البحث من خلال تحليل النتائج ومن مناقشتها.

الهدف الاول: نتائج مستوى التوافق النفسي لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في لعبة الجمنا ستك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة.

#### جدول (1)

بين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي لعينة البحث في مستوى التوافق النفسي				
المتغيرات	س	ع	المتوسط الفرضي	مستوى الدلالة
توافق نفسي (جمنا ستك)	19,00	8,077	128	معنوي
توافق نفسي (كرة السلة)	130,60	11,57	128	معنوي

تشير نتائج جدول (1) الى وجود فرق معنوي في التوافق النفسي اذ بلغ المتوسط الحسابي للألعاب الفردية الجمنا ستك (19,00) وانحراف معياري ( 8,077 ) اما الألعاب الفرقية فكان المتوسط الحسابي ( 130,60 ) وانحراف معياري ( 11,57 ) وهي بذلك اكبر من المتوسط الفرضي (128).

الهدف الثاني: عرض نتائج علاقة التوافق النفسي بالإداء الرياضي لدى لاعبي الألعاب الفردية والفرقية في لعبة الجمنا ستك وكرة السلة لدى طلبة المرحلة الثالثة .

#### جدول (2)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط ومستوى الدلالة للتوافق النفسي والاداء المهاري لدى عينة البحث

المتغيرات	التوافق النفسي	مستوى الدلالة
الألعاب الفردية (جمنا ستك)	0,785	معنوي
الألعاب الفرقية (كرة السلة)	0,251	غير معنوي

درجة الحرية تحت مستوى دلالة 0,05 (ن-1)=0,34

تشير نتائج جدول (2) الى وجود فرق معنوي للألعاب لفردية (الجمنا ستك) اذ بلغ معامل الارتباط ( 0,785 ) وهي بذلك اكبر من الدرجة الجدولية (0,34) . اما الألعاب الفرقية (كرة السلة ) فكان معامل الارتباط غير معنوي لان الدرجة الجدولية كانت اكبر من الدرجة المحسوبة عند مستوى دلالة (0,05).

### مناقشة النتائج:

تشير نتائج جدول (1) الى وجود فروق معنوية في التوافق النفسي بين افراد عينة البحث في كل من لعبة (الجمنا ستك) لعبة فردية و(كرة السلة) لعبة جماعية بدلاله احصائية وهذا يدل على ان طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية يتمتعون بتوافق نفسي كبير.

اما جدول (2) فتشير بيانات الجدول الى فرق معنوي بين التوافق النفسي ومستوى الانجاز في لعبة الجمنا ستك وبدلاله احصائية ,وهي بذلك تشير إلى الترابط ما بين المكونين (الأسري والاجتماعي) ( كما تم تسميته من قبل الخبراء ) ، ويشكل الجانب الأسري والاجتماعي أحد الدعائم المهمة في عملية التوافق النفسي إذ تعد الأسرة المجال الاجتماعي الأول الذي ينشأ فيه اللاعب والمسؤول المباشر عن نموه نموا طبيعيا أو غير طبيعي إذ تؤثر هذه المتغيرات البيئية تأثيرا كبيرا في توافق اللاعبين سواء كان ذلك في نوع علاقة الوالدين بالأبناء والمتمثلة في تحديد المجال النفسي الذي يعيشه اللاعب مع والديه أم في نوع تربية الأبناء ، أي ما يتلقاه اللاعب من التدريب السلوكي من الوالدين(القادر، 1970: 125 )

كما أن المستوى الثقافي يؤدي الدور الأساس في التوافق لدى اللاعبين إذ أن اللاعب المثقف يدرك طبيعة الموقف وتفاصيله بحيث يواجه الموقف الحرج بما يمتلك من ثقافة ومعلومات ، وكلما كانت معارف اللاعب أكثر تنوعا كلما ازداد من الكمال في استيعاب وصقل مهارته وتنشئة صفاته النفسية ، كما أن اللاعب يستطيع أن يقيم الموقف الناشئ عن الصراع الرياضي بمزيد من السرعة إذا توفرت لديه الثقافة المتنوعة والمهارة المكتملة(علاوي، 1998 : 226 ). أما بالنسبة للمكون الاجتماعي فان أساليب اللاعب وفكرته عن نفسه واتجاهاته نحو الآخرين تتأثر بصورة رئيسية بأساليب التنشئة في البيت ثم تستمر معه إلى أن تشمل مجالات واسعة من حياته في البيئة التي يعيشها اللاعب ، وترى الباحثة ان بعض اللاعبين ممن يدركون أنفسهم على حقيقتها ويفهمون ذواتهم فهما واقعيًا عن وعي واستبصار ، ان ذلك مما يهيئ لهم أن يتجنبوا الإحباط والإخفاق وال فشل ويساعدهم على الأداء والإنجاز السليم وتحقيق أهدافهم والتوافق في حياتهم. اما في لعبة (كرة السلة) فلم تكن هناك فرق معنوي بين مستوى الاداء في كرة السلة والتوافق النفسي وهنا ترى الباحثة ان اختلاف اللاعبين من حيث قدراتهم واستعداداتهم الجسمية والعقلية وإمكانياتهم الشخصية في شتى المجالات ، إذ أن هناك بعض اللاعبين تختلف طبيعة جسمه عما هو مألوف عند اللاعبين الآخرين فطول القامة عن الحد اللازم أو قصرها كالأقزام أو ضخامة الجسم أو نحافته بشكل كبير تجعل اللاعب غير متوافق مع نفسه ومع الآخرين ومع بيئته أيضا(مرسي ، 197 : 30 ).

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

### 5-1 الاستنتاجات:

أهم الاستنتاجات التي توصل إليها الباحثة هي:

- 1- وجود فروق معنوية وبدلالة احصائية بين التوافق النفسي والألعاب الفردية (الجمنا ستك) والألعاب الفرقية (كرة السلة)
- 2- وجود فرق معنوي بين مستوى الاداء المهاري في لعبة الجمنا ستك والتوافق النفسي وبدلالة احصائية.
- 3- لا توجد فروق معنوية بين مستوى الاداء المهاري بكرة السلة والتوافق النفسي وبدلالة احصائية.

### 5-2 التوصيات:

- 1- إعداد برامج متطورة لدعم التوافق النفسي والاجتماعي لطلبة الكلية ومساعدتهم وتدريبهم على خطوات ومهارات ضبط النفس والتحكم في انفعالاتهم
- 2- العمل على رفع مستوى الصحة النفسية من خلال دعم البحوث الارشاد والعلاج النفسي عند طلبة كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

### المصادر:

- أسامة كامل راتب وإبراهيم عبد ربه خليفة ؛ رياضة المشي مدخل لتحقيق الصحة النفسية والبدنية : القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1998
- ريسان خريط مجيد وناهدة رسن ؛ علم النفس في التدريب والمسابقات الرياضية الحديثة : الموصل ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 1988 ،
- جابر عبد الحميد جابر ويوسف الشيخ يوسف ؛ سيكولوجية الفروق الفردية : القاهرة ، مكتبة النهضة المصرية ، 1973
- سيد عبد الحميد مرسي ؛ الشخصية السليمة ، القاهرة، مكتبة وهبه، 1985
- كامل عبود حسين العزاوي ؛ بناء مقياس لقوة التحمل النفسي لدى لاعبي الدرجة الأولى لبعض الألعاب الفردية في العراق : رسالة ماجستير ، جامعة بغداد / كلية التربية الرياضية، 2004
- كمال دسوقي ؛ علم النفس ودراسة التوافق ، ج2 : بيروت دار النهضة العربية ، 1974
- وجدي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد: الأسس العلمية للتدريب الرياضي للاعب والمدرّب، ط2، القاهرة، مصر، 2001

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

- واثق عمر موسى التكريتي ؛ بناء مقياس للتوافق النفسي لدى طلبة الجامعة (بناء وتطبيق) : رسالة ماجستير ، جامعة بغداد/كلية الآداب ، 1989،
- عبد المنعم المليجي وحلمي المليجي ؛ النمو النفسي ، ط3 : بيروت ، دار النهضة العربية ، 1971
- عباس محمود عوض ؛ مدخل إلى الأسس الفنية والفسولوجية للسلوك : القاهرة ، دار المعرفة الجامعية، 1980 ، ص226
- علي محمد مطاوع ؛ سيكولوجية المنافسات ، ط1 ، ج1 : القاهرة ، دار المعارف ، 1977
- عبد الرزاق وهيب: بناء مقياس للتوافق النفسي لدى اللاعبين المتقدمين لبعض الألعاب الفردية في العراق ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة ديالى ، كلية التربية الرياضية، 2006
- محجوب المشهداني: الاختبارات والقياس في مجال التربية البدنية وعلوم الرياضة ، دار الدكتور للعلوم الادارية والاقتصادية ، العراق
- محمد حسن علاوي، محمد نصرالدين رضوان: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000
- محمود عبد القادر محمد علي ؛ التوافق النفسي والاجتماعي للشباب الكويتي ومشكلاته ، الكويت ، جامعة الكويت ، رابطة الاجتماعيين ، 1970
- محمد حسن علاوي ، مدخل في علم النفس الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998
- Barnhart , L.C. ;Adjustment in live : (New York , Random house, 1983)  
P.272- dnabil@.net.ye

#### مقياس التوافق النفسي:

ت	الفقرات	دائما	أحيانا	نادرا
1	أشعر بالرضا عن نفسي رغم صعوبات التدريب والمنافسة			
2	أنا غير مظلوم في الفريق			
3	أعتمد على نفسي في تلبية احتياجاتي الرياضية			
4	أتضايق عندما ينتقدي المدرب أمام اللاعبين			
5	أستطيع التحكم بأعصابي أثناء المنافسة .			
6	أنا لاعب ممتاز ومنتج في الفريق			
7	افتخر بإنجازاتي عندما أتحدث مع اللاعبين الآخرين			
8	من السهولة أن تجرح مشاعري من قبل المنافسين			

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الالعاب الفردية والالعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

9	عندما يثيرني المدرب تزداد رغبتني بالفوز		
10	أدائي في المنافسة أفضل من التدريب		
11	يرتفع مستواي كثيرا عندما ألعب باسم بلدي		
12	ألمي قوي بكل ما أتمنى أثناء المنافسة		
13	أشعر بالوحدة حتى لو كنت بين زملائي اللاعبين		
14	أشعر بالثقة بالنفس أثناء التدريب والمنافسة .		
15	أحب مساعدة اللاعبين الآخرين		

#### الصحي والجسمي :

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	أشعر باضطراب معدل النبض عند أقل جهد			
2	أنا راض عن مظهري الخارجي .			
3	كثيراً ما أكون مفعماً بالنشاط أثناء التدريب			
4	أشعر بضيق في التنفس قبل المنافسة			
5	أعرق كثيراً في بداية المنافسة			
6	أستعيد نشاطي بسرعة بعد الأداء السريع			
7	تناسق أعضاء جسمي يميزني عن باقي اللاعبين			
8	أتعب بسرعة عند القيام بأي جهد			
9	أشعر بانني سالم من أي عائق نفسي أو عقلي يمنعي من التدريب			
10	أنا واثق من قدراتي الجسمية في التدريب والمنافسة			
11	أشعر بتوتر عصبي أثناء المواجهات الصعبة			
12	ضغوط التدريب أو المنافسة لا تؤثر في قدراتي النفسية			
13	تضعف قابليتي البدنية من وقت لآخر			

#### الأسري :

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	أشعر بالسعادة عندما أقضي وقت الفراغ مع أسرتي .			
2	أفكر في ترك المنزل .			

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

3	عند الخسارة يحاول بعض أفراد أسرتي إثارة غضبي		
4	تحاول أسرتي منعي من الاستمرار في الرياضة		
5	تعترض بي أسرتي عندما احصل على مرتبة متفوقة		
6	حضور أسرتي يحفزني على الفوز في المنافسات .		
7	استمتع بحياتي الأسرية رغم الانشغال بالتدريب والمنافسة		
8	تثق بي أسرتي وتراعي ظروفي التدريبية.		
9	أتمنى لو كانت لي أسرة غير أسرتي .		
10	تساعدني أسرتي في شراء الملابس الرياضية		
11	كثرة المشاكل داخل أسرتي تؤثر في مستواي الرياضي		
12	تعاملني أسرتي على أنني ضعيف الشخصية .		

#### الاجتماعي :

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	أعمل على تكوين علاقات جديدة داخل الوسط الرياضي			
2	أصغي لرأي زملائي اللاعبين وأعمل بما هو صحيح .			
3	أتردد في الكلام عندما أتواجد مع فريق جديد			
4	أشارك اللاعبين في المناسبات الاجتماعية .			
5	أفرح عندما أستقطب اهتمام الصحافة والجمهور .			
6	أشارك اللاعبين في المناسبات الاجتماعية			
7	أشعر بالراحة عندما أكون مع لاعبي النادي			
8	كثيراً ما تتقاطع آرائي مع المدرب واللاعبين			
9	احب أن أتدرب بمفردي			
10	يحترم الآخرون مستواي في التدريب والمنافسة			
11	أستعين باللاعبين الآخرين في كثير من الأمور			
12	اعتذر لو أخطأت بحق زملائي اللاعبين			

التوافق النفسي وعلاقته بالإداء المهاري لدى لاعبي الألعاب الفردية والألعاب الفرقية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ..... أ. د. شيماء عبد مطر التميمي

13	خجلي يبعثني عن المناسبات الاجتماعية		
14	يسألني اللاعبون الآخرون لحل مشاكلهم		
15	أهتم باللاعبين الآخرين و أعاملهم بأدب واحترام		

#### الرياضي :

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	أستمتع عندما أنافس اللاعبين الآخرين .			
2	يصعب علي التركيز أثناء التدريب .			
3	أتبع التخطيط الجيد في التدريب .			
4	أفكر في ترك الفريق .			
5	أتجنب المنافس القوي .			
6	أشعر بقلّة الاهتمام الإعلامي بأدائي وبلعبتي			
7	ألعب كما يريد المدرب وليس كما أريد .			
8	إدارة الفريق لا توفر الحاجات الضرورية للاعبين .			
9	أنا واثق من قدرتي على الفوز بالمنافسة .			
10	أجد صعوبة في أداء بعض التمارين .			
11	أتجاوب بسرعة مع أي مدرب .			
12	يهمني الفوز أكثر من الجائزة .			
13	أجد صعوبة في التفاهم مع بعض اللاعبين .			
14	أشعر بالرضا عن مستواي أثناء التدريب والمنافسات .			
15	إدارة الفريق تثق بإمكانياتي الرياضية .			
16	يوجد عدم تفاهم بين الإدارة والمدرب واللاعبين			
17	أناقش المدرب في بعض الأمور التدريبية .			
18	أتدرب في وقت المنافسة فقط .			

## **A psychological adjustment and its relationship with skillful performance of the players of individual games and group in the Faculty of Physical Education**

### **Abstract**

The researcher continued to follow more than one individual or group game and watched the players as well as their relationship to some of them found that there is a weakness in the psychological adjustment of some players, which called the researcher to study this phenomenon, being a phenomenon occurs for some players and lead to the decline levels and achievements in the performance of their skills, despite Continued training during the lesson.

### **Research aims :**

- Identify the level of psychological adjustment of the players of individual games and games in the gymnastics game and basketball players in the third stage
- To identify the relationship of psychological adjustment with the performance of skill in the players of the individual games and the difference in the game of chess and basketball students in the third stage.

The researcher used the descriptive method with the survey method because it is the most appropriate method for the nature of the problem and to achieve the aims of the study. The population and the sample of the research The research population was chosen in a purposive method by the students of the third stage in the Faculty of Physical Education and Sports Sciences. The sample consisted of (15) students of individual game gymnastics and (15) students of basketball games randomly selected, thus making the total number of the research sample (30) students

### **The main conclusions reached by the researcher are:**

- 1 - There are significant differences and statistical significance between psychological adjustment and individual games (Gymnastics) and basketball group (basketball)
- 2 - There is a significant difference between the level of performance in the game of gymnastics and psychological adjustment and statistical significance.
- 3 - No significant differences between the level of performance basketball and psychological adjustment and statistical significance.

### **The most important recommendations recommended by the researcher are :**

- 1 - The preparation of advanced programs to support the psychological and social adjustment of college students and help them and training in the steps and skills of restraint and control their emotions.