بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

أ.م.د. علي عمر بن الخطاب على حسن
كلية التربيه الرياضيه– قسم العلوم التربويه و النفسيه
و الاجتماعيه – جامعة بورسعيد
dralyomar@outlook.com

الملخص :

إستهدف هذا البحث البناء العاملى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين والتعرف على العلاقة الإرتباطية بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين ودراسة التنبؤ بتنظيم الطاقة العقلية بدلالة أبعاده للغواصين.

وإستخدم الباحث المنهج الوصفى بأسلوب الدراسات المسحية لملائمته لطبيعة البحث ، وتم إختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وإشتملت عينة البحث الأساسية على (٣٢) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد .

وأسفرت النتائج على التوصل إلى البناء العاملى لقائمة عبارات المقياس رباعى العوامل (الوعى والإدراك) ، (السيطرة والتحكم) ، (الثقة والتفاؤل) ، (الطاقة العالية) تتضمن (٣٥) عبارة تمثل البعد العام (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) ، وجود علاقة إرتباط مرتفعة ودالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين ، حيث تم إستخلاص عدد (١٠) معاملات إرتباط طردية دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بنسبة مساهمة (١٠٠٪) من الحجم الكلى لمعاملات الإرتباط ووجود علاقة تنبؤية مرتفعة ودالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين ، حيث تم إستخلاص عدد (١٢) معادلة تنبؤية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بنسبة مساهمة (١٠٠٪).

Building a Scale of mental energy regulation for Scuba Divers

Abstract :

This research aimed at the factor analysis for a measure of mental energy regulation, identifying the correlation between mental energy regulation and their Dimensions for Scuba divers, and studying the prediction of mental energy regulation by their Dimensions for Scuba divers.

The researcher used the descriptive method by survey method and the sample was selected randomly, the basic research sample included (35) diving practitioners from the students of the Faculty of Physical Education in Port Said.

The results showed at the list four-dimensional scale (awareness and perception), (control) , (confidence and optimism) and (high energy) that include (35) of phrases, and showed of a high correlation and statistically significant relationship between mental energy regulation and their Dimensions for Scuba divers, where number of (10) statistically significant correlation coefficients were extracted at the level of significance (0.01) with a contribution rate of (100%) , The results showed of a high predictive relationship and statistically significant between mental energy regulation and their Dimensions for divers, where a number of (12) predictive equation was statistically significant at the level of significance (0.01) with a contribution rate (100%).

بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

١- مشكلة البحث وأهميته:

تعتبر الطاقة هى القدرة على القيام بالأداء في العالم المادي ، وتتنوع الطاقة ما بين الطاقة الشمسية ، والطاقة الحرارية ، والطاقة النووية ، وطاقة الجاذبية ، والطاقة الكيميائية ، والطاقة الكهرومائية ، ونظرًا لوجود العديد من الطاقات المادية ، فإنها تمكن الآلات من إنتاج منتجات تجارية أوغيرها من الضروريات اليومية فى الحياه ، بالنسبة للجانب الإنسانى ، فنلاحظ أن جميع أنواع الأطعمة التى يتناولها الفرد تتحول إلى طاقة حتى يتم التمكن من إنتاج الحركة والمشاركة في الأنشطة اليومية وفي مجال علم النفس ، يعتقد الباحثين أن الطاقة العقلية لها نفس الوظيفة في

حياتنا اليومية ، فهى عبارة عن " قدرة الفرد على الإستمرار لساعات طويلة من التفكير وتركيز الانتباه وتجنب المشتتات لإنجاز مهمة معينة".(١:٣٢)

ولا يزال مفهوم الطاقة العقلية يتطور ، حيث يعتبر مصطلح له معانٍ متعددة ويمكن إستخدامه لوصف عمليات بيولوجية محددة تتضمن قدرة الخلايا العصبية في الدماغ على القيام بأداء بدني ويمكن إستخدامه للإشارة إلى الحالة المزاجية أوالدافعية والعمليات المعرفية ، وبالتالي ، يمكن تصنيف الشعور بالطاقة على وجه التحديد أنها حالة مزاجية إيجابية محددة ، وتشير الحالة المزاجية للطاقة على أنها الشعور بالقدرة على إكتمال الأنشطة العقلية أو البدنية ، مع ذلك ، يحاول العديد من الباحثين إكتشاف أساليب لتقييم الطاقة العقلية ، ويعتبر كلاً من اليقظة وزمن ردالفعل ضروريان كخصائص سيكومترية لازمة لتقييم الطاقة العقلية .(١٧:٢٥)

ويعد إستخدام الطاقة العقلية من قبل الرياضيين في الأنشطة الرياضية أمرًا مهمًا لا غنى عنه لتحقيق النجاح وتطوير الأداء الرياضي نظرًا لعلاقته بمستوى العمليات المعرفية ، كالإدراك والتفكير والإبداع ، حيث تمكن الطاقة العقلية الرياضيين من بذل أقصى جهد بدنى وعقلى لفترات طويلة في الأنشطة الرياضية فهى تتأسس على قدرة الرياضى على إدراك حالة الطاقة الراهنة وقد يتغير هذا الإدراك فجأة متأثرًا بالمتغيرات والخبرات النفسية ، ولذلك من الأهمية إدراك حالة الطاقة بناءاً على الحالة المزاجية المرتفعة ، والتي تتميز بالدافعية والثقة والتركيز.(٢:١٩)

وهذا النظر السابق ، يؤكد على أن الطاقة العقلية تعتبر أحد العوامل الهامة لتحقيق النجاح وتطوير الأداء ، حيث تقترن بالتفكير في المشكلات والتركيز على أبعادها المختلفة ، والإصرار على إيجاد حلول لها ودون تشتت فى الإنتباه ، ويضع الباحثين فى الإعتبار عوامل مثل التعب واليقظة أثناء دراسة موضوع الطاقة العقلية ، فهى مؤشر هام لتحقيق النجاح ويجب أن يتمتع الرياضيين بمستويات مرتفعة من الطاقة العقلية لأن الأحداث الرياضية تتطلب قدراً مرتفعاً من مستويات تركيز الإنتباه ، حيث تؤدى كلاً من الأحداث والحالة النفسية والعوامل الشخصية والإجتماعية والبيئية دورًا حاسمًا في تحقيق تطور الطاقة العقلية الرياضية ، وقد يتغير حال الطاقة العقلية الرياضية بين لحظات. (١٧:٦٨٠)

فمن الضرورى تنظيم الطاقة لتحقيق أفضل نتائج فى المساعي الرياضية ، وبناءاً عليه تم إقتراح نموذجاً هرميًا للطاقة يشير إلى أن الطاقة البدنية هي الأساس للوصول إلى قمة الأداء ، وتقع الطاقة الإنفعالية في المستوى الثاني التى توجه الطاقة البدنية ، ثم تقع الطاقة العقلية في المستوى الثالث التى توجه كلاً من الطاقة الإنفعالية والطاقة البدنية في الاتجاه الصحيح ، بينما قمة الهرم فى النموذج المقترح هي الطاقة الروحية التي تعمل كدليل لجميع أنواع الطاقات ، حيث

تنظم الطاقة العقلية العمليات المعرفية العليا للرياضيين مثل " الإدراك والتفكير المجرد والإبداع والوعى الذاتى والتنظيم " وبالتالي ، بدون الطاقة العقلية ، لا يستطيع الرياضيين تحقيق أفضل أداء لهم. (٢:٣٢)

١/١ مشكلة البحث : وإنطلاقاً من العرض السابق ، فى ضوء الإهتمام بالطاقة العقلية للغواصين كمحور فعال قبل وأثناء الأداء تحت الماء ، حيث تنحصر المشكلة فى إحتمالية ضعف القدرة التنظيمية للطاقة العقلية التى قد تؤثر سلباً على الإعداد والتخطيط المسبق وكذلك على الأداء تحت الماء ، الأمر الذى قد يترتب عليه زيادة حجم الأخطاء نتيجة التعرض المستمر للضغوط النفسية التى تنشأ من الإدراك الخاطئ المهدد والأفكار السلبية التى تنتابهم أثناء الأداء تحت الماء مما يعطل قدرة الغواص على رؤية الأشياء على وجهها الصحيح ويكون معرضاً لأن يصدر القرارات الخاطئة هذا من جهه ، ومن جهة أخرى فقد يتعرض الغواصين لمواقف صعبة نتيجة لإتصال الغواص بالبيئة التحت مائية المتغيرة ، وكذلك الحال بشأن الإتصال بالأجهزة والأدوات وما ينجم عنها من فشل أوفقدان لهذه الأجهزه ، فضلاً عن إحتمالية التعرض لأمراض الغوص التى قد تودى بحياة الغواص ، مما يسهم فى زيادة الضغوط أثناء الأداء تحت الماء .

فقد ثبت أن " الأداء البدني والعمليات المعرفية للغواصين يتأثران بعوامل مثل الضغط الهيدروليكي ودرجة حرارة الماء ، فضلاً عن إستجابة القلق التى تعتبر عامل أساسى وجوهرى في رياضة الغوص ولها تأثيرات واضحة على العمليات الفسيولوجية والمعرفية للغواصين ، فالقلق هو حالة إنفعالية سلبية ناتجة عن الضغوط ويمكن أن تتفاقم بسبب مشاكل المعدات أو حالات الضعف البدنى أوالعوامل النفسية".(١٣٠:٢٣)

وثبت من جهة أخرى أن " الغوص له تأثيرات على الجهاز العصبي المركزي ، بما ينعكس ذلك سلباً على الحالة النفسية العصبية للغواص نتيجة لتأثيرات الضغوط الفسيولوجية التى يعانى منها الغواص بخلاف مرض تقليل الضغط ، والذي يتضمن وجود فقاعات صغيرة في الشريان الوريدي بالقلب مع إحتمال حدوث انسداد داخل الرئة ، حيث يعتبر مرض تقليل الضغط مصدر لإستجابة القلق للغواصين نظراً لقدرته على التسبب في ضرر نفسى عصبي ، فضلاً عن أن تنفس الهواء مع زيادة الضغط المحيط قد يؤدى إلى حدوث حالة التخدير النيتروجينى التى تؤثر على الجهاز العصبي للغواص ، بما في ذلك تغيرات في العمليات المعرفية والتحكم الحركي والحالات المزاجية ، وترتبط حالة التخدير النيتروجينى بالضعف المعرفى والحركى والذى من الممكن أن تزيد من مخاطر الحوادث وتقلل من الأداء الحركى في المواقف الخطيرة وغير المتوقعة تحت الماء" (٣١٠:٣٠) (٢:٢٢)

مما قد يؤثر ذلك سلباً على قدرة الغواص على تنظيم الطاقة العقلية ، حيث تزداد لديه مستويات الضغوط المرتبطة بالأفكار عن الأخطار ، مما يفقد الغواص قدرته على التحليل المنطقى السريع للمواقف والقدرة على إلتقاط الإشارات غير اللفظية تحت الماء من جانب رفقاء الغوص والتوصل من خلالها إلى إستنتاجات والتى يجب فهمها من خلال تحليلها وسرعة تقدير الغواص لموقفه وإيجاد الحلول الفاعلة الأمر الذى قد يعرض حياته للخطر ، ولذلك يجب أن يثق الغواص فى قدراته ومواجهة الأخطار المحتملة من خلال قدرته على تنظيم الطاقة العقلية وهذا يتطلب توافر الحالة الوظيفية العصبية الجيدة للغواص لمواجهة التحديات أثناء الأداء تحت الماء.

كما لاحظ الباحث من خلال المسح الذى أجراه للعديد من الدراسات العلمية أنها – على حد علم الباحث– لم تتناول دراسة تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، حيث يعتبر من الموضوعات الحديثه فى هذا المجال والذى لم يصادف المزيد من الإهتمام بالبحث والدراسة من قبل الباحثين ، بل تواترت الدراسات العلمية السابقة على دراسة موضوع الطاقة العقلية بصور غير مستفيضة لأنشطة ورياضات أخرى غير رياضة الغوص والتى تحتاج إلى المزيد من الإهتمام فى هذا النطاق من الفاعلية العقلية النفسية فضلاً عن عدم وجود أداه لتقييم تنظيم الطاقة العقلية للغواصين.

فقد ثبت " أن ندرة توافر مقاييس للطاقة العقلية في الرياضة ذات معاملات علمية من صدق وموضوعية نتج عنه صعوبة قيام الباحثين بتطوير معرفتهم حول الدور الذى تؤدية الطاقة العقلية في البيئة الرياضية فقد أثار ذلك العديد من الأسئلة الأساسية مثل ما تعنيه الطاقة العقلية للرياضيين؟ هل تتنبأ الطاقة العقلية حقًا بالأداء الرياضي ؟ إذا كانت هناك طاقة ذهنية في الرياضة فبماذا يجب قياسها؟ إضافة إلى ذلك ، إذا كانت الطاقة العقلية مهمة حقًا في التأثير على الأداء المعرفى والسلوك للرياضيين كما أشار علماء التغذية ، فما هى العوامل التي قد تزيد من مستويات الطاقة العقلية للرياضيين ، أو ما العوامل التي تقلل من مستويات الطاقة العقلية للرياضيين؟".(٣:٢٤) ، ولذلك يجب أن يتخذ هذا المفهوم أهمية فى البيئة الرياضية ، ومع ذلك ، للأسف ، لم تناقش الدراسات المرجعية ذات الصلة بصورة مستفيضة ، مثل هذا الأمر مما يجعل من العسير دراسة تأثير الطاقة العقلية على البيئات الرياضية" . (٢:١٩) ، وهذا يتفق مع نتائج دراساتى كلاً من (Shiow-Fang Shieh وآخرون)(٢٠٢٣م) (٢٨) والتى تشير إلى أهمية إجراء الدراسات المستقبلية لبحث تأثيرات الطاقة العقلية على الرياضات المختلفة ذات مؤشرات أداء مختلفة ، و(Wen-Chuan Chuang وآخرون) (٢٠٢٢م) (٣٢) والتى تشير إلى ضرورة إجراء دراسات مستقبلية لبحث العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء لدى المعاقين والأصحاء بدنياً من الرياضيين فى الرياضات المختلفة.

وترتيباً على ما تقدم ، فى نطاق الأسئلة سابقة البيان التى أثارت إهتمام الباحث والمستقاه من بعض الدراسات المرجعية ، ونظرًا لندرة مقاييس الطاقة العقلية في الرياضة ، كان الهدف من هذه الدراسة التعرف على تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ومحاولة إستنباط أداة تقييم علمية ذات أبعاد تمثل هذا البعد العام الإفتراضى الماثل وهو تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، إعتماداً على المبادئ التوجيهية المقترحة المستمدة من معايير الإختبارات النفسية التربوية تسهم فى قياس مدى قدرة الغواصين على تحديد المشكلة والقدرة على إيجاد الحلول الفاعلة ومن ثم تطوير الأداء تحت الماء ، بما قد يحقق القدرة على التنبؤ بالمستويات الكافية من تنظيم الطاقة العقلية الأمر الذى ينعكس على تضاؤل من فرص التفكير فى حجم المخاطر الذى من الممكن أن يواجهها الغواص والتى قد تودى بحياته تحت الماء وتحقيقاً للأمان المستقبلى فى رياضة الغوص.

٢- المصطلحات المستخدمة فى البحث:

١/٢ التنظيم الذاتي Self-Regulation : هو " عملية تتضمن الوعي والقبول والإجراءات الموجهة نحو الهدف". (٢:٢٧)

٢/٢- الطاقة العقلية Mental Energy : " تعرف بأنها القدرة على الإستمرار في التفكير لفترات طويلة بشكل منتج في مشكلة ما ، والقدرة على تركيز الإنتباه ، وتجنب المشتتات ، والإستمرار في البحث عن حل" . (١:١٩) ، ويُعرِّفها المعهد الدولي لعلوم الحياة (ILSI) الطاقة العقلية : بأنها "القدرة على أداء المهام العقلية ، و الشعور المرتفع بالطاقة / التعب ، والدافع لإنجاز المهام العقلية والبدنية". (٦٨٠:١٧)

٣/٢ الطاقة العقلية الرياضية Athletic Mental Energy: " هي حالة الطاقة التى يدركها الرياضى وتمكنه من الإستمرار لفترة أطول في التدريب والمنافسة ، أو تعرَّف على أنها إدراك الرياضي للجانب غير البدنى للطاقة".(٣:٢٤) أو هى " حالة الطاقة التى يدركها الرياضى والتي تتميز بالقدرة المرتفعة للدافعية والثقة والتركيز والمزاج" (٢:٣٢)

٣ - هدف البحث :

٣/١- بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين.

٤- تساؤلات البحث :

٤/١- هل يمكن بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ذات معاملى صدق وثبات دال إحصائياً ؟

٤/٢- هل يمكن التوصل لبناء عاملى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ؟

٤/٣- ماهى أبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ؟

٤/٤- هل توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين؟

٤/٥- هل يمكن التنبؤ بتنظيم الطاقة العقلية بدلالة أبعاده للغواصين؟

٤/٦- هل يوجد أثر دال إحصائياً للعلاقة بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين؟

٥- الدراسات المرجعية:

٥/١- قام محمد السيد محمد محمد علي عسكر (٢٠٢١م) ، بدراسة بعنوان " فاعلية برنامج تعبئة عقلية على الطاقة النفسية وحالة قلق المنافسة الرياضية للاعبي كرة القدم" ، حيث تهدف هذه الدراسة أن نجاح عملية التدريب لا تتحقق من خلال اكتساب الرياضي القدرة على السيطرة في تنظيم طاقته البدنية فحسب وإنما من خلال السيطرة والتحكم في النواحي العقلية مما دفع الباحث لإجراء هذه الدراسة ، وإستخدم الباحث المنهج التجريبي باستخدام التصميم التجريبي ذو القياس القبلي والبعدي لمجموعة واحدة ومثل مجتمع البحث لاعبي نادى طهطا الرياضي الذي يلعب في القسم الثاني (الممتاز ب) والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم موسم ٢٠٢٠م/٢٠٢١م وعددهم (٢٩) لاعب وتم اختيارهم بالطريقة العمدية وقام الباحث بسحب عينة استطلاعية بطريقة عشوائية وعددها (١٠) لاعبين ، وكان من أهم الاستخلاصات أن البرنامج المقترح للتعبئة العقلية له تأثير إيجابي على تحسين المهارات العقلية (القدرة على الاسترخاء – التصور العقلي– تركيز الانتباه– حديث الذات) و تأثير إيجابي على الطاقة النفسية لصالح القياس البعدي".(١٠)

٥/٢- قام محمد السيد الششتاوى (٢٠٢٠م) ، بدراسة بعنوان " الفروق في الطاقة النفسية وفقا لأنماط دافعية الإنجاز الرياضي لمجموعات مختارة من الرياضيين" ، بهدف دراسة الفروق في الطاقة النفسية وفقاً لأنماط دافعية الإنجاز الرياضي لمجموعات مختارة من الرياضيين. وقد تم أستخدام المنهج الوصفى، وتكونت عينة البحث من (٢٢٥) لاعب من لاعبي المستويات الرياضية العالية في الأنشطة الرياضية الفردية (الجودو، التايكوندو الكاراتيه)، بواقع (٧٥) لاعب لكل نشاط رياضي والمقيدين بالاندية والاتحادات الرياضية للأنشطة الرياضية قيد الدراسة في الموسم الرياضي ٢٠١٩/٢٠٢٠م، وقد تم أستخدام مقياس أنماط دافعية الانجاز الرياضي وبناء مقياس الطاقة

النفسية لدي لاعبي الانشطة الرياضية الفردية كأدوات للبحث وأسفرت النتائج إلى وجود فروقاً دالة أحصائياً بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الطاقة النفسية للاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لأنماط دافعية الإنجاز الرياضي للاعبي الأنشطة الرياضية الفردية لصالح لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية الذي يرتفع لديهم دافع الإنجاز بدرجة تفوق تفادي الفشل. كما تم التوصل إلى المئينيات والدرجة المقابلة لأبعاد مقياس الطاقة النفسية والدرجة الكلية للمقياس. (٩)

٣/٥- أجرى علاء عبد القادر (٢٠٢٠م) ، دراسة بعنوان " تأثير منهج للتعبئة في الطاقة النفسية وبعض القدرات البدنية لحكام كرة القدم" ، بهدف التعرف على قيم الطاقة النفسية التي ترتبط بقرارات الحكم وإمكانية على التصرف الصحيح أثناء قيادته المباراة وطرق علاجها للحصول على أحسن النتائج والتي تسهم في إعطاء تصور عن كيفية تنفيذ الحكام لواجباتهم وفق مصادر الطاقة الحركية والنفسية والبدنية والذي يؤثر مباشرة في مستوى الحكم ونتائج المباريات. إذ اشتملت على (١٢) حكماً ليمثلوا نسبة مئوية مقدارها (٥,٢٦٣%) من مجتمع البحث الأصلي ، وأسفرت النتائج أن المنهج الخاص بالتعبئة النفسية كان ذو فاعلية في تطوير القدرات البدنية والطاقة النفسية لدى أفراد عينة البحث. (٧)

٤/٥- أجرى Shiow-Fang Shieh وآخرون (٢٠٢٣م) ، دراسة بعنوان " تأثير الطاقة العقلية على أداء منافسات الكرة الطائرة: تجربة ميدانية" ، بهدف بحث إلى أى مدى يمكن التنبؤ بالطاقة العقلية بناءاً على الأداء فى منافسة الكرة الطائرة ، حيث بلغ حجم العينة المشاركة فى الدراسة (٨١) لاعب كرة طائرة ذكور المشاركين في آخر ١٦ فريقًا متبقيًا في بطولة الجامعة للكرة الطائرة ، وأسفرت النتائج وجود علاقة إرتباطية إيجابية لعدد (٦) عوامل للطاقة العقلية وهى " الدافعية ، بذل الجهد الهدوء ، النشاط ، الثقة ، التركيز" وبين الأداء فى منافسة الكرة الطائرة وتشير النتائج إلى تحقيق فرض الدراسة من علاقة الطاقة العقلية بالأداء الموضوعي في المنافسة وتوصى هذه الدراسة بأهمية إجراء الدراسات المستقبلية لبحث تأثيرات الطاقة العقلية على الرياضات المختلفة ذات مؤشرات أداء مختلفة. (٢٨)

٥/٥- أجرى Wen-Chuan Chuang وآخرون (٢٠٢٢م) ، دراسة بعنوان " العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة للاعبي تنس الطاولة المعاقين بدنياً " ، بهدف بحث العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة من خلال دراستين ، حيث تم دراسة العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة على عينة بلغ قوامها (٧٧) لاعبي تنس طاولة معاقين بدنياً على المستوى الوطني ، أسفرت نتائج الدراسة رقم (١) ، على وجود علاقة إرتباطية بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة للاعبي تنس الطاولة من النخبة المعوقين بدنياً ، أسفرت نتائج الدراسة رقم (٢) وجود علاقة

إرتباطية بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة للاعبي تنس الطاولة على المستوى الوطني المعاقين بدنياً وتوصى هذه الدراسة بضرورة إجراء دراسات مستقبلية لبحث العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء لدى المعاقين والأصحاء بدنياً من الرياضيين فى الرياضات المختلفة. (٣٢)

٦/٥- أجرى Ahmet Islam (٢٠٢٢م) ، دراسة بعنوان " تأثير الطاقة العقلية الرياضية على الشجاعة للمصارعين وإجاهاتهم نحو المصارعة" ، بهدف تحديد ما إذا كانت الطاقة العقلية الرياضية تلعب دورًا وسيطًا بين الشجاعة الرياضية للمصارعين وإجاهاتهم نحو المصارعة ، بلغ حجم العينة ٢٤٧ مصارعًا من إتحاد المصارعة الحرة واليونانية الرومانية التركى تحت ٢٣ سنة ، أسفرت النتائج عن وجود علاقة إرتباطية إيجابية بين الإتجاهات نحو المصارعة والطاقة العقلية الرياضية ، وعلاقة ارتباطية إيجابية بين الطاقة العقلية الرياضية والشجاعة الرياضية وعلاقة إرتباط إيجابية بين الإتجاهات نحو المصارعة و الشجاعة الرياضية بالإضافة ، إلى أن الطاقة العقلية الرياضية تؤدى دورًا وسيطًا كاملاً بين الشجاعة الرياضية والإتجاهات نحو المصارعة ، وتشير النتائج أيضًا إلى تأثيرات الطاقة العقلية الرياضية على الأداء الرياضي ، يجب على المصارعين تطوير الإتجاهات الإيجابية نحو المصارعة وبناء الشجاعة لتحقيق مستوى الأداء المرتفع خلال المنافسات.(١٨)

٧/٥- أجرى Charles H Van Wijk وآخرون (٢٠٢٠م) ، دراسة بعنوان " حالات الصحة العقلية الشائعة بين غواصى البحرية : تقرير موجز " ، أشارت مقالة حديثة عن حالات الصحة العقلية الشائعة بين الغواصين الترفيهيين ، أثار هذا السؤال عن المدى الذي يمكن أن يكون عليه الحال أيضًا بين الغواصين المحترفين ، لا توجد بيانات عن الغواصين التجاريين ، إهتمت هذه الدراسة بالوضع بين غواصى البحرية ، تم إجراء مسح لمتغير الصحة العقلية على ١٣٢ غواصًا في البحرية الجنوب أفريقية لوصف معدل انتشار الاضطرابات المزاجية الشائعة والقلق على مدى ١٢ شهرًا ، أسفرت النتائج أن زيادة معدل إضطرابات الحالة المزاجية والقلق الشائع يعكس تقديرات المجتمع ، بما يشير إلى أن حالات الصحة العقلية الشائعة في كل من الغواصين الرياضيين والبحرية قد تتوافق بشكل عام مع تقديرات المجتمع إذا كان هذا هو الحال في بيئة الغوص المهنية ، فقد يكون من المفيد إدراج شكل من أشكال فحص الصحة العقلية الرسمي أثناء الفحوصات الطبية للغوص التجاري. (٢٠)

٨/٥- شاركت Laura Walton (٢٠١٨م) ، بدراسة بعنوان " مثلث الخوف: بداية الخوف للغواصين" ، إستجابات الخوف الناتجة عن الضغط البدني أوالنفسي هو عامل مشترك بالنسبة لحوادث الغوص ، نظرًا لتأثيره على الإدراك والتفكير وسلوك الغواص ، غالبًا ما يكون الإستجابة

لسلوك الخوف عاملاً مهمًا في تصعيد المشكلات ، مما قد يؤدي إلى إصابات ووفيات ، تقترح هذه المقالة نموذجًا جديدًا كمساهم فى تقديم أحد الأساليب النفسية لإدارة إستجابات الخوف للغواصين ، الإستخدامات المحتملة للنموذج هي : ١- توفير إطارًا بسيطًا للغواصين لفهم بداية الخوف ، ٢- تعزيز الحاجة إلى التدريب المناسب ، ٣- صف أهمية البقاء على قيد الحياة ضمن معايير التدريب والمؤهلات والقيود الشخصية. ، ٤- دعم مفهوم المدرب والغواص للعوامل الفردية في إستجابات الخوف (مثل الحالات النفسية) مع التركيز بشكل أكبر على اللياقة النفسية للغوص ، ٥- لفت الانتباه إلى مناهج تطوير التنظيم الإنفعالى وتعزيز المسؤولية الفردية. (٢٦)

٩/٥- أجرى Frank J. H. Lu وآخرون (٢٠١٨م) ، دراسة بعنوان " قياس الطاقة العقلية الرياضية (AME): معامل الصدق وتطوير الأداه" ، بهدف تصور وتطوير أداة يتوافر فيها عاملى الموضوعية والصدق لتقييم الطاقة العقلية الرياضية AME ، وأسفرت النتائج أن مقياس الطاقة العقلية الرياضية AMES المكون من ٦ عوامل و١٨ عبارة يتضمن صدق محتوى مقبول ، وبناء عاملى وصدق مفهوم ، وصدق التمايز ، وصدق التنبؤى، ومعامل ثبات مقبول، وموضوعي ، تقترح هذه الدراسة أن تستخدم الدراسات المستقبلية مقياس الطاقة العقلية الرياضية لإختبار علاقاتها بالآثار المعرفية والأداء للرياضيين ، كما تمت مناقشة تطبيق مقياس الطاقة العقلية الرياضية AMES في علم النفس الرياضي . (٢٤)

١٠/٥- قام Joško Sindik وآخرون (٢٠١٥م) ، دراسة بعنوان " الصدق السيكومترى التمهيدى لقائمة التميز الرياضي متعددة الأبعاد : مقاييس الإنتباه والطاقة العقلية" ، بهدف صياغة نسخة تمهيدية لبطارية القياس التى تتضمن مجموعة من الأستبيانات ، و تم الأشارة إليها بقائمة التميز الرياضي متعددة الأبعاد (MUSI) ، بلغ حجم العينة المشاركة فى الدراسة ٢٤٨ مشاركًا وأسفرت نتائج التحليل العاملى والاتساق الداخلي أن كل من الاستبيانات الفرعية من بطارية القياس التى تم الأشارة إليها بقائمة التميز الرياضي متعددة الأبعاد (MUSI) ، تتمتع بمستوى مرتفع من الصدق والموضوعية ، مما يقدم إرشاد مستقبلي لمدى ملائمة هذه الإستبيانات مع مجتمع محدد من الرياضيين. (٢٥)

٦- إجراءات البحث :

٦/١- منهج البحث : إستخدم الباحث المنهج الوصفى بأسلوب الدراسات المسحية لملائمته لطبيعة البحث.

٢/٦- **مجتمع البحث** : الغواصين الحاصلين علي درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) من المنظمة الإحترافية لمدربي الغوص (PADI)[١] أو ما يعادلها (غواص نجمة أولى One Star Diver) من الإتحاد المصري للغوص والإنقاذ التابع للإتحاد الدولي للأنشطة التحت مائية (CMAS)[٢] على الأقل .

٣/٦- **عينة البحث** : عينة عشوائية عمدية وإشتملت عينة البحث الإستطلاعية على (٣٠) ممارس لرياضة الغوص وعينة البحث الأساسية على (٣٢) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد وبذلك بلغ حجم عينتى البحث مجتمعة (الإستطلاعية الأساسية) على (٦٢) من الممارسين لرياضة الغوص بكلية التربية الرياضية ببورسعيد وعينة أخرى"من خارج عينتى البحث مجتمعة (الإستطلاعية – الأساسية) " – غير ممارسة لرياضة الغوص من طلاب الكلية حيث بلغ قوامها (٣٢) طالب ، حيث قام الباحث بتوجيه سؤال إستكشافى لطلاب الكلية عن الممارسين لرياضة الغوص ودورات التأهيل الحاصلين عليها تمهيداً لحصرهم – على حد علم الباحث– والتعرف على مدى رغبة الطلاب فى المشاركة فى إجراءات الدراستين الإستطلاعية والأساسية .

٤/٦- **شروط اختيار عينة البحث (الإستطلاعية – الأساسية):**

١/٤/٦- أن يكون أفراد عينة البحث (الإستطلاعية – الأساسية) من طلاب الكلية لسهولة تحكم الباحث فى إجراءات المعاملات العلمية من صدق وثبات لبناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وإجراءات القياس للتحقق من مدي تجانسهم فى ضوء قياسات الطول والوزن والسن ومستوى الذكاء.

٢/٤/٦- أن يكون أفراد عينة البحث (الإستطلاعية – الأساسية) ممارسين لرياضة الغوص وحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) من المنظمة الإحترافية لمدربي الغوص (PADI)(١) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولى One Star Diver) من الإتحاد المصري للغوص والإنقاذ التابع للإتحاد الدولي للأنشطة التحت مائية (CMAS)(٢) على الأقل بما يتوافق مع طبيعة عبارات المقياس قيد البحث .

٥/٦- **المبررات العلمية لإختيار الباحث للمجال (الوسيطى والمكاني) :**

يعتبر عرض الباحث للمبررات العلمية لأسباب إختياره للمجالى (الوسيطى والمكانى) محور هام في دراسة الظاهرة الحالية للوقوف على الأسباب التي دفعته إلى إختياره هذه المجالات دون غيرها :

٦/٥/١- تجانس غواصي عينة الدراسة (الإستطلاعية - الأساسية) من طلاب كلية التربية الرياضية ببورسعيد في المستوى التعليمي و الفكري ، حيث لهم منهج نفسي تربوي منظم ضمن المقرارات الدراسية بالكلية ، مما يكون له مردود إيجابي على زيادة درجة الوعي والإستيعاب لمفهوم عبارات المقياس قيد البحث ، و هذا من الممكن عدم توافر هذا القدر من التجانس مع عينات إخرى.

٦/٥/٢- موافقة غواصي عينة الدراسة (الإستطلاعية - الأساسية) على إجراء الدراستين الإستطلاعية والأساسية "المعاملات العلمية لبناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين" وهذا من الممكن عدم توافره مع عينات أخرى.

٦/٥/٣- توافر عدد من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالكلية وحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) من المنظمة الإحترافية لمدربي الغوص (PADI)[١] أوما يعادلها (غواص نجمة أولى One Star Diver) من الإتحاد المصري للغوص والإنقاذ التابع للإتحاد الدولي للأنشطة التحت مائية (CMAS)[٢] على الأقل ، بما يسمح للباحث بالإستعانة بهم في إجراءات الدراستين الإستطلاعية والأساسية " المعاملات العلمية لبناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين" .

٦/٥/٤- إستخدام منشآت الكلية (فصول دراسية) لإستخدامها في إجراءات الدراستين الإستطلاعية والأساسية (المعاملات العلمية والقياس لبناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين).

٦/٦- توصيف عينة الدراسة الإستطلاعية :

مجتمعة (٣٠) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل ، ويوضح جدول (١) توصيف غواصي عينة (الدراسة الإستطلاعية) من حيث دورات التأهيل الحاصلين عليها ويوضح جدول (٢) توصيف غواصي عينة (الدراسة الإستطلاعية) من حيث مستوى الخبرة (عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص) :

جدول رقم (١) توصيف غواصي عينة الدراسة الإستطلاعية
من حيث دورات التأهيل الحاصلين عليها

(ن=٣٠)

م	توصيف غواصي عينة البحث الإستطلاعية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد	دورات التأهيل الحاصل عليها غواصي عينة الدراسة الإستطلاعية			المجموع
		نجمة (١)	نجمة (٢)	نجمة (٣)	
١	الفرقة الأولى	١ غواص	٤ غواصين	–	٥
٢	الفرقة الثانية	٣ غواصين	٥ غواصين	–	٨
٣	الفرقة الثالثة	٥ غواصين	١ غواص	–	٦
٤	الفرقة الرابعة	٦ غواصين	٥ غواصين	–	١١
	المجموع	١٥غواص	١٥ غواص	–	٣٠ غواص

يتضح من الجدول رقم (١) ، توصيف غواصي عينة الدراسة (الإستطلاعية) من حيث دورات التأهيل الحاصلين عليها حيث بلغ حجم عينة (الدراسة الإستطلاعية) مجتمعة (٣٠) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أوما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل .

جدول رقم (٢) توصيف غواصي عينة الدراسة الإستطلاعية من حيث مستوى الخبرة
(عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص)

(ن=٣٠)

م	توصيف غواصي عينة البحث الإستطلاعية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد	مستوى الخبرة (عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص) لغواصي عينة الدراسة الإستطلاعية					المجموع
		سنة	سنتان	(٣)سنوات	(٤)سنوات	(٥)سنوات	
١	الفرقة الأولى	٣ غواصين	٢ غواص	–	–	–	٥
٢	الفرقة الثانية	٢ غواص	٦ غواصين	–	–	–	٨
٣	الفرقة الثالثة	٢ غواص	٣ غواصين	١غواص	–	–	٦
٤	الفرقة الرابعة	٢ غواص	٧ غواصين	٢ غواص	–	–	١١
	المجموع	٩ غواصين	١٨ غواص	٣ غواصين	–	–	٣٠

(١) - Professional Association of Diving Instructors (PADI).
(٢) - Confederation Mondial des Activities Subaquatique (CMAS).

يتضح من الجدول رقم (٢) ، توصيف غواصي عينة الدراسة (الإستطلاعية) من حيث مستوى الخبرة (عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص) حيث بلغ حجم عينة (الدراسة الإستطلاعية) مجتمعة (٣٠) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد.

٧/٦- تجانس غواصى عينة الدراسة الإستطلاعية :

قام الباحث بالتأكد من تجانس غواصي عينة (الدراسة الإستطلاعية) البالغ قوامها (٣٠ غواص) من من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد بإستخدام (معامل الإلتواء) الإحصائي لبيانات متغيرات النمو (الطول و الوزن و السن) والمتغيرات الموقفية (مستوى الممارسة والغوصات السابقة ، و أقصى عمق ، تكرار أقصى عمق ، ودورات التأهيل الحاصل عليها الغواصين " النجمة") ، و متغير الذكاء المتعدد وأبعاده بإستخدام مقياس " الذكاءات المتعددة للاعبى المستويات الرياضية العالية" (١) ، مرفق (١) ، الذكاء الحركى (الجسدى) ، و الذكاء البصرى (المكانى) والذكاء الإجتماعى (بين الأشخاص) والذكاء اللغوى (اللفظى) ، والذكاء الإستراتيجى (الخططى) ، و الذكاء الشخصى (الذاتى) ، و الذكاء المنطقى (الرياضى) والذكاء الموسيقى (الإيقاعى) والذكاء الطبيعى (البيئى) ، ويوضح جدول (٣) تجانس غواصى عينة الدراسة الإستطلاعية فى متغيرات النمو ويوضح جدول (٤) تجانس غواصى عينة الدراسة الإستطلاعية فى المتغيرات الموقفية ، ويوضح جدول (٥) تجانس غواصى عينة الدراسة الإستطلاعية فى متغير الذكاءات المتعددة وأبعاده :

جدول رقم (٣) المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء في متغيرات النمو لغواصى عينة الدراسة الإستطلاعية

(ن=٣٠)

م	متغيرات النمو	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء	القيمة الحرجة	مستوي التوزيع
١	الطول للغواصين	سم	١٧٥,٢٠٠	١٧٦,٠٠	٧,١٩٨	-٠,١٧٠	±٣	إعتدالي
٢	الوزن للغواصين	كجم	٧١,٧٦٦	٧٠,٠٠	٩,٦٦٢	-١,٢٤٥	±٣	إعتدالي
٣	السن للغواصين	سنة	٢٠,٤٣٣	٢١,٠٠	١,١٩٤	٠,٣٤٥	±٣	إعتدالي

يتضح من الجدول رقم (٣) ، أن قيم معامل الإلتواء لمتغيرات النمو ، قد تباينت مابين أكبر قيمة والمتمثلة في متغير (الوزن للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-١,٢٤٥) وأقل قيمة

والمتمثلة في متغير(الطول للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-٠,١٧٠) ، وبذلك إنحصرت القيم المحسوبة لمعاملات الإلتواء مابين (±٣) وهذه الدلالة تعكس مدى إعتدالية توزيع البيانات وتجانس غواصي عينة الدراسة الإستطلاعية في متغيرات النمو.

جدول رقم (٤) المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء في المتغيرات الموقفية لغواصى عينة الدراسة الإستطلاعية

(ن=٣٠)

م	المتغيرات الموقفية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء	القيمة الحرجة	مستوي التوزيع
١	مستوى الممارسة للغواصين	سنة	١,٧٦٦	٢,٠٠٠	٠,٦٢٦	-٠,٤٥٣	±٣	إعتدالي
٢	الغوصات السابقة للغواصين	عدد	٩,٨٠٠	١٠,٠٠٠	٤,٧٥١	-١,٠٣٧	±٣	إعتدالي
٣	أقصى عمق للغواصين	متر	٩,٩٦٦	١٠,٠٠٠	٥,٤٦١	-٠,٦٠٠	±٣	إعتدالي
٤	تكرار أقصى عمق للغواصين	عدد	٤,٣٦٦	٣,٥٠٠	٢,٧٣٥	-٠,٤٠٦	±٣	إعتدالي
٥	دورات التأهيل (النجمة)	عدد	١,٥٠٠	١,٥٠٠	٠,٥٠٨	-٢,١٤٨	±٣	إعتدالي

يتضح من الجدول رقم (٤) ، أن قيم معامل الإلتواء للمتغيرات الموقفية ، قد تباينت مابين أكبر قيمة والمتمثلة في متغير (دورات التأهيل الحاصل عليها الغواصين "النجمة) بدلالة معامل إلتواء قدره (-٢,١٤٨) وأقل قيمة والمتمثلة في متغير (تكرار أقصى عمق للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-٠,٤٠٦) ، وإنحصرت القيم المحسوبة لمعاملات الإلتواء مابين (±٣) وهذه الدلالة تعكس مدى إعتدالية توزيع البيانات وتجانس غواصي عينة الدراسة الإستطلاعية في المتغيرات الموقفية.

جدول رقم (٥) المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء في متغير الذكاءات المتعددة وأبعاده لغواصي عينة الدراسة الإستطلاعية

(ن=٣٠)

م	متغير الذكاءات المتعددة وأبعاده	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء	القيمة الحرجة	مستوي التوزيع
١	الذكاء الحركى (الجسدى)	الدرجة	٧٥,٧٣٣	٧٦,٥٠	١١,٣٥٩	-٠,٧٥٨	±٣	إعتدالي
٢	الذكاء البصرى (المكانى)	الدرجة	٧٣,٤٠٠	٧٣,٥٠	١٢,٠٣٠	-١,٠٣٣	±٣	إعتدالي
٣	الذكاء الإجتماعى (بين الأشخاص)	الدرجة	٦٣,١٦٦	٦٣,٥٠	٧,٩٤٨	-٠,٣٩٤	±٣	إعتدالي
٤	الذكاء اللغوى (اللفظى)	الدرجة	٦٢,٦٠٠	٦٤,٠٠	٧,٦٤١	-٠,٥٦٩	±٣	إعتدالي

٥	الذكاء الإستراتيجى (الخططى)	الدرجة	٣٨,٠٠٠	٣٩,٥٠	٥,٠٦٥	٠,٩١٤-	٣±	إعتدالي
٦	الذكاء الشخصى (الذاتى)	الدرجة	٢٨,٦٦٦	٢٨,٥٠	٤,١٥٥	١,١٦٩-	٣±	إعتدالي
٧	الذكاء المنطقى (الرياضى)	الدرجة	٢٨,٣٦٦	٢٩,٠٠	٤,٤٥٢	٠,٤٢٨	٣±	إعتدالي
٨	الذكاء الموسيقى (الإيقاعى)	الدرجة	٢٢,٩٠٠	٢٤,٠٠	٣,٦٥١	٠,٠٤٠-	٣±	إعتدالي
٩	الذكاء الطبيعى (البيئى)	الدرجة	١٥,٠٠٠	١٥,٠٠	٢,٤٦٣	٠,٠٨٦	٣±	إعتدالي
١٠	المجموع (للذكاء المتعدد)	الدرجة	٤٠٧,٨٣	٤١٧,٠	٥٣,١٠٦	١,١٥١-	٣±	إعتدالي

يتضح من الجدول رقم (٥) ، أن قيم معامل الإلتواء لمتغير الذكاء وأبعاده ، قد تباينت مابين أكبر قيمة والمتمثلة في متغير (الذكاء الشخصى " الذاتى" للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-١,١٦٩) وأقل قيمة والمتمثلة في متغير (الذكاء الموسيقى " الإيقاعى" للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-٠,٠٤٠) وإنحصرت القيم المحسوبة لمعاملات الإلتواء مابين (±٣) وهذه الدلالة تعكس مدى إعتدالية توزيع البيانات وتجانس غواصي عينة الدراسة الإستطلاعية في متغير الذكاء وأبعاده .

٦/٨- توصيف عينة الدراسة الأساسية :

بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية مجتمعة (٣٢ غواص) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل ، بهدف تطبيق مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين فى صورته النهائية المستقرة ، ويوضح جدول (٦) توصيف غواصي عينة (الدراسة الأساسية) من حيث دورات التأهيل الحاصلين عليها ويوضح جدول (٧) توصيف غواصي عينة (الدراسة الأساسية) من حيث مستوى الخبرة (عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص) :

جدول رقم (٦) توصيف غواصي عينة الدراسة الأساسية
من حيث دورات التأهيل الحاصلين عليها

(ن=٣٢)

م	توصيف غواصى عينة البحث الأساسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد	دورات التأهيل الحاصل عليها غواصى عينة الدراسة الأساسية			المجموع
		نجمة (١)	نجمة (٢)	نجمة (٣)	
١	الفرقة الأولى	٧ غواصين	٣ غواصين	١غواص	١١غواص
٢	الفرقة الثانية	٢ غواص	٣غواصين	–	٥غواصين

٣	الفرقة الثالثة	٨ غواصين	٢ غواص	–	١٠ غواصين
٤	الفرقة الرابعة	٤ غواصين	٢ غواص	–	٦ غواصين
	المجموع	٢١ غواص	١٠ غواصين	١ غواص	٣٢ غواص

يتضح من الجدول رقم (٦) ، توصيف غواصي عينة الدراسة (الأساسية) من حيث دورات التأهيل الحاصلين عليها حيث بلغ حجم عينة (الدراسة الأساسية) مجتمعة (٣٢) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل .

جدول رقم (٧) توصيف غواصي عينة البحث الأساسية من حيث مستوى الخبرة
(عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص)

(ن=٣٢)

م	توصيف غواصي عينة البحث الأساسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد	مستوى الخبرة (عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص) لغواصي عينة البحث الأساسية					المجموع
		سنة	سنتان	(٣) سنوات	(٤) سنوات	(٥) سنوات	
١	الفرقة الأولى	٦ غواصين	١ غواص	–	٢ غواص	٢ غواص	١١ غواص
٢	الفرقة الثانية	٤ غواصين	–	–	–	١ غواص	٥ غواصين
٣	الفرقة الثالثة	٦ غواصين	١ غواص	٣ غواصين	–	–	١٠ غواصين
٤	الفرقة الرابعة	٤ غواصين	–	–	–	٢ غواص	٦ غواصين
	المجموع	٢٠ غواص	٢ غواص	٣ غواصين	٢ غواص	٥ غواصين	٣٢ غواص

يتضح من الجدول رقم (٧) ، توصيف غواصي عينة (البحث الأساسية) من حيث مستوى الخبرة (عدد سنوات الممارسة لرياضة الغوص) حيث بلغ حجم عينة (البحث الأساسية) مجتمعة (٣٢) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحةOpen Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل

٩/٦- تجانس غواصى عينة الدراسة الأساسية :

قام الباحث بالتأكد من تجانس غواصي عينة (الدراسة الأساسية) البالغ قوامها (٣٢ غواص) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد بإستخدام (معامل الإلتواء) الإحصائي لبيانات متغيرات النمو(الطول و الوزن والسن) ، والمتغيرات الموقفية (مستوى الممارسة ، والغوصات السابقة ، و أقصى عمق ، تكرار أقصى عمق ، ودورات التأهيل الحاصل عليها الغواصين " النجمة") ، و متغير الذكاء المتعدد وأبعاده بإستخدام مقياس الذكاءات المتعددة للاعبى المستويات الرياضية العالية" (١) مرفق (١) الذكاء الحركى (الجسدى) ، و الذكاء البصرى (المكانى) ، الذكاء الإجتماعى (بين الأشخاص) والذكاء اللغوى (اللفظى) والذكاء الإستراتيجى (الخططى) ، و الذكاء الشخصى (الذاتى) والذكاء المنطقى (الرياضى) ، والذكاء الموسيقى (الإيقاعى) ، و الذكاء الطبيعى (البيئى) ، ويوضح جدول (٨) تجانس غواصى عينة الدراسة الأساسية فى متغيرات النمو ويوضح جدول (٩) تجانس غواصى عينة الدراسة الأساسية فى المتغيرات الموقفية ويوضح جدول (١٠) تجانس غواصى عينة الدراسة الأساسية فى متغير الذكاءات المتعددة وأبعاده :

جدول رقم (٨) المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء في متغيرات النمو لغواصى عينة الدراسة الأساسية

(ن=٣٢)

م	متغيرات النمو	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء	القيمة الحرجة	مستوي التوزيع
١	الطول للغواصين	سم	١٧٦,٨٤٣	١٨٠,٠٠	٩,٩٦١	-٠,١٢٥	±٣	إعتدالي
٢	الوزن للغواصين	كجم	٧٤,٢٥٠	٧٢,٥٠٠	٩,٥٤١	٠,٤٤٥	±٣	إعتدالي
٣	السن للغواصين	سنة	٢٠,٠٦٢	٢٠,٠٠٠	١,١٠٥	٠,٦٨٣	±٣	إعتدالي

يتضح من الجدول رقم (٨) ، أن قيم معامل الإلتواء لمتغيرات النمو ، تباينت مابين أكبر قيمة والمتمثلة في متغير (السن للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (٠,٦٨٣) وأقل قيمة والمتمثلة في متغير(الطول للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-٠,١٢٥) ، و لقد إنحصرت القيم المحسوبة لمعاملات الإلتواء مابين (±٣) وهذه الدلالة تعكس مدى إعتدالية توزيع البيانات وتجانس غواصي عينة الدراسة الأساسية في متغيرات النمو.

جدول رقم (٩) المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء في المتغيرات الموقفية لغواصى عينة الدراسة الأساسية

(ن= ٣٢)

م	المتغيرات الموقفية	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء	القيمة الحرجة	مستوي التوزيع
١	مستوى الممارسة للغواصين	سنة	٢,٠٣١	١,٠٠٠	١,٥٥٥	٠,٣٤٩-	٣±	إعتدالي
٢	الغوصات السابقة للغواصين	عدد	٧,٠٠٠	٦,٥٠٠	٢,٩٥١	٠,٨٨٣-	٣±	إعتدالي
٣	أقصى عمق للغواصين	متر	١٣,٠٣١	٨,٥٠٠	٩,٥٣٥	٠,٥٠٧	٣±	إعتدالي
٤	تكرار أقصى عمق للغواصين	عدد	٤,٤٦٨	٣,٥٠٠	٣,٢٩٢	٠,٨٩٦	٣±	إعتدالي
٥	دورات التأهيل (النجمة)	عدد	١,٤٣٧	١,٠٠٠	٠,٦١٨	٠,٣٣٠	٣±	إعتدالي

يتضح من الجدول رقم (٩) ، أن قيم معامل الإلتواء لمتغيرات النمو ، تباينت مابين أكبر قيمة والمتمثلة في متغير (تكرار أقصى عمق للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (٠,٨٩٦) وأقل قيمة والمتمثلة في متغير (دورات التأهيل " النجمة " للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (٠,٣٣٠) ، وإنحصرت القيم المحسوبة لمعاملات الإلتواء مابين (±٣) وهذه الدلالة تعكس مدى إعتدالية توزيع البيانات وتجانس غواصي عينة الدراسة الأساسية في المتغيرات الموقفية.

جدول رقم (١٠) المتوسط الحسابي والوسيط والإنحراف المعياري ومعامل الإلتواء في متغير الذكاءات المتعددة وأبعاده لغواصي عينة الدراسة الأساسية

(ن= ٣٢)

م	متغير الذكاءات المتعددة وأبعاده	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الإنحراف المعياري	معامل الإلتواء	القيمة الحرجة	مستوي التوزيع
١	الذكاء الحركى (الجسدى)	الدرجة	٦٦,٩٣٧	٦٤,٥٠	١٠,٨٠٦	١,٣٠١-	٣±	إعتدالي
٢	الذكاء البصرى (المكانى)	الدرجة	٦٥,٠٠٠	٦٣,٥٠	٩,٩٢٢	٠,٩٤٦-	٣±	إعتدالي
٣	الذكاء الإجتماعى (بين الأشخاص)	الدرجة	٥٨,٧١٨	٥٨,٥٠	٩,١٥٥	١,٠٨٣-	٣±	إعتدالي
٤	الذكاء اللغوى (اللفظى)	الدرجة	٥٤,٤٣٧	٥٣,٥٠	٨,٦٦٩	١,٠٥٠-	٣±	إعتدالي
٥	الذكاء الإستراتيجى (الخططى)	الدرجة	٣٣,٩٠٦	٣٣,٥٠	٥,٦١٨	٠,٩٧٥-	٣±	إعتدالي
٦	الذكاء الشخصى (الذاتى)	الدرجة	٢٥,٤٠٦	٢٦,٠٠	٤,٦٧٥	٠,١٦٢	٣±	إعتدالي
٧	الذكاء المنطقى (الرياضى)	الدرجة	٢٤,٨١٢	٢٤,٠٠	٤,٧١٤	٠,٩٣٩-	٣±	إعتدالي
٨	الذكاء الموسيقى (الإيقاعى)	الدرجة	٢١,٠٩٣	٢٠,٥٠	٤,١٢٩	٠,٨٧٠-	٣±	إعتدالي
٩	الذكاء الطبيعى (البيئى)	الدرجة	١٣,٩٣٧	١٤,٥٠	٢,١٣٩	٠,٨٧٠-	٣±	إعتدالي

١٠	المجموع (للذكاء المتعدد)	الدرجة	٣٦٤,٢٥	٣٥٣,٠	٥٢,٦٠١	-١,٢٣٥	٣±	إعتدالي

يتضح من الجدول رقم (١٠) ، أن قيم معامل الإلتواء لمتغير الذكاء وأبعاده ، قد تباينت مابين أكبر قيمة والمتمثلة في متغير (الذكاء الحركى " الجسدى" للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (-١,٣٠١) وأقل قيمة والمتمثلة في متغير (الذكاء الشخصى " الذاتى" للغواصين) بدلالة معامل إلتواء قدره (٠,١٦٢) و لقد إنحصرت القيم المحسوبة لمعاملات الإلتواء مابين (±٣) وهذه الدلالة تعكس مدى إعتدالية توزيع البيانات وتجانس غواصي عينة الدراسة الأساسية في متغير الذكاء وأبعاده.

٦/١٠- أدوات جمع البيانات :

فى ضوء القراءات النظرية والمسح المرجعي للمراجع العلمية المتخصصة في مجال موضوع البحث – في حدود علم الباحث- والدراسات السابقة المرتبطة ، تم إجراء ما يلي:

٦/١٠/١- القياسات الأولية: (السن ، الطول ، الوزن) ، للتحقق من مدي تجانس غواصى عينة الدراسة الإستطلاعية والأساسية فى متغيرات النمو.

٦/١٠/٢- قياس الذكاء : بإستخدام مقياس الذكاءات المتعددة للاعبى المستويات الرياضية العالية لـ (إبراهيم على إبراهيم يوسف). (١) مرفق (١) ، للتحقق من مدي تجانس غواصى عينة الدراسة الإستطلاعية و الأساسية فى متغيرات الذكاء.

٦/١٠/٣- قياس تنظيم الطاقة العقلية : بإستخدام مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين (إعداد وتصميم الباحث) للتطبيق على غواصى عينة الدراسة الأساسية. مرفق (٣)

٦/١١- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم الأحد الموافق ٢٠٢٢/١٢/٤م وحتى يوم الأحد الموافق ٢٠٢٢/١٢/١٨م على عينة قوامها (٣٠) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحةOpen Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل ، على النحو المبين من (جدول رقم ١) و(جدول رقم ٢) ، بهدف إجراء معاملات صدق الاتساق الداخلي والثبات والتحليل العاملى لعبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين والتعرف على مدى مناسبته لطبيعة الغواصين.

٦/١٢- التقدير الكيفى لبناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، وقد إتبع الباحث الخطوات التالية عند بناء المقياس :

٦/١٢/١- صياغة عبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

قام الباحث بإجراء مسح مرجعى للتعرف المبدئى على محاور وأبعاد الظاهرة موضوع الدراسة (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) بالإطلاع على عدد (١٦) من الدراسات المرجعية العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع الدراسة ، الدراسات العربية ، أمثال (محمد السيد محمد محمد علي عسكر) (٢٠٢١م) (١٠) و(محمد السيد الششتاوى) (٢٠٢٠م) (٩) ، و(علاء عبد القادر) (٢٠٢٠م) (٧) ، والدراسات الأجنبية أمثال و(Shiow-Fang Shieh وآخرون) (٢٠٢٣م) (٢٨) و(Yanying Liu وآخرون) (٢٠٢٣م) (٣٣) و(Wen-Chuan Chuang وآخرون) (٢٠٢٢م) (٣٢) و(Ahmet Islam) (٢٠٢٢م) (١٧) و (Esin kaplan and Berkan bozdag) (٢٠٢٢م) (٢١) و(Ahmet İslam) (٢٠٢٢م) (١٨) و(Montse C. Ruiz وآخرون) (٢٠٢١م) (٢٧) و(Shiow-Shya Chiou وآخرون) (٢٠٢٠م) (٢٩) و(Charles H Van Wijk وآخرون) (٢٠٢٠م) (٢٠) و(Aydıner Birsin Yildiz وآخرون) (٢٠٢٠م) (١٩) و(Laura Walton) (٢٠١٨م) (٢٦) (Frank J. H. Lu وآخرون) (٢٠١٨م) (٢٤) و(Joško Sindik وآخرون) (٢٠١٥م) (٢٥)

وكذلك الإطلاع على عدد (٧) من المقاييس المرتبطة بموضوع الدراسة ، أمثال " مقياس الطاقة النفسية الإيجابية للاعبى الدرجة الأولى لكرة القدم" / إعداد (ميثم مطير حميد) (٦ : ٥٤ - ٦٢) ، " مقياس الطلاقة النفسية للاعبى الكرة الطائرة " / إعداد (عزام المنصورى محمد رزق الله) (٦ : ٦٣ - ٧١) " مقياس الطلاقة النفسية للاعبى المستويات العالية " / إعداد (أيسل محمد على أحمد) (٦ : ٧٢ - ٨٠) ، " مقياس المرونة النفسية " / إعداد كلاً من (هدى محمد عوض الألفى وهالة مصطفى إبراهيم) (٦ : ٨١ - ٨٥) "مقياس الطلاقة النفسية " / إعداد (أسامة كامل راتب وآخرون) (٤ : ٦٧٦ - ٦٨٣) " إستبيان الصلابة النفسية " / إعداد (محمد أحمد مخيمر) (٨) ، " مقياس اللياقة النفسية " / إعداد (منى مختار المرسى عبد العزيز) (١٦ : ١٢٣ - ١٢٧).

وكذلك الإطلاع على خصائص الطلاقة النفسية التى حددها (كسكزنتمهالى Csikzentmihalyi) (١٩٨٥م) وهى : " التحديات تساوى المقدرة والمهارة ، يعرف الفرد ماذا يفعل ، وجود أهداف واضحة ، التركيز العميق ، التحكم والسيطرة ، فقدان الإحساس بالزمن ، الأداء الآلى" (٥:١٧٧) ، والخبرات النفسية المرتبطة بحالة الطلاقة النفسية التى حددها (كن رافيز Ken Ravizza) (١٩٨٧م) من خلال إجراء مقابلة لمجموعة من الرياضيين من الجنسين يمثلون

١٢ رياضة وهى : " عدم الخوف من الفشل ، عدم التفكير فى الأداء الإندماج الكلى فى النشاط ، التركيز فى مجال محدود ، الأداء دون جهد أو عناء، السيطرة الكاملة ، تغير الإحساس بالزمن (كل شئ يبدو أنه يسير أبطأ من المعتاد) ، التزامن والتكامل لجميع الأشياء (١٧٨:٥) وخصائص الطلاقة النفسية التى حددها (كوهن Cohn) (١٩٩١م) ، وهى " مجال ضيق للتركيز على فكرة أوأداء معين ، الإندماج فى الحاضر (الأداء) الأداء الآلى دون جهد ، السيطرة على الإنفعالات ، الأفكار الإثارة ، درجة عالية من الثقة فى النفس ، عدم الخوف ، الإسترخاء البدنى و العقلى " (١٧٨:٥) وخصائص الطلاقة النفسية التى حددها (لوهر Loehr) (١٩٨٤م) وهى " الإسترخاء العقلى (الهدوء الداخلى والتركيز) الإسترخاء البدنى (تعمل العضلات بطلاقة وإنسيابية وقوة) والإسترخاء البدنى (تعمل العضلات بطلاقة وإنسيابية وقوة) ، والطاقة العالية (الإستمتاع ، النشوة ، التصميم الطموح) الثقة والتفاؤل (القوة والسيطرة والقدرة على مواجهة مواقف التحدى الصعبة) ، والتركيز فى الأداء الراهن (عدم التفكير فى الماضى أوالمستقبل ، الأداء الآلى دون جهد عقلى) ، والوعى والإدراك (الوعى والإدراك بأدائهم وأداء الآخرين والتوافق مع مثيرات البيئة المختلفة) ، والسيطرة والتحكم (يعمل كل من الجسم و العقل بشكل آلى ، كل شئ يؤدى على نحو صحيح ولايوجد شئ يخرج عن السيطرة) ، والإندماج التام (الإرتباط الكلى بالأداء ، الإنعزال عن مصادر التشتت للبيئة الخارجية تجنب مصادر التوتر) (١٧٩:٥)

وذلك بهدف الإستفادة منها عند صياغة ووصف عبارات وأبعاد المقياس إلى أن بلغ عدد عبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية فى صورته المبدئية (٢٥٠ عبارة) مرفق (٢) ، فقد راعى الباحث الشروط التالية عند صياغة عبارات المقياس : ١- أن تكون الفقرات فى أسلوب واضح ، ٢- أن لا توحى العبارة بنوع من الإستجابه لميزان التقدير المستخدم ، ٣- البساطه فى إختيار الكلمات ، ٤- لا تبدأ العبارة بالنفي (لا) ، ٥- أن تكون مناسبة للهدف المراد قياسه ، ٦-لا تبدأ العبارة بالضمائر (أنا ، نحن) ، ٧- لا تبدأ العبارة بصيغة إستفهام (هل) ٨- تبدأ العبارة بفعل مضارع سلوكى قابل للملاحظة فى العبارات.(١: ١٠٧)

٢/١٢/٦- ميزان التقدير لعبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

قام الباحث بتطبيق ميزان التقدير الخماسى (طريقة ليكرت Likert) وذلك لأنه يعطى مساحة أكبر لإستجابات المفحوص للتعبير بدقة عن سلوكه ومشاعره لكل عبارة ، ويساعد الباحثين فى الوصول إلى تقييم أكثر دقة للمهارات التى يتم قياسها . (٦: ٢٥٠)

٦/١٢/٣- صدق الاتساق الداخلي لعبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين:

قام الباحث بإجراء معامل صدق (الاتساق الداخلي) لعبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) فى صورته الأولية عن طريق إيجاد معامل الإرتباط (بيرسون) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لعبارات المقياس تمثل بعد (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على النحو المبين من (جدول رقم ١١).

٦/١٢/٤- ثبات عبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين:

قام الباحث بإجراء ثبات عبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين فى صورته الأولية عن طريق التطبيق الأول ثم إعادة التطبيق مرة أخرى بفارق زمنى قدره أسبوعين من تاريخ التطبيق الأول ثم إيجاد معامل الإرتباط بين التطبيق الأول والثانى لعبارات المقياس بإستخدام معامل الإرتباط (بيرسون) لملائمته لطبيعة البحث ، على النحو المبين من (جدول رقم ١١).

جدول رقم (١١)

معامل صدق الاتساق الداخلي وثبات عبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(ن=٣٠)

م	العبارات	التطبيق الأول				التطبيق الثانى			
		المتوسط (س١)	الإنحراف المعيارى (ع١)	الإلتواء (±١)	صدق الإتساق الداخلى (ر)	المتوسط (س٢)	الإنحراف المعيارى (ع٢)	الإلتواء (±٢)	معامل الثبات (ر)
١	أفكر دائماً فى الأهداف الموضوعية المنظمة التى أحددها عند كل غوصة.	٤,٠٦٦	١,٠١٤	٠,٥٦٥-	**٠,٦٩٥	٢,١٦٦	٠,٩١٢	١,١٠٦	٠,٢٧٣-
٢	عندما أتعرض لموقف خطير تحت الماء أنتهج التصرف السليم للنجاه منه.	٤,٠٦٦	١,٠١٤	٠,٧٧٧-	**٠,٨٧٨	٤,١٣٣	٠,٨٦٠	٠,٩٦٦	**٠,٦٢١
٣	تفكيرى يكون منظم ومنسق أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٠٠	١,٠٦١	١,١٣٧	**٠,٧١٠	٣,٦٦٦	٠,٩٩٤	١,٠٦١	٠,١٩٦
٤	أفكر إيجابياً فى العلاقة ما بين البيئة التحت مائية والغواص.	٤,١٦٦	٠,٩٤٩	٠,٨٧٢	**٠,٦٤٦	٣,٩٦٦	١,٢٧٢	١,٣٣٢	٠,٣٤٧
٥	لدى القدرة على التوصل للنتائج لحل المشكلة من خلال تنظيم طاقتى النفسية	٣,٩٦٦	١,١٥٩	١,٠٧٠	**٠,٧١٣	٤,١٣٣	١,١٩٥	١,٨٢٩	**٠,٦٠٠
٦	تنظيم طاقتى النفسية يزيد من من قدرتى على التفكير الجيد.	٣,٩٠٠	٠,٦٦١	٠,٦٥٨-	*٠,٤١٥	٣,٧٦٦	١,٣٨١	٠,٩٧٨	٠,٣١٣
٧	أستطيع التأكد من صدق المعلومات التى أقوم بتحليلها وتنظيمها.	٣,٧٣٣	١,١١٢	٠,٧١٨	**٠,٦٥١	٤,٢٣٣	١,٠٤٠	١,٦٨٦	*٠,٣٨٤
٨	أستطيع تكوين أفكار إيجابية محل الأفكار السلبية عند مواجهة موقف معقد أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٠٠	١,١٧٤	١,٢٣٢	**٠,٦٦١	٤,٠٦٦	١,٠٤٨	١,٢٩٥-	**٠,٥٣٢
٩	عندما يكون لدى قدر هائل من البيانات والمعلومات فإننى أقوم بتصنيفها وترتيبها وتنظيمها بحيث لا تؤدى إلى إجهاد إنفعالى.	٣,٩٦٦	٠,٩٩٩	٠,٥٩٦-	**٠,٦٨٣	٤,١٦٦	١,٠٥٣	١,٤٩٣	٠,١٠٤
١٠	يكون تفكيرى فيما تعلمته من قبل منظم ومنسق.	٤,٢٦٦	٠,٨٦٨	٠,٩٠٦	**٠,٧٩٧	٤,١٦٦	٠,٩٨٥	١,٠٥١	**٠,٤٧٠
١١	أستطيع تحمل أخطائى ومواجهتها أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٣٣	١,٠٤٨	٠,٦٢٩	**٠,٨٣٤	٣,٩٦٦	٠,٧٦٤	٠,٩٣٣-	**٠,٤٧٠

١٢	أحدد أهدافى بوضوح لسهولة تحقيقها.	٣,٩٣٣	٠,٧٣٩	٠,٤٤٠-	**٠,٦٢٦	٤,٢٦٦	١,٠٨٠	١,٦٣٠-	**٠,٤٩٨
١٣	تحظى أفكارى بتقدير زملائى.	٤,٠٦٦	١,٠١٤	٠,٩٨٩-	**٠,٧٤٠	٤,٣٦٦	٠,٨٥٠	١,١٧٤	**٠,٨١٠
١٤	أرتب أفكارى بما يحقق أهدافى.	٤,١٦٦	٠,٩١٢	١,٥١٦	**٠,٦٨٨	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤	**٠,٦٥٢
١٥	أفكر جيداً قبل ما أجاذف فى إتخاذ القرار.	٤,٠٦٦	١,٢٠١	١,١٥٨-	**٠,٦٦٩	٤,٠٠٠	٠,٦٤٣	٠,٨٣٣	٠,٣٥٧
١٦	الإسترخاء يزيد من قدرتى على التفكير.	٤,١٣٣	٠,٨٦٠	٠,٦١٨-	**٠,٧٧٤	٤,٣٠٠	١,٠٢٢	١,٢٨٣-	**٠,٦٥٩
١٧	أستطيع منع تداخل الأفكار مع بعضها البعض.	٢,٨٣٣	٠,٩٨٥	٠,١٢٤	٠,٢٩٣-	٤,١٠٠	١,٠٢٨	١,٢٢٩-	**٠,٣٩١-
١٨	أساعد زملائى تحقيقاً لهدف مشترك.	٤,١٠٠	٠,٩٢٢	٠,٤٩١-	**٠,٧٨٠	٤,٢٠٠	٠,٩٢٤	٠,٧٠٦	**٠,٧٠٣
١٩	أدرك الأشياء بالإحساس دون التفكير العميق فيها.	٣,٩٣٣	١,٠١٤	٠,٤٩٦-	**٠,٦٦٩	٣,٧٣٣	٠,٩٤٤	٠,٩٩٧-	*٠,٣٧٧
٢٠	لدى قدر من الإتزان الإنفعالى عن التعرض لمواقف خطرة تحت الماء.	٤,١٣٣	١,٠٧٤	١,٣٥٥-	**٠,٦٨٨	٤,٤٠٠	٠,٨١٣	١,٣٠٠	*٠,٤١٠
٢١	أستطيع أن أحدد سبب المشكلة عند حدوثها وأحللها ثم أجد لها الحل الناسب.	٢,١٦٦	٠,٩١٢	١,١٠٦	**٠,٥٧١-	٣,٧٦٦	٠,٧٢٧	٠,١٧٨	٠,٠٩٥-
٢٢	أرتب المهام المطلوب تنفيذها حسب أهميتها.	٣,٧٣٣	٠,٧٨٤	٠,٨٥١-	**٠,٧٦١	٤,٠٠٠	٠,٩٨٢	٠,٤٦٧-	**٠,٥٨١
٢٣	عندما أكتب العديد من الأفكار فإننى أركز على الفكرة الهامة والرئيسية.	٢,٤٠٠	٠,٨٩٤	٠,٣٢٢	**٠,٥٦٦-	٣,٩٦٦	١,١٥٩	٠,٧٨٥-	٠,٣١٩-
٢٤	عندما أعرض العديد من الآراء أركز على الرأى الذى يكون مقبول لدى زملائى.	٣,٩٦٦	١,٠٣٣	٠,٧٣٣-	**٠,٨٢٢	٣.٦٦٦	١,١٥٤	٠,٨٦٩	*٠,٣٦٦
٢٥	التفكير الجيد يساعدنى على الأداء بكفاءة دون الحاجة لأخذ رأى المحيطين بى.	٣,٢٦٦	١,٠٤٨	٠,٩٦٤	**٠,٧٦٢	٣,٦٦٦	٠,٨٠٢	١,٤٤٧	٠,٣٥٥
٢٦	أفضل تجربة أفكارى الخاصة والتعرف على مدى نجاحها فى رياضة الغوص.	٣,٧٦٦	١,٣٨١	٠,٩٧٨	**٠,٨٥١	٣,٨٦٦	٠,٨٩٩	٠,٩٤١-	**٠,٦٦٨
٢٧	أميل إلى تقييم ومقارنة الآراء المختلفة من قبل الزملاء.	٤,٢٣٣	٠,٨٥٨	٠,٨٣٨	**٠,٧٥١	٤.٠٦٦٧	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦	**٠,٥٣٣
٢٨	عند محاولتى إتخاذ القرار أعتمد على تقديرى الخاص للموقف.	٤,٢٣٣	٠,٨١٧	٠,٤٧٠-	**٠,٦١٤	٣.٩٣٣	١,١١٢	٠,٨٢٨	**٠,٦٦٣
٢٩	أفضل جمع معلومات وبيانات محددة عن المهمة التى أنفذها تحت الماء.	٣,٦٦٦	٠,٩٩٤	١,٠٦١	**٠,٥٨٩	٤,٠٠٠	٠,٨٧٠	٠,٣٣٥-	٠,٣٥٨
٣٠	أستطيع توقع النتائج المترتبة على المشكلة التى تواجهنى.	٣,٩٦٦	١,٢٧٢	١,٣٣٢-	**٠,٧٦٨	٤,٢٣٣	٠,٨٥٨	٠,٨٣٨-	**٠,٦٧٠
٣١	أمنع التداخل بين المعلومات مما يزيد من قدرتى على التذكر.	٤,١٣٣	١,١٩٥	١,٨٢٩-	**٠,٧٠٦	٣,٩٦٦	١,١٥٩	٠,٩٢٨-	**٠,٦٠٠

٣٢	أرى أن الأسلوب المتبع لحل المشكلات المرتبطة بالتدريب يختلف عن الأسلوب المتبع لحل المشكلات المرتبطة بالدراسة.	٤,٠٠٠	٠,٧٨٧	٠,٤٥٣	**٠,٤٦٩	٤,٠٦٦	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦-	٠,١٨٥
٣٣	أميل إلى التخطيط المسبق قبل القيام بالمهام تحت الماء.	٣,٩٣٣	٠,٨٢٧	١,٠٤٤-	**٠,٤٧٢	٣,٨٣٣	١,٢٠٥	٠,٩٢٢	٠,١٩٦
٣٤	لدى القدرة على التصرف بهدوء عند مواجهة المواقف الصعبة تحت الماء.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤	**٠,٧٠٥	٣,٩٣٣	١,٠٤٨	٠,٦٢٩	**٠,٥٨٢
٣٥	تكرار عدد مرات الغوص يشعرنى بالسرور.	٣,٩٠٠	٠,٧٥٨	٠,٨٤٢	**٠,٥٩٢	٤,٠٠٠	١,٠٨٢	٠,٨٧٣-	**٠,٥٨٨
٣٦	لدى قدر من الإسترخاء يزيد من قدرتى على مواجهة التوتر الذى أشعر به.	٤,٢٣٣	١,١٠٤	١,٤٨٥-	**٠,٧٦٧	٣,٩٣٣	١,١٤٢	٠,٩٠٢	*٠,٤٢٣
٣٧	أسامح من يخطئ فى حقى من الزملاء.	٤,١٣٣	٠,٩٨٦	٠,٧٦٤	**٠,٧٨٧	٣,٦٠٠	١,٢٧٥	٠,٥٥٩-	**٠,٦٥٥
٣٨	أمتلك القدرة على تحمل أخطائى فى الأداء تحت الماء ومواجهتها.	٤,١٣٣	٠,٩٧٣	١,٠٠٤	**٠,٨٤٧	٣,٨٦٦	١,٢٢٤	٠,٨١٦	**٠,٦٥٢
٣٩	اشعر بالرضا عن قدراتى ومهاراتى تحت الماء.	٤,٢٠٠٠	٠,٩٦١	١,١٧٨-	**٠,٨٣٩	٤,٣٠٠	٠,٩١٥	١,٢٣٧-	**٠,٥٥٦
٤٠	لدى قدرة على توجيه زملائى لتنفيذ المهام تحت الماء.	٤,١٣٣	١,٠٧٤	١,٣٥٥	**٠,٧٢١	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤	**٠,٦٤٦
٤١	أدرك الأرقام ولدى القدرة على حسابها.	٤,١٣٣	٠,٨٦٠	٠,٩٦٦-	**٠,٧١٧	٤,١٠٠	١,٠٦١	١.١٣٧-	*٠,٣٦٢
٤٢	أمتلك إستراتيجية للتفكير عند المخاطرة بنفسى تحت الماء.	٤,١٠٠	١,١٥٥	١,٥٠١-	**٠,٦٧١	٤,١٦٦	٠,٩١٢	٠,٩٣٤	**٠,٦٣٨
٤٣	البيئة التحت مائية تساعدنى على الإسترخاء.	٤,٢٣٣	١,٠٤٠	١,٦٨٦	**٠,٥٩١	٤,٠٣٣	١,١٨٨	٠,٩٩٢	**٠,٦٩١
٤٤	عندما تواجهنى مشكلة فإننى أستخدم أفكارى الخاصة لحلها.	٤,٠٦٦	١,٠٤٨	١,٢٩٥	**٠,٥٩٥	٣,٨٣٣	١,١٧٦	٠,٨٧٩	**٠,٥٦٨
٤٥	نقد الآخرين لى يجعلنى أكثر تصميماً على التفوق.	٤,١٦٦	١,٠٥٣	١,٤٩٣-	**٠,٦٢٩	٤,٠٣٣	١,٠٣٣	١,٠٧٥-	**٠,٧٥٥
٤٦	ينتابنى الإحساس باليقظه أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٢٣٣	٠,٩٣٥	١,٠٤٥-	**٠,٧١١	٤,٠٣٣	٠,٩٢٧	٠,٦٢٤-	**٠,٥٨٧
٤٧	أستطيع حل مشكلات محددة أفضل من حل مشكلات عامة.	٤,١٦٦	٠,٩٨٥	١,٠٥١	**٠,٧٤٤	٤,١٠٠	٠,٩٩٤	٠,٦٦٢	**٠,٦٥١
٤٨	أستطيع المقارنة بين أساليب حل المشكلة وإختيار الأسلوب الأمثل للحل.	٣,٩٦٦	٠,٧٦٤	٠,٩٣٣-	**٠,٥٢٢	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	١,٠٢٧-	٠,٣٣٧
٤٩	وصولى لدرجة الآلية فى أدائى تحت الماء يزيد من قدرتى على التفكير الجيد.	٤,٢٦٦	١,٠٨٠	١,٦٣٠	**٠,٦٨٥	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,٣٧٠-	**٠,٦٦٣
٥٠	اشعر بالحماس والإثارة لتجاوز الأعماق الكبيرة.	٤,٣٦٦	٠,٨٥٠	١,١٧٤-	**٠,٧٨٢	٤,١٣٣	٠,٨٩٩	٠,٨٨٦	**٠,٦٥٥
٥١	عند حدوث موقف تحت الماء فإننى أدقق فى تفاصيله.	٣,٦٣٣	١,١٥٩	١,٢٠٢-	**٠,٥٧٠	٤,٣٠٠	٠,٩١٥	١,٢٣٧	*٠,٤٠٠

٥٢	أدرك أن سلوك المخاطرة تحت الماء يتأسس على المبادئ العلمية والخبرة.	٤,٠٦٦	١,٢٨٤	١,٢٨٢	**٠,٧٨٧	٤,٠٣٣	١,٣٢٥	١,٣٠٢	*٠,٤٤٤
٥٣	أميل إلى معرفة التفاصيل وخطوات تنفيذ المهام التى أكلف بها تحت الماء.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤	**٠,٧٩٥	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	٠,٨٤٤	**٠,٨٧٠
٥٤	أستطيع إقناع زملائى بأمور هامة أثناء التدريب.	٤,١٦٦	١,٠١٩	٠,٩٨٣-	**٠,٨٠٢	٣,٣٠٠	١,٤٨٩	٠,٣٥٥	٠,٠١١-
٥٥	أقدم أفضل مستوى لدى أثناء التدريب تحت الماء.	٤,٢٠٠	٠,٧٦١	٠,٣٦٢	**٠,٨٥٥	٤,٥٠٠	٠,٩٣٧	٢,٢٨٥	٠,٠٩٧
٥٦	اهتم بالتفاصيل الدقيقة فى الموضوعات.	٤,٠٠٠	٠,٦٤٣	٠,٨٣٣-	*٠,٤٢٩	٤,٠٣٣	١,٠٣٣	١,٠٧٥	٠,١٥٦
٥٧	إهتم بالأفكار الإيجابية أكثر من الأفكار السلبية أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٣٠٠	١,٠٢٢	١,٢٨٣	**٠,٦٦٩	٤,١٠٠	١,٣٢٢	١,٤٤٢-	٠,١٨١
٥٨	أستطيع حل المشكلات التى تواجهنى بناءاً على أساليب محدده ومرتبه.	٤,١٦٦	١,٠٨٥	١,٣٩٣	**٠,٦٣٧	٤,١٦٦	٠,٩٨٥	١,٥١٤	٠,١٢٤-
٥٩	افكر فى النتائج الإيجابية لأدائى تحت الماء.	٤,١٣٣	١,٠٠٨	١,٣٦٦-	**٠,٦٣٢	٤,٠٠٠	١,٣١٣	١,٣٧١-	٠,٢٣٤-
٦٠	يسهل على تذكر التفاصيل الدقيقة فى الموضوعات.	٤,١٠٠	١,٠٢٨	١,٢٢٩	**٠,٦٧٥	٤,٣٣٣	٠,٩٢٢	١,٣٠٨-	٠,٢٥٤-
٦١	لدى الإستعداد النفسى الجيد للقيام بالمهام تحت الماء.	٤,٠٦٦	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦-	**٠,٧٨٩	٤,٤٦٦	٠,٩٣٧	٢,١٨٧-	٠,١١٤-
٦٢	أستطيع تذكر أشكال الكائنات البحرية فى أخر غوصة لى.	٣,٩٣٣	٠,٩٨٠	٠,٥٦٦	**٠,٦٧٢	٤,٥٠٠	٠,٩٠٠	٢,٤٣١	٠,٢٣٤
٦٣	أستطيع تذكر تحركات زميلى تحت الماء التى حدثت منذ فترة طويلة.	٤,٢٠٠	٠,٩٢٤	٠,٧٠٦-	**٠,٧٥٧	٤,١٣٣	١,١٣٦	١,٣٣٥	٠,١٩٠-
٦٤	يسهل على تذكر الوقائع التى حدثت على المدى القصير والمدى الطويل.	٣,٧٣٣	٠,٩٤٤	٠,٩٩٧-	**٠,٧٠٠	٤,٢٠٠	١,٠٩٥	١,٤٣٧	٠,١٨٧
٦٥	أستطيع تذكر أخطائى التى حدثت فى الماضى لأتعلم منها فى الحاضر.	٤,١٠٠	٠,٩٢٢	٠,٧٧٣	**٠,٦٦٥	٤,٣٠٠	١,٠٨٧	١,٦٨٥-	٠,٠٣٨
٦٦	يسهل على تخزين وأستدعاء المعلومات فى أى وقت.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤	**٠,٨٥٦	٤,٢٦٦	١,١١٢	١,٥٣٨	٠,٠٤٢
٦٧	أميل إلى القدرة على التحكم فى إنفعالى عند تعرضى للخطر أثناء الأداء تحت الماء	٤,١٦٦	١,٠٥٣	١,٤٩٣	**٠,٧٣٢	٤,٤٠٠	٠,٨٩٤	١,٥٣٧	٠,٠٧٣-
٦٨	أضع ثقتى المطلقة فى زملاء الغوصة أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٣٣	١,٠٦٦	١,١٦٧	**٠,٧٩٠	٤,٠٦٦	١,١٤٢	١,٤٧٥	٠,٢٢٥
٦٩	المخاطرة تحت الماء تجعلنى أدرس الموقف قبل الغوص.	٤,٠٠٠	٠,٩٨٢	١,١٦٨-	**٠,٧٤٠	٤,٠٦٦	١,٢٨٤	١,٠٧٣	٠,٠٨٢-
٧٠	أفكارى نحو البيئة التحت مائية تجعلنى أخطط جيداً قبل الغوص.	٣,٩٦٦	٠,٩٩٩	١,٢٦٢	**٠,٧٦٧	٤,١٠٠	١,٢١٣	١,٣٢٠-	٠,١٩٦-
٧١	أشعر بأن تنفسى أثناء الغوص منتظم.	٤,١٠٠	١,٠٦١	١,٣٢٢	**٠,٧٢١	٣,٦٠٠	١,٠٣٧	١,٦٧٧-	**٠,٦٦٤

٧٢	صعوبة إستثارتى وإستفزازى من قبل المحيطين بى.	٤,١٦٦	١,٢٠٥	١,٦٠٦-	**٠,٧٥٣	٤,١٣٣	١,٠٧٤	٠,٩٩٧	**٠,٦٤٨
٧٣	تنوع التدريب تحت الماء يزيد من تنظيم طاقتى.	٤,٢٦٦	٠,٩٠٧	١,١٧١	**٠,٦٧٩	٤,١٦٦	٠,٩٤٩	٠,٨٧٢	**٠,٦٦٧
٧٤	أستطيع تنظيم طاقتى على الرغم من الضغط تحت الماء.	٤,٤٠٠	٠,٨١٣	١,٣٠٠	**٠,٥٨٨	٤,٣٠٠	٠,٨٧٦	٠,٩٨٠	**٠,٨٤١
٧٥	لدى الوعى بإنتقالى من مكان إلى آخر تحت الماء.	٤,٢٠٠	٠,٨٨٦	٠,٧٣٨-	**٠,٥٧٦	٤,٢٦٦	٠,٨٦٨	٠,٩٠٦-	**٠,٦٠٠
٧٦	الإحساس بحواسي يسهل من قدرتي على التفكير.	٢,٦٦٦	١,٣٩٧	٠,١٥٩	*٠,٤٣٥-	٤,١٠٠	٠,٩٩٤	١,١١٢	*٠,٣٧٢-
٧٧	لدى قدرة هائلة على التكيف مع متطلبات البيئة التحت مائية المتغيرة.	٣,٨٦٦	١,١٣٦	٠,٤٧٧-	**٠,٧٦٠	٤,٠٠٠	١,٠١٧	٠,٦٣٢-	**٠,٥٦٧
٧٨	أشعر بأن الأشياء تبدو فى حجمها الطبيعى.	٤,٠٣٣	٠,٩٦٤	٠,٥٦٤	**٠,٦٣٩	٤,٠٠٠	١,٠٨٢	١,٠٤٨	*٠,٤٢٩
٧٩	أشعر بجماعية الفريق أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٠٠	١,٠٦١	٠,٥٢٩	**٠,٦٧٥	٣,٩٦٦	٠,٨٠٨	٠,٠٦٣	*٠,٤٣٨
٨٠	أشعر بتوازن جسمي بصورة طبيعية.	٣,٧٦٦	٠,٧٢٧	٠,١٧٨-	*٠,٤٢٣	٣,٩٣٣	١,٠٤٨	٠,٤٣٧	**٠,٤٧٦
٨١	أشعر بسهولة التفاهم مع زملائي.	٤,٠٠٠	٠,٩٨٢	٠,٤٦٧-	**٠,٨١٥	٣,١٠٠	٠,٨٤٤	٠,٥٣٧	*٠,٤٥٧
٨٢	أدرك مدى التباعد والتقارب بين الأشياء.	٣,٨٦٦	١,٣٥٧	١,١٥٩	**٠,٨٠٧	٣,١٦٦	١,٠٥٣	٠,١٦٥	٠,٠٤٠
٨٣	لدى قدر كبير من الدافعية يساعدنى كثيراً على تركيز إنتباهى بدقة أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٦٦	١,١٨٨	٠,٨٥٦	**٠,٦٩٤	٣,٩٣٣	١,١٤٢	٠,٦٠٥	**٠,٧٦٠
٨٤	أفكر فى البحث عن أساليب غير تقليديه لحل المشكلة التى تواجهنى.	٣,٦٦٦	١,٠٢٨	١,٢٩٩	٠,٢٣٦	٤,٠٠٠	١,٠٥٠	٠,٥٧٤-	٠,١٢٨-
٨٥	يزداد لدى القدره على حفظ وإسترجاع المعلومات بصورة طبيعية.	٤,٠٣٣	١,١٥٩	١,٠٦٥	**٠,٨٠٥	٣,٩٠٠	١,٠٦١	٠,١٥٩-	**٠,٧٣١
٨٦	سهولة إدراك إنفعالات الزملاء من خلال تعبيرات الوجه وحركة الأطراف.	٣,٩٦٦	١,١٥٩	٠,٧٨٥-	**٠,٧٨٥	٤,١٣٣	٠,٩٧٣	٠,٧٦٤-	**٠,٧٠٧
٨٧	لدى القدرة على التواصل الجيد مع الزملاء بإستخدام الإشارات تحت الماء.	٤,١٦٦	٠,٨٧٤	١,٠٠٧	**٠,٧٥٨	٣,٨٣٣	١,٠٥٣	٠,٠٢٥	**٠,٥٩٣
٨٨	أشعر بقوة درجة العلاقة بين أعضاء فريق الغوص بعضهم بالبعض الآخر.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	٠,٨٤٣-	**٠,٨٨٠	٢,٧٦٦	١,٠٠٦	٠,٢٨٨	٠,٠١٧-
٨٩	أشعر بالإرتياح تجاه التخطيط الذى يتم قبل الأداء تحت الماء.	٤,٢٣٣	٠,٧٢٧	٠,٣٩٦	**٠,٤٩٤	٣,٣٠٠	١,٠٥٥	٠,٨٤٥	٠,٢٢٠
٩٠	أستمتع بعضويتى فى فريق الغوص.	٢,٥٦٦	١,٤٧٨	٠,٥٤٧	**٠,٥١١-	٢,٩٣٣	١,١٤٢	٠,٢٨٧	٠,١٢٥
٩١	إسلوب المكافأة يزيد من الدافعية نحو الأداء	٣,٩٣٣	١,٠٤٨	٠,٨٢٢	*٠,٤٤٥	٣,٥٦٦	١,٢٥٠	٠,٣٣٢-	*٠,٤٥١

٩٢	أتميز بقدرتى على الصبر عند التعامل مع الزملاء.	٣,٦٦٦	١,١٥٤	٠,٨٦٩-	**٠,٥٦٩	٢,٨٠٠	٠,٩٦١	٠,٣١٩	٠,٢٤٩
٩٣	لدى القدرة على عزل أفكاري التى تشتت إنتباهى أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٨٠٠	٠,٨٨٦	٠,٥٣٤-	**٠,٥٧٨	٣,٤٦٦	٠,٩٣٧	٠,٨٤٠	٠,٣٢٤
٩٤	سهولة فهم التعليمات الصادرة عن المدرب قبل الغوصة.	٣,٦٦٦	١,٢٤١	٠,٣٥٢-	**٠,٧٧٠	٢,٤٦٦	١,٢٧٩	٠,٢٩١	**٠,٥٥٠-
٩٥	أتخذ قراراتى بروية دون تسرع أثناء التدريب	٤,١٠٠	١,٠٦١	١,١٣٧	**٠,٦٤٧	٢,٦٣٣	٠,٩٩٩	٠,٦٠٥	*٠,٣٨٧-
٩٦	تزداد طاقتى النفسية الإيجابية عند معرفتى لمدى تقدمى ودرجة تحصيلى لمهارات رياضة الغوص.	٣,٨٦٦	٠,٨٩٩	٠,٩٤١	**٠,٥١٦	٣,٣٦٦	٠,٩٩٩	٠,٢٨٣	٠,٠١٨
٩٧	لدى القدرة على التفكير السريع فى المواقف المعقدة تحت الماء.	٤,٠٠٠	١,٠١٧	٠,٦٣٢	**٠,٦٦٢	٣,٧٦٦	١,١٣٥	٠,٤١٦-	٠,٢٩٩
٩٨	أعرف بدقة كل ما يحيط بى أثناء القيام بالمهام تحت الماء.	٣,٨٣٣	١,١٤٧	٠,٦٨٠	**٠,٥٩٨	٣,٥٠٠	٠,٩٠٠	٠,٩١٢	٠,٠٨٣
٩٩	أثق في كفاءة مهاراتى على إنجاز المهام بنجاح تحت الماء.	٤,٠٦٦	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦-	**٠,٧٧١	٣,٣٠٠	٠,٩٨٧	٠,٨٩٢	٠,٣٤٧
١٠٠	أستطيع تركيز إنتباهى حتى و لو كنت منهكاً.	٣,٩٣٣	١,١١٢	٠,٨٢٨	**٠,٧٤١	٣,٦٣٣	٠,٧٦٤	١,٢٢٧-	٠,٢٩٥
١٠١	أستطيع الإنتباه للأخطاء التى إرتكبتها و بسرعة أتوصل إلى القرار المناسب.	٤,٠٠٠	٠,٨٧٠	٠,٣٣٥-	**٠,٧٧١	٣,٨٣٣	٠,٨٣٣	٠,٤٣٢-	٠,١٤٢
١٠٢	اشعر بأفضل درجات التركيز أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	٠,٧٧٦	٠,٧١٦-	**٠,٧٠١	٣,٥٠٠	١,٠٤٢	٠,٥٨٧-	*٠,٤٢٦
١٠٣	أشعر بإمكانية التحكم الكامل فى أدائى أثناء الأداء تحت الماء	٤,٢٣٣	٠,٨٥٨	٠,٨٣٨	**٠,٧٥٣	٣,٩٠٠	١,١٥٥	٠,٥١٢-	*٠,٥١١
١٠٤	خبرات نجاحى السابقة تزيد من تعبئة طاقتى النفسية.	٤,٠٠٠	٠,٩٨٢	١,١٦٨-	**٠,٧١٦	٣,٣٣٣	٠,٩٩٤	٠,٧٤٣-	٠,٣١٨
١٠٥	أشعر بالراحة النفسية عندما يقدرنى الأخرين.	٣,٦٦٦	٠,٨٠٢	١,٤٤٧	**٠,٥٣١	٣,٩٦٦	٠,٩٩٩	٠,٥٩٦	٠,٢٨٧
١٠٦	أشعر أننى يقظ أغلب الأوقات ومليء بالحيوية والطاقة.	٤,٠٠٠	١,٢٠٣	٠,٨٩٠-	**٠,٨٢٣	٣,١٠٠	٠,٧٥٨	٠,١٧٢-	٠,٠٣٨-
١٠٧	أشعر بالمتعة عندما أستمر فى التدريب لفترة طويلة.	٣,٦٣٣	٠,٨٠٨	١,٣٠٣-	**٠,٦٦٧	٣,٧٠٠	١,٤٤١	٠,٧٦٣-	**٠,٤٩٤
١٠٨	أسبق قراراتى بتفكير عميق .	٣,٧٣٣	١,٣٦٢	٠,٧٩٣	**٠,٦٢٧	٣,٥٣٣	٠,٨١٩	٠,٥١٧-	٠,٠٧٠
١٠٩	يمكننى توقع الأحداث والمشكلات قبل وقوعها.	٣,٩٦٦	١,١٥٩	٠,٩٢٨	**٠,٧٠٣	٣,٧٦٦	٠,٧٢٧	٠,٧٥٣-	٠,١١٣
١١٠	تبنى قراراتى على الكثير من المعلومات.	٤,٠٦٦	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦	**٠,٧٢٥	٣,٥٣٣	٠,٧٧٦	٠,٣٥٦	**٠,٥٦١
١١١	لدى قدرة على إبتكار أكثر من حل للمشكلات التى تواجهنى.	٤,٠٣٣	٠,٨٨٩	٠,٦٩٧	**٠,٦٤٨	٢,٩٣٣	٠,٧٨٤	٠,٧٩٦-	٠,٢٠١

١١٢	لدى القدرة على التخلص من الأفكار السلبية التى تراودنى قبل ما أتخذ أى قرار.	٣,٨٣٣	١,٢٠٥	٠,٩٢٢-	**٠,٧٧٩	٣,٢٠٠	٠,٩٩٦	٠,٢٠٦	٠,١٤٣
١١٣	أستطيع عزل أفكارى السلبية مما يزيد من تعبئة طاقتى النفسية الإيجابية.	٤,٠٠٠	٠,٩٠٩	٠,٥٨٩	**٠,٧٦٧	٣,٩٦٦	١,٠٣٣	٠,٥٣٢	**٠,٥٥٠
١١٤	قراراتى غير نابعة من إنفعالاتى.	٣,٩٣٣	١,٠٤٨	٠,٦٢٩	**٠,٨٣٦	٣,٧٣٣	١,٢٢٩	٠,٤٠٤-	**٠,٥٧٤
١١٥	أشعر أن القرارات التى أتخذها فى صالح المحيطين بى.	٤,٠٠٠	١,٠٨٢	٠,٨٧٣-	**٠,٦٧٥	٣,٩٦٦	١,١٨٨	٠,٨٥٦-	**٠,٥٣٦
١١٦	لدى ثقة فى نفسى دائمة على إتخاذ القرارات الصائبة.	٣,٩٣٣	١,١٤٢	٠,٩٠٢	**٠,٧١٠	٣,٩٣٣	١,١١٢	٠,٨٢٨	**٠,٧٨٣
١١٧	أشعر بالإسترخاء عندما أتخذ قرارات هامة.	٢,٥٣٣	١,٤٥٥	٠,٣٢٤	٠,٢٣٢-	٣,٧٠٠	٠,٧٩٤	٠,٢٧٤	٠,٢١٥-
١١٨	تعتمد قراراتى على الدراسة العلمية والتمحيص.	٣,٦٠٠	١,٢٧٥	٠,٥٥٩	**٠,٦٣٧	٣,٨٠٠	١,٠٦٣	٠,١٢٥	*٠,٤٢٢
١١٩	نقد الآخرين لى يؤثر على صحة قراراتى.	٣,٩٦٦	١,٠٣٣	٠,٩٣٤-	**٠,٦٦٠	٣,٥٣٣	٠,٨٩٩	١,٦٢٩	**٠,٧٢٥
١٢٠	أستطيع تحليل السلبيات والإيجابيات المرتبطة بقرارى.	٤,٠٣٣	٠,٨٨٩	١,٠١٢	**٠,٦٦٩	٣,٨٠٠	٠,٩٢٤	١,٢٥٦-	**٠,٥٩٥
١٢١	أتمسك بتنفيذ قراراتى مهما كانت النتيجة.	٤,٠٦٦	٠,٨٦٨	٠,١٣٤	**٠,٧٥٨	٤,٠٦٦	١,١٤٢	١,١٧٨-	*٠,٤٤٧
١٢٢	قرارتى تشعرنى بالرضا دائماً.	٣,٩٣٣	١,١٤٢	٠,٩٠٢	**٠,٨١٦	٣,٨٦٦	١,٢٥٢	٠,٨٦١	**٠,٦٩٢
١٢٣	أحافظ على مصلحة زملائى عندما أتخذ قراراً.	٣,٧٦٦	١,٠٧٢	٠,٧٥٦	**٠,٥٩٩	٣,٤٣٣	١,٠٤٠	١,٣٨٧	**٠,٥٢٧
١٢٤	قراراتى يستفيد منها الآخرين.	٣,٨٦٦	١,٢٢٤	٠,٨١٦-	**٠,٨١٢	٣,٣٣٣	٠,٨٤٤	١,٤٦٠	٠,٢١١
١٢٥	أشعر أن قدرتى على إتخاذ القرار تتميز بالإبداع.	٤,٠٣٣	٠,٨٥٠	٠,٤٢٧-	**٠,٨٣٦	٣,٨٠٠	١,٠٦٣	٠,١٢٥-	*٠,٣٨٩
١٢٦	ألتزم بقوانين الغوص عند إتخاذ القرارات.	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	٠,٨٤٤-	**٠,٧٦٤	٣,٨٠٠	١,١٥٦	٠,٤٤١-	**٠,٥٨٢
١٢٧	أدرك أهمية الوقت فى إتخاذ القرار.	٤,٠٣٣	٠,٩٦٤	٠,٨١٢	**٠,٧٣٠	٣,٧٦٦	١,٢٢٢	٠,٤٩٠	**٠,٦٢١
١٢٨	قدرتى على الإتصال الشخصى بالآخرين يساعدنى على إتخاذ القرار الصائب.	٣,٨٠٠	٠,٩٦١	٠,٣١٩-	**٠,٨٠٣	٣,٥٦٦	٠,٧٧٣	٠,٤٧٧-	*٠,٤٣٦
١٢٩	أضع عدداً من الحلول البديلة للمشكلة قبل ما أتخذ أى قرار.	٤,٤٠٠	٠,٨١٣	١,٣٠٠-	*٠,٣٦٨	٢,٧٠٠	١,١٤٩	١,٠٧٨	٠,٢٠٧
١٣٠	أبذل أقصى ما يمكنني من جهد مهما كان مستوى المخاطرة تحت الماء.	٤,٠٦٦	١,٠١٤	١,٢٠١	**٠,٦٠٩	٣,٥٠٠	١,٠٤٢	١,١٧٥	٠,١٣٠
١٣١	طموحى فى تحقيق النجاح والتحدى تحت الماء أكثر من الإنتباه إلى ما يمكن أن أتعرض له من إصابة.	٤,٣٠٠	٠,٩١٥	١,٢٣٧	**٠,٦٨٣	٣,٧٣٣	٠,٨٦٨	١,١٢٥	**٠,٥٣٨

١٣٢	أميل إلى تحقيق التفوق والنجاح على الرغم من إحتمالات المخاطر تحت الماء.	٤,١٣٣	١,٠٤١	١,٢٦٤-	**٠,٦٧١	٣,٤٦٦	٠,٨٦٠	١,١٠٨-	**٠,٥٤٤
١٣٣	أستطيع تقييم أخطاء الزملاء بعد الأداء تحت الماء.	٤,٢٣٣	٠,٨١٧	٠,٨٧٦	**٠,٧٩٩	٢,٩٦٦	٠,٩٩٩	٠,٢٩٢	٠,٠٣٢-
١٣٤	أكون مستعد للغوص فى أى وقت رغم المخاطر التى يمكن مواجهتها.	٤,٢٦٦	٠,٩٨٠	١,٢٨٩-	٠,٠٢٩-	٣,٨٠٠	١,٠٣٠	٠,٩٨٨-	٠,٠٢٠
١٣٥	أبادر بتقديم المساعدة عند تعرض أحد الزملاء لمشكلة تحت الماء.	٤,١٠٠	٠,٩٩٤	١,٣٣٧-	**٠,٧٣٦	٣,١٠٠	٠,٧٥٨	٠,٨٤٢	٠,٢١٥
١٣٦	أدرس المخاطرة قبل ما أتخذ القرار تحت الماء.	٤,١٠٠	١,٠٦١	١,١٣٧-	**٠,٦٥٧	٤,٠٦٦	٠,٩٤٤	٠,٤٠٣-	**٠,٥٠٩
١٣٧	أبذل أقصى ما يمكنني من جهد تحت الماء بغض النظر عن العمق.	٤,١٦٦	٠,٩١٢	٠,٩٣٤	**٠,٧٨٣	٣,٢٠٠	٠,٨٨٦	٠,٥٣٤	٠,٠٤٣
١٣٨	البيئة التحت مائية تؤثر سلباً على طاقتى العقلية.	٤,٠٣٣	١,١٨٨	٠,٩٩٢	**٠,٧٥٣	٣,٥٣٣	٠,٧٧٦	٠,٣٥٦	٠,٢٧٩
١٣٩	أحسن التصرف فى المواقف غير المتوقعة تحت الماء.	٣,٨٣٣	١,١٧٦	٠,٨٧٩	**٠,٧٠١	٢,٨٠٠	٠,٧٦١	٠,٦٤٤	٠,٠٣٨
١٤٠	أميل للغوص تحت الماء إلا في حالة وجود التحدي.	٣,٩٣٣	٠,٩٤٤	٠,٩١٣-	**٠,٧٠٢	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	٠,٤٧٩-	*٠,٤٤٣
١٤١	لدى قدر من التفكير المنظم عندما أتخذ سلوك المخاطرة تحت الماء.	٤,٠٠٠	٠,٨٧٠	٠,٣٣٥-	**٠,٦٢٠	٣,٣٣٣	٠,٩٥٨	٠,٩٩٦	*٠,٤٥٤
١٤٢	أبادر بمنع الأفكار السلبية قبل أن تسيطر على .	٤,٠٣٣	١,٠٣٣	١,٠٧٥	**٠,٦٥٧	٣,٠٣٣	٠,٩٢٧	٠,٢٠٨	٠,٠٣٥
١٤٣	أشعر بالحماس عند مشاركتى فى الغوصات الهامة.	٤,٠٣٣	٠,٩٢٧	٠,٦٢٤	**٠,٦٥٧	٤,٠٦٦	٠,٩٤٤	٠,٦٦٦-	٠,٣٥٢
١٤٤	يتطور أدائى فى كل مره أقدم على المخاطرة تحت الماء.	٤,١٠٠	٠,٩٩٤	٠,٦٦٢-	**٠,٨٣٥	٤,٠٣٣	١,١٥٩	١,٠٦٥	**٠,٦٥٥
١٤٥	لدى قدرة على التوقع الجيد عند المخاطرة بنفسى تحت الماء.	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	١,٠٢٧-	**٠,٧٣٦	٣,٥٣٣	٠,٨١٩	٠,٢٨٩	٠,٢٥٥-
١٤٦	أكون حذر عندما أتخذ قرار المخاطرة تحت الماء.	٤,١٦٦	٠,٩٤٩	١,١٣٠	**٠,٧٧٦	٣,٦٣٣	٠,٩٩٩	١,٣٩٤-	٠,٠٦٧
١٤٧	ممارستى لرياضة الغوص تتيح لى التعرف على خبرات جديدة.	٤,٤٠٠	٠,٨١٣	١,٣٠٠	٠,١٢٥	١٥,٥٠٠	٨,٨٠٣	٠,٠٠٠	٠,١٧٣-
١٤٨	أبحث عن خبرات جديدة فى مجال رياضة الغوص.	٤,٤٠٠	٠,٩٦٨	١,٨٩٤-	٠,٢٩٢	٢,٨٣٣	٠,٩٨٥	٠,٥٨٨	*٠,٣٩٧-
١٤٩	إذا كنت فى منافسة تحت الماء يسهل على أن أكون الأفضل.	٤,٣٠٠	١,٢٠٧	١,٧٥٩	٠,١٧٣	٣,٩٣٣	١,٠٤٨	٠,٤٣٧	٠,١٨٠
١٥٠	أتقدم الجميع عند الغوص فى مكان ذو طبيعة خطرة.	٤,٢٠٠	١,١٨٦	١,٦١٠-	٠,١٨١	٣,٦٦٦	٠,٧٥٨	٠,٨٦٧-	٠,١١٥
١٥١	أنجز المهام الخطرة تحت الماء بسرعة وشجاعة.	٤,٢٠٠	١,٢٩٧	١,٣١٢-	٠,٢٥٨	٣,١٦٦	٠,٩٤٩	٠,٣٥٤-	٠,٢٥٢-
١٥٢	الإحساس بحواسى يمكننى من التكيف مع الوسط المحيط بى.	٤,٠٦٦	١,٢٠١	١.٦٦٩-	٠,٠٢١-	٢,٩٠٠	٠,٧٥٨	٠,٨٤٢-	٠,٠٤٥

١٥٣	أشعر بالإستقرار النفسى عند البدء فى التدريب.	٤,٥٠٠	٠,٧٣١	١,١٣٥	٠,٢٨٠	٢,٧٦٦	١,٠٤٠	٠,٨٩٨	٠,٠٢٣-
١٥٤	نقد الأخرين لى لا يفقدنى ثقتى بنفسى.	٤,٠٦٦	١,٠٨١	١,٣٧٠	**٠,٧٠١	٣,٣٠٠	٠,٦٥١	٠,٤١٧	٠,٢٧٤-
١٥٥	أستطيع التحكم فى إنفعالتى أثناء التدريب.	٤,١٣٣	١,١٣٦	١,١٨٤-	**٠,٧٧١	٢,٨٠٠	١,١٢٦	٠,٧٣٢	٠,١١٣-
١٥٦	أحس بقدرتى على التحكم فى حركاتى وقتما شئت أثناء الأداء تحت الماء	٤,١٣٣	٠,٨٩٩	٠,٨٨٦	**٠,٧٥٠	٣,١٠٠	٠,٧١١	٠,٧٦٢	*٠,٤٠٩
١٥٧	أستطيع السيطرة الكاملة على حركات جسمى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٢٣٣	١,٠٤٠	١,٤٨٩-	**٠,٧٦١	٢,٦٠٠	٠,٨١٣	٠,٣٤٦-	٠,١٣٠-
١٥٨	أستطيع إعادة تنظيم أفكارى فى ظل وجود مشتتات للإنتباه تحت الماء.	٤,٣٠٠	٠,٩١٥	١,٢٣٧	**٠,٧٧٤	٣,٦٠٠	٠,٨١٣	١,١٦٩	٠,٣٥٢
١٥٩	أشعر بإسترخاء عضلات جسمى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٢٦٦	١,٠٧٠	١,٦٣٠	**٠,٦٥٧	٣,٣٦٦	٠,٩٦٤	١,٠٧٧	**٠,٥٣٢
١٦٠	أشعر بالضيق عند زيادة إستهلاك الأكسجين أكثر من المعتاد تحت الماء.	٤,٠٣٣	١,٣٢٥	١,٣٠٢-	**٠,٧١٢	٣,١٠٠	٠,٨٨٤	٠,٨٤٥-	**٠,٤٣٨
١٦١	ينتابنى إحساس بالضغط بأسنانى على قطعة الفم أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	١,٢٥٢	١,٣٩٨-	٠,٢٩٨	٣,٠٣٣	٠,٩٢٧	٠,٣٤٧-	٠,١٤٤
١٦٢	الشعور بأن هناك ضغط على صدرى أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٠٠	١,٣٧٣	١,٢٦٣-	٠,٢١٩	٣,٠٠٠	٠,٧٨٧	٠,٤٥٣-	٠,٠٣٢-
١٦٣	يضايقنى الشعور بجفاف الحلق (الفم) أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٢٠٠	١,٣٢٣	١,٦٣٧-	٠,١٦٨	٣,٣٦٦	٠,٨٥٠	٠,٠٩٣-	٠,٢٧٠
١٦٤	ينتابنى سرعة فى تنفسى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٣٣٣	٠,٩٥٨	١,٧٥٠-	٠,١٤٨	٢,٤٠٠	٠,٨١٣	٠,٣٤٦	٠,٠٤٤-
١٦٥	إرتعاش الأطراف كالذراعين والرجلين أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	١,٠٧٤	١,٧١٢-	٠,٠١٨	٢,٩٠٠	٠,٧٥٨	٠,٦٨٠	٠,٠٢٥-
١٦٦	أشعر بخفقان القلب تحت الماء أكثر من المعتاد.	٤,٣٦٦	١,٣٢٥	١,٩٧٥-	٠,٠٠٦-	٣,٤٣٣	٠,٩٧١	٠,٢٨٣-	٠,٠٠٦
١٦٧	أشعر بالتعب والإجهاد أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٣٣	٠,٩٨٠	١,٧٤٢-	٠,١٣٠-	٤,١٠٠	١,٠٢٨	١,٠٢٦-	٠,١٩٨-
١٦٨	أشعر بتوتر عضلات أسفل الظهر أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٢٣٣	١,٣٠٤	١,٦٦٢-	٠,٠٧٩	٤,١٠٠	١,٠٦١	١,١٣٧-	٠,٢٤١-
١٦٩	أشعر بالرغبة في التبول وتكراره أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٤٣٣	٠,٩٣٥	٢,٠٩٦-	٠,١٨٦	٤,١٠٠	١,١٢٤	١,١٤٣-	٠,٠٥٦
١٧٠	أشعر بتوتر عضلات أعلي الرقبة أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٧٣٣	١,٣١١	٠,٧٤٦	**٠,٧٦٣	٣,٥٦٦	٠,٨٩٧	٢,٠٥٣	**٠,٥١٤
١٧١	أشعر بالإحباط عندما أفشل فى أداء بعض من المهارات تحت الماء.	٤,٣٦٦	١,٠٩٨	٢,١٤٧-	**٠,٤٧٣	٣,٥٠٠	٠,٨٦١	٠,٥٢١-	٠,١٢٨-
١٧٢	أتعرض لتشنج العضلات أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٦٦	١,٢٨٨	١,٤٧١-	٠,١٧٨	٢,٤٣٣	٠,٨٩٧	٠,٨٢٧	٠,١٢٤-
١٧٣	أشعر بأنى أحتاج إلى زيادة فى عمق تنفسى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٦٦	١,١٤٢	١,٤٧٥-	٠,١٥٧	٣,٠٦٦	٠,٧٨٤	٠,١٢١-	٠,١١٠

١٧٤	أشعر بحركات فجائية غير إرادية أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٤٠٠	١,٦٩٣	٠,٤٥٤-	**٠,٦٥٥-	٣,٥٠٠	١,٤٧٩	٠,٢٧٤-	٠,٣٣٠-
١٧٥	يساورنى القلق من إحتمالية التعرض لفقدان الوعى اثناء الأداء تحت الماء.	٤,٥٣٣	٠,٨٩٩	٢,٥٤٣-	٠,١٣٩	٢,٢٦٦	١,٢٥٧	٠,٣٤٨	٠,١٦١-
١٧٦	أشعر بتقلصات فى المعدة أثناء الاداء تحت الماء.	٤,٤٣٣	١,٠٠٦	١,٦٥٤-	٠,٠٥١-	٣,٤٣٣	١,١٠٤	٠,٩٧٢-	٠,١٤٤-
١٧٧	تزداد نبضات قلب فى المواقف غير المتوقعة أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٤٣٣	٠,٨١٧	١,٣٩٦-	٠,٥٦٠	٤,١٣٣	٠,٩٧٣	٠,٧٦٤-	٠,١٦٢-
١٧٨	أبذل أقصى طاقتى أثناء التدريب.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤-	**٠,٦٨٦	٣,٥٦٦	١,٣٨١	٠,٤٠٠-	**٠,٧٣٦
١٧٩	أشعر بأن لى دور مميز مع زملائى أثناء التدريب.	٤,٣٦٦	١,١٢٩	١,٨٧٨-	٠,٣٣٦	٣,٨٦٦	١,١٦٦	٠,٧٠١-	٠,٠٩٣-
١٨٠	أستطيع تكوين علاقات جيدة سريعة مع الأخرين.	٤,١٣٣	١,٢٧٩	١,٢١٨-	٠,٣٣٧	٤,٠٣٣	١,١٢٩	١,١٤٧-	٠,٠٤٥
١٨١	أتكيف بسرعة مع المواقع المختلفة التى أغوص فيها.	٤,١٣٣	١,٢٥٢	١,١٧٢-	٠,١٥٦	٣,٤٠٠	٠,٩٦٨	٠,٤٣٠-	٠,١٨٨-
١٨٢	أشعرإن إنفعالاتى تتناسب مع الموقف.	٤,٢٦٦	٠,٨٢٧	٠,٩٤٢-	٠,١٥٠-	١,٨٠٠	١,٠٩٥	٠,٩٣١	٠,١٧٥
١٨٣	أكمل ما أبدأ به من أعمال.	٣,٩٣٣	١,٥٠٧	١,١١٠-	٠,١١٤	٣,٤٦٦	٠,٨٩٩	٠,٨٠٧-	٠,١٧٦
١٨٤	أشعر بأن رد فعلى مناسب للموقف.	٤,٢٦٦	١,١٤٢	١,٧٥٥-	*٠,٤٦٠	٢,٨٦٦	١,١٠٥	٠,٦٠٨	*٠,٣٨٠-
١٨٥	أميل إلى السيطرة والتحكم نتيجة تغير متطلبات الأداء.	٤,٢٦٦	٠,٩٤٤	١,٣٧١-	٠,٢٨٦	٢,٩٠٠	٠,٧١١	٠,١٤٧	*٠,٣٦٩-
١٨٦	يتميز أدائى بالتلقائية و السرعة.	٤,١٣٣	١,١٠٥	١,٢٦٤-	٠,٢١٤	٢,٩٣٣	٠,٨٢٧	٠,٢٦٢-	٠,٠٦٥-
١٨٧	أنجز الحركات الصحيحة دون التفكير فى محاولة آدائها.	٤,٤٣٣	١,٠٠٦	٢,٠٨٩-	٠,١٣٧	٣,٤٣٣	١,٠٧٢	٠,٦٢٣-	٠,٣٠٨-
١٨٨	أعرف كيف أسترخى فى المواقف الصعبة.	٣,٢٠٠	١,٥٦٢	٠,١٨١-	*٠,٣٨٤-	٣,٥٣٣	٠,٨٩٩	١,٠٢٠-	٠,٢٥٠-
١٨٩	أشعر بإمكانية التركيز رغم تداخل الأفكار خلال الأداء تحت الماء.	٤,٣٣٣	٠,٩٢٢	١,٨٧٣-	٠,٢١١	٣,٥٠٠	٠,٩٧٣	٠,٧٢٠-	٠,١١٥-
١٩٠	أستطيع تغيير أهدافى وفق متطلبات الأداء.	٤,٤٣٣	٠,٧٧٣	١,٤٣٦-	٠,١٠٥	٣,٢٣٣	١,١٣٥	٠,٤٩٤-	٠,١٩٥
١٩١	ألتزم بتعليمات المدرب وفقاً للهدف المطلوب إنجازه.	٣,٤٦٦	١,٥٤٧	٠,٣٨٢-	٠,١٥١	٣,١٦٦	٠.٧٩١	٠,٣١٥-	٠,٠٣٨-
١٩٢	يؤدى تحقيق الأهداف إلى تحديات جديدة أثناء التدريب تحت الماء.	٤,٤٦٦	١,١٠٥	٢,٣٦٨-	*٠,٤٢٧	٣,٣٣٣	٠,٩٢٢	٠,٧٤٣-	٠,٢٨٢
١٩٣	أستطيع تحديد أهدافى الفرعية بناءاً على الهدف العام من التدريب.	٤,٠٠٠	١,١٧٤	١,٢٣٢-	**٠,٥٥٧	٣,١٣٣	٠,٥٧١	٠,٠٢٨	٠,١٠٣
١٩٤	أمتلك القدرة على وضع الأهداف الواقعية لكل غوصة.	٤,٠٠٠	١,٣١٣	١,٢٧٣-	**٠,٤٧٤	٢,٥٦٦	٠,٨٥٨	٠,٦٥٥	٠,٢٧٥-

١٩٥	أسعى للإلتزام بخطة فريق الغوص بشكل إيجابى.	٤,١٣٣	١,١٠٥	١,٢٦٤-	*٠,٤٠٢	٣,٩٦٦	١,٠٣٣	٠,٥٣٢-	٠,٠٩٥
١٩٦	أشعر بالتحكم الكامل فى أدائى للمهارات.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,١٩٤-	**٠,٧٩٥	٣,٧٣٣	١,٣٣٧	٠,٥٨٦-	*٠,٣٩٤
١٩٧	أحس بالرغبة فى تكرار الإستمتاع بخبرات النجاح.	٤,١٠٠	١,٢٩٥	١.٣١٨-	*٠,٣٦٥	٣,٦٣٣	١,٢٩٩	٠,٤٦٦-	٠,١٢٥
١٩٨	لدى روح رياضية عالية أثناء التدريب	٤,٣٦٦	٠,٩٦٤	١.٨١٩-	*٠,٤٢٨	٢,٣٠٠	١,٤١٧	٠,٥٩٣	٠,٠١٨
١٩٩	أشعر بالسعادة عند تحقيق الهدف المطلوب إنجازه.	٤,٢٦٦	١,١٤٢	١.٩٠٣-	**٠,٥٢٥	٣,٨٦٦	٠,٩٣٧	٠,٢٥٨-	٠,٣٢٤
٢٠٠	تزداد ثقتى فى نفسى نتيجة تكرار الأداء الناجح.	٤,١٦٦	١,٢٦١	١,٤٣٩-	*٠,٤٥٥	٣,٥٠٠	٠,٨٦١	٠,٨٦٨-	٠,١٧٥-
٢٠١	أركز فى التدريب عند الإعداد لغوصة هامة.	٣,٩٠٠	١,٢١٣	١,٢٨٥-	٠,٣٢١	٣,٥٣٣	١,١٠٥	٠,٤١٨-	٠,١٣٩-
٢٠٢	أستطيع التركيز على زملائى فى مواقع مختلفة أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	١,١٦٦	١,٥٣٣-	٠,٢٩٥	٢,٩٠٠	١,١٥٥	٠,٣٥١	٠,١٨٩
٢٠٣	أستطيع إستبعاد ما يشتت إنتباهى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٣٣	١,٣٧٦	١,٢٥٣-	**٠,٤٢٨	٣,٦٦٦	١,٠٢٨	٠,٠٧٦-	٠,١٧٩
٢٠٤	أستطيع تحقيق أهدافى تحت الماء بالإرادة.	٣,٦٦٦	١,٥١٦	٠,٧٨٧-	٠,٣٥٩	٢,٩٦٦	١,٠٣٣	٠,١٣١-	٠,٢٧١-
٢٠٥	أشعر بسيطرة تامة على أدائى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٣٣	١,١٨٨	١,٣٨٨-	**٠,٤٦٧	٢,٢٦٦	١,٢٠١	٠,٢١٢	٠,١٧٥-
٢٠٦	أجد الحلول المناسبة للكثير من المواقف أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٦٦	١,١٤٧	١,٢٢٩-	٠,٣٤٤	٢,٧٦٦	١,١٣٥	٠,٤٩٤	٠,١٨١-
٢٠٧	أشعر بالسعادة بكل ما يحيط بى تحت الماء.	٤,٣٠٠	٠,٨٣٦	١,٠١٤-	**٠,٤٧٤	٢,٣٦٦	١,٢٧٢	٠,٥٣٥	٠,٣٠١-
٢٠٨	أستطيع بسرعة تركيز إنتباهي عقب إرتكابي لبعض الأخطاء الخطرة أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٨٣٣	١,٥٩٩	٠,٨٤٧-	٠,٣٦٠	٣,٥٣٣	١,٢٥٢	٠,٠٨٨	٠,٢١٨
٢٠٩	أحتاج ألى قدر ضئيل من العلومات وأستطيع تحديد عدة إتجاهات بدقة أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٨٠٠	٠,٨٨٦	٠,٢١٦-	٠,٠٣٢-	٣,٧٦٦	١,٢٧٨	٠,٦٩٨-	٠,١٣٤-
٢١٠	أستطيع تحديد أتجاهين في وقت واحد أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٧٠٠	١,٠٢٢	٠,٧٩٣-	٠,١٨٨	٢,٥٣٣	١,٣٨٢	٠,٢٦١	٠,٠٢٠
٢١١	أستطيع التركيز على عدد من الإتجاهات في وقت واحد أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٦٦	١,٠٥٣	١,٤٩٣-	**٠,٦٢٩	٣,٨٦٦	١,١٣٦	٠,٦٢٨-	*٠,٣٦٥
٢١٢	أستطيع توقع الإتجاهات بمجرد الغوص أسفل سطح الماء.	٤,٠٣٣	٠,٨٠٨	٠,٩٠١-	٠,٠٠٥	٢,٣٣٣	١,٢٩٥	٠,٥٤٨	٠,٠٢٢
٢١٣	أستطيع تركيز إنتباهى على معداتي وعمقي وأنسى مستوى هوائي أثناء الأداء تحت الماء.	٢,١٦٦	٠,٩١٢	١,١٠٦	**٠,٥٧١-	٣,٦٦	١,٢٦٨	٠,٦١٩-	٠,٢٧٨-

٢١٤	أجيد التعامل مع البوصلة ولكني أخطئ إتجاهي أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٧٦٦	١,٣٨١	٠,٩٧٨-	**٠,٨٥١	٣,٧٦٦	٠,٨٥٨	٠,٢١٤-	٠,١٥٦
٢١٥	ينتابنى الخوف من إحتمالية التعرض لحالة التخدير النيتروجينى.	٣,٦٦٦	٠,٩٩٤	١,٠٦١-	**٠,٥٨٩	٢,٩٦٦	٠,٨٨٩	٠,٣٨٣	٠,١٠٤
٢١٦	يصعب علي إستعادة تركيزي عندما يتشتت إنتباهي أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٦٦	٠,٩٨٥	١,٠٥١-	**٠,٧٤٤	٣,٧٣٣	١,٢٥٧	٠,٥٧١-	**٠,٥١٠
٢١٧	أستطيع التركيز على فكرة واحدة من بين مجموعة من الأفكار أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	١,١٩٥	١,٨٢٩-	**٠,٧٠٦	٢,٤٦٦	١,٤٣١	٠,٦٠٠	٠,٢٧٩-
٢١٨	أشعر بقوة التواصل الفكرى بين المدرب وأعضاء فريق الغوص أثناء التدريب.	٤,٣٦٦	٠,٨٥٠	١,١٧٤-	**٠,٧٨٢	٣,٥٦٦	١,٢٥٠	٠,٤٤٥-	**٠,٦٠٨
٢١٩	أجيد إلتقاط صوت معين عند سماعي مجموعة من الأصوات أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٢٣٣	١,٠٤٠	١,٦٨٦-	**٠,٥٩١	٣,٤٦٦	١,٢٧٩	٠,٥٥٦-	٠,٠٧١
٢٢٠	أفقد القدرة على تركيز إنتباهي عند التعرض لموقف خطير أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٦٦	١,٠٤٨	١,٢٩٥-	**٠,٥٩٥	٣,٨٦٦	١,٠٠٨	٠,٥٨٢-	٠,٢٣٧
٢٢١	أستطيع الإحتفاظ بتركيز إنتباهي من بداية الغوصة وحتى نهايتها.	٣,٦٣٣	٠,٨٥٠	٠,٦٢٩-	٠,٣١٤	٣,٧٠٠	١,٣٦٨	٠,٧١١-	٠,٣١٧
٢٢٢	أشعر بتشتت إنتباهي عندما أواجه صعوبة في المعادلة ما بين الضغط الخارجى والداخلى للأذن أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٦٦	١,٢٧٢	١,٣٣٢-	**٠,٧٦٨	٣,٦٠٠	١,١٠١	٠,١٠٦-	٠,٣٣٤
٢٢٣	أشعر بالغضب عندما أخطئ في تحديد إتجاهاتي أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٩٦٦	٠,٧٦٤	٠,٩٣٣-	**٠,٥٢٢	٣,٩٣٣	١,١١٢	٠,٥٠٥-	٠,١٥٩
٢٢٤	أشعر بأن قدرتي على الإنتباه تزداد كلما قل زمن الغوصة.	٤,٢٦٦	١,٠٨٠	١,٦٣٠-	**٠,٦٨٥	٣,١٣٣	١,٠٧٤	٠,٢٨٢-	٠,٣٢٩-
٢٢٥	يصعب علي التركيز في بعض المواقف الخطره أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	٠,٨٦٠	٠,٩٦٦-	**٠,٧١٧	٣,٤٦٦	٠,٩٧٣	٠,١٤٠-	٠,٠٠٥
٢٢٦	نقد المدرب لأدائي يشتت تركيزي أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٨٦٦	١,٤٠٧	١,١٧٨-	٠,٣٠٧	٣,٨٣٣	١,٠٥٣	٠,٢١٤-	٠,٠٧٨
٢٢٧	أستطيع إستعادة ربط أفكارى عند تشتت إنتباهى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٣٠٠	١,٠٢٢	١,٢٨٣	**٠,٦٦٩	٣,٨٠٠	١,٢١٤	٠,٥٧٩-	*٠,٤٣٩
٢٢٨	أجيد الملاحظة الجيدة لحركة البوصلة أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٠٠	٠,٦٤٣	٠,٨٣٣	*٠,٤٢٩	٢,٤٠٠	١,٣٥٤	٠,٥٣٩	٠,٠٧٩
٢٢٩	أجيد الملاحظة الجيدة لإتجاهي أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٠٠	١,٠٢٨	١,٢٢٩-	**٠,٦٧٥	٢,٩٦٦	٠,٩٢٧	٠,٠٦٩	٠,١٤٨
٢٣٠	أشعر بأن تركيزي يكون ضعيفاً في بداية الأداء تحت الماء.	٤,٢٠٠	٠,٩٢٤	٠,٧٠٦	**٠,٧٥٧	٣,٠٠٠	٠,٦٩٤	٠,٦٦١-	٠,٠٥٤

٢٣١	أشعر بعدم تركيزي في الأوقات الصعبة من الاداء تحت الماء.	٣,٧٣٣	٠,٩٤٤	٠,٩٩٧	**٠,٧٠٠	٣,٤٣٣	٠,٩٣٥	٠,٤٧٠-	٠,٢٥٢
٢٣٢	أشعر أن البيئة التحت مائية تشد إنتباهى.	٤,٤٠٠	٠,٨١٣	١,٣٠٠-	**٠,٥٨٨	٣,٢٦٦	٠,٩٤٤	٠,٣١٩-	٠,٠٣٦
٢٣٣	تشغلني نتيجة أدائى تحت الماء مما يؤدى إلى تشتت إنتباهي.	٣,٧٦٦	٠,٧٢٧	٠,١٧٨-	*٠,٤٢٣	٣,١٠٠	١,٠٢٨	٠,٨٢٢-	٠,٣٥٥
٢٣٤	أتمتع بدرجة عالية من التركيز أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٣٣	٠,٩٢٧	٠,٦٢٤	**٠,٦٥٧	٣,٩٦٦	١,٠٩٨	٠,٤٣٣-	٠,٢٣٨
٢٣٥	أرتكب الأخطاء بسبب نقص التركيز أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٣٣	١,١٨٨	٠,٩٩٢	**٠,٧٥٣	٣,٧٦٦	٠,٨٥٨	٠,٢١٤-	٠,٢٧٨
٢٣٦	أستطيع إستعادة التركيز بسرعة عندما يتشتت إنتباهي أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٨٣٣	١,١٧٦	٠,٨٧٩	**٠,٧٠١	٣,١٣٣	٠,٩٣٧	٠,٢٨١-	٠,٢٤٠
٢٣٧	يسهل علي التركيز لتحقيق إهدافي أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	٠,٨٦٠	٠,٦١٨-	**٠,٧٠٢	٣,٥٦٦	٠,٩٣٥	٠,٨٨٤-	٠,٣٣١
٢٣٨	يصعب على الإستسلام بسهوله عند خطورة الموقف تحت الماء.	٤,٠٠٠	٠,٩٨٢	٠,٤٦٧-	**٠,٨١٥	١,٩٦٦	٠,٩٦٤	٠,٥٦٤	**٠,٦٩١-
٢٣٩	أستطيع التحكم فى إنفعالاتى وأفكارى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٠٠	٠,٩٩٤	٠,٦٦٢-	**٠,٨٣٥	٣,٥٦٦	١,٠٤٠	٠,٩٧٨-	٠,٣٤٣
٢٤٠	البيئة التحت مائية تساعدني كثيراً على تركيز إنتباهي بدقة.	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	١,٠٢٧	**٠,٧٣٦	٣,١٣٣	١,١٠٥	٠,١١٦-	٠,٠٩٢
٢٤١	أمتلك القدرة على عزل الأفكار التى تشتت إنتباهى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٦٦	١,٠٨٠	١,٣٧٠-	**٠,٧٠١	٤,١٦٦	٠,٨٧٤	٠,٦٧٦-	٠,١٣٤
٢٤٢	أستطيع أن أحتفظ بإنتباهي على الرغم من شعورى بالتعب أثناء الأداء تحت الماء.	٤,١٣٣	٠,٨٩٩	٠,٨٨٦	**٠,٧٥٠	٣,٤٦٦	٠,٧٧٦	٠,٣٥٦	٠,١٤٢-
٢٤٣	أشعر بعدم مقدرتي على التركيز عندما أسلك سلوك التحدى أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٣٠٠	٠,٩١٥	١,٢٣٧	**٠,٧٧٤	٣,٧٣٣	٠,٨٢٧	١,٤٠٣-	٠,١٥٥
٢٤٤	أجيد القدرة على الإحتفاظ بإنتباهي علي إتجاهي أثناء الأداء تحت الماء.	٤,٠٣٣	١,٣٢٥	١,٣٠٢-	**٠,٧١٢	٣,٩٠٠	٠,٩٩٤	٠,٢٣٩-	**٠,٤٩٩
٢٤٥	الضغوط الإجتماعية تقلل من كفاءتى تحت الماء.	٣,٩٦٦	١,٠٦٦	٠,٨٤٤-	**٠,٧٦٤	٣,٠٦٦	١,٠١٤	٠,٥٦٥-	٠,٢٥٧
٢٤٦	أشعر بالإرتباك بعد كل غوصه.	٤,٢٦٦	٠,٩٨٠	١,٢٨٩	٠,١٣٥-	٣,٢٠٠	٠,٨٨٦	٠,٥٣٤	٠,١٨٢-
٢٤٧	أشعر بالقلق من إحتمالية الإصابة بمرض من أمراض الغوص أثناء الأداء تحت الماء.	٣,٧٦٦	١,٥٢٤	٠,٨٢٩-	٠,١٢٣-	٣,٩٦٦	٠,٩٩٩	٠,٣٧٤-	٠,١١٨-
٢٤٨	ينتابنى الشعور بعدم قدرتى على الغوص نهائياً.	٣,٩٣٣	١,١١٢	١,٣١١-	٠,١٩٨-	٢,٥٣٣	٠,٧٣٠	٠,٤٤٦	٠,٣٤٢

٢٤٩	لا أستطيع أن أتكيف إجتماعياً مع البيئة المحيطة بى.	٤,١٠٠	١,٢٦٨	٠,٠٩١	١,٢٨٤-	٣,٤٦٦	١,٣٠٦	٠,٤٦٩	٠,٠٢٩-
٢٥٠	أشعر أن درجة حرارة جسمى منتظمة عن إرتداء بدلة الغوص لفترة طويلة.	٤,٢٣٣	١,١٩٤	٠,١٣٥	١,٦٥٥-	٣,٧٠٠	١,٢٠٧	٠,١٢٨-	*٠,٣٨٥
	الدرجة الكلية لإجابات عينة الدراسة الإستطلاعية على المقياس	١٠١٨,٥٣	١٣٦,٩٩	—	٠,٤٥٩-	٩٢٤,٧٦٦	١١١,٦٥١	٠,٠٤٥-	**٠,٩٢١
	المجموع الكلى لإجابات عينة الدراسة الإستطلاعية على كل عبارة من عبارات المقياس	١٢٠,٢٢٩	١٠,٠٠٢	—	٢,٩١٤-	١٠٩,٢٢٤	٢٧,٥٧٣	٠,٣٣٩	**٠,٧٦٥

ويتضح من الجدول رقم (١١) ، في ضوء المتوسط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء ومعامل الإرتباط بيرسون وبعد إجراء المعاملات العلمية من صدق الإتساق الداخلى وثبات عبارات المقياس تمثل بعد مهارات تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وجود معاملات إرتباط مرتفعة ودالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠٠١، ٠,٠٠٥ ، حيث بلغ عدد العبارات التى لها معاملات إرتباط غير دال إحصائياً وفقاً للنتائج الإجمالية لمعاملى صدق الإتساق الداخلى والثبات (١٥٦) عبارة وبلغ عدد العبارات التى لها معامل إرتباط دال إحصائياً وفقاً للنتائج الإجمالية لمعاملى صدق الإتساق الداخلى والثبات (٩٤) عبارة مظللة ، علماً بأن القيمة الحرجة لمعامل الإرتباط بيرسون عند مستوى (٠,٠٠٥) تساوي (٠,٣٦١) ، وعند مستوى (٠,٠٠١) تساوي (٠,٤٦٣) عند درجة حرية (٢٨ درجة).

وبذلك إستقرت مبدئياً قائمة عبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين بعد إجراءات المعاملات العلمية من صدق الإتساق الداخلى وثبات العبارت على عدد (٩٤) عبارة دالة إحصائياً بعد حذف وإستبعاد عدد (١٥٦ عبارة) غير دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٠٥ من أصل عدد (٢٥٠) عبارة للمقياس فى صورته الأولية بإستخدام معامل الإرتباط (بيرسون).

٦/١٢/٥- الصدق العاملى : factor validity

قام الباحث بإجراء التحليل العاملى بهدف دراسة عبارات المقياس بعد الإستقرار المبدئى على عدد (٩٤) عبارة طبقاً لما أنتهت إليه المعاملات العلمية من صدق إتساق داخلى وثبات العبارات سابق البيان بالجدول رقم (١١) بقصد إرجاعها إلى أهم العوامل التى أثرت فيها ، بالإضافة إلى البحث عن عوامل بطريقة علمية إحصائية تشكل أهم العبارات التى تجمعها صفة رئيسية واحدة والمقترنه بالظاهرة موضوع الدراسة الممثلة فى البعد العام (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) ، وكذلك إستخلاص أقل عدد ممكن من العوامل والعبارات التى تعبر عن أكبر قدر من التباين بين العبارات الأخرى بالمقياس ، ولذلك قام الباحث بالتحليل العاملى لعدد (٩٤) عبارة (لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) بإستخدام التحليل المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر Kaiser بإستخدام درجات عينة إستطلاعية قوامها (٣٠) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل ، حيث قام الباحث بترتيب العبارات طبقاً لأرقمها الأصلية بعد حذف العبارات غير الدالة إحصائياً البالغ عددها (١٥٦) عبارة ، على النحو المبين من (جدول رقم ١٢) و الخاص بعرض البيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين و (جدول رقم ١٣) والخاص بعرض نتائج تشبعات العبارات على العوامل قبل التدوير المتعامد (بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) و (جدول رقم ١٤) والخاص بعرض نتائج تشبعات العبارات على العوامل المقبولة للتفسير بعدالتدويرالمتعامد(بطريقة(varimax) لكايزر (Kaiser) :

جدول رقم (١٢) البيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد
لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

العوامل	قبل التدوير (غير مقبول للتفسير)			بعد التدوير (مقبول للتفسير)		
	الجذر الكامن	نسبة التباين العاملى٪	النسبة التراكمية للتباين العاملى٪	الجذر الكامن	نسبة التباين العاملى٪	النسبة التراكمية للتباين العاملى٪
العامل الأول	٥٢,٣٤٢	٥٥,٠٩٧٪	٥٥,٠٩٧٪	١٧,٥٨٢	١٨,٥٠٨٪	١٨,٥٠٨٪
العامل الثانى	٧,٢٥٨	٧,٦٤٠٪	٦٢,٧٣٧٪	١٥,٥٤٩	١٦,٣٦٨٪	٣٤,٨٧٥٪
العامل الثالث	٥,١٩٩	٥,٤٧٢٪	٦٨,٢٠٩٪	١٢,٩٤٨	١٣,٦٢٩٪	٤٨,٥٠٥٪
العامل الرابع	٤,٣١٤	٤,٥٤١٪	٧٢,٧٤٩٪	١١,١٣٧	١١,٧٢٣٪	٦٠,٢٢٨٪

العامل الخامس	٣,٩٧١	٤,١٨٠٪	٧٦,٩٣٠٪	٧,٧٩٠	٨,٢٠٠٪	٦٨,٤٢٨٪
العامل السادس	٣,٣٩٣	٣,٥٧٢٪	٨٠,٥٠٢٪	٥,١٤٢	٥,٤١٣٪	٧٣,٨٤١٪
العامل السابع	٢,٥٣٩	٢,٦٧٣٪	٨٣,١٧٤٪	٤,٥١٨	٤,٧٥٦٪	٧٨,٥٩٧٪
العامل الثامن	٢,٢٨٩	٢,٤١٠٪	٨٥,٥٨٤٪	٣,١٠٧	٣,٢٧٠٪	٨١,٨٦٧٪
العامل التاسع	١,٧١٢	١,٨٠٢٪	٨٧,٣٨٦٪	٢,٨٤٦	٢,٩٩٦٪	٨٤,٨٦٣٪
العامل العاشر	١,٦٤٠	١,٧٢٦٪	٨٩,١١٢٪	٢,٥٣٠	٢,٦٦٣٪	٨٧,٥٢٦٪
العامل الحادى عشر	١,٤٢٠	١,٤٩٤٪	٩٠,٦٠٧٪	١,٩٤٢	٢,٠٤٤٪	٨٩,٥٧٠٪
العامل الثانى عشر	١,٢٨٣	١,٣٥١٪	٩١,٩٥٧٪	١,٦٦٩	١,٧٥٧٪	٩١,٣٢٧٪
العامل الثالث عشر	١,٠٢١	١,٠٧٤٪	٩٣,٠٣٢٪	١,٦١٩	١,٧٠٤٪	٩٣,٠٣٢٪

ويتضح من الجدول رقم (١٢) والخاص بالبيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد أن بلغ عدد العوامل المقبولة للتفسير بعد التدوير المتعامد أربع عوامل (العامل الأول) و(العامل الثانى) و(العامل الثالث) و(العامل الرابع) وحيث إنحصرت نسبة التباين العاملى بين أقل قيمة والمتمثلة فى (العامل الرابع) بنسبة تباين بلغت (١١,٧٢٣٪) و أكبر قيمة والمتمثلة فى (العامل الأول) بنسبة تباين بلغت (١٨,٥٠٨٪) وهى نسب أكثر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن العوامل الأربع المقبولة للتفسير تفسر(٦٠,٢٢٨٪) من حجم المصفوفة العاملية ، بينما تم إستبعاد باقى العوامل من التفسير بدءاً من (العامل الخامس) وحتى (العامل الثالث عشر) ، فقد حققوا نسب تباين عاملى أقل من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، و كذلك لم يحققوا ثلاث تشبعات أوأكثر وفقاً لمحك (جيلفورد).

جدول رقم (١٣) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل قبل التدوير المتعامد
بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٢	٠,٦٧٣	٠,٣٠٠	٠,٢٤٥	٠,٣٨٧-	٠,٢١٤-	٠,١٦٨	٠,١٧٧	٠,٠٤٣-	٠,٠٦٤	٠,٢٠٣-	٠,٠٠١	٠,١٣٧-	٠,٢٣٧-	٠,٩٨٠
٥	٠,٨٩١	٠,٠٦١-	٠,٠٣٠-	٠,١٧٧-	٠,٠٢٨	٠,٢٥٤	٠,٠٩٠	٠,٠٠٧-	٠,١٩٢	٠,١٩٠-	٠,٠١٦-	٠,٠٦٨-	٠,٠٥٧	٠,٩٨٤
٧	٠,٦٥١	٠,٠٠٣-	٠,٣٤٤-	٠,٣٦٥-	٠,٢٧١	٠,٠١٢	٠,١٣٦	٠,٣٠٢	٠,٠٤١-	٠,٢٦٥-	٠,٠٧٢	٠,٠٨٠-	٠,٠٣١	٠,٩٤٣
٨	٠,٦٤١	٠,٢٥٥	٠,١٩٥-	٠,٢٨٧-	٠,١٢٢-	٠,٠٠٥	٠,٣٠٢	٠,٣٣٦	٠,٠٨١-	٠,١٠٩-	٠,٠٣٩-	٠,١٢٨-	٠,٠٤٠	٠,٨٥٣
١٠	٠,٨٠٨	٠,٣٨٤-	٠,١٥٣	٠,٠٩٩-	٠,٠٧٥	٠,١٦٢	٠,٠٨٨	٠,٠٧١	٠,١٤٢	٠,١٤٢	٠,٠٢٣	٠,٠٥٣-	٠,٠٤٦-	٠,٩٢٣
١١	٠,٨٧٨	٠,٢٠٥-	٠,١٢٦-	٠,٠٣٨-	٠,٠٩٢	٠,٠٣٩	٠,٠٤١-	٠,٢٨٣	٠,٠١٦-	٠,١٦٢-	٠,٠٥٥-	٠,٠٠٤-	٠,٠٤٦	٠,٩٥٣
١٢	٠,٥٩٦	٠,٣٣٥-	٠,٠٦٢-	٠,٢٤٨	٠,٢١١	٠,٠١٠	٠,٣٥٨	٠,٣٢٦	٠,١٨٠	٠,٠٨٦	٠,٠٢٩-	٠,٠٧٣-	٠,١٨٥	٠,٨٩٢
١٣	٠,٨٢٠	٠,١٤٣-	٠,٣٣١-	٠,١٧١	٠,٠٢٣-	٠,١٠٠	٠,٠١٤	٠,٢١١	٠,٢٠٠-	٠,٠١٢	٠,٠٢٦	٠,٠٢٣-	٠,٠١٢	٠,٩٢٨
١٤	٠,٧٩٦	٠,١٧٥-	٠,٣٧٣-	٠,١٨٣	٠,٠٩٩-	٠,١٨٦	٠,٠٠٨	٠,٠١٤-	٠,٠١١-	٠,٠٩١	٠,٠٢٠	٠,١٣٣-	٠,٠٥٥-	٠,٩١١
١٦	٠,٧٨٧	٠,١٠٩	٠,١٤١	٠,٢٣٨-	٠,٢٧٢	٠,٢٩٦-	٠,٠١٤	٠,٠٠٢	٠,١٣٥-	٠,٠٧٧	٠,١٥٢-	٠,١١٣	٠,٠٠٥-	٠,٩٢٩
١٨	٠,٧٩٨	٠,٢١٦	٠,١٧٨	٠,١٧٤	٠,٢٢٩-	٠,١٥٥-	٠,١٠٢	٠,١٢١-	٠,٠٢٤-	٠,٠٦١	٠,١٤٩-	٠,٣١٤	٠,٠٩٤-	٠,٩٨٠
١٩	٠,٧٤٥	٠,٢٤٦-	٠,٠٢٤	٠,٢٣٣	٠,١٣٨	٠,٠٢٠	٠,٢٢٧-	٠,١٣١-	٠,٠٩١-	٠,٠٦٧-	٠,٠٤٠-	٠,٢٦١	٠,٢٠٧-	٠,٨٨٣
٢٠	٠,٦٦٠	٠,٠٥٥-	٠,٥٥٨	٠,١٥٨	٠,٠٤٧	٠,١٦٧	٠,٠٨١-	٠,٢٢١-	٠,٠٠٩-	٠,٢٣٥-	٠,٠٠٨	٠,٠٥٠	٠,٠٣٩	٠,٩١٩
٢٢	٠,٧٥٣	٠,٣٥٦	٠,٠٦٢	٠,١٠٩-	٠,٣٠٠	٠,١٨٦	٠,٠٥٦-	٠,٠٨٨	٠,١٥٠	٠,٠٣٥	٠,٢١٨	٠,١٠٩	٠,٠٩٤	٠,٩٣٦
٢٤	٠,٨٤٠	٠,٠١٩-	٠,٢٣٨	٠,١٩٨	٠,٢٢١-	٠,٠٦٥	٠,١٧٩	٠,٠٦٨	٠,١٩١-	٠,١٣٤-	٠,٠١٦-	٠,١٠٦	٠,٠٥٠	٠,٩٥٩
٢٦	٠,٨٦٥	٠,٢٣٧	٠,١٠١	٠,٠٢٧-	٠,٠٠٥	٠,٢١٢	٠,٢٣٥-	٠,٠٣٦-	٠,٠٢٠-	٠,٠٤٦-	٠,٠٥٩-	٠,٠٧٦	٠,٠٢٤-	٠,٩٢٩
٢٧	٠,٧١٥	٠,٠٣٣-	٠,٢٠٨	٠,٣٩٠	٠,٢٠٦	٠,٣٢٣-	٠,٠٤٣	٠,٠٠١	٠,٠٦٣-	٠,٠٧٥-	٠,١٦٤-	٠,٠٥٤	٠,٠١٥	٠,٨٩٥
٢٨	٠,٦٣١	٠,٣٠٩	٠,١٢٢	٠,١٥٩	٠,٢٩٧-	٠,٠٤٢	٠,١٢٣	٠,٤٢٠	٠,٠٩٩	٠,٠٤١	٠,١٢٥-	٠,٢٣٩	٠,١١٦-	٠,٩١٢

جدول رقم (١٣) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل قبل التدوير المتعامد
بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٣٠	٠,٨٣٢	٠,٣٢٠	٠,٠٣٩-	٠,٠٣٩-	٠,٠٣٦	٠,٢٩٧	٠,٢٤٧-	٠,٠٧٩-	٠,١٠٤-	٠,٠٣٨-	٠,٠٦١	٠,٠١٤-	٠,٠٠٣-	٠,٩٧٠
٣١	٠,٧٤٤	٠,٣٤٨	٠,١٨٤-	٠,٠٨٩	٠,٠٠٠	٠,٢٤٦	٠,٠١٣-	٠,٢٩٣-	٠,٠١٤	٠,٠٤٩	٠,١٩٣-	٠,٠١٤	٠,١١٣-	٠,٩١٥
٣٤	٠,٧٠٠	٠,٠٣٧-	٠,٣٥٥	٠,١٨٣-	٠,٣١٢	٠,٠٩٥	٠,١٨٩-	٠,٢٢٨	٠,١٠١-	٠,١٧٦-	٠,١١٤-	٠,٠٠٧-	٠,١٥٥-	٠,٩٢٣
٣٥	٠,٥٧٢	٠,٢٥٧-	٠,٠٦٠	٠,١١٩	٠,٤٠٠	٠,٢٣٨-	٠,٤٢٠	٠,١١٨-	٠,٠٤٤-	٠,٠٤٨	٠,١٩٣	٠,٠٩١	٠,٢٣٦-	٠,٩٢٣
٣٦	٠,٧٨٦	٠,٠٢٣	٠,١١٠	٠,٤٢٤	٠,٢٠٢	٠,١٧٩-	٠,٠٣٠	٠,٠٥٩-	٠,٠٤٦-	٠,١١٦-	٠,٠٣١	٠,١١٣	٠,٠٥١	٠,٩١٩
٣٧	٠,٧٩٥	٠,٠٩٣-	٠,٠٠١	٠,٠٤٩-	٠,١٨٨	٠,٠٢٨-	٠,٠١٥	٠,١٩٠-	٠,٠٦٧	٠,٢٠٣-	٠,١٤٦-	٠,١٣٣-	٠,٠٥١-	٠,٨٠٢
٣٨	٠,٧٨٥	٠,٠٠٧-	٠,٤٣٧	٠,٠٤٠-	٠,٢٥١	٠,٠٦٤	٠,٠١٥-	٠,١٦٧	٠,٠٦٩-	٠,١٠٦-	٠,٠٧٢-	٠,٠٧٧-	٠,٠٠٦-	٠,٩٣١
٣٩	٠,٨٦٨	٠,١٤٩-	٠,١٢٤-	٠,٠٢٢	٠,٢٥٠	٠,٢٤٨	٠,٠١٦	٠,٠٠٤	٠,١٢٠-	٠,٠٠٣-	٠,٠٨١-	٠,١٥٢-	٠,٠٣٥-	٠,٩٦١
٤٠	٠,٧٥٨	٠,٢٨٦	٠,٠٦١	٠,١٢٢	٠,٢٣٢-	٠,٤٣٤	٠,٠٦٣	٠,٠١١	٠,٠١٦-	٠,١٥٥	٠,١٢٩-	٠,٠١٣-	٠,٠٨٣	٠,٩٦٩
٤١	٠,٧٢١	٠,٠٣١	٠,٠٩٦	٠,٠٧٤	٠,٥٣٦	٠,٠١٨-	٠,٠٤١	٠,٠١٢	٠,٢٥٠-	٠,٠٨٤-	٠,٠٤٤	٠,٠٤٤-	٠,١٤٨	٠,٩٢٠
٤٢	٠,٦٤٦	٠,٤٩٨	٠,٤٣٨	٠,٢٢٩-	٠,٠٢٩	٠,٠٢٨	٠,٠٣٧	٠,٠١١	٠,١٠٥	٠,١٨٧	٠,٠١٣	٠,٠٠٤	٠,١٤٣	٠,٩٧٩
٤٣	٠,٦٤٧	٠,٥٩٦	٠,١٦٥-	٠,٠٧٨	٠,١٢١	٠,١٨٩-	٠,١١٨	٠,١٣٠-	٠,٠٥٣	٠,٢٢٣	٠,٠٦٢-	٠,٠٣٢	٠,٠٦١-	٠,٩٤٩
٤٤	٠,٦٣٢	٠,٦٠٨	٠,٢٥٧-	٠,١٣٣	٠,٢١٢	٠,٠٧١-	٠,٠٦٧-	٠,٠٧٤	٠,٠٢٧	٠,٠٦٩-	٠,٠٦٧	٠,٠١٩-	٠,٠٠١-	٠,٩٢٣
٤٥	٠,٦٤٦	٠,٥٧٦	٠,٢٨٤-	٠,١١٩	٠,١٤١	٠,٠٨١-	٠,٢٧٩	٠,١٠٨-	٠,٠١٧	٠,٠٢٢-	٠,٠١٢	٠,٠٣٦-	٠,٠٠٩-	٠,٩٦٢
٤٦	٠,٧٤٢	٠,٠١٥	٠,١٨٤	٠,٥٣١	٠,٠٣٤	٠,١٣٧	٠,٠٥٨-	٠,٠٣١	٠,١٠٤	٠,١٢٣	٠,٠٤١	٠,٠٢٠-	٠,٠٥٦	٠,٩٢٢
٤٧	٠,٧٥٩	٠,٤٠٥	٠,٢٩١	٠,٢٣٤	٠,٢٢٩	٠,١٠٥-	٠,٠٨٢-	٠,٠١٩-	٠,٠٣٤	٠,٠٩٢	٠,٠٠٧	٠,٠١٧-	٠,٠٩٤	٠,٩٦٨
٤٩	٠,٦٥٧	٠,٠٠٢	٠,٣٩٥	٠,٣٨٨	٠,١٩٣-	٠,١٩٤	٠,٢٦٨	٠,٠٣٠-	٠,٠١٣	٠,١٠١	٠,٠٨٧-	٠,١٣١-	٠,١٧٧-	٠,٩٥٢
٥٠	٠,٨١٤	٠,٠٣١-	٠,٠٠٩-	٠,٥٠٩	٠,٠١٤	٠,٠٤٢	٠,٠٦٧-	٠,١٦٦	٠,٠٠٠	٠,٠٣٦-	٠,٠٠٨-	٠,٠٩٥-	٠,٠٢١-	٠,٩٦٧

جدول رقم (١٣) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل قبل التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٥١	٠,٦٤٩	٠,٢٩٦	٠,٢٦٨-	٠,٠٠١-	٠,٣١٤	٠,٤٠٨	٠,٢٩١-	٠,٠٦٨	٠,٠٢١	٠,١٤١	٠,٠٢٥	٠,٠٣٦	٠,١٠٤	٠,٩٦٨
٥٢	٠,٨٥٣	٠,٣٠١	٠,٣٢٨-	٠,٠٣٣	٠,١٥٧	٠,١٦٩	٠,٠٧٨-	٠,٠٤٩	٠,٠١٢	٠,٠٠٩-	٠,٠٢٦-	٠,٠٤٦-	٠,٠١١	٠,٩٩١
٥٣	٠,٨٤٥	٠,٣٦٥	٠,١٥٧-	٠,١٨٦-	٠,٠٤٦	٠,٠٢١-	٠,١٧٨	٠,٠٤٨-	٠,٠٠٤	٠,١٢٣	٠,٠٧٤-	٠,٠٢٧-	٠,١١٦-	٠,٩٧٧
٧١	٠,٧٤٩	٠,١٣٤-	٠,٢٤٩-	٠,١٠٨	٠,١٩٠	٠,٠٢٣-	٠,١٦٨	٠,٤٤٥-	٠,٠٦٦	٠,١٧١-	٠,١٠٦-	٠,٠٥٥-	٠,٠٠٥-	٠,٩٦٣
٧٢	٠,٧٧٩	٠,٣٢٠-	٠,٠٧٣-	٠,٠٧٨-	٠,٤٤٧	٠,٠٠٥	٠,٠٢٦-	٠,١٤٩-	٠,٠١٧-	٠,٠٨٦-	٠,٠٨٢	٠,٠٣٩-	٠,٠٢٠-	٠,٩٥٩
٧٣	٠,٧٤١	٠,٣٠٧-	٠,١٩٧-	٠,١٧٥	٠,١٥٣	٠,٠٨٥	٠,١٩٩-	٠,١٤٠-	٠,٣١٤	٠,٠٠٩	٠,١٦٠	٠,٠٩٠-	٠,٠١٧-	٠,٩٣٥
٧٤	٠,٦٦٥	٠,٣٩٧-	٠,٢٠١-	٠,٠٨٠-	٠,٢٤١	٠,١٢٦	٠,٠٧١-	٠,٢١٤-	٠,٢٥١	٠,١٥١	٠,٠٨٨	٠,٠٣٢	٠,١٤٤-	٠,٨٨٦
٧٥	٠,٥٩٢	٠,٣٥٠-	٠,٠٩٨-	٠,١٨١	٠,١٢١-	٠,٢٢٣	٠,٣٣٥	٠,٠٩٨-	٠,٠٧٣	٠,١٣١	٠,١٦٩	٠,٠٧٨	٠,٠٥٩	٠,٧٦٢
٧٦	٠,٤٥٠-	٠,٢٦٧	٠,١٩٠-	٠,١٣١	٠,٣٨٥	٠,٢٨٤	٠,٠٠٩	٠,١٤١	٠,٢١٦-	٠,١٠٣	٠,١٥٩	٠,٢٧٧	٠,٠٢٦-	٠,٧٣٥
٧٧	٠,٧٥٠	٠,٢٣٧-	٠,٣٤٦	٠,٢٣١-	٠,٠٤٩-	٠,١٥٢-	٠,١٢١-	٠,٠٦٣	٠,٠١٤	٠,١٤٩	٠,١٩٠-	٠,٢١٨	٠,٠٥٧-	٠,٩٤٥
٧٨	٠,٦٦٤	٠,٠٩١	٠,٠٩٣	٠,١٥٧	٠,١١٦-	٠,٤٥٢-	٠,١٢٧-	٠,٢٩٨	٠,٠٤٧	٠,٢٨٢	٠,١٦٥	٠,٢٠٩-	٠,٠٩٠-	٠,٩٦٥
٧٩	٠,٧٠٧	٠,٠٤٨-	٠,٢٥٧	٠,٢٠٤	٠,١٤١-	٠,٠٩٤	٠,٣٤٠-	٠,١٣٢	٠,١١٢	٠,١٥٩	٠,٠٠٩-	٠,١٧٩	٠,٠١٦-	٠,٨٤١
٨٠	٠,٤٨٥	٠,٦٣٨-	٠,٢٩٩-	٠,٠٧١-	٠,٠٦٤	٠,١٤٤-	٠,٠٢٩-	٠,٠٥٣-	٠,١٠٧	٠,١٩٥	٠,١٥٢-	٠,١٠٦	٠,٢٢٨	٠,٩٠٠
٨١	٠,٨٨٧	٠,٠٢٢-	٠,١٧٥-	٠,٠١٣-	٠,١٧٥-	٠,٠١١	٠,٠٢٨	٠,٢٠٤	٠,١٠٠-	٠,٠٦٢-	٠,١٤٤-	٠,١٠١	٠,١٠٤	٠,٩٤٦
٨٣	٠,٧٧٣	٠,٢١٨-	٠,٢١١-	٠,٢٦٢	٠,١٠٠-	٠,١٥٧-	٠,٣٢٥-	٠,١٨٨	٠,٠٠٨	٠,٠٥٠	٠,٠١٥-	٠,٠٠٨-	٠,٠٥٨-	٠,٩٤٠
٨٥	٠,٨٦٧	٠,٢٥٧-	٠,٣١٤-	٠,٠٤٤	٠,٠٠٢	٠,٠٣٩	٠,١١٨	٠,٠١١	٠,٠٤٥	٠,٠٢٠	٠,١٢٠-	٠,١٦٤	٠,٠٧٤-	٠,٩٨٣
٨٦	٠,٨٣٩	٠,٢٣٩	٠,٢٧١-	٠,٢٥٤-	٠,٠٣٠-	٠,٢٠٢-	٠,٠٧٢-	٠,٠١٨	٠,٠٢٢-	٠,٠٧٥	٠,٠٨٣-	٠,٠٠٦-	٠,٠٣١-	٠,٩٦٠
٨٧	٠,٧٩٢	٠,٠٣٢-	٠,٠٤٧	٠,٠٧٠-	٠,١٧٣	٠,٢١٢-	٠,٠٦٧	٠,٠٢٢-	٠,٠٧٩	٠,٢٧٠	٠,١٠٠-	٠,٣٠٥-	٠,١٢٥-	٠,٩١٣

جدول رقم (١٣) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل قبل التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٩١	٠,٥٣٠	٠,٢١٦-	٠,٢٣٦-	٠,٠٤٧-	٠,٢١٢-	٠,٢٤٩-	٠,٠١٥-	٠,٠٠٣-	٠,١٢٩	٠,١٧٩-	٠,٤٣٣-	٠,٣١٥-	٠,٠٢٧	٠,٨٢٨
٩٤	٠,٦٥٤	٠,٠٥٨	٠,٣١٠-	٠,٤١٥-	٠,٠٧٢-	٠,٢٠٤	٠,١٤٠-	٠,٠٤٤	٠,٢٢١	٠,١٠٨	٠,١٦٤-	٠,٠٥٧	٠,١٦٧	٠,٨٨٦
٩٥	٠,٦٦٩	٠,٣٣١-	٠,٢١٤	٠,٢٤٥-	٠,٢٥٢	٠,٠٣٩	٠,١٦٧-	٠,٣٨٨	٠,٠٣٢-	٠,١٣٠	٠,٠٥٢	٠,١٩٦-	٠,٠٦٦-	٠,٩٦٩
١٠٢	٠,٧٥٢	٠,٠٢٩-	٠,١٩٩-	٠,١٦٣	٠,١٥١	٠,٢٠٧-	٠,١٠٩-	٠,٢٩٣-	٠,٠٨٦-	٠,١٦٧-	٠,١٨٠-	٠,٠٠٨-	٠,١٥٩	٠,٨٨٨
١٠٣	٠,٧٣٧	٠,٢٠٧	٠,٣٣٤	٠,٠٠٢-	٠,٤١٠-	٠,٠٢٦	٠,٠٢٨-	٠,١٨٤-	٠,١١٣	٠,٠٠٥	٠,٠٣٦	٠,٠٠٨	٠,٠٥٥	٠,٩١٨
١٠٧	٠,٨٠٣	٠,٠٥٨	٠,٢٤٥	٠,٢١٩-	٠,١٧٣-	٠,١٥٩	٠,١١٠-	٠,١٣١-	٠,٠٧٦	٠,٠٢٨	٠,١٦٨-	٠,٠٢٢	٠,١٤٠-	٠,٨٩٥
١١٠	٠,٧٢١	٠,٢٥٣-	٠,١٢٢-	٠,١٨٩	٠,٢٣٨-	٠,٢٩٤	٠,١٤٣	٠,٠٤٩-	٠,٢١١	٠,١٣١	٠,٠٨٣	٠,٠٠١	٠,١٨٩	٠,٩٠٤
١١٣	٠,٦٩٩	٠,٠٣٨-	٠,٤٨٤	٠,١٠٦-	٠,١٩٤-	٠,٣٥٧-	٠,١٠٠	٠,٠٠٦	٠,٠٧٩-	٠,١٦٦	٠,١٣٨-	٠,٠٠٠	٠,٠٦٤	٠,٩٦٧
١١٤	٠,٧٥٩	٠,٠٦٨-	٠,٢٥٩	٠,٠٩٨-	٠,١٤٢-	٠,٣٢٠-	٠,٠٥٥-	٠,٠٠١-	٠,١٥٨	٠,٠٠٩	٠,٢٥١	٠,٠٨٨-	٠,٠٤٥	٠,٨٨٠
١١٥	٠,٨٨٣	٠,٢٣٠	٠,٠٩٥-	٠,٠١٢-	٠,٠٥١-	٠,٠٥٨-	٠,١٨٩-	٠,٠٣١-	٠,١١٦-	٠,٠٦٢-	٠,٠٧٥	٠,٠٤٦	٠,٠٥٩-	٠,٩١٢
١١٦	٠,٧٤٧	٠,٤٨٩-	٠,٢٠٨-	٠,١٥٤-	٠,١٠٢	٠,٠٠٢-	٠,١٠٨-	٠,٠٤٦	٠,٠١٥-	٠,٠٠٩	٠,٠٢٧	٠,١٢٧	٠,١٤٩-	٠,٩٢٧
١١٨	٠,٨٠٥	٠,٠٤٢-	٠,٢٦٥-	٠,٢٢٣-	٠,٢٦٢-	٠,١٨٦	٠,٠٢٦-	٠,١٢٩-	٠,٠٣٠	٠,١٨٣	٠,٠٨١	٠,١٢٢	٠,٠٧٩	٠,٩٥٢
١١٩	٠,٦٨١	٠,٢٧٣	٠,٠٦٤	٠,٢١٧-	٠,٠٤٤-	٠,٠٣٥-	٠,١٩٦-	٠,١٥٩-	٠,٢٠٣	٠,٠٩٥	٠,٠٣٨-	٠,١٤٨-	٠,٢٧٥	٠,٨٠٥
١٢٠	٠,٦٨٩	٠,٤٥٢-	٠,٠٧٧	٠,٢٣٧-	٠,٢٨٤	٠,١٤٠-	٠,٠١٨-	٠,٢٢٠-	٠,٠٤٤-	٠,٠٤٠	٠,٠٥٥-	٠,١٨٩	٠,٠٤٠	٠,٩٣٣
١٢١	٠,٦١٤	٠,٣٧٩-	٠,٣٧١	٠,٢٢٦-	٠,٠٧٩	٠,٠٥٥	٠,٢٩٤	٠,١٣١-	٠,٠٨١	٠,٠٦٧-	٠,١٩١	٠,٠٦٣-	٠,٠٦٠	٠,٨٧٧
١٢٢	٠,٨١٢	٠,٣٨٥-	٠,٠٣٠	٠,٠٣١-	٠,١٥٠-	٠,٢٢٦-	٠,١٧٧-	٠,١٣٢	٠,٠٩٥-	٠,٠٢٣	٠,٠٧٠-	٠,٠٨٩-	٠,٠٢٢-	٠,٩٥٤
١٢٣	٠,٨٤٤	٠,٢٧٢-	٠,١٧١	٠,٢٣٥-	٠,٠٢٥-	٠,٢٤٧	٠,١٠٣-	٠,١١٥	٠,١٣٣-	٠,٠٣٣-	٠,٠٤٣	٠,٠٧٥	٠,٠٢٤	٠,٩٨٣
١٢٥	٠,٦٤٠	٠,٢٢٩	٠,٠٤٥-	٠,٠٩٩	٠,٤٤٢-	٠,٠٥٣	٠,٢٥٨-	٠,٢٥٧-	٠,٠٧٠-	٠,٠٥٤-	٠,١٢٥	٠,١٥٧-	٠,١٩٩-	٠,٨٩٢
١٢٦	٠,٨٢١	٠,١٥١-	٠,١٨٣	٠,١٥١-	٠,٠٣٢-	٠,٠٢٢-	٠,٢٢٤-	٠,٠١١-	٠,٠٨٧	٠,٣١٦-	٠,١٠٣	٠,٠٣٨	٠,٠٤٦-	٠,٩٢٦
١٢٧	٠,٧٨٧	٠,٣٩٩	٠,١٥٥-	٠,١٧٣-	٠,١١٧-	٠,١٢٤-	٠,١٤٩	٠,١٢٣	٠,٠١٠-	٠,١٢٩-	٠,١٣٤	٠,١٢٤	٠,٠٥٣-	٠,٩٥١

جدول رقم (١٣) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل قبل التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
١٢٨	٠,٧٥١	٠,٠٠٣-	٠,١٠٢-	٠,٢٠٢	٠,٣٠١-	٠,١٨٩-	٠,٠٣٩	٠,٠٢٧-	٠,٠٨٥	٠,١٩٦-	٠,٣٩٩	٠,٠٣٩	٠,٠٦٠	٠,٩٥٣
١٣١	٠,٨٧٦	٠,٠٩٢-	٠,٢٢٥-	٠,١٥٧-	٠,٠٦٤-	٠,٠٠٧-	٠,٠٢٤	٠,٠٨٣	٠,٠٠٧	٠,٠٣٦-	٠,١٢٥	٠,٠٠٠	٠,١٧٠-	٠,٩٠٨
١٣٢	٠,٧٧٣	٠,١١٧	٠,١٠٨	٠,٤٩٣-	٠,٠٥٦-	٠,٠٣٤-	٠,٢٠٧	٠,٠١٢-	٠,١٠٠-	٠,٠٣٥-	٠,٠٨٥	٠,٠٨٣	٠,٠٩٣	٠,٩٤٧
١٣٦	٠,٧٢٤	٠,١٤٥-	٠,٠١٤-	٠,٣١٨-	٠,١١٧	٠,٤٣٧-	٠,١٥٨-	٠,٢٤٩-	٠,٠٤١-	٠,٠٦٤	٠,١٢٣	٠,٠٤٥	٠,٠٩٠	٠,٩٦٩
١٤٠	٠,٧٣٦	٠,٠٨٥-	٠,٢٧٣-	٠,١٨٧	٠,٣٧٣-	٠,١٤٧-	٠,٢٩٠-	٠,٠٦٩-	٠,٠٢٦	٠,١٣٢-	٠,٠٤٨	٠,٠٥٣-	٠,٠٢٢-	٠,٩٣١
١٤١	٠,٧٣٨	٠,٢٧٩	٠,٢١٤-	٠,٢٥٧-	٠,٣٨٧-	٠,٠٠٨	٠,٠٦٣-	٠,٠٦٨-	٠,١٦٢-	٠,٢٣٣-	٠,٠٥٨	٠,٠٧٣	٠,٠٨٨	٠,٩٨٩
١٤٤	٠,٧٣٣	٠,٢٤٨-	٠,٢٢٧-	٠,٢٠١-	٠,٣٠٥-	٠,٣١٣-	٠,٠٣٤	٠,٠٢٨	٠,١٣٦-	٠,١٠٠	٠,١٤٨	٠,١٤٣	٠,١٠٣	٠,٩٦٥
١٥٦	٠,٧٩٨	٠,٢١٣-	٠,٣٥٢-	٠,١٢٣	٠,١٧٠-	٠,٠١١	٠,١٠٢-	٠,٠٥١	٠,٠٤٤-	٠,٠٢٧-	٠,٢٠٢	٠,٠٤٣-	٠,٠٩٨-	٠,٩١٨
١٥٩	٠,٦٨٦	٠,١٠١	٠,١٩٤-	٠,٠٧٣-	٠,١٣٤-	٠,٤٧٦-	٠,١٣٥	٠,٠٨٦	٠,٠٩٢	٠,١٢٣	٠,١٤٠	٠,٠٣٤	٠,١٣٦-	٠,٨٥٦
١٦٠	٠,٨٩٦	٠,١٧٣-	٠,١٤٨	٠,١٤٧-	٠,٠٧٣	٠,٠٤٧	٠,٠٤٦-	٠,١٣٣-	٠,١٦٧-	٠,١٦٤	٠,٠٤٢	٠,٠١٩	٠,٠٠٦	٠,٩٦٠
١٧٠	٠,٧٠٢	٠,١٢٨-	٠,١٦٤-	٠,٤٠٣	٠,١٥٥-	٠,١٥٤-	٠,٢٢٩	٠,١٠٧-	٠,٢٨٦-	٠,٠٦٩-	٠,٠٥٠-	٠,٠٠٨	٠,٢١٠	٠,٩٤٣
١٧٨	٠,٧٣٠	٠,٢٠٣-	٠,٣٩٨	٠,١١٦	٠,٢٢٨-	٠,٠١٠	٠,٠٢٩-	٠,٠٦٣-	٠,٣٠٢-	٠,٠٥٣-	٠,٠٩٤	٠,١٨٩-	٠,١٥٤	٠,٩٦٥
١٨٤	٠,٧٢٦	٠,٣٦٤-	٠,١٨٦	٠,٠٩١-	٠,١٨٠-	٠,٣٥٣	٠,٢٨٢	٠,٠٧٧-	٠,١٦٢-	٠,٠٩١	٠,٠٢٤	٠,٠٤٥-	٠,٠٤٣-	٠,٩٨٣
١٩٦	٠,٣٠٩	٠,١٠٥-	٠,٢١٦	٠,١١٦	٠,٠٠٦	٠,٠٨٦-	٠,١٩٦	٠,١٩٤	٠,٦٧٢	٠,٣٩٤-	٠,٠٨٦-	٠,٢٥٤	٠,٠٠٤-	٠,٩٢٨
٢١١	٠,٦٤٦	٠,٥٧٦	٠,٢٨٤-	٠,١١٩	٠,١٤١	٠,٠٨١-	٠,٢٧٩	٠,١٠٨-	٠,٠١٧	٠,٠٢٢-	٠,٠١٢	٠,٠٣٦-	٠,٠٠٩-	٠,٩٦٢
٢١٦	٠,٧٥٩	٠,٤٠٥	٠,٢٩١	٠,٢٣٤	٠,٢٢٩	٠,١٠٥-	٠,٠٨٢-	٠,٠١٩-	٠,٠٣٤	٠,٠٩٢	٠,٠٠٧	٠,٠١٧-	٠,٠٩٤	٠,٩٦٨
٢١٨	٠,٨١٤	٠,٠٣١-	٠,٠٠٩-	٠,٥٠٩	٠,٠١٤	٠,٠٤٢	٠,٠٦٧-	٠,١٦٦	٠,٠٠٠	٠,٠٣٦-	٠,٠٠٨-	٠,٠٩٥-	٠,٠٢١-	٠,٩٦٧
٢٢٧	٠,٨٤٥	٠,٣٦٥	٠,١٥٧-	٠,١٨٦-	٠,٠٤٦	٠,٠٢١-	٠,١٧٨	٠,٠٤٨-	٠,٠٠٤	٠,١٢٣	٠,٠٧٤-	٠,٠٢٧-	٠,١١٦-	٠,٩٧٧
٢٣٨	٠,٦١٥	٠,٥٠٧	٠,٤٤٣	٠,٠٩٧-	٠,١٢٧	٠,٠٣٥-	٠,٠٦٥-	٠,٠٢٩	٠,٠٥٩	٠,٠٦٢-	٠,٢١٨	٠,٠٨١-	٠,١٠٠	٠,٩٣٤
٢٤٤	٠,٨٨٧	٠,٠٢٢-	٠,١٧٥-	٠,٠١٣-	٠,١٧٥-	٠,٠١١	٠,٠٢٨	٠,٢٠٤	٠,١٠٠-	٠,٠٦٢-	٠,١٤٤-	٠,١٠١	٠,١٠٤	٠,٩٤٦

ويتضح من الجدولين رقما (١٢) والخاص بعرض البيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، و جدول رقم (١٣) ، و الخاص بنتائج تشبعات العبارات على العوامل قبل التدوير المتعامد (بطريقة) (varimax) لكايزر (Kaiser) ، حيث بلغ عدد العوامل (١٣) عامل يتشبع عليها (٩٤) عبارة ، وبلغ عدد العوامل المقبولة مبدئياً ولكنها غير قابلة للتفسير عامل واحد فقط وهو (العامل الأول) وذلك لأن نسبة التباين العاملى قبل التدوير المتعامد بلغت (٥٥,٠٩٧٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الأول) يفسر (٥٥,٠٩٧٪) من حجم المصفوفة العاملية ويتشبع عليه عدد (٨٧) عبارة دالة إحصائياً وعدد (٧) عبارات غير دالة إحصائياً وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات فى صورتها المبدئية التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠) ، حيث حقق هذا العامل أكثر من ثلاث تشبعات وفقاً لمحك جيلفورد لقبول العامل وتم إستبعاد باقى العوامل بدءاً من العامل الثانى و حتى العامل الثالث عشر وذلك لأن نسبة التباين العاملى أقل من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، على النحو الموضح من الجدول رقم (١٢).

ويعتبر العامل الأول المقبول مبدئياً والعوامل المستبعدة حتى العامل الثالث عشر غير مقبولة للتفسير قبل التدوير وذلك لعدة أسباب هو أن العوامل تتحدد بطريقة عشوائية ، ولا يمكن الإطمئنان لقبول العوامل الناتجة من هذا التحليل ، وتعد التشبعات قبل التدوير مقبولة من وجهة النظر الرياضية البحتة ولا تكون مقبولة سيكولوجياً وأيضاً يشوبها الكثير من الغموض بهذه الطريقة الأولية فى التحليل وهناك صعوبة فى تفسير العوامل المستخلصة قبل التدوير . (١٥: ٢٧) ، ولذلك قام الباحث بإستخراج المصفوفة العاملية المقبولة للتفسير التى توضح نتائج تشبعات العبارات على العوامل بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) ، على النحو المبين من جدول (١٤) :

جدول رقم (١٤) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل بعد التدوير المتعامد
بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٢	٠,٤٩٠	٠,٠٣٣	٠,٤٩٣	٠,١٤٧-	٠,٤٠٢	٠,٠٧٧	٠,٢٨٣	٠,٣٥٨	٠,٢١٤	٠,٠٣٨-	٠,١٦٠	٠,٠٣٥	٠,١٥٨-	٠,٩٨٠
٥	٠,٤٢٤	٠,٤٨٩	٠,٣٦٢	٠,١٦٩	٠,٣٩٨	٠,٠١٢-	٠,٣١٥	٠,١٤٢	٠,١٧٠	٠,١٦٧	٠,٢٤٦	٠,١٠٢-	٠,٠٠٠	٠,٩٨٤
٧	٠,٤٣٧	٠,٤٦٨	٠,١٢٨	٠,٠١٩	٠,٠٢٢	٠,٠٧٣	٠,٦٩٦	٠,٠٣٩-	٠,٠٣٨	٠,٠٠١-	٠,٠٨٤	٠,١٢٥-	٠,٠٠٢-	٠,٩٤٢
٨	٠,٥٥٢	٠,٠٥٢	٠,١٣٥	٠,٠٤٧	٠,٢٦٦	٠,٢٠٩	٠,٦١٢	٠,٠٣٨-	٠,١٧٢	٠,٠٤٥	٠,٠٤٦	٠,٠٣٢	٠,٠٢٥-	٠,٨٥٣
١٠	٠,١١٣	٠,٦٠١	٠,٤١٣	٠,٢٣٩	٠,٤٦٤	٠,١٣٥	٠,١٥٣	٠,٠٦٤-	٠,٠٩٢	٠,٠٧٣	٠,١١٥	٠,٠١٩	٠,١٨٦-	٠,٩٢٤
١١	٠,٢٧٣	٠,٥٣٠	٠,٣٠١	٠,٤٢٤	٠,١٧٣	٠,١٠٩	٠,٤٩٣	٠,٠١٩	٠,١٢٥	٠,١٠٤	٠,١١٧	٠,٠٥٠	٠,٠١٨	٠,٩٥٣
١٢	٠,١٢٩	٠,٤٠٥	٠,٠٩٥	٠,٤٦٠	٠,٣٣٩	٠,٠٩٧	٠,٢٤٣	٠,٤٨٠-	٠,٠٧٢	٠,٠٤٥-	٠,٢٤٧	٠,٠٨٩-	٠,٠٣١-	٠,٨٩٢
١٣	٠,٣٥٠	٠,٤٤٥	٠,٠٣٧	٠,٥٦٢	٠,٢٩١	٠,١٢٩	٠,٤٠٣	٠,٠٥٠	٠,٠٢٩	٠,٠٦٤	٠,١١٤-	٠,٠٦٠	٠,٠٤٠	٠,٩٢٧
١٤	٠,٣٧٢	٠,٥٠٧	٠,٠٦٠-	٠,٤٩٩	٠,٣٩٧	٠,٠٨١	٠,١٨١	٠,١٤٣	٠,١٤٣	٠,١١٦	٠,٠٨٠-	٠,٠٣١-	٠,٠٦٨-	٠,٩١١
١٦	٠,٤٩١	٠,٤٢٣	٠,٥٦٢	٠,٠٧٥	٠,٠٢٩-	٠,٢٤٧	٠,١٥٩	٠,١١٠-	٠,١١١	٠,٠٧٧-	٠,٠٥٣-	٠,٢٤٠	٠,١٠٠	٠,٩٢٩
١٨	٠,٥٠٦	٠,١٢٨	٠,٣٦٨	٠,٣٥٤	٠,٢٩٩	٠,٢٨١	٠,٠٩٥-	٠,١٦٦	٠,٠٩٧	٠,٠٤٦-	٠,١٦٢	٠,٤١٥	٠,١٨٤	٠,٩٨١
١٩	٠,١٦٥	٠,٥٩٩	٠,٣١١	٠,٤٩١	٠,٠٩٨	٠,٠٠٣	٠,٠١٩-	٠,٢٦٠	٠,٠٤٩-	٠,٠٨٠-	٠,٠٤٥	٠,٢٥١	٠,٠٩٠	٠,٨٨٣
٢٠	٠,٠٩٨	٠,٢١٠	٠,٧٣٠	٠,٣١٠	٠,٣٠٣	٠,١٠٤-	٠,١٠٢-	٠,٢٣٨	٠,٠٤٠	٠,٠٥٨-	٠,١٧١	٠,٠٣٠-	٠,١٨٢	٠,٩٢٠
٢٢	٠,٦٣٨	٠,٢٨٠	٠,٤٧٧	٠,١٦٢	٠,٠٩٧	٠,٠٤٨	٠,١٥٥	٠,٠١٦	٠,٢٨٠-	٠,١٩٩	٠,١٥٦	٠,١٢١-	٠,٠٦٩-	٠,٩٣٦
٢٤	٠,٢٧٦	٠,١٣٨	٠,٤٤٦	٠,٤٧٤	٠,٤٩٧	٠,١٦٦	٠,٢٢٢	٠,١٣٣	٠,٠٧٦	٠,٠٧٤-	٠,٠٩٦	٠,١٦٤	٠,٢٢٩	٠,٩٦٠
٢٦	٠,٥٢٤	٠,٢٨٣	٠,٥١٤	٠,٣٢١	٠,١٨٣	٠,٠١٩-	٠,١٢٩	٠,٢٩٢	٠,٠١١	٠,٢٣٦	٠,٠١٩	٠,١٢١	٠,٠٠٣	٠,٩٢٨
٢٧	٠,٢٩٣	٠,٢٨٧	٠,٤٣٩	٠,٥٧٤	٠,٠٠٩	٠,١٣١	٠,٠٣٨-	٠,١٢٩-	٠,١٧٤	٠,٢٥٨-	٠,١١٧	٠,١٣٧	٠,٢٠١	٠,٨٩٥
٢٨	٠,٤٢٦	٠,١٥١-	٠,٢٥٠	٠,٤٢٠	٠,٢٨٢	٠,٢١٢	٠,٢٥٣	٠,٠٣٣	٠,٠١٦-	٠,١١٤	٠,٣٠٢	٠,٤٠٠	٠,١٢٣-	٠,٩١٢

جدول رقم (١٤) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل بعد التدوير المتعامد
بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٣٠	٠,٦١١	٠,٢٦٩	٠,٤١٤	٠,٢٩٩	٠,١٨٦	٠,٠٥٩-	٠,١٦٨	٠,٣٤٥	٠,٠٦٥-	٠,٢٤٨	٠,١١٥-	٠,٠٢١-	٠,٠٠٠	٠,٩٧١
٣١	٠,٧٣٨	٠,٢٦٩	٠,١٥٣	٠,٢٤٧	٠,٢٦٩	٠,١٦١-	٠,٠٦٧-	٠,٢٥٠	٠,١٢٥	٠,١٢١	٠,٠٣٩-	٠,١٣٢	٠,٠٢٦	٠,٩١٦
٣٤	٠,١٨١	٠,٣٦١	٠,٧٣٤	٠,١٩٩	٠,٠٠١	٠,١٠٤-	٠,٣٥٣	٠,٠٧٣	٠,٠٢١	٠,٠٣٥-	٠,٠٤٥	٠,١٣٩	٠,١٣٩-	٠,٩٢٤
٣٥	٠,٢٤٣	٠,٥٦٣	٠,٢٠٩	٠,١٦٩	٠,٢٢١	٠,١٩٧	٠,٠١٠-	٠,١٩٤-	٠,١٠٣-	٠,٥٧٢-	٠,١١٠	٠,٠٠١-	٠,٠٢٤	٠,٩٢٤
٣٦	٠,٣٨٧	٠,٣٣٢	٠,٣٨٢	٠,٦٠٨	٠,٠٨٧	٠,١١٦	٠,٠٢٩-	٠,٠٠٦-	٠,٠٠١	٠,٢٠٢-	٠,١٤٤	٠,٠١٤	٠,٢٤٤	٠,٩١٨
٣٧	٠,٣٨٧	٠,٥٣٩	٠,٣٧٦	٠,٢١١	٠,١٤٦	٠,٠٣٦-	٠,١٢١	٠,١١٩	٠,٣١٥	٠,٠٨٥-	٠,١٠٥	٠,٠٥٢-	٠,٠٧٤	٠,٨٠٣
٣٨	٠,٢٤٨	٠,٢٨٤	٠,٧٦٩	٠,٢٩٣	٠,١٧٨	٠,٠٢٢-	٠,٢٤٦	٠,٠٥١-	٠,٠٦٧	٠,٠٦٥-	٠,٠٧٢	٠,٠٣٢	٠,٠٤٧-	٠,٩٣١
٣٩	٠,٣٩٧	٠,٥٩٧	٠,٣٠٤	٠,٣٧٠	٠,٣١٠	٠,١٣٤-	٠,٢٧٦	٠,٠١١	٠,١٠١	٠,٠١٨	٠,١١٩-	٠,٠٣٣-	٠,٠٤٢-	٠,٩٦١
٤٠	٠,٥٤٢	٠,٠٢٧	٠,٣٠١	٠,٣٦١	٠,٥٥٨	٠,٠٧٦-	٠,٠٧٨	٠,١١٦	٠,٠٤٤	٠,٣١٤	٠,٠٢٢-	٠,١٢٧	٠,٠٢٦-	٠,٩٦٩
٤١	٠,٤٠٨	٠,٤٤٠	٠,٥١٧	٠,٣١٨	٠,٠٢٠	٠,٠٧١-	٠,٢١١	٠,١٨٢-	٠,٠٩٦-	٠,١٧٠-	٠,١٢٢-	٠,١٣١-	٠,١٩٧	٠,٩٢٠
٤٢	٠,٥٨٣	٠,٠٦٨-	٠,٧٠٦	٠,٠٢٦-	٠,٢٠٦	٠,١٩٥	٠,٠٢١-	٠,٠٥٤-	٠,٠١٧-	٠,٢٠٤	٠,٠٧١	٠,٠٣٠	٠,٠٦٣-	٠,٩٧٩
٤٣	٠,٩٠٧	٠,٠٨٥	٠,١٤٩	٠,١٨٥	٠,٠١١	٠,١٨٩	٠,١٠٩-	٠,٠٤٠-	٠,٠٤١	٠,٠٢٧-	٠,٠١٩-	٠,١٠٩	٠,٠٠٨-	٠,٩٥٠
٤٤	٠,٨٤٣	٠,٠٦٤	٠,١٤٩	٠,٣٣٥	٠,١٥٩-	٠,٠٥١	٠,١٦٠	٠,٠٨٢	٠,٠٧١-	٠,٠٣٦	٠,٠٤١	٠,٠٨١-	٠,٠٠٨	٠,٩٢٤
٤٥	٠,٩٢٥	٠,٠٧٤	٠,٠٤١	٠,٢٠٤	٠,٠٩٨	٠,٠٦٩	٠,٠٧٩	٠,٠٠٧-	٠,٠٣٧	٠,١٢٨-	٠,٠٥٨	٠,٠٦٢-	٠,١٠٥	٠,٩٦١
٤٦	٠,٣٠١	٠,٢٠٢	٠,٣٥٩	٠,٧٢٤	٠,٣٠٩	٠,٠٢٥	٠,١٤٣-	٠,٠١٥-	٠,٠٣١-	٠,٠٦٢	٠,١١٤	٠,٠٣٤-	٠,٠٣٥-	٠,٩٢١
٤٧	٠,٦٠٦	٠,٠٩٠	٠,٦١٢	٠,٤٣٣	٠,٠١٨	٠,١٠٦	٠,١١٤-	٠,٠٦١-	٠,٠٢١-	٠,٠١٠	٠,٠٤٦	٠,٠٢٤-	٠,٠٣٢	٠,٩٦٩
٤٩	٠,٢٣٢	٠,٠٠٨	٠,٤٠٣	٠,٤٨٩	٠,٦١٩	٠,٠٠٥-	٠,١١٤-	٠,٠٣٤	٠,١٦١	٠,١٨٤-	٠,١٠٠	٠,١١٠	٠,١٢٩-	٠,٩٥١
٥٠	٠,٣٢٦	٠,٢٦١	٠,٢٥٢	٠,٨٠١	٠,٢١٧	٠,٠٥١	٠,١١٢	٠,٠٤٥	٠,٠٨٧	٠,٠٢٠-	٠,٠٧٩	٠,٠١٢-	٠,٠٢٧-	٠,٩٦٦

جدول رقم (١٤) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل بعد التدوير المتعامد
بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٥١	٠,٦١٠	٠,٣٦٤	٠,١٩٦	٠,٢٩٧	٠,٠٢٣	٠,٢١٨-	٠,١٥٨	٠,٠٥٥	٠,٢٤١-	٠,٤١٥	٠,١١٧-	٠,٠٥٩-	٠,١٠٥-	٠,٩٦٥
٥٢	٠,٧٤٩	٠,٣٦٩	٠,١٦٠	٠,٣٦٩	٠,١١٠	٠,٠٣٣-	٠,٢٦٢	٠,١١٢	٠,٠١٥	٠,١٩٠	٠,٠٢٠-	٠,٠٢٨-	٠,٠٣٠-	٠,٩٩١
٥٣	٠,٨١٦	٠,٢٨٧	٠,٢٤٩	٠,٠٨٤	٠,٢٣٩	٠,١٧٤	٠,١٨٠	٠,٠٥٠	٠,١٢٧	٠,٠١٢	٠,٠١٨-	٠,١٢٦	٠,٠٧٢-	٠,٩٧٧
٧١	٠,٤٧٤	٠,٦٤٤	٠,٠٧٧	٠,٢٢٥	٠,٢٣٨	٠,٠٦٥-	٠,٠٥٢-	٠,١١٤	٠,٢٨١	٠,١٦٢-	٠,٠٩٢	٠,١٠٣-	٠,٢٥٨	٠,٩٦٣
٧٢	٠,٢٥٥	٠,٨١٠	٠,٣٤٩	٠,٢٠٨	٠,١٠٢	٠,٠٠٢-	٠,١٥٣	٠,٠٠١	٠,٠٢٧	٠,١١٧-	٠,٠٠١	٠,١٤٢-	٠,٠٥٩	٠,٩٥٨
٧٣	٠,٢١٩	٠,٧٠٥	٠,١١٨	٠,٤٤٧	٠,١٥٥	٠,٠٧٩	٠,٠٥٠-	٠,١٤٩	٠,٠٧٤	٠,١٤٢	٠,١٦٩	٠,٢٣٣-	٠,١١٢-	٠,٩٣٤
٧٤	٠,١٩٤	٠,٨٤٣	٠,٠٩٥	٠,١٤٨	٠,٢٢٥	٠,٠٥٠	٠,٠٥٨-	٠,٠٧٥	٠,٠١٤	٠,٠٧٧	٠,٠٩٣	٠,٠٥١-	٠,١٦٧-	٠,٨٨٦
٧٥	٠,١٢٠	٠,٤٣٣	٠,٠٢٣-	٠,٢٩٨	٠,٦٥٠	٠,١٤٢	٠,٠١٧	٠,٠٣٣-	٠,٠٥٠-	٠,٠١٠-	٠,١٢٦	٠,٠٤٧-	٠,٠٧٤	٠,٧٦١
٧٦	٠,٠٥٤	٠,١٨٨-	٠,٢٦٤-	٠,٠٧٦-	٠,٢٢٠-	٠,٣٥١-	٠,٠١٤	٠,١٦٥-	٠,٦٢٩-	٠,٠٤٧-	٠,١٥٦-	٠,٠٣٣	٠,٠٠٢-	٠,٧٣٦
٧٧	٠,٠٨٢	٠,٤٥٠	٠,٦٠٧	٠,١٣٥	٠,١٨٩	٠,٣١٣	٠,٠٧٨	٠,٠١٩	٠,١٥٦	٠,١٢١	٠,٠٨١	٠,٤٠٣	٠,٠٢٥-	٠,٩٤٤
٧٨	٠,٣٠٨	٠,١٠١	٠,٣١٥	٠,٥٠٧	٠,٠١٨-	٠,٦٢٥	٠,٠٦٩	٠,٠٥٥-	٠,١٥٢	٠,٠٢٧-	٠,٠٥٨-	٠,٠٠٥	٠,٢٨٢-	٠,٩٦٦
٧٩	٠,١٣٥	٠,٢٣٦	٠,٤٦٥	٠,٥٣٥	٠,١٨٢	٠,١٨٠	٠,٠٥٢-	٠,١٧٠	٠,٠٥١-	٠,٢٩٩	٠,١١٣	٠,٢٢٥	٠,١١٥-	٠,٨٤٢
٨٠	٠,٠٩٤-	٠,٧٦٧	٠,٠٨٠-	٠,١٨٤	٠,١٤٩	٠,٢٣٩	٠,٠٥٣	٠,٢٢٠-	٠,٢١٩	٠,٢٢٤	٠,٠١١	٠,١٠٠	٠,١٥٢	٠,٨٩٩
٨١	٠,٤١٣	٠,٣٤٠	٠,٢٠٧	٠,٤١١	٠,٢٩١	٠,٢١٤	٠,٤١٨	٠,٠٧٦	٠,١٧٢	٠,١٩٠	٠,٠٥١	٠,٢٢٠	٠,١٤٩	٠,٩٤٧
٨٣	٠,١٨٢	٠,٤٦٣	٠,١١٥	٠,٦٨٥	٠,٠١٦	٠,٢٩٥	٠,١٧٠	٠,١٥٩	٠,١٥٧	٠,١٥٣	٠,٠١١-	٠,١٢١	٠,٠٧٠-	٠,٩٣٩
٨٥	٠,٣٧٢	٠,٦٦٠	٠,٠٢٦	٠,٣٦٩	٠,٣٣٥	٠,١٣٣	٠,٢٣٢	٠,٠٤٣	٠,١٢٨	٠,٠٤٤	٠,١٢٨	٠,٢٢٠	٠,٠٦٣	٠,٩٨٣
٨٦	٠,٦٨٠	٠,٣٧٩	٠,٢٠٥	٠,١٣٤	٠,٠٢٧	٠,٣٣٤	٠,٢٦٤	٠,١٢٨	٠,٢١٢	٠,١٥٤	٠,٠٦٨-	٠,١٤٨	٠,٠٠٥-	٠,٩٥٩
٨٧	٠,٤٥٢	٠,٤٥٦	٠,٣٨٠	٠,٢٢٧	٠,١٦٣	٠,٢٥٥	٠,٠١٨	٠,١٥٣-	٠,٣٢٨	٠,٠٨٤-	٠,٠٩٩-	٠,٠٠٨-	٠,٢٥٤-	٠,٩١٢

جدول رقم (١٤) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
٩١	٠,١٦٤	٠,٣٢٢	٠,٠٠١	٠,٢٣٨	٠,٠٥٩	٠,١٢٥	٠,٢٢٤	٠,٠٤٨	٠,٧٤٤	٠,٠٨٠	٠,٠٧٧	٠,٠٦١	٠,٠٤١	٠,٨٣٠
٩٤	٠,٤٥٧	٠,٤٤٠	٠,١٠٢	٠,٠٤٨-	٠,١٧٢	٠,٠٨٦	٠,٢٦٩	٠,٠٧٥	٠,١٥٦	٠,٥٦١	٠,٠٧٠	٠,٠٩٦	٠,٠٥٦-	٠,٨٨٦
٩٥	٠,٠٠٩-	٠,٥٠٦	٠,٥٦٢	٠,٢٢٣	٠,١٠٦	٠,١٥٩	٠,٣٩٥	٠,١٣٨-	٠,٠٣٧	٠,٠٨٨	٠,٠٨٧-	٠,٠١٥-	٠,٣٤٨-	٠,٩٧١
١٠٢	٠,٤٣٩	٠,٥١٠	٠,١٩٩	٠,٣٨٩	٠,٠٢٥-	٠,٠٥٠	٠,٠٠٤	٠,١٠٣	٠,٢٩٥	٠,٠١٠-	٠,٠٣٦-	٠,٠١٠-	٠,٣٧٧	٠,٨٨٨
١٠٣	٠,٣٦٨	٠,٠٠٦	٠,٥٠٢	٠,٢١٥	٠,٤٢٤	٠,٢٩٥	٠,١٠٠-	٠,٣٢٩	٠,١٩٥	٠,١٨٠	٠,١٤٥	٠,٠٥٥	٠,٠٧٢	٠,٩١٨
١٠٧	٠,٣٦٠	٠,٣٠٥	٠,٥٣٩	٠,٠٩٥	٠,٣٥١	٠,٠٧٥	٠,٠٤٧	٠,٣٠٠	٠,٢٢٤	٠,١٨٧	٠,٠٦٨	٠,٢٢٧	٠,١٠١-	٠,٨٩٤
١١٠	٠,٢٠٦	٠,٣٩٥	٠,٠٣٦	٠,٤١٢	٠,٦٢٨	٠,١٣٤	٠,٠٢٦	٠,٠٣٢	٠,٠٧٢	٠,٢٧٨	٠,١٧٠	٠,٠٨٨-	٠,٠٣٩	٠,٩٠٤
١١٣	٠,١٧٥	٠,١٢٢	٠,٦٤٧	٠,١٦٠	٠,٢٧٢	٠,٤٨١	٠,٠٠٩-	٠,٠٨٠-	٠,٣٠٧	٠,٠٥٢-	٠,٠٠١	٠,٢٥٠	٠,٠٨٣	٠,٩٦٧
١١٤	٠,٢١٦	٠,٢٩١	٠,٥٠٩	٠,٢٢٤	٠,١٦٩	٠,٥٦٧	٠,٠٤٩	٠,١٣٧	٠,١٦٧	٠,٠١٢	٠,١٥٩	٠,١٢٥-	٠,٠٢٩-	٠,٨٨١
١١٥	٠,٥٨١	٠,٣١٤	٠,٣٤٤	٠,٣٥٨	٠,٠٨٧	٠,٢٣٢	٠,١٩٧	٠,٣٢٦	٠,٠٤٢	٠,٠٨٩	٠,٠٥٦-	٠,٠٧٦	٠,٠٦٦	٠,٩١٢
١١٦	٠,٠٧٥	٠,٨٠٧	٠,١٤٦	٠,٢٣٨	٠,١٧٨	٠,١٨٨	٠,٢٨٣	٠,١٢٥	٠,٠٤٨	٠,٠٣٩	٠,٠٢١	٠,١٥٢	٠,٠٥٢-	٠,٩٢٧
١١٨	٠,٤٣٨	٠,٤٧٥	٠,٠٨٠	٠,١١٥	٠,٤٥٣	٠,٢٨١	٠,١٤٧	٠,٢٤٣	٠,٠٣٦	٠,٣٦٧	٠,٠٤٤-	٠,٠٩٦	٠,٠٤٨	٠,٩٥١
١١٩	٠,٥١٩	٠,٢٠٧	٠,٤٣٤	٠,٠٦١	٠,٠٨٢	٠,٢٠٨	٠,٠٣٦-	٠,٠٨٨	٠,٢٣٩	٠,٤٠٢	٠,٠١٦	٠,١٤٤-	٠,٠٣٧	٠,٨٠٤
١٢٠	٠,٠٧٢	٠,٨٠٨	٠,٤٠٧	٠,٠٢٣	٠,١٣٥	٠,١٦٧	٠,٠٣٥	٠,٠٤٥-	٠,٠٧٩	٠,٠٤٢-	٠,٠٠٦	٠,١٣٢	٠,١٨٨	٠,٩٣٤
١٢١	٠,٠٠٩-	٠,٤٦٦	٠,٥١٩	٠,٠٥١-	٠,٥٠١	٠,١٨٣	٠,١٠٠	٠,٠٣٦-	٠,٠٧٣	٠,١٥٠-	٠,١٧٨	٠,١٧٤-	٠,٠٥١	٠,٨٧٧
١٢٢	٠,٠٣٦	٠,٥١٢	٠,٣٤٨	٠,٤٢٩	٠,١٧٠	٠,٣٨٨	٠,٢٥٦	٠,١٠٨	٠,٣٢١	٠,٠٦٥	٠,٠٦٨-	٠,١٤١	٠,٠١٢-	٠,٩٥٧
١٢٣	٠,١٠٩	٠,٥١١	٠,٥٣٦	٠,٢٠٨	٠,٣٩٨	٠,١٠٤	٠,٣٦٥	٠,١٧١	٠,٠١٢-	٠,١٩٠	٠,٠٢٤-	٠,١١٠	٠,٠٠١	٠,٩٨٤
١٢٥	٠,٤٠٤	٠,٠٥٩	٠,١٧٦	٠,٣٣٤	٠,٢٤٩	٠,٢١٢	٠,٠٤٦-	٠,٦٣٦	٠,٢٠٢	٠,٠٩٩	٠,١٣٠-	٠,٠١٨-	٠,٠٤٧-	٠,٨٩٢
١٢٦	٠,١٦٧	٠,٤٦٣	٠,٥٤٧	٠,٢٤١	٠,١٢٠	٠,١٨٣	٠,٢٥١	٠,٣٧٤	٠,١٢٩	٠,٠٦٩	٠,٢٢٥	٠,٠٣٠-	٠,٠٥٢	٠,٩٢٥
١٢٧	٠,٧١٣	٠,١٢٨	٠,٢١٨	٠,١٣١	٠,١٥٥	٠,٣٤٩	٠,٣٧٢	٠,٢٠١	٠,٠٠٤-	٠,٠٠٠	٠,١٥٧	٠,٠٨٥	٠,٠٦٩	٠,٩٥٠

جدول رقم (١٤) نتائج تشبعات عبارات مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) على العوامل بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر(Kaiser)

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

أرقام العبارات	العامل (١)	العامل (٢)	العامل (٣)	العامل (٤)	العامل (٥)	العامل (٦)	العامل (٧)	العامل (٨)	العامل (٩)	العامل (١٠)	العامل (١١)	العامل (١٢)	العامل (١٣)	قيم الشيوع
١٢٨	٠,٣٢٣	٠,٢٢٥	٠,١١٦	٠,٤٥٨	٠,٢٦٨	٠,٥٠١	٠,١٤٠	٠,٣٣٣	٠,٠٢١	٠,٠٣٥-	٠,٢٣١	٠,١٩٠-	٠,١٨٠	٠,٩٥٥
١٣١	٠,٤٢٣	٠,٥٣٠	٠,١٦٨	٠,٢٤٤	٠,٢٧٠	٠,٢٩٠	٠,٣٦١	٠,٢٢٧	٠,٠٨٣	٠,٠١٧	٠,٠٥٥	٠,٠٥٣	٠,٠٩٩-	٠,٩٠٩
١٣٢	٠,٤٦٦	٠,٢٩٩	٠,٤٧٦	٠,١٧٢-	٠,٣٣٩	٠,٣٢٨	٠,٣٥٢	٠,٠٨٢	٠,٠٥٤	٠,٠٦٠	٠,٠٢٦	٠,٠٦٧	٠,١٣٧	٠,٩٤٦
١٣٦	٠,٢٩٤	٠,٦٢٥	٠,٣٩٣	٠,٠٠٣-	٠,٠٦٤-	٠,٥٠٤	٠,٠١٨	٠,١٠٥	٠,١٦٢	٠,٠١٥	٠,٠٩٢-	٠,٠١٧-	٠,١٨٢	٠,٩٦٩
١٤٠	٠,٢٦٤	٠,٣٢٩	٠,٠١٩	٠,٥٣٩	٠,١١٢	٠,٣٣٨	٠,١١٥	٠,٤٤٩	٠,٢٨٧	٠,١٧٤	٠,٠٢٥	٠,٠١١	٠,٠٩٤	٠,٩٣٢
١٤١	٠,٥٣٩	٠,١٢٧	٠,١٦٩	٠,٠٩٠	٠,٢٣٠	٠,٢٨٦	٠,٣٧٧	٠,٤٧١	٠,١٥١	٠,٢٢٤	٠,٠٢٥-	٠,٠٧٠	٠,٢٦٢	٠,٩٨٩
١٤٤	٠,٢٠٣	٠,٤٦٤	٠,٠٦٧	٠,١٧٦	٠,٢٥٧	٠,٦٥١	٠,٢٧٤	٠,١٢٧	٠,١٣١	٠,١٠٢	٠,٠٦٧-	٠,١٤٥	٠,١٩٨	٠,٩٦٥
١٥٦	٠,٢٧٩	٠,٥١٢	٠,٠٢٤-	٠,٥٠٠	٠,٢٦٦	٠,٢٩٢	٠,٢٧٠	٠,٢٩٥	٠,٠٦٦	٠,٠٦٤	٠,٠٣١-	٠,٠٤٠-	٠,٠٣٠-	٠,٩١٨
١٥٩	٠,٤٩٦	٠,٢٨١	٠,٠٦٦	٠,١٩٧	٠,٠٥٨	٠,٦٣٢	٠,١٤٥	٠,٠٣٨	٠,١٥٢	٠,١١٨-	٠,١٠٥	٠,١٠٥	٠,٠٦٣-	٠,٨٥٦
١٦٠	٠,٢٩٨	٠,٥٧٠	٠,٥٢٥	٠,٢٠٨	٠,٣٥٧	٠,٢٠٦	٠,٠٨٩	٠,٠٨٨	٠,٠٤٣	٠,٠٥٤	٠,١٦٨-	٠,٠٨٩	٠,٠٤١	٠,٩٦٠
١٧٠	٠,٢٩٤	٠,٢٥٤	٠,٠٣٥	٠,٥٧٨	٠,٣٦١	٠,٢١٢	٠,١٠٤	٠,٠١٣-	٠,٢٠٠	٠,١٤٦-	٠,٠٩١-	٠,٠٣٥	٠,٤٤٧	٠,٩٤٣
١٧٨	٠,٠٠٩	٠,١٦٧	٠,٥٩٢	٠,٤١٧	٠,٤٥١	٠,٢٣٥	٠,١١٢	٠,١٧٢	٠,١٩٠	٠,٠٣٠-	٠,١٨٤-	٠,٠٧٩-	٠,١٩٠	٠,٩٦٦
١٨٤	٠,٠٦٤	٠,٤١٠	٠,٣٣٨	٠,١٥٦	٠,٧٨٢	٠,٠٥١	٠,١٨٧	٠,٠٨٤	٠,٠٨١	٠,٠٢٠-	٠,٠٧١-	٠,٠٧٩	٠,٠٠٢	٠,٩٨٥
١٩٦	٠,٠٢٥	٠,١٢٤	٠,١٩٥	٠,١٦٠	٠,٠٥٥	٠,٠٣٦	٠,٠٦١	٠,٠٥٦-	٠,١٢٠	٠,٠٢٠-	٠,٩٠٧	٠,٠٣٩	٠,٠٠٠	٠,٩٢٩
٢١١	٠,٩٢٠	٠,٠٧٤	٠,٠٤١	٠,٢٠٤	٠,٠٩٨	٠,٠٦٩	٠,٠٧٩	٠,٠٠٧-	٠,٠٣٧	٠,١٢٨-	٠,٠٥٨	٠,٠٦٢-	٠,١٠٥	٠,٩٦١
٢١٦	٠,٦٠٦	٠,٠٩٠	٠,٦١٢	٠,٤٣٣	٠,٠١٨	٠,١٠٦	٠,١١٤-	٠,٠٦١-	٠,٠٢١-	٠,٠١٠	٠,٠٤٦	٠,٠٢٤-	٠,٠٣٢	٠,٩٦٩
٢١٨	٠,٣٢٦	٠,٢٦١	٠,٢٥٢	٠,٨٠٦	٠,٢١٧	٠,٠٥١	٠,١١٢	٠,٠٤٥	٠,٠٨٧	٠,٠٢٠-	٠,٠٧٩	٠,٠١٢-	٠,٠٢٧-	٠,٩٦٦
٢٢٧	٠,٨١٦	٠,٢٨٧	٠,٢٤٩	٠,٠٨٤	٠,٢٣٩	٠,١٧٤	٠,١٨٠	٠,٠٥٠	٠,١٢٧	٠,٠١٢	٠,٠١٨-	٠,١٢٦	٠,٠٧٢-	٠,٩٧٧
٢٣٨	٠,٥٢٨	٠,٠٩٠-	٠,٧٣٤	٠,١٠٤	٠,٠٣٩	٠,١٧٠	٠,٠٤٧	٠,٠٩٣	٠,٠٩٣-	٠,٠٤٠	٠,١٠٣	٠,١٨٨-	٠,٠٢٧-	٠,٩٣٤
٢٤٤	٠,٤١٣	٠,٣٤٠	٠,٢٠٧	٠,٤١١	٠,٢٩١	٠,٢١٤	٠,٤١٨	٠,٠٧٦	٠,١٧٢	٠,١٩٠	٠,٠٥١	٠,٢٢٠	٠,١٤٩	٠,٩٤٧

ويتضح من الجدولين رقما (١٢) و الخاص بعرض البيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، وجدول رقم (١٤) ، الخاص بنتائج تشبعات العبارات على العوامل المقبولة للتفسير بعد التدوير المتعامد (بطريقة) (varimax) لكايزر (Kaiser) حيث بلغ عدد العوامل (١٣) عامل يتشبع عليها (٩٤) عبارة ، و بلغ عدد العوامل المقبولة للتفسير أربع عوامل (العامل الأول) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١٨,٥٠٨٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الأول) يفسر (١٨,٥٠٨٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها النهائية المستقرة على العامل الأول (١٣) عبارة مظللة دالة إحصائياً وتم إستبعاد عباراتان رقما (٤٧) ، (٢١٦) لتشبعهما على أكثر من عامل و (العامل الثانى) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١٦,٣٦٨٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الثانى) يفسر (٣٤,٨٧٥٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الثانى (١٠) عبارات مظللة دالة إحصائياً و(العامل الثالث) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١٣,٦٢٩٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الثالث) يفسر (٤٨,٥٠٥٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الثالث (٧) عبارات مظللة دالة إحصائياً و (العامل الرابع) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١١,٧٢٣٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الرابع) يفسر (٦٠,٢٢٨٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الرابع (٥) عبارات مظللة دالة إحصائياً و فقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها (تساوى ± ٠,٦٠) ، وبذلك حققت العوامل الأربع أكثر من ثلاث تشبعات وفقاً لمحك جيلفورد لقبول هذه العوامل وتم إستبعاد باقى العوامل بدءاً من العامل الخامس وحتى العامل الثالث عشر وذلك لأن نسبة التباين العاملى أقل من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية على النحو الموضح من الجدول رقم (١٢) وتشير قيم الشيوع (الإشتراكيات) للعبارات فى المصفوفة العاملية بإعتبارها معامل ثبات للعبارة حيث أن قيم الشيوع قبل التدوير تساوى قيم الشيوع بعد التدوير المتعامد ، حتى وإن كانت هناك فروق راجعة للتقريب على النحو الموضح من الجدولين رقم (١٣) ، (١٤).

وبناءاً على ما تقدم ، فقد تم التوصل إلى قائمة عبارات المقياس رباعية العوامل تمثل البعد العام (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) بعد أن إستقرت فى صورتها النهائية على (٣٥)

عبارة بعد حذف وإستبعاد (٥٩) عبارة من أصل عدد (٩٤) عبارة فى ضوء نتائج التحليل العاملى لعبارات المقياس ، حيث قام الباحث بإدراج العامل الأول ضمن (الوعى والإدراك) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل وإدراج العامل الثانى ضمن (السيطرة والتحكم) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل ، وإدراج العامل الثالث ضمن (الثقة والتفاؤل) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل ، وإدراج العامل الرابع ضمن (الطاقة العالية) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل ، حيث تبنى الباحث وجهة نظر (لوهر Loehr) (١٩٨٤م) فى تحديد التعريف العلمى للعوامل المستخلصة لملائمتها لإتجاه العبارات.(١٧٩:٥) ، على النحو المبين من جدول رقم (١٥) والخاص بقيم تشبعات العبارات على العامل الأول (الوعى والإدراك) وجدول رقم (١٦) والخاص بقيم تشبعات العبارات على العامل الثانى(السيطرة والتحكم) وجدول رقم (١٧) والخاص بقيم تشبعات العبارات على العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) وجدول رقم (١٨) والخاص بقيم تشبعات العبارات على العامل الرابع (الطاقة العالية):

جدول رقم (١٥) ، قيم تشبعات العبارات على العامل الأول (الوعى والإدراك)
لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) **(ن=٣٠)**

الترتيب	العبارات	قيم التشبع
٢٢	أرتب المهام المطلوب تنفيذها حسب أهميتها.	٠,٦٣٨
٣٠	أستطيع توقع النتائج المترتبة على المشكلة التى تواجهنى.	٠,٦١١
٣١	أمنع التداخل بين المعلومات مما يزيد من قدرتى على التذكر.	٠,٧٣٨
٤٣	البيئة التحت مائية تساعدنى على الإسترخاء.	٠,٩٠٧
٤٤	عندما تواجهنى مشكلة فإننى أستخدم أفكارى الخاصة لحلها.	٠,٨٤٣
٤٥	نقد الآخرين لى يجعلنى أكثر تصميماً على التفوق.	٠,٩٢٠
٥١	عند حدوث موقف تحت الماء فإننى أدقق فى تفاصيله.	٠,٦١٠
٥٢	أدرك أن سلوك المخاطرة تحت الماء يتأسس على المبادئ العلمية والخبرة.	٠,٧٤٩
٥٣	أميل إلى معرفة التفاصيل وخطوات تنفيذ المهام التى أكلف بها تحت الماء.	٠,٨١٦
٨٦	سهولة إدراك إنفعالات الزملاء من خلال تعبيرات الوجه وحركة الأطراف.	٠,٦٨٠
١٢٧	أدرك أهمية الوقت فى إتخاذ القرار.	٠,٧١٣
٢١١	أستطيع التركيز على عدد من الإتجاهات في وقت واحد أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٩٢٥
٢٢٧	أستطيع إستعادة ربط أفكارى عند تشتت إنتباهى أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٨١٦

ويتضح من الجدول رقم (١٥) ، الممثل عن المصفوفة العاملية لقيم تشبعات العبارات على العامل الأول (الوعى والإدراك) المقبول للتفسير بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) أن حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الأول بلغ (١٣) عبارة فى إتجاه البعد والتى إنحصرت مابين أكبر قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٢١١) بقيمة تشبع بلغت (٠,٩٢٥) وأقل قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٥١) بقيمة تشبع بلغت (٠,٦١٠) وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠).

جدول رقم (١٦) ، قيم تشبعات العبارات على العامل الثانى (السيطرة والتحكم) لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) **(ن=٣٠)**

الترتيب	العبارات	قيم التشبع
١٠	يكون تفكيرى فيما تعلمته من قبل منظم ومنسق.	٠,٦٠١
٧١	أشعر بأن تنفسى أثناء الغوص منتظم.	٠,٦٤٤
٧٢	صعوبة إستثارتى وإستفزازى من قبل المحيطين بى.	٠,٨١٠
٧٣	تنوع التدريب تحت الماء يزيد من تنظيم طاقتى.	٠,٧٠٥
٧٤	أستطيع تنظيم طاقتى على الرغم من الضغط تحت الماء.	٠,٨٤٣
٨٠	أشعر بتوازن جسمي بصورة طبيعية.	٠,٧٦٧
٨٥	يزداد لدى القدره على حفظ وإسترجاع المعلومات صورة طبيعية.	٠,٦٦٠
١١٦	لدى ثقة فى نفسى دائمة على إتخاذ القرارات الصائبة.	٠,٨٠٧
١٢٠	أستطيع تحليل السلبيات والإيجابيات المرتبطة بقرارى.	٠,٨٠٨
١٣٦	أدرس المخاطرة قبل ما أتخذ القرار تحت الماء.	٠,٦٢٥

ويتضح من الجدول رقم (١٦) ، الممثل عن المصفوفة العاملية لقيم تشبعات العبارات على العامل الثانى (السيطرة والتحكم) المقبول للتفسير بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) أن حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الثانى بلغ (١٠) عبارات فى إتجاه البعد والتى إنحصرت مابين أكبر قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٧٤) بقيمة تشبع بلغت (٠,٨٤٣) وأقل قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (١٠) بقيمة تشبع بلغت (٠,٦٠١) وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠).

جدول رقم (١٧) ، قيم تشبعات العبارات على العامل الثالث (الثقة والتفاؤل)

لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

الترتيب	العبارات	قيم التشبع
٢٠	لدى قدر من الإتزان الإنفعالى عن التعرض لمواقف خطرة تحت الماء.	٠,٧٣٠
٣٤	لدى القدرة على التصرف بهدوء عند مواجهة المواقف الصعبة تحت الماء.	٠,٧٣٤
٣٨	أمتلك القدرة على تحمل أخطائى فى الأداء تحت الماء ومواجهتها.	٠,٧٦٩
٤٢	أمتلك إستراتيجية للتفكير عند المخاطرة بنفسى تحت الماء.	٠,٧٠٦
٧٧	لدى قدرة هائلة على التكيف مع متطلبات البيئة التحت مائية المتغيرة.	٠,٦٠٧
١١٣	أستطيع عزل أفكارى السلبية مما يزيد من تعبئة طاقتى النفسية الإيجابية.	٠,٦٤٧
٢٣٨	يصعب على الإستسلام بسهوله عند خطورة الموقف تحت الماء.	٠,٧٣٤

ويتضح من الجدول رقم (١٧) ، الممثل عن المصفوفة العاملية لقيم تشبعات العبارات على العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) المقبول للتفسير بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) أن حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الثالث بلغ (٧) عبارات فى إتجاه البعد والتى إنحصرت مابين أكبر قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (١٠٧) بقيمة تشبع بلغت (٠,٧٦٩) وأقل قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (١٢٣) بقيمة تشبع بلغت (٠,٦٠٧) وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠).

جدول رقم (١٨) ، قيم تشبعات العبارات على العامل الرابع (الطاقة العالية) لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

م	العبارات	قيم التشبع
٣٦	لدى قدر من الإسترخاء يزيد من قدرتى على مواجهة التوتر الذى أشعر به.	٠,٦٠٨
٤٦	ينتابنى الإحساس باليقظه أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٧٢٤
٥٠	اشعر بالحماس والإثارة لتجاوز الأعماق الكبيرة.	٠,٨٠١
٨٣	لدى قدر كبير من الدافعية يساعدنى كثيراً على تركيز إنتباهى بدقة أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٦٨٥
٢١٨	أشعر بقوة التواصل الفكرى بين المدرب وأعضاء فريق الغوص أثناء التدريب.	٠,٨٠٦

ويتضح من الجدول رقم (١٨) ، الممثل عن المصفوفة العاملية لقيم تشبعات العبارات على العامل الرابع (الطاقة العالية) المقبول للتفسير بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) أن حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الرابع بلغ (٥) عبارات فى إتجاه البعد والتى إنحصرت مابين أكبر قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٢١٨) بقيمة تشبع بلغت (٠,٨٠٦٦) وأقل قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٣٦) بقيمة تشبع بلغت (٠,٦٠٨) وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠).

١٣/٦- الدراسة الأساسية :

قام الباحث بإجراء الدراسة الأساسية في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/١٢/٢٠م وحتى يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/١٢/٢٢م على عينة قوامها (٣٢) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أوما يعادلها

(غواص نجمة أولي One Star Diver) على الأقل على النحو المبين من (جدول رقم ٦) وجدول رقم ٧) بهدف تطبيق مقياس تنظيم الطاقة النفسية للغواصين (رباعى الأبعاد) فى صورته المستقرة النهائية بعد تقنين العبارات والتعرف على مدى مناسبته لطبيعة غواصى عينة الدراسة الأساسية.

٦/١٣/١- التقدير الكيفى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

٦/١/١٣/١- الوصف : تتكون القائمة من (٣٥) عبارة رباعية الأبعاد وكلها عبارات فى إتجاه البعد (مرفق٣) بهدف قياس مدى كفاءة تنظيم الطاقة العقلية للغواصين.

٦/١/١/١٣- البعد الأول (الوعى والإدراك) : يقصد به " الوعى والإدراك بآدائهم وأداء الآخرين والتوافق مع مثيرات البيئة المختلفة". (٥: ١٧٩)

٦/١/١/١٣-٢ البعد الثانى (السيطرة والتحكم) : يقصد بها " أن يعمل كل من الجسم والعقل بشكل آلى ، كل شئ يؤدى على نحو صحيح ولايوجد شئ يخرج عن السيطرة" . (٥: ١٧٩) ، أو " تعنى قدرة اللاعب الرياضى على التحكم فى إنفعالاته وتوجيه سلوكه نحو المواقف التى تتميز بالإستثارة الإنفعالية القوية وخاصة فى مواقف المنافسة الرياضية". (٥٠٠:٩)

٦/١/١/١٣-٣ البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) : يقصد بها "القوة والسيطرة والقدرة على مواجهة مواقف التحدى الصعبة" .(٥: ١٧٩)

٦/١/١/١٣-٤ البعد الرابع (الطاقة العالية) : يقصد بها " أن يكون مصدرها إيجابى كالإستمتاع ، النشوة التصميم ، الطموح" .(٥: ١٧٩)

٦/١/١٣/٢- التصحيح : يتضمن مقياس (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) من البعد الأول (الوعى والإدراك) حيث يتضمن (١٣) عبارة فى إتجاه البعد أرقام (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٦ ، ٧ ، ١٥ ، ١٦ ، ٢١ ، ٢٥ ، ٢٩ ٣١ ، ٣٢) و البعد الثانى (السيطرة والتحكم) ويتضمن (١٠) عبارات فى إتجاه البعد أرقام (٥ ، ٨ ، ٩ ، ١٠ ١٤ ، ٢٣ ، ٢٧ ، ٢٨ ، ٣٠ ،٣٥) والبعد الثالث (الثقة والتفاؤل) ويتضمن (٧) عبارات فى إتجاه البعد أرقام (١٣ ، ١٧ ، ١٨ ، ١٩ ، ٢٢ ، ٢٦ ، ٣٤) والبعد الرابع (الطاقة العالية) ويتضمن (٥) عبارات فى إتجاه البعد أرقام (١١ ، ١٢ ، ٢٠ ، ٢٤ ، ٣٣).

يجيب الغواص على كل عباره طبقاً لإتجاهه وشعوره نحوها على ميزان تقدير خماسى التدريج فى إتجاه البعد (بدرجة كبيرة جداً = ٥ درجات ، بدرجة كبيرة = ٤ درجات ، بدرجة متوسطة = ٣درجات ، بدرجة قليلة = درجتان ، بدرجة قليلة جداً = درجة واحدة) ، وميزان تقدير

خماسى التدريج عكس إتجاه البعد (بدرجة كبيرة جداً = ١ درجة بدرجة كبيرة = درجتان ، بدرجة متوسطة = ٣درجات ، بدرجة قليلة = ٤درجات ، بدرجة قليلة جداً = ٥درجات).

٣/١/١٣/٦- التقدير الكمى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين : يراعى عند تطبيق القائمة أن يكون عنوانها (قائمة تقير الذات) ويتم تطبيق المقياس على الغواصين فقط وتكون أعلى نسبة يمكن أن يحصل عليها المفحوص (١٧٥) درجة كتقدير كمى مرتفع وأقل نسبة يمكن أن يحصل عليها المفحوص (١١٣) درجة كتقدير كمى منخفض وذلك فى ضوء تقييم أبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية والدرجة الكلية ، كتقدير كمى مساهم لمعايير تقييم الصورة النهائية للمقياس وذلك بتقدير المئينيات والدرجة المقابلة لها وذلك فى ضوء التوزيع التكرارى للدرجات الخام والنسبة المئوية التراكمية المقابلة لها على النحو المبين من الجدول رقم (١٩) التالى :

جدول رقم (١٩) ، المئينيات والدرجة المقابلة لأبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(ن=٣٢)

المئينيات	الدرجات الخام للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس				الدرجة الكلية للمقياس
	الوعى والإدراك	السيطرة والتحكم	الثقة والتفاؤل	الطاقة العالية	
١٠	٤٠	٣٦	٢٣	١٤	١١٣
٢٠	٤٥	٣٨	٢٥	١٦	١٢٤
٣٠	٤٨	٣٩	٢٧	١٧	١٣١
٤٠	٥٠	٤٠	٢٨	١٩	١٣٧
٥٠	٥٢	٤١	٢٩	٢٠	١٤٢
٦٠	٥٣	٤٢	٣٠	٢١	١٤٦
٧٠	٥٤	٤٤	٣٢	٢٢	١٥٢
٨٠	٥٧	٤٦	٣٣	٢٣	١٥٩
٩٠	٦٢	٤٨	٣٤	٢٤	١٦٨
١٠٠	٦٥	٥٠	٣٥	٢٥	١٧٥

ويتضح من الجدول رقم (١٩) ، الخاص بالمئينيات والدرجة المقابلة لأبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية والدرجة الكلية ، والتى يمكن إستخدامها بتحويل الدرجات الخام للمقياس إلى مئينيات والتى إنحصرت ما بين تقدير كمى مرتفع ١٧٥ درجة وتقدير كمى منخفض ١١٣ درجة.

وجدول رقم (٢٠) والخاص بترتيب عبارت مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وفقاً للأهمية النسبية فى ضوء قيم تشبعات التحليل العاملى المتعامد:

جدول رقم (٢٠) ، الأهمية النسبية لعبارات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(قيمة الدلالة الإحصائية للتشبع = ± ٠,٦٠) (ن=٣٠)

الترتيب	م	العبارات	قيم التشبع
٢١١	١	أستطيع التركيز على عدد من الإتجاهات في وقت واحد أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٩٢٥
٤٥	٢	نقد الآخرين لى يجعلنى أكثر تصميماً على التفوق.	٠,٩٢٠
٤٣	٣	البيئة التحت مائية تساعدنى على الإسترخاء.	٠,٩٠٧
٤٤	٤	عندما تواجهنى مشكلة فإننى أستخدم أفكارى الخاصة لحلها.	٠,٨٤٣
٧٤	٥	أستطيع تنظيم طاقتى على الرغم من الضغط تحت الماء.	٠,٨٤٣
٥٣	٦	أميل إلى معرفة التفاصيل وخطوات تنفيذ المهام التى أكلف بها تحت الماء.	٠,٨١٦
٢٢٧	٧	أستطيع إستعادة ربط أفكارى عند تشتت إنتباهى أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٨١٦
٧٢	٨	صعوبة إستثارتى وإستفزازى من قبل المحيطين بى.	٠,٨١٠
١١٦	٩	لدى ثقة فى نفسى دائمة على إتخاذ القرارات الصائبة.	٠,٨٠٧
١٢٠	١٠	أستطيع تحليل السلبيات والإيجابيات المرتبطة بقرارى.	٠,٨٠٨
٢١٨	١١	أشعر بقوة التواصل الفكرى بين المدرب وأعضاء فريق الغوص أثناء التدريب.	٠,٨٠٦
٥٠	١٢	اشعر بالحماس والإثارة لتجاوز الأعماق الكبيرة.	٠,٨٠١
٣٨	١٣	أمتلك القدرة على تحمل أخطائى فى الأداء تحت الماء ومواجهتها.	٠,٧٦٩
٨٠	١٤	أشعر بتوازن جسمي بصورة طبيعية.	٠,٧٦٧
٥٢	١٥	أدرك أن سلوك المخاطرة تحت الماء يتأسس على المبادئ العلمية والخبرة.	٠,٧٤٩
٣١	١٦	أمنع التداخل بين المعلومات مما يزيد من قدرتى على التذكر.	٠,٧٣٨
٣٤	١٧	لدى القدرة على التصرف بهدوء عند مواجهة المواقف الصعبة تحت الماء.	٠,٧٣٤
٢٣٨	١٨	يصعب على الإستسلام بسهوله عند خطورة الموقف تحت الماء.	٠,٧٣٤
٢٠	١٩	لدى قدر من الإتزان الإنفعالى عن التعرض لمواقف خطرة تحت الماء.	٠,٧٣٠
٤٦	٢٠	ينتابنى الإحساس باليقظه أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٧٢٤
١٢٧	٢١	أدرك أهمية الوقت فى إتخاذ القرار.	٠,٧١٣
٤٢	٢٢	أمتلك إستراتيجية للتفكير عند المخاطرة بنفسى تحت الماء.	٠,٧٠٦
٧٣	٢٣	تنوع التدريب تحت الماء يزيد من تنظيم طاقتى.	٠,٧٠٥
٨٣	٢٤	لدى قدر كبير من الدافعية يساعدنى كثيراً على تركيز إنتباهى بدقة أثناء الأداء تحت الماء.	٠,٦٨٥
٨٦	٢٥	سهولة إدراك إنفعالات الزملاء من خلال تعبيرات الوجه وحركة الأطراف.	٠,٦٨٠
١١٣	٢٦	أستطيع عزل أفكارى السلبية مما يزيد من تعبئة طاقتى النفسية الإيجابية.	٠,٦٤٧
٧١	٢٧	أشعر بأن تنفسى أثناء الغوص منتظم.	٠,٦٤٤
٨٥	٢٨	يزداد لدى القدره على حفظ وإسترجاع المعلومات صورة طبيعية.	٠,٦٦٠
٢٢	٢٩	أرتب المهام المطلوب تنفيذها حسب أهميتها.	٠,٦٣٨

١٣٦	٣٠	أدرس المخاطرة قبل ما أتخذ القرار تحت الماء.	٠,٦٢٥
٣٠	٣١	أستطيع توقع النتائج المترتبة على المشكلة التى تواجهنى.	٠,٦١١
٥١	٣٢	عند حدوث موقف تحت الماء فإننى أدقق فى تفاصيله.	٠,٦١٠
٣٦	٣٣	لدى قدر من الإسترخاء يزيد من قدرتى على مواجهة التوتر الذى أشعر به.	٠,٦٠٨
٧٧	٣٤	لدى قدرة هائلة على التكيف مع متطلبات البيئة التحت مائية المتغيرة.	٠,٦٠٧
١٠	٣٥	يكون تفكيرى فيما تعلمته من قبل منظم ومنسق.	٠,٦٠١

ويتضح من الجدول رقم (٢٠) ، الخاص بترتيب عبارت مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وفقاً للأهمية النسبية فى ضوء قيم تشبعات التحليل العاملى المتعامد والتى إنحصرت مابين أكبر قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٢١١) فى الترتيب بقيمة تشبع بلغت (٠,٩٢٥) وأقل قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (١٠) فى الترتيب بقيمة تشبع بلغت (٠,٦٠١) وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠).

٦/١٣/٢- تطبيق مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

قام الباحث بتطبيق مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين في الفترة من يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٢/١٢/٢٠م وحتى يوم الخميس الموافق ٢٠٢٢/١٢/٢٢م على عينة قوامها (٣٢) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد والحاصلين على درجة (غواص المياه المفتوحة Open Water Diver) أو ما يعادلها (غواص نجمة أولي One Star Diver) ، بهدف التوصل إلى الصورة المستقرة النهائية للمعاملات الإحصائية من صدق التكوين الفرضى (المفهوم) وصدق التمايز والثبات بإستخدام طريقة التجزئة النصفية لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين (رباعى الأبعاد) فى صورته النهائية بعد تقنين العبارات والتعرف على مدى مناسبته لطبيعة غواصى عينة الدراسة الأساسية.

٦/١٤- الأسلوب الإحصائى المستخدم فى البحث :

وقد إستعان الباحث فى معالجة بيانات هذا البحث بالبرنامج الإحصائى (SPSS) لإستخراج المعاملات التالية:

٦/١٤/١- المتوسط الحسابى
٦/١٤/٢- الإنحراف المعيارى
٦/١٤/٣- معامل الإرتباط بيرسون
٦/١٤/٨- الوسيط.
٦/١٤/٩- معامل الإلتواء.
٦/١٤/١٠- إختبار (ت)

٦/١٤/٤- الإرباعى الأدنى و الإرباعى الأعلى.
٦/١٤/٥- معامل جتمان.
٦/١٤/٦- معامل التعيين
٦/١٤/٧- تحليل التباين (ANOVA).
٦/١٤/١١- التحليل العاملى.
٦/١٤/١٢- معامل ألفاكرونباخ.
٦/١٤/١٣- معامل الإنحدار الإحصائى.

٧- عرض نتائج البحث :

أن الباحث بصدد عرض نتائج ما توصل إليه من نتائج الدراسة الأساسية فى ضوء أهداف البحث وتساؤلات الباحث :

٧/١- حساب معامل صدق التكوين الفرضى أو المفهوم لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين:

تم التحقق من صدق التكوين الفرضى أو المفهوم لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين فى صورته المستقرة النهائية على عينة قوامها (٣٢) من الطلاب (تخصص رياضة الغوص) والممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد ، بإستخدام إختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين الأرباعى الأعلى والإرباعى الأدنى لدرجات غواصى عينة الدراسة الأساسية على مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده على النحو المبين من جدول رقم (٢١) و الخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء وقيمة (ت) ودلالتها بين كل من الإرباعى الأدنى و الإرباعى الأعلى لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل:

جدول رقم (٢١) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء وقيمة (ت) ودلالتها بين كل من الإرباعى الأدنى و الإرباعى الأعلى لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل

(ن=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	الإرباعى الأدنى لقيم المقياس			الإرباعى الأعلى لقيم المقياس			قيمة (ت) المحسوبة
		المتوسط (س١)	الإنحراف المعيارى (ع١)	الإلتواء (±١)	المتوسط (س٢)	الإنحراف المعيارى (ع٢)	الإلتواء (±٢)	
١	العامل الأول (الوعى والإدراك)	٤٣,١٢٥	٤,٧٦٤	١,٤٩٢-	٥٨,٨٧٥	٣,٥٦٣	٠,٦٤٩-	٧,٠٠٤
٢	العامل الثانى (السيطرة والتحكم)	٣٦,٢٥٠	٣,٢٤٠	٠,٠٨٦	٤٧,٢٥٠	٢,٠٥٢	٠,٤٣٨-	٧,٥٨٧
٣	العامل الثالث (الثقة والتفاؤل)	٢٣,٦٢٥	٢,١٩٩	٠,٦٩٠-	٣٣,٨٧٥	٠,٦٤٠	٠,٧٤١	١١,٨٣٥

٤	العامل الرابع (الطاقة العالية)	١٦,٠٠٠	٢,٢٠٣	٠,٤٧٧	٢٤,١٢٥	٠,٦٤٠	٠,٧٤١	٩,٣٦٦
	المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	١٢١,٥٠٠	١٢,٢٧٠	١,٢١٦-	١٦١,٦٢٥	٧,٣٢٧	١,٣٢٥	٧,٤٠٣

ويتضح من الجدول رقم (٢١) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين الإرباعى الأدنى و الإرباعى الأعلى لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وأبعادة بعد تطبيقة على غواصى عينة الدراسة الأساسية ، حيث إنحصرت قيمة (ت) المحسوبة بين أكبر قيمة والمتمثلة فى العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (١١،٨٣٥) وأقل قيمة المتمثلة فى العامل الأول (الوعى والإدراك) بقيمة بلغت (٧،٠٠٤) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للمجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) (٧،٤٠٣) علماً بأن قيمة (ت) الحرجة (الجدولية) عند مستوى دلالة الطرفين ٠،٠٥ تساوى (٢،١٢) ومستوى دلالة الطرفين ٠،٠١ تساوى (٢،٩٢) عند درجة حرية (١٦) درجة.

٢/٧- حساب معامل صدق التمايز لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

تم التحقق من صدق التمايز لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين فى صورته المستقرة النهائية على عينة قوامها (٣٢) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد وعينة أخرى غير ممارسة لرياضة الغوص من طلاب الكلية حيث بلغ قوامها (٣٢) طالب بإستخدام إختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين درجات مجموعة ممارسة و مجموعة غير ممارسة لرياضة الغوص على مقياس مهارات الإتصال والعوامل ، على النحو المبين من جدول رقم (٢٢) و الخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري و الإلتواء وقيمة (ت) ودلالتها بين كلاً من المجموعة الممارسة والمجموعة غير ممارسة لرياضة الغوص لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل :

جدول رقم (٢٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والإلتواء وقيمة (ت) ودلالتها بين المجموعة الممارسة (غواصى عينة الدراسة الأساسية) ومجموعة غير ممارسة لرياضة الغوص لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل

(ن١= ن٢=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	مجموعة ممارسة لرياضة الغوص			مجموعة غير ممارسة لرياضة الغوص			قيمة (ت) المحسوبة
		المتوسط (س١)	الإنحراف المعيارى (ع١)	الإلتواء (±١)	المتوسط (س٢)	الإنحراف المعيارى (ع٢)	الإلتواء (±٢)	
١	العامل الأول (الوعى والإدراك)	٥١,٣٤٣	٦,٤٤٨	٠,٧٨٠	٣٤,٣٤٣	٧,٨٦٤	٠,٢٦٥-	٩,٣٠٦
٢	العامل الثانى (السيطرة والتحكم)	٤١,١٨٧	٤,٥١١	٠,٧٣٢	٣٦,١٢٥	٧,٨٧٢	١,١٤٨	٣,١٠٦
٣	العامل الثالث (الثقة والتفاؤل)	٢٨,٩٦٨	٣,٩٦٣	٠,٣٦٤-	٢٥,٣٤٣	٥,٧٣٣	٠,٣٦٠	٢,٨٩٧
٤	العامل الرابع (الطاقة العالية)	٢٠,٤٠٦	٣,٢٠١	٠,٣٣٢	١٧,٥٩٣	٤,٢٤١	٠,٧٤٧-	٢,٩٤٦
	المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	١٤١,٩٠٦	١٦,١٢١	٠,٧٣٣	١٣١,٣١٢	١٨,٤٢٤	٠,٠٩٤	٢,٤٠٩

ويتضح من الجدول رقم (٢٢) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة لرياضة الغوص لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين والعوامل ، حيث إنحصرت قيمة (ت) المحسوبة بين أكبر قيمة و المتمثلة فى العامل الأول (الوعى والإدراك) بقيمة مرتفعة بلغت (٩,٣٠٦) وأقل قيمة المتمثلة فى العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (٢,٨٩٧) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للمجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) (٢,٤٠٩) ، علماً بأن قيمة (ت) الحرجة (الجدولية) عند مستوى دلالة الطرفين ٠,٠٥ تساوى (١,٩٩) ومستوى دلالة الطرفين ٠,٠١ تساوى (٢,٦٥) عند درجة حرية (٧٠) درجة .

٣/٧- حساب معامل الثبات بإستخدام معامل ألفاكرونباخ لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

تم التحقق من معامل ثبات مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين فى صورته المستقرة النهائية على عينة قوامها (٣٢) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد بإستخدام معامل ألفاكرونباخ لحساب ثبات المقياس ، على النحو المبين من جدول رقم (٢٣) الخاص بالتباين والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل ألفاكرونباخ ودلالته لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل :

جدول رقم (٢٣) التباين والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل ألفاكرونباخ ودلالته لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل

(ن=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	التباين	المتوسط	الإنحراف المعيارى	معامل ألفاكرونباخ
١	العامل الأول (الوعى والإدراك) × العامل الثانى (السيطرة والتحكم)	١١١,٤١٨	٩٢,٥٣١	١٠,٥٥٥	٠,٨٨٨
٢	العامل الأول (الوعى والإدراك) × العامل الثالث (الثقة والتفاؤل)	٩٦,٠٢٨	٨٠,٣١٢	٩,٧٩٩	٠,٨٠٧
٣	العامل الأول (الوعى والإدراك) × العامل الرابع (الطاقة العالية)	٨١,٥٤٨	٧١,٧٥٠	٩,٠٣٠	٠,٧٢٩
٤	العامل الثانى (السيطرة والتحكم) × العامل الثالث (الثقة والتفاؤل)	٥٦,٨٤٦	٧٠,١٥٦	٧,٥٣٩	٠,٧٣١
٥	العامل الثانى (السيطرة والتحكم) × العامل الرابع (الطاقة العالية)	٤٥,٢١٧	٦١,٥٩٣	٦,٧٢٤	٠,٦٤٧
٦	العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) × العامل الرابع (الطاقة العالية)	٤٤,٦٢٩	٤٩,٣٧٥	٦,٦٨٠	٠,٨٣٧
٧	العامل الأول (الوعى والإدراك) × المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	٥٠٢,٥٨١	١٩٣,٢٥٠	٢٢,٤١٨	٠,٨٠٠
٨	العامل الثانى (السيطرة والتحكم) × المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	٤٠٥,٨٣٠	١٨٣,٠٩٣	٢٠,١٤٥	٠,٦١٩
٩	العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) × المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	٣٨٥,٢١٠	١٧٠,٨٧٥	١٩,٦٢٦	٠,٥٦٩
١٠	العامل الرابع (الطاقة العالية) × المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	٣٥٣,٦٤١	١٦٢,٣١٢	١٨,٨٠٥	٠,٤٧٢
١١	العامل الأول (الوعى والإدراك) × العامل الثانى (السيطرة والتحكم) × العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) × العامل الرابع (الطاقة العالية) × المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)	١٠٣٩,٥٧	٢٨٣,٨١٢	٣٢,٢٤٢	٠,٨٣٢

ويتضح من الجدول رقم (٢٣) ، قيم معامل ألفاكرونباخ مرتفعة و دالة إحصائياً بين الصور المختلفة لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل ، حيث إنحصرت قيمة معامل (ألفا) المحسوبة بين أكبر قيمة متمثلة فى " العامل الأول (الوعى والإدراك) و العامل الثانى (السيطرة والتحكم) " بقيمة بلغت (٠,٨٨٨) وأقل قيمة متمثلة فى " العامل الرابع (الطاقة العالية) × المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) " بقيمة بلغت (٠,٤٧٢).

٤/٧- حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

تم التحقق من معامل ثبات مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين فى صورته المستقرة النهائية على عينة قوامها (٣٢) من الطلاب الممارسين لرياضة الغوص بالفرق الدراسية الأربعة بكلية التربية الرياضية ببورسعيد بإستخدام معامل جتمان بطريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده على النحو المبين من جدول رقم (٢٤) الخاص بالمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتباين ومعامل الإرتباط وقيمة معامل جتمان ودلالته لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل:

جدول رقم (٢٤) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والتباين وقيمة معاملى الإرتباط و جتمان ودلالتهما
لقيم التجزئة النصفية لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين

(ن=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين	العبارات الفردية			العبارات الزوجية			الجزئين معاً (العبارات الفردية والزوجية)			معامل الإرتباط (بيرسون) بين الجزئين	معامل جتمان
		المتوسط (س١)	الإنحراف المعيارى (ع١)	التباين (١)	المتوسط (س٢)	الإنحراف المعيارى (ع٢)	التباين (٢)	المتوسط (س٣)	الإنحراف المعيارى (ع٣)	التباين (٣)		
١	العامل الأول (الوعى والإدراك)	٢٣,١٢٥	٣,٢٣٠	١٠,٤٣٥	٢٨,٣١٢	٣,٩٧٩	١٥,٨٣٥	٥١,٤٣٧	٦,٤٢٠	٤١,٢٢٢	٠,٥٨٢	٠,٧٢٥
٢	العامل الثانى (السيطرة والتحكم)	١٩,٨١٢	٢,٤٤٢	٥,٩٦٤	٢١,٢٥٠	٢,٥١٤	٦,٣٢٣	٤١,٠٦٢	٤,٣١٠	١٨,٥٧٧	٠,٥١٢	٠,٦٧٧
٣	العامل الثالث (الثقة والتفاؤل)	١٧,٢١٨	٢,٢١٠	٤,٨٨٦	١١,٩٣٧	١,٩٩٨	٣,٩٩٦	٢٩,١٥٦	٣,٩٥٢	١٥,٦٢٠	٠,٧٦٢	٠,٨٦٣
٤	العامل الرابع (الطاقة العالية)	٨,٢١٨	١,٦٢١	٢,٦٢٨	١٢,١٨٧	١,٩٠٨	٣,٦٤١	٢٠,٤٠٦	٣,٢٠١	١٠,٢٤٩	٠,٦٤٣	٠,٧٧٧
المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)		٦٩,٥٣١	٧,٨٦٥	٦١,٨٧٠	٧٢,٥٣١	٩,١٨٩	٨٤,٤٥١	١٤٢,٠٦٢	١٦,٠٤٦	٢٥٧,٤٨٠	٠,٧٦٩	٠,٨٦٣

ويتضح من الجدول رقم (٢٤) ، قيم معامل جتمان بطريقة التجزئة النصفية مرتفعة ودالة إحصائياً بين العبارات الفردية والزوجية لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، حيث إنحصرت قيمة معامل (جتمان) المحسوبة بين أكبر قيمة متمثلة فى العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (٠,٨٦٣) وأقل قيمة متمثلة فى العامل الثانى (السيطرة والتحكم) بقيمة بلغت (٠,٦٧٧) .

ويتضح من ذات الجدول رقم (٢٤) ، وجود إرتباطات مرتفعة ودالة إحصائياً بين الجزئين (العبارات الفردية والزوجية) لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل بإستخدم معامل الإرتباط بيرسون ، حيث إنحصرت معاملات الإرتباط بين أكبر قيمة والمتمثلة فى العامل الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (٠,٧٦٢) وأقل قيمة متمثلة فى العامل الثانى (السيطرة والتحكم) بقيمة بلغت (٠,٥١٢).

٥/٧- حساب العلاقة الإرتباطية بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين:

تم التحقق من مدى العلاقة الإرتباطية بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل فى صورته المستقرة النهائية بإستخدام معامل الإرتباط بيرسون ، على النحو المبين من جدول رقم (٢٥) والخاص بالمصفوفة الإرتباطية بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل:

جدول رقم (٢٥) المصفوفة الإرتباطية بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل

(ن=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	الوعى والإدراك	السيطرة والتحكم	الثقة والتفاؤل	الطاقة العالية	تنظيم الطاقة العقلية
١	الوعى والإدراك					
٢	السيطرة والتحكم	٠,٨٥٠**				
٣	الثقة والتفاؤل	٠,٧٨٥**	٠,٥٨١**			
٤	الطاقة العالية	٠,٧٢٠**	٠,٥٠٦**	٠,٧٣٦**		
٥	تنظيم الطاقة العقلية	٠,٩٦٧**	٠,٨٦٣**	٠,٨٥٨**	٠,٨٠٩**	

ويتضح من ذات الجدول رقم (٢٥) الخاص بالمصفوفة الإرتباطية ، وجود معاملات إرتباط مرتفعة ودالة إحصائياً بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل بإستخدم معامل الإرتباط بيرسون ، حيث تم إستخلاص عدد (١٠) معاملات إرتباط طردية وإنحصرت معاملات الإرتباط بين أكبر قيمة والمتمثلة فى " (تنظيم الطاقة العقلية) و(الوعى والإدراك) " بقيمة بلغت (٠,٩٦٧) وأقل قيمة متمثلة فى " (الطاقة العالية) و(السيطرة والتحكم) " بقيمة بلغت (٠,٥٠٦) علماً بأن

القيمة الحرجة لمعامل الإرتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠,٠٥*) تساوي (٠,٣٤٩) ، وعند مستوى دلالة (٠,٠١**) تساوي (٠,٤٤٩) عند درجة حرية (٣٠ درجة).

٦/٧- حساب دلالة الفروق بإستخدام تحليل التباين (ANOVA) لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين :

تم التحقق من دلالة الفروق للتعرف على مدى التأثير بين تنظيم الطاقة العقلية وكلاً من العامل الأول " الوعى والإدراك " والعامل الثانى " السيطرة والتحكم " و العامل الثالث " الثقة والتفاؤل" و العامل الرابع " الطاقة العالية " بإستخدام تحليل التباين (ANOVA) لأختبار معنوية الإنحدار ، على النحو المبين من جدول رقم (٢٦) الخاص بتحليل التباين (ANOVA) لإختبار معنوية الإنحدار لمقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده:

جدول رقم (٢٦) تحليل التباين (ANOVA) لإختبار معنوية الإنحدار لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل

(ن=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	تحليل التباين (ANOVA) (إختبار معنوية الإنحدار)									
		مجموع المربعات بين المجموعات	مجموع المربعات داخل المجموعات	المجموع الكلى	درجات الحرية بين المجموعات	درجات الحرية داخل المجموعات	درجات الحرية (للمجموع الكلى)	متوسط المربعات بين المجموعات	متوسط المربعات داخل المجموعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة	مؤشر الدلالة
١	(الوعى و الإدراك) × (السيطرة والتحكم)	٩٣٢,٣٤٥	٣٥٦,٣٧	١٢٨٩,٢١	١	٣٠	٣١	٩٣٢,٣٤٥	١١,٨٩٦	٧٨,٣٧٦	٠,٠٠٠	دال
٢	(الوعى و الإدراك) × (الثقة والتفاؤل)	٧٤٠,١١٤	٥٤٩,١٠	١٢٨٩,٢١	١	٣٠	٣١	٧٤٠,١١٤	١٨,٣٠٣	٤٠,٤٣٦	٠,٠٠٠	دال
٣	(الوعى و الإدراك) × (الطاقة العالية)	٦٦٧,٥٣٧	٦٢١,٦٨	١٢٨٩,٢١	١	٣٠	٣١	٦٦٧,٥٣٧	٢٠,٧٢٣	٣٢,٢١٣	٠,٠٠٠	دال
٤	(السيطرة و التحكم) × (الثقة والتفاؤل)	٢١٣,١٦٥	٤١٧,٧١	٦٣٠,٨٧٥	١	٣٠	٣١	٢١٣,١٦٥	١٣,٩٢٤	١٥,٣١٠	٠,٠٠٠	دال
٥	(السيطرة و التحكم) × (الطاقة العالية)	١٦١,٥٦٠	٤٦٩,٣١	٦٣٠,٨٧٥	١	٣٠	٣١	١٦١,٥٦٠	١٥,٦٤٤	١٠,٣٢٧	٠,٠٠٣	دال
٦	(الثقة والتفاؤل) × (الوعى والإدراك)	٢٢٩,٥٥٩	٢٠٧,٤١	٤٨٦,٩٦٩	١	٣٠	٣١	٢٢٩,٥٥٩	٦,٩١٤	٤٠,٤٣٦	٠,٠٠٠	دال
٧	(الثقة والتفاؤل) × (السيطرة و التحكم)	١٦٤,٥٤١	٣٢٢,٤٢	٤٨٦,٩٦٩	١	٣٠	٣١	١٦٤,٥٤١	١٠,٧٤٨	١٥,٣١٠	٠,٠٠٠	دال
٨	(الثقة والتفاؤل) × (الطاقة العالية)	٢٦٣,٦١٧	٢٢٣,٣٥	٤٨٦,٩٦٩	١	٣٠	٣١	٢٦٣,٦١٧	٧,٤٤٥	٣٥,٤٠٨	٠,٠٠٠	دال
٩	(تنظيم الطاقة العقلية) × (الوعى والإدراك)	٧٥٣٦,٢٥٧	٥٢٠,٤٦	٨٠٥٦,٧١	١	٣٠	٣١	٧٥٣٦,٢٥	١٧,٣٤٩	٤٣٤,٣٩	٠,٠٠٠	دال
١٠	(تنظيم الطاقة العقلية) × (السيطرة والتحكم)	٦٠٠٦,١١١	٢٠٥٠,٦	٨٠٥٦,٧١	١	٣٠	٣١	٦٠٠٦,١١	٦٨,٣٥٤	٨٧,٨٦٨	٠,٠٠٠	دال
١١	(تنظيم الطاقة العقلية) × (الثقة والتفاؤل)	٥٩٢٧,٠٣٨	٢١٢٩,٦	٨٠٥٦,٧١	١	٣٠	٣١	٥٩٢٧,٠٣	٧٠,٩٨٩	٨٣,٤٩٢	٠,٠٠٠	دال
١٢	(تنظيم الطاقة العقلية) × (الطاقة العالية)	٥٢٧١,٩٦٥	٢٧٨٤,٥	٨٠٥٦,٧١	١	٣٠	٣١	٥٢٧١,٩٦	٩٢,٨٢٥	٥٦,٧٩٥	٠,٠٠٠	دال

ويتضح من الجدول رقم (٢٦) الخاص بتحليل التباين (ANOVA) لإختبار معنوية الإنحدار لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل ، وجود فروق دالة إحصائياً بين (تنظيم الطاقة العقلية) و كلاً من العامل الأول " الوعى والإدراك" والعامل الثانى " السيطرة والتحكم " و العامل الثالث " الثقة والتفاؤل" و العامل الرابع " الطاقة العالية ".

٧/٧- حساب العلاقة التنبؤية لمقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين:

فى ضوء نتائج تحليل التباين (ANOVA) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل بالجدول السابق رقم (٢٩) تم التحقق من العلاقة التنبؤية بين تنظيم الطاقة العقلية وكلاً من العامل الأول " الوعى والإدراك " و العامل الثانى " السيطرة والتحكم " و العامل الثالث " الثقة والتفاؤل" و العامل الرابع " الطاقة العالية " بإستخدام تحليل الإنحدار البسيط على النحو المبين من جدول رقم (٢٧) الخاص بدلالات المعامل الثابت للإنحدار "التنبؤ" ومعامل التعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار وقيمة (ت) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل وجدول رقم (٢٨) الخاص بمعادلات التنبؤ المستخلصة الدالة إحصائياً بين عوامل مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين:

جدول رقم (٢٧) الخاص بدلالات المعامل الثابت للإنحدار " التنبؤ" والتعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار وقيمة إختبار(ت) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل

(ن=٣٢)

م	مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	المعامل الثابت للإنحدار (التنبؤ)	معامل التعيين (مربع الإرتباط)	معامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ)	الخطأ المعيارى	قيمة (ت)	مستوى الدلالة	مؤشر الدلالة
١	(الوعى و الإدراك) × (السيطرة والتحكم)	١,٢٧٣	٠,٧٢٣	٠,٨٥٠	٠,١٣٧	٨,٨٥٣	٠,٠٠٠	دال
٢	(الوعى و الإدراك) × (الثقة والتفاؤل)	١٥,٦٣١	٠,٥٧٤	٠,٧٥٨	٠,١٩٤	٦,٣٥٩	٠,٠٠٠	دال
٣	(الوعى و الإدراك) × (الطاقة العالية)	٢١,٧٦٥	٠,٥١٨	٠,٧٢٠	٠,٢٥٥	٥,٦٧٦	٠,٠٠٠	دال
٤	(السيطرة و التحكم) × (الثقة والتفاؤل)	٢٢,٠٢١	٠,٣٣٨	٠,٥٨١	٠,١٦٩	٣,٩١٣	٠,٠٠٠	دال
٥	(السيطرة و التحكم) × (الطاقة العالية)	٢٦,٦٣٦	٠,٢٥٦	٠,٥٠٦	٠,٢٢٢	٣,٢١٤	٠,٠٠٣	دال
٦	(الثقة والتفاؤل) × (الوعى والإدراك)	٥,٠٦٠	٠,٥٧٤	٠,٧٥٨	٠,٠٧٣	٦,٣٥٩	٠,٠٠٠	دال
٧	(الثقة والتفاؤل) × (السيطرة و التحكم)	٧,٩٣٤	٠,٣٣٨	٠,٥٨١	٠,١٣١	٣,٩١٣	٠,٠٠٠	دال
٨	(الثقة والتفاؤل) × (الطاقة العالية)	١٠,٣٨١	٠,٥٤١	٠,٧٣٦	٠,١٥٣	٥,٩٥٠	٠,٠٠٠	دال
٩	(تنظيم الطاقة العقلية) × (الوعى والإدراك)	١٧,٧٦٩	٠,٩٣٥	٠,٩٦٧	٠,١١٦	٢٠,٨٤٢	٠,٠٠٠	دال
١٠	(تنظيم الطاقة العقلية) × (السيطرة والتحكم)	١٤,٨٢٢	٠,٧٤٥	٠,٨٦٣	٠,٣٢٩	٩,٣٧٤	٠,٠٠٠	دال

١١	(تنظيم الطاقة العقلية) × (الثقة والتفاؤل)	٤٠,٨٤٢	٠,٧٣٦	٠,٨٥٨	٠,٣٨٢	٩,١٣٧	٠,٠٠٠	دال
١٢	(تنظيم الطاقة العقلية) × (الطاقة العالية)	٥٨,٧٨٢	٠,٦٥٤	٠,٨٠٩	٠,٥٤١	٧,٥٣٦	٠,٠٠٠	دال

ويتضح من الجدول رقم (٢٧) ، فى ضوء دلالات المعامل الثابت للإنحدار " التنبؤ" و معامل التعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ) وقيمة (ت) ، توجد فروق دالة إحصائياً بين (تنظيم الطاقة العقلية) و كلاً من العامل الأول " الوعى والإدراك" والعامل الثانى " السيطرة والتحكم " والعامل الثالث " الثقة والتفاؤل" و العامل الرابع " الطاقة العالية " ، حيث إنحصرت قيمة (ت) المحسوبة بين أكبر قيمة دالة إحصائياً والمتمثلة فى "المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) والعامل الأول (الوعى والإدراك) " بقيمة بلغت (٢٠,٨٤٢) بمستوى دلالة (٠,٠٠٠) وهى قيمة أقل من مستوى (٠,٠٥) وبلغت قيمة معامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ) بينهما (٠,٩٦٧) وأقل قيمة دالة إحصائياً متمثلة فى " " العامل الثانى (السيطرة والتحكم) والعامل الرابع (الطاقة العالية) " بقيمة بلغت (٣,٢١٤) بمستوى دلالة (٠,٠٠٣) وهى قيمة أقل من مستوى (٠,٠٥) وبلغت قيمة معامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ) بينهما (٠,٥٠٦) ، مما يوضح مدى معنوية الإنحدار.

جدول رقم (٢٨) الخاص بمعادلات التنبؤ المستخلصة الدالة إحصائياً بين عوامل مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

(ن=٣٢)

م	عوامل مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين	معادلات التنبؤ المستخلصة لعوامل مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين	مستوى الدلالة
١	العامل الأول × العامل الثانى	الوعى والإدراك = ١,٢٧٣ + (٠,٨٥٠) السيطرة والتحكم	دال إحصائياً
٢	العامل الأول × العامل الثالث	الوعى والإدراك = ١٥,٦٣١ + (٠,٧٥٨) الثقة والتفاؤل	دال إحصائياً
٣	العامل الأول × العامل الرابع	الوعى والإدراك = ٢١,٧٦٥ + (٠,٧٢٠) الطاقة العالية	دال إحصائياً
٤	العامل الثانى × العامل الثالث	السيطرة والتحكم = ٢٢,٠٢١ + (٠,٥٨١) الثقة والتفاؤل	دال إحصائياً
٥	العامل الثانى × العامل الرابع	السيطرة والتحكم = ٢٦,٦٣٦ + (٠,٥٠٦) الطاقة العالية	دال إحصائياً
٦	العامل الثالث × العامل الأول	الثقة والتفاؤل = ٥,٠٦٠ + (٠,٧٥٨) الوعى والإدراك	دال إحصائياً
٧	العامل الثالث × العامل الثانى	الثقة والتفاؤل = ٧,٩٣٤ + (٠,٥٨١) السيطرة والتحكم	دال إحصائياً
٨	العامل الثالث × العامل الرابع	الثقة والتفاؤل = ١٠,٣٨١+ (٠,٧٣٦) الطاقة العالية	دال إحصائياً
٩	المجموع الكلى × العامل الأول	تنظيم الطاقة العقلية = ١٧,٧٦٩ + (٠,٩٦٧) الوعى والإدراك	دال إحصائياً
١٠	المجموع الكلى × العامل الثانى	تنظيم الطاقة العقلية = ١٤,٨٢٢ + (٠,٨٦٣) السيطرة والتحكم	دال إحصائياً
١١	المجموع الكلى × العامل الثالث	تنظيم الطاقة العقلية = ٤٠,٨٤٢+ (٠,٨٥٨) الثقة والتفاؤل	دال إحصائياً

١٢	المجموع الكلى × العامل الرابع	تنظيم الطاقة العقلية = ٥٨,٧٨٢ + (٠,٨٠٩) الطاقة العالية	دال إحصائياً

ويتضح من الجدول رقم (٢٨) ، فى ضوء معادلات التنبؤ المستخلصة لعوامل مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين تم إستخلاص (١٢) معادلة تنبؤية دالة إحصائياً بين عوامل مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين

٨/٧- حساب نسب المساهمة لعلاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين :

فى ضوء نتائج تحليل التباين (ANOVA) ودلالات المعامل الثابت للإنحدار (التنبؤ) و معامل التعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار وقيمة (ت) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل بالجداول سابقة البيان ، تم التحقق من نسب المساهمة لعلاقة الأثر بين (تنظيم الطاقة العقلية) والعوامل ، على النحو المبين من جدول رقم (٢٩) الخاص بنسب المساهمة لعلاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين:

جدول رقم (٢٩) نسب المساهمة لعلاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين

(ن=٣٢)

م	علاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين	عدد المساهمات الدالة إحصائياً	عدد المساهمات غير الدالة إحصائياً	نسب المساهمات غير الدالة إحصائياً	نسب المساهمات الدالة إحصائياً
	تنظيم الطاقة العقلية والعوامل	١٢	-	-	١٠٠٪

ويتضح من الجدول رقم (٢٩) ، نتائج تحليل التباين (ANOVA) ودلالات المعامل الثابت للإنحدار (التنبؤ) ومعامل التعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار وقيمة (ت) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية والعوامل مدى ترابط ووضوح علاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية والعوامل ، حيث إستقرت نسب المساهمات الدالة حصائياً عند مستوى (١٠٠٪) ، مما يدل على وجود علاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية والعوامل للغواصين.

٨- مناقشة نتائج البحث:

فى ضوء العرض السابق للنتائج الخاصة بالظاهرة موضوع الدراسة (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) فإنه تبين مدى تحقيق الباحث لأهداف هذا البحث من حيث إستنباط أداه نفسية رباعية العوامل تمثل هذا البعد العام(تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) وتسهم فى التعرف على مدى كفاءة تنظيم الطاقة العقلية للغواصين كمؤشر على فاعلية الأداء والإستمرار فيه سواء قبل وأثناء الأداء تحت الماء ، وكإجراء وقائى قبل وبعد الأداء تحت الماء وبما يتيح إنتقاء أفضل العناصر من الغواصين وفقاً لتنظيم الطاقة العقلية ولذلك فإن الباحث بصدد مناقشة ما تم التوصل إليه من نتائج التحليل الإحصائى بهدف التحقق من صحة فروض وتساؤلات البحث بما يثرى هذه الدراسة كمجال مساهم فى علم النفس التطبيقى المرتبط برياضة الغوص وتحقيقاً للأمان المستقبلى فى رياضة الغوص.

١/٨- مناقشة النتائج الخاصة بمعاملات صدق مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين :

ويتضح من الجدول رقم (٢١) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين الإرباعى الأدنى والإرباعى الأعلى لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وأبعادة بعد تطبيقة على غواصى عينة الدراسة الأساسية ، حيث إنحصرت قيمة (ت) المحسوبة بين أكبر قيمة والمتمثلة فى البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (١١,٨٣٥) وأقل قيمة المتمثلة فى البعد الأول (الوعى والإدراك) بقيمة بلغت (٧,٠٠٤) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للمجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) (٧,٤٠٣) علماً بأن قيمة (ت) الحرجة (الجدولية) عند مستوى دلالة الطرفين ٠,٠٥ تساوى (٢,١٢) ومستوى دلالة الطرفين ٠,٠١ تساوى (٢,٩٢) عند درجة حرية (١٦) درجة ، مما يدل على مدى صدق المقياس وأبعاده وقدرته على إظهار الفروق بين الجماعات ويتضح أيضاً أن قيم معامل الالتواء تنحصر ما بين (±٣) فيما بين الإرباعى الأدنى والإرباعى الأعلى لقيم المقياس مما يدل على مدى تجانس إجابات غواصى عينة الدراسة الأساسية على المقياس.

ويتضح من الجدول رقم (١١) ، فيما يخص صدق عبارات المقياس ، في ضوء المتوسط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء أن قيم معاملات الالتواء للعبارات تنحصر ما بين ±٣ و هذا يدل على مدى تجانس إجابات عينة الدراسة الإستطلاعية على المقياس الذى يمثل بعد (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) مما يدل على مدى إعتدالية التوزيع لدرجات الإجابات على المقياس.

ويتضح من الجدول رقم (٢٢) ، وجود فروق دالة إحصائياً بين المجموعة الممارسة والمجموعة غير الممارسة لرياضة الغوص لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وأبعاده ، حيث إنحصرت قيمة (ت) المحسوبة بين أكبر قيمة و المتمثلة فى البعد الأول (الوعى والإدراك)

بقيمة مرتفعة بلغت (٩,٣٠٦) وأقل قيمة المتمثلة فى البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (٢,٨٩٧) وبلغت قيمة (ت) المحسوبة للمجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) (٢,٤٠٩) ، علماً بأن قيمة (ت) الحرجة (الجدولية) عند مستوى دلالة الطرفين ٠,٠٥ تساوى (١,٩٩) ومستوى دلالة الطرفين ٠,٠١ تساوى (٢,٦٥) عند درجة حرية (٧٠) درجة مما يدل على مدى صدق المقياس وأبعاده وقدرته على إظهار الفروق بين المجموعات الممارسة والمجموعات غير الممارسة لرياضة الغوص ، بما يحقق الهدف الذى وضع من أجله لفئة الغواصين ، ويتضح أيضاً أن قيم معامل الالتواء تنحصر ما بين (±٣) مما يدل على مدى تجانس الإجابات على المقياس ، وبذلك يتحقق صحة التساؤل (الفرض) الأول و الذى يشير هذا التحقق إلى بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ذات معامل صدق مرتفع ودال إحصائياً.

أصبحت الحاجة ماسة إلى توافر قياس موضوعى يستطيع تصنيف وترتيب اللاعبين وفقاً لقدراتهم النفسية والعقلية ويعمل كأساس صادق للتنبؤ بالنجاح فى المستقبل وقد نشطت حركة البحث وزاد إهتمام العلماء نحو تحقيق هذا الهدف وإستخدمت طرق وأساليب متعددة لبناء الإختبارات النفسية الموضوعية المتخصصة فى المجال الرياضى. صـ ٢٠ – ٢١ ويمثل التركيز فى عملية القياس النفسى أحد أكبر المشاكل التى تواجه علم النفس الرياضى حيث إمكانية تعدد مصادر المعلومات عن بعض الأبعاد المرتبطة باللاعب كعلاقته بالآخرين والموقف الرياضى ، ونوع النشاط الرياضى الذى يمارسه ، و الحصول على كم هائل من المعلومات يمكن أن يؤدى إلى خلق المشاكل أكثر من وجود الحلول ، ولذلك فمن الأهمية العمل على التركيز فى عملية القياس على مجموعة محددة من المعلومات المرتبطة بالمشكلة الى يتم تناولها. (١٢ : ٢٠،٢١)

وعلى الرغم من أهمية الطاقة العقلية ، فنادرًا ما يبحث علماء النفس الرياضي ماهية الطاقة العقلية وكيف تؤثر على سلوك الرياضيين وأدائهم ، لذلك بدأ العديد من علماء النفس الرياضيين في الإشارة إلى مفهوم الطاقة العقلية وتأثيراتها على الأداء الرياضي.(٣٢ : ٢) ، والتى تعتبر أحد العوامل الهادفة لتحقيق النجاح وتطوير الأداء ، ويعتمد النجاح في مختلف التخصصات على القدرة على الأداء لفترة طويلة دون الشعور بالتعب ، لذلك هناك حاجة للبحث على أساس علمي عن مفهوم وقياس الطاقة العقلية التي يتأسس عليها أداء المهارة الحركية. (١٩ : ١)

٢/٨ – مناقشة النتائج الخاصة بمعاملات ثبات مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين:

ويتضح من الجدول رقم (٢٣) ، قيم معامل ألفاكرونباخ مرتفعة و دالة إحصائياً بين الصور المختلفة لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعادة ، حيث إنحصرت قيمة معامل (ألفا)

المحسوبة بين أكبر قيمة متمثلة فى " البعد الأول (الوعى والإدراك) و البعد الثانى (السيطرة والتحكم) " بقيمة بلغت (٠,٨٨٨) وأقل قيمة متمثلة فى " البعد الرابع (الطاقة العالية) و المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) " بقيمة بلغت (٠,٤٧٢) بينما بلغت العلاقة بين " البعد الأول (الوعى والإدراك) و البعد الثانى (السيطرة والتحكم) و البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) والبعد الرابع (الطاقة العالية) و المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) " بقيمة طردية مرتفعة بلغت (٠,٨٣٢) مما يدل على مدى ثبات المقياس وأبعاده ، بما يحقق المقياس الهدف الذى وضع من أجله لفئة الغواصين .

ويتضح من الجدول رقم (١١) ، فيما يخص ثبات المقياس ، في ضوء المتوسط والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء ومعامل الإرتباط (بيرسون) بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى للدرجة الكلية لإجابات عينة الدراسة الإستطلاعية على المقياس تمثل بعد تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، وجود معامل إرتباط مرتفع بلغ قدره (٠,٩٢١) دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠١، و بلغ ومعامل الإرتباط (بيرسون) بين التطبيق الأول والتطبيق الثانى للمجموع الكلى لإجابات عينة الدراسة الإستطلاعية على كل عبارة من عبارات المقياس يمثل بعد تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، وجود معامل إرتباط مرتفع بلغ قدره (٠,٧٦٥) دال إحصائيا عند مستوى دلالة ٠,٠١ ، علماً بأن القيمة الحرجة لمعامل الإرتباط بيرسون عند مستوى (٠,٠٥) تساوي (٠,٣٦١) ، وعند مستوى (٠,٠١) تساوي (٠,٤٦٣) عند درجة حرية (٢٨ درجة).

ويتضح من الجدول رقم (٢٤) ، قيم معامل جتمان بطريقة التجزئة النصفية مرتفعة ودالة إحصائياً بين العبارات الفردية والزوجية لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، حيث إنحصرت قيمة معامل (جتمان) المحسوبة بين أكبر قيمة متمثلة فى البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (٠,٨٦٣) وأقل قيمة متمثلة فى البعد الثانى (السيطرة والتحكم) بقيمة بلغت (٠,٦٧٧) ، وبلغت قيمة معامل (جتمان) المحسوبة للمجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) بقيمة بلغت (٠,٨٦٣) ، مما يدل على مدى ثبات المقياس وأبعاده ، بما يحقق الهدف الذى وضع من أجله لفئة الغواصين ، وقام الباحث بإستخدام معامل جتمان لعدم تساوى التباين بين الصور المختلفة للجزئين (العبارات الفردية والزوجية).

ويتضح من ذات الجدول رقم (٢٤) ، وجود إرتباطات مرتفعة ودالة إحصائياً بين الجزئين (العبارات الفردية والزوجية) لقيم مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعادة بإستخدم معامل الإرتباط بيرسون ، حيث إنحصرت معاملات الإرتباط بين أكبر قيمة والمتمثلة فى البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) بقيمة بلغت (٠,٧٦٢) وأقل قيمة متمثلة فى البعد الثانى (السيطرة والتحكم) بقيمة بلغت (٠,٥١٢) وبلغت قيمة معامل الإرتباط (بيرسون) المحسوبة للمجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية)

بقيمة بلغت (٠,٧٦٩) علماً بأن القيمة الحرجة لمعامل الإرتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠,٠٥*) تساوي (٠,٣٤٩) ، وعند مستوى دلالة (٠,٠١**) تساوي (٠,٤٤٩) عند درجة حرية (٣٠ درجة) ويتضح من ذات الجدول أن المتوسطات الحسابية أكبر من الإنحرافات المعيارية بين الصور المختلفة للجزئين (العبارات الفردية والزوجية) لمقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعادة مما يوضح مدى إستقامة معاملات الإرتباط.

حيث تعكس هذه الدلالات مدى قدرة المقياس على تحديد مستويات تنظيم الطاقة العقلية للغواصين بصورة نسبية وثابتة ، حال عدم تأثر الغواصين بأية عوامل وإستراتيجيات تسهم فى التأثير على مستويات التعبئة النفسية ، وبما أن الخطأ المعياري هو إنحراف معياري متوقع لنتيجة أي شخص يختبر وكل مقياس توجد به بعض الأخطاء التي تعود إلي أسباب متعددة منها ظروف التطبيق أوخطأ في الأداة أو حالة المستجيب وبذلك فإن هناك علاقة عكسية بين الثبات والخطأ المعياري ، فكلما زاد الثبات قل الخطأ المعياري وهذا يدل على مدى اقتراب درجة الفرد على مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعادة من الدرجة الحقيقية ، مما يوضح مدى قدرة العبارات على تمثيل بعد (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) ، وبذلك يتحقق صحة التساؤل (الفرض) الأول و الذى يشير هذا التحقق إلى بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ذات معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً.

٣/٨- مناقشة النتائج الخاصة بالصدق العاملى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين:

ويتضح من الجدول رقم (١٢) والخاص بالبيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد أن بلغ عدد العوامل المقبولة للتفسير بعد التدوير المتعامد أربع عوامل (العامل الأول) و(العامل الثانى) و(العامل الثالث) و(العامل الرابع) وحيث إنحصرت نسبة التباين العاملى بين أقل قيمة و المتمثلة فى (العامل الرابع) بنسبة تباين بلغت (١١,٧٢٣٪) و أكبر قيمة والمتمثلة فى (العامل الأول) بنسبة تباين بلغت (١٨,٥٠٨٪) وهى نسب أكثر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن العوامل الأربع المقبولة للتفسير تفسر(٦٠,٢٢٨٪) من حجم المصفوفة العاملية ، بينما تم إستبعاد باقى العوامل من التفسير بدءاً من (العامل الخامس) وحتى (العامل الثالث عشر) ، فقد حققوا نسب تباين عاملى أقل من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية وكذلك لم يحققوا ثلاث تشبعات أوأكثر وفقاً لمحك (جيلفورد).

ويتضح من الجدولين رقما (١٢) و الخاص بعرض البيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، و جدول رقم (١٣) ، و الخاص بنتائج تشبعات العبارات على العوامل قبل التدوير المتعامد (بطريقة) (varimax) لكايزر (Kaiser) ،

حيث بلغ عدد العوامل (١٣) عامل يتشبع عليها (٩٤) عبارة ، وبلغ عدد العوامل المقبولة مبدئياً ولكنها غير قابلة للتفسير عامل واحد فقط وهو (العامل الأول) وذلك لأن نسبة التباين العاملى قبل التدوير المتعامد بلغت (٥٥,٠٩٧٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الأول) يفسر (٥٥,٠٩٧٪) من حجم المصفوفة العاملية ويتشبع عليه عدد (٨٧) عبارة دالة إحصائياً و وعدد (٧) عبارات غير دالة إحصائياً وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات فى صورتها المبدئية التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠) ، حيث حقق هذا العامل أكثر من ثلاث تشبعات وفقاً لمحك جيلفورد لقبول العامل وتم إستبعاد باقى العوامل بدءاً من العامل الثانى وحتى العامل الثالث عشر وذلك لأن نسبة التباين العاملى أقل من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية على النحو الموضح من الجدول رقم (١٢).

ويعتبر العامل الأول المقبول مبدئياً والعوامل المستبعدة حتى العامل الثالث عشر غير مقبولة للتفسير قبل التدوير وذلك لعدة أسباب هو أن العوامل تتحدد بطريقة عشوائية ، ولا يمكن الإطمئنان لقبول العوامل الناتجة من هذا التحليل ، و تعد التشبعات قبل التدوير مقبولة من وجهة النظر الرياضية البحتة ولا تكون مقبولة سيكولوجياً وأيضاً يشوبها الكثير من الغموض بهذه الطريقة الأولية فى التحليل وهناك صعوبة فى تفسير العوامل المستخلصة قبل التدوير . (١٥: ٢٧) ، ولذلك قام الباحث بإستخراج المصفوفة العاملية المقبولة للتفسير التى توضح نتائج تشبعات العبارات على العوامل بعد التدوير المتعامد بطريقة (varimax) لكايزر (Kaiser) ، على النحو المبين من جدول (١٤)

ويتضح من الجدولين رقما (١٢) و الخاص بعرض البيانات الإحصائية للعوامل قبل وبعد التدوير المتعامد لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، وجدول رقم (١٤) ، الخاص بنتائج تشبعات العبارات على العوامل المقبولة للتفسير بعد التدوير المتعامد (بطريقة) (varimax) لكايزر (Kaiser) حيث بلغ عدد العوامل (١٣) عامل يتشبع عليها (٩٤) عبارة ، و بلغ عدد العوامل المقبولة للتفسير أربع عوامل (العامل الأول) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١٨,٥٠٨٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الأول) يفسر (١٨,٥٠٨٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها النهائية المستقرة على العامل الأول (١٣) عبارة مظللة دالة إحصائياً وتم إستبعاد عباراتان من التفسير رقما (٤٧) ، (٢١٦) لتشبعهما على أكثر من عامل و (العامل الثانى) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١٦,٣٦٨٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الثانى) يفسر (٣٤,٨٧٥٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات

فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الثانى (١٠) عبارات مظللة دالة إحصائياً و(العامل الثالث) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١٣,٦٢٩٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الثالث) يفسر (٤٨,٥٠٥٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الثالث (٧) عبارات مظللة دالة إحصائياً و (العامل الرابع) المقبول للتفسير وذلك لأن نسبة التباين العاملى بلغت (١١,٧٢٣٪) وهى نسبة أكبر من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية ، علماً بأن (العامل الرابع) يفسر (٦٠,٢٢٨٪) من حجم المصفوفة العاملية وبلغ حجم التشبعات فى صورتها المستقرة النهائية على العامل الرابع (٥) عبارات مظللة دالة إحصائياً وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها (تساوى ± ٠,٦٠) ، وبذلك حققت العوامل الأربع أكثر من ثلاث تشبعات وفقاً لمحك جيلفورد لقبول هذه العوامل وتم إستبعاد باقى العوامل بدءاً من العامل الخامس وحتى العامل الثالث عشر وذلك لأن نسبة التباين العاملى أقل من (١٠٪) من حجم تباين المصفوفة العاملية على النحو الموضح من الجدول رقم (١٢) وتشير قيم الشيوع (الإشتراكيات) للعبارات فى المصفوفة العاملية بإعتبارها معامل ثبات للعبارة حيث أن قيم الشيوع قبل التدوير تساوى قيم الشيوع بعد التدوير المتعامد ، حتى وإن كانت هناك فروق راجعة للتقريب على النحو الموضح من الجدولين رقما (١٣) ، (١٤).

علماً بأن هذه العوامل الأربع مقبولة للتفسير بعد التدوير وذلك لعدة أسباب ، حيث يؤدى تدوير المحاور إلى توسيع أو تضييق المفاهيم ، ويؤدى تدوير المحاور إلى الإبتعاد عن العشوائية فى تحديد العوامل ويساعد فى توحيد الصياغة بقدر المستطاع بين النتائج التى نخرج هذه الأساليب ويساعد فى إعادة توزيع التباين بين العوامل الناتجة مع المحافظة على الخصائص التصنيفية التى ينتهى إليها التحليل ، وتساعد عملية التدوير فى تفسير العوامل تفسيراً منطقياً ، وتتفق مع نتائج الدراسات النفسية ويتفق تدوير المحاور مع العوامل المتعامدة التى كشف عنها الحاليل العاملية السابقة ، ويساعد فى وضعها فى مركز تجمع المتغيرات و الحصول على نمط التشبعات التى تتفق مع التوقعات النفسية العامة ، وتدوير المحاور يساعد فى الحصول على نمط من التشبعات المتشابهه نسبياً.(١٥: ٢٧ ، ٢٨)

وبناءاً على ما تقدم ، فقد تم التوصل إلى قائمة عبارات المقياس رباعية الأبعاد تمثل البعد العام (تنظيم الطاقة العقلية للغواصين) بعد أن إستقرت فى صورتها النهائية على (٣٥) عبارة مرفق (٣) ، بعد حذف وإستبعاد (٥٩) عبارة من أصل عدد (٩٤) عبارة فى ضوء نتائج التحليل العاملى لعبارات المقياس ، حيث قام الباحث بإدراج العامل الأول ضمن بعد(الوعى والإدراك) جدول (١٥)

بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل وإدراج العامل الثانى ضمن بعد (السيطرة والتحكم) جدول (١٦) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل ، وإدراج العامل الثالث ضمن بعد (الثقة والتفاؤل) جدول (١٧) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل ، وإدراج العامل الرابع ضمن بعد (الطاقة العالية) جدول (١٨) بما يعبر عن العبارات المتشبعة على هذا العامل.

ويتضح من الجدول رقم (١٩) ، توصل الباحث إلى التقدير الكمى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين كمساهم فى تحديد معايير تقييم الصورة النهائية للمقياس وذلك بتقدير المئينيات والدرجة المقابلة لأبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية والدرجة الكلية وذلك فى ضوء التوزيع التكرارى للدرجات الخام والنسبة المئوية التراكمية المقابلة لها الخاص بالمئينيات والدرجة المقابلة ، والتى يمكن إستخدامها بتحويل الدرجات الخام للمقياس إلى مئينيات والتى إنحصرت ما بين تقدير كمى مرتفع ١٧٥ درجة وتقدير كمى منخفض ١١٣ درجة.

ويتضح من الجدول رقم (٢٠) ، الخاص بترتيب عبارت مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وفقاً للأهمية النسبية فى ضوء قيم تشبعات التحليل العاملى المتعامد والتى إنحصرت مابين أكبر قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (٢١١) فى الترتيب بقيمة تشبع بلغت (٠,٩٢٥) وأقل قيمة للتشبع متمثلة فى العبارة رقم (١٠) فى الترتيب بقيمة تشبع بلغت (٠,٦٠١) وفقاً لقيمة الدلالة الإحصائية لتشبع العبارات التى قام الباحث بتحديدها تساوى (± ٠,٦٠) ، وبذلك يتحقق صحة التساؤلين (الفرضين) الثانى و الثالث واللذان يشيران هذا التحقق إلى التوصل لبناء عاملى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين رباعى الأبعاد يمثلوا البعد العام.

وهذا يتفق مع نتائج دراسات كلاً من (محمد السيد الششتاوى) (٢٠٢٠م) (٩) التى تشير إلى أن بعد الإنتهاء من إجراء المعاملات العلمية لمقياس الطاقة النفسية لدي لاعبي الانشطة الرياضية أصبح صالح للأستخدام في صورته النهائية المكونة من (١٠٢) عبارة موزعة على ثمانية أبعاد هي : (الأهداف الواضحة الثقة بالنفس ، تركيز الانتباه ، مواجهة القلق ، الاستمتاع ، التفاؤل ، التحكم والسيطرة ، آلية الأداء). وبتطبيق أدوات البحث على عينة البحث الأساسية (ن=١٥٠) تم التوصل إلى وجود فروقاً دالة أحصائياً بين متوسطات درجات أبعاد مقياس الطاقة النفسية للاعبي الأنشطة الرياضية الفردية وفقاً لأنماط دافعية الإنجاز الرياضي للاعبي الأنشطة الرياضية الفردية لصالح لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية الذي يرتفع لديهم دافع الإنجاز بدرجة تفوق تفادي الفشل. كما تم التوصل إلى المئينيات والدرجة المقابلة لأبعاد مقياس الطاقة النفسية والدرجة الكلية للمقياس.و(Frank J. H. Lu وآخرون) (٢٠١٨م) (٢٤) والتى تشير إلى أن

مقياس الطاقة العقلية الرياضية AMES المكون من ٦ عوامل و ١٨ عبارة يتضمن صدق محتوى مقبول وبناء عاملى وصدق مفهوم ، وصدق التمايز ، وصدق التنبؤى، ومعامل ثبات مقبول، وموضوعي ، ومن مقترحات هذه الدراسة أن تستخدم الدراسات المستقبلية مقياس الطاقة العقلية الرياضية لإختبار علاقاتها بالآثار المعرفية والأداء للرياضيين ، كما تمت مناقشة تطبيق مقياس الطاقة العقلية الرياضية AMES في علم النفس الرياضي و(Sindik Joško وآخرون) (٢٠١٥م) (٢٥) والتى تشير إلى نتائج التحليل العاملى والاتساق الداخلي لكل من الإستبيانات الفرعية من بطارية القياس التى تم الأشارة إليها بقائمة التميز الرياضي متعددة الأبعاد (MUSI) ، تتمتع بمستوى مرتفع من الصدق والموضوعية ، مما يعطي إرشاد مستقبلي لمدى ملائمة هذه الإستبيانات مع مجتمع محدد من الرياضيين.

ولذلك فمن الأهمية لتحقيق حالة الأداء الأمثل ، يقوم علماء النفس الرياضي بتعليم الرياضيين كيفية تحديد حالة طاقتهم من خلال "قائمة مراجعة للوعي الذاتي" ، تتضمن قائمة التحقق من الوعى الذاتي تصنيفًا لحالة الطاقة يتراوح من " درجة ١ ، لديه طاقة عالية" إلى " درجة ٦ ، لديه طاقة منخفضة" ، حيث يكتسب الرياضيين من خلال القيام بذلك معلومات حول حالتهم وأدائهم الأمثل ، بالإضافة إلى تنظيم طاقتهم بناءً على هذه السجلات للملاحظة الذاتية.(٢٤: ٢)

٤/٨- مناقشة النتائج الخاصة بمعاملات الإرتباط (بيرسون) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين:

ويتضح من ذات الجدول رقم (٢٥) الخاص بالمصفوفة الإرتباطية ، وجود معاملات إرتباط مرتفعة ودالة إحصائياً بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده بإستخدم معامل الإرتباط بيرسون ، حيث تم إستخلاص عدد (١٠) معاملات إرتباط طردية وإنحصرت معاملات الإرتباط بين أكبر قيمة والمتمثلة فى العلاقة الإرتباطية بين " (تنظيم الطاقة العقلية) و(الوعى والإدراك) " بقيمة بلغت (٠,٩٦٧) وأقل قيمة متمثلة فى العلاقة الإرتباطية بين " (الطاقة العالية) و(السيطرة والتحكم) " بقيمة بلغت (٠,٥٠٦) علماً بأن القيمة الحرجة لمعامل الإرتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠,٠٥*) تساوي (٠,٣٤٩) ، وعند مستوى دلالة (٠,٠١**) تساوي (٠,٤٤٩) عند درجة حرية (٣٠ درجة) ، وبذلك يتحقق صحة التساؤل (الفرض) الرابع والذى يشير هذا التحقق إلى وجود علاقة إرتباطية مرتفعة ودالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين.

وهذا يؤكد على وجود العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء ، حيث يهتم معظم الرياضيين بتأثير الطاقة العقلية على الأداء وهم يعلمون من خلال الخبرة أن الطاقة العقلية المنخفضة تؤدى

إلى أداء ضعيف ، كما أن الطاقة العقلية العالية فى شكل ضغط نفسى تضر بالأداء ، والطاقة العقلية هى الحيوية والقوة التى يعمل بها العقل وهى أساس الدافع ، وتكون الطاقة البدنية أيضاً إما سلبية أو إيجابية ، لذا فهى ترتبط بمشاعر مختلفة مثل الإنفعال والسعادة فى صورتها الإيجابية والقلق والغضب فى صورتها السلبية وتخضع الطاقة العقلية إلى الإرتفاع والإنخفاض.

(١٤: ١٢٩ ، ١٣٩)

٨/٥- مناقشة النتائج الخاصة بتحليل التباين (ANOVA) ومعامل الإنحدار (التنبؤ) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين:

ويتضح من الجدول رقم (٢٦) الخاص بتحليل التباين (ANOVA) لإختبار معنوية الإنحدار لمقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده ، وجود فروق دالة إحصائياً بين (تنظيم الطاقة العقلية) و كلاً من البعد الأول " الوعى والإدراك" والبعد الثانى " السيطرة والتحكم " و البعد الثالث " الثقة والتفاؤل" و البعد الرابع " الطاقة العالية " حيث إنحصرت قيمة (ف) المحسوبة بين أكبر قيمة دالة إحصائياً والمتمثلة فى " المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) و البعد الأول (الوعى والإدراك) بقيمة بلغت (٤٣٤,٣٩) بمستوى دلالة (٠,٠٠٠) وأقل قيمة دالة إحصائياً متمثلة فى " البعد الثانى (السيطرة والتحكم) والبعد الرابع (الطاقة العالية) " ، بقيمة بلغت (١٠,٣٢٧) بمستوى دلالة (٠,٠٠٣) وهى قيم أقل من مستوى (٠,٠٥) ، مما يوضح مدى معنوية الإنحدار ، بما يشير إلى قوة العلاقة بين (تنظيم الطاقة العقلية) وأبعاده.

ويتضح من الجدول رقم (٢٧) ، فى ضوء دلالات المعامل الثابت للإنحدار " التنبؤ" ومعامل التعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ) وقيمة (ت) ، توجد فروق دالة إحصائياً بين (تنظيم الطاقة العقلية) وكلاً من البعد الأول " الوعى والإدراك" والبعد الثانى " السيطرة والتحكم " و البعد الثالث " الثقة والتفاؤل" و البعد الرابع " الطاقة العالية " ، حيث إنحصرت قيمة (ت) المحسوبة بين أكبر قيمة دالة إحصائياً والمتمثلة فى "المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) والبعد الأول (الوعى والإدراك) " بقيمة بلغت (٢٠,٨٤٢) بمستوى دلالة (٠,٠٠٠) وهى قيمة أقل من مستوى (٠,٠٥) وبلغت قيمة معامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ) بينهما (٠,٩٦٧) وأقل قيمة دالة إحصائياً متمثلة فى " " البعد الثانى (السيطرة والتحكم) والبعد الرابع (الطاقة العالية) " بقيمة بلغت (٣,٢١٤) بمستوى دلالة (٠,٠٠٣) وهى قيمة أقل من مستوى (٠,٠٥) وبلغت قيمة معامل الإنحدار (مؤشر التنبؤ) بينهما (٠,٥٠٦) ، مما يوضح مدى معنوية الإنحدار ، ، علماً بأن قيمة (ت) الحرجة (الجدولية) عند مستوى دلالة الطرفين ٠,٠٥ تساوى (١,٩٩) ومستوى دلالة الطرفين ٠,٠١ تساوى (٢,٦٥) عند درجة حرية (٧٠) درجة ، بما يشير إلى قوة العلاقة الإرتباطية و

مقدار التغير فى (تنظيم الطاقة العقلية) يتبعه بالضرورة التغير فى كلاً من البعد الأول " الوعى والإدراك" والبعد الثانى " السيطرة والتحكم " و البعد الثالث " الثقة والتفاؤل" و البعد الرابع " الطاقة العالية " وكذلك قوة العلاقة الإرتباطية ومقدار التغير فى البعد الأول (الوعى والإدراك) يتبعه بالضرورة التغير فى البعد الثانى " السيطرة والتحكم " و البعد الثالث " الثقة والتفاؤل " والبعد الرابع "الطاقة العالية" ومقدار التغير فى البعد الثانى (السيطرة والتحكم) يتبعه بالضرورة التغير فى كلاً من البعد الثالث " الثقة والتفاؤل" والبعد الرابع " الطاقة العالية " وذلك وفقاً لمعاملات الإنحدار (مؤشرات التنبؤ) وقيمة إختبار (ت) ويشير إرتفاع معامل التعيين أو التحديد (مربع معامل الإرتباط) إلى أن المتغير المستقل (تنظيم الطاقة العقلية) يفسر (٠,٩٣٥) من التباين فى حجم البعد الأول (الوعى والإدراك) و(٠,٧٤٥) من التباين فى حجم البعد الثانى (السيطرة والتحكم) و(٠,٧٣٦) من التباين فى حجم البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) و (٠,٦٥٤) من التباين فى حجم البعد الرابع (الطاقة العالية) ويعتبر ذلك ذات دلالة معنويه ، بما يشير ذلك إلى قوة العلاقة والتأثير المتبادل بين أبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين .

ويتضح من الجدول رقم (٢٨) ، فى ضوء معادلات التنبؤ المستخلصة لأبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين تم إستخلاص (١٢) معادلة تنبؤية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ، حيث أنحصرت المعادلات ما بين أكبر قيمة والمتمثلة فى المعادلة الثانية عشر { تنظيم الطاقة العقلية = ٥٨,٧٨٢ + (٠,٨٠٩) الطاقة العالية} أى وجود تأثير دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين (تنظيم الطاقة العقلية) كمتغير مستقل فى تفسير التباين الكلى (الطاقة العالية) (كمتغير تابع) حيث أنه يفسر (٠,٦٥٤) من درجة (الطاقة العالية) أى أن كل زيادة فى المجموع الكلى (تنظيم الطاقة العقلية) بمقدار درجة يتبعه زيادة فى البعد الرابع (الطاقة العالية) بمقدار (٠,٨٠٩) ، وأقل قيمة متمثلة فى المعادلة الأولى { الوعى والإدراك = ١,٢٧٣ + (٠,٨٥٠) السيطرة والتحكم } أى وجود تأثير دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين (الوعى والإدراك) (كمتغير مستقل) فى تفسير التباين الكلى (السيطرة والتحكم) (كمتغير تابع) حيث أنه يفسر (٠,٧٢٣) من درجة (السيطرة والتحكم) أى أن كل زيادة فى البعد الأول (الوعى والإدراك) بمقدار درجة يتبعه زيادة فى البعد الثانى (السيطرة والتحكم) بمقدار (٠,٨٥٠) ، حيث يشير إرتفاع معامل التعيين أو التحديد (مربع معامل الإرتباط) إلى نسبة التباين فى المتغير التابع الذى يمكن التنبؤ به من خلال المتغير المستقل ويعتبر ذلك ذات دلالة معنويه ، بما يشير إلى قوة العلاقة والتأثير المتبادل بين أبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين.

ومعامل التحديد أو التعيين (مربع معامل الإرتباط) هو عبارة عن قياس وصفي لتفسير مدى دلالة معادلة الانحدار بتقدير القيم ويمثل نسبة انخفاض الأخطاء حال إستخدام معادلة الإنحدار عوضاً عن إستخدام المتوسطات وكذلك هو نسبة التباين في القيم الفعلية التي تفسر خط الانحدار ، وينحصر قيمته مابين (-١ ، ١) وإقتراب القيمة من الواحد الصحيح يعني فائدة أكثر لمعادلة الانحدار بالتنبؤ لقيمة المتغير التابع وكذلك يكون المتغير المستقل ذو أهمية في تفسير التباين بين القيم الفعلية ، وبناءاً على ذلك فإن إرتفاع (مربع معامل الإرتباط) يشير إلى نسبة التباين فى المتغير التابع الذى يمكن التنبؤ به من خلال المتغير المستقل ويعتبر ذلك ذات دلالة معنويه ، بما يشير إلى قوة العلاقة والتأثير المتبادل بين أبعاد مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وبذلك يتحقق صحة التساؤل (الفرض) الخامس والذى يشير هذا التحقق إلى التنبؤ بتنظيم الطاقة العقلية بدلالة أبعاده للغواصين.

يعتبر قبول الرياضيين لخبراتهم السابقة الخطوة التالية الضرورية قبل تنفيذ استراتيجيات التنظيم ولذلك فإن الوعي والقبول هما عنصران أساسيان مشتركان في طرق التدخل لتنظيم الطاقة العقلية ، مثل النهج القائم على اليقظة والقبول ، ومع ذلك ، على الرغم من أن هذه الأساليب لا تسعى إلى تغيير محتوى خبرات الرياضيين فإن التنظيم الذاتي يتضمن سلوكيات متعمدة تهدف إلى تقليل الخبرات غير الفعالة أو تنظيم الخبرات الوظيفية أوالحفاظ عليها ، إلى جانب تنظيم خبراتهم الخاصة لتحقيق الأداء الناجح ، وكذلكُ طلب من الرياضيين أيضًا تحويل تركيز الانتباه بشكل مناسب من المشاعر الداخلية إلى تنفيذ المهام ، ولذلك أمكن التوصل إلى الإستراتيجيات التي يمكن للرياضيين إستخدامها لتنظيم إنفعالاتهم كالإسترخاء (على سبيل المثال ، التركيز على التنفس) ، أو التصور العقلي أوالموسيقى ، أو اليقظة – النهج القائم على القبول .(٢٧: ٢)

وترجع درجة اليقظة إلى الوعى بالمثير الواقع على الحواس ، أو إستجابة الفرد إلى البيئة ، وتتطلب اليقظة جهداً عقلياً ولهذا فاغلباً ما يتم قياسها بواسطة مؤشرات الطاقة العقلية ، وعندما يتعب العقل يكون من الصعب الإستمرار فى الطاقة العقلية المطلوبة للعمل على إنتقاء الإنتباه ، تحويل الإنتباه ومهارة تركيز الإنتباه وتعتمد إستجابة الأفراد للبيئة المحيطة بهم على قدراتهم العقلية ، وهى القدرة على معالجة المعلومات الصادرة من الحواس ، وعندما تصبح البيئة أكثر تعقيداً وهذا غالباً ما نراه فى المجال الرياضى فنجد إنخفاضاً فى القدرة وينتج عن ذلك تدهور فى مستوى الأداء ، ولهذا فإن اللاعب يحتاج إلى تضييق تركيز الإنتباه وإلى تحويل الإنتباه بفاعلية أثناء تغير المثيرات فى البيئة وإلى تثبيت الإنتباه للفترة الزمنية المطلوبة ، إلا أن تركيز الإنتباه يستهلك طاقة عقلية عالية ، ولذلك نجد الحاجة إلى مهارات السيطرة على الطاقة ، ويزداد إحتياج اللاعب إلى

معرفة متى يبدأ التركيز ومتى يتوقف ، ويجب على المدربين مساعدة اللاعبين فى إكتساب هذه المعارف وتنمية خبراتهم من خلال التركيز على التغيرات الحادثة أثناء الأداء أنشطة التحمل أو فى الدورات الرياضية عندما توجد فترات طويلة من الإنتظار بين الأداء. (١٣: ٢٧٩ – ٢٨٠)

والوعى بالمثير يقصد به الوعى العادى اليومى وهو أن يكون اللاعب ببساطة واعياً بما يحدث حوله وهناك إختلاف واسع فى المستوى الثانى من الوعى عند الأفراد ، ويمكن أن يبدأ اللاعب بقدر بسيط من المستوى الثانى ويمكن أن يصل إلى مستوى من التطوير عن طريق التدريب المتواصل والطريق الوحيد للتقدم فى المستوى الثانى هو طريق العمل الجاد ، ولذلك يجب على اللاعب العمل على تعميق الوعى العقلى عن طريق التدريب المتواصل على التوافق والإستماع إلى أحاسيسه وإنفعالاته ، والتصدى لعدم التوافق أو الإحتماء خلف القناع الذاتى للمستوى المنخفض من الوعى بالذات ومن الواجب أيضاً أن يكون أكثر حساسية إلى مظاهر الدفاعية وعدم الأمان. (١١: ١٤٥ ، ١٤٧)

ولذلك فإن فهم العلاقة بين الوعى وحالات الشعور المختلفة يمكن أن يساهم بدرجة عالية فى عملية الإرتقاء بمستوى الأداء ، ويمثل الشعور الواعى أعلى المستويات ، وهو خطوة تلى الوعى العادى والذى يتمثل فى الوعى بالتنفس ، الألم ، الفرح وغيرها من المستوى الأولى من الوعى ، ولكن الوعى بأن اللاعب على وعى بهذه العمليات السابقة هو شئ مختلف تماماً عن الوعى العادى ، و القدرة على أن يكون اللاعب واعياً بما هو واع به يمثل فى الحقيقة واحد من أهم المظاهر الأساسية التى تفرق بين الإنسان و الانواع الأخرى وأعلى مستويات الوعى هو الذى يعمل على زيادة النمو و التغيير الشخصى ، الصلابة العقلية ، و الشعور الواعى هو إنعكاس الذات ويمكن من خلال عمليات الملاحظة الذاتية إتخاذ نظرات داخلية وتوجيهات ذاتية جديدة.
(١١: ١٤٤)

وتعبر السيطرة والتحكم عن قدرة الرياضيين على التحكم فى أجسادهم لزيادة طاقاتهم البدنية ، فإنهم بذلك يستطعيون أيضاً التحكم فى عقولهم لزيادة الطاقة العقلية ، فالطاقة البدنية هى نتيجة التدريب المناسب للجسد والتغذية الجيدة مما يعمل على زيادة قدرة الجسد على إطلاق الطاقة المخزونة مثل الكربوهيدرات والدهون بينما الطاقة العقلية فيتم إنتاجها بفاعلية أكبر بالتدريب الجيد للذهن على الأفكار البناءة الواقعية .(١٤: ١٢٧)

ولذلك فإن مقدرة الفرد على السيطرة والتحكم على العقل فى الرياضة تمثل أهمية مثل مجالات الحياة المتعددة الأخرى ودون السيطرة والتحكم فإن القلق يمكن أن يؤثر سلبياً على الأداء الأمثل ويستطيع كل من المدرب أو اللاعب السيطرة على نشاطه العقلى أو طاقته العقلية مثل

إمكانية سيطرتهما على المهارات النفسية الأخرى من خلال التدريب على ذلك ، فإن الهدف هو مساعدة كل من المدرب و اللاعب على تنمية القدرات الخاصة بتنظيم الطاقة العقلية . (٥: ١٧٢)

ولدعم مزيد من الثقة والتفاؤل يجب على الرياضى إعتياد التفكير الإيجابى فى قدراته ، حيث يؤثر نوع تفكير الرياضى فى مقدار الثقة ، حيث يلاحظ أن بعض الرياضيين وخاصة قبل المنافسات الهامة يسيطر عليهم التفكير السلبى الذى يركز على نقاط القوة فى المنافس وفى المقابل نقاط الضعف وجوانب النقص فى قدراته وهذا النوع من التفكير السلبى يؤثر فى ثقة الرياضى فى نفسه ، وفى تدعيم الحالة النفسية السلبية ، بينما الأفضل أن يعتاد الرياضى التفكير الإيجابى الذى يدعم ثقته فى نفسه ، مثل مراجعة خبرات النجاح السابقة تذكر أفضل مستوى أداء سابق التركيز على تحقيق أهداف الأداء وبذل الجهد بصرف النظر عن النتائج . (٣: ٤١٧)

٦/٨- مناقشة النتائج الخاصة بنسب المساهمة لعلاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين :

ويتضح من الجدول رقم (٢٩) ، نتائج تحليل التباين (ANOVA) ودلالات المعامل الثابت للإنحدار (التنبؤ) ومعامل التعيين (مربع الإرتباط) ومعامل الإنحدار وقيمة (ت) بين مقياس تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده مدى ترابط ووضوح علاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده ، حيث إستقرت نسب المساهمات الدالة حصائياً عند مستوى (١٠٠٪) ، مما يدل على وجود علاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين وبذلك يتحقق صحة التساؤل (الفرض) السادس والذى يشير هذا التحقق إلى وجود علاقة الأثر دالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين.

ويتضح أهمية علاقة الأثر بين تنظيم الطاقة العقلية و كلاً من "الوعى والإدراك" ، "السيطرة والتحكم" الثقة والتفاؤل" ، "الطاقة العالية " بالنسبة لأداء اللاعب الرياضى ، تأسيساً على أن الطاقة البدنية تؤثر فى الطاقة النفسية ، بإعتبار أن لياقة الجسم تعتبر جزءاً هاماً من الصحة العقلية ، وإن التعب الجسمى قد يوهن من العزيمة لتحقيق المكسب ومن ناحية أخرى فإن الطاقة النفسية تؤثر بدورها فى الطاقة البدنية فالذهن عندما يكون يقظاً أوهادئاً فإن ذلك ينعكس على أعضاء الجسم ، ومن هنا تتضح أهمية الدور الذى يقوم به المدرب لتحقيق التكامل بين الطاقة البدنية والعقلية حتى يصل الرياضى إلى الحالة النفسية البدنية المثلى Optimal Psycho-Physical State ، فعندما يفتقد الرياضى المقدار الملائم من الطاقة العقلية ، فإن الحاجة تكون ملحة لتعبئته نفسياً أى تحفيزه وإستثارة الدافعية لدية ، أما إذا كان الرياضى لدية طاقة عقلية مرتفعة

جداً بسبب القلق أو الغضب ، فإن الحاجة تصبح ضرورة تهدئته والبحث عن الأساليب الملائمة لتحقيق ذلك. (٢: ١٢٥)

وهذا يتفق مع نتائج دراسات كلاً من (محمد السيد محمد محمد علي عسكر) (٢٠٢١م) (١٠) والتى تشير إلى أن البرنامج المقترح للتعبئة العقلية له تأثير إيجابي على تحسين المهارات العقلية (القدرة على الاسترخاء – التصور العقلي– تركيز الانتباه– حديث الذات) والبرنامج المقترح للتعبئة العقلية له تأثير إيجابي على الطاقة النفسية لصالح القياس البعدي" والبرنامج المقترح للتعبئة العقلية له تأثير إيجابي على حالة قلق المنافسة الرياضية لصالح القياس البعدي" ، وكان من أهم التوصيات أهمية الدمج والتكامل بين الجانب العقلي والبدني والمهارى لتحقيق أقصى استفادة في تطوير دقة الأداء للاعبي الأنشطة الفردية والجماعية" والاهتمام بالمهارات العقلية الأساسية والتخصصية لنوع النشاط الرياضي كطريقة نحو الاستفادة من التدريب العقلي في المجال الرياضي حيث أنه أحد الأبعاد الرئيسية في التدريب الرياضي الحديث، وضرورة الاهتمام بالتعبئة العقلية لما له من تأثير في تحسين المهارات العقلية (القدرة على الاسترخاء– التصور العقلي– تركيز الانتباه– حديث الذات)، حالة قلق المنافسة الرياضية، وأهمية العمل على تخصيص الوقت المطلوب للإعداد النفسي بوجه عام والتدريب العقلي بوجه خاص حتى يمكن الاستفادة من معطيات علم النفس الرياضي، والتي ثبت صلاحيتها في تطوير مستوى الأداء. و(محمد السيد الششتاوى) (٢٠٢٠م) (٩) والتى تشير إلى عدة نتائج ومن أبرزها وجود فروق بين متوسطات درجات مقياس الطاقة النفسية وفقاً لأنماط دافعية الإنجاز الرياضي لدي لاعبي الأنشطة الرياضية الفردية ، ويوصى الباحث بضرورة الاستفادة بالصورة الكاملة والمستخلصة لخصائص الطاقة النفسية للاعبي الأنشطة الرياضية الفردية في وضع الاستراتيجيات العقلية والمعرفية لتحقيق أقصي أداء رياضي ممكن ومواجهة ضغوط التدريب والمنافسة. ، و(علاء عبد القادر) (٢٠٢٠م) (٧) والتى تشير إلى أن المنهج الخاص بالتعبئة النفسية كان ذو فاعلية في تطوير القدرات البدنية والطاقة النفسية لدى أفراد عينة البحث. ، و(Laura Walton) (٢٠١٨م) (٢٦) ، والتى أشارت إلى إقتراح نموذجًا جديدًا كمساهم فى تقديم أحد الأساليب النفسية لإدارة إستجابات الخوف للغواصين ، الإستخدامات المحتملة للنموذج هي : ١- توفير إطارًا بسيطًا للغواصين لفهم بداية الخوف ، ٢- تعزيز الحاجة إلى التدريب المناسب ٣- صف أهمية البقاء على قيد الحياة ضمن معايير التدريب والمؤهلات والقيود الشخصية. ، ٤- دعم مفهوم المدرب والغواص للعوامل الفردية في إستجابات الخوف (مثل الحالات النفسية) مع التركيز بشكل أكبر على اللياقة النفسية للغوص ، ٥- لفت الانتباه إلى مناهج تطوير التنظيم الإنفعالى وتعزيز المسؤولية الفردية.

وهذا زاد من الإهتمام بعمليات الضبط أو التنظيم الذاتى ، حيث تعتبر من أهم العوامل المميزة لتحقيق التكيف وهى قدرة الأفراد على إجراء تغييرات نفسية وفسيولوجية وسلوكية للبقاء على قيد الحياة بشكل أفضل في المجتمع وتحقيق حالة متناغمة مع المجتمع ، حيث يتوافق السلوك للتكيف مع الإتصال الشخصى ، بما في ذلك القدرة الاجتماعية ، والقدرة على المواجهه ، والقدرة على إقامة العلاقات الشخصية ، حيث يشار إلى التنظيم الذاتى كمفهوم ذو مدى واسع فى مجالات البحث بما في ذلك علم النفس الاجتماعي والصحة النفسية والطب السلوكي وعلوم الرياضة ، ويعرف على أنه إنعكاس لقدرة الفرد على السيطرة على ميول الإستجابة السائدة وتنظيم السلوك والأفكار والإنفعالات لتحقيق الأهداف المرغوبة (طويلة الأجل) ، و يُنظر إليه على أنه انعكاس للعمليات المعرفية المحددة التي يمكن للأفراد إستخدامها لتحسين فعاليتهم في الحياة.

(٣٣: ٢) (٣١: ١-٢)

وتعتمد متطلبات التنظيم الناجح على وعي الرياضيين بنوع خبراتهم ، وكيف يمكن أن تؤثر على أدائهم وتتميز خبرات الرياضيين بالعديد من الجوانب المترابطة ، بما في ذلك المكونات النفسية (مثل الإنفعالية والمعرفية والدافعية والإرادية) والبيولوجية (أي البدنية والحركية والسلوكية) والاجتماعية (أي التفاعلية والتواصلية) ، والتي تشكل معًا ما يسمى بالحالات النفسية الاجتماعية ، على العكس من ذلك ، فإن الحالات النفسية الاجتماعية المختلة (ممتعة أو غير سارة) هي تلك التي تعكس نقص الطاقة أو كفاح الرياضي لتوجيه الطاقة بشكل مناسب ، مما يؤدي إلى تشتيت الانتباه عن المهمة التي يقوم بها ، أو التحكم الواعي الزائد في العمليات التي تتطلب القليل من تركيز الإنتباه. (٢٧: ٢)

ولذلك كان من الأهمية التعرف على مصادر الطاقة العقلية الإيجابية ، حيث تؤثر فى تحسين الأداء الرياضى فى أنها تساعد اللاعب على الإندماج فى الأداء والتركيز العميق و الثقة فى النفس ، والقوة والسيطرة على مواقف التحدى الصعبة ، إما مصادر الطاقة العقلية السلبية تؤثر سلبياً على الأداء لأنها تؤدى إلى زيادة التوتر العضلى ، وتجعل الإنتباه محدوداً وتضعف التركيز ، وتؤدى إلى سرعة التعب الناتج عن التوتر. (٥: ١٩١)

وهذا يتفق مع نتائج دراسات كلاً من(Shiow-Fang Shieh وآخرون) (٢٠٢٣م) (٢٨) والتى تشير إلى وجود علاقة إرتباطية إيجابية لعدد (٦) عوامل للطاقة العقلية وهى " الدافعية ، بذل الجهد ، الهدوء والنشاط ، الثقة ، التركيز" وبين الأداء فى منافسة الكرة الطائرة وتشير النتائج إلى تحقيق فرض الدراسة من علاقة الطاقة العقلية بالأداء الموضوعي في المنافسة وتوصى هذه الدراسة بأهمية إجراء الدراسات المستقبلية لبحث تأثيرات الطاقة العقلية على الرياضات المختلفة

ذات مؤشرات أداء مختلفة. و(Wen-Chuan Chuang وآخرون) (٢٠٢٢م) (٣٢) والتى تشير إلى نتائج الدراسة رقم (١) ، على وجود علاقة إرتباطية بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة للاعبي تنس الطاولة من النخبة المعوقين بدنياً ، أسفرت نتائج الدراسة رقم (٢) وجود علاقة إرتباطية بين الطاقة العقلية والأداء قبل المنافسة للاعبي تنس الطاولة على المستوى الوطني المعاقين بدنياً وتوصى هذه الدراسة بضرورة إجراء دراسات مستقبلية لبحث العلاقة بين الطاقة العقلية والأداء لدى المعاقين والأصحاء بدنياً من الرياضيين فى الرياضات المختلفة. و(Ahmet Islam) (٢٠٢٢م) (١٨) والتى تشير إلى وجود علاقة إرتباطية إيجابية بين الإتجاهات نحو المصارعة والطاقة العقلية الرياضية ، وعلاقة ارتباطية إيجابية بين الطاقة العقلية الرياضية والشجاعة الرياضية وعلاقة إرتباط إيجابية بين الإتجاهات نحو المصارعة و الشجاعة الرياضية بالإضافة ، إلى أن الطاقة العقلية الرياضية تؤدى دورًا وسيطًا كاملاً بين الشجاعة الرياضية والإتجاهات نحو المصارعة ، وتشير النتائج أيضًا إلى تأثيرات الطاقة العقلية الرياضية على الأداء الرياضي ، يجب على المصارعين تطوير الإتجاهات الإيجابية نحو المصارعة وبناء الشجاعة لتحقيق مستوى الأداء المرتفع خلال المنافسات. (Charles H Van Wijk وآخرون) (٢٠٢٠م) (٢٠) والتى تشير إلى أن زيادة معدل إضطربات الحالة المزاجية والقلق الشائع يعكس تقديرات المجتمع ، بما يشير إلى أن حالات الصحة العقلية الشائعة في كل من الغواصين الرياضيين والبحرية قد تتوافق بشكل عام مع تقديرات المجتمع إذا كان هذا هو الحال في بيئة الغوص المهنية ، فقد يكون من المفيد إدراج شكل من أشكال فحص الصحة العقلية الرسمي أثناء الفحوصات الطبية للغوص التجاري.

٩- الإستنتاجات والتوصيات :

٩/١- الإستنتاجات : في ضوء أهداف ونتائج البحث الإحصائية توصل الباحث إلي الاستنتاجات التالية:

١/١/٩ إستنباط أداه نفسية (مقياس تنظيم الطاقة العقلية) للغواصين رباعى الأبعاد البعد الأول (الوعى والإدراك) والبعد الثانى (السيطرة والتحكم) و البعد الثالث (الثقة والتفاؤل) والبعد الرابع (الطاقة العالية) يمثلوا البعد العام الذى يتضمن عدد (٣٥) عبارة.

٢/١/٩ تم التوصل إلى إستقصاء نفسى يسهم فى التعرف على تنظيم الطاقة العقلية للغواصين.

٣/١/٩ تم التوصل إلى مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين لقياس مدى فاعلية الأداء بين الغواصين كإجراء وقائى قبل وأثناء وبعد الأداء تحت الماء .

٤/١/٩ بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ذات معامل صدق مرتفع ودال إحصائياً.

٥/١/٩ بناء مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين ذات معامل ثبات مرتفع ودال إحصائياً.

٦/١/٩ التوصل لبناء عاملى لمقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين رباعى الأبعاد يمثلوا البعد العام.

٧/١/٩ وجود علاقة إرتباطية مرتفعة ودالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعاده للغواصين ، حيث تم إستخلاص عدد (١٠) معامل إرتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) .

٨/١/٩ وجود علاقة تنبوية مرتفعة ودالة إحصائياً بين تنظيم الطاقة العقلية وأبعادة للغواصين ، حيث تم إستخلاص عدد (١٢) معادلة تنبؤية دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بنسبة مساهمة (١٠٠٪).

٩/٢- التوصيات : في ضوء أهداف ونتائج البحث الإحصائية يوصى الباحث بالآتى:

١/٢/٩ الإهتمام بتطبيق مقياس تنظيم الطاقة العقلية للغواصين بشكل دوري على الغواصين قبل وأثناء وبعد ممارسة رياضة الغوص.

٢/٢/٩ التعرف على تنظيم الطاقة العقلية للغواصين وتحديد درجة كل غواص على المقياس وفقاً لكل بعد من أبعاده للتعرف على مستويات فاعلية الأداء لتحديد إلى أى مدى تحتاج هذه السمة إلى تدعيم ومعالجة.

٣/٢/٩ تستخدم الدراسات المستقبلية مقياس الطاقة العقلية الرياضية لإختبار علاقاتها بالآثار المعرفية والأداء الغواصين.

٤/٢/٩ الإهتمام بتطبيق مقياس تنظيم الطاقة العقلية بما يتيح إنتقاء أفضل العناصر من الغواصين وفقاً لأبعادة وتحقيقاً للأمان المستقبلى فى رياضة الغوص.

قائمة المراجع

١/١٠- المراجع باللغة العربية :

١- إبراهيم على إبراهيم يوسف : بناء مقياس الذكاءات المتعددة للاعبى المستويات الرياضية العالية الطبعة الأولى مؤسسة عالم الرياضة للنشر ، الإسكندرية (٢٠١٧م).

٢- أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة " المفاهيم – التطبيقات" ، دار الفكر العربى للنشر القاهرة (٢٠٠٧م).

٣- أسامة كامل راتب : الإعداد النفسى للناشئين " دليل للإرشاد والتوجيه للمدربين والإداريين وأولياء الأمور ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة (٢٠٠٥م).

٤- إسامة كامل راتب : النشاط البدنى و الإسترخاء " مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة" سلسلة المراجع فى التربية وعلم النفس " الكتاب الحادى والثلاثون" الطبعة الأولى ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة (٢٠٠٤م).

٥- أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية فى المجال الرياضى، الطبعة الثانية (مزيدة ومنقحة) ، دار الفكر العربى للنشر ، القاهرة (٢٠٠٤م).

٦- بثينة محمد فاضل : موسوعة القياس النفسى فى التربية البدنية والرياضة ، إنتاج علمى قسم العلوم التربوية والنفسية والإجتماعية ، كلية التربية الرياضية للبنات جامعة الإسكندرية ، الطبعة الأولى ، مؤسسة عالم الرياضة للنشر الإسكندرية (٢٠١٨م).

٧- علاء عبد القادر: تأثير منهج للتعبئة في الطاقة النفسية وبعض القدرات البدنية لحكام كرة القدم ، مجلة الأطروحة – علوم الرياضة ، دار الأطروحة للنشر العلمى مجلد (٥) ، العدد (١) ، عدد الصفحات ١١٣-١٢٢ ، (٢٠٢٠م).

٨- عماد محمد أحمد مخيمر: إستبيان الصلابة النفسية " دليل الإستبيان" ، مكتبة الأنجلو المصرية بالقاهرة (٢٠٠٢م).

٩- محمد السيد الششتاوى: الفروق في الطاقة النفسية وفقا لأنماط دافعية الإنجاز الرياضي لمجموعات مختارة من الرياضيين ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان ، مجلد (٤) ، العدد (٩٠) ، عدد الصفحات ٤٩٣-٥٣٠ ، سبتمبر(٢٠٢٠م).

١٠- محمد السيد محمد محمد علي عسكر: فاعلية برنامج تعبئة عقلية على الطاقة النفسية وحالة قلق المنافسة الرياضية للاعبي كرة القدم ، مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية ،

كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، مجلد (٢) ، العدد (٥٦) عدد الصفحات ٦٤٨-٦٧٢ ، مارس (٢٠٢١م).

١١- محمد العربى شمعون وماجدة محمد إسماعيل: اللاعب والتدريب العقلى ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى (٢٠٠١م).

١٢- محمد العربى شمعون: علم النفس الرياضى والقياس النفسى ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى (١٩٩٩م).

١٣- محمد العربى شمعون: التدريب العقلى في المجال الرياضى ، دار الفكر العربى ، الطبعة الأولى (١٩٩٦م).

١٤- مصطفى باهى و سمير جاد: سيكولوجية الأداء الرياضى " نظريات ، تحليلات ، تطبيقات "، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة (٢٠٠٦م).

١٥- مصطفى حسين باهي وآخرون: التحليل العاملي (النظرية – التطبيق) ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة (٢٠٠٢م)

١٦- منى مختار المرسى عبد العزيز: سيكولوجية المنافسات الرياضية ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر القاهرة (٢٠٢٠م).

٢/١٠- المراجع باللغة الأجنبية :

17- Ahmet İslam: The Effect of Athletic Mental Energy on Sports Mental Training and Sports Courage in Rugby Players, Journal of Educational Issues, Vol.8, Issue No (2),PP 679-697, (2022). https://eric.ed.gov/?id=EJ1362027

18- Ahmet Islam: The effect of athletic mental energy on wrestlers' sports courage and attitudes toward wrestling, Journal of Physical Education of Students, Vol.26, Issue No (5) ,PP 247-255, (2022). https://sportedu.org.ua/index.php/PES/article/view/1720

19- Aydıner Birsin Yıldız,et al: The relationship between athletic mental energy and eating behaviors, Journal of Nutrition and Internal Medicine, Sports and Medical Sciences, Vol. 22, Issue (2),PP 1-6, (2020). https://www.mattioli1885journals.com/index.php/progressinnutrition/article/view/10547

20- Charles H Van Wijk, et al: Common mental health conditions among navy divers: A brief report, International Journal of Diving and Hyperbaric Medicine (DHM) , Vol.50, Issue No (4),PP 417-420, (2020). https://www.mdpi.com/1660-4601/18/24/13317

21- Esin kaplan and Berkan bozdag: The Relationship of Use of Imagery in Sports with Athletic Mental Energy, Mediterranean Journal of Sport Science, Vol.5, Issue No (4) ,PP 892-903, (2022). https://doi.org/10.38021asbid.1162677

22- Fabian Steinberg and Michael Doppelmayr : Executive Functions of Divers Are Selectively Impaired at 20-Meter Water Depth, Journal of Frontiers in Psychology , Vol. 8, PP 1-14, (2017). https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01000/full

23- Feng-Hua Tsai, et al: Anxiety impact on scuba performance and underwater cognitive processing ability, Journal of the South Pacific Underwater Medicine Society, Vol.50, Issue No (2),PP 130-134, (2020). https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32557414/

24- Frank J. H. Lu ,et al: Measuring Athletic Mental Energy (AME): Instrument Development and Validation, Journal of Frontiers in Psychology Vol. 9, PP 1-15, (2018). https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2018.02363/full

25- Joško Sindik , et al: Preliminary psychometric validation of the Multidimensional inventory of sport excellence: attention scales and mental energy , Montenegrin Journal of Sports Science and Medicine , Vol. 4, Issue (2),PP 17-28, (2015). https://www.mjssm.me/?sekcija=article&artid=113

26- Laura Walton, et al: The panic triangle: onset of panic in scuba divers, Journal of Undersea and Hyperbaric Medical Society , Vol.45, ,PP 505-509, (2018). https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30428239/

27- Montse C. Ruiz, et al: Self-Regulation in High-Level Ice Hockey Players: An Application of the MuSt Theory, International Journal of Environmental Research and Public Health, Vol.18, Issue No (24),PP 1-12, (2021). https://www.mdpi.com/1660-4601/18/24/13317

28- Shiow-Fang Shieh,et al: Influence of mental energy on volleyball competition performance: a field test, Journal of life and environ- ment, Section Brain, Cognition and Mental Health, PP 1-15, (2023). https://peerj.com/articles/15109/

29- Shiow-Shya Chiou, et al: Seeking Positive Strengths in Buffering Athletes' Life Stress–Burnout Relationship: The Moderating Roles of Athletic Mental Energy, Journal of Frontiers in Psychology , Vol. 10, PP 1-12, (2020). https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2019.03007/full

30- Taylor CL , et al : Objective neuropsychological test performance of prof- essional divers reporting a subjective complaint of "for- getfulness or loss of concentration, Scandinavian Jou - rnal of Work, Environment & Health, Vol.32, Issue No (4),PP 310-317, (2006). https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16932829/

31- Wei Lianga, et al: Further examination of the psychometric properties of the Brief Self-Control Scale: evidence from Chinese ath-
letes and students, International Journal of Sport and Exercise Psychology, PP 16-35, (2020).
https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1612197X.2020.1827000?journalCode=rijs20

32- Wen-Chuan Chuang , et al : Pre-competition mental energy and performance relationships among physically disabled table tennis players, Journal of life and environment, Section Brain, Cognition and Mental Health, PP 1-17, (2022). https://peerj.com/articles/13294/#related-research

33- Yanying Liu, et al: Effect of physical exercise on social adaptability of college students: Chain intermediary effect of social-emotional competency and self-esteem, Journal of Frontiers in Psychology , Vol. 14, PP 1-10, (2023).
https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1120925/