



بناء مقياس البرمجة اللغوية العصبية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات

* أ.د/محمد إبراهيم الباقرى
** أ.د/ أمل صلاح سرور
*** أ.د/مشيرة إبراهيم العجمى
**** منى يحيى أمين البصال

مقدمة ومشكلة البحث

ينظر إلي الرياضي باعتبار إنسانا يفكر، ويشعر ويتخيل، ويمتلك مصادر نفسية وعقلية متنوعة، وأن نجاحه في الأداء الرياضي يتوقف علي مدي فهمه ومعرفته بتلك المصادر وكيف يمكن الإستفادة منها.

ويقرر معظم رياضي المستوى العالمي أن تفوقهم في مواقف المنافسة الرياضية يعتمد أساسا علي مدي إستفادتهم من قدراتهم العقلية، وأن هذه القدرات العقلية هي التي تجعلهم يستطيعون تعبئة قدراتهم وطاقاتهم حتي أقصى درجة ممكنة، فالأداء الرياضي الناجح هو نتاج كل القوي البدنية والعقلية وهما كوجهي العملة لا نستطيع أن نفصل بينهما .

يشير **محمد العربي** (١٩٩٦) الى أن التدريب العقلي يقدم اجراءات ووسائل معرفية تعمل علي امداد اللاعبين بالطرق المناسبة التي تساهم فى التحكم فى الافكار وتعديل السلوك وزيادة القدرة علي التصور العقلي، من خلال التدريب المنتظم، مع الاستعانة بالعبارات الايجابية والاسترجاع العقلي الذى يؤدى لتصور عقلي أفضل للأداء الجيد.

ويري " **محمد العربي** " (٢٠٠١ م) : أن البرمجة اللغوية العصبية NLP هي أحد برامج التدريب العقلي التي ظهرت كأسلوب علمي لإحداث التكامل بين كلا من طرق التفكير الانساني، والبناء اللغوي، والقوي الداخلية والوجدانية، حيث يبحث هذا العلم عن كيفية العمل علي الإستفادة من هذا المكونات الثلاثة لإيجاد قوي دافعة تقود الإنسان بصورة دائمة نحو التغيير للأفضل (٣١ : ١٨) ، ويضيف " **HARRY 2007** " إلي أن البرمجة اللغوية العصبية تمثل القوة الثالثة في علم النفس الإيجابي وهذا يتطلب التركيز علي الطاقات البشرية الحركية، وذلك عن طريق معمل

* أستاذ علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات

** أستاذ التمرينات بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات

*** أستاذ التمرينات بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات.

**** مدرس مساعد بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات.





العقل الذي أنعم الله سبحانه وتعالى به علي الإنسانية ليميزها به عن سائر المخلوقات لمواجهة المنافسات بما فيها من مواقف وتحقيق أعلى المستويات (٣٩ : ٦٧)

ويرى " محمد لطفي " (٢٠٠٢ م) : وبناء علي ذلك فالبرمجة اللغوية العصبية يمكن أن تسهم في إمداد الطالبة المتعلمة بطرق تساعدك لكي تصبح أكثر كفاءة وفاعلية في أداء المهارات الرياضية وأكثر تحكما في الأنفعالات والأفكار والسلوك وأفضل في القدرة علي إنجاز الأهداف وأكثر إيجابية مع البيئة المحيطة ، والتحكم في جسمها لأداء مهارات الجمباز المختلفة (٢٩ : ٧٩)

وقد لاحظت الباحثة أن الطالبات تواجه بشكل عام وطلاب التربية الرياضية على وجه الخصوص عدد من الظواهر النفسية السلبية والتي يمكن أن تؤثر على أدائهم أو إنجازهم خلال الاختبارات المهارية وما ينتج عنها من تقييم سلبي ومتكرر من قبلهم لأدائهم البدني والذي يمكن أن يكون السبب الرئيس في ظهور الظواهر السلبية لديهم وعدم الثبوت على رأي ونتيجة محددة فكرة كانت أو حركة وبالتالي عدم المرور إلى مرحلة التنفيذ الكاملة والاستجابة الحركية الكاملة لها والانتقال إلى فكرة أخرى أو سلوك آخر قبل أن يتم تنفيذ الواجب الحركي الأول فيقع الرياضي في حالة من فشل . مما دفع الباحثي الى محاولة التعرف علي شخصية الطالبات وطريقة تفكيرهم وسلوكهم وأدائه وقيمة والعوائق التي تقف في طريق إبداعه وتقوّه ، والتعرف على الأدوات والطرق يمكن بها إحداث التغيير الإيجابي المطلوب في تفكيرهن وسلوكهن وشعورهن وقدرتهن علي تحقيق أهدافهن .

هدف البحث:

يهدف البحث بناء مقياس البرمجة اللغوية العصبية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات.

تساؤل البحث:

١- هل يمكن بناء مقياس البرمجة اللغوية العصبية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات ؟

مصطلحات البحث:

البرمجة اللغوية العصبية NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING

يعرفها " مصطفى عبد السلام " (٢٠٠٨ م) : هي علم يكتشف عالم الانسان الداخلي وطاقتة الكامنة ويمدنا بأدوات ومهارات نستطيع بها التعرف علي شخصية الانسان وطريقة تفكيره وسلوكه





وأداة وقيمة والعوائق التي تقف في طريق إبداعه وتفوقه ،كما يمدنا بأدوات وطرق يمكن بها إحداث التغيير الإيجابي المطلوب في تفكير الانسان وسلوكه وشعوره وقدرته علي تحقيق أهدافه (٢٨ : ٦٩)
أولاً : منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث.

ثانياً : مجتمع البحث :

طالبات الفرقة الثانية والثالثة والرابعة بكلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات للعام الدراسي (٢٠١٨ / ٢٠١٩ م) والبالغ عددهم ٢٤٠ طالبة وهم ضعاف المستوى المهارى في مواد الجمباز والتمرينات .

ثالثاً: عينة البحث:

جدول رقم (١)

توصيف وعينة البحث

ن = ٢٤٠

نوع العينة	العدد (ن)	المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
عينة التطبيق	٢٧٠	الطول	سم	163.5833	161.5000	2.27251	- .146
		السن	سنة	19.8489	20.0000	.74748	.186
		الوزن	كجم	67.6111	66.0000	2.16831	.891
العينة الاساسية لتقنين المقياس	١٤٠	الطول	سم	165.8056	164.0000	2.33529	- .172
		السن	سنة	19.8889	20.0000	.73908	.180
		الوزن	كجم	67.8778	65.0000	2.31260	.699

ينحصر الالتواء بين (٣_+)

خطوات بناء مقياس البرمجة اللغوية العصبية:

أولاً : مراجعة الاطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة و المراجع والبحوث العربية والاجنبية
 بموضوع التردد النفسى فى مجال علم النفس وعلم النفس الرياضى والتي تناولت البرمجة اللغوية





العصبية محمد أحمد عبد اللطيف (٢٠١١) و دراسه مني كمال حجازي ٢٠١٢ و دراسه ايمان سيد

أحمد ٢٠١٤

ثانيا : مراجعة قوائم ومقاييس البرمجة اللغوية العصبية التي سبق إعدادها في مجال على النفس

الرياضي : (٢٠٠٧) و محمد عبد اللطيف ٢٠١١ ودراسة أحمد المعشني ٢٠٠٦

ثالثا : تحديد المحاور والعبارات لمقياس البرمجة اللغوية العصبية لطالبات كلية التربية الرياضية جامعة مدينة السادات .

من خلال الخطوتين السابقتين قام الباحث وتحديد العوامل وبصياغة العبارات في ضوء الفهم والتحليل النظري حيث تم إعداد العوامل والعبارات وعرضها على السادة الخبراء وتكونت الصورة الاولى للمقياس من (٦) عوامل تتدرج تحتها (٤٠) عبارة وقد راعى الباحث في صياغة العبارات ما يلي :

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة .
- أن لا توحى العبارة بنوع الاستجابة .
- أن لا تشمل العبارة على أكثر من معنى .
- رابعاً : عرض العوامل و العبارات المقترحة على السادة الخبراء :

قام الباحث بعرض العوامل و العبارات المقترحة للمقياس في صورته الاولى على تسعة من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي مرفق (٣) ، وذلك بهدف التعرف على :

- مدى سلامة الصياغة للعبارة المقترحة ومناسبتها للمقياس
 - حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى
 - مفتاح التصحيح المناسب .
- وقد توصلت الباحثة من خلال استطلاع رأى الخبراء الى ما يلي : -

١- تحديد العوامل المناسبة للمقياس ويوضح جدول (٢) النسبة المئوية لأراء الخبراء حول مناسبة محاور المقياس





جدول (٢)

النسبة المئوية لآراء الخبراء حول مناسبة محاور المقياس

ن=٩

م	العوامل	نسبة الاتفاق	تكرار الموافقة
١	الخبرة الذاتية المتوازنة للطلّابة	%١٠٠	٩
٢	التغذية الراجعة (إرهاف الحواس)	%٨٨.٨٨	٨
٣	الافتراضات المُسبقة للبرمجة اللغوية العصبية	%٤٤.٤٤	٤
٤	الألفة وجودة العلاقة	%٨٨.٨٨	٨
٥	الحصيلة ماذا تريد أن تحقق	%٨٨.٨٨	٨
٦	المرونة	%٥٥.٥٥	٥

يوضح جدول (٣) الخاص بآراء الخبراء حول أهم عوامل المقياس وقد ارتضت الباحثة نسبة أعلى من (٨٠ %). وتم حذف محور الافتراضات المُسبقة للبرمجة اللغوية العصبية و محور لمرونة

٢- حذف بعض العبارات من المقياس

٣- تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات ويوضح جدول (٣) العبارات النهائية بعد الحذف وإعادة الصياغة .

جدول (٣)

عدد العبارات النهائية بعد استطلاع رأى الخبراء

م	العوامل	صورتها الاولى عدد العبارات في	صورتها الاولى عدد العبارات في	أرقام العبارات في	إعادة الصياغة		العبارات المستبعدة		عدد العبارات	صورتها النهائية عدد العبارات في	صورتها النهائية أرقام العبارات في
					العدد	رقم العبارة	العدد	رقم العبارة			
١	الخبرة الذاتية المتوازنة للطلّابة	١٣	١٣:١	٢	٧-١	٥	٨-٤ ٩-١١ ١٢	-	٨	٨:١	
٢	التغذية الراجعة (إرهاف الحواس)	١٨	٣١:١٤	٢	٢٣- ٢٦	٧	١٥- ١٦- ١٨-٢٢ ٢٥-٢٦ ٣٠	-	١١	١٩:٩	





٣	الألفة وجودة العلاقة	١٩	٥٠ : ٣٢	-	-	٩	٣٧-٣٣ ٤٠-٣٩ ٤٥-٤٣ ٤٧-٤٦ ٥٠	-	١٠	٢٠ : ٢٩
٤	الحصيلة ماذا تريد أن تحقق	١٣	٦٣ : ٥١	-	-	٦	٥٥-٥٣ ٥٨-٥٦ ٦١-٦٠	-	٧	٣٠ : ٣٦

يوضح جدول (٣) عدد العبارات لكل محور قبل وبعد العرض على الخبراء

٤- مدى ملائمة مفتاح التصحيح للإجابة على العبارات .

جدول (٤)

العبارات	نعم	إلى حد ما	لا
الأيجابية	٣	٢	١

خامساً : الدراسة الاستطلاعية :

قامت الباحثة بإجراء الدراسة الاستطلاعية خلال الفترة من ٨/٢٤ / ٢٠١٨ م الى الفترة ٢٨ / ٨ / ٢٠١٨ م

٢٠١٨ م وذلك لتحقيق من التالي :

- التأكد من فهم أفراد العينة للمحاور والعبارات .
- التأكد من فهم أفراد العينة لشروط وتعليمات تطبيق المقياس .
- التعرف على فترة الإجابة على المقياس المناسبة .
- التعرف على أفضل عدد من الممكن التعامل معه في اليوم الواحد والذي يمكن للباحثة من التطبيق على العينة في الصورة النهائية .
- إستخراج المعاملات العلمية .

إجراءات الدراسة الاساسية :

قام الباحث بتطبيق المقياس على العينة الاساسية وذلك في الفترة من ٣١ / ٨ / ٢٠١٨ م الى الفترة ١١ / ٩ / ٢٠١٨ م وبعد التطبيق قام الباحث بتصحيح المقياس ورصد الدرجات الخام للمعالجة الاحصائية .





أولاً : الوصف الاحصائي :

يتضمن حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوسيط ومعامل الالتواء وذلك لعينة البحث الاساسية (١٤٠) طالبة ويبين ذلك جدول (٥) .

جدول (٥)

الوصف الأحصائي للمتغيرات قيد البحث

ن=١٤٠

رقم العبارة	المتوسط	الوسيط	معامل الانحراف	معامل الالتواء
١.	1.4222	4.0000	.75930	-.577
٢.	1.2667	4.0000	.62064	-1.134
٣.	.7778	4.0000	.66002	-1.276
٤.	.4889	4.0000	.53351	-.129
٥.	1.5333	4.0000	.79680	-.750
٦.	1.2889	4.0000	.74766	-.524
٧.	1.6444	4.0000	.78587	-.717
٨.	1.4667	3.0000	.70405	-.237
٩.	1.1778	4.0000	.76344	-.561
١٠.	.8000	4.0000	.78508	-.739
١١.	.6000	4.0000	.88438	-1.078
١٢.	1.5111	3.0000	.66012	0.000
١٣.	1.00	4.0000	.85221	-.876
١٤.	1.6667	4.0000	.87775	-1.146
١٥.	1.6667	4.0000	.82201	-.702
١٦.	1.5556	4.0000	.82489	-.908
١٧.	.9333	4.0000	.80799	-.758
١٨.	.8667	4.0000	.76751	-.545
١٩.	1.5333	4.0000	.76425	-.389
٢٠.	1.8222	4.0000	.79680	-.750
٢١.	.9556	4.0000	.74766	-.524





٠.٢٢	٠.٧٥٥٦	٤.٠٠٠٠	٠.٧٨٥٨٧	٠.٧١٧-
٠.٢٣	١.٤٢٢٢	٣.٠٠٠٠	٠.٧٠٤٠٥	٠.٢٣٧-
٠.٢٤	٠.٩٣٣٣	٤.٠٠٠٠	٠.٧٦٣٤٤	٠.٥٦١-
٠.٢٥	١.٠٢٢٢	٤.٠٠٠٠	٠.٧٨٥٠٨	٠.٧٣٩-
٠.٢٦	١.٣٣٣٣	٤.٠٠٠٠	٠.٧٥٩٣٠	٠.٥٧٧-
٠.٢٧	١.١٧٧٨	٤.٠٠٠٠	٠.٦٢٠٦٤	٠.١٣٤-
٠.٢٨	٠.٩٥٥٦	٤.٠٠٠٠	٠.٦٦٠٠٢	٠.٢٧٦-
٠.٢٩	١.١٥٥٦	٤.٠٠٠٠	٠.٥٣٣٥١	٠.١٢٩-
٠.٣٠	٠.٨٨٨٩	٤.٠٠٠٠	٠.٧٩٦٨٠	٠.٧٥٠-
٠.٣١	١.٢٢٢٢	٤.٠٠٠٠	٠.٧٤٧٦٦	٠.٥٢٤-
٠.٣٢	١.٥٥٥٦	٤.٠٠٠٠	٠.٨٠٧٩٩	٠.٧٥٨-
٠.٣٣	١.٦٨٨٩	٤.٠٠٠٠	٠.٧٦٧٥١	٠.٥٤٥-
٠.٣٤	١.٥٣٣٣	٤.٠٠٠٠	٠.٧٦٤٢٥	٠.٣٨٩-
٠.٣٥	٠.٥٣٣٣	٤.٠٠٠٠	٠.٧٩٦٨٠	٠.٧٥٠-
٠.٣٦	٠.٦٠٠٠	٤.٠٠٠٠	٠.٧٤٧٦٦	٠.٥٢٤-

يتضح من جدول (٥) أن قيمة معامل الالتواء تراوحت ما بين (2.940 ، -0.053)

أى انحصرت ما بين +٣ مما يدل على أن البيانات متجانسة .

ثانياً : حساب المعاملات العلمية لمقياس البرمجة لطالبات التربية الرياضية.

١- صدق المقياس

أ- قائمة الباحثة بعرض عبارات المقياس على السادة الخبراء السابق الاشارة اليهم وذلك لابداء

الرأى

ب- صدق الاتساق الداخلى : تم حساب قيمة معامل ارتباط درجة كل عبارة بالدرجة الكلية

للمحور التابعه له وذلك على العينة الاساسية كما موضح فى جدول رقم (٦) ، (٧)

جدول (٦)

معامل الارتباط بين العبارة ومجموع العامل الأول الخبرة الذاتية المتوازنة للطالبة

ومجموع العامل الثانى " التغذية الراجعة (إرهاف الحواس) "





ن = ١٤٠

معامل الارتباط بين عبارة العامل و المقياس ككل	معامل الارتباط بين العبارة ومجموع العامل	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	رقم العبارة	معامل الارتباط بين عبارة العامل و المقياس ككل	معامل الارتباط بين العبارة ومجموع العامل	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	رقم العبارة
.908*	.858*	.7593	1.200	.١	.878*	.831*	.8522	1.022	1
*	*	0	0		*	*	1	2	
.186*	.226*	.6206	1.314	.٢	.703*	.915*	.8777	1.466	2
	*	4	3		*	*	5	7	
.185*	.234*	.6600	1.600	.٣	.806*	.889*	.8220	1.600	3
	*	2	0		*	*	1	0	
.186*	.262*	.5335	1.285	.٤	.763*	.880*	.8248	1.688	4
	*	1	7		*	*	9	9	
.850*	.803*	.7968	1.942	.٥	.759*	.861*	.8079	1.111	5
*	*	0	9		*	*	9	1	
.901*	.858*	.7476	1.714	.٦	.767*	.907*	.7675	.8889	6
*	*	6	3		*	*	1		
.856*	.807*	.7858	1.828	.٧	.795*	.902*	.7642	.6889	7
*	*	7	6		*	*	5		
.205*	.299*	.7040	1.628	.٨	.186*	.276*	.6601	1.511	8
*	*	5	6			*	2	1	
.894*	.852*	.7634	1.257	.٩					9
*	*	4	1						
.877*	.839*	.7850	1.571	.١٠					10
*	*	8	4						
.803*	.778*	.8843	1.285	.١١					١١
*	*	8	7						





									مجموع العامل
--	--	--	--	--	--	--	--	--	-----------------

جدول (٧)

معامل الارتباط بين العبارة ومجموع العامل الثالث الألفه وجودة العلاقة
الحصيلة ومجموع العامل الرابع " ماذا تريد أن تحقق "

ن = ١٤٠

معامل الارتباط بين عبارة العامل و المقياس ككل	معامل الارتباط بين العبارة ومجموع العامل	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	رقم العبارة	معامل الارتباط بين عبارة العامل و المقياس ككل	معامل الارتباط بين العبارة ومجموع العامل	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	رقم العبارة
.386*	.361*	.4260 4	1.685 7	.١	.434* *	.381	.4058 4	1.228 6	1
.587* *	.802* *	.3823 9	1.514 3	.٢	.419* *	.364*	.4710 1	1.171 4	2
.538* *	.694* *	.4260 4	1.428 6	.٣	.414* *	.345	.4970 5	1.228 6	3
.428* *	.640* *	.4434 4	1.485 7	.٤	.557* *	.765* *	.4583 5	1.742 9	4
.473* *	.435* *	.5054 3	1.285 7	.٥	.557* *	.639* *	.2355 0	1.542 9	5
.418* *	.480* *	.4710 1	1.885 7	.٦	.414* *	.433* *	.4583 5	1.685 7	6
.438* *	.718* *	.2840 3	1.771 4	.٧	.655* *	.381	.3823 9	1.914 3	7
					.655* *	.718* *	.4902	1.342	8





					*	*	4	9	
					.432*	.610*	.4260	1.771	
					*	*	4	4	9
					.338*	.357*	.4815	1.342	
							9	9	10
									مجموع العامل

جدول (٨)

الاتساق الداخلي بين المحاور والاستبيان

ن = ١٤٠

م	المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
١	الخبرة الذاتية المتوازنة للطالبة	31.2056	0.797091	.970**
٢	التغذية الراجعة (إرهاف الحواس)	38.7722	0.715637	.966**
٣	الألفة وجودة العلاقة	44.9716	0.430636	.847**
٤	الحصيلة ماذا تريد أن تحقق	44.6286	0.433625	.867**
	المقياس مجموع	159.578	0.594247	

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٠٥ هي ٠.١٤٤

تشير نتائج الجدول رقم (٨) إلى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين المحاور والدرجة الكلية للاستبيان وتشمل على المحاور " محور (الخبرة الذاتية المتوازنة للطالبة - التغذية الراجعة (إرهاف الحواس) - الألفة وجودة العلاقة - الحصيلة ماذا تريد أن تحقق) وقد تراوحت قيم معامل الارتباط (٠.٨٤٧ - ٠.٩٧٠) وهي معاملات ارتباط مرتفع عند مستوى معنوية (٠.٠٠٥) مما يدل على أنها صادقة.

١- حساب ثبات الاستبيان :

وقد قام الباحثان بحساب الثبات للاستبيان عن طريق استخدام الفا كرونباخ كما هو موضح بالجدول التالي :

جدول (٩)





ثبات الاستبيان باستخدام الفا كرونباخ

ن = ١٤٠

م	المحاور	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الثبات
١	الخبرة الذاتية المتوازنة للطالبة	31.2056	0.797091	.843**
٢	التغذية الراجعة (إرهاف الحواس)	38.7722	0.715637	.867**
	الألفة وجودة العلاقة	44.9716	0.430636	.819**
	الحصيلة ماذا تريد أن تحقق	44.6286	0.433625	.869**
	مجموع المقياس	159.578	0.594247	

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ هي ٠.١٤٤

تشير نتائج الجدول إلى أن معامل الثبات لاستبيان قد تراوح بين (.869 - .819) مما يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

عرض ومناقشة النتائج:

عرض النتائج :

جدول رقم (١٠)

التكرارات ونسب التحسن وقيمة ك^٢ والأهمية النسبية لعبارات مقياس البرمجة اللغوية العصبية

ن = ٢٧٠

م	نعم	تكرار	النسب	إلى حد ما	تكرار	النسب	لا	تكرار	النسب	٢١ ك المحسوبة	المجموع التقديري	الوزن النسبي	الترتيب
1-	51.11	138.00	40.00	108.00	8.89	24.00	77.60	384	71%	16			
2-	35.56	96.00	55.56	150.00	8.89	24.00	88.80	342	63%	19			
3-	22.22	60.00	33.33	90.00	44.44	120.00	20.00	210	39%	31			
4-	11.11	30.00	26.67	72.00	62.22	168.00	111.20	132	24%	36			
5-	57.78	156.00	37.78	102.00	4.44	12.00	117.60	414	77%	10			
6-	46.67	126.00	35.56	96.00	17.78	48.00	34.40	348	64%	18			
7-	71.11	192.00	22.22	60.00	6.67	18.00	183.20	444	82%	5			
8-	55.56	150.00	35.56	96.00	8.89	24.00	88.80	396	73%	14			
9-	31.11	84.00	55.56	150.00	13.33	36.00	72.80	318	59%	21			
10-	26.67	72.00	26.67	72.00	46.67	126.00	21.60	216	40%	30			
11	22.22	60.00	15.56	42.00	62.22	168.00	103.20	162	30%	34			
12	60.00	162.00	31.11	84.00	8.89	24.00	106.40	408	76%	13			
13	33.33	90.00	33.33	90.00	33.33	90.00	12.00	270	50%	24			
14	71.11	192.00	24.44	66.00	4.44	12.00	189.60	450	83%	3			
15	68.89	186.00	28.89	78.00	2.22	6.00	182.40	450	83%	3			
16	62.22	168.00	31.11	84.00	6.67	18.00	125.60	420	78%	9			
17	17.78	48.00	57.78	156.00	24.44	66.00	74.40	252	47%	27			
18	31.11	84.00	24.44	66.00	44.44	120.00	16.80	234	43%	29			
19	62.22	168.00	28.89	78.00	8.89	24.00	117.60	414	77%	10			
20	84.44	228.00	13.33	36.00	2.22	6.00	322.40	492	91%	1			
21	26.67	72.00	42.22	114.00	31.11	84.00	10.40	258	48%	26			
22	20.00	54.00	35.56	96.00	44.44	120.00	24.80	204	38%	32			
23	55.56	150.00	31.11	84.00	13.33	36.00	72.80	384	71%	16			
24	33.33	90.00	35.56	96.00	31.11	84.00	13.80	276	51%	23			
25	51.11	138.00	31.11	84.00	17.78	48.00	45.60	360	67%	17			
26	28.89	78.00	60.00	162.00	11.11	30.00	99.20	318	59%	21			
27	26.67	72.00	42.22	114.00	31.11	84.00	10.40	258	48%	26			
28	37.78	102.00	40.00	108.00	22.22	60.00	15.20	312	58%	22			
29	20.00	54.00	48.89	132.00	31.11	84.00	34.40	240	44%	28			
30	46.67	126.00	28.89	78.00	24.44	66.00	22.40	330	61%	20			
31	64.44	174.00	26.67	72.00	8.89	24.00	130.40	420	78%	9			
32	71.11	192.00	26.67	72.00	2.22	6.00	197.60	456	84%	2			
33	64.44	174.00	24.44	66.00	11.11	30.00	124.80	414	77%	10			
34	15.56	42.00	22.22	60.00	62.22	168.00	103.20	144	27%	35			
35	15.56	42.00	28.89	78.00	55.56	150.00	67.20	162	30%	34			
36	54.00	144.00	35.56	96.00	44.44	120.00	24.80	204	38%	15			
مجموع العباراة													
11292 60%													

قيمة ك^٢ الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = (٥,٩٩)



يتضح من نتائج جدول (١٠) أن قيمة كا^٢ المحسوبة أكبر من الجدولية عند مستوى معنوي (٠,٠٥) حيث بلغت كا^٢ الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = (٥,٩٩) وبلغت المحسوبة بين (١٠ : ١٩٧.٠) مما يدل على ان جميع العبارة دالة احصائية .

يتضح من نتائج جدول (١٠) أن قيمة كا^٢ المحسوبة أكبر من الجدولية عند مستوى معنوي (٠,٠٥) حيث بلغت كا^٢ الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = (٥,٩٩) وبلغت المحسوبة بين (١٠ : ١٩٧.٠) مما يدل على ان جميع العبارة دالة احصائية .

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن النسبة التقديرية قد تراوحت ما بين (٢٤ % ، ٩١ %)، بينما تراوحت قيم كا^٢ المحسوبة ما بين (١٠ ، ٣٢٢)، وأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في جميع عبارات المقياس ، حيث يتضح الآتي :

• كا^٢:

- حصلت العبارة رقم (٢٠) وهي على أعلى قيمة ل كا^٢ بقيمة (٣٢٢) ونسبة تقديرية قدرها (٩١,٥ %) ودرجة تقديرية قدرها (492)

• نعم :

- حصلت العبارة رقم (٢٠) وهي على أعلى قيمة ل كا^٢ بقيمة (٣٢٢) ونسبة تقديرية قدرها (٩١,٥ %) ودرجة تقديرية قدرها (٤٩٢)

• إلى حد ما :

- حصلت العبارة رقم (٣٧) على أعلى قيمة تكرر بقيمة (١٦٢) ونسبة مئوية قدرها (٦٠ %) وقيمة كا^٢ قدرها (١١.١١) ونسبة تقديرية قدرها (٥٩ %) ودرجة تقديرية قدرها (٣١٨)

• لا :

- حصلت العبارة رقم (٤) على أعلى قيمة تكرر بقيمة (١٦٨) ونسبة مئوية قدرها (٦٢) وقيمة كا^٢ قدرها (١١١) ونسبة تقديرية قدرها (٢٤ %) ودرجة تقديرية قدرها (١٣٢).

وتعزى الباحثة ذلك إلى يدرك الطالبات البرمجة اللغوية العصبية بطرق مختلفة، ويستفيدون منها في أشياء متباينة لذا فان تعريفها يتم بصور عديدة ومتنوعة ، فهي دليل استخدام العقل ،وهي دراسة التجريب الموضوعي ،وهي برامج تشغيل العقل علي حد قول (كارول هاروس) مؤلف كتاب





عناصر البرمجة اللغوية العصبية و البرمجة اللغوية العصبية هي دراسة التفوق الانساني ..وهي القدرة علي بذل قصاري جهد أكثر فأكثر وهي الطريقة العملية التي تؤدي إلي التغيير الشخصي.. وهي تكنولوجيا الإنجاز الجديدة .

وهذا ما يؤكد أحمد قدوس (٢٠١٠م) : فعلاقة البرمجة اللغوية العصبية بالرياضة حيث أن البرمجة اللغوية العصبية تعزز الحالة النفسية للرياضيين والتركيز علي صياغة النماذج التي توضح كيف يكون الفرد متميزا في الاداء ،ونتيجة إرتباط البرمجة اللغوية العصبية وتوظيفها في بعض الر رياضات المختلفة وجدت الباحثة أن تطبيقها و استخدامها قد يساهم في الأرتقاء بمستوي الأداء المهاري لدى الطالبات في الجمباز .

ويضيف " تيد جارات " ترجمة مكتبة جرير (٢٠٠٦): يعد اللاعب أهم هذه الاركان الستة، حيث يعتمد نجاحه على مستوى تمكنه ومهاراته، فكلما كان اكثر انسجاما بحيث تكون اهدافه ومعتقداته وقيمه متوازنة مع افعاله واقوله وادائه – كان اكثر كفاءة وتميزا في رياضته .

ويتفق ذلك مع ما توصل اليه دراسة محمد أحمد عبد اللطيف (٢٠١١) و دراسته مني كمال حجازي ٢٠١٢ و دراسته ايمان سيد أحمد ٢٠١٤ أن إستخدام البرمجة اللغوية العصبية أدى إلي تحسن مستوى الدافعية لدي اللاعبين ومن ثم تحسن مستوى الأداء و البرنامج التعليمي المقترح في ضوء أنماط البرمجة اللغوية العصبية له تأثيرا فعال على مستوى أناء المهارات الأساسية في الكرة الطائرة .

ويؤكد هذا دراسة HARRY ALDER (٢٠٠٧) و محمد عبد اللطيف ٢٠١١ ودراسة أحمد المعشني ٢٠٠٦ حيث يشير إلي أن البرمجة اللغوية العصبية تجعل الفرد أكثر إلتزاما وقدرة علي تحمل المسؤولية وتساعدة علي أن يحرر نفسه من أثر قيود التفكير والثقافات السابقة بهدف تطويرة لتحقيق التفوق الإنساني .

- الاستخلاصات:

في حدود عين البحث وفي ضوء ما أسفرت عنه نتائج التحليل العاملي توصل الباحث إلي الاستنتاجات التالية :

أ- بناء مقياس يمكن من خلاله التعرف على البرمجة اللغوية العصبية لطالبات التربية الرياضية .





ب- تم بناء المقياس ومعايرته على طالبات كلية التربية الرياضية و تحتوي على ٣٦ عبارة جميعها تعبر عن البرمجة اللغوية العصبية .

- التوصيات :

في ضوء عينة البحث ونتائج يوصى الباحث بالآتي:

- ١- ضرورة الاهتمام بتطبيق مقياس البرمجة اللغوية العصبية بشكل دوري على الطلاب بصفة عامة وعلى وقبل الاختبارات المهارية بصفة خاصة.
- ٢- الاهتمام بعمل دورات تدريبية خاصة بالاعداد النفسى وكيفية التعامل النفسى مع الطلاب فى الاختبارات العملية.

المراجع

١. اسامه كامل راتب (١٩٩٧):الاعداد النفسى لتدريب الناشئين - دليل المدربين واولياء الامور - دار الفكر العربى ،القاهرة
٢. أسامة كامل راتب ٢٠٠٠: تدريب المهارات النفسية -تطبيقات في المجال الرياضي- دار الفكر العربى
٣. اسامة كامل راتب ٢٠١٥ الدعم النفسى للناشئين المدرب -الاباء "دار الفكر العربى ،القاهرة
٤. أحمد الهادي يوسف (٢٠١٦):قراءات موجهة في تدريب الجمباز-مركز الكتاب الحديث
٥. المجلس العربى للبرمجة اللغوية العصبية
٦. أحمد الهادي يوسف ٢٠١٦ قراءات موجهة في تدريب الجمباز
٧. أحمد بن علي المعشني (٢٠٠٦)فاعلية برنامج تدريبي لتقنيات البرمجة اللغوية العصبية دراسة لبعض متغيرات الشخصية لدى طالبة الجامعة بسلطنة عمان رسالة دكتوراة غير منشورة، معهد الدراسات التربوية ،قسم الإرشاد النفسى ،جامعة القاهرة
٨. ايان ماكديرموت(٢٠١٤):مدرب البرمجة اللغوية العصبية مكتبة جرير
٩. تيد جارات، ترجمة مكتبة جرير (٢٠٠٦): البرمجة اللغوية العصبية للمدرب الفعال، مركز الخبرات المهنية للإدارة "بميك"، مكتبة الاسكندرية، القاهرة.
١٠. جوزيف اوكونر، مراجعة سلوى بنت محمد بهكلى (٢٠٠٧): الكتاب العملى فى البرمجة اللغوية العصبية "الدليل العملى لتحقيق النتائج المرجوة"، دار الميمان للنشر والتوزيع، القاهرة.
١١. سو نايت(٢٠٠٤): البرمجة اللغوية العصبية في العمل "الاختلاف الذى يحدث فارقا في مجال العمل"، مكتبة جرير، المملكة العربية السعودية.





١٢. فؤاد الدواش (٢٠٠٥): البرمجة اللغوية العصبية "الأصول والنشأة . الماهية . الهياكل . المفاهيم"، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
١٣. كارول هاريس، ترجمة فؤاد الدواش (٢٠٠٥): البرمجة اللغوية العصبية "دليل تمهيدي لعلم وفن التميز"، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة
١٤. مصطفى عبد السلام (٢٠٠٨) نشأة البرمجة اللغوية العصبية كيف نستفيد من هذا العلم ،دار الكنوز للنشر والتوزيع ، القاهرة
١٥. ميرفت حفاجة ومصطفى السايح (٢٠٠٦) المدخل إلي طرق تدريس التربية الرياضية ،دار الفكر العربي للطباعة والنشر ،القاهرة
١٦. محمد عبد اللطيف (٢٠١١) التدريب العقلي باستخدام البرمجة اللغوية العصبية تطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الأداء في بعض الرياضات الفردية رسالة دكتوراة منشورة ،كلية التربية الرياضية،جامعة حلوان.
١٧. مصطفى عبد السلام (٢٠٠٨) نشأة البرمجة اللغوية العصبية كيف نستفيد من هذا العلم ،دار الكنوز للنشر والتوزيع ، القاهرة
١٨. مدحت محمد أبو النصر (٢٠٠٦) البرمجة اللغوية العصبية، مجموعة النيل العربية، القاهرة
١٩. محمد العربي شمعون (١٩٩٦): التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة
٢٠. محمد أحمد عبد اللطيف (٢٠١١) التدريب العقلي باستخدام البرمجة اللغوية العصبية لتطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الأداء في بعض الرياضات الفردية رسالة دكتوراة منشورة ،كلية التربية الرياضية،جامعة حلوان.
٢١. مني كمال حجازي (٢٠١٢) البرمجة اللغوية العصبية لتعزيز الدافعية و مستوى الأداء رسالة دكتوراة منشورة ،كلية التربية الرياضية،جامعة حلوان.
٢٢. وليد أحمد جبر حسن (٢٠٠٤): فعالية الاستراتيجيات العقلية على توجيه التوتر وتطوير مستوى أداء مهارات الهجوم المركب في سلاح الشيش (دراسة حالة)، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البدنية والرياضية، جامعة حلوان، القاهرة.
23. Andrews, s&Faulkner(2003):NLP the new technology of achievement ,NB Publishers.UK,.





24. : HARRY ALDER NLP (2007) in 21 dayes ,12 edition ,judy
piatkusltd,LONDON,ENGLAND

