

**تأثير الضغط النفسي والجهد البدني في بعض
الاستجابات الهرمونية وفقاً للسمات الشخصية
السائدة لدى لاعبي كرة السلة**

**أطروحة تقدم بها
مؤيد عبد الرزاق حسو مرعي الغريري**

إلى
مجلس كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل
وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه فلسفة
في

التربية الرياضية

في اختصاص
علم النفس الرياضي

بإشراف

الأستاذة الدكتورة

الأستاذ الدكتور

ياسين طه محمد علي الحجار الهام خطاب عبدالله الجماس

ملخص الأطروحة

تأثير الضغط النفسي والجهد البدني في بعض الاستجابات الهرمونية وفقاً للسمات الشخصية
السائدة لدى لاعبي كرة السلة

الباحث

مؤيد عبد الرزاق حسو

المشرف

أ.د. ياسين طه محمد علي الحجار

أ.د. الهام خطاب عبدالله الجماس

١٤٢٧هـ - ٢٠٠٦م

هدف البحث الى :

١. بناء مقياس للكشف عن الضغوط النفسية التي يواجهها اللاعبون .
 ٢. الكشف عن الفروق في درجة الضغط النفسي بين (المباراة غير الهامة ، المباراة الهامة) لدى لاعبي كرة السلة.
 ٣. الكشف عن الفروق في تأثير الضغط النفسي بين (المباراة غير الهامة ، المباراة الهامة) في بعض الاستجابات الهرمونية (البرولاكتين، الكورتيزول ، الثايرونين ثلاثي اليود) لدى لاعبي كرة السلة.
 ٤. الكشف عن الفروق في تأثير الجهد البدني في بعض الاستجابات الهرمونية (البرولاكتين ، الكورتيزول ، الثايرونين ثلاثي اليود) لدى لاعبي كرة السلة.
 ٥. الكشف عن الفروق في تأثير الجهد البدني والضغط النفسي بين (المباراة غير الهامة والمباراة الهامة) في بعض الاستجابات الهرمونية (البرولاكتين ، الكورتيزول ، الثايرونين ثلاثي اليود) لدى لاعبي كرة السلة.
 ٦. التعرف على السمات الشخصية السائدة لدى لاعبي كرة السلة.
- استخدم الباحث المنهجين التجريبي وشبه التجريبي لملاءمتها وطبيعة البحث الحالي وقد اجري البحث على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية تمثلت بلاعبي نادي الموصل بكرة السلة لفئة المتقدمين للموسم (٢٠٠٤-٢٠٠٥).
- وقد استخدم الباحث التصميم القبلي البعدي شبه التجريبي والتصميم القبلي البعدي لمجموعة واحدة وقد تطلب البحث استخدام الادوات الاتية:
١. مقياس فرايبورج للشخصية بعد ان تم تعديله من قبل الباحث.
 ٢. مقياس الضغوط النفسية الذي تم بناؤه من قبل الباحث.
 ٣. اختبار الجهد البدني الهوائي.

وقد اجريت تجربة للفترة ما بين ٢٠٠٤/٢/١٥ ولغاية ٢٠٠٥/١/٢٧ وقد قسمت التجربة الرئيسية للبحث إلى تجربتين الاولى خاصة بالمواقف النفسية والثانية خاصة بالجهد اذ شملت الاولى على قياس الشخصية والضغط النفسي في المباريتين الهامة وغير الهامة فضلا عن قياس تاثير هذه الضغوط في الاستجابات الهرمونية اما التجربة الثانية فقد تم قياس تاثير الجهد البدني في الاستجابات الهرمونية وبعد استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة لمعالجة البيانات اسفرت النتائج عما ياتي:

١. يعاني لاعبو كرة السلة من ضغوط نفسية قبل المباريتين الهامة وغير الهامة.
٢. كلما زادت اهمية المباراة زادت درجة الضغوط النفسية.
٣. ترافق زيادة الضغوط النفسية بزيادة في معدل استجابة هرمونات الكورتيزول والبرولاكتين والثايرونين ثلاثي اليود وتحديدا قبل المباريتين الهامة وغير الهامة.
٤. يعد اختبار الجهد البدني احد انواع الضغوط التي تزيد من معدل افراز هرمونات الكورتيزول والبرولاكتين والثايرونين ثلاثي اليود.
٥. يستجيب الجهاز الهرموني للضغوط النفسية او البدنية وهذه الاستجابة تمثل رد فعل تجاه هذه الضغوط.
٦. تميز لاعبو كرة السلة بسمتي الاجتماعية والقابلية للاستثارة في ترتيبهما على بقية السمات الشخصية.

واوصى الباحث بما ياتي:

١. اعتماد مقياس الضغوط النفسية في تقدير حجم الضغوط النفسية الواقعة على كاهل اللاعبين.
٢. استخدام المؤشرات الهرمونية وسيلة لتقييم الحالة النفسية او البدنية.
٣. التاكيد على اجراء دراسات تاخذ شدد مختلفة من الجهد البدني ومعرفة تاثيرها في استجابة الهرمونات وخاصة فيما يتعلق بهرمون البرولاكتين.
٤. التعرف على ما يميز اللاعبين من السمات الشخصية بغية تطوير السمات الايجابية والحد من السمات السلبية.
٥. التاكيد على اهمية الاعداد النفسي.

**Effect of Psychological and physical Stress on
Some Hormones Responses In Accordance with
Dominant Personality Traits for Basketball Players**

A Dissertation Submitted

By

Moyaed Abdul Razaq Hasso

To

**The council of College of Physical Education
University of Mosul**

**In partial fulfillment of the requirements of
Doctor of Philosophy Degree**

in

Physical Education

Specialized in
Sport Psychology

Supervised

By

Prof. Dr.

Yasin T. Mohammed Ali

AL-Hajar

Prof. Dr.

Ilham Khtab Al Jamas

2006 A.D

1427 A.H

ABSTRACT

Effect of Psychological and physical Stress on Some Hormones Responses in Accordance with Dominant Personality Traits for Basketball Players

Submitted by

*Moyaed Abdul Razaq
Hasso*

Supervised By

*Prof., Dr., Yasin. T. Mohamed Ali
AL-Hajar
Prof.Dr. Ilham Khtab Al Jamas*

2006 A.D. 1427 A.H.

The study aims at:

1. Constructing a measure for identifying reasons of psychological stress faced by the players.
2. Revealing differences in psychological stress degree among various athletic situations (normal condition, non–important match, important match) for basketball players.
3. Revealing differences in psychological stress effect among various athletic situations (normal condition, non–important match, important match) on some hormone responses (Cortisol, prolactin, triiodothyronine) for basketball players.
4. Revealing differences in physical effort effect on some hormone responses (Cortisol, prolactine, triiodothyronine) for basketball players.
5. Revealing differences in hormone responses between physical effort and psychological stress in non–important match and important match for basketball players.
6. Being acquainted on dominant personality traits for Basketball Players

*E*xperimental and semi–experimental approaches were used by the researcher for their appropriateness. The study sample was selected in

accordance with age and consisted of Mosul Team Basketball players for the season (2004–2005).

Pre-post Qusi-experimental and pre-post experimental designs

for one group were used by the researcher. The following means were thus used in the study:

1. Fryburg personality measure, after being modified by the researcher.
2. Psychological stress measure, constructed by the researcher.
3. Aerobic-physical effort test.

An experiment was made within the period February, 15th

2004–January, 27th 2005 and the final experiment was divided into two experiments, the first of which was for psychological situations and the second for effort. In the first experiment, psychological Stress in non-important match and important match and the effect of such Stress on hormone responses were measured, while in the second experiment physical effort effect on hormone responses and personality were measured. after using the statistical means, the following results were concluded:

1. Basketball player suffers from psychological stress before non-important match and important match.
2. As the importance of the match increases, the psychological stress increases too.
3. The increase of psychological stress is accompanied by an increase in hormones response (Cortisol, prolactine, triiodothyronine) specially before non-important match and important match.
4. Physical effort test is among the Stress that increase the secretion of Cortisol, prolactin and triiodothyronine hormones.
5. Hormones responds to psychological or physical stress and this response is a reaction to such stress.

6. Basketball players are distinguished by traits of sociality and arousal ability in accordance with other personal traits.

The researcher recommends the following:

1. Psychological stress measure should be used in evaluating psychological stress upon players.
2. Hormone indicators could be used as a means for evaluating psychological or physical condition.
3. Performing studies concerned with various stress of physical effort to identify its effect on hormone response, especially prolactin.
4. Identifying the personal traits of the players to develop positive traits and reduce negative traits.
5. Emphasizing the importance of psychological preparations.