

مجلة الزيتونة

فصلية محكمة

تصدر عن كلية الزيتونة للعلوم والتنمية

وحدة البحث العلمي بالكلية - فلسطين

المجلد يتضمن

يوليو ٢٠١١م

مجلة الزيتونة

فصلية محكمة

تصدر عن كلية الزيتونة للعلوم والتنمية

وحدة البحث العلمي بالكلية - فلسطين

رئيس التحرير

د. عطا حسن درويش

هيئة التحرير :

- | | | | |
|----------------|-------------|--------------------|----|
| أصول تربية | أستاذ | محمود أبو دف | ١. |
| فيزياء-تربية | أستاذ | يسري عفيفي عفيفي | ٢. |
| رياضيات-تربية | أستاذ مشارك | ابراهيم الأسطل | ٣. |
| أصول تربية | أستاذ مشارك | بسام أبو حشيش | ٤. |
| تربية رياضية | أستاذ مشارك | رمزي جابر | ٥. |
| لغة عربية | أستاذ مشارك | جمال الفليت | ٦. |
| علم نفس | أستاذ مشارك | محمد ابراهيم عسلية | ٧. |
| لغة عربية/آداب | أستاذ | محمد البوجي | ٨. |

هيئة استشارية :

- | | | | |
|-----|------------------|-------------|-----------------|
| ١ . | وليد المدلل | أستاذ مشارك | علوم سياسية |
| ٢ . | محمود العامودي | أستاذ | نحو وصرف |
| ٣ . | نبيل أبو علي | أستاذ | الأدب والنقد |
| ٤ . | وليد عامر | أستاذ مشارك | لغويات انجليزي |
| ٥ . | مازن هنية | أستاذ | شريعة |
| ٦ . | محمد حمدان | أستاذ مشارك | لغة انجليزية |
| ٧ . | عبد الرحمن الجمل | أستاذ مشارك | أصول دين |
| ٨ . | طلعت عيسى | أستاذ مساعد | الإعلام |
| ٩ . | ماجد الزيان | أستاذ مساعد | مناهج لغة عربية |

مراجعة لغوية: أ. سناء زقوت

سكرتير التحرير: أ. حسام منقال ابو صقر

قواعد النشر في مجلة الزيتونة:

مجلة الزيتونة ، مجلة دورية محكمة تصدر بإدارة هيئة تحرير مهنية مستقلة وبإشراف كامل من دائرة البحث العلمي في كلية الزيتونة. تعمل المجلة على نشر البحوث الأصلية باللغتين العربية أو الإنجليزية من نتاج الباحثين في داخل كلية الزيتونة للعلوم والتنمية وخارجها والتي لم يسبق نشرها من قبل، وتعتبر المواد المنشورة في المجلة عن آراء ونتائج مؤلفيها فقط ولا تنشر المجلة ما يتعارض تصريحاً أو تلميحاً مع فلسفة كلية الزيتونة. تنشر المجلة الأبحاث في كافة الاهتمامات البحثية.

مكونات البحث:

- يرتب البحث ليحتوي على العناصر التالية: عنوان البحث ومعلومات المؤلفين، ملخص، كلمات مفتاحية مقدمة، طريقة البحث، النتائج والمناقشة، الشكر، المراجع.
- معلومات المؤلفين تشتمل على أسمائهم وعناوينهم البريدية الإلكترونية.
 - الملخص باللغة العربية أو الإنجليزية، و يجب ألا يزيد عن صفحة.
 - الكلمات المفتاحية تشتمل على خمس كلمات على الأكثر وهي ذات علاقة مباشرة ومتضمنة لموضوع البحث.
 - المقدمة مختصرة شاملة لأهمية البحث وأهدافه وتستعرض جانباً من الأدبيات في مجال البحث.
 - تعد الجداول والأشكال باللون الأسود والأبيض، وترقم تسلسلياً حسب ترتيبها في المتن مع عنوان موجز لكل منها ويجب ألا يزيد عددها عما هو أساسي لتوضيح فكرة المؤلف.
 - ترفق

تنسيق البحث:

- الورق: من حجم (A4) بأبعاد (21 × 29) سم.
- الهوامش: 5 سم للأعلى والأسفل، و 4 سم للجانبين الأيمن والأيسر.
- المسافة بين الأسطر: مزدوجة
- عدد الصفحات: لا يتجاوز 40 صفحة حسب التنسيق الموضح أعلاه.
- الخطوط: من برنامج وورد (Word) تحت نظام التشغيل وندوز (Windows) كما يلي:

- اللغة العربية: Simplified Arabic، حجم الخط ١٤ غامق للعنوان الرئيسي، ١٣ غامق للعناوين الفرعية، ١٢ عادي لباقي النصوص والجداول وترقيم الصفحات.
- اللغة الإنجليزية: Times New Roman، حجم الخط ١٤ غامق للعنوان الرئيسي، و١٢ غامق للعناوين الفرعية، ١٢ عادي لباقي النصوص والجداول وترقيم الصفحات.
- إجراءات النشر
- يتقدم المؤلف بنموذج لطلب النشر في مجلة الزيتونة مصحوبا بثلاث نسخ ورقية للبحث بالإضافة إلى نسخة إلكترونية على قرص مرن إلى هيئة تحرير المجلة على العنوان التالي:
- كلية الزيتونة للعلوم والتنمية - غزة - شارع صلاح الدين، مدخل المغازي الرئيس/ البريد الإلكتروني adarwish@iugaza.edu - magazine@zaytona.edu.ps
- يتم عرض البحث على محكمين أو أكثر.
- يتم نشر الأبحاث المقبولة في مطبوعات ورقية وعلى الموقع الإلكتروني.
- المجلة غير ملزمة بإعادة مواد الأبحاث غير المقبولة للنشر.

الفهرس

صفحة	عدد ١:
٨	١- الأخطاء الإملائية الشائعة في الأداء الكتابي لدى تلاميذ الصف السادس من مرحلة التعليم الأساسي بغزة و خطة مقترحة للعلاج د. فتحي سلمان كلوب
٥٣	٢- تأثير تدريبات التسهيلات العصبية العضلية علي تحسين مستوى الانجاز الرقمي لمهارة الوثب العالي لطلاب كلية التربية البدنية - غزة د. هشام علي الأقرع
٧٤	٣- جودة منهاج الرياضيات للصفوف الثالث والرابع و الخامس الأساسي في فلسطين في ضوء معايير (NCTM) د. عطا حسن درويش أ. محمد سليم مفاط
١١١	٤- مدى شيوع القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين د. رمزي رسمي جابر
	عدد ٢:
١٣٩	٥- مدى مساهمة المقررات التربوية في تنمية الكفايات المهنية للطلبة المعلمين في كليات التربية بالجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة د. حازم عيسى د. عبد الهادي مصالحة
١٧٨	٦- مشكلات السرد في رواية عكا والملوك لأحمد رفيق عوض د. كمال أحمد غنيم أ. حنان أحمد غنيم
٢٢٢	٧- دور الجامعة في تربية العقلية البحثية لدى طلبتها وسبل تطويره أ. مصطفى يوسف منصور
٢٦٦	٨- المشاركة السياسية وعلاقتها بعوامل الشخصية الخمس الكبرى لدى عينة من المعلمين الفلسطينيين د. شعبان كمال الحداد

مدى شيوع القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين

د. رمزي رسمي جابر - أستاذ مشارك
علم النفس الرياضي - كلية التربية البدنية و الرياضية
جامعة الأقصى

ملخص البحث :

هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير الدرجة، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٨٠) لاعبا من لاعبي الدرجة الممتازة والأولى للدوري الفلسطيني لكرة القدم، أي ما نسبته (٣٠%) من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عدده (٦٠٠) لاعبا موزعين كالأتي (١٠٠) من لاعبي الدرجة الممتازة و (٨٠) من لاعبي الدرجة الأولى. ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، واختبار القلق كحالة وكسمة من تصميم تشارلز سبيلبرجر Spielberger، وريتشارد جورسوش Gorsuch، وروبرت لوشن Lushene، وقام علاوي بإعداد الصورة العربية للاختبار (١٩٩٨). وأسفرت نتائج الدراسة عن أن القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين كانت (٥٥.٣%). كما يتضح أن القلق كحالة فقط كانت (٤٨.٥%) و أن القلق كسمة لدى اللاعبين كانت (٦٢.٢%) ، وهي نسب غير عادية و تجاوزت الحد المقبول. أما فيما يتعلق بالفرضيات، فظهر انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في القلق كحالة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة - الأولى). كما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في القلق كسمة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة - الأولى) .

The prevalence of anxiety as a case and as a feature of football players in Palestine

Dr.Ramzy Rasmy Jaber
Al-Aqsa University

Abstract:

The study aims to identify the anxiety as a case and as a feature of football players in Palestine. The study was conducted on a sample of (180) players from the players of the Premier League and the first class teams. That represents (30%) of the original community , which is about (600) players distributed as follows: (100) players from the Premier and (80) players from the first class.

To achieve the objectives of the study, researcher used the descriptive approach. To measure the anxiety level, the researcher used the test of Spielberger Charles etc al. Allawi prepared the Arabic version of the test in (1998).

The results showed that anxiety level (as a feature and case) between football players was (55.3%). But the anxiety as case only was (48.5%). The anxiety as "feature" reached (62.2%), which is classified as "moderate". The anxiety level , in general, exceeded the expected limit.

There were no statistically significant differences at the level of (0.05) in the case of anxiety as "case" attributable to a variable type (excellent team – No –One team).

Moreover, there were no statistically significant differences at the level of (0.05) as a anxiety as "feature" due to a variable type (excellent –No. One team).

المقدمة:

يعد القلق من العوامل المؤثرة في مستوى الأداء الحركي الرياضي، وبذلك أصبح الاهتمام بهذه الظاهرة، واستخدام المقاييس التي تقيس القلق في المواقف الخاصة من الدراسات المهمة في مجال علم النفس الرياضي في القرن الحالي.

وتعتبر رياضة كرة القدم من أكثر الألعاب الرياضة التي ينتاب لاعبوها قلق المنافسة الرياضية، وخاصة فيما يتعلق بالحضور الجماهيري الغفيرة داخل الملعب ومتابعة وسائل الإعلام المختلفة لهم.

وشهدت بداية الخمسينات التمييز بين نوعي القلق كحالة وكسمة ويحتل موضوع القلق دورا كبيرا في مجال علم النفس الرياضي، حيث أن القلق بمختلف مستوياته يؤدي إلى توتر الفرد ويفقده القدرة على التركيز وبالتالي يفقد التوازن النفسي، وهناك عدة تقسيمات عديدة للقلق من أبرزها القلق كحالة وكسمة حيث يمثل قلق السمة بعدا من أبعاد الشخصية، بينما قلق الحالة يتميز بكونه شعور مدرك بوعي شخصي للتوتر والخوف من شيء مرتقب (Morris & Summers , 1995 , p 25-) .(31)

والقلق من الانفعالات التي يمر بها اللاعب قبل وأثناء المنافسة الرياضية وله وظيفته التنشيطية إلى جانب تأثيراته السلبية على الأداء، فإذا أحسن التحكم فيه وتوجيهه كان بمثابة القوة الدافعة الإيجابية للأداء ويطلق عليه في هذه الحالة القلق الميسر، أما إذا زادت شدته لدى اللاعب فانه في هذه الحالة يصبح قلق معسرا للأداء ويسهم في إعاقة أداء اللاعب وانجازه (راتب، ١٩٩٥، ص١٩٩)، (علاوي، ١٩٩٨، ص٢٨١)، (عنان، ١٩٩٥، ص٢٧٢).

يضيف (الزبيدي، ١٩٩٤، ص٩٨) أن القلق يعد من العوامل النفسية ذات التأثير السلبي على حالة استعداد الرياضي خاصة عندما يكون على درجة عالية من الشدة. إذ يجعل صاحبه غير قادر على التركيز والتفكير السليم عند حل الواجبات الحركية ولتصرف في المواقف التي تحدث خلال المنافسة.

ويعرف (علاوي، ١٩٩٨، ص٣٧٩) القلق بأنه مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله. ويشير الباحث إلى أن القلق كحالة وكسمة يعتبر من الموضوعات الهامة في مجال علم النفس الرياضي لما له من أثر إيجابي على تطور المستوى الرياضي لدى لاعبي كرة القدم من خلال معرفتهم لطبيعة القلق التي ينتابهم من حيث القلق كحالة أو كسمة.

وقلق المنافسة الرياضية يرتبط ارتباطاً مباشراً في المجال الرياضي ويعتبر بمثابة نوع خاص من القلق ينتاب المدرب الرياضي في مواقف المنافسة الرياضية نظراً لما تتميز به هذه المواقف من مظاهر معينة ونظراً لارتباط هذه المواقف بنتائج معينة كالفوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل.

ويؤكد على ذلك (راتب، ٢٠٠٠، ص١٦٠) أن القلق أنواع، فحالة القلق صفة مؤقتة تتغير من وقت إلى آخر، وهي تعبر عن درجة القلق التي يشعر بها الفرد في وقت معين، أما سمة القلق فهي ثابتة وتشارك في تشكيل شخصية الفرد.

وأوضح (علاوي، ١٩٩٨، ص٣٨٥) أن هناك نوعان للقلق هما قلق السمة وقلق الحالة. سمة قلق المنافسة الرياضية يقصد بها ميل اللاعب الرياضي إلى إدراك مواقف المنافسة الرياضية على أنها مهددة له.

وقد أشار إلى إمكانية التنبؤ بأن اللاعب الرياضي الذي يتميز بدرجات مرتفعة من سمة قلق المنافسة الرياضية سوف يدرك موقف المنافسة الرياضية على أنها مهددة له وبالتالي يشعر بدرجات أو مستويات عالية من القلق في مثل هذه المواقف وذلك على العكس من اللاعب الرياضي الذي يتميز بدرجات أو مستويات منخفضة من سمة قلق المنافسة الرياضية فإنه قد لا يشعر بأنه مثل هذه المواقف مهددة له وبالتالي لا تتناوبه مثل هذه الدرجات أو المستويات العالية من القلق.

أما حالة قلق المنافسة الرياضية فهذه الحالة موجودة لدى الرياضي أثناء المنافسات الرياضية ولكن بانتهاء المنافسات الرياضية تزول هذه الحالة، وتختلف هذه حالة القلق من لاعب لآخر.

فكأن حالة قلق المنافسة الرياضية يقصد بها حالة انفعالية مرتبطة بموقف المنافسة الرياضية وتتميز بمشاعر ذاتية وشعورية بتوقع الخطر والتوتر مع ارتباطها بتنشيط أو استثارة الجهاز العصبي الاوتونومي (اللاإرادي) وهذه الحالة تتغير من وقت لآخر وتندذب بصورة متناسبة مع التهديد الذي يدركه اللاعب الرياضي في مواقف المنافسات المتباينة و المتغيرة.

ويشير (فوزي، ٢٠٠٣، ص١٦٥) أن القلق كسمة هو صفة ثابتة نسبياً لدى الفرد تتمثل في استعدادة النفسي لإدراك مواقف خطيرة غير خطيرة موضوعياً على أنها تهدده، وهذه المواقف يتم الاستجابة لها بمستويات مختلفة من حالة القلق لا تتناسب شدتها مع الحجم الموضوعي.

أما القلق كحالة هو تلك الحالة الانفعالية الذاتية التي يشعر فيها الفرد بالتوتر والاستثارة نتيجة للخوف أو توقع الخطر من الموقف التنافسي الراهن الذي يكون عليه وهذه الحالة الانفعالية تتغير شدتها موقف إلى آخر تبعاً لحجم ونوع التهديد الذي يدركه الفرد من التنافس.

ويضيف (راتب، ٢٠٠٠، ص١٦٠) أن قلق الحالة هو حالة انفعالية ذاتية يشعر فيها الفرد بالخوف والتوتر، ويمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت لآخر.

أما قلق السمة بأنه استعداد الفرد لأدراك مواقف معينة كمهدد له، والاستجابة لهذه المواقف بمستويات مختلفة عن حالة القلق.

ويؤكد(الطالب والويس، ٢٠٠٠، ص٢٠٦-٢٠٧) أن قلق الحالة يمثل نوعاً من التوتر وعدم الاستقرار المؤقت الذي يحدث نتيجة ظروف مبهمه ووقتيه تثير الشعور بالقلق، لذا فإننا نتوقع ارتفاعاً بدرجة قلق الرياضي قبل المباراة مباشرة وهذا ما يطلق عليه بقلق الحالة فهو قلق وقتي يزول بزوال السبب.

ويختلف قلق السمة عن قلق الحالة كونه أكثر ديمومة بحيث انه يكون سمة من سمات الشخصية للفرد، ودرجة القلق العالية لدى الفرد تمثل سمة له بغض النظر عن الحالة التي يمر بها وعليه فالفرد يتصف بهذه الصفة أو السمة بغض النظر عن الظروف الوقتية التي يمر بها. ويلعب القلق دورا هاما لدى الرياضيين، فقد يكون للقلق " قوة دافعة إيجابية " ويطلق عليه في هذه الحالة " قلق ميسر " إذ يؤثر بصورة إيجابية على أداء الفرد الرياضي ويدفعه لبذل المزيد من الجهد وتعبئة كل قواه ويؤدي إلى زيادة ثقة اللاعب في قدراته. ومن ناحية أخرى قد يكون للقلق " قوة دافعة سلبية " ويطلق عليه في هذه الحالة "قلق معوق" إذ يسهم في إعاقة أداء اللاعب ويقلل من ثقته في قدراته ومستواه (علاوي، ١٩٩٤، ص ٢٨٠).

ويرى الباحث أن ظاهرة القلق كحالة وكسمة من الظواهر التي يجب دراستها علميا للوقوف على مدى أثر هذين الظاهرتين على مستويات اللاعب والارتقاء بهذا المستوى للوصول إلى العالمية في مجال كرة القدم التي تعتبر الرياضة الأولى من حيث الشعبية في المجتمع الفلسطيني.

مشكلة الدراسة:

تشكل ظاهرة قلق المنافسة الرياضية ضغوطا نفسية كبيرة على اللاعبين بشكل عام، وعلى لاعبي كرة القدم بشكل خاص لما لها من متابعين لهذه الرياضة التي تعتبر الرياضة الأولى على المستوى المحلي من حيث الشعبية. وقد أجمع الكثير من الباحثين على أن قلق المنافسة الرياضية يؤثر تأثيرا سلبيا على الأداء الرياضي للاعب بشكل كبير.

ومن خلال خبرات الباحث الأكاديمية في مجال علم النفس الرياضي واطلاعه ومتابعته للاعبين والمدربين في مجال كرة القدم على حد سواء. يتضح أن المدرب أو اللاعب لا توجد عنده الثقافة المعرفية والكفاءة العلمية للتعرف على نوع القلق كحالة أو كسمة.

فالفرق كبير بين النوعين فالأول يستطيع اللاعب أو المدرب الرياضي التعرف عليه وكذلك التغلب عليه من حيث أن القلق معروف أسبابه المتعلقة بالقلق من الجمهور، أو الحكم، أو المنافس... الخ.

أما القلق كسمة فهذه الظاهرة تعتبر مرضية ودائمة حتى بعد انتهاء المباراة. ومن هنا أرتى الباحث لدراسة هذه الظاهرة المتعلقة بالقلق كسمة وكحالة لدى لاعبي كرة القدم.

أهمية الدراسة :

يرى الكثير من علماء النفس الرياضي أن ظاهرة القلق عاما والقلق كحالة أو كسمة من الظواهر التي شغلت انتباه الباحثين في هذا المجال، ويرى الباحث أن أهمية الدراسة تكمن في هذه العناصر:

١- تكمن أهمية الدراسة بأنها الأولى، في حدود علم الباحث التي تتناول موضوع القلق كحالة وكسمة في فلسطين.

٢- وتكمن أهمية الدراسة في كونها تتعرض لموضوع القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين، بما قد يعمل على توفير بعض المعلومات، لتكون في متناول المسؤولين القائمين على الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم .

٣- تعريف اللاعبين بنوعية القلق التي ينتابهم (القلق كحالة - القلق كسمة).

أهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على:

١- القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين.

٢- القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغير الدرجة.

تساؤلات الدراسة :

في ضوء أهداف الدراسة يضع الباحث التساؤلات التالية :

١- ما مدى شيوع ظاهرة القلق كحالة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين؟.

٢- ما مدى شيوع ظاهرة القلق كسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين؟.

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في القلق كحالة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة - الأولى)؟.

٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في القلق كسمة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة - الأولى)؟.

المصطلحات المستخدمة في الرياضة:

١- سمة قلق المنافسة الرياضية:

وتعرف بأنها ميل الرياضي إلى إدراك مواقف المنافسة الرياضية على إنها مهددة له (علاوي، ١٩٩٨، ص ٣٨٥).

ويعرفها (راتب، ٢٠٠٦، ص ٩٧) بأنها ميل الرياضي لأدراك المواقف التنافسية كتهديد، والاستجابة لهذه المواقف بمشاعر الخوف والتوتر.

ويعرفها الباحث إجرائياً: بأنها ظاهرة دائمة الاستمرارية مع اللاعب طول حياته الخاصة والرياضية.

حالة قلق المنافسة الرياضية:

وهذه الحالة موجودة لدى الرياضي أثناء المنافسات الرياضية ولكن تزول هذه الحالة بزوال أو انتهاء المنافسات الرياضية وتختلف هذه (أي حالة القلق) من لاعب لآخر (علاوي، ١٩٩٨، ص ٣٨٦).

ويعرفها (راتب، ٢٠٠٦، ص ٩٧) استجابة للقلق تظهر نتيجة لموقف تنافسي معين، أو لمثيرات موقف رياضي معين.

ويعرفها الباحث إجرائياً: بأنها ظاهرة وقتية تزول وتنتهي عند انتهاء اللاعب من المباراة.

حدود الدراسة :

- ١- المجال الجغرافي: أجريت الدراسة في محافظات قطاع غزة - فلسطين.
- ٢- المجال البشري: أجريت الدراسة على اللاعبين المسجلين في الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم.
- ٣- المجال الزمني: أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة ما بين ١٦/٩/٢٠١٠ إلى ١٦/٣/٢٠١١

الدراسات السابقة المرتبطة :

قام الباحث بإجراء دراسة مسحية للدراسات السابقة المرتبطة بمجال هذا البحث، وقد توصل الباحث إلى (١٢) دراسة، منها (٩) دراسة عربية، (٣) دراسة أجنبية، وسوف يقوم الباحث بعرض تلك الدراسات وفقاً لتاريخ إجراءاتها من الأحدث إلى الأقدم.

دراسة رمزي جابر (٢٠٠٩) بعنوان "دراسة واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين" هدفت الدراسة إلى التعرف على واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٢) لاعبا، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، واختبار قلق المنافسة الرياضية من تصميم " راينز مارتنز " أعد صورتها العربية علاوي (١٩٩٨). أظهرت نتائج الدراسة أن واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند لاعبي المسافات المتوسطة في فلسطين كانت قليلة جدا لدى عينة البحث حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (٤٤.٧%).

دراسة أميرة أبدة و عبد السلام النداف (٢٠٠٩) بعنوان " العلاقة بين قلق حالة المنافسة وتقدير الذات بين لاعبي كرة القدم " هدفت الدراسة إلى مستوى تقدير الذات عند اللاعبين، ومستوى قلق الحالة (العقلي والجسدي) قبل بدء المباراة عند اللاعبين، ونوعية العلاقة بين تقدير الذات وثقة بالنفس ومستوى قلق الحالة (العقلي والجسدي) عند اللاعبين. استخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس قلق الحالة من تصميم مارتنيز وآخرون (١٩٩٠) ومن ترجمة الباحثان، ومقياس تقدير الذات من تصميم راسنبرج (١٩٧٥) ومن ترجمة زايد (٢٠٠٤). وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) لاعب. وأسفرت نتائج الدراسة أن الدرجة العالية من تقدير الذات وثقة بالنفس هي واضحة جدا بين أعضاء الفريق. - هناك علاقة ارتباطية واضحة بين إدراك متطلبات المهمة (المنافسة) وبين الاستجابات العقلية والفسولوجية، والتي تمثل العلاقة الايجابية بين كل من القلق العقلي والقلق الجسدي.

دراسة رمزي جابر (٢٠٠٩) بعنوان " حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين "هدفت الدراسة إلى التعرف على حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعا لبعض المتغيرات. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢١٠) لاعبا، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، وقائمة حالة قلق المنافسة الرياضية من تصميم " راينز مارتنز وآخرون " أعد صورتها العربية علاوي (١٩٩٨) أظهرت نتائج الدراسة أن بعد الثقة بالنفس أحتل المرتبة الأولى، تلا ذلك بعد القلق المعرفي، فيما جاء بعد القلق البدني في المرتبة الثالثة. - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في حالة قلق المنافسة الرياضية تعزى لمتغير المركز (هجوم، دفاع) . - لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في حالة قلق المنافسة الرياضية تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة، الأولى) .

دراسة غادة الخصاونة (٢٠٠٧) بعنوان " تقدير مستويات القلق لدى طالبات كليات التربية الرياضية في جامعة اليرموك في مسابقات الجمباز " تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستويات القلق لدى طالبات كليات التربية الرياضية في جامعة اليرموك في مسابقات الجمباز. ولتحقيق هدف الدراسة استخدمت الباحثة مقياس تشارلز سبيلبرجر Spielberg لقياس القلق وقائمة تقدير الذات لقياس حالات القلق والسمة. وتكونت عينة الدراسة من (٤٠) طالبة تم اختيارهن بالطريقة القصدية لقياس حالات القلق لديهن قبل الاختبار النهائي. وبعد تطبيق الأداتين وتحليل النتائج خلصت الدراسة إلى : - توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات في فئتي البحث في قلق الحالة قبل الامتحان. بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطالبات في فئتي البحث في قلق السمة قبل الامتحان.

دراسة أحمد هياجنة (٢٠٠٦) بعنوان " مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن " هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (٩٠) لاعبا ولاعبة، وأظهرت النتائج أن مصدر (الحكام) جاء بالمرتبة الأولى، وجاء مصدر (الإعلام الرياضي) بالمرتبة الأخيرة. وكذلك جاءت النتائج لصالح الذكور في مصدر (إدارة المنتخب واللاعبين)، ولصالح الإناث في (مصدر التدريب والإعلام). وبالنسبة لمتغير العمر جاءت النتائج لصالح الفئة العمرية (٢٠-٢٥ سنة) في مصدر (الحوافز)، ولصالح الفئة العمرية (٢٦ سنة فأكثر) في مصدر (الجمهور الرياضي، الإعلام الرياضي، اللاعبين، والإمكانات). وبالنسبة لمتغير سنوات الخبرة جاءت الفروق لصالح ذوي الخبرة (٦ سنوات فأكثر) في مصدر (الحكام، والإعلام الرياضي)، ولصالح ذوي الخبرة (٢- ٦ سنوات) في مصدر (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب، الإمكانات). وبالنسبة لمتغير المؤهل العلمي جاءت الفرق لصالح ذوي المؤهل العلمي، (البكالوريوس) في مصدر (جهاز التدريب، إدارات المنتخب، والجمهور الرياضي، والإمكانات المادية)، وبالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية أظهرت

النتائج عدم وجود فروق في مصادر القلق يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية. وبالنسبة لمتغير الدخل الشهري يتبين وجود فروق ولصالح ذوي الدخل الشهري (٤٠٠ دينار فأكثر). دراسة عبد الستار جاسم (٢٠٠٢) بعنوان "علاقة القلق بمستوى أداء الدرجة الأمامية بالطلوع على عارضة التوازن" هدفت الدراسة للتعرف على علاقة القلق بمستوى أداء الدرجة الأمامية بالطلوع على عارضة التوازن، استخدام الباحث المنهج المسحي لملاءمته لطبيعة المشكلة وانه من الوسائل الجيدة لتحقيق. شملت عينة البحث على المجتمع الكلي وهن طالبات المرحلة الرابعة (اختصاص جناستك فني) وعددهن (10) طالبات واختيرت بالطريقة العمدية. واستخدم الباحث استمارة الاستبيان- والمقابلات الشخصية، وأظهرت النتائج ظهور علاقة ارتباط معنوية سلبية بين عامل القلق ومستوى الأداء بمهارة الطلوع بالدرجة على عارضة التوازن. - تبين ومن خلال النتائج الإحصائية لعامل القلق بأن مستوى القلق لمعظم أفراد العينة كان بالحدود الطبيعية - تبين ومن خلال نتائج البحث بأن بعض أفراد العينة حصلوا على درجة عالية في الأداء بالرغم من ارتفاع مستوى القلق لديها.

دراسة أحمد مكناي (٢٠٠٠) بعنوان " مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن وعلاقتها بالإجاز الرياضي " هدفت الدراسة إلى التعرف مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن وعلاقتها بالإجاز الرياضي تبعا لمتغيرات

(العمر الزمني، سنوات الخبرة الرياضية) من ناحية وكذلك معرفة العلاقة بين مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية والانجاز الرياضي، واشتملت العينة على (٣٠) لاعبا، واستخدم اختبار قلق المنافسة الرياضية (لمارتنز) حيث أظهرت النتائج ارتفاع مستوى كل من سمة القلق النفسي وحالة القلق المعرفي وحالة القلق الجسمي لدى اللاعبين ذوي (العمر الزمني وسنوات الممارسة الرياضية الأقل وانخفاضه عند اللاعبين ذوي العمر الزمني وسنوات الممارسة الرياضية الأكبر)، كما وأظهرت الدراسة أن اللاعبين أصحاب المستوى المنخفض في كل من (سمة القلق النفسي وحالة القلق المعرفي وحالة القلق الجسمي) قد حققوا انجازا أعلى من الإنجاز الذي حققه اللاعبين أصحاب المستوى المرتفع في كل من الأبعاد سالفة الذكر.

دراسة مجدي فهيم (٢٠٠٠) بعنوان " أثر تنمية التصور العقلي على حالة قلق المنافسة وعلاقتها بمستوى الأداء للمبارزين " هدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير تنمية التصور العقلي على حالة قلق المنافسة وعلاقتها بمستوى الأداء للمبارزين، واستخدم الباحث المهج التجريبي على عينة قوامها (٣٢) لاعبا تم تقسيمهم إلى مجموعتين إحداهما تجريبية والأخرى ضابطة قوام كل منهما (١٦) لاعبا، ومن أدوات البحث : مقياس التصور العقلي - قائمة حالة قلق المنافسة - برامج التصور العقلي، ومن أهم النتائج : وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدى للمجموعة التجريبية في القدرة على الاسترخاء والتصور العقلي ومستوى الأداء لدى المبارزين لصالح القياس البعدى.

دراسة (Zapp, 1999) بعنوان "أثر موعد المنافسة على ارتفاع مستويات القلق والخوف لدى اللاعبين " هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر موعد المنافسة على ارتفاع مستويات القلق والخوف لدى اللاعبين وتكونت عينة الدراسة من لاعبي فريق الجباز الوطني، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس مستويات القلق من تصميمه، وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود ارتفاع في مستوى القلق والخوف من اقتراب موعد المنافسة. وكذلك احتمالية تزايد نسبة الإصابات. كما أظهرت نتائج الدراسة أيضا إلى زيادة القلق لدى المدربين.

دراسة هاني سمرين (١٩٩٥) بعنوان " مصادر ومستويات القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الجماعية في الأردن "هدفت الدراسة إلى معرفة مستويات قلق الحالة وقلق السمة ودرجاتها لدى لاعبي ولاعبات منتخبات الألعاب الجماعية الوطنية والتعرف إلى ماهية مصادر القلق التي تواجه اللاعبين واللاعبات، وإجراء مقارنات لمستويات القلق ومصادرة تبعا لمتغيرات (الجنس ونوع اللعبة والعمر والخبرة). وتكونت عينة الدراسة من (٩٨) لاعبا ولاعبة، وتم استخدام قائمة تقييم الذات (أ) لقياس قلق الحالة، وقائمة تقييم الذات (ب) لقياس قلق السمة، وتم بناء استبيان

مصادر القلق. وأوضحت نتائج الدراسة ما يلي : جاء مستوى قلق الحالة أثناء المنافسة بدرجة كبيرة لدى اللاعبين واللاعبات، وكانت أهم مصادر القلق لدى اللاعبين واللاعبات، الإمكانيات، اللاعبين، الحكام، الحوافز، الإعلام الرياضي، إدارة المنتخب، الجمهور الرياضي، جهاز التدريب.

دراسة ستراشن (Stration, 1995) بعنوان " مصادر الضغط النفسي التي يتعرض لها اللاعبون بالمنافسة " هدفت الدراسة إلى معرفة أهم مصادر الضغط النفسي التي يتعرض لها اللاعبون بالمنافسة، واشتملت عينة الدراسة على (٨٤) لاعبا من فريق المدرسة العليا في ولاية شامبيون في الولايات المتحدة الأمريكية، واستخدم الباحث الاستبيان لعرض جميع المعلومات، ولقد أظهرت النتائج أن أهم مصادر الضغط النفسي كانت تدور حول عامل الانتقاد من الآخرين، واختلاف وتنوع التقدير والاحترام من قبل المدرب والأهل والزلاء بالفريق والمصورين.

دراسة سنج (Singh , 1985) بعنوان سمة القلق لدى لاعبي المنافسات الرياضية في الهند " هدفت الدراسة إلى التعرف على سمة القلق لدى لاعبي المنافسات الرياضية في الهند للتعرف على العلاقة بين القلق والعمر والخبرة والجنس، واشتملت عينة الدراسة على (١٢٥) لاعبا، وقسمت عينة الدراسة إلى (٨٠) لاعبا من المستويات العليا و (٤٥) لاعبة من المشاركات في الدورات الآسيوية والاولمبية، واستخدم الباحث مقياس مارتينيز، وقد أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائية في الجنس والخبرة ولصالح اللاعبات، حيث أظهرت أن اللاعبات أكثر قلقا وأنه كلما زادت الخبرة قل القلق لدى اللاعبين واللاعبات.

التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال ما سبق عرضه من دراسات سابقة سيقوم الباحث بمناقشتها من حيث الأهداف - المنهج المستخدم- وأهم النتائج المستخلصة منها بهدف عرض أوجه الشبه والاختلاف بينها وبين الدراسة الحالية.

- يتضح أن معظم هذه الدراسات قد حاولت التعرف على القلق من حيث مصادره ومستويات وأنواعه. وهذا ما اتبعه الباحث في دراسة.

- استخدمت جميع الدراسة المنهج الوصفي، وهذا ما ينسجم مع المنهج المستخدم في الدراسة الحالية.

- استخدمت الدراسات السابقة مقاييس مختلفة للتعرف على القلق واستخدم الباحث مقياس اختبار القلق كحالة وكسمة من تصميم تشارلز سبيلبرجر Spielberg، وريتشارد جورسوش Gorsuch، وروبرت لوشن Lushene، ومن تعريب علاوي (١٩٩٨).

- اتفقت نتائج معظم الدراسات السابقة على أهمية التعرف على أنواع ومستويات ومصادر القلق لدى اللاعبين لما لذلك من اثر ايجابي على اللاعبين .

إجراءات ومنهج البحث :

منهج الدراسة :

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي الذي يحاول من خلاله وصف الظاهرة، موضوع الدراسة، وتحليل بياناتها، وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها، والعمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها.

عينة الدراسة :

أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٨٠) لاعبا وقد بلغ عدد الاستبيانات التي جمعت (٢٠٠) إستبانة، واستبعد (٢٠) إستبانة، وذلك نظرا لعدم استكمال الاستجابة على فقرات الاختبار، وتم التحليل الإحصائي للاستبيانات التي استوفت شروط الاستجابة والتي بلغ عددها (١٨٠) إستبانة التي تمثل ما نسبته (٣٠%) تقريبا من مجتمع الدراسة الأصلي والبالغ (٦٠٠) لاعبا والجدول التالي يوضح توزيع عينة الدراسة.

جدول رقم (1)**توزيع عينة الدراسة تبعا لمتغير الدرجة في اللعب**

النسبة المئوية	التكرار	الدرجة
55.5%	100	درجة ممتازة
44.5%	80	درجة أولى
100%	180	المجموع

أداة الدراسة :

استخدم الباحث اختبار القلق كحالة وكسمة من تصميم تشارلز سبيلبرجر Spielberg، وريتشارد جورسوش Gorsuch، وروبرت لوشن Lushene، وقام علاوي بإعداد الصورة العربية للاختبار (١٩٩٨). ويتضمن الاختبار ٢٠ تساؤلا للقلق كحالة، و٢٠ تساؤلا للقلق كسمة، ويقوم كل لاعب بالإجابة على هذه التساؤلات على اختبار رباعي التدرج.

وعبارات القلق كحالة كما يلي :

العبارات الموجبة (في اتجاه البعد) أرقام : ١٨/١٧/١٤/١٣/١٢/٩/٧/٦/٤/٣

العبارات السالبة (في عكس اتجاه البعد) أرقام : ٢٠/١٩/١٦/١٥/١١/١٠/٨/٥/٢/١

وعبارات القلق كسمة كما يلي :

العبارات الموجبة (في اتجاه البعد) أرقام :

٢٠/١٨/١٧/١٥/١٤/١٢/١١/٩/٨/٥/٤/٣/٢

العبارات السالبة (في عكس اتجاه البعد) أرقام : ١٩/١٦/١٣/١٠/٧/٦/١

التصحيح :**أولا : القلق كحالة :**

العبارات الموجبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي :

أبدا (درجة واحدة)، بدرجة قليلة (درجتان)، بدرجة متوسطة (٣ درجات)، بدرجة كبيرة (٤ درجات).

والعبارات السالبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي :

أبدا (٤ درجات)، بدرجة قليلة (٣ درجات)، بدرجة متوسطة (درجتان)، بدرجة كبيرة (درجة واحدة).

ثانيا : القلق كسمة :

العبارات الموجبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي :

أبدا تقريبا (درجة واحدة)، أحيانا (درجتان)، غالبا (٣ درجات)، دائما تقريبا (٤ درجات).

والعبارات السالبة في جميع الأبعاد يتم تصحيحها كما يلي :

أبدا تقريبا (٤ درجات)، أحيانا (٣ درجات)، غالبا (درجتان)، دائما تقريبا (درجة واحدة).

وبناء على هذا التصنيف سيتم التعليق عليها في مناقشة نتائج الدراسة

وفي الدراسة الحالية اوجد الباحث صدق الاختبار وثباته على النحو الآتي :

أ: صدق المحكمين:

عرض الاختبار على خمسة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية البدنية و الرياضية في جامعة الأقصى، وانفقوا على صلاحية الاختبار للبيئة الفلسطينية .

ب - صدق الاتساق الداخلي :

تم عمل إجراءات الاتساق الداخلي حيث تظهر النتائج في الجدول (٢).

جدول رقم (2)

معاملات الارتباط بين كل فقرة من فقرات الاختبار كالقلق كحالة والقلق كسمة (ن = 38)

القلق كسمة		القلق كحالة			
مستوى الدلالة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	مستوى الدلالة	معامل الارتباط	رقم الفقرة
0.01	0.800	1	0.01	0.721	1
0.01	0.756	2	0.01	0.856	2
0.01	0.741	3	0.01	0.796	3
0.01	0.863	4	0.01	0.699	4
0.01	0.789	5	0.01	0.721	5
0.01	0.758	6	0.01	0.752	6
0.01	0.700	7	0.01	0.689	7
0.01	0.809	8	0.01	0.714	8

0.01	0.763	9	0.01	0.856	9
0.01	0.705	10	0.01	0.873	10
0.01	0.853	11	0.01	0.793	11
0.01	0.888	12	0.01	0.759	12
0.01	0.809	13	0.01	0.759	13
0.01	0.752	14	0.01	0.810	14
0.01	0.823	15	0.01	0.751	15
0.01	0.692	16	0.01	0.768	16
0.01	0.856	17	0.01	0.734	17
0.01	0.871	18	0.01	0.836	18
0.01	0.763	19	0.01	0.762	19
0.01	0.838	20	0.01	0.750	20

يتضح من الجدول رقم (٢) أن جميع فقرات المقياس ترتبط بالدرجة الكلية للاختبار ارتباطاً ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يؤكد أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ثبات الاختبار :

تم تقدير ثبات الاختبار على أفراد العينة باستخدام طريقتي معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية

١- طريقة التجزئة النصفية :

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة الفقرات الفردية لكل فقرات الاختبار وكذلك درجة الفقرات الزوجية من الدرجات، وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون فأتضح أن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قبل التعديل (0.836) وأن معامل الثبات بعد التعديل (0.911) وهذا يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية جداً من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة .

٢- طريقة ألفا كرونباخ :

استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات الاختبار، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا (0.901) وهذا يدل على أن الاختبار يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة .

خطوات الدراسة الميدانية:

١- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بعمل دراسة استطلاعية على عينة مشابهة لمجتمع البحث قوامها (٣٨) لاعبا من لاعبي كرة القدم في فلسطين وذلك:

- ١- للتأكد من صدق وثبات الاختبار على عينة البحث المختارة لموضوع البحث.
- ٢- معرفة مدى ملائمة الاختبار لواقع وعينة البحث.
- ٣- التعرف على المشكلات التي قد يتعرض لها الباحث أثناء تطبيق الاختبار على عينة البحث.
- ٤- وضع الحلول والتعديلات المطلوبة في حالة وجود ما يعترض الباحث أثناء تطبيق الاختبار.
- ٥- معرفة متوسط الزمن المتطلب للإجابة على الاختبار.
- ١- الوصول إلى أنسب الطرق المنظمة لتحديد هيكل العمل المطلوب والقائم على توزيع وجمع الاختبار وتنفيذ القائمة بدقة وسهولة ويسر على عينة البحث.

٢- تطبيق البحث:

طبق الباحث الاختبار في صورة مطبوعة تم توزيعها على اللاعبين، وقام الباحث بشرح هدف البحث لعينة الدراسة بأسلوب واضح ومبسط قبل توزيع الاختبار، كما وقام بشرح طريقة الإجابة، مع عدم ترك فقرة بدون إجابة وعدم وضع أكثر من إجابة للفقرة الواحدة.

٣- زمن تطبيق الاختبار :

عند تطبيق الأداة استطلاعياً تبين أن الزمن المناسب لانتهاء المفحوص من الإجابة على الفقرات هي حوالي (١٧) دقيقة.

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

- ١- التكرارات والمتوسطات والنسب المئوية.
- ٢- لإيجاد صدق الاتساق الداخلي للاختبار تم استخدام معامل ارتباط بيرسون "Pearson".
- ٣- لإيجاد معامل ثبات الاختبار تم استخدام معادلة ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية المتساوية، ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ.
- ٤- اختبار T. test

عرض ومناقشة النتائج :

نص السؤال الأول على:

ما مدى شيوع ظاهرة القلق كحالة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين.

وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بإيجاد المتوسطات والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات الاختبار والجداول التالية توضح ذلك:

أولاً : القلق كحالة :

جدول (3)

ترتيب كل فقرة من فقرات "القلق كحالة"

تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والانحرافات والوزن النسبي والترتيب (ن = 180)

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموع الاستجابات	م
16	26.2	0.223	1.05	189	1
14	28.7	0.489	1.15	257	2
8	36.2	0.825	1.45	261	3
10	33.7	0.670	1.35	243	4
9	35	0.820	1.4	252	5
11	32.5	0.571	1.3	234	6
5	62.5	0.512	2.5	450	7
1	91.2	0.489	3.65	657	8
8	36.2	0.510	1.45	261	9
7	41.2	0.812	1.65	297	10
15	27.5	0.307	1.1	198	11
12	31.2	0.550	1.25	225	12
9	35	0.820	1.4	252	13
6	43.7	0.850	1.75	315	14
13	30	0.523	1.2	216	15
2	90	0.820	3.6	648	16
3	83.7	0.812	3.35	603	17
5	62.5	0.688	2.5	450	18
4	81.2	1.019	3.25	585	19
5	62.5	0.827	2.5	450	20
	48.5	6.568	38.8	6993	المجموع

يتضح من الجدول (3) الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات الاختبار وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (1.05 – 3.65).

ينص السؤال الثاني على:

ما مدى شيوع ظاهرة القلق كسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين.
وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بإيجاد المتوسطات والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات الاختبار والجدول التالية توضح ذلك:

ثانياً: القلق كسمة :

جدول (4)

ترتيب كل فقرة من فقرات "القلق كسمة"

تبعاً لمجموع الاستجابات والمتوسطات والانحرافات والوزن النسبي والترتيب (ن=180)

م	مجموع الاستجابات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	الترتيب
1	702	3.9	0.307	97.5	1
2	585	3.25	0.850	81.2	6
3	189	1.05	0.223	26.2	15
4	495	2.75	0.850	68.7	8
5	405	2.25	0.850	56.2	9
6	621	3.45	0.604	86.2	5
7	369	2.05	0.825	51.2	10
8	315	1.75	0.850	43.7	11
9	234	1.3	0.571	32.5	14
10	675	3.75	0.550	93.7	3
11	666	3.7	0.571	92.5	4
12	189	1.05	0.223	26.2	15
13	576	3.2	0.951	80	7
14	297	1.65	0.812	41.2	12
15	675	3.75	0.550	93.7	3
16	693	3.85	0.489	96.2	2
17	351	1.95	0.825	20.6	16
18	630	3.5	0.827	87.5	4
19	234	1.3	0.571	32.5	14
20	270	1.5	0.606	37.5	13
المجموع	9171	50.95	6.452	62.2	

يتضح من الجدول (4) الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات الاختبار وعلى متوسط فقراته، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (1.95 - 3.9).

نتائج التحقق من التساؤل الثالث :

نص التساؤل الثالث من تساؤلات الدراسة على: " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق كحالة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة، الأولى)".

وللتحقق من صحة هذا التساؤل قام الباحث باستخدام أسلوب "T. test"

جدول (5)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للاختبار تعزى لمتغير الدرجة (ن = 180)

الدرجة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
المتمازة	100	38.2	6.153	0.8	0.124	غير دالة إحصائياً
الأولى	80	37.4	5.983			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة اقل من قيمة "ت" الجدولية في الدرجة الكلية للاختبار، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيها تعزى الدرجة (المتمازة، الأولى).

نتائج التحقق من التساؤل الرابع :

نص التساؤل الرابع من تساؤلات الدراسة على: " هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القلق كسمة تعزى لمتغير الدرجة (المتمازة، الأولى)."

وللتحقق من صحة هذا التساؤل قام الباحث باستخدام أسلوب "T. test"

جدول (6)

المتوسطات والانحرافات المعيارية وقيمة "ت" للاختبار تعزى لمتغير الدرجة (ن = 180)

الدرجة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
الممتازة	100	49.26	5.653	-1.3	0.453	غير دالة إحصائياً
الأولى	80	50.56	6.527			

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة اقل من قيمة "ت" الجدولية في الدرجة الكلية للاختبار، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فيها تعزى الدرجة (الممتازة، الأولى).

مناقشة نتائج السؤال الأول :

أظهرت نتائج جدول رقم (٣) أن القلق كحالة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين كانت (٤٨.٥%) وهذه نسبة ليست منخفضة حسب الأدب التربوي.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كل من (جابر، ٢٠٠٩)، و(الخصاونة، ٢٠٠٧)، و (مكناي، ٢٠٠٠) في أن نجاح اللاعب الرياضي يعتمد بشكل كبير على عدم وجود القلق.

ويعبر قلق الحالة التنافسية عن مستوى رد الفعل الذي يحدث نسبه إلى المثير الذي يعد مصدر التهديد الذي قد يأتي من مصادر داخلية أو خارجية (أنويا، ٢٠٠٢، ص٣٤٠).

ويرى (راتب وآخرون، ٢٠٠٦، ص٩٨) أن القلق كحالة يعبر عن حالة القلق الوقتي الحادث الآن والذي يعبر عن درجة الاختلاف في زيادة مستوى القلق نتيجة التفاعل بين مستوى قلق السمة لدى الرياضي.

وقد أظهرت أغلب البحوث التي اهتمت بدراسة العوامل المسببة لحدوث حالة القلق في المنافسة أظهرت وجود مصدرين رئيسيين هما: الخوف من الفشل والخوف من الضرر البدني وأن هناك العديد من العوامل الأخرى التي تؤثر في حالات القلق في مواقف المنافسة الرياضية والتي منها على سبيل المثال طبيعة واجبات المنافسة، والظروف المحيطة التي يؤدي فيها الشخص المنافسة، إضافة إلى ذلك مستوى قدرات الرياضي ومستوى المنافسة (راتب، ١٩٩٧، ص٢٢).

مناقشة نتائج السؤال الثاني :

أظهرت نتائج جدول رقم (٤) أن القلق كسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين كانت متوسطة لدى عينة الدراسة حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (٦٢.٢%) وهذا يعني أن القلق كسمة لدى عينة البحث كانت متوسطة .

ويعزو ذلك الباحث إلى توقفات الدوري بدرجة الممتاز والأولى يؤدي إلى شعور اللاعب بفقدان حمى البداية مما يؤدي إلى زيادة في درجة القلق.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه (فوزي، ٢٠٠٣، ص ٢٥٢) أن الرياضي الذي ترتفع درجته في سمة القلق فإنه يدرك جميع مواقف المنافسة على أنها مهددة له، ومن ثم تتناوب حالة القلق بدرجة عالية عن ذلك الرياضي الذي تنخفض درجته في سمة القلق، كما وأن حالة القلق تعني أن القلق يتوقف على حالة المواقف التي تواجه الرياضي، فالمنافسة التي هي أكثر المواقف إثارة للقلق لدى الرياضي تختلف حالات القلق فيها.

وقلق السمة التنافسية هو ميل في الشخصية الذي تم اكتشافه عن طريق الخبرة (أنويا، ٢٠٠٢، ص ٣٤٠). ويرى (راتب وآخرون، ٢٠٠٦، ص ٩٨) أن القلق كسمة هو استعداد شخصي يصف كيف يدرك الفرد الرياضي عادة مثيرات البيئة الرياضية على أنها مهددة له، واختلاف قدرته على الاستجابة لهذه المثيرات التي يجب أن يتعامل معها.

وكذلك تتفق نتائج هذه الدراسة من نتائج دراسة كل من (جابر ٢٠٠٩) و(الخصاونة، ٢٠٠٧)، (Zapp , 1999) في أن الزيادة في سمة قلق المنافسة يعتبر من معوقات الارتقاء في المستويات للوصول لأفضل النتائج، وكذلك يؤدي إلى عدم التركيز في الأداء.

مناقشة نتائج السؤال الثالث :

يتضح من جدول رقم (٥) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق كحالة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة، الأولى). يعزو الباحث ذلك إلى عدم وجود تدريبات منتظمة بسبب الأوضاع السياسية الذي يعيشها الشعب الفلسطيني، وكذلك عدم وجود حوافز مادية للاعبين على حد سواء.

ويرى الباحث أن القلق كحالة يزداد لدى اللاعبين بشكل ملحوظ عندما يكون هناك دوري للمحترفين، ويطبق قانون الثواب والعقاب. بمعنى من يجيد في المباريات يكافئ، ومن يقصر ويخطأ يعاقب.

وكذلك تتفق نتائج هذه الدراسة من نتائج دراسة كل من (جابر، ٢٠٠٩) و(الخصاونة، ٢٠٠٧)، (ابدة، والنداف، ٢٠٠٩)، (هياجنة، ٢٠٠٦) و(فهيم، ٢٠٠٠) في أن القلق كحالة من المظاهر المنتشرة بين اللاعبين ولكن بتفاوت من بيئة إلى بيئة أخرى.

مناقشة نتائج السؤال الرابع:

يتضح من جدول رقم (٦) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق كسمة تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة، الأولى). يعزو الباحث ذلك إلى أن من أهم السمات النفسية لدى المجتمع الفلسطيني سمة القلق، والمجتمع الرياضي جزء من هذا المجتمع، لذلك لاعبي الدرجتين الأولى والممتازة يعيشون بنفس سمات القلق المنافسة الرياضية.

وكذلك تتفق نتائج هذه الدراسة من نتائج دراسة كل من (جابر ٢٠٠٩)، (جابر، ٢٠٠٩)، و(الخصاونة، ٢٠٠٧)، (هياجنة، ٢٠٠٦) و(فهيم، ٢٠٠٠)، (Singh , 1999), (Zapp , 1999)

(1985) في أن القلق كسمة من المظاهر المنتشرة بين اللاعبين الذين يتميزون بالمستوى العالي، وقيادات الفرق الرياضية المختلفة.

نتائج الدراسة والتوصيات

أولاً : نتائج الدراسة :

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يمكن استنتاج التالي :

- ١- يتضح من نتائج الدراسة أن القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين كانت (٥٥.٣%) وهي نسبة متوسطة.
- ٢- يتضح من نتائج الدراسة أن القلق كحالة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين كانت (٤٨.٥%) وهي نسبة ليست عالية ولكنها تحتاج إلى تبرير.
- ٣- يتضح من نتائج الدراسة أن القلق كسمة لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين كانت متوسطة^(١) حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (٦٢.٢%).
- ٤- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في القلق كحالة تعزى لمتغير الدرجة (المتأزة- الأولى) .
- ٥- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) في القلق كسمة تعزى لمتغير الدرجة (المتأزة - الأولى) .

ثانياً : التوصيات :

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج فإن الباحث يوصي بالتالي:

- ١- ضرورة عقد جلسات توعية نفسية لدى اللاعبين.
- ٢- ضرورة الإعداد النفسي لدى اللاعبين قبل خوض المباريات الرياضية .
- ٣- يجب تشخيص حالة القلق لدى اللاعبين قبل إجراء المباراة.
- ٤- يجب على المدربين تدريب لاعبيهم على استخدام قلق الحالة كحافز للأداء في المنافسات.
- ٥- دراسة جوانب كل شخصية ومعرفة ما يمكن أن يزيد من قلق الحالة لديه لتجنبها.

(١) ٥٠-٦٩ نسبة متوسطة

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أبدة، أميرة وعبد السلام النداف، ٢٠٠٩، العلاقة بين قلق حالة المنافسة وتقدير الذات بين لاعبي كرة القدم، مجلة نظريات وتطبيقات، ع (٦٧)، كلية التربية الرياضية - جامعة الإسكندرية، مصر.
- ٢- الخصاونة، غادة، ٢٠٠٧، تقدير مستويات القلق لدى طالبات كليات التربية الرياضية في جامعة اليرموك في مسابقات الجباز، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) المجلد ٢١ (٤)، جامعة النجاح الوطنية، فلسطين.
- ٣- انويا، تيرس، ٢٠٠٢، دليل الرياضي للإعداد النفسي، دار وائل للنشر، طبعة ١، الاردن
- ٤- الطالب، نزار، والويس، كامل، ٢٠٠٠، علم النفس الرياضي، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق.
- ٥- الزبيدي، سعاد، ١٩٩٤، علم النفس التربوي الرياضي، الطبعة الأولى، منشورات جامعة قاريونس، جامعة قاريونس، ليبيا.
- ٦- جابر، رمزي، ٢٠٠٩، دراسة واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين، مجلة جامعة الأزهر- بغزة (العلوم الإنسانية)، جامعة الأزهر، فلسطين.
- ٧- جابر، رمزي، ٢٠٠٩، حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين، مجلة علوم الرياضة، ع ١، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، العراق.
- ٨- جاسم، عبد الستار، ٢٠٠٢، علاقة القلق بمستوى أداء الدرجة الأمامية بالطلوع على عارضة التوازن، مجلة الرياضة العاصرة، المجلد الأول، العدد ١، العراق.
- ٩- راتب، أسامة وآخرون، ٢٠٠٦، الرعاية النفسية للرياضيين "توجهات إرشادية"، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر.
- ١٠- راتب، أسامة، ٢٠٠٠، علم نفس الرياضة "المفاهيم-التطبيقات"، الطبعة الثالثة، دار الفكر العربي، مصر.
- ١١- راتب، أسامة، ١٩٩٧، علم نفس الرياضة " المفاهيم - التطبيقات "، الطبعة الثانية، دار الفكر العربي، مصر.
- ١٢- راتب، أسامة، ١٩٩٧، قلق المنافسة "ضغوط التدريب - احتراق الرياضي"، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر.
- ١٣- راتب، أسامة، ١٩٩٠، دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، مصر.
- ١٤- سمرين، هاني، ١٩٩٥، مصادر ومستويات القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الجماعية في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، الاردن.
- ١٥- عنان، محمود، ١٩٩٥، سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، " النظرية والتطبيق والتجريب " دار الفكر العربي، مصر.
- ١٦- علاوي، حسن، ١٩٩٨، موسوعة الاختبارات النفسية، الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر، مصر.
- ١٧- علاوي، محمد، ١٩٩٨، مدخل في علم النفس الرياضي، الطبعة ١، مركز الكتاب للنشر، مصر.
- ١٨- علاوي، محمد، ١٩٩٤، علم النفس الرياضي، دار المعارف، ط ٩، مصر.

- ١٩- فوزي، أحمد، ٢٠٠٣، مبادئ علم النفس الرياض " المفاهيم - التطبيقات "، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، مصر.
- ٢٠- فهم، مجدي، ٢٠٠٠، أثر تنمية التصور العقلي على حالة قلق المنافسة وعلاقتها بمستوى الأداء للمبارزين، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق.
- ٢١- مكناي، أحمد، ٢٠٠٠، مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن وعلاقتها بالإجاز الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان، الاردن.
- ٢٢- هياجنة، أحمد، ٢٠٠٦، مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن، مجلة العلوم التربوية والنفسية، جامعة البحرين، المجلد ٧، العدد ٤، البحرين.