

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كاظم عبد

الجامعة التكنولوجية

١- التعريف بالبحث

١-١ مقدمة البحث وأهميته :

الكرة الطائرة واحدة من الألعاب التي شغلت حيزا واسعا لدى مشجعيها ومتابعيها شأنها شأن بقية الألعاب المنظمة الأخرى لأنها تتميز بطابع خاص يميزها عن بقية الألعاب نظرا لطبيعة الأداء الحديث للعبة وكنتيجة للتعديلات والتغيرات التي طرأت على قانون اللعبة. وكذلك يلعب الإعداد النفسي للاعبين دوراً مهماً في تحقيق الإنجاز . كما إن كثرة المواقف المتغيرة وغير المعتاد عليها تثير التهيج النفسي المستمر والذي يسبب الزيادة فيه اضطرابا وخلا في التوجيه الصحيح. وهذا ما نراه خلال مباريات الكرة الطائرة إذ يبذل اللاعب جهد بدني وعصبي وما يرافق ذلك من إنفعالات مختلفة بسبب الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة، والجهد الكبير والسرعة والحركة المستمرة طوال مدة المباراة، فإن مجابهة كل تلك العوامل والتغلب عليها وإحراز الفوز يتطلب إعداد اللاعب إعداداً نفسياً متكاملاً ، فلإعداد النفسي دور مهم في تحقيق النتائج المرضية. والقلق هو أحد مظاهر الإنفعالات النفسية، الذي قد يؤدي باللاعب إلى إختلال في توافقه العصبي العضلي مما يؤثر بدرجة ملحوظة على مستوى أدائه المهاري أثناء المنافسة الرياضية وعند المباريات مما يشكل موقع تهديد لمكانة اللاعب.

والقلق متعدد الأبعاد هو احد المتغيرات النفسية المهمة التي ينبغي المحافظة على استقراره ومحاولة استثماره كدافع ايجابي لتحقيق أفضل النتائج الرياضية "ان القلق هو توجس يصحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد ويعتقد انها اساسية لوجوده"^(١). وتبرز اهمية البحث في محاولة للباحثة في التعرف على القلق متعدد الابعاد لدى لاعبي الفرق المشاركة في بطولة الجامعة المستنصرية بكرة الطائرة للعام الدراسي .

٢-١ مشكلة البحث :

(١) محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي القاهرة ، ، دار المعارف ، ١٩٩٢ ، ص ٢٧٨ .

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحظم محمد

ومن خلال خبرة الباحثة المتواضعة في مراقبة تدريبات منتخب كلية التربية الأساسية في لعبة الكرة الطائرة والمشاركة في بطولات الجامعة المستنصرية ولمرات عديدة بلعبة كرة الطائرة وجدت أن للقلق متعدد الأبعاد دوراً مهماً لدى اللاعبين فقد يكون له قوة دافعة إيجابية وبذلك يدفع الرياضيين بمزيد من الجهد أو قد يكون في حالة أخرى معوقاً لنشاطهم البدني المهاري. وتكمن مشكلة البحث بان الباحثة لاحظت عدم انتباه المدربين لحالات القلق متعدد الأبعاد لدى اللاعبين قبل المباراة وخلالها وعدم امتلاك المعرفة العلمية لتوظيف حالات القلق او معالجة حالت القلق بما يؤثر على اداء اللاعبين ونتائجهم وانجاز الفريق ككل لذا عمدت الباحثة الى دراسة هذه الحالة لمعرفة علاقته بالقلق متعدد الأبعاد بترتيب إنجاز الفرق المشاركة في بطولة الجامعة الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة .

٣-١ أهداف البحث :

يهدف البحث إلى ماياتي:

١. التعرف على القلق متعدد الأبعاد لدى لاعبي منتخبات الكرة الطائرة في الجامعة المستنصرية .
٢. التعرف على العلاقة بين القلق متعدد الأبعاد وبين ترتيب إنجاز منتخبات الكرة الطائرة في الجامعة المستنصرية.

٤-١ فرض البحث:

وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق متعدد الأبعاد وترتيب إنجاز منتخبات الكرة الطائرة في الجامعة المستنصرية.

٥-١ مجالات البحث

المجال البشري:- لاعبي فرق كليات الجامعة المستنصرية المشاركين في بطولة

الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة للعام ٢٠١٠ / ٢٠١١.

المجال الزمني:- للمدة من ٢٧/١/٢٠١١ ولغاية ٣٠/٢/٢٠١١.

ج- المجال المكاني:- القاعة الداخلية في قسم التربية الرياضية /كلية التربية الأساسية .

الفصل الثاني

الدراسات النظرية والدراسات السابقة :

١-٢ الدراسات النظرية :

١-١-٢ مفهوم القلق :

يحتل موضوع القلق مركزاً رئيساً في علم النفس بشكل عام وعلم النفس الرياضي بشكل خاص لما له من آثار واضحة ومباشرة في اختلال الوظائف النفسية او الوظائف الجسمية او كليهما. وقد اشار العديد من الباحثين الى ان القلق يعد بمثابة انذار او اشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحظم محمد

والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليه ، كما قد يؤدي القلق اذا زاد عن حده الى فقدان التوازن النفسي " الامر الذي يثير الفرد لمحاولة اعادة التحكم في هذا التوازن النفسي واستعادة مقوماته باستخدام العديد من الاساليب السلوكية المختلفة" ^(١) .

في حين أن أنصار مدرسة التحليل عرفوا القلق " بأنه تجربة إنفعالية مؤلمة تنتج بسبب التهيج الذي يحصل من الأعضاء الداخلية للجسم وإن هذا التهيج ينتج من المنبهات الداخلية والخارجية التي تسيطر عليها بواسطة الجهاز العصبي" ^(٢)

بينما أشار ماي (May) إلى إن القلق توجيه صحيحة تهديد لبعض لقيم التي يقدر بها الفرد ويعتقد إنها أساسية لوجوده . ^(٣)

أما سوليفان (Snlivan) فيعرف القلق بأنه (حاله نوعية للغاية تنشأ كنتيجة لعدم القبول والاستحسان في العلاقات الاجتماعية. ^(٤)

أما خالدة إبراهيم فعرفت القلق بأنه (حالة من التحسس الذاتي يدركها المرء على صورة من الضيق وعدم الارتياح مع توقع أكيد للخطر) . ^(٥)

وللقلق أعراض متعددة لعل من أهمها :

التوتر وعدم الاستقرار وعدم الارتياح والتهيج والنفرة وضعف القدرة على التركيز والانتباه وشروط الذهن وسرعة النبض وفقد الشهية للطعام والأرق وارتفاع ضغط الدم والتحدث عن أفكار مزعجة أو الانشغال بها ، وهذه الأعراض السابق ذكرها لا تظهر لدى الفرد إلا عندما ينتابه القلق بل قد تظهر عليه بعض من هذه الأعراض وبالمزيد من شدة هذه الأعراض فكان استجابات القلق يمكن تصورها على خط متصل يتراوح ما بين الحذف البسيط إلى الرعب الحاد . ^(٦)

وعموما يجب أن لا ينظر إلى القلق على انه عامل سلبي يجب التخلص منه بل الفرد قد يحتاج إلى نسبة معينة منه تتلاءم وطبيعة الرياضي ، إذ إن هناك بعض الأفراد يحققون نتائج عالية في السباق عندها تكون درجة القلق لديهم عالية وهذا ما يسمى (بحالة القلق الأفضل) . ^(٧)

٢-١-٢ أنواع القلق :

^١ محمد حسن علاوي : المدخل الى علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، ١٩٩٨ ، ص ٣٧٩ .

^٢ عماد زبير :- محاضرات الدورة التدريبية بخماسي كرة القدم، كلية التربية الرياضية، بغداد ، ٢٠٠٠، ص ١٥٢ .

^٣ - محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ ، ص ٣٧٩ .

^٤ - محمد حسن علاوي : المصدر السابق ، ص ٣٨٢ .

^٥ - خالدة إبراهيم : الحد أو التقليل من تأثير عامل القلق على إنجاز لاعبي المستويات العليا في كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة -

جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٤ ، ص ٣٨ .

^٦ - محمد حسن علاوي : سيكولوجية المدرب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط١ ، ٢٠٠٢ ، ص ١٧٢ .

^٧ - Spielperger, C.D Anxiety as an Emotional , NY ; Mcgraw hill p . ٥٠ k ١٩٨٠ .

القلق كسمة أو حاله :-

استطاع كل من (كاتك Caheh) & (شيير shheier) التوصيل إلى وجود عاملين متميزين للقلق هما (سمة القلق Trait anxiety) & (حالة القلق Anxiety State) ويعرف (تشارلز سبيلبرجر Spielberge) سمة القلق بأنها " واقع أو استعداد سلوكي مكتسب يدفع الفرد إلى إدراك ظروف أو إهدائها غير خطره موضوعياً على إنها محددة له ، والاستجابة لهذه الظروف أو الإحداث بحالة من القلق لا تتناسب في شدتها مع حجم الخطر الموضوعي " كما يعرف حالة القلق بأنها " حالة انفعالية تتميز بمشاعر ذاتية وشعورية يتوقع الخطر والتوتر مع ارتباطها تنشيط أو استثارة الجهاز العصبي الاوتونومي (الإرادي) وهذه الحالة تتغير من وقت لآخر وتتذبذب بصورة متناسبة مع التهديد الذي يدركه الفرد في الموقف الحالي الذي يكون فيه . أي إن سمة القلق ثابتة في الفرد وتشارك في تشكيل شخصيته وان الأفراد الذين يتصفون بهذه السعة يدركون عدداً أكبر من المواقف على إنها تهديد لهم ويميلون للاستجابة لمثل تلك المواقف بدرجات عالية من الشدة الفسيولوجية ، أما حالة القلق فتكون متغيرة في شدتها من وقت لآخر .

قلق المنافسة الرياضية :

يقصد به القلق الناجم في مواقف المنافسة (المباراة) الرياضية ، وهو يرتبط ارتباطاً مباشراً بالمجال الرياضي فهو ينتاب المدرب الرياضي واللاعب في مواقف المنافسة الرياضية نظراً لما تتميز به هذه المواقف من مظاهر معينة كالغوز أو الهزيمة أو النجاح أو الفشل طبقاً لمفهوم (سبيل برجز) والذي يمكن أن يحدث للفرد في أي موقف من مواقف الحياة العامة والذي يعده الفرد مهدداً به . (١)

القلق المتعدد الأبعاد :

أشار ليبرن Liebert وموريس Morris إن في مجالات ودراسات وبحوث قلق الاختبار إلى وجود بعدين منفصلين للقلق هما :-

الإزعاج "Wsrri" أو القلق المعرفي " Gognitive anxiey " ويقصد به الوعي الشعوري بانفعالات غير سارة.

القلق البدني Somatic anxlety : ويقصد به إدراك الاستثارة أو التنشيط الفسيولوجي ، ومن ناحية أخرى استطاع بوركوفك Borkovek إلى إن القلق يمكن النظر إليه على انه ليس بعداً واحداً ولكنه يتميز بوجود ثلاثة أبعاد فرعية : (٢)

القلق المعرفي :- ويقصد به الانزعاج أو الصمت وعدم القدرة على التركيز وتشتيت الانتباه

١ - مفتى إبراهيم حمادة : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة) ط١ ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ ، ص ٢٤٢ .

٢ - مفتى إبراهيم حمادة : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة) ط١ ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ ، ص ٢٥٦ .

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحظم محمد

القلق البدني :- ويقصد به إدراك الأعراض الجسمية لنشاط الجهاز العصبي الاتونوحي

(اللاإرادي) كالآم المعدة ، وتصيب العرق ، وارتعاش الأطراف ، وزيادة معدل ضربات القلب .

٢-١-٣ أبعاد القلق المتعدد الأبعاد :-

في إطار الدراسات السابقة يمكن النظر إلى القلق متعدد الأبعاد في إطار البعدين التاليين:-

القلق المعرفي : ويقصد به " توقع الفرد للفشل وعدم الفوز أو عدم الإجابة في المنافسة والتشأوم

وعدم القدرة على التركيز الانتباه أو التفكير المنطقي الصحيح. (١)

وهنا نرى إن القلق المعرفي يؤثر في العمليات الذهنية وذلك زيادة الأفكار السلبية غير المرغوب بها .

القلق البدني : ويمثل الأعراض الجسمية للقلق كمتاعب المعدة وزيادة ضربات القلب والتوتر الجسمي

وزيادة إفرازات العرق وعدم الراحة البدنية. (٢)

وهناك بعض الأعراض التي تظهر في البعد البدني مثل برودة اليدين وسرعة التنفس أو زيادة

والشعور بالعجز والتعب والحرص وهذه الأعراض تؤدي إلى عدم التركيز والنسيان

الانفعالية أو سرعة الانفعال :-

الانفعال هو " خبرة داخلية له جانب ذاتي يشمل إحساس الفرد الداخلي بانفعالاته الخاصة مثل الفرح

أو الحزن أو الاضطرابات النفسية والزفرة وقد تتعدى المشاعر الذاتية بجانب سلوكي واضح تشير إلى

الحركات التعبيرية كالتعبيرات الوجه أو التغيرات العضوية المصاحبة له مثل سرعة القضب وارتفاع

الصوت . (٣)

ومما لاشك فيه إن لكل نوع من أنواع القلق الأسلوب الملائم للتعامل معه (إذ يمكن استخدام

التدريبات البدنية أو تمرينات الاسترخاء أو استخدام التدليل في علاج القلق البدني أما في حالة القلق

المعرفي فيمكن استخدام التمرينات الذهنية البديلة وتمرينات التصور الذهني).(٤)

٢-٢ الدراسات المشابهة :

٢-٢-١ دراسة علي سلوم جواد الحكيم (٢٠٠٦) (٥)

١ - محمد حسن علاوي : المصدر سابق ، ٢٠٠٢ ، ص١٧٧.

٢ - محمد حسن علاوي : المصدر نفسه ، ص١٧٧.

٣- Jones, ١٩٩٥-more than , Just , a Game research Development and tssnes in completive Anxiety in sport-c
(British Journd of psychology . p٤٤٩.

٤ - احمد عكاشة : علم الفسيولوجي ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٢ ، ص٧٢.

٥ - علي سلوم جواد الحكيم : القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦ .

داليا كحاطم محمد

عنوان الرسالة (القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة).

أهداف الدراسة :

التعرف على القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة لمنطقة الفرات الأوسط .

التعرف على دقة أداء بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بالكرة الطائرة .

التعرف على العلاقة بين القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

فروض البحث :- هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي الكرة الطائرة .

منهج البحث / استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملائمة طبيعة المشكلة **مجتمع البحث /** تضمن مجتمع البحث (٧) أندية يمثلون منطقة الفرات الأوسط بالكرة الطائرة للدرجة الأولى وقد شملت العينة على (٧٤) لاعباً إذ تم اختيارها بالطريقة العشوائية .

مقياس البحث / اعتمد الباحث في دراسته على المقياس الذي أعده محمد حسن علاوي وهو مقياس استبيان تقويم الذات يحتوي على ثلاثة أبعاد وهي البعد المعرفي والبعد البدني والبعد سرعة وسهولة الانفعال.

الوسائل الإحصائية / استخدم الباحث نظامي (Excesses) وفيهما استخدم مجموعة من القوانين الإحصائية ومنها الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الارتباط البسيط (بيرسون) ودلالة معنوية الارتباط.

الاستنتاجات :-

هناك علاقة معنوية بين القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال من الأعلى .

هناك علاقة معنوية بين القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) ودقة أداء مهارة استقبال الإرسال بالذراعين من الأسفل .

التوصيات :-

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحاطم محمد

تأكيد الاهتمام بالقلق المتعدد الأبعاد بوصفه سمة شخصية فريدة تؤثر استجاباتها في الرياضي وتحديد البعد المؤثر في الأداء .

التأكيد والقيام بمحاضرات نظرية تخص الإعداد النفسي الرياضي وخاصة القلق للفرد الرياضي .
تأكيد معرفة علاقة القلق المتعدد الأبعاد (البعد المعرفي - البعد البدني - بعد سرعة وسهولة الانفعال) وبعض المهارات الأساسية في لعبة الكرة الطائرة وبقية الألعاب الأخرى لما لها من أهمية في الإعداد النفسي للرياضيين .

الفصل الثالث

منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

٣-١ منهج البحث :

ان المنهج الذي يختاره الباحث يجب ان يكون ملائم لحل المشكلة والمنهج هو الأسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه الذي يمكن من خلاله حل المشكلة وعليه استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب المسح في ايجاد العلاقات بين متغيرين فاكثر الذي يعطي تفسير للعلاقة بتحليل منطقي رقمي ظاهر .

٣-٢ مجتمع وعينة البحث:

اختارت الباحثة العينة من المجتمع الأصلي المتكون (١١٧) لاعب من فرق كليات الجامعة المستنصرية اذ اصبحت العينة (٨٢) لاعباً باذ تشكل نسبه (٧٠,٠٨%) من مجتمع الأصل وهم موزعون على ثمان كليات وقد اختيروا عشوائياً والجدول (١) يبين اسماء الكليات المشاركة في بطولة الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة واعداد اللاعبين.

جدول (١)

يبين فرق الكليات المشاركة في بطولة الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة واعداد اللاعبين

ت	أسم الكلية	عدد اللاعبين
١	فريق كلية التربية الأساسية	١٠
٢	فريق كلية التربية	١٠
٣	فريق كلية الإدارة والاقتصاد	١٢
٤	فريق كلية القانون	١٠
٥	فريق كلية الطب	١١
٦	فريق كلية طب الأسنان	١١

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحظم محمد

٧	فريق كلية الهندسة	٩
٨	فريق كلية العلوم	٩
المجموع		٨٢

٣-٣ الأدوات والأجهزة الوسائل المستخدمة في البحث:

المقابلات الشخصية .

استبانة اختبار القلق المتعدد الأبعاد .

استمارة جمع المعلومات وتفرقتها .

المصادر والمراجع العربية والاجنبية

٤-٣ تصحيح المقياس:-

يصلح هذا المقياس لقياس القلق المتعدد الأبعاد في جميع المراحل العمرية ، وقد صممه " محمد

حسن علاوي والمطبق على البيئة المصرية مقياس المباراة الرياضية "(١)"

ويتضمن مقياس القلق المتعدد الأبعاد (٤٥) فقرة عن ثلاثة أبعاد ويحتوي كل بعد على (١٥) فقرة

ويقوم بالإجابة على الفقرات بالتدرج من (أبداً تقريباً - أحياناً - غالباً - دائماً تقريباً) .

ويتم تصحيح المقياس للعبارات الايجابية بالدرجات التالية درجة واحد (أبداً تقريباً) ودرجتان

(أحياناً) وثلاث درجات (غالباً) وأربع درجات (دائماً تقريباً) أما الفقرات السلبية فيتم تصحيحاً

على النحو التالي .

أربع درجات (أبداً تقريباً) وثلاث درجات (أحياناً) ودرجتان (غالباً) ودرجة واحد (دائماً تقريباً) وقد

استغرقت عملية التصحيح (٤-٥) دقائق لكل استمارة ولأجل استخراج الدرجة الكلية للمقياس تجمع

الدرجات التي حصلت عليها الطالبة من خلال إجابتها على فقرات المقياس .والجدول الثاني يبين أرقام

الفقرات التي تقيس القلق المتعدد الأبعاد بالفقرات الايجابية والسلبية .

جدول (١)

يبين أرقام الفقرات الايجابية والسلبية التي تقيس القلق المتعدد الأبعاد

المقياس	الفقرات الايجابية	الفقرات السلبية	المجموع
المعرفي	٤٢،٣٩،٣٣،٣٠،٢٧،٢٤،٢١،١٨،١٥،١٢،٩،٣	٤٥،٣٦،٦	١٥
البدني	٤٠،٣٧،٣٤،٣١،٢٨،٢٢،١٩،١٦،١٣،٧،٤	٤٣،٢٥،١٠،١	١٥
سهولة الانفعال	٤٤،٣٥،٢٩،٢٦،٢٣،٢٠،١١،٨،٥،٢	٤١،٣٨،٣٢،١٧،١٤	١٥
المجموع			٤٥

٥-٣ الأسس العلمية للمقياس :

١ - محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، ١٩٨٨ ، ص ٢٦٧ .

٣-٥-١ صدق المقياس :

يعد الصدق واحداً من أكثر الأساليب الإحصائية في مجال القياس النفسي إن لم يكن أهمها على الإطلاق، ويعني الصدق بأنه "قدرة المقياس على قياس ما وضع من أجله أو السمة المراد قياسها" (١) إذ قامت الباحثة باستخدام صدق المحتوى إذ وزعت المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين* في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي لبدء آرائهم وملاحظاتهم حول صلاحية فقرات المقياس في قياس القلق متعدد الأبعاد لغرض تطبيق المقياس على عينة البحث .

٣-٥-٢ ثبات المقياس:-

يقصد به هو (الاختبار الذي يعطي نفس النتائج فيما إذ تم إعادة اختبار مرة ثانية على نفس العينة وتحت نفس الظروف) (٢)

فقد قامت الباحثة بإعادة الاختبار مرة ثانية بعد مرور سبعة أيام من تاريخ التجربة الاستطلاعية على عينة البحث نفسها وتحت نفس الظروف ، إذ أظهرت قيم معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج الاختبارين الأول والثاني وجود درجة ارتباط قوية بين نتائج الاختبار وكما مبين في الجدول (٢)

جدول (٢)

يبين معامل الثبات لأبعاد القلق

الثبات	البعد
٠,٨٩	المعرفي
٠,٩٠	البدني
٠,٨٨	سهولة الانفعال

٣-٦ الوسائل الإحصائية:-

استخدمت الباحثة برنامج الحقيبة الإحصائية (SPSS) في حساب ما يلي

- الوسط الحسابي.

- الانحراف المعياري.

١- مصطفى باهي : المعاملات العلمية العملية بين النظرية والتطبيق ، ط ١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ ، ص ٢٣ .
٢- رمزي الغريب : التقويم القياسي النفسي التربوي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٨٥ ، ص ٦٥ .
*الخبراء:

١- أ.م.د حسين ربيع . علم النفس العام ، كلية التربية ، قسم العلوم النفسية ، جامعة بابل .

٢- أ.م.د فاهم الطريحي . علم النفس العام ، كلية التربية ، قسم العلوم النفسية ، جامعة بابل .

٣- أ.م.د عامر سعيد الخيكاني: علم النفس الرياضي ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل .

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كاظم محمد

- معامل ارتباط سبيرمان للرتب.

كذلك استخدمت الباحثة [معادلة (ت ر) للحصول على دلالة معنوية الارتباط]

الفصل الرابع

٤- عرض وتحليل النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض وتحليل ومناقشة نتائج تطبيق مقياس القلق متعدد الأبعاد على لاعبي منتخبات كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة .

يوضح الجدول (٢) الوسط الحسابي و الوسط الفرضي لدرجات القلق متعدد الأبعاد لدى مجموع لاعبي منتخبات كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة .

جدول (٢)

الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدرجات القلق متعدد الأبعاد لدى مجموع لاعبي منتخبات كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة .

ت	أسم الكلية	البعد المعرفي	الوسط الفرضي	البعد البدني	الوسط الفرضي	المجموع	الوسط الفرضي
١	كلية التربية الأساسية	٣٢,٥٤	٣٠	٢٨,٥٦	٣٠	٦١,١٢	٦٠
٢	كلية التربية	٣٠,٢١	٣٠	٢٩,٥٥	٣٠	٥٩,٧٦	٦٠
٣	كلية الإدارة والاقتصاد	٣٣,٢٥	٣٠	٢٧,٧٨	٣٠	٦١,٠٣	٦٠
٤	كلية القانون	٢٩,٥٦	٣٠	٢٨,٥٨	٣٠	٥٨,١٤	٦٠
٥	كلية الطب	٣٤,١٤	٣٠	٣٠,٤٧	٣٠	٦٤,٦١	٦٠
٦	كلية طب الأسنان	٣٣,٣٦	٣٠	٢٨,٢٢	٣٠	٦١,٥٨	٦٠
٧	كلية الهندسة	٣٠,٥٨	٣٠	٢٩,٥٥	٣٠	٦٠,١٣	٦٠
٨	كلية العلوم	٢٩,٤٧	٣٠	٢٨,٣٧	٣٠	٥٧,٨٤	٦٠
	الوسط الحسابي للمجموع	٣١,٦٣	٣٠	٢٨,٨٨	٣٠	٦٠,٥٢	٦٠

يبين الجدول (٢) درجات القلق متعدد الأبعاد بنوعيه البعد المعرفي والبعد البدني ومجموع درجاتهما والاطراف الفرضية لها إذ تراوح الوسط الحسابي لدرجات البعد المعرفي بين (٣٤,١٤) و (٢٩,٤٧) والوسط الحسابي لدرجات البعد البدني بين (٣٠,٤٧) و (٢٧,٧٨) وكان الوسط الحسابي لمجموع درجات البعد المعرفي هو (٣١,٦٣) والوسط الحسابي لمجموع درجات البعد البدني (٢٨,٨٨) بينما كان الوسط الحسابي لمجموع الدرجات هو (٦٠,٥٢).

وعند مناقشة نتائج جدول (٢) نجد ان هناك تفاوت في اعلى واقل درجة ضمن مجموع درجات مقياس القلق متعدد الأبعاد وهو ما تشير الى معدل اختلاف بين لاعبي فرق الكرة الطائرة .

وتشير درجات البعد المعرفي والبعد البدني الى وجود تفاوت قليل بين هذه الدرجات لكل فريق مما يدل على مشاركة كل من البعد المعرفي والبعد البدني بدرجة متقاربة في التأثير على اللاعبين خلال

^١ علي سلوم جواد، مازن حسن جاسم : الإحصاء وتطبيقاته في المجال الرياضي باستخدام برنامج SPSS ،النجف ، مطبعة الغري الحديثة، ط١ ،

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحظم محمد

مشاركتهم في المباريات وهو بحسب الدرجات التي ظهرت في المقياس مستوى متوسط وفوق الوسط في تأثيره على الاداء الرياضي مقارنةً مع الأوساط الفرضية " اذ في هذا المستوى يصبح الفرد اقل قدرة على السيطرة اذ يفقد السلوك مرونته ويستولي الجمود بوجه عام على استجابات الفرد في المواقف المختلفة ويحتاج الفرد الى المزيد من بذل الجهد للمحافظة على السلوك المناسب الملائم في مواقف الحياة المتعددة^١

وتعزو الباحثة ذلك الى انه ناجم من أن اللاعبين في دوامة تفكير مستمرة قبل المباراة بيوم أو يومين أو ساعات مضافاً لها ضغوط الجمهور على اللاعبين والمدرّب, فضلا عن ذلك ردود الفعل المرتبطة ارتباطاً قوياً بعلاقة اللاعبين بأهمية المباراة وتقدير قوتها وقوة اللاعبين الآخرين فضلا عن الإرهاق والتعب الزائد الناتج عن قلة الوحدات التدريبية اليومية نظراً لانشغال اللاعبين بالدراسة في كلياتهم وخوفهم من الإصابة سيكون محور تفكيرهم.

وتشير الباحثة أن اللاعبين يختلفون في درجة قلقهم ومستوى الإعداد النفسي لكل لاعب وإن بعض اللاعبين يصابون بحمى ما قبل المباراة والبعض الآخر يكون مستعد ومتهيئ للمباراة والبعض الآخر غير مكترث ولا مبالي للمباراة, وإن هذا الاختلاف في درجات القلق متعدد الابعاد عند اللاعبين يؤثر على مستوى أدائهم داخل الملعب كفريق واحد, خاصة إن كلف بعض اللاعبين بواجبات خاصة داخل الملعب فإن ذلك يصيبهم بنوع من القلق يؤثر على مستوى أدائهم داخل الملعب.

٤-٢ عرض وتحليل ومناقشة نتائج علاقة مقياس القلق متعدد الابعاد مع ترتيب إنجاز منتخبات كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة .

جدول (٣)

يوضح العلاقة بين ترتيب مستوى القلق متعدد الابعاد مع ترتيب إنجاز منتخبات كليات الجامعة

المستنصرية بالكرة الطائرة

الكلية	درجة القلق متعدد الابعاد	ترتيب الإنجاز	قيمة ر المحسوبة	قيمة ت ر المحسوبة	قيمة ت ر الجدولية	الدلالة
A	٣٢,٥٤	٢	٠,٧٣٨	٢,٦٧٨	معنوي	
B	٣٠,٢١	٦				
C	٣٣,٢٥	١				

^١ محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، مطبعة دار المعارف ، القاهرة ، ١٩٩٢ ، ص ٢٨٠ .

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كاظم محمد

	٢,٣٦			٧	٢٩,٥٦	D
				٣	٣٤,١٤	E
				٥	٣٣,٣٦	F
				٤	٣٠,٥٨	G
				٨	٢٩,٤٧	H

ر = معامل ارتباط سبيرمان للرتب ت ر = معادلة دلالة معنوية الارتباط

في الجدول (٣) وعند استخدام قانون سبيرمان للرتب لمعرفة علاقة الارتباط ظهرت لنا قيمة ر المحسوبة (٠,٧٣٨) وقيمة ت ر المحسوبة (٢,٦٧٨) وقيمة ت ر الجدولية (٢,٣٦) وكانت الدلالة معنوية في حدود نسبة خطأ (٠,٠٥). تدل النتائج في الجدول (٣) على وجود علاقة ارتباط معنوية بين نتائج مستوى القلق متعدد الأبعاد مع ترتيب إنجاز منتخبات كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة إذ كانت قيمة الارتباط المحسوبة (٠,٧٣٨) وقيمة دلالة معنوية الارتباط المحسوبة (٢,٦٧٨) وعند مقارنتها بقيمة دلالة معنوية الارتباط الجدولية تحت مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبالبالغة (٢,٣٦) ظهر أن هناك دلالة معنوية لكون قيمة دلالة معنوية الارتباط المحسوبة أكبر من قيمة دلالة معنوية الارتباط الجدولية ويستنتج الباحثة ان ماتحقق من نتائج مستوى القلق متعدد الأبعاد للمنتخبات كان له علاقة معنوية مع ترتيب إنجازهم في البطولة وبالرغم من وجود اختلافات بسيطة بين مراكز الفرق في ترتيبهم بالنسبة لمستوى القلق متعدد الأبعاد وترتيب إنجازاتهم في البطولة الا ان الدلالة المعنوية تؤكد اسهام القلق متعدد الأبعاد في تأثيره على إنجاز الفرق وهذا التأثير كان ايجابياً ودفعهم لبذل المزيد من الجهد.

الفصل الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

١. اظهرت الدراسة ان درجات مستويات القلق متعدد الأبعاد كانت وسط وفوق الوسط بقليل وهي مستويات طبيعية لدى الفرق .
٢. اختلاف درجات مستويات القلق متعدد الأبعاد بين الفرق حسب مستوى الاعداد النفسي لكل فريق
٣. كان تأثير القلق متعدد الأبعاد ايجابياً وذو علاقة معنوية مع ترتيب إنجازات الفرق في البطولة .

٥-٢ التوصيات

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كحافظ محمد

١. اهتمام المدربين بشكل متواصل الى مستويات القلق الرياضي التي ترافق اللاعبين خلال المباريات وتوجيهها بالشكل الذي يخدم اللاعب والفريق في تحقيق الانجاز الرياضي .

٢. قيام المدرب باستخدام كافة الوسائل التي تسهم في معايشة اللاعبين لظروف المنافسة الفعلية .

٥-٣ المقترحات

١. ضرورة الإهتمام والعناية ببرامج الإعداد النفسي المختلفة التي تؤثر على أداء اللاعبين.

٢. يجب التركيز على تهيئة وإعداد البرامج التدريبية التي تخدم الإعداد النفسي للاعبين وخاصة في

لعبة الكرة الطائرة .

المصادر

- ١- احمد عكاشة : علم الفسيولوجي ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٨٢ .
- ٢- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضية - المفاهيم والتطبيقات ، ط٣ ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ .
- ٣- خالدة إبراهيم : الحد أو التقليل من تأثير عامل القلق على إنجاز لاعبي المستويات العليا في كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة - جامعة بغداد - كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٤ .
- ٤- رمزي الغريب : التقويم القياسي النفسي التربوي ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، ١٩٨٥ .
- ٥- ريسان خريبط مجيد : مناهج البحث في التربية البدنية ، مديرية الكتب للطباعة والنشر ، ١٩٨٧ .
- ٦- عبد الرحمن عدس : مبادئ الإحصاء في التربية وعلم النفس ، ط٢ ، مكتبة الأقصى ، ١٩٨١ .
- ٧- علي سلوم جواد الحكيم : القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة الطائرة ، رسالة ماجستير ، جامعة القادسية ، كلية التربية الرياضية ، ٢٠٠٦ .
- ٨- محمد حسن أبو عبيه : المنهج في علم النفس ، القاهرة ، دار المعارف ، ١٩٧٧ .
- ٩- محمد حسن علاوي : مدخل في علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ .
- ١٠- محمد حسن علاوي : سيكولوجية المدرب الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ط١ ، ٢٠٠٢ .
- ١١- فقي إبراهيم حمادة : التدريب الرياضي الحديث تخطيط وتطبيق وقيادة (ط١ ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨ .
- ١٢- وديع ياسين ومحمد حسين العبيدي : التطبيقات الإحصائية واستخدامات الحاسوب في بحوث التربية الرياضية ، الموصل ، دار الكتب ، ١٩٩٩ .

١٣- Jarcer ٢٠٠٠ @ hotmail . com & Jarcer ٢٠٠٠ @ yohoo . com ٧-٩-٢٠٠٩ .

١٤- Jones , ١٩٩٥- more than , Just , a Game research Development and tssnes in completeive Anxiety in sport-c (British Journd of psychology . p ٤٤٩ .

١٥- Spielperger , C.D Anxiety as an Emotional , NY ; Mcgraw hill p . ٥٠ k ١٩٨٠ .

الملاحق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

الجامعة التكنولوجية

بسم الله الرحمن الرحيم

فيما يلي بعض الفقرات التي قد يستخدمها اللاعبون لوصف شعورهم عند أداء المباراة

يرجى قراءة كل عبارة ثم وضع علامة (/) أمام العبارة التي تنطبق مع حالتك التي تشعر بها عند خوض المباراة

شاكرين تعاونكم معنا

الباحثة

ت	العبارات	أبداً تقريباً	أحياناً	غالباً	دائماً تقريباً
---	----------	---------------	---------	--------	----------------

٢٩١

مجلة كلية التربية الأساسية ، المجلد ١٩ ، العدد التاسع والسبعون

القلق متعدد الأبعاد وعلاقته بترتيب إنجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بالكرة الطائرة

داليا كاظم محمد

١.	اشعر بالاسترخاء في جسمي			
٢.	اشعر بالنزفه			
٣.	أخشى الهزيمة			
٤.	اشعر برعشة في بعض أطرافي			
٥.	أحس بالاضطراب			
٦.	اشعر بالتقاؤل بالنسبة لنتيجة أداء			
٧.	أحس بمغص أو توتر بمعدتي			
٨.	أحس بعدم الاستقرار			
٩.	بالي مشغول من ناحية نتيجة أداء			
١٠.	اشعر بأنني بأحسن حالاتي البدنية			
١١.	أعصابي مشدودة			
١٢.	أخشى من عدم التوفيق بالأداء			
١٣.	اشعر بان ريفي ناشف			
١٤.	روحي المعنوية مرتفعة			
١٥.	فكري مشغول خوفاً من سوء مستواي في المباراة			
١٦.	دقات قلبي سريعة جداً (أسرع من المعتاد)			
١٧.	اشعر بالاطمئنان			
١٨.	تراودني أفكار بعدم الاشتراك بالأداء			
١٩.	اشعر بان جسمي مشدود			
٢٠.	أحس بالارتباك			
٢١.	بالي مشغول بعدم رضا المدرب عن مستوى أدائي			
٢٢.	اشعر بصداع بسيط في رأسي			
٢٣.	اشعر بالتوتر العصبي			
٢٤.	أخشى من عدم إجادتي			
٢٥.	اشعر بالراحة الجسمية			
٢٦.	اشعر بالانزعاج			
٢٧.	أهمية المباراة تشتت تفكيري			
٢٨.	اشعر بان جسمي متوتر			
٢٩.	معنوياتي منخفضة			
٣٠.	كلما فكرت بالمباراة كلما زاد ارتفاكي			
٣١.	أحس بالتعب في بعض عضلاتي			
٣٢.	اشعر بثقة في نفسي			
٣٣.	ينتابني بعض التشاؤم			
٣٤.	أعاني من بعض العرق وخاصة في راحة يدي			
٣٥.	أحس بالعصبية			
٣٦.	اشعر بانني سوف اظهر في أحسن حالاتي الأداء			
٣٧.	اشعر ببعض الضيق في التنفس			
٣٨.	اشعر بالأمان			
٣٩.	تدور في ذهني أفكار عن الهزيمة في الأداء			
٤٠.	أحس بما يشبه الألم في بعض أجزاء جسمي			
٤١.	أعصابي مسترخية			
٤٢.	أجد نفسي أفكر في عدم قدراتي على استكمال الأداء			
٤٣.	اشعر بانني مرتاح جسمياً			
٤٤.	اشعر بالضغط العصبي			
٤٥.	عندي ثقة بالفوز بالأداء			