

**دراسة مقارنة لمستوى الاستجابة الانفعالية والثقة
بالنفس بين لاعبي فرق المراكز الأولى والأخيرة في
الدوري العراقي الممتاز لكرة القدم**

أ.م.د عبد الرحمن ناصر راشد

كلية التربية الرياضية – جامعة ديالى

٢٠٠٩ م

١٤٣٠ هـ

ملخص البحث

يلعب العامل النفسي دوراً رئيسياً في اعداد لاعب كرة القدم ويقف في مقدمة العوامل النفسية الجانب الانفعالي كونه احد العوامل النفسية المرتبطة بتحقيق الفوز والانجاز الرياضي وكذلك الثقة بالنفس التي تثير العديد من الانفعالات الايجابية لدى اللاعبين إذ هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الاستجابة الانفعالية ودرجة الثقة بالنفس بين لاعبي فرق المراكز الاولى والاخيرة في الدوري العراقي الممتاز في كرة القدم الموسم ٢٠٠٧-٢٠٠٨ إذ طبق الباحث مقياسي الاستجابة الانفعالية والثقة بالنفس على لاعبي فرق المراكز الاولى وهم الشرطة والجوية وفرق المراكز الاخيرة العدالة والشعلة وقد استنتج الباحث من هذه الدراسة ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين فرق المراكز الاولى والاخيرة في معظم سمات الاستجابة الانفعالية وكذلك الثقة بالنفس .

A comparative study of the level of emotional response and self-confidence among players and teams the first and last centers in Iraq Super League football

Plays a psychological factor played a key role in the preparation of a football player and stands at the forefront of psychological factors side of emotional being one of the psychological factors associated with achieving victory and sporting achievement as well as self-confidence, which raises many of the positive emotions among the players as the study aimed to identify the level of response to the emotional and the degree of self-confidence among players, teams centers, first and last in Iraq Super League in football season 2007-2008, as applied researcher standard response to emotional and self-confidence to the players, teams first centers are police and air force teams and centers the last justice and the torch has been researcher concluded from this study that there are significant differences between teams, first and last positions in most of the characteristics of emotional response as well as self-confidence

الباب الأول

١- التعريف بالبحث

١-١ المقدمة وأهمية البحث

إن تطور الألعاب الرياضية وتحقيق التفوق والانجاز الرياضي يتطلب الماماً كبيراً بالعملية التدريبية وبالعلوم المرتبطة التي عملت وتعمل على تطور العملية التدريبية بصورة عامة ، وبما ان اللاعب احدى الركائز الاساسية التي من خلالها تتضح جدية وعلمية العملية التدريبية فأن تطوره من خلال الانجاز او المستوى المميز هو المحصلة النهائية لتطور العملية التدريبية التي تتعدد وتترابط واجباتها من (بدنية ومهارية وخطوية وذهنية ونفسية) إذ تلعب هذه الجوانب مجتمعة دوراً مهماً واساسياً في صنع اللاعب المميز والقادر على تحقيق الانجاز .

ان المرين والمدربين والمهتمين باللعب الرياضية جدوا واجتهدوا كثيراً في تطوير جوانب اعداد اللاعب وان ما نراه من تطور مذهل على اللاعبين في الألعاب والفعاليات الرياضية الجماعية والفردية في الجوانب البدنية متمثلاً بالسرعة والقوة والتحمل وغيرها من الصفات البدنية الاخرى وكذلك الاداء المهاري الذي وصل الى قمة الاثارة والمتعة خير مثال على هذا الاهتمام والجدية ، ولكي نكون قريبين من الموضوع الذي نبحث فيه نشير الى ان للعامل النفسي الكلمة

الفصل في رجحان كفة فريق على اخر وخاصة عندما تتساوى وتتقارب مستويات الفرق مع بعضها في النواحي الآتفة الذكر .

وعلى هذا الاساس يُعد العامل النفسي عاملاً اساسياً في تحقيق الفوز والانجاز الرياضي ، ويقف في مقدمة العوامل النفسية الجانب الانفعالي للاعبين لكونه احد العوامل النفسية المرتبطة بتحقيق الفوز والانجاز الرياضي لان المواقف الانفعالية في المنافسة الرياضية ذات تأثير على الحالة البدنية والمهارية والخطئية للاعب باعتبار الانفعال هو "استجابة متكاملة للكائن الحي ، تعتمد على الادراك للموقف الخارجي والداخلي وتحدث تغيرات وجدانية وفسولوجية للاجهزة العضلية والدموية والغدية " (١)

ولهذا فأن فقدان اللاعب لحالة الاتزان في طبيعة العمل الوظيفي للجسم والنتاج من الانفعال يؤدي الى اضطراب الجسم بوجه عام وموثرأ على عملية التفكير والتي تنعكس آثارها على قدرات اللاعب الحركية ، كما ان ثقة اللاعب الواقعية بنفسه تثير العديد من الانفعالات الايجابية لديه مثل الشعور بالحيوية والحماسة والبهجة والانتعاش كما انها تساعده في تركيز انتباهه والمثابرة وبذل الجهد ورباطة الجأش وبالذات في اثناء المنافسات ان لعبة كرة القدم وبسبب طبيعتها التنافسية وما يحدث فيها من متغيرات سريعة وآنية تُعد من الالعاب التي تزخر بأنواع متعددة من المواقف الانفعالية التي تتميز بقوتها إذ انها لا تسير فيها مواقف اللعب على وتيرة واحدة .

ان اهمية هذا البحث تكمن في انه يمثل محاولة علمية يُراد منها كشف الفروق في مستوى الاستجابة الانفعالية والثقة بالنفس بين لاعبي فرق المراكز الأولى ولاعبي فرق المراكز الأخيرة في الدوري العراقي الممتاز للموسم ٢٠٠٧-٢٠٠٨ وذلك لكون الانفعال والثقة بالنفس جانبان مؤثران في ممارسة هذه اللعبة التنافسية .

(١) رضا حنفي احمد ، السمات الانفعالية المميزة للاعبي منتخبات بعض الدول العربية للشباب تحت ١٩ سنة في كرة السلة ، بحث منشور في مجلة المؤتمر العلمي الاول ،جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية ، ١٩٨٧ ، ص ٢٧٩

٢-١ مشكلة البحث

ان التفوق وتحقيق النتائج المتميزة في الالعاب الرياضية وفي كرة القدم بالذات يتطلب تحليل جميع الجوانب المؤثرة في العملية التدريبية لكي تساهم في حل المشاكل التي تقف حجر عثرة في تحقيق ما تصبو له الفرق الرياضية لذا يُعد البناء والاعداد النفسي الصحيح وخاصةً فيما يتعلق بتطوير الاستجابة الانفعالية والثقة بالنفس من العوامل التي تعطي نتائج مثمرة اثناء المنافسات الرياضية وبحسب خبرة الباحث المتواضعة لكونه اكاديمياً وباحثاً في مجال كرة القدم ومدرباً وقريباً ومتابعاً لفرق الدوري العراقي يرى ان الجانب النفسي لم يحضى بالقدر الكافي من اهتمام المدربين والمهتمين بشؤون فرق الدوري العراقي مما دفع الباحث الى تناول جانبي الاستجابة الانفعالية والثقة بالنفس ، لكونهما يرتبطان ارتباطاً وثيقاً بنتائج مباريات كرة القدم .

٣-١ هدفاً البحث

١. التعرف على مستوى الاستجابة الانفعالية ودرجة الثقة بالنفس بين لاعبي فرق المراكز الأولى والأخيرة في الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم .
٢. التعرف على الفروق في مستوى الاستجابة الانفعالية ودرجة الثقة بالنفس بين لاعبي فرق المراكز الأولى والأخيرة.

٤-١ فرضا البحث

١. هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاستجابة الانفعالية بين لاعبي فرق المراكز الأولى والأخيرة .
٢. هناك فروق ذات دلالة احصائية في درجة الثقة بالنفس بين لاعبي فرق المراكز الأولى والأخيرة .

٥-١ مجالات البحث

- ١-٥-١ المجال البشري: لاعبو فرق المراكز الأولى والأخيرة في الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم .
- ٢-٥-١ المجال الزمني: للفترة من ٦ / ٤ / ٢٠٠٨ ولغاية ١٥ / ٤ / ٢٠٠٨ .
- ٣-٥-١ المجال المكاني: ملاعب اندية بغداد بكرة القدم .

٦-١ التعريف بالمصطلحات

١. السمات الانفعالية: "هي السمات المميزة للسلوك الانفعالي وتمثل الاسلوب العام لفاعلية الشخصية لتعطي مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية" (١)
٢. الثقة بالنفس: Self confidence "هو الاعتماد أو درجة التأكد أو اليقينية بأن الفرد يملك القدرة لكي يكون ناجحاً" (٢).

الباب الثاني

٢- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة

١-٢ الدراسات النظرية

١-١-٢ الانفعالات

للانفعالات في الالعاب والفعاليات الرياضية تأثير بالغ الاهمية في حياة اللاعبين إذ انها ترتبط بسمات شخصياتهم وسلوكهم ودوافعهم وحاجاتهم وبنوع الرياضة التي يمارسونها ، ولهذا فإن من النادر ان نجد فعالية رياضية دون ان تصطبغ بالانفعال وعليه فإن الخبرات الانفعالية لها الدور الاكبر في التأثير على شخصية اللاعب وعلى قدرته على التفاعل والتكيف مع البيئة كما انها تؤثر بصورة او بأخرى على اداء اللاعب وعلى مستوى قدراته ومهاراته وخاصة في المنافسة الرياضية وعلى هذا الاساس كان للانفعالات اكثر من تعريف ، فهي عند علاوي (١٩٩٨) " حالات شعورية ذاتية في الكائن الحي تصحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية خارجية قد تعبر غالباً عن نوع من الانفعال " (٣)

(١) محمد العربي شمعون وآخرون ؛ السمات الانفعالية ومستوى الاداء المهاري للناشئين (الاتحاد العربي السعودي للجيمباز ،

بحث منشور ، السعودية ، الرياض ١٩٨٣) ص ٣٦٥

(٢) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي (القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، ١٩٩٨) ص ٢٧

(٣) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي (القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، ط ١ ، ١٩٩٨) ص ٢٨٥

أو هي " حالة وجدانية تعتري كل رياضي بصورة مفاجئة ، قد تكون بصورة أزمة عابرة وطارئة فلا تبقى وقتاً طويلاً او قد تكون حادة وقوية مصحوبة بأضطرابات فسيولوجية تصيب وتظهر على اجهزة الجسم المختلفة وتؤثر على اجهزة الجسم الداخلية " (١)

١-١-٢ خصائص الانفعالات

من خلال اطلاع الباحث على بعض المصادر التي تناولت موضوع الانفعالات في الرياضة وجد انهم يتفقون على ان خصائص الانفعالات وهي :-

اولاً : الذاتية

بما ان الفروق بين الافراد سمة لايمكن تجاهلها ، لذا فإن الانفعالات تتميز بطابعاً ذاتياً ، فرياضي معين قد يفرح ويشعر بالسرور لموقف معين بينما بالنسبة لرياضي اخر قد يكون هذا الموقف باعثاً للضيق وقد لا يتطلب هذا الموقف اي انفعال لشخص ثالث .

ثانياً : التعدد

ان حياة الانسان لايمكن ان تزخر بنوع واحد من الانفعالات ، إذ انه يفرح ويحزن ويشعر بالخجل والندم وقد يحس بالعطف والابتهاج والامل او قد يشعر بالغضب والكراهية وغيرها من الانفعالات .

ثالثاً : الاختلاف في الدرجة

ان درجة الانفعال وشدته تختلف من حال الى اخر ، فالفرح عند النجاح في الامتحان تختلف درجته وشدته عن الفرح عند الفوز في المسابقات الرياضية وكذلك تختلف درجته وشدته عند سماع كلمات مديح وثناء .

رابعاً : الارتباط بالتغيرات العضوية والتغيرات الخارجية

ان الانفعالات التي يمر بها الرياضي ترتبط بكثير من المظاهر والتغيرات الفسيولوجية الداخلية وكذلك ترتبط بالتغيرات الجسمية الخارجية .

٢-١-٢ الخبرات الانفعالية المرتبطة بالنشاط الرياضي

(١) غازي صالح محمود ؛ علم النفس الرياضي (بغداد :مكتب زاكي للطباعة ،٢٠٠٧) ص ٢١٦

يزخر النشاط الرياضي بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر تأثيراً واضحاً في سلوك الفرد ، وعليه لا بد ان يمتلك الرياضي القدرة على التحكم في انفعالاته واخضاعها لسيطرته ، وبما ان الانفعالات في تغير دائم وسريع في اثناء المباريات فهي تُعد من العوامل المهمة التي تؤثر بصورة واضحة على المستوى الذي يظهره الفرد في اثناء المنافسة الرياضية وبأماكن هذه الانفعالات ان تحول الفوز الى هزيمة والنجاح الى فشل والعكس صحيح وقد لخص محمد حسن علاوي (١٩٩٨) الخبرات الانفعالية المرتبطة بالنشاط الرياضي الى :- (١)

اولاً : الخبرات الانفعالية الناتجة من التغيرات الواضحة لاداء اللاعب

يرتبط العمل العضلي الزائد لكونه علاقة مميزة وضرورية للنشاط الرياضي بحالة من المتعة والمرح والسرور والاحساس بالارتياح وعلى العكس من ذلك اي في حالة زيادة التعب النفسي او العضلي الواقع على كاهل الرياضي فإن ذلك يرتبط بالانفعالات غير السارة كالضيق والكدر والاحساس بالتعب والاعياء والارهاق .

ثانياً : الخبرات الانفعالية الناتجة من اكتساب القدرات البدنية

عندما يكتسب الرياضي القدرات البدنية اللازمة لاداء النشاط الرياضي المطلوب فإنه يحس بقدر معين من التفوق والامتياز وبالتالي فإنه يجلب تقدير الاخرين واعجابهم ، اما في حالة ضعف القدرات البدنية عند الرياضي لكي يؤدي ما مطلوب منه فإن ذلك يولد بعض الخبرات الانفعالية غير السارة كالخوف والقلق وعدم الثقة بالنفس

ثالثاً : الخبرات الانفعالية الناتجة عن إتقان المهارات الحركية

ان احساس الرياضي بقدرته على اداء المهارات الحركية التي تتطلب المزيد من الرشاقة او التوازن او الشجاعة فإن ذلك يُعد من الخبرات الانفعالية السارة لديه وذلك لأحاسسه بالتميز في اداء مثل هذه المهارات التي تتسم بالصعوبة والدقة والخطورة وعلى العكس من ذلك فإن فشل الرياضي في اداء هذه المهارات يستدعي الخبرات الانفعالية غير السارة .

رابعاً : الخبرات الانفعالية المرتبطة بالمنافسات الرياضية

(١) محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي ، مصدر سبق ذكره ، ص ٣٦٧

في أثناء المنافسات الرياضية يمكن ان ترتفع حدة الخبرة الانفعالية وذلك عند تسجيل هدف الفوز في كرة القدم ، إذ ان تسجيل الهدف يتحول الى فرح عارم لافراد الفريق الفائز والى حزن عميق لافراد الفريق المهزوم ، وعليه فأن ما يميز الخبرات الانفعالية المرتبطة بالمنافسات الرياضية هو طابع التوتر الشديد والذي ينعكس فيها المجهود المبذول الى محاولة الفوز .

٢-١-٢ الثقة بالنفس

إن المفهوم الصحيح للثقة بالنفس يعني توقع الرياضي الواقعي لتحقيق النجاح بمعنى ماهي الاشياء الواقعية التي يتوقع عملها ، وفي كل الاحوال فأن الثقة بالنفس هي شعور اللاعب ان ادائه سيكون جيداً بصرف النظر عن النتائج وحتى يتم معرفة مستوى او نوع الثقة بالنفس المطلوب في اثناء الاداء الرياضي لابد ان نتعرف على المستويات او انواع الثقة بالنفس الاتية

:-

← الافتقاد الى الثقة بالنفس .

← الثقة بالنفس الزائدة .

← الثقة بالنفس المثلى .

ان افتقاد الرياضي الى الثقة بالنفس يجعله من الناحية النفسية اسير تصوراته السلبية وبالتالي تقوده هذه التصورات الى المزيد من الفشل ، ان ضعف الثقة بالنفس يضعف من كفاءة الاداء ويؤدي الى القلق وضعف التركيز وعدم التأكد من الهدف ، اما الثقة بالنفس الزائدة **over confidence** فتعني ان الثقة عند الرياضي تزيد عن القدرات المتاحة للرياضي ، إذ ان بعض الرياضيين يعتقدون إنهم أفضل من امكاناتهم الحقيقية ويتولد هذا النوع من الثقة نتيجة الدلال الزائد او التشجيع المبالغ فيه الذي يحضى به اللاعب من اسرته ، وان هذا النوع من الثقة الزائدة يقود صاحبه الى الفشل والاحباط ، عندما يواجه الرياضي الدافع العملي ويتأكد من ان قدراته وامكاناته اقل واضعف مما يعتقد اما الثقة بالنفس المثلى **optimal self confidence** فهي عندما يهتم الرياضي بقدراته بشكل جيد وعلى اساس هذا الفهم يضع اللاعب لنفسه اهدافاً واقعية تتماشى مع قدراته ، حينئذ يشعر الرياضي بالنجاح عندما يصل الى اهدافه هذا ويُعد

امتلاك الرياضي للثقة بالنفس المثلى صفة ضرورية وهامة بشرط ان يمتلك في الوقت نفسه المهارات والقدرات البدنية لتحقيق الاداء الجيد .

لقد لخص أسامة كامل راتب (١٩٩٧) خصائص الثقة بالنفس بما يأتي: (١)

- ◀ الثقة بالنفس تثير الانفعالات الايجابية .
- ◀ الثقة بالنفس تساعد على تركيز الانتباه .
- ◀ الثقة بالنفس تؤثر في بناء الاهداف .
- ◀ الثقة بالنفس تزيد المثابرة وبذل الجهد .
- ◀ الثقة بالنفس لا تُعد بديلاً عن الكفاءة البدنية والمهارية .

٢-٢ الدراسات المشابهة

٢-٢-١ دراسة رضا حنفي احمد (١٩٨٨)^(٢)

(السمات الانفعالية المميزة للاعبين منتخبات بعض الدول العربية للشباب تحت ١٩ سنة في كرة السلة)

اجريت الدراسة على (٧٢) لاعباً من لاعبي كرة السلة ومن (٨) دول عربية التي اشتركت في البطولة العربية الثالث للشباب في كرة السلة في القاهرة ، وقد تم استخدام مقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة حيث هدفت الدراسة الى :

- ◀ التعرف على السمات الانفعالية المميزة للاعبين الشباب في كرة السلة .
- ◀ التعرف على الفروق في السمات الانفعالية المميزة للدول الفائزة بالمراكز الاولى ودول المؤخرة .

وكان من ابرز نتائج الدراسة

(١) أسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة، المفاهيم -التطبيقات (القاهرة: دار الفكر العربي ١٩٩٧)، ص٣٤٣

(٢) رضا حنفي احمد، السمات الانفعالية المميزة للاعبين شباب بعض الدول العربية للشباب تحت ١٩ سنة في كرة السلة، مصدر سبق ذكره، ص٢٧٩

- ◀ وجود علاقة دالة احصائياً بين نتائج الفرق في البطولة وكل من سمات (الضبط الذاتي - الحساسية - الاصرار)
- ◀ وجود فروق دالة احصائياً بين الفرق الفائزة بالمراكز الاولى وفرق المؤخرة في السمات الانفعالية التالية (الثقة بالنفس - الاصرار -المسؤولية الشخصية ، الضبط الذاتي) ولصالح الفرق المتقدمة .

٢-٢-٢ دراسة سعد منعم الشихلي ١٩٩٩^(١)

- (مقارنة لمستوى الاستجابة الانفعالية بين لاعبي بعض منتخبات الشباب للاعب الفرقيّة والفردية)
- اجري البحث على عينة من لاعبي منتخبات الشباب بكرة القدم والتنس والتايكواندو وعددهم (١٦) لاعباً وقد هدفت الدراسة الى :
- ◀ التعرف على مستوى الاستجابة الانفعالية للاعبي منتخب شباب العراق بكرة القدم والتنس والتايكواندو
- ◀ التعرف على الفروق في الاستجابة الانفعالية بين لاعبي منتخبات شباب العراق بكرة القدم والتنس والتايكواندو
- وكان من ابرز نتائج الدراسة ان :
- ◀ عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مستوى الاستجابة الانفعالية لسمات (الرغبة- الحساسية- ضبط التوتر) بين افراد عينة البحث .
- ◀ وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مستوى الاستجابة الانفعالية لسمات (الاصرار - الثقة - الضبط الذاتي - المسؤولية الشخصية) بين افراد عينة البحث

الباب الثالث

(١) سعد منعم في الشихلي ، مقارنة لمستوى الاستجابة الانفعالية بين لاعبي بعض منتخبات الشباب للاعب الفرقيّة والفردية ، بحث منشور، موسوعة بحوث سعد منعم الشихلي ، ٢٠٠٤ ، ص٢٣٣

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

١-٣ منهجية البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي لملائمته لحل المشكلة ، وهو احد المناهج الاساسية في البحوث الوصفية إذ " يسعى المنهج الوصفي الى جمع بيانات من افراد المجتمع لمحاولة تحديد الحالة الراهنة له بمتغير او بمتغيرات معينة" (١)

٢-٣ عينة البحث

ان الاهداف التي يضعها الباحث والاجراءات المستخدمة في البحث هي التي تحدد طبيعة العينة التي يتم اختيارها وعليه فقد اختار الباحث عينته بصورة عمدية من لاعبي كرة القدم والمشاركين في مباريات الدوري العراقي الموسم ٢٠٠٧ - ٢٠٠٨ مجموعة بغداد إذ اختار (٤٠) لاعباً موزعين بالتساوي على فرق المراكز الأولى (الشرطة) (الجوية) وفرق المراكز الأخيرة (العدالة) (الشعلة) في الدوري وهذه العينة تمثل (١١,١١ %) من مجتمع البحث البالغ عدده (٣٦٠) لاعب وكما موضح في الجدول (١) .

جدول (١)

يوضح طبيعة عينة البحث

| ت | فرق العينة | العدد | المجموع | نسبة العينة الى مجتمع البحث |
|---------------------|------------|-------|---------|-----------------------------|
| فرق المراكز الأولى | الشرطة | ١٠ | ٤٠ | %١١,١١ |
| | الجوية | ١٠ | | |
| فرق المراكز الأخيرة | العدالة | ١٠ | | |
| | الشعلة | ١٠ | | |

٣-٣ اجراءات الدراسة

(١) محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي (القاهرة : دار الفكر العربي، ١٩٩٩، ص ١٤٠)

تم تطبيق مقياسي الدراسة على عينة البحث عند توقف الدوري الممتاز بكرة القدم وفي ملاعب الاندية قيد الدراسة علماً ان ترتيب الفرق بعد انتهاء المرحلة الاولى يوضحها الجدول (٢)

جدول (٢)

يوضح ترتيب فرق الدوري العراقي الممتاز (مجموعة بغداد)

| الترتيب | الفريق | ت |
|------------|--------------|----|
| الاول | الشرطة | ١ |
| الثاني | القوة الجوية | ٢ |
| الثالث | الزوراء | ٣ |
| الرابع | الجيش | ٤ |
| الخامس | الطلبة | ٥ |
| السادس | الكهرباء | ٦ |
| السابع | الصناعة | ٧ |
| الثامن | النفط | ٨ |
| التاسع | البريد | ٩ |
| العاشر | الرمادي | ١٠ |
| الحادي عشر | العدالة | ١١ |
| الثاني عشر | الشعلة | ١٢ |

٤-٣ ادوات البحث

١-٤-٣ مقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة

تم استخدام هذا المقياس الذي وضعه (توماس -تتكو) تحت عنوان sport emotional reation profile^(١) واعد صورته الى العربية محمد حسن علاوي ومحمد العربي شمعون ويتكون المقياس من (٤٢) عبارة تتيح الفرصة للاعب بالتعبير عن اتجاهاته في سبع سمات منفصلة ذات التأثير في المجال الرياضي والسمات هي:

١. الرغبة Desire

٢. الاصرار Assertiveness

(١) محمد حسن علاوي؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين (القاهرة : مركز الكتاب للنشر ١٩٩٨) ص ٣٤

٣. الحساسية Sensitivity

٤. التحكم في لبتوتر tension control

٥. الثقة confidence

٦. المسؤولية الشخصية personal accountability

٧. الضبط الذاتي self discipline

علماء إن لكل سمة في المقياس ستة عبارات ، إذ يتم جمع درجاته كل على حدة لان المقياس ليست له درجة قليلة والدرجة العالية تشير الى تميز اللاعب الرياضي بالسمة التي يقيسها البعد .

٣-٤-٢ مقياس الثقة بالنفس^(١)

وهو مقياس صممه رويين فيلي عام ١٩٨٦ لغرض قياس حالة الثقة الرياضية بعنوان state sport confidence inventory ، ويتكون المقياس من (١٣) عبارة إذ يقوم اللاعب بالاجابة على عبارات المقياس من خلال مدرج يتكون من (٩) نقاط ، يحدد درجة الثقة الرياضية التي يتميز بها اللاعب في اللحظة التي تسبق الاشتراك المباشر في منافسة هامة ، ويتم جمع الدرجات التي حددها اللاعب في جميع العبارات وكلما اقترب مجموع هذه الدرجات من الدرجة العظمى وقدرها (١١٧) كلما تميز اللاعب بدرجة اكبر في حالة الثقة الرياضية.

٣-٥ الشروط العلمية للمقياسين

٣-٥-١ الصدق

يمثل صدق الاختبار او المقياس احد الوسائل الهامة المستخدمة في الحكم على صلاحياته

وقد استخدم الباحث صدق البناء ، وتشير أنستازي الى "ان ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية على المقياس مؤشراً على ان هذا المقياس يُعد صادقاً بنائياً"^(١) وقد أستخرج الباحث معامل الصدق للمقياس الاول من خلال ايجاد علاقة الارتباط بين درجة كل فقرة وبين المجموع الكلي للسمة التي ينتمي لها والجدول (٣) يوضح ذلك.

(١) محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين (مصدر سبق ذكره) ص ٦٠

(1) Anastasi .Anne. psychological Testing ,(New york; Macmillan Publishing Co, Inc 1982) P 88.

جدول (٣)

يبين معامل الصدق (الارتباط) بين العبارات وبين الدرجة لكل سمة
من سمات مقياس الاستجابة الانفعالية

| الضبط | المسؤولية | الثقة | التحكم في التوتر | الحساسية | الاصرار | الرغبة | السمات العبارات |
|-------|-----------|-------|------------------|----------|---------|--------|-----------------|
| ٠,٧٥ | ٠,٦٣ | ٠,٨٢ | ٠,٧٣ | ٠,٦١ | ٠,٧٧ | ٠,٨٠ | ١ |
| ٠,٧٢ | ٠,٧٨ | ٠,٧٢ | ٠,٧٧ | ٠,٧٨ | ٠,٧٨ | ٠,٧١ | ٢ |
| ٠,٨٢ | ٠,٧٣ | ٠,٧٤ | ٠,٦٧ | ٠,٧٦ | ٠,٤٧ | ٠,٧٢ | ٣ |
| ٠,٦٧ | ٠,٧٥ | ٠,٧٥ | ٠,٨٥ | ٠,٨٧ | ٠,٥٣ | ٠,٧٥ | ٤ |
| ٠,٨١ | ٠,٧٣ | ٠,٧٢ | ٠,٦٧ | ٠,٨٣ | ٠,٦١ | ٠,٦٨ | ٥ |
| ٠,٧٩ | ٠,٦٩ | ٠,٩١ | ٠,٨٩ | ٠,٧٧ | ٠,٦٣ | ٠,٦٩ | ٦ |

جدول (٤)

يبين معامل صدق مقياس الثقة بالنفس من خلال الارتباط

بين عبارات المقياس والمجموع الكلي للمقياس

| العبارات | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | ٨ | ٩ | ١٠ | ١١ | ١٢ | ١٣ |
|---------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| قيمة الارتباط | ٠,٧٢ | ٠,٧٨ | ٠,٦٧ | ٠,٧٧ | ٠,٧٨ | ٠,٧٥ | ٠,٧٧ | ٠,٧٥ | ٠,٧٣ | ٠,٦٩ | ٠,٨٢ | ٠,٧٧ | ٠,٧٣ |

٣-٥-٢ ثبات المقياسين

ولغرض التحقق من ثبات المقياسين اللذان استخدمهما الباحث في دراسته هذه ، استخدم طريقة الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية وبما ان ناتج هذه الطريقة يوضح ثبات نصف الاختبار فقد استخدم الباحث معامل تصحيح الثبات باستخدام معادلة (الفاكرونباخ) والجدولين (٥) (٦) يوضحان ثبات المقياسين.

جدول (٥)

يبين معامل ثبات مقياس الاستجابة الانفعالية باستخدام

طريقة الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية

| معامل الفاكرونباخ | معامل الارتباط | العبارات الزوجية | | العبارات الفردية | | عدد العبارات | السمات |
|-------------------|----------------|------------------|------|------------------|------|--------------|-------------------|
| | | ع ± | س | ع ± | س | | |
| ٠,٨٣ | ٠,٧١ | ١ | ٢ | ٢,٠٨ | ٢,٦٧ | ٦ | الرغبة |
| ٠,٦٧ | ٠,٦١ | ١,١٦ | ١,٦٧ | ١ | ٤ | ٦ | الإصرار |
| ٠,٨٧ | ٠,٧٦ | ١,١٦ | ٣,٣٣ | ١,٣٧ | ٣ | ٦ | الحساسية |
| ٠,٨٩ | ٠,٧٧ | ١ | ٤ | ٠,٥٨ | ٣,٣٣ | ٦ | التحكم في التوتر |
| ٠,٨٢ | ٠,٧٤ | ١,١٦ | ٣,٦٧ | ١ | ٤ | ٦ | الثقة |
| ٠,٩٨ | ٠,٩٧ | ٠,٥٨ | ٣,٣٣ | ٢,٠٨ | ٢,٦٧ | ٦ | المسؤولية الشخصية |
| ٠,٧٣ | ٠,٦٩ | ٣ | ٣,٦٧ | ٠,٧٧ | ٥ | ٦ | الضبط الذاتي |

جدول (٦)

يبين معامل ثبات مقياس الثقة بالنفس بطريقة الارتباط بين العبارات الزوجية والفردية

| معامل الفاكرونباخ | معامل الارتباط | \pm ع | س | المعالجات لإحصائية الفرق |
|-------------------|----------------|---------|------|--------------------------|
| ٠,٨٩ | ٠,٨١ | ٠,٥٨ | ٧,٢٩ | المراكز الأولى |
| | | ٠,٦٣ | ٧ | المراكز الأخيرة |

الباب الرابع

٤- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-١ عرض النتائج وتحليلها

من خلال الجداول (٧) (٨) (٩) (١٠) يمكننا من التعرف على نتائج إجابات العينة في مقياس الاستجابة الانفعالية والثقة بالنفس فقد ظهر من الجدول (٧) ان اعلى قيمة حصلت عليها فرق المراكز الأولى في مقياس الاستجابة الانفعالية كانت (١٨١) واقل قيمة (١١٨) بينما كان المدى (٦٣) اما فرق المراكز الأخيرة فقد كانت اعلى قيمها عندها (١٧٦) واقل قيمة (١١٠) بينما كان المدى (٦٦)

جدول (٧)

يوضح الوسطين الحسابيين والانحرافين المعياريين واعلى قيمة واقل قيمة والمدى للاستجابة الانفعالية لعينة البحث

| المدى | اقل قيمة | اعلى قيمة | \pm ع | س | الوسائل لإحصائية الفرق |
|-------|----------|-----------|---------|-------|------------------------|
| ٦٣ | ١١٨ | ١٨١ | ١٩,٦٦ | ١٥٠,٣ | المراكز الأولى |
| ٦٦ | ١١٠ | ١٧٦ | ١٧,٤٤ | ١٣٦,٢ | المراكز الأخيرة |

اما في مقياس الثقة بالنفس الذي يبين نتائج الجدول (٨) فقد ظهر من خلال هذا الجدول ان اعلى قيمة حصلت عليها فرق المراكز الأولى في هذا المقياس كانت (١٢٢) واقل

قيمة (٨١) بينما كان المدى (٤١) اما اعلى قيمة لفرق المراكز الأخيرة في المقياس ذاته فقد كانت (١١٤) واقل قيمة (٨١) بينما كان المدى (٤٣)

جدول (٨)

يوضح الوسطين الحسابيين والانحرافيين المعياريين واعلى قيمة
واقل قيمة والمدى للثقة بالنفس لعينة البحث

| المدى | اقل قيمة | أعلى قيمة | $\bar{x} \pm$ | س | الوسائل الاحصائية الفرق |
|-------|-------------|--------------|---------------|--------|----------------------------|
| ٤١ | ٨١ | ١٢٢ | ١٠.٥٥ | ١٠٠.٣٥ | المراكز الأولى |
| ٤٣ | ٨١ | ١١٤ | ١١.٢٥ | ٩٠.٨٥ | المراكز الأخيرة |

اما جدول (٩) ففيه نستطيع ان نتعرف على معنوية الفروق بين فرق المراكز الأولى و فرق المراكز الأخيرة في السمات الانفعالية قيد البحث إذ ظهر ان قيم (ت) المحسوبة كانت غير معنوية بين مجموعتي البحث في سمات (الأصرار والحساسية وضبط التوتر والمسؤولية الشخصية بينما كانت قيم (ت) المحسوبة معنوية بين عينتي البحث في سمات الرغبة والثقة بالنفس والضبط الذاتي) ولصالح مجموعة فرق المقدمة

جدول (٩)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (ت) المحسوبة والجدولية لسمات الاستجابة الانفعالية لدى عينة البحث

| مستوى الدالة | قيمة (ت) | | فرق المراكز الأخيرة | | فرق المراكز الأولى | | السمات |
|--------------|----------|----------|---------------------|------|--------------------|------|-------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | ع ± | س | ع ± | س | |
| معنوي | ٢,٠٢ | ٢,٥٩ | ٢,٩٦ | ١٩,٩ | ٦,٥٩ | ٢٤,٣ | الرغبة |
| غير معنوي | | ٠,٢١ | ٥,٤٨ | ٢٣,٢ | ٦,٤٧ | ٢٢,٨ | الإصرار |
| غير معنوي | | ٠,١٨ | ٠,٠٤ | ١٨,٩ | ٥,٠١ | ١٩,٨ | الحساسية |
| غير معنوي | | ١,٤١ | ٧,١٦ | ٢٢,٦ | ٤,٣٥ | ٢٥,٣ | ضبط التوتر |
| معنوي | | ٣,٣١ | ٣,١٢ | ٢١,٦ | ٢,٠١ | ٢٥,٧ | الثقة |
| معنوي | | ٢,٢٩ | ٣,٠٩ | ٢٢,٢ | ١,٨٩ | ٢٤,١ | الضبط الذاتي |
| غير معنوي | | ١,٢٥ | ٥,٠٦ | ٢١,٢ | ٣,١٢ | ٢٢,٩ | المسؤولية الشخصية |

اما في مقياس الثقة بالنفس فإن نتائج الجدول (١٠) تظهر لنا ان قيمة (ت) المحسوبة بين فرق المراكز الأولى والأخيرة كانت معنوية في فقرات هذا المقياس ولصالح فرق المراكز الأولى.

جدول (١٠)

يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمتي (ت) المحسوبة والجدولية ومستوى الدلالة لمقياس الثقة بالنفس لدى عينة البحث

| مستوى الدالة | قيمة (ت) | | ع ± | س | الوسائل الاحصائية الفرق |
|--------------|----------|----------|-------|--------|-------------------------|
| | الجدولية | المحسوبة | | | |
| معنوي | ٢,٠٢ | ٢,٦٨ | ١٠,٥٥ | ١٠٠,٣٥ | المراكز الأولى |
| | | | ١١,٢٥ | ٩٠,٨٥ | المراكز الأخيرة |

من خلال اطلاعنا على نتائج الجداول السابقة نستطيع ان نوكد على ان فرق المراكز الأولى كانت نتائجها أفضل من فرق المراكز الأخيرة في مقياسي الاستجابة الانفعالية والثقة بالنفس وهذا ما نوكده اعلى قيمة واقل قيمة والمدى في الجدولين (٧) و(٨)

ففي مقياس الاستجابة الانفعالية كانت نتائج الجدول (٩) تشير الى تفوق فرق المراكز الأولى على فرق المراكز الأخيرة في سمات (الرغبة والثقة بالنفس والضبط الذاتي) وعند البحث عن هذا التفوق في هذا السمات بالذات نجد ان الرغبة تعني الدافع الشخصي لمزاولة الرياضة والكفاح من اجل التفوق، وعلى أساس هذا التعريف فان الباحث يجد ان فرق المراكز الأولى كانت دوافعهم لمزاولة كرة القدم اكبر من لاعبي فرق المراكز الأخيرة وبالتالي فان تحقيق الدوافع يتطلب بذل مجهود اكبر وكفاح في اثناء المنافسة وبالتالي ان العمل والجهد المبذول من قبل لاعبي فرق المراكز الأولى اكبر من العمل والجهد المبذول من قبل لاعبي فرق المراكز الأخيرة وبما إننا نعرف ان الدافع قد يكون داخلياً ويتمثل في تحقيق الذات والشعور بالمتعة والرضا من ممارسة هذه اللعبة او قد يكون الدافع خارجياً ويتمثل في تحقيق المكسب المادي والمعنوي والحصول على الحوافز والمكافأة لذا يجب ان نعرف بان ما يوظف ويعزز كل هذا هو معرفة وظيفة الدافعية او الدوافع اذ يشير احمد زكي صالح (١٩٨٨) بان وظيفة الدافعية تتضمن ثلاثة ابعاد هي:

١. تحرير الطاقة الانفعالية الكامنة في الكائن الحي والتي تثير نشاطاً معيناً.
٢. تملي على الفرد الاستجابة لموقف معين مع اهمال المواقف الأخرى كما تملي عليه طريقة التصرف.
٣. توجيه السلوك وجهة معينة فلا يكفي ان يكون الكائن الحي نشيطاً بل يجب ان يوجه وجهة معينة^(١).

اما في سمة (الثقة بالنفس) فقد تفوقت فرق المراكز الأولى على فرق المراكز الأخيرة إذ إن لاعبي فرق المراكز الأولى اقدر من لاعبي فرق المراكز الأخيرة على قبول التحديات وانجاز الأهداف الواقعية كما كانوا اكثر قدرة على تشخيص حالات الضعف والقوة وتحسين المهارات الفردية، والباحث يوكد هنا على ان التحديات والصعوبات التي تواجه لاعبي كرة القدم طويلة مدة

(١) احمد زكي صالح ؛ علم النفس التربوي، ط١٣ (القاهرة: مكتبة النهضة المصرية ١٩٨٨) ص ٣٤٤.

الدوري كثيرة ومتعددة وتتمثل في بيئة التدريب وما يعترها من صعوبات سواء في المدرب او في المناهج او الإدارات وقد تكون هذه الصعوبات عائلية او اجتماعية او تتعلق بالفرق المنافسة، وان أساس نجاح الفريق او اللاعب هو في تخطي هذه التحديات او الصعوبات.

كما ان فرق المراكز الأولى قد تفوقت على فرق المراكز الأخيرة في سمة الضبط الذاتي من خلال قدرتهم على تطوير خطط اللعب في مختلف المباريات واحتفاظهم بالقدرة والمرونة على تغيير هذه الخطط وهذه واحدة من صفات الفرق او اللاعبين الجيدة التي تقودهم بالتأكيد نحو الفوز والتألق.

اما في السمات التي لم نشهد من خلالها وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث وهي (الاصرار والحساسية وضبط التوتر والمسؤولية الشخصية).

فان تحليلها يعود الى ان لاعبي المجموعتين يمتلكون الإصرار نفسه في قدرتهم على تحديد قرارات معينة والسعي نحو تحقيقها في مختلف الظروف، كما كانوا يمتلكون القدرة على التوافق مع الآخرين والتكيف مع الظروف المحيطة والحصول على المتعة، كما ان الباحث يعزز عدم وجود فروق معنوية بين مجموعتي البحث في سمة (ضبط التوتر والمسؤولية الشخصية) الى ان سمة (ضبط التوتر) تتطلب من اللاعب القدرة على التحكم في سلوكه في اثناء المواقف التي تتميز بالاستثارة الانفعالية القوية وان تمتع لاعبي فرق المراكز الأولى والأخيرة بهذه السمة يعد امرأ حيوياً وهاماً لكون لعبة كرة القدم من الألعاب التي تحدث فيها تغيرات كثيرة في مستوى الانفعال، وان مستويات الانفعال متغيرة من موقف الى اخر وقد لا تستغرق هذه المواقف بضع ثوان سواء كان ذلك المظهر الانفعالي ايجابياً ام سلبياً وان المواقف الانفعالية تحدث كنتيجة طبيعية لسرعة مجريات لعبة كرة القدم وما تشهده من مواقف كثيرة ومتنوعة.

اما بخصوص سمة (المسؤولية الشخصية) فالباحث يقر بعدم وجود فروق معنوية في هذه السمة بين مجموعتي البحث أي انهم كانوا على قدر متساوي في تحمل المسؤولية عن ادائهم الرياضي في اثناء المنافسات كما كانوا يمتلكون الارادة في مواجهة اخطائهم وبذل الجهود لتصحيح تلك الاخطاء دون الاستسلام.

اما بخصوص نتائج جدول (١٠) فقد ظهر من خلالها ان مجموعة لاعبي فرق المراكز الأولى قد تفوقت على مجموعة لاعبي فرق المراكز الأخيرة في مقياس الثقة بالنفس اذ ظهر من خلال إجابات عينة البحث ان لاعبي فرق المراكز الأولى كانت درجاتهم في هذا المقياس اعلى من درجات لاعبي فرق المراكز الأخيرة أي إن الدرجات التي وضعها لاعبو فرق المراكز الأولى لأنفسهم في هذا المقياس كانت اعلى من الدرجات التي وضعها لاعبو فرق المراكز الأخيرة لأنفسهم وعند النظر لفقرات هذا المقياس وجدنا انها تعالج الكثير من المواقف النفسية التي يمر بها اللاعب في اثناء المنافسة وان ثقة اللاعب بنفسه تتبلور في اتخاذ القرارات الحاسمة خلال المنافسة وفي القدرة على الأداء تحت الضغوط العصبية وفي تنفيذ الخطط الناجحة وكذلك في القدرة على التركيز، كما ان ثقة لاعبي فرق المراكز الأولى بأنفسهم كانت من خلال التكيف مع مواقف اللعب وفي القدرة على التفكير والاستجابة وفي مواجهة التحدي وغيرها من الجوانب النفسية الهامة.

ان اسامة كامل راتب (٢٠٠١) يشير الى ان "الثقة بالنفس مهارة نفسية تحتاج الى تدريب وممارسة مثل المهارات الرياضية وانه لا يمكن تحقيقها من خلال مهارات قليلة قبل المنافسة وانما من خلال مجموعة إجراءات عملية خلال مدة سنوات التدريب وان هذه الاجراءات هي (١):-

- ◀ توفير خبرات ناجحة في التدريب والمنافسة.
- ◀ تحديد أهداف واقعية في حدود قدرات اللاعب لكي يستطيع انجازها.
- ◀ تُعرف اللاعب على قدراته البدنية والمهارية من خلال الامتيازات المستمرة.
- ◀ مشاركة اللاعب في اتخاذ القرارات المتعلقة بالمنهج التدريبي.
- ◀ استخدام اسلوب التفاعل الايجابي كالتشجيع والتقدير وتجنب النقد"

الباب الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

(١) أسامة كامل راتب ؛ اعداد النفسى للناشئين (مصر ، دار الفكر العربي ،٢٠٠٠) ص٣٦

١. توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي فرق المراكز الأولى وفرق المراكز الأخيرة في أبعاد سمات الاستجابة الانفعالية الآتية (الرغبة والثقة بالنفس والضبط الذاتي) ولصالح فرق المراكز الأولى .
٢. لا توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي فرق المراكز الأولى وفرق المراكز الأخيرة في أبعاد سمات الاستجابة الانفعالية الآتية (الاصرار والحماسية وضبط التوتر والمسؤولية الشخصية).
٣. توجد فروق دالة احصائيا بين لاعبي فرق المراكز الأولى ولعاببي فرق المراكز الأخيرة في مقياس الثقة بالنفس ولصالح لاعبي فرق المراكز الأولى .

٢-٥ التوصيات

١. ضرورة الاهتمام بالأعداد النفسي العام للاعبين من خلال العملية التدريبية مع الاهتمام الخاص بتطوير مستوى ما يتمتع به لاعبو كرة القدم في السمات الانفعالية اذ ان اللاعبين المتميزين بمستويات عالية في تلك السمات اقدر في الاستفادة من توطيئ قدراتهم البدنية والمهارية وتنفيذ الخطط بما يسهم في تحقيق الفوز.
٢. الاهتمام باجراء الاختبارات النفسية على اللاعبين من خلال العملية التدريبية بما يسهم في الكشف المبكر عن ابعاد الشخصية المميزة للاعبين كرة القدم.

المصادر العربية والأجنبية

- ◀ احمد زكي صالح؛ علم النفس التربوي، ط١٣ (القاهرة: مكتبة النهضة المصرية، ١٩٨٨)
- ◀ أسامة كامل راتب ؛ الإعداد النفسي للناشئين (مصر ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠)
- ◀ أسامة كامل راتب؛ علم نفس الرياضة، المفاهيم -التطبيقات (القاهرة: دار الفكر العربي (١٩٩٧)
- ◀ رضا حنفي احمد ،السمات الانفعالية المميزة للاعبين شباب بعض الدول العربية للشباب تحت ١٩ سنة في كرة السلة ،بحث منشور في مجلة المؤتمر العلمي الاول ،جامعة حلوان ،كلية التربية الرياضية . ١٩٨٨
- ◀ سعد منعم الشبخلي ، مقارنة لمستوى الاستجابة الانفعالية بين لاعبي بعض منتخبات الشباب للاعب الفرقة والفردية ، بحث منشور موسوعة بحوث سعد منعم الشبخلي ٢٠٠٤،
- ◀ محمد العربي شمعون واخرون ؛ السمات الانفعالية ومستوى الاداء المهاري للناشئين (الاتحاد العربي السعودي للجماز ، بحث منشور ، السعودية ، الرياض ١٩٨٣)
- ◀ محمد حسن علاوي ؛ مدخل في علم النفس الرياضي، ط١ (القاهرة : مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨)
- ◀ محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب؛ البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي (القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٩)
- ◀ محمد حسن علاوي ؛ موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين(القاهرة: مركز الكتاب للنشر (١٩٩٨)
- Anastasi .Anne. psychological Testing, (New York; Macmillan Publishing Co, Inc 1982)