



كلية العلوم والآداب

قسم التربية والدراسات الإنسانية

قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في أندية سلطنة عُمان
في ضوء بعض المتغيرات

رسالة ماجستير مقدمة من
عبدالله بن محمد بن قحطان البطاشي

استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية
تخصص إرشاد نفسي

إشراف

د. باسم محمد الدحاحه

د. محمود خالد جاسم

د. حسناء حمدي محمد

2014

"إننا إذ ننادي الجميع للاهتمام بشبابنا، ورعاية تطلعاته، وطموحاته فإننا في ذات الوقت وبنفس القدر من الأهمية نوجه نداءنا المتجدد إلى الشباب بأن يعي دوره الكبير في بناء الوطن في جميع الميادين، فيشمر عن ساعد الجد باذلاً قصارى طاقته في الإسهام الإيجابي في حركة التنمية الشاملة متدرعاً بالصبر، والأمل، والعزيمة والعمل، والتضحية، والإيثار من أجل حياة أسعد وأرغد لا يمكن تحقيقها إلا بالجهد والعرق والتغلب على كل الصعاب التي يمكن أن تعترض الطريق أو تعرقل المسيرة ... " (وزارة الإعلام، 1995، ص380).

من خطاب حضرة صاحب الجلالة السلطان قابوس بن سعيد المعظم
بمناسبة عام العيد الوطني الثالث والعشرين (عام الشباب) بتاريخ 18 / 11 / 1993.

استمارة توقيع لجنة المناقشة بإجازة الرسالة

اسم الطالب: عبدالله بن محمد بن قحطان البطاشي.

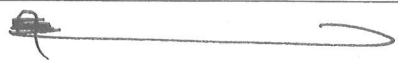
التخصص: الإرشاد النفسي.

العام الجامعي: ٢٠١٣/٢٠١٤.

- عنوان الرسالة : "قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في أندية سلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات".

- تاريخ المناقشة : 14 مايو 2014م.

توقيع لجنة المناقشة

اسم المناقش	التوقيع
أ.د. عبدالرزاق فاضل القيسي	
د. هدى أحمد الضوي	
د. محمود محمد إبراهيم	

إهداء

إلى معلمي الأول في مدرسة الحياة، أبي الغالي طيب الله ثراه، وأسكنه أعلى الجنان.

إلى من أخطو كل خطوه في ظل دعواتها، والدتي الحبيبة رزقني الله برها.

إلى رفيقة دربي التي شاركتني أعباء البحث والدراسة، بالإضافة إلى أعباء الحياة.

إلى شموع حياتي (جهينه، بئينه، ميثاء، غيداء) اللاتي تعلمت منهن بقدر ما علمتهن.

إلى إخوتي وأخواتي وأبنائهم، عزوتي وسندي.

إلى أساتذتي الأفاضل الذين كانوا شموعاً تحترق لتتير لي دربي.

إلى كل من يعمل بإخلاص من أجل الارتقاء بشباب هذا الوطن.

إلى كل من ساهم ولو بمتقال ذرة، لترى هذه الرسالة النور.

إليكم جميعاً أهدي هذه الرسالة.

الباحث

عبد الله بن محمد البطاشي

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على خير المرسلين، سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم النبي الأمين، وعلى آله وصحبه أجمعين. أحمده تعالى على عظيم كرمه بأن دُلِّل لي كل صعب وأكرمني بإتمام هذه الرسالة.

ثم كل الشكر والعرفان لأستاذي الدكتور باسم محمد الدحاحه المشرف الرئيسي على هذه الرسالة؛ على سعة صدره وسمو ورقى تعامله، فكان نعم المرشد الناصح والمعلم المخلص، فجزاه الله عني خير الجزاء. كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى الدكتورة حسناء حمدي محمد؛ على مشاركتها في الإشراف على هذه الرسالة، فلها كل التقدير على توجيهاتها الطيبة وحرصها على أن ترى هذه الرسالة النور بأفضل صورة ممكنة، فكانت نعم المشرفة الناصحة، والمعلمة المخلصة، والشكر موصول إلى الدكتور محمود خالد جاسم؛ على توجيهاته في العمليات التحليلية والتفسيرية للبيانات. كما اخص بالشكر الجزيل جميع أساتذتي في قسم التربية والدراسات الإنسانية بجامعة نزوى الذين نهلت من علمهم خلال فترة دراستي، وأتقدم بالشكر الجزيل إلى الأفاضل أعضاء لجنة تحكيم أداة الدراسة، والشكر موصول لأعضاء لجنة المناقشة؛ على تفضلهم بقبول مناقشة هذه الدراسة، كما أشكر إخواني أفراد عينة الدراسة لاعبي أندية النخبة بأندية سلطنة عمان.

كما يسعدني أن أتقدم بالشكر الجزيل والتقدير والعرفان إلى كل من قدم لي أي نوع من التسهيلات من مؤسسات وأفراد لإتمام هذه الدراسة. وخاصة: وزارة التربية والتعليم ووزارة الشؤون الرياضية، ورؤساء الأندية والأجهزة الإدارية والفنية لأندية كل من السويق والنهضة وفنجان والنصر والعروبة وصور والشباب والمصنعة والسيب والطليلة وعمان. كما أشكر كل من الدكتور زهير الحميري والدكتور منصور بن سلطان الطوقي والدكتور كاشف نايف زايد، والأساتذة: سالم بن ربيع الغيلاني وسمير بن عيسى السليمي ونجيب بن خلفان المشايخي وناصر بن سالم الرزوقي وتيمور بن مسعود الفلاح، وكل من المدرب: علي بن حمد الخنبشي وإبراهيم بن صومار البلوشي ونبيل بن مبارك السياحي، ورئيس لجنة المسابقات في الاتحاد العماني لكرة القدم: أحمد بن عبدالله الحبسي، ومدير فريق كرة القدم بنادي عُمان: أنور البلوشي؛ على التسهيلات والمعلومات التي تفضلوا بتقديمها لخدمة هذه الدراسة.

الباحث

فهرس المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	إهداء
ب	شكر وتقدير
ج	فهرس المحتويات
و	قائمة الجداول
ح	قائمة الملاحق
ط	الملخص باللغة العربية
٩ - ١	الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهميتها
٢	المقدمة
٥	مشكلة الدراسة
٦	أهمية الدراسة
٦	أهداف الدراسة
٧	أسئلة الدراسة
٧	محددات الدراسة
٨	مصطلحات الدراسة
٤٦ - ١٠	الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة
١١	أولاً: الإطار النظري
١١	أ- القلق
١١	١- مفهوم القلق
١٢	٢- الفرق بين الخوف والقلق
١٣	٣- أنواع القلق
١٤	٤- أسباب القلق
١٤	٥- النظريات المفسرة للقلق
٢١	٦- أعراض القلق

الصفحة	الموضوع
٢٢	٧- نتائج القلق وتأثيره على الأداء
٢٣	ب- قلق المنافسة الرياضية
٢٣	١- مفهوم المنافسة الرياضية
٢٣	٢- الخصائص السيكولوجية للمنافسة الرياضية
٢٤	٣- المتغيرات المؤثرة في حدة انفعالات المنافسة الرياضية
٢٥	٤- مفهوم قلق المنافسة الرياضية
٢٥	٥- أنواع قلق المنافسة الرياضية
٢٨	٦- مصادر قلق المنافسة الرياضية
٢٩	٧- مستويات قلق المنافسة الرياضية
٣٠	٨- أعراض قلق المنافسة الرياضية
٣١	٩- أساليب إرشادية لعلاج قلق المنافسة الرياضية
٣٢	١٠- نصائح للإعداد النفسي الجيد للمنافسات الرياضية
٣٣	ثانياً: الدراسات السابقة
٣٣	أ- دراسات تناولت قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم
٣٦	ب- دراسات تناولت قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي ألعاب جماعية أخرى غير كرة القدم
٤٢	التعقيب على الدراسات السابقة
٤٧ - ٦٠	الفصل الثالث: المنهجية والإجراءات
٤٨	منهج الدراسة
٤٨	مجتمع الدراسة
٤٨	عينة الدراسة
٥١	متغيرات الدراسة
٥١	أداة الدراسة
٥٢	إجراءات الدراسة
٥٩	الأساليب الإحصائية

الصفحة	الموضوع
٦٠ - ٨٤	الفصل الرابع: نتائج الدراسة
٦٢	نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الأول
٦٢	نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الثاني
٦٥	نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الثالث
٧٢	نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الرابع
٨٣	نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الخامس
٨٥ - ١٠٢	الفصل الخامس: مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات
٨٦	أولاً: مناقشة نتائج الدراسة
١٠١	ثانياً: التوصيات
١٠٢	ثالثاً: الدراسات والبحوث المقترحة
١٠٣	قائمة المراجع
١٠٤	أولاً: المراجع العربية
١١٠	ثانياً: المراجع الأجنبية
١١٤	الملاحق
B	الملخص باللغة الإنجليزية

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
١٣	أوجه الاختلاف بين الخوف والقلق	١
٥٠	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة.	٢
٥٣	التعديلات التي أجريت على بعض فقرات مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢) من قبل أعضاء لجنة التحكيم.	٣
٥٤	قيم معاملات ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢).	٤
٥٥	قيم معاملات ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢) بعد حذف الفقرات غير الدالة إحصائياً.	٥
٥٦	معامل ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢).	٦
٥٧	توزيع فقرات مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية على أبعاده الثلاثة.	٧
٥٨	مدى الاستجابات لكل مقياس فرعي من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢).	٨
٥٨	مستوى درجات مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية (٢)	٩
٦٢	المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمعدل الاستجابات لكل بعد من أبعاد قلق المنافسة الرياضية (٢)	١٠
٦٣	مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات البعد المعرفي.	١١
٦٤	مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات البعد البدني.	١٢
٦٥	مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات بعد الثقة بالنفس.	١٣
٦٦	نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير عمر اللاعب.	١٤

الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
٦٨	نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير الاحتراف الداخلي.	١٥
٦٩	نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير الاحتراف الخارجي.	١٦
٧١	نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير اللعب للمنتخب الأول.	١٧
٧٣	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمستوى الفريق في الدوري.	١٨
٧٤	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً (لمستوى الفريق في الدوري).	١٩
٧٥	نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعديه بين مستويات متغير مستوى الفريق في الدوري لبعد الثقة بالنفس.	٢٠
٧٦	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير مركز اللاعب بالملعب.	٢١
٧٧	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تبعاً (لمركز اللاعب بالملعب).	٢٢
٧٩	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير عقد اللاعب مع النادي.	٢٣
٧٩	نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تبعاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).	٢٤
٨١	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للاعب.	٢٥
٨٢	نتائج اختبار تحليل التباين (One Way Anova) للعينات المستقلة لمتغير (المستوى التعليمي للاعب)	٢٦
٨٤	نتائج معاملات ارتباط بيرسون لدرجات اللاعبين في الأبعاد الثلاثة لقلق المنافسة الرياضية.	٢٧

قائمة الملاحق

الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
١١٥	مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية في صيغته الأولى المرسل إلى لجنة التحكيم.	١
١٢٠	قائمة بأسماء لجنة تحكيم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية.	٢
١٢١	مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المطبق على العينة الاستطلاعية بعد تعديلات لجنة التحكيم.	٣
١٢٤	مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية في صورته النهائية.	٤

الملخص

قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في أندية سلطنة عُمان

في ضوء بعض المتغيرات

إعداد: عبدالله بن محمد البطاشي

إشراف: د. باسم محمد الدحاحه

هدفت هذه الدراسة إلى قياس مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية، والكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عمان في حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمجموعة من المتغيرات، ومعرفة العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الإحصائية بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية. وتكونت عينة الدراسة من (١٣٣) لاعبا تم اختيارهم بالطريقة (العشوائية الطبقية). وقد استخدم الباحث مقياس (قلق المنافسة الرياضية ٢) من إعداد راين مارتينز وبيرتون وفيلي (Martens, Burton & Vealy, 1990). وتحليل نتائج الدراسة تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسب المئوية، واختبار (T- test)، واختبار التباين الأحادي، واختبار (LSD) للمقارنات البعدي، ومعامل ارتباط (بيرسون)

وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عمان مرتفع جداً، وبنسبة (٨٣.٢%)، أما القلق المعرفي فمتوسط المستوى وبنسبة (٥١.٦٧%)، أما القلق البدني فمتوسط أيضاً وبنسبة (٤٥%).

كما أظهرت نتائج الدراسة أن الخوف من الخسارة من أكثر مؤشرات القلق المعرفي، وأن سرعة نبض القلب من أكثر مؤشرات القلق البدني، وأن قدرة اللاعب على التنافس والتحدي من أعلى مؤشرات الثقة بالنفس لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عمان.

وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عمان في القلق المعرفي وفقاً لمتغير عمر اللاعب لصالح مجموعة اللاعبين (من ٢٣ سنة فأعلى)، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق البدني لصالح اللاعبين الذين سبق لهم الاحتراف

الداخلي، ووجود فروق في الثقة بالنفس بين فرق القاع وفرق الوسط، لصالح فرق الوسط. فيما لم تظهر الدراسة أية فروق ذات دلالة إحصائية في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لبقية المتغيرات.

كما أظهرت الدراسة أيضاً وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عمان في القلق المعرفي والقلق البدني، وعدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات اللاعبين في القلق المعرفي والثقة بالنفس، ووجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين درجات اللاعبين في القلق البدني، والثقة بالنفس.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

- المقدمة
- مشكلة الدراسة
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- أسئلة الدراسة
- محددات الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

المقدمة:

نظرا لما يشهده العالم الرياضي من تطور في كافة جوانبه البدنية، والمهارية، ومحاولة الوصول باللاعب إلى قمة الجاهزية في هذين الجانبين؛ فقد نال إعداد اللاعب من الناحية البدنية والمهارية قدراً كبيراً من الاهتمام حتى أصبح الكثير من اللاعبين متساوون من الناحية البدنية والمهارية، وأصبحت الغلبة للاعب الذي يتميز بالإعداد النفسي الجيد. ولما للإعداد النفسي الرياضي من دور كبير في المنافسات التي يخوضها اللاعب؛ فقد بدأ القائلون على الرياضة في العالم يستشعرون بوجود جانب آخر مفقود يؤثر على الجانبين الآخرين (البدني والمهاري) بشكل أو بآخر وهو الجانب النفسي أو الانفعالي للاعب، لتكتمل بذلك أضلاع مثلث إعداد اللاعب (الضمد، ٢٠٠٥).

ولأن الهدف من التدريب الرياضي الوصول باللاعب إلى أعلى مستوى ممكن من التهيئة في نوع الرياضة التي يمارسها، فإن إجراءات العمل في المجال الرياضي وحتى عهد قريب كانت تنحصر في التعامل مع الجانب البدني من الشخصية. لكن البحوث والدراسات الإنسانية أسفرت عن أن الأداء الرياضي هو محصلة للشخصية بمكوناتها الثلاث: (البدنية، المعرفية، الانفعالية). ونتيجة لهذه النظرة التكاملية؛ فقد بدأ الباحثون في المجال التربوي الرياضي يستشعرون بأهمية وجود متخصصين في علم النفس الرياضي؛ وذلك لأهميتهم في إكساب اللاعبين اللياقة النفسية ؛ كل ذلك جعل القائمين على الرياضات بأنواعها يقبلون وبشكل ملحوظ على دراسة المشكلات النفسية التي تعيق تقدم الرياضة والرياضيين، مستعينين بعلم النفس بشكل عام، وعلم النفس الرياضي بشكل خاص(عبدالله، ٢٠٠٦).

لقد شهد علم النفس الرياضي قفزه كبيره جعلته يستحوذ على اهتمام علماء النفس؛ نظرا لما يتميز به من تنوع في مواقفه ودراساته ومكانته الكبيرة في مجال المنافسة الرياضية؛ نظراً لدوره في الكشف عن عوامل القوة والضعف (النفسية) لدى الرياضيين. ولعل قلق المنافسة الرياضية من أهم موضوعات علم النفس التي يتم بحثها من كافة جوانبها؛ نظرا لارتباطها المباشر باللاعب بشكل خاص، و بالمنافسات الرياضية بشكل عام (إبراهيم، ٢٠٠٨).

وفي السنوات الأخيرة ازداد الاهتمام بدراسة المشكلات النفسية المرتبطة بمجال التربية البدنية و الرياضية. ويعد القلق النفسي (Psychological Anxiety) من أهم المشكلات التي وردت في توصيات الدراسات السابقة والتي يوصي الباحثون بدراستها، إذ أنه أحد مظاهر الانفعالات التي لها دور هام في مستوى أداء اللاعبين بصورة إيجابية أو سلبية، فهي إما تكون قوة دافعة إيجابية تساعد الفرد على بذل أقصى ما يستطيعه من جهد، أو تكون قوة دافعة سلبية تسهم في إعاقة الأداء وتقليل الثقة بالنفس.

إن المنافسة الرياضية هي محصله كل الجهود التي تبذل في أي نشاط رياضي، ويحاول فيها اللاعب الوصول إلى أفضل مستوى ممكن مستخدماً أقصى قواه وقدراته النفسية، والبدنية، والمهارية. ويتطلب الوصول للأداء الرياضي الناجح معرفة التركيب السيكولوجية والتي ترتبط بالأداء المثالي للوصول إلى تحديد مستوى الأداء الفعلي. ويظل العامل النفسي المتغير الحاسم في الأداء. وقد أشار العديد من المدربين واللاعبين أن النسبة الأعلى في الأداء ترجع إلى العامل النفسي (Kimiecik & Stein, 2002).

ويحدث القلق حينما يشعر الرياضي بأن المهام المطلوب منه القيام بها تفوق قدراته فيكون القلق هنا مؤشراً لتعبه قوى الفرد للدفاع عن الذات وحمايتها. وتختلف استجابات القلق في شدتها واتجاهها، إذ أنه حينما تزداد شدة القلق يحدث فقد للتوازن (Home Stasis)؛ مما يدفع اللاعب لمحاولة استعادة هذا التوازن (علاوي، ١٩٩٤).

وهناك الكثير من الأعراض التي تظهر على اللاعب القلق في مواقف المنافسة مثل: عدم الاستقرار، والتوتر، وضعف القدرة على التركيز وقلة الانتباه، وزيادة معدل التنفس، وسرعة ضربات القلب، وكثرة التعرق، وفقدان الشهية للطعام، وارتفاع ضغط الدم، والتحدث عن الأفكار السلبية. وليس لزاماً أن تظهر جميع هذه الأعراض على اللاعب في نفس الوقت، بل قد يظهر بعضها وبدرجات متفاوتة عن الأخرى (محمد، ٢٠٠٥؛ Gallway, 2000).

وقد ذكر فوزي (١٩٩٢) إن المنافسة الرياضية ترتبط بالكثير من المواقف الانفعالية؛ نظراً لارتباطها بالكثير من مواقف الفشل والنجاح، مما ينعكس على حالة قلق اللاعب قبل اشتراكه في المنافسة.

وأشار علاوي (١٩٩٧) أن حالة قلق المنافسة الرياضية هي ظاهره طبيعية يمر بها كل لاعب رياضي ودورها أساسا هو العمل على نقل اللاعب من حاله الانتظار السلبية إلى حاله الاشتراك الفعلي، وهذه الظاهرة لها دور في تحديد ما قد يقوم به اللاعب من جهد في المنافسة الرياضية بدرجة كبيره، ولكنها قد ترتبط ببعض المظاهر السلبية، فقد تؤدي إلى هبوط مستوى أداء اللاعب أثناء المنافسة الرياضية. ويرى أيضا أن كفاءة اللاعبين لا تتحدد بما يمتلكون من مواهب ومهارات فقط، ولكن بقدرتهم على التحكم بانفعالاتهم قبل الاشتراك في المنافسة وفي المواقف التنافسية، مما قد يؤثر بالسلب أو الإيجاب على أداء اللاعب.

ويرى علاوي (٢٠٠٢) أن القلق الرياضي من الخصائص الهامة المؤثرة على أداء الرياضي. وقد يظهر على اللاعب قبل المنافسة أو أثناءها بعض المظاهر المختلفة للقلق؛ نظرا لما تتميز به هذه المواقف من مظاهر مثيرة للقلق؛ وذلك لارتباطها بنتائج الفوز أو الهزيمة. وتؤثر شدة قلق المنافسة في بداية اشتراك اللاعب بالمنافسة الرياضية إيجاباً أو سلباً وذلك تبعاً للحالة المعينة من القلق المناسبة للاعب لكي يظهر أحسن ما لديه من أداء، والتي يطلق عليها مصطلح: حالة القلق المثلى (Optimum State Anxiety). في ضوء ذلك يمكن للأخصائي النفسي الرياضي، أو المرشد الرياضي استخدام الوسائل المناسبة لتعديل حالة القلق لدى اللاعب ارتفاعا وانخفاضا حتى تصل إلى حالة القلق الأفضل لدى اللاعب.

ويقع على عاتق المرشد النفسي الرياضي دورٌ كبير في الإعداد النفسي الجيد للاعب وبث الطمأنينة، والراحة، والبعد عن الانفعالات، وضبط النفس، وبث الثقة، والتغلب على المواقف السلبية، وتطوير قدراته الشخصية (الحوشان، ٢٠١١).

وفي ضوء ما سبق استشعر الباحث فكرة هذه الدراسة التي نتلخص في محاولة التعرف على مستويات حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة بسلطنة عُمان، وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل: (عمر اللاعب، الاحتراف الداخلي للاعب، الاحتراف الخارجي للاعب، اللعب للمنتخب الأول، مستوى الفريق في دوري النخبة، مركز اللاعب في الملعب، نوع عقد اللاعب مع النادي، المستوى التعليمي للاعب) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية الثلاثة وهي: القلق المعرفي والقلق البدني والثقة بالنفس، ومعرفة نوع واتجاه العلاقة الارتباطية بين أبعاد قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي النخبة بسلطنة عُمان.

مشكلة الدراسة:

تنبثق مشكلة الدراسة من خلال اهتمام السلطنة ممثله في الاتحاد العُماني لكرة القدم في تطبيق دوري المحترفين لكرة القدم في ملاعب السلطنة بداية من الموسم الرياضي (٢٠١٣/٢٠١٤)؛ إذ يرى الباحث ومن خلال الأطر النظرية والدراسات السابقة أن أهم خطوات الانتقال بالرياضة من عالم الهواية إلى عالم الاحتراف تكمن في دراسة الكثير من الجوانب النفسية للاعبين العُمانيين؛ ليستطيعوا مواكبة التطور الرياضي في الجانب (البدني، والمهاري، والانفعالي) لدى لاعبي الدول التي سبقتنا إلى عالم الاحتراف الرياضي .

ومن خلال المستويات الفنية والرقمية للفرق العُمانية، وبعد الاطلاع على البرامج التحليلية الرياضية المحلية يعتقد الباحث أن هناك الكثير من الجوانب النفسية المؤثرة على المستويات الفنية لدى لاعبي أندية السلطنة ولا بد من دراستها حتى تستطيع أندية مواكبة التطور الرياضي، ويرى الباحث أن أصل ومنشأ الكثير من المشكلات الرياضية نفسي انفعالي ويظهر تأثيرها في النتائج، ويحاول بعض المدربين حلها بدنياً ومهارياً متناسين أن أضلاع مثلث إعداد اللاعب ثلاثة أضلاع. وهي: (المهاري، والبدني، والنفسي).

ومن أهم المشكلات النفسية الرياضية التي رأى الباحث دراستها: (قلق المنافسة الرياضية)؛ وذلك نظراً لما يترتب على هذه المشكلة من نتائج سلبية تؤثر على مستوى اللاعب بشكل خاص ومستوى الرياضة العُمانية بشكل عام.

وقد تلمس الباحث مشكلة الدراسة من خلال إطلاعه على العديد من الدراسات العربية والأجنبية كدراسة جواد الحكيم (٢٠٠٦)، ودراسة، ودراسة صخي و جاسم و خضر (٢٠١١) والتي أظهرت نتائجها أثراً لقلق المنافسة الرياضية على الصحة النفسية للاعبين بشكل عام وعلى مستوى أداء اللاعبين بشكل خاص، الأمر الذي دفع الباحث إلى الإحساس بضرورة تقصي مشكلة قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين العُمانيين، ومعرفة درجة وجودها.

من خلال ما تقدم تولد لدى الباحث الوعي بأهمية دراسة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي النخبة بسلطنة عُمان، خاصة أن أغلب المشكلات النفسية التي يواجهها اللاعبون متعلقة بشكل أو بآخر

بمشكلة قلق المنافسة الرياضية، كما يتوقع الباحث أن تتفاقم هذه المشكلة بعد تطبيق دوري المحترفين في السلطنة؛ وذلك لزيادة الضغوط والأعباء النفسية المرتبطة بالمنافسات الرياضية على اللاعبين.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في كونها:

- المحاولة الأولى (في حدود علم الباحث) التي تحاول دراسة حالة قلق المنافسة الرياضية، ومعرفة مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية سلطنة عُمان، ودراسة الفروق في مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة في ضوء بعض المتغيرات.

- كما تكتسب الدراسة أهميتها من خلال نتائجها وتوصياتها التي ستوفر معلومات للمسؤولين ومتخذي القرار بالأندية والمنتخبات في السلطنة عن إحدى أهم المشكلات النفسية التي قد تواجه اللاعبين، والتي يجب الالتفات إليها حتى تتمكن الأندية العُمانية من رفع المستوى النفسي للاعبين بشكل خاص، ومستوى الأداء بشكل عام.

أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى :

- معرفة مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان.

- معرفة مؤشرات أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية الأكثر حدة لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان.

- الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمجموعة من المتغيرات، وهي: (عمر اللاعب، الاحتراف الداخلي للاعب، الاحتراف الخارجي للاعب، اللعب للمنتخب الأول).

- الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمجموعة من المتغيرات. وهي: (مستوى الفريق في الدوري، مركز اللاعب في الملعب، نوع عقد اللاعب، المستوى التعليمي للاعب).

- معرفة العلاقة الارتباطية ذات الدلالة الإحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية.

أسئلة الدراسة:

تسعى هذه الدراسة إلى الإجابة عن الأسئلة التالية:

- ١- ما مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان؟
- ٢- ما مؤشرات أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية الأكثر حدّة لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان؟
- ٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب، الاحتراف الداخلي للاعب، الاحتراف الخارجي للاعب، اللعب للمنتخب الأول).
- ٤- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري، مركز اللاعب في الملعب، نوع عقد اللاعب، المستوى التعليمي للاعب).
- ٥- هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية؟

محددات الدراسة:

تتحدد نتائج هذه الدراسة بالحدود التالية:

١- الحدود البشرية: شملت الدراسة لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان المسجلين رسمياً في الإتحاد العُماني للموسم الرياضي ٢٠١٢/٢٠١٣م.

٢- الحدود الجغرافية: شملت الدراسة أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان للموسم الرياضي ٢٠١٢/٢٠١٣م وهي أندية: (السويق، النهضة، فنحاء، صحم، ظفار، النصر، العروبة، المصنعة، صور، الشباب، السيب، الطليعة، عُمان، صلالة).

٣- الحدود الزمانية: طبقت الدراسة على العينة الاستطلاعية والأساسية في الفترة بين ١١/٤/٢٠١٣م إلى ٩/٥/٢٠١٣م.

٤- أداة الدراسة: تتحدد نتائج الدراسة بالمقياس الذي استخدمه الباحث (مقياس قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد (SCAI2)، من إعداد راين مارتينز وزملائه (Martens et al., 1990)، وقد أعدده للغة العربية أسامه كامل راتب. وقد قام الباحث بتقنيته ليلائم البيئة العُمانية؛ لذا فإن نتائج هذه الدراسة تتحدد بمدى قدرة المقياس على تحقيق الأهداف التي وضع من أجلها.

٥- فترة التطبيق: تم تطبيق أداة الدراسة الحالية على اللاعبين قبل المنافسة بين (٢٤ - ٤٨) ساعة، وهذه الفترة قد لا تكون كافية لظهور أعراض القلق على اللاعبين بشكل واضح. فمن المعروف كلما اقترب وقت المنافسة كلما ازدادت حدة قلق المنافسة (فوزي، ٢٠٠٣ ؛ علاوي، ٢٠٠٢). ولم يتسن للباحث تطبيق الأداة بوقت أقرب للمنافسة.

مصطلحات الدراسة:

وردت في هذه الدراسة العديد من المصطلحات. وفيما يلي تعريف لها:

١- القلق:

يعرّف القلق بأنه: "مجموعة من الأعراض والتي تكون على هيئة كآبة، وتوتر، تلازم الفرد في أغلب اليوم وتكون مصحوبة بأعراض نفسية وجسمية" (الحويلة، ٢٠٠٩، ص٤٢).

ويعرّف القلق أيضاً بأنه: "حالة انفعالية مركبة تمثل مزيج من مشاعر الخوف والفرع والرعب والانقباض والهم؛ نتيجة لتوقع شر على وشك الحدوث أو الإحساس بالخطر والتهديد من شيء غامض وشعور بانعدام الأمن" (شريت و صبحي، ٢٠٠٨، ص٣٤).

كما يعرّف القلق بأنه: " استجابة خوف لأي موقف يدركه المرء على أنه تهديد للذات" (أبو حطب وصادق، ١٩٩١، ص٤٥).

ويمكن تعريفه بأنه " رد فعل لإدراك خطر خارجي يتوقعه الفرد ويعتبر مصدر تهديد لكيانه " (محمد، ١٩٩٣، ص٣٨٨)

٢- قلق المنافسة الرياضية:

"نوع من التوتر وعدم الاستقرار المؤقت الذي يحدث نتيجة ظروف مبهمة، ووقتية، وتثير الشعور بالقلق خلال المنافسات الرياضية" (الطالب والويس، ١٩٩٣، ص٢١٠).

٣- القلق المعرفي:

" نوع من القلق مرتبط بالتوقع السلبي لمستوى الأداء في المنافسة، وتصور الفشل وافتقار التركيز وتشتت الانتباه وغيرها من الأفكار السلبية في موقف المنافسات الرياضية" (الحوري، ٢٠١٢، ص١١١).

٤- القلق البدني:

" نوع من القلق مرتبط بمظاهر الاضطرابات الجسمية مثل: برودة اليدين وزيادة نبضات القلب وزيادة التنفس والصداخ و اضطراب الدورة الدموية ووظيفة الهضم" (راتب، ٢٠٠١، ص٢٩٤).

٥- الثقة بالنفس:

" إيمان اللاعب بقدرته وثقته في مواهبه، وتقبل التحديات التي تختبر حدوده. كما أنها معرفة اللاعب بكل نواحي القوة والضعف لديه واستخدامها جميعاً في الوصول إلى أفضل النتائج" (محمود، ٢٠١١، ص٣٠٠).

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

أولاً: الإطار النظري.

أ - القلق.

ب - قلق المنافسة الرياضية.

ثانياً: الدراسات السابقة:

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

يتضمن هذا الفصل محورين. الأول: الإطار النظري، والثاني: الدراسات السابقة. وفيما يلي

عرضاً لكل منهما:

أولاً: الإطار النظري:

يتضمن الإطار النظري لهذه الدراسة عرضاً لمفهومين، وهما: القلق، وقلق المنافسة الرياضية. وفيما يلي عرض لكل منهما.

أ- القلق:

١- مفهوم القلق:

يعرّف القلق بأنه: "حالة من عدم الشعور بالارتياح، والهم، والاضطراب المتعلق بحوادث المستقبل، كما يتضمن شعوراً بالضيق، وانشغال الفكر، وترقب الشر، وعدم الارتياح حيال مشكلة متوقعة" (بن علو، ٢٠٠٨، ص ٨١). ويعرّف القلق بأنه: "حالة من الخوف الشديد الغامض الذي يملك الإنسان، ويسبب له الكثير من الكدر والضيق، وقد يتشكك الإنسان في كل أمر أو شيء يحيط به، ويخشى أن يصيبه ضرر منه" (فرويد، ١٩٨٩، ص ١٣). ويعرّف بأنه: "عبارة عن ردة فعل للخطر الناجم عن فقدان أو الفشل الواقعي أو المتصور، حيث يشعر الفرد بالتهديد جرّاء هذا فقدان أو الفشل" (الرفاعي، ٢٠٠٣، ص ٢٠٠). ويعرّف بأنه: "حالة من التوتر تدفع لعمل شيء ما، ووظيفته إشعار الفرد بأن شيء ما يهدده" (عبد الخالق، ١٩٨٧، ص ٢٧).

والقلق: "رد فعل لخطر فالقلق شيء نشعر به ونسميه حالة وجدانية مكدرة، وهو غير واضح ومن الصعب إثبات وجوده، ولكن يمكن ملاحظته من خلال بعض الأعراض البدنية" (العناني، ٢٠٠٠، ص ١١٢). وهو أيضاً: "شعور غامض من التوتر الدائم، وعدم الارتياح، والانشغال بكوارث المستقبل، وأخطاء الماضي" (عبد المعطي، ٢٠٠٣، ص ١٧).

٢- الفرق بين القلق والخوف:

هناك خلط لدى الكثيرين بين مفهومي الخوف، والقلق، وهذا الخلط من شأنه أن يفسد الأهمية والمزايا المستفادة من استعمال لفظين مختلفين لتسمية ظاهرتين رغم ما بينهما من ارتباط وصلة، إلا أننا يمكن أن نميز ونفصل بينهما دون اللجوء إلى معنى متخصص بعيد عن الاستعمال الشائع. فالخوف نوع معين من الفكر، بينما القلق انفعال (المطيري، ٢٠٠٩).

ويعتبر الخوف والقلق توأمان متشابهان. ويرى الكثير من علماء النفس أن كلا من القلق والخوف: يعتبران استجابة لموقف يهدد الإنسان، كما أن المظاهر الفسيولوجية لكل من القلق والخوف تتشابه إلى حد بعيد، كما أن السمة الانفعالية واحدة تقريباً.

أما من حيث أوجه الاختلاف بين الخوف والقلق فيرى (الاقصري، ٢٠٠٢):

أولاً: في حالة القلق يشعر الإنسان بالعجز تجاه الخطر إذا كان مصدره مجهولاً، أما في حالة الخوف فلا يشعر بالعجز؛ لأنه يستطيع استخدام قدراته لمواجهة مصدر الخطر الذي يكون واضحاً و معروفاً لديه.

ثانياً: في حالة القلق يكون الخطر موجهاً إلى جوهر الإنسان وشخصيته وكيانه؛ لذا يشعر أن قيمته الحيوية مهددة بالخطر، أما في حالة الخوف فقد لا يكون هناك تهديد لقيمة الإنسان الحيوية، أو شخصيته، وكيانه، بل مجرد خطر خارجي يمكن مواجهته.

ثالثاً: في حالة الخوف الحقيقي يكون الإنسان مدركاً لسبب الخوف ويكون الخطر واضحاً ومتناسباً في شدته مع درجه الخوف، أما القلق فهو غير معروف السبب، فقد يخاف الإنسان من شيء مجهول لا يدرك ما هو، ولا يعرف مصدره. وهذا ما يسميه علماء النفس بالخوف الزائف.

ويرى الفيومي (١٩٨٥) أن الفرق بين الخوف والقلق يكمن في الآتي:

الخوف يكون رد فعل لخطر معروف وواقعي، ويكون هذا الخطر خارجياً. أما القلق فهو رد فعل لخطر غامض وغير معروف. وهنا يكون الخطر ذاتياً أو متوهماً.

جدول (١)

أوجه الاختلاف بين الخوف والقلق

في حالة الخوف	في حالة القلق
لا يشعر الإنسان بالعجز	يشعر الإنسان بالعجز تجاه الخطر
لا يشعر الإنسان بتهديد لقيمتة الحيوية	يشعر الإنسان بتهديد لقيمتة الحيوية
يكون الإنسان مدرك لسبب والخوف ويكون الخطر واضح ومتناسب مع درجة الخوف	يكون الإنسان غير مدرك لسبب القلق، ويكون القلق غير متناسب مع شدة الخطر.

٣- أنواع القلق:

يورد علماء النفس عند الحديث عن القلق تفصيلات مطولة تتلخص في كون القلق يتفاوت من درجات خفيفة، و حالات مؤقتة لا تكاد تحدث أي انزعاج ظاهر لدى الإنسان إلى درجات شديدة (بن علو، ٢٠٠٨)، ويرى بن علو (١٩٩٣) أن القلق بصوره عامه ينقسم إلى نوعين أساسيين وهما:

- القلق العادي (الموضوعي): وهو القلق الذي ينبع من الواقع، ومن ظروف الحياة اليومية. وهذا النوع من القلق تكون أسبابه ومصادره معروفة؛ لأنه غالباً ما يكون محصوراً في الزمان و المكان، و ينتج من أسباب خارجية وواقعية ومعقولة.

- القلق المرضي (العصبي): وهذا النوع من القلق يلزم الشخص مدة طويلة، وقد يلزمه طوال حياته أحياناً، ويصعب تحديد هذا النوع من القلق، وإنما يستدل عليه عادةً من سلوك صاحبه وأسلوب حياته.

وقد أشار فرويد (١٩٨٩) ثلاثة أنواع من القلق وهي:

- القلق الموضوعي (الواقعي): والقلق هنا موضوعياً ومصدرة خارجياً وموجود بشكل حقيقي وهو عبارة: عن رد فعل لإدراك خطر خارجي أو لأذى يتوقعه الشخص ويراه مقدماً. وهذا النوع من القلق يقترب من مفهوم الخوف، وهو يرتبط (بالأنا) الواقعية الواعية لما يحيط بها من أحداث.

- القلق المرضي (العصابي): وعبر عنه فرويد (١٩٨٩) بأنه: مخاوف غير عقلانية وشديدة ومتطرفة من موضوعات وأشياء لا تثير الخوف مع علم الفرد بذلك، إلا أنه غير قادر على التعامل معها بشكل واقعي ومنطقي كالخوف من الظلام أو من حيوان أليف. ويرى أن هذا النوع من القلق مرتبط (بالهو) ودوافعها الغريزية المكبوتة.

- القلق الأخلاقي: وهو الخوف من الضمير. فهذا النوع من القلق مصدره (الأنأ الأعلى) والتي تهدد (الأنأ) إن أتت بفعل، أو بفكرة تتعارض مع القيم والمعايير الاجتماعية، أو الدينية، أو الأخلاقية فإنها ستكون معرضة للعقاب من الأنأ الأعلى. وهذا العقاب يكون في صورة مشاعر الإثم والخجل.

٤- أسباب القلق:

يحدث القلق نتيجة لعدم قدرة الإنسان على التكيف مع بيئته وظروفه. فإن كان الفرد من أصحاب الشخصيات القلقة فقد يصاب بالقلق الشديد حتى لو كانت الأزمة التي يمر بها خفيفة، عكس الإنسان صاحب الشخصية المستقرة فهو يحتاج لظروف نفسية شديدة، وقاهرة حتى يصاب بالقلق (مبيض، ١٩٩٥).

٥- النظريات المفسرة للقلق:

تعددت النظريات المفسرة للقلق؛ وذلك تبعاً لاختلاف مدارس علم النفس وتعددتها. وفيما يلي عرض لبعض المدارس التي قدمت تفسير للقلق:

٥-١: نظرية التحليل النفسي:

اختلفت تفسيرات المدرسة التحليلية للقلق؛ وذلك وفقاً لتطور اتجاهات هذه المدرسة، واختلاف مذاهبها. وفيما يلي عرض لبعض اتجاهات المدرسة التحليلية التي قدمت تفسيرات للقلق:

٥-١-١: القلق في التحليل النفسي الكلاسيكي (نظرية فرويد):

أعطت النظرية التحليلية الكلاسيكية اهتماماً كبيراً للدوافع العدوانية والجنسية. وترى في تفسيرها للقلق بأن للفرد عدّة أوجه بعضها يخدم (الهو)، وبعضها يخدم (الأنأ الأعلى)؛ لذلك فهناك

صراع دائم بين الأنا الأعلى، والهو للسيطرة والتحكم بالنفس. ويكون دور (الأنا) تحاشي القلق الناجم عن هذا الصراع، وعمل نوع من التوازن بين متطلبات (الأنا الأعلى) الصارمة، و(الهو) المدللة. فإذا نجحت الأنا في عمل هذا التوازن ستستطيع تجنب القلق، والعكس صحيح (حقي، ١٩٩٨).

٥-١-٢: القلق في التحليل النفسي الحديث:

كانت لنظرية فرويد الأثر الواضح في ظهور العديد من النظريات النفسية والتي كانت مرتكزة على آرائه النظرية أحياناً، ومخالفته في بعض الأحيان. وهناك جهود واضحة لمجموعة من العلماء التحليليين الذين انشقوا عن المدرسة الفرويدية بارتياحهم مدارس تحليلية أخرى تقلل من أهمية الغرائز في تفسير السلوك الإنساني، ومن هؤلاء العلماء:

٥-١-٢-١: الفرد أدلر Alfred Adler:

وتقوم نظرة أدلر للقلق من خلال مبدأ الشعور بالنقص أو الدونية عند الأنثى بالنسبة للرجل، والرجل بالنسبة للطبيعة والمجتمع. حيث يرى أدلر أن الصغار عادةً ما يشعرون بضعفهم وعجزهم إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار؛ وينتج عن ذلك شعور الفرد في المستقبل بالنقص والذي يحاول تعويضه عن طريق كسب حب وصدقة الآخرين، ولكنه يقع فريسة للقلق إذا ما أخفق في ذلك. ويعتبر أدلر أن النقص هو الدافع للسلوك الإنساني ولا بد من التعويض عن هذا النقص؛ إذ هو غاية السلوك الإنساني. ويرى أدلر في الميل الاجتماعي تعويض سوي وحقيقي عن الضعف الموجود لدى الكائنات الفردية. ولكن من أهم الأسباب المؤدية إلى القلق التعويض اللاسوي عن الشعور بالنقص، فالشعور بالإحباط ينتج عن الإحساس بعدم الكفاءة؛ ولهذا يشعر الفرد بعدم الارتياح مما قد يدفعه إلى التفوق أو الإصابة بالمرض (أسعد، ١٩٨٧؛ طه، ١٩٨٧).

وهناك نوعاً آخر من التعويض وهو (الارتقاء). إذ قد يسلك الفرد وخاصة أصحاب الشخصيات العصابية سلوكيات تعويضية (لا سوية) تهدف إلى تحقيق الأمن بواسطة عنصر القوة؛ وذلك عن طريق إعطاء نفسه قيمة مبالغ فيها، فيسعى للسيطرة على الآخرين، بل وقد يصل الأمر لتحقيرهم (زيعور، ١٩٩٢).

٥-١-٢-٢: كارل يونج Karl Jung:

يعتبر يونج من أقرب المنشقين عن المدرسة التحليلية الكلاسيكية؛ فقد اتفقت آراء يونج مع أستاذه فرويد في الكثير من الآراء خاصة ما يتعلق باللاشعور. لكنه اختلف عنه في بعض التفاصيل مثل: اللاشعور الجمعي؛ والاتجاهات الانبساطية و الانعزالية، و فكرة القناع أو الشخصية العامة. وقد تبنى يونج فكرة أن الناس يتوارثون اللاشعور الجمعي، والذي يجمع خبرات الأجداد وعلاقاتهم وذكرياتهم، وتنتج عن هذه الذكريات صور عقلية مثل (حكمة الرجل المسن، و الوطن الأم، وغيرها). ويرى يونج أن الأشعار والعبارات الدينية، والحكم والأمثال، مشتقة من هذا المصدر. وفي ضوء ذلك يعتقد يونج أن القلق: عبارة عن رد فعل لما يقوم به الفرد حينما تغزو عقله قوى، وأفكار، وخيالات غير عقلانية صادرة عن اللاشعور الجمعي. فالقلق هنا مصدره: الخوف من سيطرة محتويات اللاشعور الجمعي اللاعقلانية التي لا زالت باقية فيه من الحياة البدائية للإنسان خاصة إذا ما اعتقد أن في تلك الأفكار والخيالات تهديداً لوجوده (دافيدوف، ١٩٨٣).

كما يعطى يونج تفسيراً آخر للقلق وذلك من خلال ما يعرف بالاتجاهات الانطوائية والانبساطية. إذ يرى أنه لدى كل فرد هاتين الشخصيتين. فالانبساطية تسعى لتكوين العلاقات مع الآخرين، والانعزالية تميل للانطواء والانعزال. والقلق هنا ينتج من طغيان إحدى الشخصيتين على الأخرى (زيغور، ١٩٩٢).

كما يفسر يونج القلق من خلال فكرة القناع التي استعارها من المسرح، إذ يرى أن لكل شخص قناع مغاير عن شخصيته الحقيقية يظهر به أمام الآخرين. فالقلق هنا ينتج من أحد الأمرين:

أولاً: الصراع الداخلي لوجود الشخصيتين: (الحقيقية التي يعرفها صاحبها جيداً، والشخصية المقنعة التي تظهر أمام الآخرين).

ثانياً: الخوف من (سقوط القناع): ظهور الشخصية المقنعة أمام الآخرين (طه، ١٩٨٧).

٥-١-٢-٣: اتورانك Outtorank:

تبنى اتورانك ما يسمى بصدمة الميلاد. حيث يرى أن صدمة الميلاد هي التي تحرك في اللاشعور القلق الناتج عن الانفصال عن الأم وليست العقدة الاوديبية هي المشكلة المسببة للقلق كما

يرى فرويد. وذهب أتورانك إلى أن الطفل قبل ولادته كان سعيداً في جنة رحم أمه، وما ميلاده إلا طرداً له من هذه الجنة، فيشعر بصدمة شديدة مؤلمة ينتج عنها شعوره بالقلق؛ بسبب الانفصال عن رحم الأم. ثم تتوالى خبرات الانفصال ليتكرر شعوره بالقلق نتيجة توالي خبرات الانفصال (موسى، ١٩٩٣).

٥-١-٢-٤: كارين هورني Karen Horney:

أعطت هورني للدوافع العدوانية اهتماماً أكبر من الدوافع الجنسية عكس فرويد، كما اعتبرت أن الخطر الذي يثيره القلق ليس كما يرى فرويد شدة الإثارة الصادرة عن دوافع العدوان؛ وإنما خوف الفرد من توجيه هذا العدوان لأفراد لهم أهمية لديه، ويعتمد عليهم ويحبهم، وبالتالي يخشى أن يفقد حبهم واحترامهم وعطفهم. وترى هورني أن الطفل الذي يفقد الحب، ولا يشعر بالاحترام في سنواته الأولى يميل إلى إظهار الكره والعداء نحو والديه بشكل خاص، والآخرين بشكل عام. كما أن الطفل يتوقع الأذى والضرر والعدوان من الآخرين؛ ونتيجة لضعفه واعتماده على والديه يكون في صراع داخلي؛ بسبب عدوانه تجاه والديه واعتماده عليهما مما ينتج عنه القلق (الحنفي، ١٩٩٩).

كما ترى هورني أيضاً أن السلوك الإنساني السوي ينتج من خلال الشعور بالطمأنينة وأن القلق هو ناتج لفشل الفرد في الوصول إلى حالة الطمأنينة التي ترجع إلى علاقة الطفل بوالديه منذ الطفولة؛ وبالتالي يؤدي ذلك إلى تكوين الطفل لنظرة عدوانية للعالم (دافيدوف، ١٩٨٣).

٥-١-٢-٥: إيريك فروم Erich Fromm:

يرى فروم أن القلق ينشأ لدى الفرد نتيجة الصراع بين الحاجة للوالدين وبين الحاجة للاستقلال عنهما. إذ يعتقد فروم أنه وبعد الفترة الطويلة التي يقضيها الطفل بجانب والديه منعماً بحبهما معتمداً عليهما تبدأ لديه ما يسمى بعملية التفرد (Individuation)، حيث يتحرر الطفل من الاعتماد على والديه. غير أن هذا النمو والاتجاه للاستقلال يكون مهدداً؛ إذ يشعر الفرد أنه يقف بمفرده في مواجهة الكثير من المخاطر بعيداً عن أمان والديه الذي كان يتمتع به (موسى، ١٩٩٣).

٥-١-٢-٦: هاري ستاك سوليفان Sullivan Harry Stack :

تبنى سوليفان نظرية (العلاقات الإنسانية المتبادلة)، حيث يلعب القلق والتوتر دوراً مهماً في هذه النظرية. ويرى سوليفان أن نفسية الطفل تتكون من نظام خاص باستحسان الوالدين لأعمال الطفل التي يقوم بها. إذ أن الأعمال التي تلقى استحساناً من قبل الوالدين تؤدي إلى شعور الطفل بالفرح والسرور والانتشراح، أما الأعمال التي لا تلقى استحساناً من قبل الوالدين فإنها تولد لديه شعوراً بالقلق؛ ونتيجة لذلك يكتسب الطفل اتجاهها سلوكياً معيناً يحتفظ به طوال حياته. وبالتالي فإن أي خبرة تهدد هذا النظام أو الاتجاه مستقبلاً تؤدي إلى القلق (أبو عطية، ٢٠٠٠).

٥-٢: النظرية السلوكية:

تنظر المدرسة السلوكية للقلق على أنه متعلم من بيئة الفرد تحت شروط التدعيم السلبي والإيجابي. وهذه النظرية تتباين مع النظرية التحليلية؛ فالسلوكيون لا يؤمنون بالدوافع اللاشعورية أو القوى الفاعلة في الشخصية (الأنا- الهو- الأنا الأعلى) بل يفسرون القلق في ضوء الاضطرار الكلاسيكي، فقد يكون هناك مثير محايد يمكن أن يرتبط بمثير من طبيعته إثارة القلق؛ وبذلك يكتسب المثير المحايد صفة المثير المسبب للقلق ويصبح قادراً على استدعاء استجابة القلق مع أنه في طبيعته الأصلية لا يثير القلق. وفي ضوء ذلك يرون في القلق سلوكاً متعلماً من بيئة الفرد (الخطيب، ٢٠٠٣؛ كفاي، ١٩٩٠).

٥-٣: النظرية المعرفية:

ترى النظرية المعرفية أن أسباب القلق ترجع إلى شعور الفرد بالتهديد، واعتبار هذا التهديد مسبقاً بأنماط خاطئة من التفكير والتشوهات المعرفية؛ مما ينتج عنه سوء في التفسير من قبل الفرد وبالتالي توليد أفكار غير عقلانية تجاه (النفس والمجتمع والمستقبل). وترى النظرية المعرفية أيضاً أن الشخص القلق يتميز بالمبالغة في تفسير الأحداث والمواقف وهو دائماً يتوقع الشر لنفسه أو لغيره (حقي، ١٩٩٥).

مثال: عندما يشعر الفرد ببعض الآلام البسيطة يفسرها مباشرة على أنها مؤشر لمرض خطير؛ وذلك ما يؤدي إلى زيادة الإحساس بالأعراض السلبية.

وقد ذكر أليس Eillis والمشار إليه في (إبراهيم، ١٩٩٤) أن الأشخاص القلقين يعتقدون أفكاراً غير عقلانية تكون هي السبب الحقيقي لإحساسهم بمشاعر التوتر والقلق. ومن هذه الأفكار:

- ١- يجب أن يكون الشخص محبوباً من الجميع.
 - ٢- التوجه لتأنيب الآخرين ولومهم إذن لم يتصرفوا بما يراه صواباً.
 - ٣- التمسك بحلول كانت ذات كفاءة سابقاً، ولكنها غير مقبولة حالياً.
 - ٤- الجمود الوظيفي، أو العجز عن رؤية بدائل جديدة خاصة بعدما ترسخت لديه أساليب سابقة.
 - ٥- المبالغة في توقع الشر، ووصف العلاقات. وتأخذ المبالغة إحدى صورتين:
 - التهويل: تهويل الواقع، ليتحول إلى سيناريو مثير للقلق.
 - التهوين: التقليل من أثر ما يقوم به، أو ما يقوم به الآخرون.
 - ٦- التعميم: وخاصة من الجزء إلى الكل، إذ ينتقل الشخص من حوادث فرعية إلى حوادث أخرى.
 - ٧- التوقعات السلبية: وهو إزالة الآثار الإيجابية من الأمور؛ ذلك لأنه لا يرى إلا الجوانب السلبية، أو المظلمة، أو السوداء فقط.
- ٥-٤: القلق في النظرية الإنسانية:

ينظر أصحاب الاتجاه الإنساني إلى القلق على أنه: الخوف من المستقبل، وما يحمله من أحداث تهدد وجود الإنسان أو تهدد إنسانيته، وليس ماضي الفرد كما تراه التحليلية والسلوكية. وهناك مجموعة من أصحاب هذا الاتجاه ترى أن الموت هو المثير الأساسي للقلق. فالقلق هنا ينشأ من توقع الإنسان لحدوث هذا الشيء مستقبلاً. وترى مجموعة أخرى من الإنسانيين أن القلق ينتج من شيء يتجه لتهديد الذات الإنسانية، أو يعيق أو يهدد بإعاقة إشباع الحاجات الأساسية للإنسان مثل الشعور بالأمن، والحب، والتقدير، والانجاز وغيرها (عبيد، ٢٠٠٨).

٥-٥: القلق في الفلسفة الوجودية:

القلق في الفلسفة الوجودية مظهر للوجود. فالوجوديون يعلنون صراحة أن الإنسان يعيش في هذه الحياة في قلق؛ وذلك من خلال مبدأ المسؤولية وبالذات مسؤولية الاختيار (الخطيب، ٢٠٠٣).

إن الإنسان يشعر بالمسؤولية عندما يدرك أنه سيكون وفقاً لما اختاره لنفسه؛ لذا فينتابه القلق حول ما ستكون عليه النتائج المترتبة على هذا الاختيار؛ لأن الحياة عبارة عن مجموعة من الخيارات، وترى الفلسفة الوجودية أن قلق الإنسان ليس نابعاً من تأثير خياراته على نفسه فحسب، بل وتأثير خياراته على الآخرين. فخيارات الشخص تؤثر بشكل أو بآخر على الآخرين، كما تؤثر على الشخص نفسه. وتتظر الوجودية للقلق أيضاً على أنه جزءاً من العمل وشرطاً لقيامه. كما تتظر للقلق أيضاً على أنه شرطاً أساسياً من شروط الحياة. فينشأ القلق عندما يكافح الإنسان من أجل البقاء ليؤكد وجوده. عندئذٍ لا يمكن تجنب القلق ويصبح القلق حالة إنسانية (الرشيدي والسهل، ٢٠٠٠).

٥-٦: القلق في نظريات التعلم:

تعتبر نظريات التعلم القلق دافعاً من الدوافع الهامة التي تساعد على الإنجاز، وتؤكد على أهميته في التعلم. ويعرّف الدافع هنا على أنه: حالة داخلية لدى الفرد توجه سلوكه وتؤثر عليه.

إن الدافع عامل انفعالي يعمل على توجيه سلوك الفرد، فيستثير القلق سلوك الفرد وينشطه وينقله من حالة السكون إلى حالة الحركة، وبالتالي فالقلق هنا عامل توجيهي يوجه سلوك الفرد نحو غرض معين (عثمان، ٢٠٠١).

٥-٧: القلق في نظرية الدافع:

يرى أنصار نظرية الدافع أن هناك ما يدفع الفرد للعمل والتعلم والإنجاز، مفترضين أن للقلق خاصية الدافع. حيث يرون أن الإنسان عندما يريد أن ينجز عملاً؛ فإنه يشعر بالقلق، وهذا القلق يحفز على إنجاز العمل حتى يخفف هذا الشعور لديه. ويعتقد أصحاب هذا الاتجاه أن وجود القلق هو دليل على وجود الدافع؛ إذ يقوم القلق في الكثير من المواقف بدور المنبه أو المحفز لينجز الإنسان عمله أو يجد حلاً لما يواجهه من مشكلات، فالقلق هنا باعتباره مرتبطاً بخبرة غير سارة يجعل الكائن أكثر تنبهاً ويقظة لتجنب الخبرات المؤلمة. ويرى أنصار هذه النظرية أيضاً أن القلق دافع ومنشط

للتعلم والانجاز؛ حيث يعتقدون أنه كلما زاد القلق زاد التعلم والأداء. كما يرون أن أصحاب القلق العالي أداؤهم أفضل من أصحاب القلق المنخفض، لكن فريق من أنصار هذه النظرية يرفضون أن يكون القلق دافعاً عاماً، ويعتبرونه مجرد منبه فقط في موقف الأداء (كفافي، ١٩٩٠).

٥-٨: قلق السمة وقلق الحالة:

يرى سبيلبيرجر (1966) Spielberg أنه يمكن التمييز بين نوعين من القلق، وهما:

١- قلق الحالة: تنظر هذه النظرية لهذا النوع من القلق بأنه: حالة انفعالية ذاتية موقفية ومؤقتة وأقرب ما تكون إلى الخوف الطبيعي، حيث يشعر بها جميع الناس في أي موقف من مواقف التهديد؛ مما يؤدي إلى تنشيط الجهاز العصبي المستقل لديهم، ويهيئهم لمواجهة مصدر التهديد. وتختلف شدة الحالة تبعاً لشدة مستوى الخطر، كما تزول بزوال مصدر الخطر.

٢- قلق السمة: إن سمة القلق هي استعداد سلوكي مكتسب في معظمه، وغالباً ما يستمد أصوله من خبرات طفوليته مؤلمة، كما أنها استعداد ثابت وكامن نسبياً في شخصية الفرد أكثر من كونه مرتبط بحجم التهديد في المواقف أو الموضوعات التي يستجيب لها الفرد بالقلق والتوتر. وهذا ما يجعل أصحاب سمة القلق أكثر استعداداً واستشعاراً للقلق وتوقع الشر، والخطر من موضوعات أو مواقف لا تتلاءم مع شدة الخطر ونوعه (Spielberger, 1966؛ القريطي، ١٩٩٨).

٦- أعراض القلق:

ذكر إمام والرمادي (٢٠٠١) أن هناك العديد من الأعراض للقلق مثل: الخوف والتوتر الشديدين، والنشاط الزائد، والتهيج السلوكي، والاستثارة العاطفية الزائدة، والإحساس بالخطر والتهديد، والشك، والإفراط في التيقظ.

وقد أشار السباعي وعبد الرحيم (١٩٩٦) أن هناك الكثير من الأعراض النفسية للقلق مثل: التوجس، والخوف، والتوتر، والضيق، كما أن هناك العديد من الأعراض الجسدية له: كالصداع، والفتور، والآلام العامة في الجسد.

وقد تبدو أسباب القلق غير واضحة أحياناً، لكن يستطيع المرشد أو المعالج التوصل إليها من خلال بعض الأعراض الذاتية للقلق والتي قد تستتر وراء بعض الشكاوي الطبية والنفسية.

ويصنف قميحة وأسمير ومعصراني (١٩٩٣) بعض الأعراض النفسية والجسدية والسريرية للقلق على النحو التالي:

١- الأعراض النفسية: التوجس، والخوف، والتشاؤم، والهلع، وفرط التيقظ، والتهيج، والإحساس بالتعب، وتوقع المساوئ، وصعوبة التركيز، وتبدد المحيط.

٢- الشكاوى الجسدية: الصداع، والتطوّح، والألم الصدري، والخفقان، واضطرابات الهضم، والتنهدات، وجفاف الفم.

٣- العلامات السريرية: غزارة العرق، ورطوبة الجلد وبرودته، والشحوب، والرعاش.

٧- نتائج القلق و تأثيره على الأداء:

ذكر بن علو (١٩٩٣) أن هناك الكثير من النتائج والآثار المترتبة على القلق، ومنها:

يؤدي القلق إذا طال إلى اضطرابات في السلوك، وضيق مدى و مجال إدراك وعي الإنسان، ويميل الشخص المقلق إلى اليأس، والانتقاد، والتبرم من الأوضاع، ويعيش في دوامة من الشكوك، ويخشي اتخاذ القرارات، كما أن الشخص المقلق متوتر، محتار، متقلب يصعب التنبؤ بردود أفعاله أحياناً، ويكون سريع التأثر بالمواقف العاطفية فيسهل تحويل سروره إلى حزن، وحزنه إلى سرور. ويغلب على الأشخاص المقلقين الكبت لانفعالاتهم، والخوف من التعبير عن مشاعرهم الحقيقية، وما الحركات التي يقوم بها المقلقون (الهرش واللعب بالملابس) وغيرها إلا تعبير عن مشاعر لا تزال مكبوتة وخفية عن مجال الوعي.

ويضيف بن علو (٢٠٠٨) بعض النتائج الأخرى مثل: أن الشخص المقلق قد يكره نفسه، ويكره ما يحيط به، وليس من السهل اكتشاف هذه الكراهية، ولكن قد تبدو واضحة على شكل الكآبة أو سلوك الكبرياء أو اللامبالاة أو إهمال شئون البدن. ويتسبب القلق في أعراض مرضية كثيرة مثل: إضعاف الشهية والطاقة الجنسية، والهستيريا، والإنهاك العصبي، فإذا طالّت مدة القلق لدى الفرد قد تسوء حالته فتظهر عليه أعراض فسيولوجية مثل: الصداع، وضعف الشهية، وسرعة التنفس، وتوتر العضلات، وضعف الطاقة الجنسية لدى الرجال، والبرود الجنسي لدى النساء.

ب- قلق المنافسة الرياضية

١- مفهوم المنافسة الرياضية:

"موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية، وعقلية، وانفعالية من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات و تميزها عن قدرات من ينافسه" (فوزي، ١٩٩٢، ص ١٧١). وتعرّف المنافسة الرياضية بأنها: "موقف أو حدث رياضي محدد بقوانين، ولوائح، وانظمة معترف بها، وفيها يحاول الرياضيون إبراز ما لديهم من قدرات و مهارات" (علاوي، ٢٠٠٢، ص ٢٩). ويرى مارتينز وزملاءه Martens et al., 1990 أنه لتحقيق الفهم المتكامل للمنافسة الرياضية؛ فإنه ينبغي النظر إليها على أنها عملية تتضمن العديد من الجوانب. وفي ضوء ذلك يرى المنافسة الرياضية بأنها: العملية التي تتضمن مقارنه أداء اللاعب الرياضي طبقاً لبعض الجوانب أو المستويات في حضور شخص واحد على الأقل، وهذا الشخص يكون على وعي بمحكات المقارنة وبمقدوره تقييم عملية المقارنة.

٢- الخصائص السيكولوجية للمنافسات الرياضية:

إن للمنافسات الرياضية مجموعة من الخصائص السيكولوجية، من أهمها: أن اللاعب يتعامل خلال المنافسة الرياضية بقدراته البدنية، والعقلية، والانفعالية، كما تقوم المنافسات الرياضية على الدوافع الشخصية والاجتماعية للاعب كدافع التميز، أو تقدير الآخرين (فوزي، ٢٠٠٣).

وقد أشار علاوي (٢٠٠٢) إلى أن هناك العديد من الخصائص السيكولوجية الإيجابية للمنافسات الرياضية أهمها: أن المنافسات الرياضية مجالا للإشباع النفسي للاعب، كما تنمي الدوافع الشخصية والاجتماعية للاعب مما يؤثر بصورة إيجابية على سلوكه الشخصي والاجتماعي في الحياة، وتساعد المنافسات الرياضية في تنمية وتطوير قدرات اللاعب؛ نظراً لما تتطلبه المنافسات الرياضية من أعباء بدنية، وعقلية، وانفعالية يصعب توفرها أثناء التدريب، كما أن تعود اللاعب على احترام قوانين التنافس يؤدي إلى احترام القوانين المنظمة للمجتمع الأمر الذي يقيه في النهاية من الوقوع في الصراعات النفسية؛ التي تنتج غالباً من تعارض الرغبات الشخصية مع معايير المجتمع.

ويضيف علاوي (١٩٩٤) بعض الخصائص السيكولوجية الإيجابية للمنافسات الرياضية الأخرى للمنافسات مثل: إسهام المنافسات الرياضية وخاصة التي تتم بحضور مشاهدين، ومشجعين في إكساب اللاعب سمات وخصائص تساعد على مواجهة مواقف خاصة في الحياة، وتعتبر المنافسات الرياضية من الوسائل الإجرائية الجيدة للكشف عن الجوانب الشعورية واللاشعورية من الشخصية، وتساعد المنافسات الرياضية اللاعب في تنمية الكثير من سمات الشخصية التي تعينه على النجاح في الحياة كالداغعية، والمثابرة، والاتزان، والضبط الانفعالي وتساعد أيضاً في تطوير، وتنمية الكثير من الوظائف العقلية، مثل: الإدراك، والانتباه، والتخيل، والتفكير.

وعلى الرغم من أن للمنافسات الرياضية الكثير من الخصائص الإيجابية إلا أن البعض ينظر إليها على أنها مجرد صراع ضد خصم؛ بهدف التفوق عليه، أو أنها مجرد منافسة لتسجيل أرقام، أو تحطيم أرقام سابقة دون استيعاب حقيقي لفلسفة المنافسات الرياضية. كما أن هناك مجموعة من العاملين بالمجال الرياضي قد يلهبهم حماس المنافسات؛ نتيجة لرغبتهم الشديدة في إشباع دوافعهم المادية أو الاجتماعية مما يؤثر سلباً على سلوك لاعبيهم أثناء المنافسات؛ نتيجة لذلك قد تتميز المنافسات الرياضية ببعض الخصائص السيكولوجية السلبية (فوزي، ١٩٩٢).

٣- المتغيرات المؤثرة في حدة انفعالات المنافسة الرياضية:

من المعلوم في المجال الرياضي أن لكل لاعب مستوى معين من التوتر يساعد على إظهار أفضل مستوى له من الأداء الرياضي يطلق عليه في علم النفس الرياضي: (المستوى الأمثل للتوتر). لكن يجب الانتباه إلى أن مستوى معين من التوتر أو القلق لدى لاعب معين يساعد على تقديم أفضل أداء، بينما نفس المستوى من التوتر أو القلق لدى لاعب آخر قد يعيقه عن تقديم أفضل أداء له (Hann, 2000).

وترتبط المنافسات ببعض المتغيرات التي تزيد من شدة انفعالات اللاعب ومن ثم تحييده عن المستوى الأمثل له من التوتر؛ مما يؤثر على مستواه أثناء المنافسة الرياضية، وقد ذكر (علاوي، ٢٠٠٢ ؛ فوزي ، ٢٠٠٣) بعض أهم هذه المتغيرات، مثل: الضبط الانفعالي، وعدد ومستوى المنافسات السابقة، ومدى الاستعداد للمنافسة، ومستوى المنافس، غموض المنافس، ونظام المنافسة، وترتيب المنافسة، وأهمية المنافسة، وموقع المنافسة، واختلاف أدوات المنافسة، واختلاف مناخ المنافسة، والجمهور.

٤- مفهوم قلق المنافسة الرياضية:

يعرّف قلق المنافسة الرياضية بأنه: "انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف و توقع الخطر، وهو خبره انفعاليه غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله في مواقف التنافس" (راتب، ١٩٩٧، ١٥٧). ويعرّف أيضاً بأنه: " الميل لادراك مواقف المنافسة كنوع من التهديد، والاستجابة لها بنوع من التوتر والخوف " (علاوي، ١٩٩٧، ص٣٨٥). ويعرّف أيضاً بأنه: " حالة انفعالية تصيب اللاعب في مواقف المنافسة تتميز بمشاعر الخوف وتوقع الخطر مع ارتباطها باستثارة الجهاز العصبي اللاإرادي، وتتغير هذه الحالة من منافسة لأخرى بصورة تتناسب مع التهديد المدرك من اللاعب في مواقف المنافسة المختلفة (علاوي، ٢٠٠٤، ص٤٣٩).

ويرى Gallwy (2000) أن قلق المنافسة الرياضية: مصطلح يستخدم لوصف حالة الإثارة والإجهاد والقلق المعرفي والبدني التي تصيب الرياضيين، و يرى أن هذه الأعراض طبيعية إلا إذا زادت عن مستواها المقبول لكل رياضي، ويجب على الرياضي أن يعتبرها جزءاً من المنافسة وأن لا يفسرها تفسيراً خاطئاً، وإلا أنها ستعود سلباً عليه.

٥- أنواع قلق المنافسة الرياضية:

هناك العديد من الأنواع لقلق المنافسة الرياضية المشتقة من النظريات المفسرة للقلق، وأهم تلك الأنواع:

٥-١- القلق كسمة وحالة:

تبنى سبيلبيرجر (1966) Spielberg مفهوم القلق كسمة وكحالة. وعرّف سمة القلق: بأنها دافع أو استعداد سلوكي مكتسب يدفع الفرد إلى إدراك ظروف أو أحداث غير خطيرة على أنها مهددة له، والاستجابة لها بحالة من القلق لا تتناسب مع حجم الخطر الحقيقي، كما يعرّف حالة القلق: بأنها حالة انفعالية تتميز بمشاعر ذاتية بتوقع الخطر والتوتر مع ارتباطها بتنشيط أو استثارة الجهاز العصبي اللاإرادي، وهذه الحالة تتغير من وقت لآخر بصورة تتناسب مع حجم التهديد الذي يدركه الفرد في الموقف الحالي. وفي ضوء ذلك صمم سبيلبيرجر قائمة لقياس قلق السمة وقلق الحالة؛ وذلك محاولة للتمييز بين القلق كحالة والقلق كسمة. وقد عُرفت هذه القائمة باسم: (STAI) وهي اختصار

للعنوان: (State- Trait Anxiety Inventory). وبالرغم من أن هذه القائمة تقيس مظاهر قلق السمة والحالة العامة ولم تكن متخصصة في المجال الرياضي، إلا أنها استخدمت في العديد من البحوث في مجال علم النفس الرياضي. ولل قائمة صورة عربية قدمها محمد حسن علاوي بعد تقينها في البيئة المصرية وبعض البيانات العربية عام (١٩٧٨)، ومنذ ذلك الحين انتشر استخدامها لدى العديد من الباحثين في جمهورية مصر العربية وبعض البلدان العربية الأخرى (علاوي، ١٩٩٧).

وبما أن قلق المنافسة الرياضية يرتبط ارتباطاً مباشراً بالمجال الرياضي، وينتاب هذا النوع من القلق الرياضيين في مواقف المنافسة الرياضية؛ نظراً لارتباط المنافسة بالفوز والهزيمة ومواقف الشحن الأخرى، وذلك بالمقارنة بمفهوم سبيلبرجر للقلق كسمة وكحالة والذي يمكن أن يحدث للفرد في مواقف الحياة العامة؛ في ضوء ذلك رأى مارتينز (1977) Martens إلى ضرورة فصل قلق المنافسة الرياضية عن القلق العام كمفهوم، وحتى من حيث أدوات وأساليب القياس. وقد أشار إلى إمكانية تصنيف قلق المنافسة الرياضية إلى نوعين. وهما: سمة قلق المنافسة الرياضية، و حاله قلق المنافسة الرياضية.

٢-٥- سمة قلق المنافسة الرياضية:

تبنى مارتينز (1977) Martens مفهوم قلق المنافسة الرياضية أنه: "استعداد أو ميل اللاعب لإدراك مواقف المنافسة الرياضية على أنها مهددة له و الاستجابة لهذه المواقف بمشاعر توقع الخطر و التوتر". في ضوء ذلك صمم راين مارتينز أستاذ علم النفس بجامعة إلينوى بالولايات المتحدة اختباراً تحت عنوان: (SCAT)، وهو اختصار (Sport Competition Anxiety Test)؛ وذلك بهدف توفير أداة قياس ثابتة وصادقة لدراسة الفروق في سمة القلق التنافسية، ولكي يكون هذا المقياس متخصصاً في المجال الرياضي، وكبديل للمقاييس العامة للقلق.

ولهذا المقياس نسخة عربية أعدها الدكتور محمد حسن علاوي (علاوي ورضوان، ١٩٨٧).

٣-٥- حاله قلق المنافسة الرياضية:

يتشابه هذا المفهوم مع مفهوم (حالة القلق) لدى سبيلبرجر فيما عدا أن المثير الذي يستدعي استجابة القلق هو دائماً موقف أو حاله المنافسة فقط. فقد أشار مارتينز (1995) Martens أن حاله قلق المنافسة الرياضية يقصد بها: "حاله انفعاليه مرتبطة بموقف المنافسة الرياضية، وتتميز بمشاعر

ذاتيه، وشعور بتوقع الخطر، والتوتر مع ارتباطها بتنشيط أو استشاره الجهاز العصبي (اللاإرادي)، وهذه الحالة تتغير من وقت لآخر، وتتذبذب بصورة متناسبة مع التهديد الذي يدركه اللاعب في المواقف المتباينة و المتغيرة".

وفي ضوء ذلك قام راين مارتينز باقتباس مقياس حالة القلق لسيلبيرجر وأدخل عليه بعض التعديلات ليلاءم مواقف المنافسة الرياضية تحت مسمى: حالة قلق المنافسة الرياضية (SCAI)، اختصاراً للعنوان: (State Competitive Anxiety Inventory). ولهذا الاختبار صورة عربية أعدها للعربية وقتنها الدكتور محمد حسن علاوي، وقد استخدمت في بعض البيانات العربية (علاوي، ١٩٩٨).

٥-٤ - القلق المتعدد الأبعاد:

أشار (Liebert & Morris 1976) والمشار إليه في (علاوي، ١٩٩٧) أنه في مجال دراسات وبحوث قلق الاختبار النظري تم التوصل إلى وجود بعدين منفصلين للقلق وهما:

- القلق المعرفي (Cognitive anxiety): ويقصد به الوعي الشعوري بانفعالات غير سارة.
- القلق البدني (Somatic anxiety): ويقصد به إدراك الاستثارة أو التنشيط الفسيولوجي. وبالإضافة إلى هذين البعدين أشار (Borkovek 1976) إلى بعد ثالث وهو:
- تغيرات سلوكية ظاهرة (Overt behavioral): مثل تعبيرات الوجه، والتغيرات في أنماط العلاقة مع الآخرين.

وفي إطار هذه المفاهيم صمم تشارلز سيلبيرجر (Spielbeger 1980)، قائمة لقياس الفروق الفردية في قلق (الاختبار) للتعرف على الأعراض الخاصة بالقلق قبل وأثناء وبعد الاختبار، بالإضافة إلى النزعة للقلق في مواقف الاختبار. وتتضمن القائمة بعدين. وهما:

- القلق المعرفي: ويقصد به الاهتمام المعرفي بنتائج الفشل في الامتحان.
- الانفعالية أو سهولة الانفعال: استجابات الجهاز العصبي نتيجة الضغط الذي يشعر به الفرد.

أما في مجال علم النفس الرياضي فقد تبني بعض الباحثين مفهوم قلق المنافسة كم متعدد الأبعاد؛ وذلك لأن المنافسة ترتبط بمثير القلق، وفي ضوء ذلك قام مارتينز وزملاءه Martens et al., (1990) بتصميم قائمة (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢) (SCAI2)، وهي اختصار للعنوان: (State Competitive Anxiety Inventory 2)؛ لقياس ثلاثة أبعاد مرتبطة بقلق المنافسة الرياضية. وهي:

- القلق المعرفي: و يرتبط هذا النوع من القلق بالتوقع السلبي للأداء، وتصور الفشل، وتدني القدرة على التركيز، و تشتت الانتباه وغيرها من الأفكار السلبية في مواقف المنافسة الرياضية و خاصة ما يتعلق بالفوز و الهزيمة.

- القلق البدني: يرتبط هذا النوع بإدراك مظاهر الأعراض الجسمية للجهاز العصبي اللاإرادي مثل زيادة معدل التنفس، و ضربات القلب، و غزاره العرق، والآم المعدة.

- الثقة بالنفس: وهو البعد الايجابي في مواجهه القلق (Martens, 1995).

وقد تبني الباحث هذا المقياس (القلق المتعدد الأبعاد) في تفسير نتائج الدراسة.

ويتفق سبيلبيرجر مع راين مارتينز في البعدين الأولين. بينما يرى أن البعد الثالث يسمى: بالتغيرات السلوكية الظاهرة (مصطفى، ٢٠٠٤).

وفي ضوء مفهوم القلق كم متعدد الأبعاد أيضاً قام محمد حسن علاوي بتصميم مقياس (قلق المباراة الرياضية) وتقنيه على البيئة المصرية؛ وذلك بهدف قياس الفروق في المباراة الرياضية كسمة شخصية في مواقف المنافسة الرياضية. وقد تكون هذا المقياس من (٤٥) فقرة، موزعة على ثلاثة أبعاد. وهي: القلق المعرفي، والقلق البدني، والانفعالية أو سهولة الانفعال (علاوي، ١٩٩٨).

٦- مصادر قلق المنافسة الرياضية:

لا يمكن حصر مصادر قلق المنافسة الرياضية؛ وذلك لتنوعها و تشعبها. و قد ذكر (رشدي، ١٩٨٦) على سبيل المثال لا الحصر الخوف من الفشل وعدم الجاهزية، حيث أن عدم الجاهزية البدنية، والمهارية، والنفسية قد تفقد اللاعب التركيز؛ وبالتالي عدم الرغبة في التنافس، كما أن الشعور بالذنب نتيجة ارتكاب اللاعب سلوك مؤذي للمنافس، أو خطأ قانوني، أو إهدار فرصة قد تشعر اللاعب بالذنب و بالتالي قد يؤدي إلى شعور اللاعب بالقلق، كما أن خبرات الفشل والإصابات

السابقة قد تؤثر في الحالة الانفعالية للاعب. ويضيف كل من (باهي وعبد الغني ويوسف، ٢٠٠٥؛ باهي وحسن وحشمت، ٢٠٠٢) مصدر آخر للقلق وهو: التفسير الخاطئ للقلق. فيجب على الرياضي أن يفسر القلق على أنه ظاهرة طبيعية و صحية. وقد يكون ميسراً: أي يؤدي إلى مستوى أفضل من الأداء، وإن لم نتعامل مع القلق بشكل مناسب سيكون قلقاً معوقاً (معسراً): أي يؤدي إلى نتائج سلبية.

كما يرى الزعبي و الخياط (٢٠١١) أن لقلق المنافسة الرياضية ثلاثة مصادر رئيسية وهي:

- قلق تأثير الآخرين مثل: المدرب، والأسرة، والجمهور؛ وذلك لحرصهم على تقديم اللاعب لأداء ونتيجة جيدة في المنافسة الرياضية.

- قلق ناتج عن الرياضيين أنفسهم: بسبب عدم تحقيق الفوز، أو الأداء المطلوب، أو تحقيق التوافق بين الحياة الرياضية و الحياة العامة.

- القلق الناتج عن حمل التدريب الزائد: وقد ذكر (Norgon 1987) والمشار إليه في (الزعبي والخياط، ٢٠١١؛ الضمد، ٢٠١٠) أنه من النتائج التي توصل إليها في أبحاثه "أن العدائين بعد عدوهم لمسافات طويلة، والسباحين بعد أدائهم لحركات تتسم بالصعوبة يكونون شديدي التوتر والضيق، كما يؤثر ذلك أيضاً على الحالة المزاجية للاعبين".

٧- مستويات قلق المنافسة الرياضية:

يرى كل من (الطالب والويس، ١٩٩٣؛ الضمد، ٢٠١٠) أن أعراض القلق في مواقف المنافسة الرياضية تظهر في ثلاثة مستويات:

- المستوى الأول: (القلق المنخفض): وهنا يكفي تنبيه اللاعب نحو الأحداث الخارجية المسببة للقلق، ويكون اللاعب مستعد لمواجهة مخاطره.

- المستوى الثاني: (القلق المتوسط): حيث يكون الرياضي هنا أقل قدره على السيطرة على المصادر الخارجية للخطر، ويفتقد سلوكه للمرونة، و يحتاج لبذل المزيد من الجهد لأداء السلوك المناسب.

- المستوى الثالث: (القلق العالي أو الشديد): ويفتقد الرياضي هنا القدرة على الانتباه و التركيز ويصبح غير قادر على الاستجابة السلوكية المناسبة للموقف التنافسي ويكون سلوكه عشوائياً.

٨- أعراض قلق المنافسة الرياضية:

هناك الكثير من الأعراض لقلق المنافسة الرياضية. ومن أهمها: عدم الاستقرار، وضعف القدرة على التركيز والانتباه، وزيادة معدل التنفس، وسرعه نبضات القلب، وزيادة إفراز العرق، وفقدان الشهية، وارتفاع ضغط الدم، والحديث الدائم عن الأفكار السلبية. وهذه الأعراض لا تظهر جميعها عند التعرض لمواقف القلق، ولكن قد تظهر بعضها وبدرجات متفاوتة من الشدة، وبعضها قد يستمر لفترة قصيرة والبعض الآخر قد يدوم ليصبح سمة شخصية (الخشاب، ١٩٨٨ ؛ الحوري، ٢٠١٢)، ويمكن التعرف على أعراض قلق المنافسة الرياضية التي تظهر على اللاعب من خلال ثلاثة جوانب. وهي:

- الجانب المعرفي: يشير كاراجيورفيس (Karageorghis 2007) أن هذا الجانب خاص بالمعلومات والأفكار، فقد يظهر على اللاعب التردد، والارتباك، والحديث عن الأفكار السلبية، وضعف التركيز، والنسيان خاصة ما يتعلق بالمهام المطلوبة من اللاعب في المنافسة. كما قد يظهر على اللاعب بعض مظاهر فقدان الثقة، وصور من الفشل في العديد من المواقف، والشعور بالضعف في أداء المهام، وضعف التواصل مع المدرب والزملاء خاصة ما يتعلق بترجمة التعليمات على أرض المنافسة، كما يسعى اللاعب إلى تجنب الكثير من مواقف المنافسة؛ نتيجة شعوره بالضعف والعجز أمامها.

- الجانب البدني: وهذا الجانب يتعلق بالاستجابات الجسدية لمواقف القلق، مثل: ارتفاع ضغط الدم، وسرعة نبضات القلب، وزيادة معدل التنفس، وغازرة العرق، ولزوجة اليدين والقدمين وبرودتهما، واضطرابات المعدة، وجفاف الفم، والحاجة المتكررة للتبول، والتوتر العضلي، والشعور بالضيق لدرجة الإحساس بصعوبة دخول الهواء في القصبة الهوائية، والإحساس بالشد في عضلات الرقبة والكتفين، والشعور بالرجفة خاصة عند الحديث، والتسرع عند أداء المهام، وتشوش الرؤية، والانزعاج والاضطراب عند سماع أي صوت، والتثاؤب، والشعور بالغثيان والرغبة في التقيؤ، والشعور بالإسهال وفقدان الشهية، والشعور بالآم تشبه وخز الإبر في أنحاء متفرقة من الجسم (Hanckford & Spielberger, 1989).

- الجانب السلوكي: وهذا الجانب مرتبط بأنماط السلوك التي تظهر على اللاعب وتشير إلى قلق المنافسة. ومن أهمها: قضم الأظافر، والخمول الحركي، والانطواء، والشعور بالملل، والابتعاد عن الالتحامات البدنية، وتجنب الاتصال البصري (عبدالله، ٢٠٠٦).

وقد أشار محمد (٢٠٠٥) إلى أن هناك بعض المظاهر السلوكية التي تظهر على اللاعب أثناء الأداء في المنافسة الرياضية والتي تشير إلى ارتفاع درجة القلق لدى اللاعبين. مثل: كثرة الأخطاء في مواقف المنافسة سواء أخطاء فنية أو قانونية، وضعف أداء اللاعب خاصة في مواقف الأداء الحاسمة من المنافسة الرياضية، وعدم الالتزام بالواجبات الخطئية، والتوجه نحو إدعاء الإصابة، والتوتر والعصبية وعدم الاستقرار، وزيادة الارتباك الحركي، وعدم ثبات الحالة الانفعالية وسرعة تغيرها، وضعف القدرة على اتخاذ القرار، وظهور سلوكيات تشير إلى ضعف الثقة بالنفس: كالخوف من المنافس، وضعف أو تجنب الالتحامات البدنية.

٩- أساليب إرشادية لعلاج قلق المنافسة الرياضية:

لاشك أن للإرشاد النفسي دوراً مهماً في مساعدة اللاعبين للتخفيف من حدة قلق المنافسة الرياضية، لكن الكثيرين منهم لا يعرفون كيف يتعاملون مع القلق بالشكل الصحيح، لذا يجب أن يسعوا للحصول على المساعدة بشكل سريع، وأهم ما يحتاجه اللاعب هو تعلم بعض الأساليب لمواجهة القلق. وهناك مجموعة من الأساليب التي يستطيع من خلالها الرياضيين مواجهة القلق، ومن أهمها: تمارين التنفس، والاسترخاء، والتأمل، وقد يصل الأمر إلى إعطاء اللاعب فرصة للراحة الإيجابية. ويجب أن تشتمل الراحة الإيجابية على بعض الأنشطة الممتعة، والحديث مع الآخرين خارج ما يتعلق بالمنافسة، ويفضل أن يكون الحديث مليء بالمرح والفكاهة والضحك، وذلك للحفاظ على نظرة متفائلة وإيجابية (Ray & Bjornstal, 1999).

وهناك أيضاً الكثير من الأساليب الإرشادية التي يمكن أن يستفيد منها القائمين على الإعداد النفسي للمنافسات الرياضية، وقد يذكر ياسين (٢٠٠٨) منها:

١- وضع أهداف للاعب، وبمشاركته، ومحاولة الوصول إليها عن طريق المثابرة.

٢- التذكير بالقيم الدينية، خاصة قبل المنافسة الرياضية؛ لتوفير الأمن النفسي للاعب.

٣- الإرشاد الجماعي: وذلك لمناقشة اللاعبين في المشكلات المرتبطة بقلق المنافسة الرياضية.

٤- النمذجة: من خلال عرض أفلام أو مواقف يرى فيها اللاعب كيف يتصرف الآخرون في حالة قلق المنافسة الرياضية.

٥- أسلوب التحصين التدريجي المنظم: وذلك من خلال تقديم المثيرات التي تسبب القلق في شكل مدرج، ثم تعريض اللاعب لمواقف المنافسة المتعددة بصورة تدريجية حتى يضعف قلق المنافسة لديه.

٦- الإبعاد: إبعاد اللاعب عن أجواء الشحن إن لزم الأمر.

١٠- نصائح للإعداد النفسي الجيد للمنافسات الرياضية:

يعدد خبراء علم النفس التربوي الرياضي الكثير النصائح للاستفادة منها في عملية الإعداد النفسي المباشر للمنافسات الرياضية. ويذكر جلال وعلاوي (١٩٨٢) منها: العمل على زيادة تركيز انتباه اللاعب للمنافسة القادمة، مع محاولة تجنب الانشغال التام والتفكير الدائم لتصور ما قد يحدث في المنافسة من مواقف وأحداث، ويمكن استخدام بعض الوسائل والأساليب التي تعمل على إبعاد اللاعب عن كثرة التفكير في المنافسة: كالإحماء، والتدريب خارج مواقع المنافسة، والتنزه، والانشغال ببعض الأعمال المحببة إلى النفس: كمشاهدة التلفاز، والقراءة وغيرها. ومن فوائد هذا الطريقة أنها تعمل على ادخار قوى اللاعب، وطاقاته التي يستهلكها في دوام التفكير في نواحي القوة والضعف وخطط المنافسين وغيرها. ويضيف (الضمد، ٢٠٠٥) بعض الأساليب الأخرى، ومنها: تنظيم التعود على المواقف والظروف والأجواء المختلفة للمنافسات، والاعتناء بتهيئة اللاعب نفسياً وبدنياً قبل المباراة مباشرة؛ وذلك للتغلب على الاستثارة والتوتر، كما يجب مراعاة ذهاب اللاعب للنوم ليلة المنافسة في الموعد المعتاد لكل لاعب وليس مبكراً. وفي حالة المنافسات المقامة في الفترة الصباحية يجب مراعاة أن يستيقظ اللاعب بوقت كافٍ (من ساعتين ونصف إلى ثلاث ساعات). ويفضل استخدام تمارين الاسترخاء في حالات الاستثارة الشديدة في عمليات التدريب في الأيام الأخيرة قبل المنافسة الرياضية، كما ينصح أيضاً باستخدام الراحة الإيجابية.

ثانياً : الدراسات السابقة:

من خلال إطلاع الباحث على الأدب النظري السابق حول ما كتب في مشكلة الدراسة الحالية ومتغيراتها في الرسائل الجامعية، والمجلات العلمية، والبحوث العلمية المحكمة، استطاع الباحث الحصول على عدد من الدراسات السابقة ذات الصلة بمشكلة الدراسة، وقد تم عرضها على فئتين، وهي: دراسات تناولت قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم، ودراسات تناولت قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي رياضات جماعية أخرى غير كرة القدم. وقام الباحث بترتيب هذه الدراسات من الأقدم إلى الأحدث لكل فئة على حده؛ وذلك تسهيلاً لعرضها ومناقشتها. وبعد استعراض الدراسات قام الباحث بالتعقيب عليها، وبيان موقع الدراسة الحالية من تلك الدراسات. وفيما يلي عرضاً لهذه الدراسات.

أ- دراسات تناولت قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم:

هدفت دراسة مينارد و سميث و ايفانز (1995) Maynard, Smith & Evans والتي كانت بعنوان: "تأثيرات إستراتيجية تدخل معرفي على قلق الحالة التنافسي والأداء لدى لاعبي كرة القدم شبه المحترفين"، إلى تقييم أسلوب التدخل المعرفي في تقليل القلق، و معرفة العلاقة بين القلق والأداء لدى لاعبي كرة القدم شبه المحترفين، وقد تم إتباع المنهج الوصفي في هذه الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (٢٤) لاعبا من لاعبي كرة القدم شبه المحترفين تتراوح أعمارهم بين (١٣-٢٣) سنة من نادي مدينة تشيستير لكرة القدم على مستوى الفريق الأول والثاني. وقد استخدم الباحثون مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، وأظهرت النتائج: وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا بين شدة القلق المعرفي وشدة القلق الجسمي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الثقة بالنفس، و شدة القلق المعرفي، ووجود علاقة ارتباطيه سالبة دالة إحصائيا بين الثقة بالنفس ، و شدة القلق البدني.

وأجرى الحوري (٢٠٠٧) دراسة بعنوان: "قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بالرضا عن الدور القيادي لدى رؤساء الفرق في دوري النخبة العراقي بكرة القدم"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات قلق المنافسة الرياضية بجميع أبعاده (المعرفي، البدني، الثقة بالنفس) لدى رؤساء الفرق في دوري النخبة العراقي بكرة القدم، والتعرّف على مستوى الرضا عن الدور القيادي لرؤساء

الفرق في دوري النخبة العراقي بكرة القدم، وكذلك التعرف على العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية بجميع أبعاده (المعرفي، البدني، الثقة بالنفس) والرضا عن الدور القيادي لرؤساء الفرق في دوري النخبة العراقي بكرة القدم. وقد اتبع الباحث في دراسته المنهج الوصفي، وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وهم رؤساء فرق النخبة بالدوري العراقي لكرة القدم للموسم (٢٠٠٥/٢٠٠٦) وهم يمثلون (١٠٠%) من المجتمع الأصلي والذي تكون من (١٢) نادياً وهي أندية: (الزوراء، الميناء، الطلبة، كربلاء، النجف، العمارة، الجوية، الشرطة، أربيل، دهوك، الجيش، سامراء). وقد استخدم الباحث مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، ومقياس الرضا عن الدور القيادي من إعداد الباحث. وأشارت نتائج الدراسة إلى: ارتفاع القلق المعرفي تحت ضغط المنافسة عنه في وقت الاسترخاء وبفروق معنوية، وانخفاض الثقة بالنفس تحت ضغط المنافسة عنه في وقت الاسترخاء وبفروق معنوية، وارتفاع مستوى الرضا عن الدور القيادي لرؤساء الفرق الفائزة وبفروق معنوية عن رؤساء الفرق الخاسرة. ووجود علاقة ارتباطية سالبة عن الرضا عن الدور القيادي و القلق المعرفي وقت الاسترخاء، وتساعد هذه العلاقة تحت ضغط المنافسة، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرضا عن الدور القيادي والثقة بالنفس وقت الاسترخاء، وتراجع هذه العلاقة الايجابية تحت ضغط المنافسة.

وأجرى جابر (٢٠٠٩) دراسة بعنوان: "حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين"، وهدفت الدراسة إلى التعرف على حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعاً لمتغيرات: (هجوم – دفاع – درجة ممتازة – درجة أولى). وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٢١٠) لاعبا من لاعبي الدوري الفلسطيني الممتاز والأول لكرة القدم. واتبع الباحث في دراسته المنهج الوصفي، وقد استخدم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى: احتلال بعد الثقة بالنفس المرتبة الأولى، وجاء في المرتبة الثانية بعد القلق المعرفي، بينما احتل بعد القلق البدني المرتبة الثالثة والأخيرة. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تعزى لمتغير (هجوم – دفاع). وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تعزى الدرجة (الممتازة – الأولى).

وهدفت دراسة كزاز وجلال (٢٠٠٩) بعنوان: "القلق الرياضي وعلاقته بترتيب انجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بخصاس كرة القدم" إلى التعرف على درجة القلق الرياضي (الميسر

والمعوق) لدى لاعبي منتخبات خماسي كرة القدم في الجامعة المستنصرية، وكذلك التعرف على العلاقة بين درجة القلق الرياضي (الميسر) وبين ترتيب انجاز منتخبات خماسي كرة القدم في الجامعة المستنصرية. وقد تم اختيار العينة من المجتمع الأصلي المتكون (١٠٦) لاعب من فرق كليات الجامعة المستنصرية حيث أصبحت العينة (٩٦) لاعباً بحيث تشكل نسبته (٩٠.٥٦ %) من مجتمع الأصلي وهم موزعون على (٨) كليات وقد تم استبعاد الذين أدخلوا في التجربة الاستطلاعية البالغ عددهم (١٠) لاعبين قد اختيروا عشوائياً من مجتمع الأصلي حيث يشكلون نسبة (٩.٤٤ %). واتبع الباحث المنهج الوصفي. أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد استخدم الباحثان مقياس القلق الرياضي (الميسر والمعوق) من إعداد راين مارتينز. حيث يهدف هذا الاختبار إلى: التعرف على مدى إسهام القلق في الارتقاء أو الانخفاض بمستوى أداء الرياضي في المستويات الرياضية المختلفة. وقد أظهرت نتائج الدراسة أن: درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) كانت وسط وفوق الوسط بقليل وهي مستويات طبيعية لدى الفرق، واختلاف درجات مستويات القلق الرياضي (الميسر والمعوق) بين الفرق حسب مستوى الإعداد النفسي لكل فريق. وإن تأثير القلق الرياضي الميسر إيجابياً ذو علاقة معنوية مع ترتيب انجازات الفرق في البطولة.

وأجرى سليم (٢٠١٠) دراسة بعنوان: "تأثير القلق على لاعبي كرة القدم قبل المنافسة الرياضية"، وهدفت الدراسة إلى معرفة تأثير قلق المنافسة على لاعبي كرة القدم قبل المنافسة الرياضية، واتبع الباحث المنهج الوصفي في دراسته. أما من حيث أدوات الدراسة فقد استخدم الباحث مقياس سمة قلق المنافسة الرياضية من تصميم (Martens, 1977)، وتعريب محمد حسن علاوي، ومقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، وتعريب أسامه كامل راتب. واشتملت عينة الدراسة على (٢٧) لاعباً موزعين كالتالي (١٣) لاعب من نادي مولودية الجزائر و (١٤) لاعب من نادي اتحاد الجزائر. وأشارت النتائج إلى: ارتفاع نتائج حالة قلق المنافسة أعلى من قلق السمة قبل المنافسة لدى اللاعبين. وارتفاع نتائج بعد القلق المعرفي عن بقية الأبعاد الأخرى قبل المنافسة.

وهدفت دراسة بورثان (٢٠١١) بعنوان: "قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر"، إلى التعرف على أبعاد قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز التي تميز لاعبي المستوى الأول لكرة القدم، والتعرف على العلاقة بين متغيري (قلق المنافسة ودافعية الإنجاز)، كما هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين اللاعبين

في دافعية الإنجاز حسب مستويات قلق المنافسة، ومن جهة أخرى التعرف على الفروق بين اللاعبين في قلق المنافسة حسب متغير الخبرة ونتائج الفريق. وقد اشتملت عينة الدراسة على (٤٥) لاعب كرة قدم من أندية وسط العاصمة الجزائرية وهي أندية شباب بلوزاد، أولمبي العناصر، نادي برادو المشاركين في دوري الدرجة الأولى للموسم الرياضي (٢٠٠٦/٢٠٠٧). واتبع الباحث المنهج الوصفي، وقد استخدم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، ومقياس دافعية الإنجاز الرياضي من إعداد جولس عام (١٩٧٢). وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه موجبه بين دالة إحصائياً بين أبعاد قلق المنافسة ودافعية الإنجاز، وأن ترتيب أبعاد قلق المنافسة لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر كالتالي: جاء بعد الثقة بالنفس المرتبة الأولى، والبعد المعرفي المرتبة الثانية، وبعد القلق البدني المرتبة الثالثة.

ب- دراسات تناولت قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي ألعاب جماعية أخرى غير كرة القدم:

هدفت دراسة جونز وسواين (Jones & Swain, 1992) والتي كانت بعنوان: "الشدة والاتجاه كأبعاد لقلق المنافسة الرياضية وعلاقتها بالتنافس"، إلى التعرف على الاختلافات في أعراض الشدة و الاتجاه للاعبين في التنافس عالي المستوى و منخفض المستوى، واتبع الباحثان المنهج الوصفي. وقد اشتملت عينة الدراسة على (٦٩) لاعباً من لاعبي الرجبي، و كرة السلة، وكرة القدم، والهوكي. وتم تقسيم العينة إلى مجموعات تنافس عالي المستوى ومنخفض المستوى على أساس مجموع درجاتهم في استبيان التوجه الرياضي. واستخدم الباحثان النسخة المعدلة لقائمة حالة قلق المنافسة الرياضية (CSAI-2) من تصميم (Martens et al., 1990). و طبقت قبل المنافسة بثلاثين دقيقة. وقد أشارت النتائج إلى: عدم وجود فروق معنوية في شدة القلق المعرفي أو الجسمي أو في اتجاه القلق الجسمي في التنافس عالي المستوى، ومنخفض المستوى.

وأجرى بارفيت و هاردي (Parfitt & Hardy, 1993) دراسة: "بعنوان أثر القلق التنافسي في مجال الذاكرة ومهارة متابعة الرميات المرتدة من اللوحة لدى لاعبي كرة السلة"، وقد هدفت الدراسة إلى معرفة أثر القلق التنافسي في مجال الذاكرة ومهارة متابعة الرميات المرتدة من اللوحة لدى لاعبي كرة السلة، وكانت نواحي الأداء تتمثل في العمل المتعلق بالذاكرة القصيرة المدى والخاصة بنقل المعلومات بمهارة متابعة الكرة المرتدة من اللوحة، وقد استخدم الباحثان مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، وشملت عينة الدراسة (٤٢) من لاعبي

كرة السلة. وقد أشارت النتائج إلى: وجود علاقة دالة إحصائياً بين القلق المعرفي ومهارة متابعة الكرة المرتدة من اللوحة.

وهدفت دراسة إدوارد وهاردي (1996) Edward & Hardy والتي كانت بعنوان: "التأثيرات المتفاعلة لشدة واتجاه القلق المعرفي والقلق البدني والثقة بالنفس على الأداء"، إلى التأكد من أن القلق المعرفي العالي سوف يكون له تأثير معاون على الأداء في ظل ظروف الاستثارة الفسيولوجية المنخفضة ويصبح هذا التأثير معوق على الأداء في ظل ظروف الاستثارة الفسيولوجية المرتفعة. وقد اتبع الباحثان المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة على (٤٥) لاعبة يمثلن (٦) فرق في كرة الطائرة من المشاركات في دوري الجامعات ودوري المناطق، واستخدما في هذه الدراسة مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، ومقياس الاستثارة الفسيولوجية عن طريق دقات القلب. وأشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي والقلق البدني. وأنه كلما زادت الثقة بالنفس لدى اللاعب كلما قلت أعراض القلق البدني والمعرفي لديها. وأنه في ظل الاستثارة الفسيولوجية العالية كلما زاد القلق المعرفي كلما انخفض أداء اللاعبات.

أما دراسة برابافيسيز وألبرت (1996) Prapavessis & Albert والتي كانت بعنوان: "أثر حالة قلق المنافسة الرياضية على ترابط الجماعات"، فقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على أثر حالة قلق المنافسة الرياضية على ترابط الجماعات، وقد شملت الدراسة (١١٠) رياضياً من الألعاب الجماعية، واتباع الباحثان المنهج الوصفي. أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد استخدم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990)، واستبيان بيئة المجموعة لكارون وآخرون. وأشارت النتائج إلى: انخفاض حالة القلق بالنسبة للمجموعة ذات التماسك الضعيف؛ وذلك لتدني أهمية الزميل في الفريق وانخفاض درجة الشعور بالمسؤولية.

وهدفت دراسة خلاف وكمال (١٩٩٧) بعنوان: "قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بتركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد"، إلى معرفة أثر قلق المنافسة الرياضية، وعلاقته بتركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد، حيث بلغت عينة الدراسة (٤٠) لاعبا لكرة اليد. واتباع الباحثان المنهج الوصفي في دراسته، وقد استخدم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد

(Martens et al., 1990)، وقد أظهرت النتائج: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في حالة القلق الجسمي في فترة ما قبل المنافسة عنها في فترات منتصف المنافسة.

وهدفت دراسة ناتالي وبيتر وجوهان (2001) Natalie, Peter & Johan والتي كانت بعنوان: "احترام الذات والكمالية لدى رياضيي النخبة وأثرها على القلق التنافسي والثقة بالنفس"، إلى دراسة العلاقة بين قلق المنافسة الرياضية والثقة بالنفس لنخبة من الرياضيين السويديين. وقد شملت العينة مجموعة من رياضيي الألعاب الجماعية، وقد تم استخدام قائمة تقدير الذات من إعداد الباحثين، ومقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد (Martens et al., 1990). وأشارت النتائج إلى أن: الرياضيين الذين لديهم مستوى عالي من احترام الذات، والحب لأنفسهم كان لديهم مستوى إيجابي من الكمالية. في حين أن الرياضيين الذين لديهم الثقة بالنفس التي تعتمد على جوانب الكفاءة ظهر لديهم مستوى أكثر سلبية من المثالية. وأظهرت النتائج أيضاً أن: هناك علاقة دالة إحصائية بين الأنماط السلبية من الكمال، وارتفاع القلق المعرفي، وأن هناك علاقة دالة إحصائية بين الأنماط السلبية من الكمال، وانخفاض الثقة بالنفس.

وهدفت دراسة تيم و ليو (2003) Tim & Lew والتي كانت بعنوان: "التأثير النسبي للقلق المعرفي و الثقة بالنفس على الأداء الرياضي"، إلى معرفة العلاقة بين القلق المعرفي والثقة بالنفس على الأداء الرياضي وفقاً لمتغير الجنس. واتبع الباحثان المنهج الوصفي، واشتملت عينة الدراسة على (٤٨) رياضياً من مختلف الجنسين في رياضات جماعية مختلفة. وقد استخدم الباحثان مقياس قلق المنافسة المتعدد الأبعاد (SCAI2) من إعداد (Martin et al., 1990). وأظهرت النتائج: ارتفاع مستوى الثقة بالنفس مقابل انخفاض القلق المعرفي لدى عينة الدراسة. و كان تأثير القلق المعرفي والثقة بالنفس على أداء الشباب أكثر من تأثيره على أداء الفتيات.

وأجرى الندايوي (٢٠٠٥) دراسة بعنوان: "القلق وعلاقته بمستوى الانجاز للاعبي كرة اليد". وهدفت هذه الدراسة إلى التعرف على علاقة القلق العام بالإنجاز الرياضي للاعبي كرة اليد. واتبع الباحث المنهج الوصفي في دراسته، واشتملت عينة الدراسة على (٣٠) لاعبا يمثلون الأندية المشاركة بدوري النخبة في للموسم الرياضي (٢٠٠١/٢٠٠٢) وهم موزعين على الأندية كالتالي: (٦ الكرخ)، (٥ الجيش)، (٦ ديالى)، (٢ الفتوة)، (٤ الكوفة)، (٣ صلاح الدين)، (٤ الشرطة)، واستخدم الباحث مقياس القلق العام (الخوف من التقويم السلبي) وهو مترجم ومقنن من قبل خالدة

إبراهيم، ومقياس الإنجاز الرياضي للباحث. وأشارت نتائج الدراسة إلى: وجود علاقة ارتباطية سلبية عند معنوية (٠.٠٥) في القلق العام والإنجاز الرياضي، وأن درجة مقياس القلق (الخوف من التقويم السلبي) لدى اللاعبين، كانت فوق الوسط.

وهدف دراسة جواد الحكيم (٢٠٠٦) التي أجراها في الجمهورية العراقية وكانت بعنوان: "القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة الطائرة" إلى التعرف على القلق وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى لكرة الطائرة في منطقة الفرات الأوسط، والتعرف أيضاً على العلاقة بين القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة الطائرة. وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي. وقد اشتملت العينة على (٧٤) لاعبا تم اختيارهم بطريقة عشوائية من (٧) أندية يمثلون أندية منطقة الفرات الأوسط. وقد استخدم الباحث مقياس القلق المتعدد الأبعاد الذي أعده (علاوي، ١٩٩٤). ومن الوسائل الإحصائية التي استخدمها الباحث الوسط الحسابي، والانحرافات المعيارية، ومعامل ارتباط بيرسون. وقد أظهرت النتائج: وجود علاقة معنوية بين أبعاد القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء مهارة الإرسال من الأعلى، ووجود علاقة معنوية بين أبعاد القلق المتعدد الأبعاد ودقة أداء مهارة الاستقبال من الأسفل.

وأجرى هياجنة (٢٠٠٦) دراسة بعنوان: "مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن". حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (٩٠) لاعبا ولاعبة. وقد اتبع الباحث المنهج الوصفي، واستخدم استبانته من إعداداته لمعرفة مصادر القلق النفسي لدى اللاعبين واللاعبات. وأشارت النتائج إلى أن: مصدر الحكام احتل المرتبة الأولى، في مصادر القلق لدى اللاعبين، بينما جاء الإعلام الرياضي في المرتبة الأخيرة.

وهدف دراسة شيلدون و بريندان و ريتشارد و ستيفن وأندرو Sheldon, Brendan, Richard, Steven & Andrew (2008) والتي كانت بعنوان: "الخبرة الرياضية وعلاقتها بقلق المنافسة"، إلى دراسة أثر الخبرة الرياضية على تفسير أعراض القلق. وقد استخدم الباحثون المقابلات الفردية والجماعية مع نخبة من الرياضيين في رياضات جماعية مختلفة، وكان هدف المقابلات؛ تحفيز الرياضيين للتحدث عن خبرات القلق التي مروا بها خلال مسيرتهم الرياضية، كما استخدم الباحثون

مقياس قلق المنافسة المتعدد الأبعاد (SCAI2) من إعداد (Martins et al., 1990). وقد اتبع الباحثون المنهج الوصفي. وبعد تحليل نتائج المقابلات أظهرت الدراسة أن: هناك علاقة هامة بين الحوادث السلبية والإيجابية التي مر بها الرياضيون خلال حياتهم الرياضية، وتفسيرهم لأعراض القلق المعرفي والبدني، وقدرتهم على السيطرة على القلق.

كما هدفت دراسة آدم و ريمكو و أندرو (Adam, Remco & Andrew (2010) والتي كانت بعنوان: "الأداء بكفاءة ذاتية، وقلق ما قبل المنافسة والأداء الشخصي بين الرياضيين"، إلى الكشف عن العلاقة بين الأداء بكفاءة ذاتية وقلق ما قبل المنافسة الرياضية والأداء الشخصي بين الرياضيين. وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٧) رياضياً، (٢٥٢) من الذكور و (٥٥) الإناث في رياضات مختلفة. وقد استخدم الباحثون مقياس قلق المنافسة المتعدد الأبعاد (SCAI2) من إعداد (Martins et al., 1990). واتبع الباحثون المنهج الوصفي. وقد تم تزويد أفراد العينة بتدريبات على أساليب التعامل مع مواقف المنافسة بكفاءة ذاتية. وقد أظهرت النتائج: وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية بين الأداء الشخصي، وقلق ما قبل المنافسة. كما أظهرت النتائج: أيضاً وجود علاقة سلبية بين الأداء بكفاءة ذاتية والقلق البدني المعرفي.

وهدف دراسة صخي و جاسم و خضر (٢٠١١) بعنوان: "بعض أنواع القلق وعلاقته بنتيجة الشوط الحاسم للاعبات بعض أندية العراق بالدرجة الممتازة في الكرة الطائرة"، إلى التعرف على بعض أنواع القلق وعلاقته بنتيجة الشوط الحاسم للاعبات بعض أندية العراق بالدرجة الممتازة في الكرة الطائرة. واتبع الباحثون المنهج الوصفي المسحي في دراستهم. وبلغت عينة البحث (٤٨) لاعبة من (٤) أندية من أصل (١٢) نادياً من أندية كرة الطائرة النسائية بالعراق للدرجة الممتازة للموسم الرياضي (٢٠١٠/٢٠٠٩). ومن الأدوات التي استخدمت في هذه الدراسة (المقابلات الشخصية، استمارة القلق الميسر والمعوق من تصميم راين مارتينز، وتعريب محمد حسن علاوي . وقد أظهرت النتائج: وجود ارتباط معنوي موجب بين حالة القلق الميسر ونتيجة الشوط الحاسم حيث بلغ الارتباط (٠.٩٩٣)، ووجود ارتباط معنوي سالب بين حالة القلق المعوق ونتيجة الشوط الحاسم حيث بلغ الارتباط (٠.٩٥٠-).

وهدف دراسة كلاوديا و خوسيه و مانويل (Claudia, Jose & Manuel (2012) والتي كانت بعنوان: "العلاقة بين قلق المنافسة المتعدد الأبعاد وتقييم التهديد المعرفي واستراتيجيات المواجهة"،

إلى معرفة العلاقة بين القلق المتعدد الأبعاد وسمّة تقييم التهديد المعرفي وأساليب مواجهتها. وتكونت عينة الدراسة من (٥٥٠) رياضياً من الجنسين في الرياضات الفردية والجماعية. وقد استخدم الباحثون مقياس التقييم المعرفي في المسابقات الرياضية، و مقياس قلق المنافسة المتعدد الأبعاد (SCAI2) من إعداد (Martins et al., 1990)، وقد اتبعوا المنهج الوصفي. وأظهرت النتائج: وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين القلق المعرفي وسمّة تقييم التهديد المعرفي في المسابقات الرياضية، كما أشارت النتائج أيضاً إلى أهمية الفروق الفردية في أساليب القلق المعرفي وسمّة التهديد المعرفي وفي أساليب مواجهة القلق لدى الرياضيين.

وهدفت دراسة رادزي و يوسف و زكريا (Radzi, Yosuf & Zakaria (2013) والتي كانت بعنوان: "مستويات قلق ما قبل المنافسة لدى رياضيي الرياضات الفردية والجماعية"، إلى دراسة قلق ما قبل المنافسة الرياضية باستخدام القياسات النفسية والفسولوجية لرياضيي الرياضات الفردية والجماعية. وقد شارك في هذه الدراسة عينة من الرياضيين الماليزيين في رياضات فردية وجماعية مختلفة. أما بالنسبة لأدوات الدراسة فقد استخدم الباحثون مقياس قلق المنافسة الرياضية (CSAI2) لأخذ القياسات النفسية، أما بالنسبة للقياسات الفسولوجية فقد أخذ عينات قياسية من أفراد العينة، وكانت عبارة عن: (عينات لعبية و قياس معدل نبضات القلب). وقد تم أخذ القياسات في ثلاثة أوقات مختلفة وذلك قبل المنافسة (أسبوع، ويوم واحد، وبساعة واحدة). و أظهرت نتائج الدراسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية في معدل قياس نبضات القلب لدى رياضيي الرياضات الجماعية، وذلك قبل أسبوع و ساعة واحدة قبل المنافسة. كما أظهرت الدراسة فروق في استجابة الكورتيزول في العينات اللعابية لدى رياضيي الرياضات الفردية وذلك قبل أسبوع واحد، ويوم واحد من المنافسة.

التعقيب على الدراسات السابقة:

يلاحظ من الدراسات السابقة ما يلي:

١- جميع الدراسات السابقة المتعلقة بقلق المنافسة الرياضية تناولت في منهجيتها المنهج الوصفي.

٢- تباينت أهداف الدراسات السابقة فمنها ما هدف إلى:

- دراسة قلق المنافسة الرياضية كمتغير تابع وعلاقته بمتغيرات مستقلة أخرى كدراسة Jones (1992) & Swain، ودراسة خلاف وكمال (١٩٩٧)، ودراسة (2003) Tim & Lew، ودراسة جواد الحكيم (٢٠٠٦)، ودراسة الحوري (٢٠٠٧)، ودراسة بورتان (٢٠١١).

- وهناك دراسات هدفت إلى: معرفة أثر قلق المنافسة في متغيرات أخرى كدراسة Parfitt & Hardy (1993)، ودراسة Prapavessis & Albert (1996)، ودراسة الزهراني (٢٠٠٣)، ودراسة Sheldon et al., (2008)، ودراسة Adams et al., (2010)، ودراسة Claudia et al., (2012).

- وهناك دراسات اهتمت بقياس مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين كدراسة Terry (1996) et al., ودراسة مكناي (٢٠٠٠).

- ومن الدراسات أيضاً ما هدفت إلى: معرفة أثر التدخلات العلاجية في التخفيف من حدة أثر قلق المنافسة الرياضية كدراسة Terry et al., (1995) ودراسة Maynard et al., (1995)، ودراسة Radzi et al., (2013).

- وهناك دراسات هدفت إلى: دراسة شدة وتكرار واتجاه أبعاد قلق المنافسة الرياضية لدى الرياضيين كدراسة Jones & Swain (1992)، ودراسة Swain & Jones (1992)، ودراسة Edward & Hardy (1996).

٣- أما من حيث أدوات الدراسة المستخدمة في الدراسات السابقة فقد تباينت هذه الأدوات، وفيما يلي عرض للأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة:

- هناك دراسات استخدمت مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد (SCAI2)، أو كما يسمى أيضاً قائمة حالة المنافسة الرياضية المعدلة، أو يسمى أيضاً قائمة حالة المنافسة الرياضية^٢، وقد صمم هذا المقياس (Martins et al., 1990) وهو نفس المقياس المستخدم في الدراسة الحالية. ومن الدراسات التي استخدمت هذا المقياس: دراسة (Jones & Swain 1992) ، ودراسة (Swain & Jones 1992) ودراسة (Parfitt & Hardy 1993) ، ودراسة (Terry et al., 1995) ، ودراسة (Maynard et al., 1995) ودراسة (Edward & Hardy 1996) ، ودراسة (Prapavessis & Albert 1996) ، ودراسة (Terry et al., 1996) ، ودراسة مكناي (٢٠٠٠)، ودراسة (Natalie et al., 2001) ، ودراسة الزهراني (٢٠٠٣)، ودراسة (Tim & Lew, 2003) ، ودراسة الحوري (٢٠٠٧)، ودراسة (Sheldon et al., 2008) ودراسة جابر (٢٠٠٩)، ودراسة (Adam et al., 2010) ودراسة سليم (٢٠١٠)، ودراسة (Claudia et al., 2012) ، ودراسة (Radzi et al., 2013).

- وهناك دراسات استخدمت مقياس قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد من إعداد علاوي (١٩٩٤): كدراسة علي (٢٠٠٤)، ودراسة جواد الحكيم (٢٠٠٦).

- كما أن هناك دراسات استخدمت اختبار سمة القلق التنافسي (SCAT) من إعداد (Martins 1977): كدراسة مكناي (٢٠٠٠)، ودراسة سليم (٢٠١٠).

- وهناك دراسات استخدمت مقياس القلق الميسر والمعوق من إعداد راين مارتين، وتعريب (محمد حسن علاوي) كدراسة: كزاز وجلال (٢٠٠٩)، ودراسة صخي وجاسم وخضر (٢٠١١).

- وهناك أيضاً دراسات استخدمت مقاييس من إعداد الباحثين أنفسهم كدراسة هياجنة (٢٠٠٦) الذي استخدم استبانته لمعرفة مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن.

٤- أما من حيث نتائج الدراسات السابقة فإن أهم النتائج كانت:

- اتفقت مجموعة من الدراسات على تأثير قلق المنافسة الرياضية على أداء الرياضيين أو نتائجهم، ويظهر ذلك واضحاً في دراسة جواد الحكيم (٢٠٠٦)، ودراسة (Adam et al., 2010) ودراسة صخي وجاسم وخضر (٢٠١١).

- هناك اختلاف في نوع العلاقة الارتباطية بين قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز الرياضي. إذ تشير نتائج بعض الدراسات السابقة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين قلق المنافسة الرياضية، ودافعية الإنجاز الرياضي كدراسة النداوي (٢٠٠٥).

بينما تشير بعض نتائج الدراسات السابقة الأخرى إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين قلق المنافسة الرياضية، ودافعية الإنجاز الرياضي كدراسة بورتنان (٢٠٠١).

٥- أجريت الدراسات السابقة على عينات مختلفة الحجم.

٦- أجريت الدراسات السابقة على لاعبي كرة القدم، وبعضها على لاعبي ألعاب جماعية أخرى مختلفة.

٧- تنوع بيانات الدراسة، حيث أجريت بعضها على البيانات العربية، وبعضها على البيانات الأجنبية.

- ما استفادت منه الدراسة الحالية من الدراسات السابقة

١- تحديد مشكلة الدراسة، و مصلحاتها.

٢- صياغة تساؤلات الدراسة.

٣- تحديد المقياس المناسب.

٤- إجراءات التحكيم.

٥- تحديد المعالجات الإحصائية المناسبة.

٦- إجراءات البحث بشكل عام.

- أهم ما تميزت به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

١- هي أول دراسة في حدود علم الباحث تدرس قلق المنافسة الرياضية على لاعبي النخبة بسلطنة عُمان.

٢- أخذت الدراسة الحالية بعين الاعتبار بعض المتغيرات التي لم تأخذها الدراسات السابقة

مثل:

أولاً: تقسيم متغير (عمر اللاعب) إلى قسمين وهي فئة: (تحت ٢٣ سنة، ومن ٢٣ سنة فأعلى). فمن المعلوم لدى الأوساط الرياضية أن اللاعب يتدرج عمرياً بين الفئات السنية من (الناشئين، والشباب، والأولمبي) حتى عمر ٢٣ سنة، بعدها ينتقل اللاعب إلى الفريق الأول. وهنا يتوقع من اللاعب بعد مروره بكل هذه المراحل السنية أنه اكتسب خبرة، ووصل إلى مرحلة النضج المهاري والنفسي والبدني.

ثانياً: أخذت الدراسة الحالية بعين الاعتبار متغير (الاحتراف الداخلي)، ومتغير (الاحتراف الخارجي)؛ فالمحترف داخلياً أو خارجياً يفترض أنه تعرض لخبرات نفسية، وبدنية، ومهارية أفضل عكس اللاعب الذي لم يحترف.

ثالثاً: أخذت الدراسة الحالية بعين الاعتبار متغير (اللعب للمنتخب الأول)؛ فاللاعب الذي سبق له اللعب للمنتخب الأول يفترض أنه تعرض لخبرات نفسية وبدنية ومهارية أفضل عكس اللاعب الذي لم يسبق له اللعب للمنتخب الأول.

رابعاً: أخذت الدراسة الحالية بعين الاعتبار متغير (عقد اللاعب)؛ وذلك لمعرفة أثر هذا المتغير في حالة قلق المنافسة للاعبين.

خامساً: أخذت الدراسة الحالية بعين الاعتبار متغير (المستوى التعليمي للاعب)؛ وذلك لمعرفة أثر هذا المتغير في حالة قلق المنافسة لدى اللاعبين.

- أوجه التشابه والاتفاق بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

١- استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي شأنها شأن بقية الدراسات السابقة.

٢- استخدمت الدراسة الحالية مقياس قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد، الذي أعده راين مارتينز (Martins et al., 1990)، شأنها شأن أغلب الدراسات مع تقنيته على البيئة العُمانية.

- أوجه الاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة:

- صُنّفت بعض الدراسات متغير مركز الفريق في الدوري على أسس مختلفة عن الدراسة الحالية. حيث درست بعض الدراسات حالة قلق المنافسة لدى لاعبي كرة القدم تبعاً لفئة الفريق (درجة ممتازة، ودرجة أولى) كدراسة: جابر (٢٠٠٩).

- كما أن بعض الدراسات أخذت بالدراسة فرقاً متميزة في الدرجة الأعلى في الدوري كدراسة سليم (٢٠١٠)؛ التي درست قلق المنافسة لدى لاعبي أندية (مولودية الجزائر، و إتحاد الجزائر) وهي أندية متفوقة في الدوري الجزائري عام ٢٠٠٩م، ومن نفس المستوى. ولكن الدراسة الحالية صُنّفت متغير مركز أندية النخبة بسلطنة عُمان إلى ثلاثة مستويات حسب ترتيبها في الدوري، وذلك قبل نهاية الدوري بجولتين فقط، ويعد ذلك وقت مناسب لدراسة قلق المنافسة لدى اللاعبين؛ حيث أن هناك فرق تتصارع على البطولة، وبعضها مهددة بالهبوط، وأخرى مستقرة وليس لها حظاً في البطولة وفي نفس الوقت بعيدة عن شبح الهبوط.

- هناك أيضاً دراسة صُنّفت متغير مركز اللاعب (دفاع، هجوم) فقط، ولم تأخذ حراسة المرمى بعين الاعتبار كدراسة: جابر (٢٠٠٩)، بينما أخذت الدراسة الحالية تصنيف حراسة المرمى بالإضافة إلى الدفاع والهجوم.

الفصل الثالث

المنهجية والإجراءات

- منهج الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة
- متغيرات الدراسة
- أداة الدراسة
- إجراءات الدراسة
- الأساليب الإحصائية

الفصل الثالث

المنهجية والإجراءات

يتناول الباحث في هذا الفصل منهجية الدراسة وإجراءاتها، مستعرضاً من خلاله منهج الدراسة، ومجتمعها، وعينها ومتغيراتها، والأدوات المستخدمة في الدراسة، وإجراءات التحقق من صدقها وثباتها، بالإضافة إلى إجراءات تطبيق الدراسة، والأساليب الإحصائية المستخدمة للإجابة عن أسئلتها.

منهج الدراسة:

باعتبار أن الدراسة هدفت إلى دراسة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة بسلطنة عُمان في ضوء بعض المتغيرات، فقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي المسحي؛ وذلك لملائمته لموضوع وأهداف هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تألف مجتمع الدراسة من جميع لاعبي أندية كرة القدم بدوري النخبة بسلطنة عُمان، والمسجلين رسمياً في الإتحاد العُماني لكرة القدم للموسم الرياضي (٢٠١٢/٢٠١٣)، والبالغ عددهم (٤٤٨) لاعباً، موزعين (١٤) نادياً.

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة (العشوائية الطبقية)، حيث تم تقسيم أفراد مجتمع الدراسة إلى ثلاث فئات، وذلك حسب مراكز الأندية المنتمين إليها في الدوري بعد نهاية الجولة (٢٤) من الدوري.

- المستوى الأول، أندية القمة: وهي الأندية التي لديها من النقاط ما يؤهلها للفوز بالدوري.

- المستوى الثاني، أندية الوسط: وهي الأندية التي مجموع نقاطها لا يؤهلها للحصول على الدوري، ولكنها في مأمن من الهبوط للدرجة الأدنى.

- المستوى الثالث، أندية القاع: وهي الأندية المهددة بالهبوط للدرجة الأدنى، وتتنافس من أجل البقاء في الدوري للموسم القادم.

ثم تم أخذ عينة عشوائية من كل طبقة. وبناءً على هذا التصنيف فإن أندية القمة (٤) أندية، وهي أندية: (السويق و النهضة و صحم و فنحاء). وقد تم اختيار (٣٨) لاعبا يمثلون هذه الأندية من أصل (١٢٨) لاعبا وهو ما نسبته (٢٩.٦٨%) من المجتمع الأصلي لأندية القمة. أما أندية الوسط: (٦) أندية، وهي أندية: (النصر و ظفار و المصنعة و العروبة و الشباب و صور) وقد تم اختيار (٥٧) لاعبا يمثلون هذه الأندية من أصل (١٩٢) لاعبا، وهو ما نسبته (٢٩.٦٨%) من المجتمع الأصلي لأندية الوسط. أما أندية القاع (٤)، وهي أندية: (السيب و الطليعة و عُمان و صلالة). وقد تم اختيار (٣٨) لاعبا يمثلون هذه الأندية من أصل (١٢٨) لاعبا، وهو ما نسبته (٢٩.٦٨%) من المجتمع الأصلي لأندية القاع.

وقد تم استبعاد لاعبي نادي صلالة من العينة؛ وذلك بسبب هبوط النادي رسمياً من دوري النخبة إلى دوري الدرجة الأولى، في نهاية الجولة (٢٣)، وبالتالي ارتأى الباحث استبعاد نادي صلالة من العينة، حيث أن الجولات المتبقية التي سيلعبها الفريق ستكون بدون ضغوط؛ لأن النتيجة مهما كانت لا تخدم الفريق، وبالتالي فإن دراسة المتغيرات التابعة (أبعاد قلق المنافسة الرياضية) في ظل هذه الظروف قد تكون غير ذات جدوى. وبناءً على ذلك تجمع لدى الباحث (١٣٣) لاعبا، أي ما نسبته (٢٩.٦٨%) من أفراد مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (٤٤٨)، والذين شكلوا في مجملهم هذه الدراسة. والجدول رقم (٢)، يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة:

جدول (٢)

توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغيراتها المستقلة

م	المتغير	المستوى	العدد	النسبة
١	عمر اللاعب	تحت ٢٣ سنة	٦٤	%٤٨.١٢
		من ٢٣ سنة فأعلى	٦٩	%٥١.٨٨
	المجموع			%١٠٠
٢	الاحتراف الداخلي	سبق له الاحتراف	٥٨	%٤٣.٦
		لم يسبق له الاحتراف	٧٥	%٥٦.٤
	المجموع			%١٠٠
٣	الاحتراف الخارجي	سبق له الاحتراف	١٥	%١١.٢٨
		لم يسبق له الاحتراف	١١٨	%٨٨.٧٢
	المجموع			%١٠٠
٤	اللعبة للمنتخب الأول	سبق له اللعب	٤٢	%٣١.٦
		لم يسبق له اللعب	٩١	%٦٨.٤
	المجموع			%١٠٠
٥	مستوى الفريق في الدوري	الأول (القمة)	٣٨	%٢٨.٥٨
		الثاني (الوسط)	٥٧	%٤٢.٨٤
		الثالث (القاع)	٣٨	%٢٨.٥٨
	المجموع			%١٠٠
٦	مركز اللاعب في الملعب	حارس مرمى	١٥	%١١.٣
		دفاع	٥٦	%٤٢.١
		هجوم	٦٢	%٤٦.٦
	المجموع			%١٠٠
٧	نوع عقد اللاعب	لاعب النادي	٧١	%٥٣.٤
		محترف محلي	٤٤	%٣٣
		محترف خارجي	١٨	%١٣.٦
	المجموع			%١٠٠
٨	المستوى التعليمي للاعب	أقل من الدبلوم العام	٢١	%١٥.٧٩
		الدبلوم العام	٧٨	%٥٨.٦٥
		أعلى من الدبلوم العام	٣٤	%٢٥.٥٦
	المجموع			%١٠٠

متغيرات الدراسة:

- المتغيرات المستقلة: عمر اللاعب، والاحتراف الداخلي للاعب، والاحتراف الخارجي للاعب، واللعب للمنتخب الأول، ومستوى الفريق في الدوري، ومركز اللاعب في الملعب، ونوع عقد اللاعب مع النادي، المستوى التعليمي للاعب.

- المتغيرات التابعة: أبعاد قلق المنافسة الرياضية (البعد المعرفي، والبعد البدني، وبعد الثقة بالنفس).

أداة الدراسة:

بعد الإطلاع على الأدب النظري، والدراسات السابقة، والعديد من مقاييس قلق المنافسة الرياضية اختار الباحث مقياس (قلق المنافسة الرياضية ٢) (State Competitive Anxiety Inventory) (2)، وهذا المقياس من تصميم (Martens et al., 1990)، وقد أعدّه للعربية أسامه كامل راتب (راتب، ١٩٩٧)، وقد استخدم الباحث هذه النسخة في دراسته الحالية، وهناك نسخة مترجمة ومقتنة للمقياس من إعداد الدكتور/ محمد حسن علاوي. ويعرف هذا المقياس أيضاً: بمقياس (قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد)، وأيضاً (قائمة قلق المنافسة الرياضية المعدلة) (علاوي، ١٩٩٨). وتعزى أسباب اختيار الباحث لهذا المقياس؛ لجودة تصميمه، فأغلب الدراسات السابقة تفضله لذلك، فقد تم تصميمه بعد إجراء تعديلات على مقياس الفروق الفردية في (قلق الاختبار) الذي صممه سييلبيرجر (Spielbeger, 1980)؛ لكي يلائم الاستخدامات الرياضية، بالإضافة إلى ذلك يتميز مقياس القلق المتعدد الأبعاد بسهولة استخدامه، والدقة في تصميمه، ووضوح فقراته، ومناسبته لأفراد عينة الدراسة، وسهولة تطبيقه، حيث أن المقياس يستغرق (٥ دقائق فقط من اللاعب)، كما يتميز المقياس بشموله على الأبعاد الأساسية (قلق المنافسة الرياضية).

وصف المقياس: تبنى بعض الباحثون، وهم: راينز مارتين، و روبن فيلي، و داموند بيرتون مفهوم قلق المنافسة كمتعدد الأبعاد؛ وذلك لأن المنافسة ترتبط بمثير القلق. وفي ضوء ذلك قاموا بتصميم قائمة (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢)، أو مقياس قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد؛ وذلك لمقياس ثلاثة أبعاد مرتبطة بقلق المنافسة الرياضية، وهي:

- القلق المعرفي: و يرتبط هذا النوع من القلق بالتوقع السلبي للأداء، وتصور الفشل، وتدني القدرة على التركيز، و تشتت الانتباه وغيرها من الأفكار السلبية في مواقف المنافسة الرياضية و خاصة ما يتعلق بالفوز و الهزيمة.

- القلق البدني: يرتبط هذا النوع بإدراك مظاهر الأعراض الجسمية للجهاز العصبي اللاإرادي مثل: زيادة معدل التنفس، و ضربات القلب، و غزاره العرق والآم المعدة.

- الثقة بالنفس: وهو البعد الايجابي في مواجهه القلق.

ويتكون المقياس من (٢٧) عبارة بواقع (٩) عبارات لكل بعد من الأبعاد الثلاثة، وفي العادة يستغرق الإجابة على المقياس (٥) دقائق (راتب، ١٩٩٠؛ علاوي، ١٩٩٨).

إجراءات الدراسة:

توخياً للدقة والموضوعية ارتأى الباحث إجراء دلالات صدق وثبات جديدة للمقياس، وفيما يلي وصفاً لهذه الإجراءات.

١- الصدق:

تم التحقق من صدق المقياس من خلال نوعين من الصدق:

أولاً: صدق المحكمين:

للتحقق من صدق المحكمين قام الباحث بعرض المقياس في صيغته الأولية ملحق (١)، على (١٢) من أساتذة علم النفس، والإرشاد النفسي، والتربية البدنية والرياضية، والقياس والتقويم في جامعتي السلطان قابوس، وجامعة نزوى، ملحق (٢) قائمة بأسماء أعضاء لجنة التحكيم أداة الدراسة. وقد طلب منهم الباحث إبداء الرأي حول سلامة المقياس لغوياً، ومدى مناسبة فقرات المقياس للبيئة العُمانية، ومدى انتماء كل فقرة للبعد المدرجة تحته، إضافة إلى أي تعديلات أو مقترحات يرونها مناسبة. وقد تم اعتماد اتفاق (١٠) فأكثر من أصل (١٢) من أعضاء لجنة التحكيم وهو ما يعادل نسبة (٨٣.٣٣%) فأكثر. وبناءً على ذلك تم إجراء بعض التعديلات في صياغة بعض الفقرات ملحق (٣)، والجدول (٣) يوضح تلك التعديلات.

جدول (٣)

التعديلات التي أجريت على بعض فقرات مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢) من قبل أعضاء لجنة التحكيم

م	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل	رقم الفقرة في المقياس
١	أشك في قدراتي	أشك في قدراتي الرياضية	٣
٢	أشعر بالنرفزة	أشعر بشيء من الضيق	٤
٣	أشعر بالراحة	أشعر بالتفاؤل	٥
٤	أشعر بالثقة في نفسي	أنا أثق بمهاراتي الرياضية	٨
٥	أخشى من الخسارة (الهزيمة)	أخشى من الخسارة	٩
٦	أشعر بتقلص في معدتي	أشعر بمغص	١٠
٧	أشعر أن قلبي يدق بسرعة	قلبي ينبض أسرع من المعتاد	١٦
٨	أنا واثق من أدائي الجيد	أثق في أدائي الجيد	١٧
٩	أشعر بهبوط في معدتي	أشعر بالغثيان	١٨
١٠	أشعر بالثقة لاستطاعتي تحقيق أهدافي	أشعر بأنني سأحقق أهدافي من المنافسة	٢٢

ثانياً: الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية تألفت من (٤٢) لاعباً من مجتمع الدراسة ومن خارج عينتها؛ وذلك لأغراض التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس، حيث تم حساب معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل فقرة من فقرات المقياس مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه، والجدول (٤) يوضح قيم معاملات ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه من مقياس قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد.

جدول (٤)

قيم معاملات ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢)

البعد	الفقرة	معامل الارتباط	البعد	الفقرة	معامل الارتباط	البعد	الفقرة	معامل الارتباط
القلق المعرفي	١	٠.٠٣٠	القلق البدني	٢	**٠.٥٧٦	الثقة بالنفس	٣	**٠.٦٣٦
	٤	**٠.٥١٢		٥	**٠.٥٩٦		٦	**٠.٥٦١
	٧	**٠.٧٩٩		٨	**٠.٦٥١		٩	**٠.٥٩٩
	١٠	**٠.٥٢٥		١١	**٠.٥٨٠		١٢	**٠.٦٢٥
	١٣	**٠.٦٤٩		١٤	*٠.٣٤٢		١٥	**٠.٥٤٢
	١٦	**٠.٧٦١		١٧	**٠.٦٤٦		١٨	**٠.٥١٩
	١٩	-٠.١٤٦		٢٠	**٠.٧٩٠		٢١	**٠.٤٨٠
	٢٢	**٠.٦٣٢		٢٣	**٠.٧٠٣		٢٤	**٠.٥٥٢
	٢٥	**٠.٤٣٥		٢٦	**٠.٧٢٩		٢٧	٠.١٧٠

**دال عند مستوى ٠.٠١

* دال عند مستوى ٠.٠٥

من خلال الجدول (٤) يتضح أن معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات البعد المعرفي بالبعد الذي تنتمي إليه موجبة ودالة إحصائياً ما عدا الفقرات رقم (١، ١٩)، أما معاملات ارتباط فقرات كل فقرة من فقرات البعد (الجسمي) البدني بالبعد المنتمية إليه موجبة ودالة إحصائياً، وتراوحت بين (٠.٣٤٢ - ٠.٧٩٠). أما معاملات ارتباط فقرات كل فقرة من فقرات بعد (الثقة بالنفس) بالبعد المنتمية إليه موجبة ودالة إحصائياً ما عدا الفقرة رقم (٢٧).

وبناءً على ذلك تم استبعاد (٣) فقرات كانت معاملات ارتباطها بالبعد المنتمية إليه ضعيفة وهي: رقم (١٩ و ١) من البعد المعرفي، ورقم (٢٧) من بعد الثقة بالنفس. والجدول يبين (٥) قيم معاملات ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه من مقياس (قلق المنافسة الرياضية ٢) بعد حذف الفقرات غير الدالة إحصائياً.

جدول (٥)

قيم معاملات ارتباط فقرات كل بعد بالدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢) بعد حذف الفقرات غير الدالة إحصائياً.

البعد	الفقرة	معامل الارتباط	البعد	الفقرة	معامل الارتباط	البعد	الفقرة	معامل الارتباط	
القلق المعرفي	٣	**٠.٥٨١	القلق البدني	١	**٠.٥٧٦	الثقة بالنفس	٢	**٠.٦٣١	
	٦	**٠.٨٢٨		٤	**٠.٥٩٦		٥	**٠.٥٥٥	
	٩	**٠.٥٧٠		٧	**٠.٦٥١		٨	**٠.٥٩٦	
	١٢	**٠.٦٧٦		١٠	**٠.٥٨٠		١١	**٠.٦٢٦	
	١٥	**٠.٧١٣		١٣	*٠.٣٤٢		١٤	**٠.٥٥٨	
	٢٠	**٠.٦٦٧		١٦	**٠.٦٤٦		١٧	**٠.٥٢٣	
	٢٣	**٠.٤٧٦		١٨	**٠.٧٩٠		١٩	**٠.٤٨٨	
	** دال عند مستوى ٠.٠١ * دال عند مستوى ٠.٠٥			٢١	**٠.٧٠٣		٢٢	**٠.٥٥٧	
				٢٤	**٠.٧٢٩				

بعد حذف الفقرات غير الدالة إحصائياً يتضح من خلال الجدول (٥) أن معاملات ارتباط كل فقرة من فقرات البعد المعرفي بالبعد الذي تنتمي إليه موجبة ودالة إحصائياً وتراوحت بين (٠.٤٧٦ – ٠.٨٢٨). أما معاملات ارتباط فقرات كل فقرة من فقرات البعد (الجسمي) البدني بالبعد المنتمية إليه موجبة ودالة إحصائياً وتراوحت بين (٠.٣٤٢ – ٠.٧٩٠) أما معاملات ارتباط فقرات كل فقرة من فقرات بعد (الثقة بالنفس) بالبعد المنتمية إليه موجبة ودالة إحصائياً وتراوحت بين (٠.٤٨٨ – ٠.٦٣١). ويتضح من خلال الجدول (٥) أن معاملات الارتباط للأبعاد الثلاثة لمقياس (حالة قلق المنافسة ٢) موجبة وذات دلالة إحصائية وتتميز بدرجة جيدة من الاتساق الأمر الذي يطمئن الباحث لتطبيق المقياس، وبذلك أصبح المقياس النهائي مكوناً من (٢٤) فقرة موزعة على الأبعاد الثلاثة للمقياس كما يلي:

- القلق المعرفي، ويتكون من (٧) فقرات.

- القلق البدني، ويتكون من (٩) فقرات.

- الثقة بالنفس، ويتكون من (٨) فقرات.

وقد تم توزيع عبارات المقاييس الثلاثة عشوائياً؛ بهدف إخفاء الصدق الظاهري.

٢- الثبات:

بعد الانتهاء من إجراءات الصدق قام الباحث بحساب معامل الثبات بطريقتين. وهما: طريقة ثبات الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ (Cronbach alpha)، وطريقة التجزئة النصفية.

أولاً : ثبات المقياس بمعامل ألفا كرونباخ:

للتحقق من الثبات تم إيجاد معامل ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس قلق المنافسة المتعدد الأبعاد والجدول (٦) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٦)

معامل ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢)

البعد	قيمة معامل ألفا كرونباخ	عدد الفقرات
القلق المعرفي	٠.٧٥٩	٧
القلق الجسدي (البدني)	٠.٨٠٣	٩
الثقة بالنفس	٠.٦٨٥	٨

ويتضح من الجدول (٦) أن قيم معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس تراوحت بين (٠.٦٨٥) و (٠.٨٠٣)؛ مما يطمئن الباحث إلى أن المقياس يتمتع بقدر جيد من الثبات.

ثانياً: طريقة التجزئة النصفية **Guttman Split – Half Coefficient**:

وللتحقق من الثبات أيضاً تم إيجاد معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لكل بعد من أبعاد مقياس حالة قلق المنافسة (٢)؛ وذلك بتقسيم فقرات كل بعد من أبعاد المقياس إلى نصفين، ثم حساب معامل الارتباط بينهما. وقد أوضحت النتائج أن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للبعد المعرفي من مقياس (حالة قلق المنافسة ٢) كانت (٠.٦٤٦)، وعند تصحيح اختبار الارتباط بمعادلة سبيرمان براون بلغ (٠.٧٨٥)، وعند تصحيحه بمعادلة جتمان بلغ (٠.٧٦١)، وهي تمثل قيم ثبات جيدة مما يطمئن أن البعد المعرفي من مقياس (حالة قلق المنافسة ٢) يتمتع بدرجة جيدة من الثبات. كما أوضحت النتائج أن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية للبعد البدني (الجسمي) من مقياس (حالة قلق المنافسة ٢) كانت (٠.٦٦٧)، وعند تصحيح اختبار الارتباط بمعادلة سبيرمان براون بلغ (٠.٨٠٠)، وعند تصحيحه بمعادلة جتمان بلغ (٠.٧٩٩)، وهي تمثل قيم ثبات جيدة مما يطمئن أن البعد البدني (الجسمي) من مقياس (حالة قلق المنافسة ٢) يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.

كما أوضحت النتائج أن قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية لبعد بعد الثقة بالنفس من مقياس (حالة قلق المنافسة ٢) كانت (٠.٤٧٩)، وعند تصحيح اختبار الارتباط بمعادلة سبيرمان براون بلغ (٠.٦٤٨)، وعند تصحيحه بمعادلة جتمان بلغ (٠.٦٤٨)، وهي تمثل قيم ثبات جيدة مما يطمئن أن بعد الثقة بالنفس من مقياس حالة قلق المنافسة ٢) يتمتع بدرجة جيدة من الثبات.

وبناءً على ما تقدم من إجراءات التحقق من صدق وثبات المقياس، يطمئن الباحث إلى أن المقياس يتمتع بدلالات صدق وثبات جيدة؛ مما يبرر استخدامه لقياس متغيرات (حالة قلق المنافسة) في الدراسة الحالية.

تصحيح المقياس:

تكوّن (مقياس حالة قلق المنافسة ٢)، في صيغته النهائية ملحق (٤) من (٢٤) فقرة، وزعت على ثلاثة أبعاد: القلق المعرفي (٧) فقرات، القلق الجسمي (٩) فقرات، الثقة بالنفس (٨) فقرات. والجدول (٧) يوضح توزيع فقرات المقياس على أبعاده الثلاثة.

جدول (٧)

توزيع فقرات مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية على أبعاده الثلاثة

رقم البعد	الأبعاد الفرعية	أرقام الفقرات في المقياس	مجموع الفقرات
١	القلق المعرفي	٣، ٦، ٩، ١٢، ١٥، ٢٠، ٢٣	٧
٢	القلق الجسمي	١، ٤، ٧، ١٠، ١٣، ١٦، ١٨، ٢١، ٢٤	٩
٣	الثقة بالنفس	٢، ٥، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ١٩، ٢٢	٨

وسيكون نمط الاستجابة على فقرات المقياس وفقاً للتدرج الرباعي: (دائماً، غالباً، أحياناً، أبداً). ولغايات التصحيح أعطيت الدرجات (١، ٢، ٣، ٤) على التوالي، فيما عدا العبارة رقم (١٣) في البعد الجسمي (البدني) فإن درجاتها تعكس؛ لأنها تسير عكس البعد المنتمية إليه وتحسب الدرجات لكل مقياس فرعي (بعد) على حده، ولا تحسب الدرجة الكلية للمقياس (راتب، ١٩٩٧ ؛ علاوي، ١٩٩٨ ؛ فوزي، ٢٠٠٣).

وبذلك سيتراوح مدى الاستجابات لكل مقياس فرعي من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢) حسب ما ورد في الجدول (٨).

جدول (٨)

مدى الاستجابات لكل مقياس فرعي من مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢)

رقم البعد	الأبعاد الفرعية	مجموع الفقرات	مدى الاستجابة لكل مقياس فرعي
١	القلق المعرفي	٧	من ٧ - ٢٨
٢	القلق الجسدي	٩	من ٩ - ٣٦
٣	الثقة بالنفس	٨	من ٨ - ٣٢

ولبيان مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى أفراد عينة الدراسة؛ تمت قسمة مدى الاستجابة لكل فقرة على فئات الاستجابات الأربع (٤ - ١)، وكان الناتج (٠.٧٥)، واعتمدت هذه القيمة كطول للفئة التي تحدد مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية. والجدول رقم (٩) يوضح مستوى درجات حالة قلق المنافسة الرياضية.

جدول (٩)

مستوى درجات مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية (٢)

المستوى	الدرجة	النسبة
منخفض	أقل من (١.٧٥)	أقل من (٤٣.٧٥) %
متوسط	من (١.٧٥ - ٢.٥٠)	من (٤٣.٧٥ - ٦٢.٥) %
مرتفع	أعلى من (٢.٥٠ - ٣.٢٥)	أعلى من (٦٢.٥ - ٨١.٢٥) %
مرتفع جداً	أعلى من (٣.٢٥ - ٤)	أعلى من (٨١.٢٥ - ١٠٠) %

الأساليب الإحصائية:

(١) معامل ارتباط (بيرسون Pearson)؛ لحساب الصدق البنائي لكل بعد من أبعاد مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢).

(٢) معادلة ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)؛ لحساب معامل ثبات كل بعد من أبعاد مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢).

(٣) معادلة التجزئة النصفية (Guttman Split- Half Coefficient)؛ لحساب معامل ثبات كل بعد من أبعاد مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢)، ومعامل التصحيح لكل من (سبيرمان براون وجتمان).

(٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية؛ لحساب مستويات حالة قلق المنافسة الرياضية، وحساب المؤشرات الأكثر حدة لكل بعد من أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة بسلطنة عُمان.

(٥) اختبار (T- test) لعينتين مستقلتين؛ لحساب الفروق في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الأندية بسلطنة عُمان وفقاً لمتغير (عمر اللاعب، والاحتراف الداخلي، والاحتراف الخارجي، واللعب للمنتخب الأول).

(٦) اختبار التباين الأحادي (One Way Anova) للعينات المستقلة؛ لحساب الفروق في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الأندية بسلطنة عُمان وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري، مركز اللاعب في الملعب، ونوع عقد اللاعب مع النادي، والمستوى التعليمي للاعب).

(٧) اختبار (LSD)، للمقارنات البعديه؛ لإيجاد مصادر الفروق في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير مستوى الفريق في الدوري.

(٨) معامل ارتباط (بيرسون Pearson)؛ لمعرفة نوع واتجاه العلاقة الارتباطية في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية بين لاعبي أندية النخبة بسلطنة عُمان.

(٨) حجم الأثر باستخدام مربع إيتا.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

- أولاً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الأول.
- ثانياً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الثاني.
- ثالثاً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الثالث.
- رابعاً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الرابع.
- خامساً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الخامس.

الفصل الرابع

نتائج الدراسة

يتناول هذا الفصل عرضاً مفصلاً للنتائج التي تم التوصل إليها من خلال إجابات أفراد العينة على مقياس (حالة قلق المنافسة الرياضية ٢)، حيث هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة بسلطنة عُمان، كما هدفت إلى معرفة مؤشرات أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية الأكثر حدّة لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان، ومعرفة أثر متغيرات (عمر اللاعب، والاحتراف الداخلي للاعب، والاحتراف الخارجي للاعب، واللعب للمنتخب الأول، ومستوى الفريق في الدوري، ومركز اللاعب في الملعب، ونوع عقد اللاعب مع النادي، والمستوى التعليمي للاعب) في حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة بسلطنة عُمان. وهدفت الدراسة أيضاً إلى معرفة نوع واتجاه العلاقة الارتباطية بين أبعاد قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان.

وبعد الانتهاء من جمع البيانات وتحليلها باستخدام برنامج الرزم الإحصائية لتحليل النتائج للعلوم الإنسانية والاجتماعية النسخة (١٥) (SPSS 15)، استخدم الباحث المعالجات الإحصائية المناسبة لكل سؤال من أسئلة الدراسة.

ولبيان مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى أفراد عينة الدراسة؛ اعتمدت طول للفئة التي تحدد مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية، والجدول رقم (٩)، ص(٥٨) في الفصل الثالث يوضح مستوى درجات قلق المنافسة الرياضية المتعدد الأبعاد لدى عينة الدراسة.

وقد أسفرت الدراسة عن نتائج متعددة، وفيما يلي وصف لهذه النتائج والبيانات الإحصائية، وكيفية الإجابة عن أسئلة الدراسة:

أولاً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان؟

وللإجابة عن هذا السؤال: تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمقاييس الفرعية (الأبعاد) الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية لدى اللاعبين، والجدول (١٠) يوضح المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري لمعدل الاستجابات لكل بعد من أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية.

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمعدل الاستجابات لكل بعد من أبعاد قلق المنافسة الرياضية (٢).

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البعد
مرتفع جداً	٠.٠٤٦	٣.٣٢٨	الثقة بالنفس
متوسط	٠.٠٤٨	٢.٠٦٦	القلق المعرفي
متوسط	٠.٠٣٥	١.٧٩٨	القلق الجسمي (البدني)

من الجدول (١٠) يلاحظ أن المتوسطات الحسابية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تراوحت بين (١.٧٩٨ - ٣.٣٢٨). حيث حصل بعد (الثقة بالنفس) على متوسط حسابي (٣.٣٢٨) وبمستوى مرتفع جداً، بينما حصل بعد (القلق المعرفي) على متوسط حسابي (٢.٠٦٦) وبمستوى متوسط، أما (القلق البدني) فقد حصل على متوسط حسابي (١.٧٩٨) وبمستوى متوسط أيضاً.

ثانياً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الثاني: ما المؤشرات الأكثر حدة في أبعاد قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان؟

وللإجابة عن هذا السؤال: تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لكل فقرة من فقرات أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية الثلاثة لدى اللاعبين. والجدول (١١) يوضح مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات البعد المعرفي.

جدول (١١)

مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات البعد المعرفي

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتبة
٩	أخشى من الخسارة	٢.٦٦	٠.١٠٦	مرتفع	١
١٢	أخشى من الأداء السيئ تحت ضغط المنافسة	٢.٢١	٠.٠٨٢	متوسط	٢
٢٠	أخشى من عدم رضى الآخرين عن أدائي	٢.١٥	٠.٠٨٧	متوسط	٣
١٥	أخشى من ضعف مستوى أدائي	٢.١١	٠.٠٨٣	متوسط	٤
٢٣	أخشى من فقدان قدرتي على التركيز	٢.٠٠	٠.٠٧٠	متوسط	٥
٦	أخشى فشلي في الأداء الجيد في هذه المنافسة	١.٧٤	٠.٠٧٥	منخفض	٦
٣	أنا أشك في قدراتي الرياضية	١.٥٧	٠.٠٩٠	منخفض	٧

من الجدول (١١) يلاحظ أن المتوسط الحسابي للاستجابات ما بين (١.٥٧ - ٢.٦٦). حيث أن الفقرة رقم (٩) في المقياس (أخشى من الخسارة) احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (٢.٦٦)، وبمستوى مرتفع، بينما احتلت الفقرة رقم (٣) في المقياس (أنا أشك في قدراتي الرياضية) المرتبة السابعة والأخيرة في بعد القلق المعرفي بمتوسط حسابي بلغ (١.٥٧) وبمستوى منخفض.

جدول (١٢)

مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات البعد الجسدي (البدني)

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتبة
١٦	قلبي ينبض أسرع من المعتاد	١.٩٩	٠.٠٨١	متوسط	١
١	أشعر بالعصبية	١.٩٦	٠.٠٦٩	متوسط	٢
٧	أشعر أن جسدي متوتر	١.٩٠	٠.٠٧٢	متوسط	٣
٤	أشعر بشيء من الضيق	١.٩٠	٠.٠٧٣	متوسط	٤
٢٤	أشعر أن جسدي مشدود	١.٨٧	٠.٠٧٥	متوسط	٥
١٣	أشعر أن جسدي مسترخ	١.٨٤	٠.٠٧٨	متوسط	٦
٢١	أشعر ببرودة في اليدين	١.٤٨	٠.٠٧٢	منخفض	٧
١٨	أشعر بالغثيان	١.٤٦	٠.٠٧٢	منخفض	٨
١٠	أشعر بمغص	١.٤٥	٠.٠٧٠	منخفض	٩

من الجدول (١٢) يلاحظ أن متوسط الاستجابات للبعد تراوحت ما بين (١.٤٥ - ١.٩٩)، حيث أن الفقرة رقم (١٦) في المقياس (قلبي ينبض أسرع من المعتاد) احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (١.٩٩)، وبمستوى متوسط، بينما احتلت الفقرة رقم (١) (أشعر بالعصبية) المرتبة الثانية بمتوسط حسابي (١.٩٦)، وبمستوى متوسط، بينما حصلت الفقرة رقم (١٠) في المقياس (أشعر بمغص) المرتبة التاسعة و الأخيرة في بعد القلق البدني (الجسدي)، بمتوسط حسابي بلغ (١.٤٥) وبمستوى منخفض.

جدول (١٣)

مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، والنسبة المئوية لفقرات بعد الثقة بالنفس

رقم الفقرة	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتبة
١٤	لديّ القدرة على مواجهة التحدي	٣.٥٤	٠.٠٧٦	مرتفع جداً	١
٨	أنا أثق بمهاراتي الرياضية	٣.٥١	٠.٠٨١	مرتفع جداً	٢
٥	أشعر بالتفاؤل	٣.٣٩٨	٠.٠٨٤	مرتفع جداً	٣
٢٢	أشعر بأنني سأحقق أهدافي من المنافسة	٣.٣٩١	٠.٠٧٥	مرتفع جداً	٤
٢	أشعر بالهدوء	٣.٣٠	٠.٠٧٥	مرتفع جداً	٥
١٧	أثق في أدائي الجيد	٣.٢٩	٠.٠٩١	مرتفع جداً	٦
١١	أشعر بالاطمئنان	٣.١٩	٠.٠٨٢	مرتفع	٧
١٩	أشعر بالاسترخاء الذهني	٢.٩٨	٠.٠٨٣	مرتفع	٨

من الجدول (١٣) يلاحظ أن متوسط (٧٤.٦٣% - ٨٨.٥٤%)، وبمتوسط حسابي ما بين (٢.٩٨ - ٣.٥٤)، حيث أن الفقرة رقم (١٤) في المقياس (لديّ القدرة على مواجهة التحدي) احتلت المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (٣.٥٤)، وبمستوى مرتفع جداً، بينما احتلت الفقرة رقم (١٩) في المقياس (أشعر بالاسترخاء الذهني) المرتبة الثامنة والأخيرة في بعد الثقة بالنفس، بمتوسط حسابي بلغ (٢.٩٨)، وبمستوى مرتفع جداً.

ثالثاً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغيرات (عمر اللاعب، والاحتراف الداخلي، والاحتراف الخارجي، واللعب للمنتخب الأول)؟

للإجابة على هذا السؤال: تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء اختبار (ت) (T- test) لعينتين مستقلتين؛ لنفي أو تأكيد الفروق الجوهرية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغيرات (عمر اللاعب، والاحتراف الداخلي، والاحتراف الخارجي، واللعب للمنتخب الأول)، وفيما يلي عرضاً لنتائج تحليل هذا السؤال:

أولاً: عمر اللاعب:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء اختبار (ت) (T- test) لعينتين مستقلتين؛ لنفي أو تأكيد الفروق الجوهرية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير عمر اللاعب، وكانت النتائج كما هو في الجدول (١٤):

جدول (١٤)

نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير عمر اللاعب

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة المستخرجة	حجم الأثر
القلق المعرفي	تحت ٢٣ سنة	٦٤	١.٩٤	٠.٠٦٩	٢.٥٠١	١٣١	٠.٠١٤	٠.٠٥
	من ٢٣ سنة فأعلى	٦٩	٢.١٨	٠.٠٦٣				
القلق البدني	تحت ٢٣ سنة	٦٤	١.٧٤	٠.٠٥١	١.٤٩٧	١٣١	٠.١٣٧	
	من ٢٣ سنة فأعلى	٦٩	١.٨٥	٠.٠٤٩				
الثقة بالنفس	تحت ٢٣ سنة	٦٤	٣.٣٦	٠.٠٦٨	٠.٨٠٨	١٣١	٠.٤٢١	
	من ٢٣ سنة فأعلى	٦٩	٣.٢٩	٠.٠٦٣				

من خلال الجدول (١٤) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٠١٤) وهي أصغر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

واستكمالاً للإجابة على جزئية متغير عمر اللاعب في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٤) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.١٣٧)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

واستكمالاً للإجابة أيضاً على جزئية متغير عمر اللاعب في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٤) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٤٢١)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

إذن فالإجابة على جزئية متغير (عمر اللاعب) في السؤال الثالث تكون كالتالي:

١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب) لصالح مجموعة اللاعبين (من ٢٣ سنة فأعلى).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

ثانياً: الاحتراف الداخلي:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء اختبار (T- test) لعينتين مستقلتين؛ لنفي أو تأكيد الفروق الجوهرية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير الاحتراف الداخلي ، وكانت النتائج كما هو في الجدول (١٥):

جدول (١٥)

نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير الاحتراف الداخلي

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة المستخرجة	حجم الأثر
القلق	سبق له الاحتراف	٥٨	٢.٠٨	٠.٠٧	٠.٣١٣	١٣١	٠.٧٥٥	
	لم يسبق له الاحتراف	٧٥	٢.٠٥٣	٠.٠٦٤				
البدني	سبق له الاحتراف	٥٨	١.٨٨	٠.٠٥	٢.١٩٢	١٣١	٠.٠٣٠	٠.٠٤
	لم يسبق له الاحتراف	٧٥	١.٧٣	٠.٠٤				
الثقة بالنفس	سبق له الاحتراف	٥٨	٣.٣٣	٠.٠٦٦	٠.١٥٤	١٣١	٠.٨٧٨	
	لم يسبق له الاحتراف	٧٥	٣.٣٢	٠.٠٦٥				

من خلال الجدول (١٥) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٧٥٥)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي فلا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

واستكمالاً للإجابة جزئية الاحتراف الداخلي في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٥) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٠٣٠) وهي أقل من مستوى القيمة الحرجة؛ لذا فهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

واستكمالاً أيضاً للإجابة على جزئية الاحتراف الداخلي في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٥) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٨٧٨)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ لذا لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

إذن فالإجابة على جزئية (الاحتراف الداخلي) في السؤال الثالث تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي) لصالح اللاعبين الذين سبق لهم الاحتراف داخلياً.

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

ثالثاً: الاحتراف الخارجي:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء اختبار (ت) (T- test) لعينتين مستقلتين؛ لنفي أو تأكيد الفروق الجوهرية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير الاحتراف الخارجي، وكانت النتائج كما هو في الجدول (١٦):

جدول (١٦)

نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير الاحتراف الخارجي

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة المستخرجة
القلق المعرفي	سبق له الاحتراف	١٥	١.٩٤	٠.١٥	٠.٩١٧	١٣١	٠.٣٦١
	لم يسبق له الاحتراف	١١٨	٢.٠٨	٠.٠٥			
القلق البدني	سبق له الاحتراف	١٥	١.٨٢	٠.١٠	٠.٣٠٦	١٣١	٠.٧٦٠
	لم يسبق له الاحتراف	١١٨	١.٧٩	٠.٠٣			
الثقة بالنفس	سبق له الاحتراف	١٥	٣.٤١	٠.١٤	٠.٦٧٦	١٣١	٠.٥٠٠
	لم يسبق له الاحتراف	١١٨	٣.٣١	٠.٠٤			

من خلال الجدول (١٦) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٣٦١)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات

دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

واستكمالاً للإجابة على جزئية الاحتراف الخارجي في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٦) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٧٦٠)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

واستكمالاً للإجابة على جزئية الاحتراف الخارجي في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٦) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس، نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٥٠٠)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

إذن فالإجابة على جزئية (الاحتراف الخارجي) في السؤال الثالث تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

رابعاً: اللعب للمنتخب الأول:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وإجراء اختبار (ت) (T- test) لعينتين مستقلتين؛ لنفي أو تأكيد الفروق الجوهرية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير اللعب للمنتخب الأول، وكانت النتائج كما هو في الجدول (١٧):

جدول (١٧)

نتائج اختبار (ت) للمقارنة بين متوسطات أفراد العينة في أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير اللعب للمنتخب الأول

المتغير	المستوى	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	درجات الحرية	مستوى الدلالة المستخرجة
القلق المعرفي	سبق له اللعب	٤٢	١.٩٨	٠.٠٩	١.٠٨٦	١٣١	٠.٢٧٩
	لم يسبق له اللعب	٩١	٢.١٠	٠.٠٥			
القلق البدني	سبق له اللعب	٤٢	١.٨٠	٠.٠٦	٠.١٥٥	١٣١	٠.٨٧٧
	لم يسبق له اللعب	٩١	١.٧٩	٠.٠٤			
الثقة بالنفس	سبق له اللعب	٤٢	٣.٤٠	٠.٠٨	١.١٦٣	١٣١	٠.٢٤٧
	لم يسبق له اللعب	٩١	٣.٢٩	٠.٠٥			

من خلال الجدول (١٧) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٢٧٩)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (اللعب للمنتخب الأول).

واستكمالاً للإجابة على جزئية اللعب للمنتخب الأول في السؤال الثالث، وأيضاً من خلال الجدول (١٧) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن قيمة مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٨٧٧)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (اللعب للمنتخب الأول).

واستكمالاً للإجابة على جزئية اللع

ب للمنتخب الأول في السؤال الثالث، ومن خلال الجدول (١٧) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المعنوية المستخرجة (٠.٢٧٤)، وهي أكبر من مستوى القيمة الحرجة؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (اللع للمنتخب الأول).

إذن فالإجابة على جزئية (اللع للمنتخب الأول) في السؤال الثالث تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (اللع للمنتخب الأول).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (اللع للمنتخب الأول).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (اللع للمنتخب الأول).

رابعاً: نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغيرات (مستوى الفريق في الدوري، مركز اللاعب بالملعب، نوع عقد اللاعب مع النادي، المستوى التعليمي للاعب)؟

للإجابة على هذا السؤال: تم إجراء اختبار تحليل التباين (Ono Way Anova) للعينات المستقلة؛ لنفي أو تأكيد الفروق الجوهرية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغيرات (مستوى الفريق في الدوري، مركز اللاعب بالملعب، نوع عقد اللاعب مع النادي، المستوى التعليمي للاعب)، واختبار (LSD) للمقارنات البعدية لمعرفة مصادر الفروق في التباينات بين المجموعات، وكانت النتائج كما يلي:

أولاً: مستوى الفريق في الدوري:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير مستوى الفريق في الدوري، وكانت النتائج كما في الجدول (١٨):

جدول (١٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمستوى الفريق في الدوري

المتغير	مستوى الفريق في الدوري	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
القلق المعرفي	الأول (القمة)	٣٨	١.٩٦	٠.٠٧٩
	الثاني (الوسط)	٥٧	٢.٠٧	٠.٠٧٥
	الثالث (القاع)	٣٨	٢.١٥	٠.٠٩٥
القلق البدني	الأول (القمة)	٣٨	١.٨٦	٠.٠٥٦
	الثاني (الوسط)	٥٧	١.٧٩	٠.٠٦٠
	الثالث (القاع)	٣٨	١.٧٣	٠.٠٦٥
الثقة بالنفس	الأول (القمة)	٣٨	٣.٢٧	٠.٠٨٩
	الثاني (الوسط)	٥٧	٣.٤٥	٠.٠٦٥
	الثالث (القاع)	٣٨	٣.١٨	٠.٠٩٠

ولمعرفة دلالة هذه الفروق قام الباحث بإجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way

Anova) ، وكانت النتائج كما في الجدول (١٩):

جدول (١٩)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً (لمستوى الفريق في الدوري)

المتغير	البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة المستخرجة	حجم الأثر
العمر	القلق المعرفي	بين المجموعات	٠.٦٥٧	٢	٠.٣٢٩	١.٠٧٠	٠.٣٤٦	
		داخل المجموعات	٣٩.٨٩٦	١٣٠	٠.٣٠٧			
		المجموع	٤٠.٥٥٣	١٣٢				
	القلق البدني	بين المجموعات	٠.٣٤٥	٢	٠.١٧٢	١.٠٠٤	٠.٣٦٩	
		داخل المجموعات	٢٢.٣٢٦	١٣٠	٠.١٧٢			
		المجموع	٢٢.٦٧٠	١٣٢				
	الثقة بالنفس	بين المجموعات	١.٨٧٩	٢	٠.٩٤٠	٣.٣٦٣	٠.٠٣٨	٠.٠٥
		داخل المجموعات	٣٦.٣٢٧	١٣٠	٠.٢٧٩			
		المجموع	٣٨.٢٠٦	١٣٢				

من خلال الجدول (١٩) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٣٤٦)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

واستكمالاً للإجابة على جزئية مستوى الفريق في الدوري في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (١٩) في الصف الخاص ببعد القلق الجسدي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٣٦٩)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسدي (البدني) وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

واستكمالاً أيضاً للإجابة على جزئية مستوى الفريق في الدوري في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (١٩) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٠٣٨)، وهذه القيمة أقل من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي فهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

ولمعرفة مصادر الفروق المعنوية بين المجموعات لجأ الباحث إلى المقارنات البعدية باستخدام اختبار (LSD) للمقارنات البعدية. والجدول (٢٠) يوضح نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين مستويات متغير مستوى الفريق في الدوري لبعد الثقة بالنفس.

جدول (٢٠)

نتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية بين مستويات متغير مستوى الفريق في الدوري لبعد الثقة بالنفس

المتغير التابع	المقارنات البعدية للمجموعات حسب المستوى بالدوري	متوسط التباينات للمجموعات	الخطأ المعياري لمتوسط التباينات	مستوى الدلالة المستخرجة
الثقة بالنفس	عالي	متوسط	٠.١٧٨	٠.١٠٩
	عالي	قاع	٠.٠٩٨	٠.٤١٧
	متوسط	عالي	٠.١٧٨	٠.١٠٩
	متوسط	قاع	٠.٢٧٧*	٠.٠١٣
	قاع	عالي	-٠.٠٩٨	٠.٤١٧
	قاع	متوسط	-٠.٢٧٧*	٠.٠١٣

من خلال الجدول (٢٠) لنتائج اختبار (LSD) للمقارنات البعدية لبعد الثقة بالنفس نلاحظ أن هناك فروق في التباينات بين مجموعة فرق الوسط، ومجموعة فرق القاع في الدوري في بعد الثقة بالنفس لصالح فرق الوسط، حيث كانت قيمة الدلالة المستخرجة (٠.٠١٣)، وهي أقل من القيمة الحرجة (٠.٠٥).

إذن فالإجابة على جزئية متغير مستوى الفريق في الدوري في السؤال الرابع تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

٣- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري) بين فرق الوسط والقاع لصالح فرق الوسط.

ثانياً: مركز اللاعب بالملعب:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير مستوى الفريق في الدوري، وكانت النتائج كما في الجدول (٢١):

جدول (٢١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير مركز اللاعب بالملعب

المتغير	الأبعاد	المركز	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
مركز اللاعب بالملعب	القلق المعرفي	حارس مرمى	١٥	٢.٠٦	٠.١٣
		دفاع	٥٦	٢.١٣	٠.٠٦
		هجوم	٦٢	٢.٠٠	٠.٠٧
	القلق البدني	حارس مرمى	١٥	١.٨٠	٠.١١
		دفاع	٥٦	١.٧٦	٠.٠٤
		هجوم	٦٢	١.٨٢	٠.٠٥
	الثقة بالنفس	حارس مرمى	١٥	٣.٢٥	٠.١٤
		دفاع	٥٦	٣.٣٥	٠.٠٧
		هجوم	٦٢	٣.٣٢	٠.٠٦

ولمعرفة دلالة هذه الفروق قام الباحث بإجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova)، وكانت النتائج كما في الجدول (٢٢):

جدول (٢٢)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تبعاً (لمركز اللاعب بالملعب).

المتغير	البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف) المستخرجة	مستوى الدلالة
مركز اللاعب بالملعب	القلق المعرفي	بين المجموعات	٠.٤٦٥	٢	٠.٢٣٣	٠.٧٥٤	٠.٤٧٢
		داخل المجموعات	٤٠.٠٨٨	١٣٠	٠.٣٠٨		
		المجموع	٤٠.٥٥٣	١٣٢			
	القلق (الجسمي) البدني	بين المجموعات	٠.١١٣	٢	٠.٠٥٧	٠.٣٢٧	٠.٧٢٢
		داخل المجموعات	٢٢.٥٥٧	١٣٠	٠.١٤٧		
		المجموع	٢٢.٦٧٠	١٣٢			
	الثقة بالنفس	بين المجموعات	٠.١٠٩	٢	٠.٠٥٤	٠.١٨٦	٠.٨٣١
		داخل المجموعات	٣٨.٠٩٨	١٣٠	٠.٢٩٣		
		المجموع	٣٨.٢٠٦	١٣٢			

من خلال الجدول (٢٢) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٤٧٢)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

واستكمالاً للإجابة على جزئية مركز اللاعب بالملعب في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (٢٢) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٧٢٢)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

واستكمالاً للإجابة على جزئية مركز اللاعب بالملعب في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (٢٢) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٨٣١)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

إذن فالإجابة على جزئية مركز اللاعب بالملعب في السؤال الرابع تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

ثالثاً: نوع عقد اللاعب مع النادي:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير نوع عقد اللاعب مع النادي، وكانت النتائج كما في الجدول (٢٣):

جدول (٢٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير عقد اللاعب مع النادي

المتغير	الأبعاد	المستوى	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
نوع عقد اللاعب مع النادي	القلق المعرفي	لاعب النادي	٧١	٢.٠٦	٠.٠٦
		محترف محلي	٤٤	٢.٠٧	٠.٠٧٩
		محترف خارجي	١٨	٢.٠٥	٠.١٤
	القلق البدني	لاعب النادي	٧١	١.٧٤	٠.٠٤
		محترف محلي	٤٤	١.٨٢	٠.٠٥
		محترف خارجي	١٨	١.٩٦	٠.١١
	الثقة بالنفس	لاعب النادي	٧١	٣.٣٠	٠.٠٦
		محترف محلي	٤٤	٣.٤٠	٠.٠٧
		محترف خارجي	١٨	٣.٢٤	٠.١٤

ولمعرفة دلالة هذه الفروق قام الباحث بإجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova)، وكانت النتائج كما في الجدول (٢٤):

جدول (٢٤)

نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way Anova) لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية تبعاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

المتغير	البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة المستخرجة
نوع عقد اللاعب مع النادي	القلق المعرفي	بين المجموعات	٠.٠٠٥	٢	٠.٠٠٣	٠.٠٠٩	٠.٩٩١
		داخل المجموعات	٤٠.٥٤٨	١٣٠	٠.٣١٢		
		المجموع	٤٠.٥٥٣	١٣٢			
	القلق (الجسمي) البدني	بين المجموعات	٠.٧٤٢	٢	٠.٣٧١	٢.٢٠٠	٠.١١٥
		داخل المجموعات	٢١.٩٢٨	١٣٠	٠.١٦٩		
		المجموع	٢٢.٦٧٠	١٣٢			
	الثقة بالنفس	بين المجموعات	٠.٤٥١	٢	٠.٢٢٥	٠.٧٧٦	٠.٤٦٢
		داخل المجموعات	٣٧.٧٥٥	١٣٠	٠.٢٩٠		
		المجموع	٣٨.٢٠٦	١٣٢			

من خلال الجدول (٢٤) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٩٩١)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)، وبالتالي لا توجد فروق

ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

واستكمالاً للإجابة على جزئية نوع عقد اللاعب مع النادي في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (٢٤) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.١١٥)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

واستكمالاً أيضاً للإجابة على جزئية نوع عقد اللاعب مع النادي في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (٢٤) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٤٦٢)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

إذن فالإجابة للإجابة على جزئية نوع عقد اللاعب مع النادي في السؤال الرابع تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

رابعاً: المستوى التعليمي للاعب:

للإجابة على هذا الجزء من السؤال استخرج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير نوع عقد اللاعب مع النادي، وكانت النتائج كما في الجدول (٢٥):

جدول (٢٥)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير المستوى التعليمي للاعب

المتغير	الأبعاد	المستوى التعليمي للاعب	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المستوى التعليمي للاعب	القلق المعرفي	أقل من الدبلوم العام	٢١	٢.١٠	٠.١١
		الدبلوم العام	٧٨	٢.٠٣	٠.٠٦
		أعلى من الدبلوم العام	٣٤	٢.١١	٠.٠٩
	القلق البدني	أقل من الدبلوم العام	٢١	١.٧٧	٠.١٠
		الدبلوم العام	٧٨	١.٨٠	٠.٠٤
		أعلى من الدبلوم العام	٣٤	١.٧٩	٠.٠٦
	الثقة بالنفس	أقل من الدبلوم العام	٢١	٣.٤١	٠.١١
		الدبلوم العام	٧٨	٣.٣٣	٠.٠٥
		أعلى من الدبلوم العام	٣٤	٣.٢٥	٠.١٠

ولمعرفة دلالة هذه الفروق قام الباحث بإجراء اختبار تحليل التباين الأحادي (One Way

Anova)، وكانت النتائج كما في الجدول (٢٦):

جدول (٢٦)

نتائج اختبار تحليل التباين (One Way Anova) للعينات المستقلة لمتغير (المستوى التعليمي للاعب)

المتغير	البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة المستخرجة
المستوى التعليمي للاعب	القلق المعرفي	بين المجموعات	٠.١٩١	٢	٠.٠٩٥	٠.٣٠٨	٠.٧٣٦
		داخل المجموعات	٤٠.٣٦٢	١٣٠	٠.٣١٠		
		المجموع	٤٠.٥٥٣	١٣٢			
	القلق (الجسمي) البدني	بين المجموعات	٠.٠١٩	٢	٠.٠٠٩	٠.٠٥٤	٠.٩٤٧
		داخل المجموعات	٢٢.٦٥١	١٣٠	٠.١٧٤		
		المجموع	٢٢.٦٧٠	١٣٢			
	الثقة بالنفس	بين المجموعات	٠.٣٨٠	٢	٠.١٩٠	٠.٦٥٣	٠.٥٢٢
		داخل المجموعات	٣٧.٨٢٦	١٣٠	٠.٢٩١		
		المجموع	٣٨.٢٠٦	١٣٢			

من خلال الجدول (٢٦) في الصف الخاص ببعد (القلق المعرفي) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٧٣٦)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

واستكمالاً للإجابة على جزئية المستوى التعليمي للاعب في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (٢٦) في الصف الخاص ببعد القلق الجسمي (البدني) نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي (٠.٩٤٧)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)، وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

واستكمالاً أيضاً للإجابة على جزئية المستوى التعليمي للاعب في السؤال الرابع، ومن خلال الجدول (٢٦) في الصف الخاص ببعد الثقة بالنفس نلاحظ أن مستوى الدلالة المستخرجة تساوي

(٠.٥٢٢)، وهذه القيمة أكبر من القيمة الحرجة (٠.٠٥)؛ وبالتالي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

إذن فالإجابة على جزئية المستوى التعليمي للاعب في السؤال الرابع تكون كالتالي:

١- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

٣- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

نتائج تحليل البيانات المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية؟

للإجابة على هذا السؤال: قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون لنتائج اللاعبين في الأبعاد الثلاثة لقلق المنافسة الرياضية؛ وذلك لنفي أو تأكيد وجود أي علاقة ارتباطية في أبعاد قلق المنافسة لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان. والجدول (٢٧) يوضح نتائج معاملات ارتباط بيرسون لدرجات اللاعبين في الأبعاد الثلاثة لقلق المنافسة الرياضية.

الجدول (٢٧)

نتائج معاملات ارتباط بيرسون لدرجات اللاعبين في الأبعاد الثلاثة لقلق المنافسة الرياضية

البعد	القلق المعرفي	القلق الجسمي (البدني)	الثقة بالنفس
القلق المعرفي	١	**٠.٣٠٦	-٠.١٦١
القلق الجسمي (البدني)	**٠.٣٠٦	١	**٠.٤٧٢
الثقة بالنفس	-٠.١٦١	**٠.٤٧٢	١

يتضح من خلال الجدول (٢٧) وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين بعد القلق المعرفي والقلق البدني لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى معنوية (٠.٠٥)؛ إذ بلغ معامل ارتباط بيرسون لهذه العلاقة (**٠.٣٠٦)، وعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية في نتائج بعد القلق المعرفي وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥)؛ إذ بلغ معامل ارتباط بيرسون لهذه العلاقة (-٠.١٦١)، وتشير نتائج معاملات ارتباط بيرسون أيضاً إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين نتائج اللاعبين في بعد القلق البدني، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥)؛ فقد بلغ معامل ارتباط بيرسون لهذه العلاقة (**٠.٤٧٢).

إذن فالإجابة على السؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية تكون كالتالي:

١- وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق المعرفي، وبعد القلق البدني عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

٢- عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق المعرفي، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

٣- وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق البدني، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

١ - مناقشة نتائج الدراسة.

٢ - التوصيات.

٣ - الدراسات والبحوث المقترحة.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والتوصيات

يتناول هذا الفصل مناقشة للنتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة، والتوصيات، والمقترحات التي انبثقت عنها في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة.

أولاً: مناقشة نتائج الدراسة:

١- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما مستوى حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان؟

أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان لكل مقياس فرعي (بعد) كان كالتالي:

١- حصل بعد الثقة بالنفس على المرتبة الأولى أعلى متوسط حسابي وقدره (٣.٣٢)، وبنسبة (٨٣.٢%)، وبمستوى عالي جداً.

٢- حصل بعد (القلق المعرفي) على المرتبة الثانية، وبمتوسط حسابي وقدره (٢.٠٦٦)، وبنسبة (٥١.٦٧%)، وبمستوى متوسط.

٣- حصل بعد (القلق البدني) على المرتبة الثالثة، و بمتوسط حسابي وقدره (١.٧٩)، وبنسبة (٤٥%)، وبمستوى متوسط.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جابر (٢٠٠٩)، ودراسة بورثان (٢٠١١) اللتين أظهرتا أن بعد الثقة بالنفس جاء في المرتبة الأولى، وجاء في المرتبة الثانية بعد القلق المعرفي، بينما احتل بعد القلق البدني المرتبة الثالثة والأخيرة.

إن تشابه مستويات الفرق، ومعرفة كل فريق بالآخر، بالإضافة إلى نظام المنافسة (نظام الدوري) له تأثير في ارتفاع الثقة بالنفس لدى اللاعبين، وهذا ما أشار إليه (علاوي، ٢٠٠٢ ؛ فوزي ٢٠٠٣) بأن هناك متغيرات تزيد من مستوى حدة انفعالات اللاعبين من أهمها غموض المنافس ونظام المنافسة، والعكس صحيح فإن معرفة المنافس، ونظام الدوري في المنافسات تعطي المزيد من الثقة للاعبين.

وتشير دراسة بورتان (٢٠١١) إلى أن كرة القدم تحتاج لهذا البعد (الثقة بالنفس)؛ فهو يساعد على بذل المزيد من الجهد، واللاعب الذي يتميز بمستوى عالي في هذا البعد قد يستطيع حسم نتائج المنافسات حتى في أصعب المواجهات.

ولكن وجود هذا المستوى من الثقة في النفس لدى اللاعبين في ظل تواضع النتائج والمستويات يجب أن يعاد النظر فيه، وأخذه بالدراسة، إذ ربما تلك تكون ثقة زائدة وتؤدي إلى نتائج عكسية.

ويعتبر وجود هذا المستوى من الثقة لدى اللاعبين مؤشراً ممتازاً، إذ أن الثقة هي درجة الاعتقاد لدى اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح، كما أن الثقة في توقع تحقيق النجاح تجعل اللاعب أكثر استعداداً لبذل الكثير والمزيد من الجهد والعطاء. وكلما زادت درجة توقع النجاح ضاعف ذلك من رغبة وقدره اللاعب على المثابرة (راتب، ١٩٩٠).

أما بالنسبة لحصول بعد القلق المعرفي على المرتبة الثانية، وبعد القلق البدني على المركز الثالث، وبمستوى متوسط للبعدين؛ فمن الطبيعي وجود النوعين من القلق لدى اللاعبين، لكن المهم أن لا يتجاوز المستوى المقبول لكل لاعب. إذ ينظر (Gallwy 2000) إلى أن قلق المنافسة الرياضية: مصطلح يستخدم لوصف حالة الإثارة والإجهاد والقلق المعرفي والبدني التي تصيب الرياضيين، ويرى أن هذه الأعراض طبيعية إلا إذا زادت عن مستواها المقبول لكل رياضي، ويجب على الرياضي أن يعتبرها جزءاً من المنافسة وأن لا يفسرها تفسيراً خاطئاً، وإلا أنها ستعود سلباً عليه.

ويعتبر القلق المعرفي من أهم الظواهر المصاحبة للمنافسات الرياضية؛ وذلك نتيجة تراكم الضغوط النفسية، كما أن القلق المعرفي قد يكون له تأثير إيجابي يساعد اللاعبين على بذل المزيد من الجهد، ومن الممكن أن يكون له تأثير سلبي إن لم يحسن اللاعب التعامل معه علاوي (١٩٩٧).

أما بالنسبة للقلق البدني فهو مرتبط بدرجة الاستثارة، والضغوط الانفعالية، وحالة التوتر لدى اللاعبين. فمن البديهي أن يكون هناك ضغوطات نفسية في جميع المنافسات، والتي تؤدي إلى نوع من التنشيط الفسيولوجي عند اللاعبين، ولكن تبقى المشكلة في مدى إدراك اللاعب وتفسيره للأعراض الجسمية على أنها سلبية؛ وبالتالي يقوده ذلك إلى القلق المعوق للأداء (راتب، ١٩٩٧؛ Hann, 2000).

٢- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مؤشرات أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية الأكثر حدة لدى لاعبي أندية النخبة لكرة القدم بسلطنة عُمان ؟

أظهرت نتائج الدراسة:

١- أن الخوف من الخسارة من أكثر مؤشرات القلق المعرفي لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان.

٢- أن سرعة نبض القلب من أكثر مؤشرات القلق البدني لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان.

٣- أن قدرة اللاعب على التنافس ومواجهة التحديات من أعلى مؤشرات الثقة بالنفس لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان.

فبالنظر إلى جدول (١٢)، (الفصل الرابع، ص ٦٤) نجد أن الجدول يستعرض مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لفقرات البعد القلق المعرفي، والذي حصل على متوسط حسابي (٢.٠٦٦)، وبمستوى متوسط. حيث وقعت أغلب فقرات هذا البعد في المستوى المتوسط، وقد تراوحت المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد بين (١.٥٧ - ٢.٦٦).

إن حصول فقرة (أخشى من الخسارة) على المرتبة الأولى، بمتوسط حسابي وقدره (٢.٦٦)، بمستوى عالي؛ يرجع إلى أن المنافسات الرياضية قد يتم تقييمها بالفوز والخسارة، وينظر لها على أنها مجرد صراع ضد خصم بهدف التفوق عليه، أو أنها مجرد منافسة لتسجيل أرقام، أو تحطيم أرقام سابقة دون استيعاب حقيقي لفلسفة المنافسات الرياضية؛ وذلك ما يقلق اللاعبين (فوزي، ١٩٩٢ ؛ فوزي، ٢٠٠٣).

كما أن حصول فقرة (أنا أشك في قدراتي الرياضية) على المرتبة السابعة والأخيرة ، بمتوسط حسابي وقدره (١.٥٧)، وبمستوى منخفض، يعتبر انعكاس لثقة اللاعبين العالية بأنفسهم ومهاراتهم، والذي يرجعه الباحث إلى نظام المنافسة (نظام الدوري).

وبالنظر إلى الجدول رقم (١٣)، (الفصل الرابع، ص ٦٥) نجد أن الجدول يستعرض مجموع الاستجابات والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لفقرات بعد القلق البدني، والذي حصل على المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي (١.٧٩٨)، وبمستوى متوسط. حيث كانت أغلب فقرات هذا البعد

في تتأرجح بين المستوى (المنخفض و المتوسط)، وقد تراوحت المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد بين (١.٤٥ - ١.٩٩).

إن حجم الاستثارة كما هو واضح من خلال النتيجة مئلي؛ إذ أن مظاهر القلق البدني قد تظهر بصورة حادة في بدايات المنافسات، فظهور بعض مظاهر القلق البدني طبيعة المهم أن لا تزيد عن المستوى الأمثل لكل لاعب، وللجهاز الفني دور مهم في ذلك (Gallaway, 2000).

إن الفقرة التي حصلت على المرتبة الاولى كانت: (قلبي ينبض أسرع من المعتاد)، حيث حصلت على متوسط حسابي وقدره (١.٩٩)، بمستوى متوسط، وتعتبر هذه الفقرة أعلى مؤشرات القلق البدني لدى لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في هذه الدراسة.

إن سرعة نبض القلب تصيب الغالبية العظمى من المصابين بمرض القلق بشكل عام. ويمكن وصف سرعة نبض القلب بأنه عرض مخيف ومقلق يكون في صورة ضربات زائده، ويشار إليها بأنها: إنقباضات قبل الأوان. إذ أن الغرفتان الرئيسيتان في القلب وهما البطينان ينقبضان عادةً بإيقاع منظم، لكن عضلة القلب عند الإصابة بالقلق تصبح سريعة الإنفعال وتنقبض من غير التزام بالإيقاع المنظم في الضربات السوية (شيهان، ١٩٨٨).

عموماً فإن الفقرات من المرتبة الاولى إلى الخامسة: (سرعة نبض القلب، والشعور بالعصبية، والتوتر، والشعور بالضيق، والشعور بالشد في الجسم). والتي كانت بمستوى متوسط، هي أعراض شائعة لدى الكثير من اللاعبين حتى في حالات القلق البسيطة أحياناً، وإن اختلفت نسبتها من لاعب لآخر وأن مستواها المتوسط أمر طبيعي. أما الفقرات من السابعة وحتى التاسعة من بعد القلق البدني: (برودة اليدين، والشعور بالغثيان، و المغص)، والتي كانت بمستوى منخفض، فإن هذه الأعراض قد تظهر لدى أصحاب القلق المرتفع؛ وظهورها بهذه النسبة والمستوى لدى اللاعبين هو أمر طبيعي، ويذكر (Gallwy 2000) أن مثل هذه الأعراض البدنية طبيعية إلا إذا زادت عن مستواها المقبول لكل رياضي، ويجب على الرياضي أن يعتبرها جزءاً من المنافسة وأن لا يفسرها تفسيراً خاطئاً، وإلا أنها ستعود سلباً عليه، وبالتالي فإن وقوع هذه الأعراض بالمستوى المنخفض والمتوسط أمر منطقي.

وبالنظر إلى الجدول رقم (١٤)، (الفصل الرابع، ص ٦٦) نجد أن الجدول يستعرض مجموع الاستجابات، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لفقرات البعد الثقة بالنفس، والذي حصل

على بمستوى مرتفع جداً، حيث كانت فقرات هذا البعد بين المستوى (المرتفع و المرتفع جداً)، وقد تراوحت المتوسطات الحسابية لفقرات هذا البعد بين (٢.٩٨ - ٣.٥٤).

إن الفقرة التي حصلت على المرتبة الأولى: (لديّ القدرة على مواجهة التحدي)، حيث حصلت على متوسط حسابي وقدره (٣.٥٤)، بمستوى مرتفع جداً.

إن حصول الفقرة (لديّ القدرة على مواجهة التحدي) على المركز الأول، بمتوسط حسابي وقدره (٣.٥٤)، بمستوى مرتفع جداً انعكاس واضح لثقة اللاعبين بأنفسهم ومهاراتهم، والأمر ينسحب على الفقرات الثانية إلى السادسة، فهي مؤشرات داله على الثقة العالية لدى اللاعبين والذي يرجعه الباحث إلى نظام المنافسة. عموماً فإن ارتفاع مؤشرات بعد الثقة أمر مهم للاعب، إذ يشير فوزي (٢٠٠٣) أنه كلما ازدادت ثقة اللاعبين بأنفسهم أصبحوا أكثر قدرة على مواجهة التحديات والعقبات، والصبر والتحمل، والتصميم والإرادة، والرغبة في تحقيق الأهداف.

وان حصول الفقرة (أشعر بالاطمئنان) على المركز السابع وبمتوسط حسابي وقدره (٣.١٩)، وبمستوى مرتفع. والفقرة (أشعر بالاسترخاء الذهني) على المركز الثامن والأخير بمتوسط حسابي وقدره (٢.٩٨)، وبمستوى مرتفع هو أيضاً انعكاس لقلة الضغوط النفسية على اللاعبين، ومستوى التركيز العالي في الأداء الذي يرجعه الباحث الى نظام المنافسة (نظام الدوري) الذي يعرف فيه كل فريق خصمه كما أن فرصة التعويض في نظام الدوري متاحه عكس نظام خروج المغلوب، إذ يشير (فوزي، ١٩٩٢ ؛ علاوي، ٢٠٠٢) أن غموض المنافس ونظام المنافسة من أهم أسباب ضعف الثقة بالنفس والعكس صحيح. ويرى (راتب، ١٩٩٠) أن اللاعبين أصحاب الثقة العالية بالنفس يتميزون بالهدوء والاسترخاء الإيجابي، والقدرة العالية على التركيز خاصة في مواقف المنافسة الضاغطة.

٣- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغيرات (عمر اللاعب، والاحتراف الداخلي، والاحتراف الخارجي، واللعب للمنتخب الأول)؟

أولاً: عمر اللاعب:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب) لصالح مجموعة اللاعبين (من ٢٣ سنة فأعلى).

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب).

وتعزى الفروق ذات الدلالة الإحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (عمر اللاعب) لصالح مجموعة اللاعبين (من ٢٣ سنة فأعلى)؛ إلى أن فئة اللاعبين (من ٢٣ سنة فأعلى) قد وصلوا إلى مرحلة نهاية الدراسة الجامعية (عمرياً)، ودخول سن العمل والتفكير في المستقبل بشكل جدي؛ لذلك يفكر اللاعب في مواصلة مشواره الرياضي أو إنهائه، أو الدخول لعالم الاحتراف الرياضي خاصة أن هذه الفترة العمرية هي نهاية مشوار اللاعب في المراحل السنية والبدائية الحقيقية، والجديّة للاحتراف الرياضي.

ويرى الباحث أن بعض اللاعبين عند وصولهم إلى نهاية المراحل السنية (٢٣ سنة)، يعتقدون أنهم قد وصلوا إلى مرحلة النضج الرياضي، أو يجب أن يصلوا إلى مرحلة النضج الكامل (مهارياً وبدنياً)؛ فيتولد لديهم نوع من الأنماط السلبية للكمال (وهو أحد مؤشرات القلق المعرفي) (Natalie et al., 2001). فقد يعتقد اللاعب أنه طالما وصل إلى هذه المرحلة فلا بد أن يكون (مكتمل المهارات، والمستوى البدني وبشكل مبالغ فيه)؛ وذلك ليكون متميزاً عن اللاعبين الذين لم يصلوا إلى هذه المرحلة (لاعبي المراحل السنية)، فإن لم يصل إلى هذه المرحلة من الكمال فالاغتراف لديه بأن فريقه قد يستغني عنه، أو قد يفقد حب و تشجيع الجماهير له.

وذكر إبراهيم (١٩٩٤) أن الشخص الذي يميل إلى الكمالية يرى أنه يجب أن يكون محبوباً من الجميع، ولديه توقعات سلبية عن نفسه ومجتمعه وعن المستقبل بشكل عام. وتؤكد دراسة (Natalie et al., 2001)، أن هناك علاقة دالة إحصائية بين القلق المعرفي والأنماط السلبية من الكمال،

أما بالنسبة لعدم وجود فروق في كلا من بعد القلق البدني وبعد الثقة بالنفس؛ فيرجع الباحث ذلك إلى نظام المنافسة (نظام الدوري).

ثانياً: الاحتراف الداخلي:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

٢- هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي) لصالح اللاعبين الذين سبق لهم الاحتراف داخلياً.

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي).

من حيث النتائج لم تظهر فروق دالة بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي، وبعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الداخلي)؛ وقد يرجع ذلك إلى أن اللاعبين يلعبون بنفس المستوى (الدوري)، وأن ظهور الفروق في القلق البدني لصالح اللاعبين الذين سبق لهم الاحتراف داخلياً هو ناتج عن وعي المحترف المحلي أن عليه بذل المزيد من الجهد والعطاء؛ فالنادي الذي احترف له بحاجة إلى خدماته وجهوده؛ لذلك قد تظهر بعض أعراض القلق البدني على اللاعب. كما أن آثار الحمل الزائد قد تظهر على اللاعب المحترف محلياً؛ نتيجة الأعباء البدنية التي يمارسها رغبة في التفوق على غيره من اللاعبين. ويرى علاوي (٢٠٠٢) أن حدة التنافس غير الواعي تؤدي إلى التطرف في الأحمال البدنية في التدريب أو حتى أثناء المنافسات مما يشكل خطورة على صحة وسلامة اللاعبين البدنية والنفسية.

ويشير فوزي (٢٠٠٣) إلى أن المنافسات الرياضية تقوم على مجموعة من الدوافع الشخصية للاعب كدافع الانتماء، والتميز، وكسب تقدير الآخرين، وغيرها من الدوافع التي توجه سلوك اللاعب، وتتوقف حدة وقوة التنافس على مدى حاجة اللاعب إلى إشباع هذه الدوافع.

ثالثاً: الاحتراف الخارجي:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي).

إن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (الاحتراف الخارجي)؛ يرجع إلى أن اللاعبين المحليين الذين احترفوا خارجياً ثم عادوا إلى الدوري المحلي مرة أخرى، فإن أغلبهم قد احترفوا في دوريات مشابهة للدوري المحلي، ولا تختلف عنه كثيراً. لذلك غابت الفروق ذات الدلالة المعنوية في جميع أبعاد قلق المنافسة لدى عينة الدراسة. كما أن المحترفين الذين يأتون من خارج السلطنة للعب في الدوري المحلي ليسوا مختلفين كثيراً عن مستوى لاعبي الدوري المحلي (بدنياً، ومهارياً، ونفسياً)، فهم إما أن يكونوا قد أتوا من بلدان دورياتها ضعيفة، أو من دوريات المستوى الأدنى في بلدانهم.

رابعاً: اللعب للمنتخب الأول:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (اللعب للمنتخب الأول).

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (اللعب للمنتخب الأول).

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (اللعب للمنتخب الأول).

إن هذه النتيجة طبيعية؛ إذ أنه لا فرق كبير في الإعداد النفسي للاعبين في أنديةنا المحلية ومنتخباتنا. فمن المفترض أن اللاعب الذي لعب للمنتخب الأول قد اكتسب خبرات أفضل مقارنة بأقرانه الذين لم يسبق لهم الالتحاق بالمنتخب الأول في التعامل مع المشاكل النفسية الرياضية خاصة ما يتعلق (بقلق المنافسة الرياضية). ومن المتوقع اكتمال عناصر إعداد اللاعب في المنتخب (نفسياً وبدنياً ومهارياً)، لكن الملاحظ أنه لا يوجد مرشد نفسي متخصص في كوادرات إعداد منتخباتنا الوطنية، ونفس الأمر ينسحب على الأندية فيما يتعلق بعدم وجود مرشد نفسي متخصص؛ وذلك ما أدى إلى عدم وجود فروق ذات دلالة في متغير اللعب للمنتخب الأول.

٤- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في أبعاد قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغيرات (مستوى الفريق في الدوري، مركز اللاعب بالملعب، نوع عقد اللاعب مع النادي، المستوى التعليمي للاعب)؟

أولاً: مستوى الفريق في الدوري:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري).

٣- هناك توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري) بين فرق القاع والوسط، لصالح فرق الوسط.

إن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري)؛ يرجع إلى أن القلق المعرفي مرتبط بالأفكار، والمعلومات عن المنافسة والخصم، وكل الفرق تدرك مستويات بعضها البعض، إذ يشير (علاوي، ٢٠٠٢؛ فوزي، ٢٠٠٣) إلى أن غموض المنافس من أهم أسباب القلق المعرفي لدى اللاعبين؛ وبالتالي لم تظهر فروق في بُعد القلق المعرفي.

أما بالنسبة لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري)؛ فإن أعراض القلق البدني كثيراً ما تأتي في بداية المنافسات، ولكن القياسات أخذت بعد الجولة (٢٤) من الدوري (أي قبل انتهاء الدوري بجولتين)؛ لذلك لم تظهر فروق في بعد القلق البدني. ويشير راتب (١٩٩٧) إلى أن القلق البدني مرتبط ارتباطاً شديداً بمثيرات البيئة عند بداية المنافسات.

أما بالنسبة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مستوى الفريق في الدوري) بين فرق القاع والوسط لصالح فرق الوسط؛ فذلك يرجع إلى أن فرق الوسط عرفت مصيرها وهو البقاء في دوري النخبة مهما كانت نتائجها في الجولات المتبقية؛ لذلك تلعب بثقة أعلى، بعكس فرق القاع التي لم يبق لها سوى جولتين لتحديد مصيرها في دوري المحترفين للعام القادم. فمن المعلوم أن هناك فريقين سيهبطان للدرجة الأدنى (دوري الدرجة الأولى) بشكل مباشر، وفريق منها سوف يلعب مباراتان فاصلتان مع الفريق صاحب المركز الثالث في دوري الدرجة الأولى لتحديد من سيصل إلى دوري المحترفين للعام القادم؛ وبالتالي فإن هناك ثلاثة من أندية القاع الأربعة معرضة للهبوط للدرجة الأدنى، وفريق واحد فقط سيضمن البقاء في الدوري بشكل مباشر، وبالتالي فإن فرصة البقاء لفرق القاع ضئيلة جداً؛ لذا كانت هناك فروق دالة بين فرق الوسط والقاع في بعد الثقة بالنفس لصالح فرق الوسط التي يبدو أنها مسترخية، ولا تفكر كثيراً في النتائج المتبقية لها الموسم الحالي، والملاحظ أن ثقة فرق الوسط أعلى حتى من فرق القمة التي تتصارع على الصدارة، وإن كانت الفروق غير دالة إحصائياً. وهذه النتيجة تؤيدها دراسة الحوري (٢٠٠٧)، والتي تشير إلى انخفاض الثقة بالنفس تحت ضغط المنافسة عنه في وقت الاسترخاء، كما أن دراسة (Chapman et al., 1997) تشير إلى انخفاض نتائج بعد الثقة بالنفس لدى المتنافسين الخاسرين مقابل ارتفاعها لدى الفائزين.

ثانياً: مركز اللاعب بالملعب:

أظهرت نتائج الدراسة:

- ١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).
- ٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).
- ٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (مركز اللاعب بالملعب).

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (جابر، ٢٠٠٩)، والتي تشير إلى أن جميع اللاعبين معرضين لقلق المنافسة بغض النظر عن مراكزهم في الملعب. إذ يرى أنه من الصعب توقع أكثر اللاعبين قلقاً وفق مركزه في الملعب؛ فالأمر عائد للحالة النفسية للاعب وقت المنافسة، فأحياناً تجد أن حارس المرمى أكثر قلقاً وفي أحيان أخرى تجد أن أحد لاعبي الدفاع أو الهجوم أكثر قلقاً، وأحياناً تجد أن اللاعب الذي كان قلقاً في منافسة ما هو أكثر ثقة من غيره في منافسة أخرى؛ لذا فإن غياب الفروق أمر متوقع. وتتفق هذه الآراء مع (Hann 2000)، إذ يرى أن مستوى معين من التوتر أو القلق لدى لاعب معين يساعده على تقديم أفضل أداء، بينما نفس المستوى من التوتر أو القلق لدى لاعب آخر قد يعيقه عن تقديم أفضل أداء له.

ثالثاً: نوع عقد اللاعب مع النادي:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (نوع عقد اللاعب مع النادي).

ويرجع عدم وجود الفروق الدالة إلى أن جميع الفئات الثلاث لها عقود احتراف، ففي السابق كانت العقود فقط للمحترفين سواءً خارجيين أو محليين، أما في السنوات الأخيرة فأصبح حتى لاعب النادي له عقد احتراف؛ وذلك محفز له لبذل مزيد من الجهد للحفاظ على عقده مع النادي أو رفع سعر العقد في المواسم المقبلة، فكل لاعب يحاول الحفاظ على عقده بغض النظر عن نوع العقد. لذلك غابت تلك الفروق ذات الدلالة الإحصائية لدى اللاعبين في هذا المتغير.

ويرى فوزي (١٩٩٢) أن المنافسات الرياضية تقوم على الدوافع الشخصية للاعب كدافع الانتماء، أو التميز، أو تقدير الآخرين له، أو تحقيق الذات وغيرها من الدوافع الشخصية التي توجه السلوك، وتتوقف حدة وقوة التنافس على مدى حاجة اللاعب لإشباع هذه الدافع.

إذن لكل لاعب دافعه الخاص (العقد)، وقد يختلف عن دوافع الآخرين. وبذلك فهو ينافس من أجل دوافعه دون النظر إلى دوافع الآخرين.

رابعاً: المستوى التعليمي للاعب:

أظهرت نتائج الدراسة:

١- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق المعرفي لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

٢- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد القلق الجسمي (البدني) لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

٣- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في بعد الثقة بالنفس لحالة قلق المنافسة الرياضية وفقاً لمتغير (المستوى التعليمي للاعب).

بعد إطلاع الباحث على المناهج الدراسية لمادة التربية الرياضية للصف: (التاسع، والعاشر، والحادي عشر، والثاني عشر) وجد أن التركيز في هذه المناهج منصب على الجانب البدني والمهاري. وقد تم مناقشة النتيجة التي توصل إليها الباحث، مقابل تركيز مناهج التربية الرياضية على الجانب البدني والمهاري مع مختصين من وزارة التربية والتعليم: (معلم تربية رياضية يمتلك خبرة ٢٧ سنة تدريس في السلطنة، ومشرف تربية رياضية، ومشرف أول تربية رياضية، وعضو مناهج تربية رياضية)، وكان هناك اتفاق على وجود قصور في إدراج موضوعات تتعلق بالجانب النفسي في المناهج الدراسية وتطبيقها؛ ويرجع أسباب هذا القصور إلى أن: عدد الحصص غير كافية لإدراج موضوعات تتعلق بالجانب النفسي في المناهج الدراسية، فالمنهاج يحتوي على جوانب بدنية

ومهارية، وجوانب متعلقة بالوعي الصحي البدني حيث أن عدد الحصص من الصف: (الأول إلى السادس حصتان في الأسبوع)، ومن (السابع إلى العاشر حصة واحدة في الأسبوع)، أما في الصف (الحادي عشر والثاني عشر) فالمادة اختيارية ولها حصص (أربع) في الأسبوع.

٥- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية في أبعاد قلق المنافسة الرياضية بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان عند مستوى دلالة (٠.٠٥)؟

أظهرت نتائج الدراسة:

١- وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق المعرفي، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

٢- عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق المعرفي، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

٣- وجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق البدني، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥).

بالنسبة لوجود العلاقة الارتباطية الموجبة الدالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق المعرفي، وبعد الثقة بالنفس فيشير باهي وعبد الغني و يوسف (٢٠٠٥) أن ذلك يعتمد على إدراك اللاعب لقلقه، فقد يفسره على أنه قلق طبيعي فيكون ميسراً ودافعاً، وقد يفسره على أنه مشكله؛ فيؤدي إلى ما يسمى بالقلق المعوق (المعسر)؛ وبالتالي يؤدي إلى نتائج سلبية. ويرى علاوي (١٩٩٤) أن القلق قد يكون له تأثير إيجابي، وقد يساعد اللاعب على بذل المزيد من الجهد. ولذلك ليس شرطاً أن هناك تأثير أو علاقة عكسية بين القلق المعرفي والثقة بالنفس، بل وأن وهناك دراسات ترى أن القلق المعرفي قد يكون مساعداً على الأداء الجيد، كدراسة Jones et al., (1993)، التي

أظهرت أن شدة القلق المعرفي أكثر مساعدة على الأداء الجيد في مجموعة الأداء الجيد، عنه في مجموعة الأداء الضعيف.

أما بالنسبة لوجود علاقة عكسية دالة إحصائياً بين درجات لاعبي أندية النخبة في سلطنة عُمان في بعد القلق البدني، وبعد الثقة بالنفس عند مستوى معنوية (٠.٠٥)، فقد تشابهت هذه النتيجة مع دراسة (Maynard 1995)، ودراسة (Edward & Hardy 1996) واللتين تشيران إلى وجود علاقة ارتباطيه عكسية ذات دلالة إحصائية في نتائج بعد القلق البدني وبعد الثقة بالنفس.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج الدراسة الحالية، يوصي الباحث بما يلي:

- ١- تطبيق الدراسة الحالية على اللاعبين بفترة لا تزيد عن (ساعتين) قبل المنافسة. ففي الدراسة الحالية تم تطبيق أداة الدراسة من (٢٤ - ٤٨) ساعة قبل المنافسة.
- ٢- دراسة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي سلطنة في نظام منافسات مختلف عن نظام الدوري، لأن نظام الدوري يمكن من خلاله أن تعوض الفرق خسارتها بمباريات أخرى، وتطبيق الدراسة في مباريات خروج المغلوب ربما تظهر مؤشرات القلق بصورة أفضل.
- ٣- دراسة أسباب مستوى الثقة المرتفعة في الدراسة الحالية لدى لاعبي السلطنة مقابل تدني النتائج، فقد تكون الثقة المرتفعة ثقة زائدة وتؤدي إلى نتائج سلبية.
- ٤- الاستعانة بأساتذة مختصين في علم النفس الرياضي، والإرشاد النفسي في إعداد محاضرات للاعبي الأندية والمنتخبات الوطنية للتعامل مع الجوانب النفسية، وخاصة ما يتعلق بقلق المنافسة الرياضية.
- ٥- ضرورة إدخال مواضيع تتعلق بالجانب النفسي في مناهج التربية الرياضية بوزارة التربية والتعليم، وعدم الاكتفاء على الجوانب البدنية والمهارية، والاستفادة من أساتذة علم النفس الرياضي والإرشاد النفسي في إعداد المناهج.

ثالثاً: الدراسات والبحوث المقترحة:

في ضوء نتائج الدراسة الحالية وتوصياتها يقترح الباحث إجراء الدراسات التالية:

- ١- تطبيق الدراسة الحالية على أندية سلطنة عُمان في نظام منافسات مختلف كبطولة: كأس جلالة السلطان قابوس أو تطبيقها على الأندية العُمانية التي تلعب في كأس الاتحاد الآسيوي، أو دوري أبطال آسيا، أو أندية أبطال دول مجلس التعاون.
- ٢- تطبيق الدراسة الحالية على المنتخبات الوطنية، التي تلعب دورة كأس الخليج، أو تصفيات ونهائيات كأس آسيا، أو تصفيات كأس العالم.
- ٣- قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي الرياضات الفردية في سلطنة عُمان في ضوء بعض المتغيرات.
- ٤- فاعلية برنامج إرشاد جمعي لخفض مستويات قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية سلطنة عُمان.
- ٥- الإصابات النفسية وعلاقتها بقلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي سلطنة عُمان.
- ٦- دراسة مقارنة في قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي دوري المحترفين، ودوري الدرجة الأولى، ودوري الدرجة الثانية.

قائمة المراجع

- المراجع العربية

- المراجع الأجنبية

أولاً: المراجع العربية:

إبراهيم، عبد الستار. (١٩٩٤). *العلاج السلوكي المعرفي الحديث*. القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.

إبراهيم، هالة مصطفى. (٢٠٠٨). *فسيولوجية قلق المنافسة الرياضية*. الإسكندرية: دار الوفاء لدينا الطباعة والنشر.

أبو حطب، فؤاد و صادق، آمال. (١٩٩١). *مناهج البحث وطرق التحليل الإحصائي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

أبو عطية، سهام درويش. (٢٠٠٠). *مبادئ الإرشاد النفسي ط٢*. عمان: دار الفكر للنشر.

أسعد، ميخائيل إبراهيم. (١٩٨٧). *المرشد في العلاج النفسي*. بيروت: دار الآفاق الجديدة.

الاقصري، يوسف. (٢٠٠٢). *كيف تتخلص من الخوف والقلق من المستقبل*. القاهرة: دار اللطائف للنشر والتوزيع.

إمام، حنفي محمود و الرمادي، نور أحمد. (٢٠٠١). *الصحة النفسية والاضطرابات النفسية*. القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية.

باهي، مصطفى حسن وحسن، هناء عبد الوهاب وحشمت، حسين أحمد. (٢٠٠٢). *الصحة النفسية في المجال الرياضي*. القاهرة: مكتبة الانجلو.

باهي، مصطفى حسن وعبد الغني، مختار أمين و يوسف، مجدي حسين. (٢٠٠٥). *علم النفس الرياضي*. القاهرة: الدار العالمية للنشر و التوزيع.

بن علو، الأزرق. (١٩٩٣). *الإنسان والقلق*. القاهرة: سيناء للنشر.

بن علو، الأزرق. (٢٠٠٨). *الإنسان والقلق*. القاهرة: دار قباء الحديثة للطباعة والنشر والتوزيع.

بورتان، شريف مصطفى. (٢٠١١). قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر. مجلة الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، (٧)، ٥٠-٦٠.

جابر، رمزي رسمي. (٢٠٠٩). حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين. مجلة العلوم الرياضية، ١ (١)، ٧٩-١٠٨.

جلال، سعيد جلال و علاوي، محمد حسن. (١٩٨٢). علم النفس التربوي الرياضي ط٧. القاهرة: دار المعارف.

جواد الحكيم، على سلوم. (٢٠٠٦). القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بدقة بعض المهارات الأساسية لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى لكرة الطائرة. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة القادسية، العراق.

حقي، ألفت محمد. (١٩٩٥). الاضطراب النفسي - التشخيص والعلاج والوقاية ج ١. الإسكندرية : مركز الإسكندرية للكتاب.

حقي، ألفت محمد. (١٩٩٨). علم النفس المعاصر. الإسكندرية : مركز الإسكندرية للكتاب.

الحنفي، عبد المنعم. (١٩٩٩). موسوعة الطب النفسي ط٢ ج ٢. القاهرة: مكتبة مدبولي.

الحوري، عكلة سليمان علي. (٢٠٠٧). قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بالرضا عن الدور القيادي لدى رؤساء الفرق في دوري النخبة العراقي بكرة القدم. جامعة الموصل، العراق.

الحوري، عكلة سليمان. (٢٠١٢). مبادئ علم نفس التدريب الرياضي. اربد: دار المتنبى للنشر والتوزيع.

الحوشان، عبد العزيز سليمان.(٢٠١١). *الرياضة والوقاية من الجريمة*. بيروت: منشورات الحلبي الحقوقية.

الحولية، أمثال هادي. (٢٠٠٩). *القلق والاسترخاء العضلي المفاهيم والنظريات والعلاج*. القاهرة: ايتراك للطباعة و النشر و التوزيع.

الخشّاب، زهير.(١٩٨٨). *كرة القدم*. العراق: دار الكتب للطباعة والنشر.

الخطيب، صالح أحمد. (٢٠٠٣). *الإرشاد النفسي في المدرسة - أسسه - نظرياته - تطبيقاته*. أبوظبي: دار الكتاب الجامعي.

خلاف، إبراهيم و كمال، جلال. (١٩٩٧). *قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بتركيز الانتباه والأداء المهاري في كرة اليد*. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية، ٣١ (١)، ٤-٣.

دافيدوف، لندال. (١٩٨٣). *مدخل علم النفس ط ٢*. (ترجمة سيد الطواب و محمود عمر و نجيب خزام). القاهرة: دار ماكجروهيل للنشر. (الكتاب الأصلي منشور عام ١٩٧٦).

راتب، أسامه كامل. (١٩٩٠). *دوافع التفوق في النشاط الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.

راتب، أسامه كامل. (١٩٩٧). *قلق المنافسة الرياضية (ضغوط التدريب - احتراق الرياضي)*.

القاهرة: دار الفكر العربي.

راتب، أسامه كامل. (٢٠٠١). *الإعداد النفسي للناشئين*. القاهرة: دار الفكر العربي.

رشدي، محمد. (١٩٨٦). *علم النفس التجريبي الرياضي*. ليبيا: الدار الجماهيرية للنشر.

الرشيدي، صالح بشير و السهل، راشد علي. (٢٠٠٠). *مقدمة في الإرشاد النفسي*. الكويت: مكتبة الفلاح.

الرفاعي، نعيم. (٢٠٠٣). *الصحة النفسية*. دمشق: منشورات دمشق.

الزعبي، صالح عبدالله والخياط، ماجد محمد. (٢٠١١). *علم النفس الرياضي*. عمان: دار الراية للنشر و التوزيع.

الزهراني، عبد الرحمن مساعد. (٢٠٠٣). *تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام كرة الطائرة السعوديين*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، المملكة العربية السعودية.

زيعور، محمد. (١٩٩٢). *مجالات الالتماس في العيادة النفسية*. بيروت: دار قابس للطباعة و النشر والتوزيع.

السباعي، زهير أحمد و عبد الرحيم، شيخ إدريس. (١٩٩٦). *القلق و كيف تتخلص منه*. دمشق: دار القلم.

سليم، بزيو. (٢٠١٠). *تأثير القلق على لاعبي كرة القدم قبل المنافسة الرياضية*. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر.

شريت، اشرف محمد عبد الغني و صبحي، سيد محمد. (٢٠٠٨). *الصحة النفسية بين الإطار النظري والتطبيقات الإجرائية*. الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر و التوزيع.

شيهان، دافيد. (١٩٨٨). *مرض القلق*. (ترجمة عزت شعلان). الكويت: عالم المعرفة.
صخي، حسين سبهان و جاسم، وسن و خضر، بيداء. (٢٠١١). *بعض أنواع القلق وعلاقته بنتيجة الشوط الحاسم للاعبات بعض أندية العراق بالدرجة الممتازة في الكرة الطائرة*. ورقة قدمت للمؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات وأقسام التربية الرياضية في العراق. جامعة بغداد، العراق.

الضمد، عبد الستار جبار. (٢٠٠٥). *الحمل النفسي والأعباء النفسية عند الرياضيين*. عمان: دار الخليج للنشر.

- الضمد، عبد الستار جبار. (٢٠١٠). *علم النفس في الرياضة*. عمان: دار الخليج للنشر.
- الطالب، نزار مجيد و الويس، كامل. (١٩٩٣). *علم النفس الرياضي*. بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر.
- طه، فرج عبد القادر. (١٩٨٧). *المجمل في علم النفس والشخصية والأمراض النفسية*. القاهرة: الدار للنشر والتوزيع.
- عبد الخالق، أحمد. (١٩٨٧). *قلق الموت*. الكويت: عالم المعرفة.
- عبد المعطي، حسن مصطفى. (٢٠٠٣). *علم النفس الإكلينيكي*. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.
- عبدالله، محمد أحمد. (٢٠٠٦). *الإعداد الشامل للاعب الهوكي*. الزقازيق: مركز آيات للطباعة والنشر.
- عبيد، ماجدة بهاء الدين السيد. (٢٠٠٨). *الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية*. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- عثمان، فاروق السيد. (٢٠٠١). *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- علاوي، محمد حسن و رضوان، محمد نصر الدين. (١٩٨٧). *الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٤). *علم النفس الرياضي ط ٩*. القاهرة: دار المعارف.
- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٧). *مدخل في علم النفس الرياضي*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- علاوي، محمد حسن. (١٩٩٨). *موسوعة الاختبارات النفسية*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- علاوي، محمد حسن. (٢٠٠٢). *علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

- علاوي، محمد حسن. (٢٠٠٤). *مدخل في علم نفس الرياضي*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- العناني، حنان عبد الحميد. (٢٠٠٠). *الصحة النفسية*. الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر.
- فرويد، سيجموند. (١٩٨٩). *الكف والعرض والقلق ط ٤*. (ترجمه محمد عثمان نجاتي). القاهرة: دار الشروق.
- فوزي، أحمد أمين. (١٩٩٢). *علم النفس الرياضي مبادئه وتطبيقاته*. الإسكندرية: الفنية للطباعة والنشر.
- فوزي، أحمد أمين. (٢٠٠٣). *مبادئ علم النفس الرياضي المبادئ- التطبيقات*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- الفيومي، محمد إبراهيم. (١٩٨٥). *القلق الإنساني مصادره- تياراته- علاج الدين له*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- القريطي، عبد المطلب أمين. (١٩٩٨). *في الصحة النفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي.
- قميحة، حسان أحمد و أسمير، عمار و معصراني، محمد معتز. (١٩٩٣). *الطب النفسي*. دمشق: دار المعاجم للطباعة والنشر والترجمة والتوزيع.
- كزاز، مازن هادي و جلال، محمد علي. (٢٠٠٩). *القلق الرياضي وعلاقته بترتيب انجاز فرق كليات الجامعة المستنصرية بخماسي كرة القدم*. مجلة علوم التربية الرياضية ، ٢ (٤)، ٥٦-٦٨.
- كفافي، علاء الدين. (١٩٩٠). *الصحة النفسية*. القاهرة: دار هجر للنشر والتوزيع.
- مبيض، مأمون. (١٩٩٥). *المرشد في الأمراض النفسية واضطرابات السلوك*. دمشق: المكتب الإسلامي.

محمد، عبد العزيز عبد المجيد. (٢٠٠٥). *سيكولوجية مواجهه الضغوط في المجال الرياضي*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

محمد، محمود محمد. (١٩٩٣). *علم النفس في ضوء الإسلام*. جدة: دار الشروق.

محمود، محمود محمد. (٢٠١١). *علم النفس الرياضي- سيكولوجية التدريب والمنافسات في كرة القدم*. عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

مصطفى، آلاء زهير. (٢٠٠٤). *سمة القلق المتعدد الأبعاد وعلاقتها بدقة مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد*. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة ديالى، العراق.

المطيري، معصومة سهيل. (٢٠٠٩). *الصحة النفسية مفهومها اضطراباتها*. عمان: مكتبة الفلاح للنشر و التوزيع.

موسى، رشاد علي. (١٩٩٣). *دراسات في علم النفس المرضي*. القاهرة: دار عالم الكتاب.

النداوي، عمار دروش رشيد أمين. (٢٠٠٥). *القلق وعلاقته بمستوى الانجاز للاعبين كرة اليد*. مجلة التربية الرياضية، ٤ (١)، ٣٥-٥٦.

هياجنة، أحمد. (٢٠٠٦). *مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن*. مجلة العلوم التربوية والنفسية، ٧ (٤)، ٢٢٩-٢٥٦.

وزارة الإعلام. (١٩٩٥). *النطق السامي*. سلطنة عُمان: دار جريدة عُمان للصحافة والنشر.

ياسين، رمضان. (٢٠٠٨). *علم النفس الرياضي*. عمان: دار أسامة للنشر و التوزيع.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

Adam, R., Remco, P., & Andrew, R. (2010). Coping self-efficacy, pre-competitive anxiety, and subjective performance among athletes. *European Journal of Sport Science*, 10 (2), 97-102.

- Borkovek, T. D. (1976). *Physiological and Cognitive Processes in the Regulation of Arouse*. New York: Academic Press.
- Chapman, C., Jan, A., Brierley., & Terry, P. (1997). Anxiety, self- confidence and performance in tai-kwon-do. *Journal of Perceptual Motor Skills*, (85), 1275-278.
- Cláudia, D., José, F., & Manuel, A. (2012). The relationship between multidimensional competitive anxiety, cognitive threat appraisal, and coping strategies. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 10 (1), 52-65.
- Edward, T., & Hardy, L. (1996). The interactive effects of intensity and direction of cognitive and somatic anxiety and self- confidence upon performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, (18), 296-312.
- Gallway, W. (2000). *The Inner Game of Work* .New York :Random House.
- Hackford, D., & Spielberger, C . (1989). *Anxiety in Sports*. New York :Hemisphere Publishing Corporation.
- Hann, Y. L .(2000) .*Emotions in Sports* .Champaign, Illinois :Human Kinetics Book .
- Jones, G., & Swain, A. (1992). Intensity and direction as dimensions of competitive state anxiety and relationships with competitive. *Journal of Perceptual Motor Skills*, (74), 467-472.
- Jones, G., Swain, A., & Hardy, I. (1993). Intensity and direction as dimensions of competitive state anxiety and relationships with Performance . *Journal of Sport Science*, 11(6), 525-532.

- Kamlesh, M.L. (1990). Manual of Sports Achievement Motivation Test. *Scientific Journal*, 13(3), 28-39.
- Karageorghis, C. (2007). Competition Anxiety needn't get You down. *Peak Performance Journal*, 15(1), 4-7.
- Kimiecik, J. C., & Stein, G. L. (2002). Effects of experiences in sport contexts conceptual is and methodological concerns. *Journal Sport Psychology*, 4(1), 144-160.
- Martens, R. (1977). *Sports Competitive Anxiety Test*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Book.
- Martens, R. (1995). *Sports Competitive Anxiety Test (Rev. Ed)*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Book.
- Martens, R., Vealy. R., & Burton, D.(1990) .*Competitive Anxiety in Sports* .Champaign, Illinois :Human Kinetics Book.
- Maynard, I., Smith, M., & Evaness, I. (1995). The effects of cognitive intervention strategy on competitive state anxiety and performance in semiprofessional soccer players . *Journal of Sport and Exercise Psychology*, (17), 467-472.
- Natalie, k., Peter, H., & Johan, F. (2001). Self-esteem and perfectionism in elite athletes effects on competitive anxiety and self-confidence . *Personal and Individual Differences*, 32(5), 865-875.
- Parfitt, G., & Hardy, L. (1993). The effects of competitive anxiety on memory span and rebound shooting tasks in basket ball players. *Journal of Sport Science*, 11(6), 517-524.

- Parpavessis, H., & Albert, V. (1996). The effects of group's cohesion on competitive state anxiety. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 66-72.
- Radzi, J.A., Yosuf, S, A., & Zakaria, A, Z. (2013). *Pre-Competition Anxiety Levels in Individual and Team Sports Athletes*. Paper presented at the International Conference on Social Science Research, Penang, Malaysia.
- Ray, R., & Bjornstal, D. M. (1999). *Counseling in Sport Medicine*. Champaign, Illinois: Human Kinetics Book.
- Sheldon, H., Brendan, C., Richard, N., Steven, D., & Andrew, M. (2008). Experience in sport and its relationship with competitive anxiety. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(1), 28-53.
- Spielberger, C. (1966). *Anxiety and behavior*. New York: Academic Press .
- Spielberger, C. (1980) . *Anxiety as an Emotional State* .New York: Academic Press.
- Terry, P., Cox, J., Jane, A., & karageorghis, C. (1996). Measure of anxiety among tennis players in singles and double matches. *Journal of Perceptual Motor Skills*, (83), 595-603.
- Tim, W., & Lew, H. (2003). The relative impact of cognitive anxiety and self-confidence upon sport performance. *Journal of Sport Science*, (21), 443-457.

الملاحق

ملحق (١)

مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية في صيغته الأولى المرسل إلى لجنة التحكيم



جامعة نزوى

كلية العلوم والآداب

قسم التربية و الدراسات الإنسانية

المحكم الفاضل / المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

الموضوع: تحكيم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان "قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في أندية سلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات"؛ وذلك كأحد متطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي.

وبما أن البحث يركز على حالة قلق المنافسة الرياضية؛ فقد تبني الباحث تعريف (علاوي، ١٩٧٨) لحالة قلق المنافسة الرياضية بأنه القلق الناجم عن مواقف المنافسة الرياضية باعتباره نوع خاص من القلق يحدث لدى اللاعب الرياضي بارتباطه بمواقف المنافسات. وتتميز حاله اللاعب المصاب بهذا النوع من القلق بسيطرة مشاعر التوتر، وتوقع الخطر، وتهديد الذات، مع ارتباطها بتنشيط واستثارة الجهاز العصبي اللاإرادي. وتتغير هذه الحالة بصورة تتناسب مع التهديد المدرك لدى اللاعب من منافسة إلى أخرى، ومن موقف إلى آخر من مواقف المنافسة.

في ضوء ماسبق يسر الباحث أن يضع بين أيديكم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية، من تصميم راين مارتين وزملائه (Martens et al., 1990)، وقد أعدده باللغة العربية أسامه كامل راتب.

ولتحقيق أهداف الدراسة سيتم تطبيق هذا المقياس على عينة الدراسة المأخوذة من لاعبي كرة القدم بأندية النخبة بسلطنة عمان.

و يتضمن المقياس ٢٧ فقرة تشكل ثلاثة أبعاد مرتبطة بقلق المنافسة الرياضية، وهي:

- البعد الأول: القلق المعرفي (Cognitive Anxiety): ويتكون من ٩ فقرات، ويشير هذا البعد إلى نوع الأفكار السلبية غير المرغوب فيها، كذلك ضعف القدرة على التركيز و الانتباه.

- البعد الثاني: القلق البدني (Somatic Anxiety): ويتكون من ٩ فقرات، و يشير هذا البعد إلى مظاهر الاضطرابات الجسمية مثل: برودة اليدين، وزيادة نبضات القلب، وزيادة سرعة التنفس، و الصداع، و اضطرابات الدورة الدموية، ووظائف الهضم .

- البعد الثالث: الثقة بالنفس (Self Confidence): ويتكون هذا البعد من ٩ فقرات، ويشير إلى الجانب الإيجابي في مواجهة القلق .

طريقة الإجابة على المقياس :

أما طريقة الإجابة على فقرات المقياس فيقوم المبحوث باختيار واحدة من أربع بدائل ، وهي (أبدا ، أحيانا ، غالبا ، دائما).

تصحيح المقياس:

سيتم إعطاء الاستجابات السلبية (٤ درجات في حالة دائما) و (٣ درجات في حالة غالبا) و (درجتان في حالة أحيانا) و (درجة واحدة في حالة أبدا) .

وتعطى الاستجابات التي تشير إلى عكس اتجاه البعد المنتمية إليه (درجة واحدة في حالة دائما)، و (درجتان في حالة غالبا) و (٣ درجات في حالة أحيانا) و (٤ درجات في حالة أبدا).

وتحرياً للدقة والموضوعية؛ يود الباحث أن يجري دلالات صدق جديدة للمقياس، ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ومكانة علمية؛ فقد تم اختياركم كأحد أعضاء لجنة تحكيم هذا المقياس. لذا يرجى التكرم بالإطلاع على المقياس وإبداء آرائكم وملاحظاتكم من حيث وضوح الصياغة اللغوية للفقرات، ومدى انتماء كل فقره إلى البعد المدرجة تحته، ومدى ملائمة فقرات المقياس للبيئة العمانية، إضافة إلى أي ملاحظات أو تعديلات أو مقترحات ترونها مناسبة.

وفي الختام لكم جزيل الشكر على جهودكم المبذولة، وعلى الوقت الثمين الذي ستكرمون به لتحكيم هذا المقياس.

هذا ولكم فائق التقدير والاحترام .

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يرجى التكرم بتعبئة البيانات الآتية :

اسم المحكم:..... الدرجة العلمية:.....
التخصص الدقيق:..... جهة العمل:.....
القسم:..... التوقيع:.....

الباحث / عبدالله بن محمد البطاشي

١- البعد الأول القلق المعرفي Cognitive Anxiety :

م	الفقرة	سلامتها اللغوية		انتماء الفقرة للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		ملاحظاتك
		سليمة	غير سليمة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
١	أنا مهتم بهذه المنافسة							
٢	أشك في قدراتي							
٣	أخشى من عدم استطاعتي تقديم الاداء الجيد في هذه المنافسة							
٤	أخشى من الخسارة (الهزيمة)							
٥	أخشى من الأداء السيئ تحت ضغط المنافسة							
٦	أخشى من ضعف مستوى أدائي							
٧	أهتم بتحقيق أهدافي							
٨	أخشى من عدم رضى الآخرين عن أدائي							
٩	أخشى من فقدان قدرتي على التركيز							

٢- البعد الثاني : القلق الجسمي (البدني) Somatic Anxiety :

م	الفقرة	سلامتها اللغوية		انتماء الفقرة للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		ملاحظاتك
		سليمة	غير سليمة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
١	أشعر بالعصبية							
٢	أشعر بالنرفزة							
٣	أشعر أن جسمي متوتر							
٤	أشعر بتقلص في معدتي							
٥	أشعر أن جسمي مسترخ							
٦	قلبي ينبض (يدق) بسرعة							
٧	أشعر بهبوط في معدتي							
٨	أشعر ببرودة في اليدين							
٩	أشعر أن جسمي مشدود							

٣- البعد الثالث : الثقة بالنفس Self Confidence:

م	الفقرة	سلامتها اللغوية		انتماء الفقرة للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		ملاحظاتك
		سليمة	غير سليمة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
١	أشعر بالهدوء							
٢	أشعر بالراحة							
٣	أشعر بالثقة في نفسي							
٤	أشعر باطمئنان							
٥	لدي القدرة على مواجهة التحدي							
٦	أنا واثق من أدائي الجيد							
٧	أشعر بالاسترخاء الذهني							
٨	أشعر بالثقة لاستطاعتي تحقيق أهدافي							
٩	أثق في الوصول الى أهدافي تحت ضغط المنافسة							

ملحق (٢)

قائمة بأسماء لجنة تحكيم مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية

م	إسم المحكم	التخصص	جهة العمل	القسم
١	أ. د عبد القوي سالم الزبيدي	علم النفس التربوي	جامعة السلطان قابوس	التربية – علم النفس
٢	أ.د. كاشف نايف زايد	علم النفس الرياضي	جامعة السلطان قابوس	التربية الرياضية
٣	أ. د. هاله علي مرسي	مسابقات الميدان والمضمار	جامعة السلطان قابوس	التربية الرياضية
٤	د. منصور الطوقي	الإدارة الرياضية	جامعة السلطان قابوس	التربية الرياضية
٥	د. ماجد سعيد محمد البوصافي	التدريب الرياضي	جامعة السلطان قابوس	التربية الرياضية
٦	أ.خليفة بن مبارك بن مسعود الجديدي	علم الحركة التطبيقي	جامعة السلطان قابوس	التربية الرياضية
٧	د. محمد أحمد نقادي	قياس وتقويم	جامعة نزوى	التربية والدراسات الإنسانية
٨	أ.د. عواطف عبد المجيد السامرائي	علم النفس / إرشاد نفسي	جامعة نزوى	التربية والدراسات الإنسانية
٩	د. هدى أحمد الضوي	علم النفس	جامعة نزوى	التربية والدراسات الإنسانية
١٠	أ.د. أمجد محمد هياجنه	الإرشاد النفسي	جامعة نزوى	التربية والدراسات الإنسانية
١١	د. آمال محمد بدوي	تربية الطفل	جامعة نزوى	التربية والدراسات الإنسانية
١٢	أ. أحمد محمد الفواعير	تربية خاصة	جامعة نزوى	التربية والدراسات الإنسانية

ملحق (٣)

مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية المطبق على العينة الاستطلاعية، بعد تعديلات لجنة التحكيم

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة نزوى

كلية العلوم والآداب

قسم التربية والدراسات الإنسانية

أخي اللاعب:

يصف هذا المقياس الحالة البدنية والنفسية للاعب قبل يوم أو يومين على الأكثر حتى لحظة البداية الفعلية للمنافسة الرياضية؛ لذا أرجو منك أخي اللاعب الإجابة عن كل عبارات المقياس بكل دقة، وبما يتلاءم من حالتك ومشاعرك الحقيقية، علماً بأن هذه المعلومات ستكون موضع الثقة، وسوف يتم التعامل معها بمنتهى السرية، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

ولك خالص الشكر و التقدير.

الباحث : عبدالله بن محمد البطاشي

البيانات الأولية:

العمر: المستوى التعليمي: الحالة الاجتماعية:

اسم النادي الذي تلعب له حالياً: المركز الذي تلعب فيه:

عدد المواسم التي لعبتها لناديك الحالي :

عدد المواسم التي احترفت فيها لأندية داخل السلطنة:

عدد المواسم التي احترفت فيها لأندية خارج السلطنة:

عدد السنوات التي لعبت فيها للمنتخب الوطني الأول:

نوع تفرغ اللاعب للعب للنادي :

☐ تفرغ كامل ☐ مرتبط بوظيفة ☐ مرتبط بدراسة

نوع تعاقد اللاعب مع النادي :

☐ لاعب النادي ☐ محترف محلي ☐ محترف خارجي

التعليمات:

إن المقياس الذي أمامك يتكون من عدة عبارات تمثل رأيك حول حالتك البدنية والنفسية قبل يوم أو يومين على الأكثر إلى لحظة البداية الفعلية للمنافسة الرياضية، وقد أعطيت كل عبارة أربع خيارات، فالمطلوب منك هو:

- أن تقرأ العبارات بدقة وأن تجيب عن جميع العبارات بوضع علامة (✓) أمام الاختيار الذي ترى أنه يصف حالتك أو مشاعرك الحقيقية.

- لا يوجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة، بل اختر الإجابة التي تمثل حالتك وتصف مشاعرك ولا تترك أي عبارة بدون إجابة.

- كلمة المنافسة الواردة في أي مكان في المقياس تعني بالنسبة لك (مباراة كرة القدم).

م	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	أبداً
١	أنا مهتم بهذه المنافسة				
٢	أشعر بالعصبية				
٣	أشعر بالهدوء				
٤	أنا أشك في قدراتي الرياضية				
٥	أشعر بشيء من الضيق				
٦	أشعر بالتفاؤل				
٧	أخشى فشلي في الأداء الجيد في هذه المنافسة				
٨	أشعر أن جسمي متوتر				
٩	أنا أثق بمهاراتي الرياضية				
١٠	أخشى من الخسارة				
١١	أشعر بمغص				
١٢	أشعر بالاطمئنان				
١٣	أخشى من الأداء السيئ تحت ضغط المنافسة				
١٤	أشعر أن جسمي مسترخ				
١٥	لدي القدرة على مواجهة التحدي				
١٦	أخشى من ضعف مستوى أدائي				
١٧	قلبي ينبض أسرع من المعتاد				
١٨	أثق في أدائي الجيد				
١٩	أهتم بتحقيق أهدافي				
٢٠	أشعر بالغثيان				
٢١	أشعر بالاسترخاء الذهني				
٢٢	أخشى من عدم رضى الآخرين عن أدائي				
٢٣	أشعر ببرودة في اليدين				
٢٤	أشعر بأنني سأحقق أهدافي من المنافسة				
٢٥	أخشى من فقدان قدرتي على التركيز				
٢٦	أشعر أن جسمي مشدود				
٢٧	أنا مستعد لهذه المنافسة				

ملحق (٤)

مقياس حالة قلق المنافسة الرياضية في صورته النهائية

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة نزوى

كلية العلوم والآداب

قسم التربية والدراسات الإنسانية

أخي اللاعب:

يصف هذا المقياس الحالة البدنية والنفسية للاعب قبل يوم أو يومين على الأكثر حتى لحظة البداية الفعلية للمنافسة الرياضية؛ لذا أرجو منك أخي اللاعب الإجابة عن كل عبارات المقياس بكل دقة، وبما يتلاءم من حالتك ومشاعرك الحقيقية، علماً بأن هذه المعلومات ستكون موضع الثقة، وسوف يتم التعامل معها بمنتهى السرية، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط.

ولك خالص الشكر و التقدير.

الباحث : عبدالله بن محمد البطاشي

البيانات الأولية:

العمر: المستوى التعليمي: اسم النادي الذي تلعب له حالياً:

عدد المواسم التي لعبتها لناديك الحالي :

عدد المواسم التي احترفت فيها لأندية داخل السلطنة:

عدد المواسم التي احترفت فيها لأندية خارج السلطنة:

عدد السنوات التي لعبت فيها للمنتخب الوطني الأول:

الحالة الاجتماعية: ☐ متزوج ☐ أعزب

المركز الذي تلعب فيه:

☐ حارس مرمى ☐ دفاع ☐ هجوم

نوع تفرغ اللاعب للنادي:

☐ تفرغ كامل ☐ مرتبط بوظيفة ☐ مرتبط بدراسة

نوع تعاقد اللاعب مع النادي:

☐ لاعب النادي ☐ محترف محلي ☐ محترف خارجي

التعليمات:

إن المقياس الذي أمامك يتكون من عدة عبارات تمثل رأيك حول حالتك البدنية والنفسية قبل يوم أو يومين على الأكثر إلى لحظة البداية الفعلية للمنافسة الرياضية، وقد أعطيت كل عبارة أربع خيارات، فالمطلوب منك هو:

- أن تقرأ العبارات بدقة وأن تجيب عن جميع العبارات بوضع علامة (✓) أمام الاختيار الذي ترى أنه يصف حالتك أو مشاعرك الحقيقية.

- لا يوجد عبارة صحيحة وأخرى خاطئة، بل اختر الإجابة التي تمثل حالتك وتصف مشاعرك ولا تترك أي عبارة بدون إجابة.

- كلمة المنافسة الواردة في أي مكان في المقياس تعني بالنسبة لك (مباراة كرة القدم).

م	العبارة	دائماً	غالباً	أحياناً	أبداً
١	أشعر بالعصبية				
٢	أشعر بالهدوء				
٣	أنا أشك في قدراتي الرياضية				
٤	أشعر بشيء من الضيق				
٥	أشعر بالتفاؤل				
٦	أخشى فشلي في الأداء الجيد في هذه المنافسة				
٧	أشعر أن جسمي متوتر				
٨	أنا أثق بمهاراتي الرياضية				
٩	أخشى من الخسارة				
١٠	أشعر بمغص				
١١	أشعر بالاطمئنان				
١٢	أخشى من الأداء السيئ تحت ضغط المنافسة				
١٣	أشعر أن جسمي مسترخ				
١٤	لدي القدرة على مواجهة التحدي				
١٥	أخشى من ضعف مستوى أدائي				
١٦	قلبي ينبض أسرع من المعتاد				
١٧	أثق في أدائي الجيد				
١٨	أشعر بالغثيان				
١٩	أشعر بالاسترخاء الذهني				
٢٠	أخشى من عدم رضى الآخرين عن أدائي				
٢١	أشعر ببرودة في اليدين				
٢٢	أشعر بأنني سأحقق أهدافي من المنافسة				
٢٣	أخشى من فقدان قدرتي على التركيز				
٢٤	أشعر أن جسمي مشدود				

ABSTRACT

Sports Competition Anxiety among the Football Players of the Sultanate of Oman's Clubs in the light of some Variables

Prepared by:

Abdullah Bin Mohammed Al Battashi

Supervised by:

Dr. Basim Mohammed Al dahadha

The study aimed to measure the level of anxiety of sports competition among the football player, to show the significant statistical differences among the elite clubs' players in the Sultanate of Oman at the different Factors of the anxiety of sports competition according to some variables, and to know the significant statistical correlation among the elite clubs' players in the Sultanate of Oman at a significance of (0.05) at the Factors of the sports competition. The research sample Consisted from (133) players who have been chosen in a (stratified random) way. The researcher has used a (sports competition anxiety state 2) standard prepared by Martens and his colleagues (Martens, Burton & Vealy, 1990). To analyse the results of the study; the arithmetic averages, the standard deviations, and the percentages have been calculated. Additionally, the analysis included the (T-test), test of individual variance as well as (LSD) test for dimensional comparisons and the correlation coefficient (Pearson).

The results of the study showed that: The standard of self-confidence for the elite clubs' players in the Sultanate of Oman is very high by (83.2 %), while the cognitive anxiety is intermediate leveled by (51.67%), while the physical anxiety is also intermediate leveled by (45 %). Also, the results of the study showed that the fear of loss is one of the biggest indicators of cognitive anxiety, the pulse rate is one of the biggest indicators of physical anxiety and the player's ability to compete and challenge is one of the biggest indicators of self-confidence for the elite clubs' players in the Sultanate of Oman.

Also, the results of the study showed that there are statistical significance differences among the elite clubs' players in the Sultanate of Oman in the cognitive

anxiety according to (the player's age) significance for a group of players (from 23 or above). And there are statistical significance differences in the physical anxiety in favour of the players who are nationally professionalised. Also, there are differences in self- confidence between bottom positioned teams and middle positioned teams in favour of the middle positioned teams.

But the results of the study didn't show that there are no statistical significance differences of the the Factors of the sports competition according to ather Variables.

Also, the results of the study showed that there is a positive correlation of statistical significance among the elite clubs' players in the Sultanate of Oman in the cognitive anxiety, and physical anxiety. There is no statistical significance of the player's standards in the cognitive anxiety and self-confidence. There is an inverse statistical significance among the players' standards in the physical anxiety and self-confidence.



College of Sciences and Arts

Education and Human Studies Department

**Sports Competition Anxiety among the Football Players
Of the Sultanate of Oman's Clubs in the light of
Some Variables**

This is presented by:

Abdullah Bin Mohammed Bin Qahtan Al Battashi

**As Partial fulfillment to obtain master degree in education
Specialized in Counseling and Guidance**

Supervised by:

Dr. Basim Mohammad Al dahadha

Dr. Hasnaa Hamdi Mohammed

Dr. Mahmoud Khalid Jassim

2014