مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن

د. أحمد هياجنة
جامعة اليرموك
اربد- الأردن

مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن

د. أحمـد هياجنـة
جامعة اليرموك
اربد- الأردن

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى تعرف على مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن، وقد تكونت عينة الدراسة من (٩٠) تسعين لاعبا ولاعبة. وأظهرت النتائج أن مصدر(الحكام) جاء بالمرتبة الأولى على أنه مصدر من مصادر القلق، وجاء مصدر(الإعلام الرياضي) بالمرتبة الأخيرة. وكذلك جاءت النتائج لصالح الذكور في مصدر(إدارة المنتخب واللاعبين)، ولصالح الإناث في(مصدر التدريب و الإعلام). وبالنسبة لمتغير العمر جاءت النتائج لصالح الفئة العمرية (٢٠-٢٥سنة) في مصدر (الحوافز)، ولصالح الفئة العمرية (٢٦ سنة فأكثر) في مصدر(الجمهور الرياضي، الإعلام الرياضي، اللاعبين، والإمكانات). وبالنسبة لمتغير سنوات الخبرة جاءت الفروق لصالح ذوي الخبرة (٦سنوات فأكثر) في مصدري (الحكام، والإعلام الرياضي)، ولصالح ذوي الخبرة (٢-٦ سنوات) في مصدر (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب، الإمكانات). وبالنسبة لمتغير المؤهل العلمي جاءت الفروق لصالح ذوي المؤهل العلمي (بكالوريوس) في مصدر(جهاز التدريب، إودارة المنتخب،والجمهور الرياضي،والإمكانات المادية). وبالنسبة لمتغير الحالة الاجتماعية أظهرت النتائج عدم وجود فروق إحصائية في مصادر القلق يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية. وبالنسبة لمتغير الدخل الشهري تبين وجود فروق إحصائية ولصالح ذوي الدخل الشهري (٤٠٠ دينار فأكثر).

* تاريخ تسلم البحث ٢٠٠٥/٩/١١ م
* تاريخ قبوله للنشر ٢٠٠٦/١/٢م

The Source of Psychological Anxiety at Handball Males and Females Players in Jordan

Dr. Ahmed Al Hayajneh
Yarmok University
Irbid – Jordan

Abstract

This study aimed at recognizing the sources of psychological anxiety at handball players (male and female) in Jordan. The studying sample consisted of (90) players. The results showed that the umpire source became in the first as source of the anxiety sources, and the sport media sources become the last. Furthermore, the results came in favor of males in team administration and players sources, and in favor the females in practice and media sources. And with regard to age variable the results become in behalf of the age (20-25 years) in motivations source and in behalf of the age (26 and more) in the audience, media, players, and facilities sources. With regard to year experiences variable in the club the differences became in behalf of those who have an experience (6 years and more). With regard to level of education variable, the differences appeared in behalf of those who have a level of education (B.A) some sources. With regard to marital status variable, the results showed that there was no statistical difference. However, with regard to monthly income the results showed that there was differences on behalf of those who have monthly income about 400 dinar and more.

مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن

د. أحمد هياجنة
جامعة اليرموك
اربد- الأردن

مقدمة الدراسة

مع التطور الهائل الذي يشهده هذا العصر ومع تزايد عدد السكان وتطور التكنولوجيا وانتشار البطالة، وازدياد مطالب الإنسان على كافة المستويات (الاجتماعية، والمادية والنفسية وغيرها) أصبح الإنسان يعيش في حالة من الصراع الداخلي بين متطلبات الحياة وما يريد، كما أن ذلك خلق لديه نوعاً من القلق الذي يشعر الفرد بالتوتر والارتباك، ويخلق حالة من التأثير على الناحية السلوكية، خاصة إذا تكرر حدوث هذه الحالة، حيث أشارت العديد من الدراسات كوكس (Cox،1985) إن القلق حالة انفعالية غير سارة تتملك الإنسان سببها ناتج عن توقع الفرد لخطر يهدده، وبالتالي فان القلق الزائد عن الحد والذي يتكرر خلال حياة الإنسان يصبح ظاهرة مرضية ويصبح قلقاً مزمناً يحتاج إلى علاج.

ولذلك أصبحت ظاهرة القلق محور اهتمام العديد من الخبراء والعلماء في الحياة بشكل عام، وفي المصدر الرياضي بشكل خاص، لذلك يعد القلق أحد أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على الرياضيين، وقد يكون هذا التأثير إيجابياً يدفعهم إلى مزيد من الجهد، أو سلبياً يعيق الأداء، حيث يعد القلق بمثابة إنذار أو إشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية و الجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات، والحفاظ عليها، كما انه قد يؤدي إلى فقدان التوازن النفسي (علاوي، ١٩٩٨).

والقلق أنواع، فحالة القلق (State Anxiety) صفة مؤقتة تتغير من وقت إلى آخر، وهي تعبر عن درجة القلق التي يشعر بها الفرد في وقت معين، أما سمة القلق (Anxiety Trait) فهي ثابتة وتشترك في تشكيل شخصية الفرد. والأفراد الذين يتسمون بسمة القلق يدركون عدداً اكبر من المواقف على أن فيها تهديداً لهم و يميلون إلى الاستجابة لمثل تلك المواقف بدرجات عالية من الشدة الفسيولوجية (راتب، ١٩٩٥).

والقلق كما تعرفه الموسوعة الأمريكية (American Encyclopedia,1998) هو حالة انفعالية يشعر خلالها الفرد بالارتباك والتردد و الاضطراب، أو الخوف الشديد. ويستخدم مصطلح القلق لوصف حالة انفعالية غير سارة تتميز بمشاعر ذاتية من التوتر والخشية والهم وتحدث عندما يدرك الشخص منبهاً أو موقفاً يمكن أن يحدث الأذى أو الخطر أو التهديد بالنسبة له. ويشير راتب (١٩٩٥) إلى أن القلق هو أحد الانفعالات الهامة، و نظر إليه على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على أداء الرياضيين،

وقد يكون التأثير إيجابياً يدفعهم لبذل المزيد من الجهد، أو بصورة سلبية تعوق الأداء.

وقد اشتق مارتنز (Martens,1992) مفهوم سمة قلق المنافسة (Trait Anxiety Competitive) الخاصة بالمجال الرياضي استناداً إلى مفهوم سبيلبرجر لسمة القلق (Speilberger,1983)، وعرف مارتنز سمة قلق المنافسة بأنها الميل لإدراك المواقف التنافسية كتهديد، والاستجابة لهذه المواقف بمشاعر الخشية والتوتر. أما الأساس النظري لسمة قلق المنافسة فيمكن تقديمه من خلال الأسس التي اعتمد عليها مارتنز و زملاؤه (Martenz, Vealey, & Burtun, 1992) في بناء اختبار قلق المنافسة الرياضية و التي تضمنت ما يلي (راتب، ١٩٩٥):

– تعد النظرية التفاعلية للشخصية أفضل في التنبؤ بالسلوك من كل نظرية السمات والنظرية الموقفية. فالنظرية التفاعلية تعد كلا من الموقف و الشخصية عاملين يسهمان معاً في تشكيل السلوك دون تفضيل أحدهما على الآخر في الأهمية، حيث تتحدد درجة الأهمية لكل منهما تبعاً لتفاعل الشخص مع الموقف، وبذلك يمكن تعريف السلوك بأنه نتيجة تفاعل الشخصية مع البيئة.

– إن بناء مقياس سمة القلق لموقف خاص (نوعي) يسهم في تحقق التنبؤ على نحو أفضل مقارنة بمقاييس سمة القلق العامة. حيث طرح مارتنز مثالاً مفاده أن الشخص قد يكون قلقاً بدرجة كبيرة عندما يطلب منه حل مسألة رياضية، و لكنه يكون قلقاً عند اشتراكه في إحدى المنافسات الرياضية.

– الاعتماد على نظرية قلق السمة و الحالة و التي تميز بين نوعي القلق بوصفها سمة وحالة. والتي قدمها سبيلبرجر حيث عرف قلق الحالة بأنه حالة انفعالية ذاتية يشعر بها الفرد بالخوف والتوتر ويمكن أن تتغير هذه الحالة من وقت إلى آخر، بينما عرف قلق السمة بأنه استعداد الفرد لإدراك مواقف معينة كمهدد له، والاستجابة لهذه المواقف بمستويات مختلفة من حالة القلق.

وقد أشار اندلر (المشار اليه في حداد، ٢٠٠٥) إلى وجود خمسة أبعاد متعددة تميز سمة القلق، وهي تهديد الذات، والخطر البدني، والغموض، واللاشعور، وتهديد التقييم الاجتماعي، كما أشار إلى وجود مكونين لها هما القلق المعرفي والاستثارة الانفعالية، أو القلق الجسمي.

– تطوير نموذج نظري Conceptual Model: لدراسة المنافسة على أساس أنها عملية اجتماعية. حيث بين مارتنز أن هناك أربعة مكونات تفسر المنافسة بوصفها عملية اجتماعية وهي اولاً: موقف المنافسة الموضوعي: ويقصد به جميع المثيرات الموضوعية المرتبطة بموقف المنافسة والتي يمكن أن يطلق عليها متطلبات الهدف المطلوب إنجازه، ثانياً: موقف المنافسة الذاتي: ويعني كيف يدرك أو يقيم الفرد الجوانب الموضوعية المحيطة بالمنافسة، وهذا الجانب يعد بمثابة الوسيط بين العوامل مثل استعدادات الفرد واتجاهاته وقدراته إضافة إلى عوامل

شخصية أخرى متداخلة. ثالثاً: الاستجابة: حيث تحدد درجة استجابة الفرد نحو موقف المنافسة الموضوعي تبعاً لإدراكه الذاتي لموقف المنافسة، ويمكن أن يستجيب الفرد وفقاً لمستويات ثلاثة هي: الاستجابات السلوكية، و الاستجابات الفسيولوجية، والاستجابات النفسية، رابعاً: النتائج حيث تقيّم نتائج المنافسة في ضوء النجاح والفشل. (راتب، ١٩٩٥).

تؤكد ليندا (Linda ،1985) على الدور السلبي للقلق، فتوضح أن كثيرا من اللاعبين لم يصلوا إلى المستويات العالية لعدم قدرتهم على التعامل مع القلق، وبالتالي لم يتمكنوا من إخراج طاقاتهم الكاملة. وقد يتعرض الرياضي إلى الكثير من المواقف المختلفة أثناء المنافسة الرياضية، التي تؤثر على تكوين الشخصية، وتكسبه صفات بدنية وفسيولوجية، وسمات وقدرات نفسية حسب متطلبات كل نشاط وتعمل أيضاً على تعديل سلوك الرياضي بما يتفق مع المواقف التي تعود عليه أثناء الممارسة الرياضية، وقد يكون هذا التعديل في السلوك من أسس النجاح للمستويات الرياضية العالية في ذلك النشاط (أبو زيد وجزر، ٢٠٠٠).

ولقد أشار كل من الغزاوي والعبكي (١٩٨٨) والطالب والويس (١٩٩٣)، إلى مدى تأثير القلق على الإنجاز الرياضي، حيث عدوا القلق سلاحاً ذا حدين ،فيمكن أن يكون دافعاً إيجابياً في التأثير على الإنجاز الرياضي، وهو بالتالي يسمى القلق الميسر للإنجاز، أو لربما يؤثر بشكل سلبي على الإنجاز الرياضي، وهو بالتالي يسمى المعوق للإنجاز الرياضي.

لذلك يعد القلق "مشاعر وأحاسيس غريبة ومؤلمة تنتج عن سوء تكيف وعدم انسجام وتوافق حينما لا يستطيع الفرد التوفيق بين دوافعه واحتياجاته الأساسية من جهة، وبين الواقع الذي يعيشه من جهة أخرى" (عبد السلام، ١٩٨٥).

قام ماهوني وافينر (Mahoney & Avener 1980)، بدراسة هدفت إلى تعرف على أنماط القلق في مواقف البطولة بين لاعبي الجمباز، وشملت عينة الدراسة اللاعبين المشاركين في التصفيات النهائية لاختيار الفريق الذي يمثل الولايات المتحدة الأمريكية في البطولات الدولية، حيث استخدم مقياس القلق لمدة (٤٨) ساعة قبل البطولة، بالإضافة إلى تسجيل اللاعبين لمستويات القلق على مقياس ليكرت من عشرة أبعاد في توقيتات مختلفة، دلت النتائج على وجود فروق في أنماط القلق بين اللاعبين.

وفي دراسة أجراها كل من كمال وآخرون (Kamal, Wilson & Parson, 1985)، هدفت إلى معرفة العلاقة بين القلق وبعض المتغيرات مثل السن، سنوات الممارسة وعدد ساعات التدريب الأسبوعية للاعبي السباحة في الدنمارك حيث شملت عينة الدراسة على (٣٠) سباحاً، وتم استخدام مقياس القلق لسبيلبرجر قبل الفترة التدريبية وبعدها، وقد دلت النتائج على وجود فروق دالة إحصائية لمتغير الجنس، أما متغيرا العمر وسنوات الممارسة فقد دلت النتائج على إنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين اللاعبات إلا أنه يوجد فروق دالة إحصائيا بين اللاعبين في هذين المتغيرين.

وقام سنح (Singh, 1985)، بدراسة هدفت إلى معرفة سمة القلق لدى لاعبي

المنافسات الرياضية في الهند للتعرف على العلاقة بين القلق والعمر والخبرة والجنس، واشتملت عينة الدراسة على (١٢٥) لاعباً، وقسمت عينة الدراسة إلى (٨٠) لاعبا من المستويات العليا و(٤٥) لاعبة من المشاركات في الدورات الأسيوية والأولمبية، واستخدم الباحث مقياس مارتينز، وقد أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في الجنس والخبرة ولصالح اللاعبات، حيث أظهرت أن اللاعبات أكثر قلقاً ، وأنه كلما زادت الخبرة قل القلق لدى اللاعبين واللاعبات.

وقام الشاويش، (١٩٩١)، بدراسة هدفت إلى تعرف مستويات القلق النفسي لدى معلمي التربية الرياضية للمرحلة الأساسية في عمان، وقد تم استخدام مقياس سبيلبرجر (مقياس قلق الحالة ومقياس قلق السمة)، وأظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروقات في متوسطات القلق تعزى إلى كل من الخبرة، والعمر، والدخل الشهري والجنس، بينما أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروقات في متوسطات القلق بين المعلمين والمعلمات في المدارس الحكومية والخاصة.

وفي دراسة أجراها قنديل، (١٩٩١)، هدفت إلى الكشف عن تأثير مستويات القلق على سرعة التعلم لمهارة القفز داخلاً على جهاز حصان القفز لدى المبتدئين في رياضة الجمباز، وتكونت عينة الدراسة من (٣٤) طالباً من طلاب المستوى الأول بقسم التربية الرياضية بجامعة قطر، وتم استخدام مقياس القلق الرياضي الذي اعتمد على مقياس تايلور، وأظهرت النتائج أن مجموعة القلق الوسط ومجموعة القلق المنخفض تفوقت في مستوى الأداء المهاري عن مجموعة القلق المرتفع، كما أظهرت النتائج وجود ارتباط عكسي بين مستوى القلق يؤثر بصورة سلبية على الأداء المهاري.

وأجرى (سمرين، ١٩٩٥)، دراسة هدفت إلى تعرف مصادر ومستويات القلق النفسي عند لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية في الألعاب الجماعية في الأردن، هذا واشتملت الدراسة على (٩٨) لاعباً ولاعبة تم اختيارهم بطريقة الحصر الشامل، وتم استخدام استبانة من تصميم الباحث ومقياس قلق (الحالة والسمة) لسبيلبرجر، وقد أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى قلق الحالة يكون مرتفعاً عند اللاعبين، الحكام، الحوافز، الإعلام الرياضي، إدارة المنتخب والجمهور الرياضي، كما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات ومصادر القلق لصالح اللاعبات.

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

لقد أجرى الجريري، (١٩٩٨)، دراسة هدفت إلى تعرف مصادر القلق النفسي لدى لاعبي التايكواندو في الأردن ، وتكونت عينة الدراسة من (٢٩٩) لاعباً ولاعبة، ولقد أظهرت النتائج أن أهم مصادر القلق لدى لاعبي التايكواندو والتي حصلت على درجة استجابة كبيرة ناتجة من التحكيم، الحوافز، الإعلام الرياضي وأوصى الباحث بضرورة عقد دورات تثقيفية للاعبين في مختلف الجوانب التحكيمية المتعلقة بقانون اللعبة.

وفي دراسة أجراها مكناي، (٢٠٠٠)، هدفت هذه الدراسة إلى تعرف مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن، وعلاقتها بالإنجاز الرياضي تبعاً لمتغيرات، العمر الزمني، وسنوات الخبرة الرياضية، وكذلك تعرف العلاقة بين مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية والإنجاز الرياضي، واشتملت العينة على (٣٠) لاعباً، واستخدم الباحث اختبار قلق المنافسة الرياضية والمار تنز، وقد أظهرت النتائج ارتفاع مستوى كل من سمة القلق النفسي، وحالة القلق المعرفي، وحالة القلق الجسمي لدى اللاعبين ذوي العمر الزمني وسنوات الممارسة الرياضية الأكبر، كما أظهرت الدراسة أن اللاعبين أصحاب المستوى المنخفض في كل من سمة القلق النفسي وحالة القلق المعرفي وحالة القلق الجسمي قد حققوا إنجازاً رياضياً أعلى من الإنجاز الذي حققه اللاعبون أصحاب المستوى المرتفع في كل من الأبعاد السابقة.

كما أجرى الدولات، (٢٠٠٢)، دراسة هدفت إلى تعرف مصادر ومستويات القلق لدى طلبة كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية الرسمية لمساق الجمباز، وأيضاً مقارنة لمستويات القلق النفسي ومصادره تبعاً لمتغيري (الجنس، الجامعة)، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٥) طالباً وطالبة، يمثلون الجامعات الأردنية التالية (اليرموك، الأردنية، مؤتة، الهاشمية) وقد استخدم الباحث استبانة قام بإعدادها تكونت من (٥٣) فقرة، ولقد أظهرت نتائج الدراسة أن مصادر القلق النفسي لدى الطلبة (ذكورو إناث) في مساقات الجمباز حسب المصادر الخمسة كما يلي (التعليمي، الإمكانات، إدارة الكلية، الحوافز والطلاب) وأن مستويات القلق (الحالة والسمة) لدى الطلبة بشكل عام متوسطة، بينما كانت مصادر ومستويات القلق عند الإناث أعلى من الذكور.

كما قام ريني(Rainey,1999)، بدراسة هدفت إلى تعرف مصادر التوتر والاحتراق ونية التقاعد لدى حكام السلة. وتكونت عينة من (٧٢١)حكماً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملاءمته وطبيعة الدراسة، وأظهرت النتائج وجود خمسة مصادر مترابطة لعوامل التوتر وهي (هموم الأداء، والخوف من الأذى الجسدي، وغياب التميز، وضغوط الوقت، والصراعات بين الأشخاص).

أهمية الدراسة

لاحظ الباحث من خلال متابعته للمباريات والفعاليات الرياضية في الأردن وجود نقص في الدراسات التي تتطرق إلى موضوع القلق عند الرياضيين، بالإضافة إلى الخبرات الميدانية للباحث سواء في التدريب أو التدريس. فقد لاحظ وجود حالة من القلق التي ترافق اللاعبين في الملاعب، وانعكاس ذلك على أدائهم وحياتهم الشخصية، مما دفع الباحث إلى إجراء مثل هذه الدراسة لتعرف العوامل المؤثرة فيها ومصادرها؛ لوضع الاقتراحات والتوصيات التي قد تساهم في الحد من انتشار هذه الظاهرة، وتساعد المدربين والقائمين على إدارة الأندية للوصول إلى أفضل الطرق للتعامل مع حالات القلق هذه، وتظهر أهمية الدراسة في تعرف مصادر القلق لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن كونها من الألعاب الجماعية التي لا تقتصر على المهارات الفردية والجماعية في الأداء؛ وذلك لوضع تصور حول أهم مصادر القلق التي تؤثر في أدائهم من وجهة نظرهم الشخصية، ومواجهتها للحد من انتشارها.

مشكلة الدراسة

تكمن مشكلة الدراسة في محاولة تعرف أهم مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن.

أهداف الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى ما يلي:

١- تعرف أهم مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد.

٢- تعرف أثر متغيرات الدراسة (الجنس، والعمر، وسنوات الخبرة، والمؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري) على مستويات ومصادر القلق النفسي الثمانية (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب، والحوافز، والجمهور الرياضي، والحكام، والإعلام الرياضي، واللاعبين، والإمكانات).

أسئلة الدراسة

١. ما أهم مصادر القلق النفسي عند لاعبي ولاعبات كرة اليد؟

٢. هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية في مصادر القلق يعزى إلى متغير الجنس؟

٣. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر القلق تعزى إلى متغير العمر؟

٤. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر القلق تعزى إلى متغير سنوات الخبرة في النادي؟

٥. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر القلق تعزى إلى متغير المؤهل العلمي؟

٦. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر القلق تعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية؟
٧. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر القلق تعزى إلى متغير الدخل الشهري؟

حدود الدراسة

هناك عدد من المحددات يمكن ان تحد من امكانية تميم نائج هذه الدراسة، يمكن إيجازها في الآتي:
١- اقتصرت عينة الدراسة على لاعبي ولاعبات كرة اليد في أندية الاثوذكسي والاهلي والعربي وحرتا.
٢- اقتصرت الدراسة على الموسم الرياضي ٢٠٠٤/٢٠٠٥.
٣- اقتصرت الدراسة على الاداة المستخدمة في جميع البيانات.

التعريفات الإجرائية

- **القلق:** حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يتملك الإنسان، ويسبب كثيراً من الكدر والضيق والألم، والشخص القلق يفقد الثقة بنفسه، و يبدو متردداً عن البت في الأمور، و يفقد القدرة على التركيز (فرويد ،١٩٦٢).
- **القلق إجرائيا:** حالة وجدانية يصاحبها اضطراب فسيولوجي أو نفسي أو كلاهما معاً، وهو انفعال مؤلم تشعر به حين لا تستطيع أن تفعل شيئاً حيال موقف يهددك بالخطر.

منهجية الدراسة وإجراءاتها:

المنهج المستخدم

استخدم الباحث المنهج السببي المقارن لمناسبته لطبيعة الدراسة.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي و لاعبات كرة اليد في المملكة الأردنية الهاشمية للعام ٢٠٠٥م، والبالغ عددهم (٤٥٠) لاعباً و لاعبة، حيث تم الحصول على عددهم من اتحاد كرة اليد الأردني.

تم اختيار عينة الدراسة بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة بنسبة (٢٠٪) من جميع لاعبي و لاعبات كرة اليد في الأردن، حيث بلغ عدد أفراد عينة الدراسة (٩٠) لاعباً ولاعبة، منهم (٦٠) لاعباً و (٣٠) لاعبة كرة يد من أندية الأرثوذكسي والأهلي والعربي وحرتا والجدول رقم (١) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١)

توزيع أفراد العينة حسب متغيرات الدراسة

الرقم	المتغير	المستوى	التكرار	النسب
١-	الجنس	ذكر	٦٠	٦٠٪
		أنثى	٣٠	٤٠٪
٢-	العمر	اقل من ٢٠ سنة	٤١	٤٦٪
		٢٠-٢٥ سنة	٤٣	٥٠٪
		٢٦ سنة فأكثر	٦	٤٪
٣-	سنوات الخبرة في النادي	أقل من سنتين	٣٣	٣٦٪
		٢-٦ سنوات	٣٦	٤٢٪
		٦ سنوات فأكثر	٢١	٢٢٪
٤-	المؤهل العلمي	أقل من ثانوية عامة	٤٠	٤٢٪
		دبلوم كلية مجتمع	٨	١٤٪
		بكالوريوس	٤٢	٤٤٪
٥-	الحالة الاجتماعية	أعزب	٨٦	٩٦٪
		متزوج	٤	٤٪
٦-	الدخل الشهري	أقل من ٢٠٠ دينار	٤	٤٪
		٢٠٠-٢٥٠ دينار	١٤	١٤٪
		٢٥١-٢٩٩ دينار	٢	٢٪
		٣٠٠-٣٥٠ دينار	١٢	٢٢٪
		٣٥١-٣٩٩ دينار	٦	٦٪
		٤٠٠ دينار فأكثر	٥٢	٢٥٪

أداة الدراسة

قام الباحث بتطوير استبانة تضمنت مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد في الأردن، وتم تطوير أداة الدراسة من خلال الاطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة، والاستفادة من مجموعة من آراء الخبراء في مجال التربية الرياضية وعلم النفس، وكذلك من خلال قيام الباحث بدراسة استطلاعية لعينة من لاعبي كرة اليد في جامعة اليرموك، عن طريق توجيه سؤال إليهم يذكرون فيه أهم مصادر القلق النفسي التي لديهم، ومن ثمَّ تمَّ جمع الاستبانات والحصول على عدد من مصادر القلق النفسي. والوصف العام لأداة الدراسة (الاستبانة) أنها تتألف من (٥٣) فقرة وأعطي لكل فقرة من فقرات الاستبانة وزن متدرج وفق مقياس ليكرت الخماسي، لتقدير درجة الموافقة، وهي بالأرقام على الترتيب: بدرجة كبيرة جدا (٥ درجات)، بدرجة كبيرة (٤ درجات)، بدرجة متوسطة (٣ درجات)، بدرجة قليلة (٢ درجة)، بدرجة قليلة جداً (١ درجة).

وتم توزيع فقرات الأداة على مصادر القلق التالية: مصدر جهاز التدريب (١-١٣)،

مصدر إدارة المنتخب (١٤–١٨)، مصدر الحوافز (١٩–٢٥)، مصدر الجمهور الرياضي (٢٦–٢٩)، مصدر الحكام (٣٠–٣٣)، مصدر الإعلام الرياضي (٣٤–٤١)، مصدر اللاعبين (٤٢–٤٥)، مصدر الإمكانات المادية (٤٦–٥٣).

صدق الأداة

عمل الباحث قبل توزيع الأداة على عرضه على مجموعة من المحكمين من ذوي الخبرة والاختصاص، وتألفت من (١٢) محكماً من أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية، من حملة الدكتوراه في الجامعة الأردنية، وجامعة اليرموك، والجامعة الهاشمية لمناقشة فقراته، وإبداء الملاحظات المناسبة لتطبيقه على لاعبي و لاعبات كرة اليد في الأردن. ومعرفة آرائهم حول ملاءمة الفقرات وشموليتها للمصادر الرئيسة المقترحة، ومن أجل إبداء الرأي في فقرات الأداة وتحديد موقفهم من حيث: مدى انسجام الفقرات ومدى مناسبتها، والصياغة اللغوية وشمولها (واضحة، غير واضحة)، وتصنيف وتسمية الفقرات حسب المصادر المقترحة (مناسب وغير مناسب)، وملاحظاتهم واقتراحاتهم .

وبعد جمع الأداة من المحكمين، تم الإطلاع على الفقرات واقتراحاتهم، وتم إعادة صياغة بعض الفقرات ولقد تم تعديل الفقرات اعتمادا على اتفاق ثلاثة محكمين فأكثر، فحذفت فقرات كانت غير مناسبة للدراسة، إذ اشتملت الأداة في صياغتها الأولية على(٥٧) فقرة، وكان خلاصة تحكيم المحكمين على النحو التالي: حذف (٥) فقرات لعدم ارتباطها بالمجال الذي درجت تحته أو تكرارها، إضافة (٣) فقرات تم اقتراحها من قبل المحكمين، دمج (٥) فقرات بسب تشابهها لتصبح (٣) فقرات، وتعديل (٤) فقرات من حيث الصياغة اللغوية و توضيحها بصورة أفضل.

فخرجت الأداة بصورتها النهائية لتشمل على (٥٣) فقرة. وبذلك عدت آراء المحكمين وملاحظاتهم وتعديلاتهم للفقرات من حيث الحذف والدمج والإضافة والتعديل–التي تم الإشارة إليها– ذات دلالة صدق كافية لغرض تطبيق الدراسة.

ثبات الأداة

بهدف التحقق من ثبات الأداة تم إتباع طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Retest-Test) على عينة من مجتمع الدراسة و من خارج عينة الدراسة الأصلية مكونة من (٤٢) لاعب ولاعبة كرة يد، وبعد توزيع الاستبانات على العينة الاستطلاعية، ثم جمعها وبعد مضي أسبوعين جرى إعادة تطبيق الأداة على أفراد العينة أنفسهم مرة ثانية. وقد تم حساب معامل الثبات بين الاختبارين. كما تم احتساب معامل كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي بين فقرات الدراسة، حيث تم استخراج الثبات والاتساق الداخلي لكل مصدر من مصادر القلق النفسي، والجدول رقم (٢) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٢)

معامل الثبات و الاتساق الداخلي للأداة ككل و لكل مصدر من مصادر القلق النفسي

الرقم	مصدر القلق	ثبات الأداة	معامل كرونباخ ألفا
١	جهاز التدريب	٠,٨٢	٠,٨٩
٢	إدارة المنتخب	٠,٨١	٠,٨٠
٣	الحوافز	٠,٧٩	٠,٨٠
٤	الجمهور الرياضي	٠,٨٣	٠,٩٠
٥	الحكام	٠,٨٧	٠,٩٢
٦	الإعلام الرياضي	٠,٨٣	٠,٨٣
٧	اللاعبون	٠,٨٠	٠,٨٥
٨	الإمكانات	٠,٨١	٠,٩٣
	الأداة ككل	٠,٨٨	٠,٩٠

إجراءات تطبيق الدراسة

بعد التأكد من صدق الاستبانة وثباتها، قام الباحث بتوزيع الاستبانات على أفراد عينة الدراسة البالغ عددهم (٩٠) لاعباً ولاعبة، وتم الحرص على تقديم التوجيهات والإرشادات لأفراد عينة الدراسة حول كيفية إبداء رأيهم في فقرات الاستبانة بوضع إشارة (×) في المكان المناسب، وترك لهم الحرية والوقت الكافي للإجابة، وتم استرجاع الاستبانات من أفراد عينة الدراسة بنفس طريقة توزيعها، إذ تم استرداد جميع الاستبيانات التي عدت صالحة للتحليل بنسبة (١٠٠٪). وقد تم تفريغ البيانات والمعلومات بجهاز الحاسب الآلي ليتبع ذلك إجراء عمليات استخراج النتائج ومناقشتها وتحليلها .

المعالجة الإحصائية

تم استخدام الرزم الإحصائية (SPSS) للحصول على نتائج الدراسة من خلال استخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية والتكرارات. واختبار (ت) (t-test) وتحليل التباين الأحادي (ANOVA- One Way)، واختبار شيفيه (scheffe) للكشف عن دلالة الفروقات.

لتحليل الإجابات ومعرفة درجة الموافقة على فقرات الاستبانة، تم اعتماد النموذج الإحصائي التالي: بدرجة كبيرة جداً (٤,٥٠–٥,٠٠)، بدرجة كبيرة (٣,٥٠–٤,٤٩)، بدرجة متوسطة (٢,٥٠–٣,٤٩)، بدرجة قليلة (١,٥٠–٢,٤٩)، بدرجة قليلة جدا (١,٠٠–١,٤٩).

عرض نتائج الدراسة

للإجابة عن السؤال الأول والذي ينص على "ما هي أهم مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد؟" قام الباحث باستخراج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمصادر القلق الثمانية، والجدول رقم (٣) بين ذلك :

الجدول رقم (٣)
الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمصادر القلق الثمانية الثمانية مرتبة تنازلياً

رقم المصدر	اسم المصدر	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المرتبة
٥	الحكام	٣,٢٣	٠,٨١	الأولى
٨	الإمكانات	٣,٠٤	٠,٨٣	الثانية
٣	الحوافز	٢,٩٠	٠,٧٠	الثالثة
٧	اللاعبون	٢,٨١	٠,٦٧	الرابعة
٢	إدارة المنتخب	٢,٧٠	٠,٥٧	الخامسة
٤	الجمهور الرياضي	٢,٥٩	٠,٦١	السادسة
١	جهاز التدريب	٢,٥٠	٠,٥٣	السابعة
٦	الإعلام الرياضي	١,٩٢	٠,٤١	الثامنة

يبين الجدول رقم (٣) ترتيب مصادر القلق الثمانية تنازلياً حيث حصل مصدر"الحكام" على أعلى متوسط حسابي (٣,٢٣)، وبإنحراف معياري قدره (٠,٨١) أما أدنى متوسط حسابي فكان لمصدر" الإعلام الرياضي" (١,٩٢)، وبإنحراف معياري قدره (٠,٤١) وهذا يدل أن أكثر مصادر القلق التي تأثر بها لاعبو ولاعبات كرة اليد كان مصدر "الحكام"، يليه الإمكانات، الحوافز، اللاعبون، إدارة المنتخب، الجمهور الرياضي، جهاز التدريب"، وأخيراً مصدر "لأعلام الرياضي".

ولمعرفة ما هي أكثر الفقرات التي تؤثر على أداء اللاعبين حسب مصادر القلق الثمانية، كان لا بد من عرض الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات كل مصدر من مصادر القلق الثمانية حسب ترتيبها في أداة الدراسة. والجداول من (٤) إلى (١١) تبين هذا التحليل حسب مصادر القلق الثمانية.

أ) مصدر جهاز التدريب:

الجدول رقم (٤)
الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر جهاز التدريب مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	أولا: جهاز التدريب	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
١	١١	الحمل الزائد أثناء التدريب يشعرني بقلق.	٢,٩٨	٠,٨٩
٢	٤	أشعر بقلق لقلة الواجبات التي يوكلها لي المدرب للقيام بمسئوليتي في اللعب.	٢,٨٦	٠,٩٢
٣	٩	أشعر بقلق لضعف لياقتي قبل المنافسة.	٢,٦٦	٠,٧٦
٤	٥	يقلقني أن وقت المباريات غير مناسب لأوقاتي وظروفي.	٢,٦٤	٠,٦٥
٥	١٠	أشعر بقلق عند إبداء رأيي الشخصي أمام المدرب حول ما يدور من المشاكل تتعلق بالتدريب.	٢,٦٤	٠,٧١
٦	١	أشعر بقلق عندما أكون مجبراً للحضور في أوقات تدريبية محددة لا تناسبني.	٢,٥٦	٠,٨٠
٧	٢	أشعر بقلق عندما يكون المدرب متعال على اللاعبين.	٢,٥٤	٠,٧٨
٨	٦	يقلقني أن المدرب لا يقدر كفاءتي.	٢,٥٢	٠,٧٣
٩	٨	أشعر بقلق لعدم كفاءة المدرب.	٢,٥٠	٠,٦١
١٠	١٢	يقلقني سماع توجيهات المدرب أثناء المنافسة.	٢,٤٠	٠,٥٦
١١	٣	يقلقني أن وقت التدريب لا يتناسب مع ظروف عملي أو دراستي.	٢,٣٠	٠,٦٢
١٢	٧	يقلقني أن رأيي غير مهم بالنسبة للمدرب.	٢,٠٢	٠,٥٧

يتبين من الجدول رقم (٤) أن مصدر جهاز التدريب جاء في المرتبة السابعة في تأثيره على أداء اللاعبين، حيث احتلت الفقرة رقم (١١)، والتي تنص على "الحمل الزائد أثناء التدريب يشعرني بقلق"، المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٢,٩٨)، وبانحراف معياري (٠,٨٩)، أما الفقرة رقم (٧) والتي تنص على " يقلقني أن رأيي غير مهم بالنسبة للمدرب "، جاءت في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي (٢,٠٢)، وبانحراف معياري (٠,٥٧).

ب) مصدر إدارة المنتخب:

يتبين من الجدول رقم (٥) أن مصدر إدارة المنتخب جاء في المرتبة الخامسة في تأثيره على أداء اللاعبين، حيث احتلت الفقرة رقم (١٧) والتي تنص على "يقلقني أن بعض الإداريين لا يقدرون قيمة وجودي في المنتخب"، المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٢,٩٠)، وبانحراف معياري قدره (٠,٥٧)، أما الفقرة رقم (١٦) والتي تنص على "يقلقني أن ادري الفريق لا يقدر الجهد الذي أقوم به"، جاءت في المرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي (٢,٤٨)، وبانحراف معياري قدره (٠,٦٤).

الجدول رقم (٥)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر إدارة المنتخب مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	ثانياً: إدارة المنتخب	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	١٧	يقلقني أن بعض الإداريين لا يقدرون قيمة وجودي في المنتخب.	٢,٩٠	٠,٥٧
٢	١٨	أشعر بقلق عند سماع توجيهات إداري الفريق أثناء المنافسة.	٢,٧٦	٠,٦١
٣	١٤	اشعر بقلق لضعف التقدير للإنجاز الجيد من قبل إدارة المنتخب.	٢,٧٤	٠,٤٩
٤	١٣	أشعر بقلق لعدم كفاءة بعض أعضاء الاتحاد.	٢,٧١	٠,٥٠
٥	١٥	أشعر بقلق لضعف التنسيق بين إدارة النادي والاتحاد.	٢,٦٦	٠,٦٢
٦	١٦	يقلقني أن ادري الفريق لا يقدر الجهد الذي أقوم به.	٢,٤٨	٠,٦٤

ج) مصدر الحوافز:

جدول رقم (٦)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر الحوافز مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	ثالثاً: الحوافز	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٢٠	اشعر بقلق لعدم تامين مستقبلي المهني بعد الاعتزال.	٣,١٠	٠,٩٣
٢	٢٤	اشعر بقلق لعدم توفر التامين الطبي الشامل.	٣,٠٠	٠,٨٦
٣	٢٣	يقلقني أن الاتحاد لا يوفر لي الأمن الوظيفي في الوقت الحاضر.	٢,٩٦	٠,٦٧
٤	٢٥	يقلقني أن مكافأتي غير مساوية لجهودي ومسؤولياتي الرياضية.	٢,٩٦	٠,٧٨
٥	٢٢	يقلقني عدم وجود ضمان اجتماعي لأعضاء المنتخب.	٢,٩٤	٠,٧٢
٦	١٩	أشعر بقلق لقلة الحوافز التي يقدمها الاتحاد.	٢,٨٢	٠,٧١
٧	٢١	يقلقني أن الاتحاد لا يوفر لي الأمن النفسي.	٢,٥٠	٠,٨١

أما المصدر المتعلق بالحوافز فقد احتل المرتبة الثالثة،و كما يبين الجدول رقم (٦) فإن الفقرة رقم (٢٠)، والتي تنص على" أشعر بقلق لعدم تامين مستقبلي المهني بعد الاعتزال.

جاءت في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,١٠) وبانحراف معياري (٠,٩٣)، أما الفقرة رقم (٢٤) والتي تنص على" يقلقني أن الاتحاد لا يوفر لي الأمن النفسي. " فقد جاءت في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٢,٥٠) وبانحراف معياري قدره (٠,٨١).

د) مصدر الجمهور الرياضي:

الجدول رقم (٧)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر الجمهور الرياضي مرتبة ترتيباً

الرتبة	رقم الفقرة	رابعاً: الجمهور الرياضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٢٦	يقلقني وجود عدد من المتعصبين بين الجمهور لإثارته.	٢,٩٨	٠,٨١
٢	٢٨	يقلقني اعتراض الجمهور على قرارات الحكم.	٢,٥٨	٠,٧٥
٣	٢٩	يقلقني قرب الجمهور من حدود الملعب.	٢,٥٨	٠,٦٩
٤	٢٧	التشجيع الغوغائي والتصرفات العدائية تشعرني بالقلق في الملعب.	٢,٢٢	٠,٧٣

وجاء المصدر المتعلق بالجمهور الرياضي في المرتبة السادسة، وكما يبين الجدول رقم (٧) فان الفقرة رقم (٣٠)، و التي تنص على "يقلقني وجود عدد من المتعصبين بين الجمهور لإثارته" جاءت في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي بلغ (٢,٩٨) وبانحراف معياري قدره (٠,٨١)، أما الفقرة رقم (٢٧) والتي تنص على "التشجيع الغوغائي والتصرفات العدائية تشعرني بالقلق في الملعب" احتلت المرتبة الأخيرة بمتوسط (٢,٢٢) وبانحراف معياري قدره (٠,٧٣).

ه) مصدر الحكام :

الجدول رقم (٨)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر الحكام مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	خامساً: الحكام	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٣٠	أشعر بالقلق لوجود متحيزين.	٣,٤٠	٠,٦٤
٢	٣١	يقلقني ضعف مستوى التحكيم.	٣,٢٦	٠,٨٥
٣	٣٣	يقلقني أن مستوى اللاعبين يتقدم أسرع من مستوى الحكام.	٣,٢٢	٠,٧٢
٤	٣٢	أشعر بالقلق اتجاه تعليمات الحكام المتضاربة.	٣,٠٤	٠,٨١

كما يظهر من الجدول رقم (٨) فإن المصدر الخامس المتعلق بالحكام قد احتل المرتبة الأولى، وقد احتلت الفقرة رقم (٣٤) والتي تنص على "أشعر بالقلق لوجود متحيزين. "في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٤٠) وبانحراف معياري (٠,٦٤) ، أما الفقرة رقم (٣٢) والتي تنص على "أشعر بالقلق تجاه تعليمات الحكام المتضاربة. " فقد جاءت في المرتبة الأخيرة ، بمتوسط حسابي(٣,٠٤) و بانحراف معياري (٠,٨١).

و) مصدر الإعلام الرياضي:

الجدول رقم (٩)
الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر الإعلام الرياضي مرتبة ترتيبا

الرتبة	رقم الفقرة	سادساً: الإعلام الرياضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٣٧	تقلقني التصريحات والتعليقات الإعلامية حول المباراة.	٢,١٠	٠,٥٨
٢	٣٤	أشعر بالقلق لضخامة التصريحات والتحليلات الإعلامية الرياضية.	٢,٠٥	٠,٧٢
٣	٣٦	أشعر بالقلق لعدم حيادية التحليلات الإعلامية للمباراة.	٢,٠٤	٠,٦٧
٤	٣٥	أشعر بقلق لعدم كفاءة بعض المحللين الرياضيين.	١,٩٩	٠,٥٣
٥	٤١	أشعر بالقلق لعدم وجود مصداقية إعلامية.	١,٨٩	٠,٦١
٦	٣٩	يقلقني قلة اهتمام الإعلام الرياضي باللاعبين.	١,٨٢	٠,٣٧
٧	٤٠	أشعر بالقلق لوجود تناقض واضح بين التصريحات الإعلامية الرياضية للواقع الرياضي.	١,٧٦	٠,٦٥
٨	٣٨	يقلقني أن الإعلام الرياضي يحملني فوق طاقتي.	١,٦٧	٠,٤٣

أما المرتبة الثامنة فقد كانت من نصيب الإعلام الرياضي، وكما يبين الجدول رقم (٩) فقد جاءت الفقرة رقم (٣٧) والتي تنص على زقلقني التصريحات والتعليقات الإعلامية حول المباراة. "في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٢,١٠)، أما الفقرة رقم (٣٨) والتي تنص على "يقلقني أن الإعلام الرياضي يحملني فوق طاقتي. "فقد جاءت في الأخيرة بمتوسط حسابي (١,٦٧) وبانحراف معياري (٠,٤٣).

ز) مصدر اللاعبين :

الجدول رقم (١٠)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر اللاعبين

مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	الرقم	سابعاً: اللاعبون	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٤٤	أشعر بالقلق لضعف العلاقة الاجتماعية بين اللاعبين.	٣,٠٨	٠,٩٣
٢	٤٥	يقلقني أن جو التدريب يتميز بالخلافات الدائمة بين اللاعبين.	٢,٩٤	٠,٦٨
٣	٤٢	يقلقني نظام الشللية بين اللاعبين في المنتخب.	٢,٧٤	٠,٥٣
٤	٤٦	يقلقني نظام الشللية بين اللاعبين في المنتخب.	٢,٦٦	٠,٥٩
٥	٤٣	يقلقني أن بعض اللاعبين لا يشاركون في تحميل المسؤولية أثناء المنافسة.	٢,٦٢	٠,٧٢

أما مصدر اللاعبين فقد احتل المرتبة الرابعة، وكما يبين الجدول رقم (١٠) فقد جاءت الفقرة رقم (٤٤) والتي تنص على "أشعر بالقلق لضعف العلاقة الاجتماعية بين اللاعبين. "في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٠٨) وبانحراف معياري (٠,٩٣) أما الفقرة رقم (٤٣) والتي تنص على " يقلقني أن بعض اللاعبين لا يشاركون في تحمل المسؤولية أثناء المنافسة. "في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٢,٦٢) وبانحراف معياري (٠,٧٢).

ح) مصدر الإمكانات المادية :

الجدول رقم (١١)

الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لفقرات مصدر الإمكانات المادية

مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	رقم الفقرة	ثامناً: الإمكانات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٤٨	أشعر بالقلق لضعف الاحتكاك مع الفرق القوية.	٣,٤٤	٠,٩٢
٢	٤٦	يقلقني عدم تخصيص مبلغ كافي للصرف على تدريبات المنتخب.	٣,٣٠	١,٠٢
٣	٤٧	يقلقني عدم توفر المعسكرات التدريبية.	٣,٢٢	٠,٩٧
٤	٤٩	أشعر بالقلق للنقص الواضح في البرامج الغذائية المقدمة من الإتحاد.	٣,٢٢	١,١
٥	٥٠	يقلقني نقص الأدوية اللازمة للتدريب.	٣,٠٦	٠,٩٧
٦	٥٣	أشعر بالقلق لقلة الملاعب اللازمة للتدريب.	٢,٩٦	٠,٧٣
٧	٥١	يقلقني النقص الواضح في المرافق الصحية الخاصة.	٢,٧٦	٠,٦٧
٨	٥٢	أشعر بالقلق لعدم توفر عوامل الأمن والسلامة أثناء التدريب.	٢,٦٨	٠,٨٢

أما المصدر المتعلق بالإمكانات فقد جاء في المرتبة الثانية ، و كما يبين الجدول رقم (١١) فقد جاءت الفقرة رقم (٤٨) والتي تنص على "أشعر بالقلق لضعف الاحتكاك مع الفرق

القوية "في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي(٣,٤٤) وبانحراف معياري (٠,٩٢)، أما الفقرة رقم (٥٢) والتي تنص على " أشعر بالقلق لعدم توافر عوامل الأمن والسلامة أثناء التدريب " جاءت في المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي (٢,٦٨) وبانحراف معياري (٠,٨٢).

وللإجابة عن تساؤل الدراسة الثاني والذي ينص على "هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق يعزى إلى متغير الجنس؟" تم استخدام اختبار (t-test)، والجدول رقم (١٢) يوضح ذلك:

الجدول رقم (١٢)

نتائج اختبار (t-test) لمتغير الجنس

رقم المصدر	المصدر	ذكور		إناث		قيمة (ت)
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	
١	جهاز التدريب	٢,٤٥	٠,٦٧	٢,٥٦	٠,٨٧	٤,٨٦٥*
٢	إدارة المنتخب	٢,٧١	٠,٦١	٢,٦٨	٠,٩٤	٥,٦٠٥*
٣	الحوافز	٣,٠٦	٠,٦٣	٢,٦٥	٠,٧٤	٠,٠٠٢
٤	الجمهور الرياضي	٢,٦١	٠,٩٥	٢,٥٦	١,٠٠	٠,١٤٠
٥	الحكام	٢,٢٩	٠,٧٣	٣,١٤	٠,٩٢	٠,٢٦٩
٦	الإعلام الرياضي	١,٨٧	٠,٥٨	١,٩٨	٠,٨٤	١٠,٥٥٠*
٧	اللاعبون	٢,٨٧	٠,٦٣	٢,٧١	٠,٧٥	٨,٦٥٦*
٨	الإمكانات	٣,٠٦	٠,٧٢	٣,٠٢	٠,٩٨	٢,٦٨١

* يقمة (ت) دالة إحصائياً على مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

يتبين من الجدول رقم (١٢) وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)، في مصدر القلق (جهاز التدريب) يعزى إلى متغير الجنس ولصالح الإناث بمتوسط (٢,٥٦)، كما أظهرت النتائج فرقاً ذا دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)، في مصدر القلق (إدارة المنتخب) يعزى إلى متغير الجنس ولصالح الذكور بمتوسط (٢,٧١)، كما أظهرت النتائج وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)، في مصدر القلق (الإعلام الرياضي) يعزى إلى متغير الجنس ولصالح الإناث بمتوسط حسابي (١,٩٨)، كما يشير الجدول رقم (١٢) وجود فرق ذي دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)، في مصدر القلق (اللاعبين) يعزى إلى متغير الجنس ولصالح الذكور بمتوسط (٢,٨٧).

وللإجابة على تساؤل الدراسة الثالث والذي ينص على "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق تعزى إلى متغير العمر؟" تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (١٣) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١٣)

نتائج تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير العمر

رقم المصدر	مصادر القلق	أقل من ٢٠ سنة		٢٠-٢٥ سنة		٢٦ سنة فأكثر		قيمة (ف)
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	
١	جهاز التدريب	٢,٤٧	٠,٧٥	٢,٥٠	٠,٧٢	٢,٥٢	٠,٥٧	٢,٤٥
٢	إدارة المنتخب	٢,٦٧	٠,٧٥	٢,٧٣	٠,٧٣	٢,٧٠	٠,٦٤	٢,٤٥
٣	الحوافز	٢,٦٣	٠,٧٦	٣,٢٢	٠,٤٩	٢,٨٦	٠,٥١	٦,٩٩*
٤	الجمهور الرياضي	٢,٢١	٠,٨٩	٢,٤١	٠,٩٤	٣,١٦	٠,٦٧	٣,٩٧*
٥	الحكام	٣,٢٣	٠,٩٨	٣,٢٠	٠,٥٨	٣,٢٥	٠,٧١	١,٧١
٦	الإعلام الرياضي	١,٧٤	٠,٤٢	١,٨٧	٠,٧٠	٢,١٦	٠,٦٣	٤,١٤*
٧	اللاعبون	٢,٤٢	٠,٨٥	٢,٨٤	٠,٦٥	٣,١٩	٠,٧٢	٧,١٦*
٨	الإمكانات	٢,٩٦	٠,٨٠	٢,٨٨	٠,٥٢	٣,٣٣	٠,٧١	١٣,٢٩*

* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)

يتبين من الجدول رقم (١٣) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥)في مصدر القلق (الحوافز) يعزى إلى متغير العمر، ومن اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي العمر (٢٠-٢٥سنة).بمتوسط حسابي (٣,٢٢)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الجمهور الرياضي) يعزى إلى متغير العمر، ومن اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي العمر (٢٦سنة فأكثر).بمتوسط حسابي (٣,١٦). كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الإعلام الرياضي) يعزى إلى متغير العمر، ومن اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي العمر (٢٦سنة فأكثر).بمتوسط حسابي (٢,١٦)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (اللاعبون) يعزى إلى متغير العمر، ومن اختبار شيفيه

(Scheffe) للمقارنات البعدية تبين انه لصالح ذوي العمر (٢٦سنة فأكثر).بمتوسط حسابي (٣,١٩)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الإمكانات) يعزى إلى متغير العمر، و من اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين انه لصالح ذوي العمر (٢٦سنة فأكثر).بمتوسط حسابي (٣,٣٣).

وللإجابة عن تساؤل الدراسة الرابع والذي ينص على "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق تعزى إلى متغير سنوات الخبرة في النادي؟" تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (١٤) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١٤)

نتائج تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير سنوات الخبرة في النادي

رقم المصدر	مصادر القلق	أقل من سنتين		٢-٦ سنوات		٦ سنوات فأكثر		قيمة (ف)
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	
١	جهاز التدريب	٢,١٩	٠,٦٧	٢,٣١	٠,٧٣	٣,٠١	٠,٩٤	*٣,٩٧
٢	إدارة المنتخب	٢,٣٩	٠,٨٥	٢,٦٥	٠,٤٢	٣,٠٧	٠,٦٥	*٧,١٦
٣	الحوافز	٢,٩٤	٠,٨٣	٢,٨٨	٠,٥٩	٢,٩٠	٠,٥٨	١,٢٧
٤	الجمهور الرياضي	٢,٦١	٠,٢٦	٢,٥٩	٠,٤٥	٢,٥٦	٠,٦٣	١,٢٤
٥	الحكام	٣,٠٩	٠,٦٤	٣,٦٠	٠,٣٤	٣,٠١	٠,٨٩	*٢,٥٦
٦	الإعلام الرياضي	١,٤٩	٠,٣٤	٢,٢٨	٠,٩٥	١,٩٤	٠,٣٨	*٤,٧٣
٧	اللاعبون	٢,٨٢	٠,٩١	٢,٨١	٠,٨٩	٢,٧٩	٠,٩٣	٢,٤٦
٨	الإمكانات	٣,٠٧	٠,٨٧	٣,٠٤	٠,٩٢	٣,٠٢	٠,٩٧	٤,١٤

* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥).

يتبين من الجدول رقم (١٤) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدري القلق (جهاز التدريب ، إدارة المنتخب) يعزى إلى متغير سنوات الخبرة في النادي ،و من اختبار شيفيه(Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي الخبرة(٦ سنوات فأكثر)، بمتوسط حسابي(٣,٠١ ، ٣,٠٧) على الترتيب، وقد يعود السبب في اعتقاد أفراد هذه الفئة أنهم أكثر خبرة من المدربين الجدد بناءً على تجاربهم

السابقة مع مدربيهم، حيث يشعرون بان تعليماتهم ذات أثر سلبي ويلجأون إلى التدريب حسب ما اعتادوا عليه من أنظمة تدريبية،كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستـــــــوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدري القلق (الحكام) و (الإعلام الرياضي) يعزى إلى متغير سنوات الخبرة في النادي، ومن اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي الخبرة (٢–٦ سنوات)، بمتوسط حسابي (٣,٦٠ ، ٢,٢٨) على الترتيب، وقد يعود في ذلك السبب إلى قلة الخبرة بالمباريات وظروفها، وبالتالي قد تسبب تعليمات الحكام قلقا واضطرابا، بالإضافة إلى الخوف من قرارات الحكم بالأبعاد والتوقيف، وإلى الخوف من تعليق وسائل الإعلام على هذا الخطأ بأسلوب قد يجعل الأمر محرجا للاعب.

وللإجابة عن تساؤل الدراسة الخامس والذي ينص على" هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق تعزى إلى متغير المؤهل العلمي"، تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (١٥) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١٥)

نتائج تحليل التباين تبعاً لمتغير المؤهل العلمي

رقم المصدر	مصادر القلق	أقل من ثانوية عامة		دبلوم		بكالوريوس		قيمة (ف)
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	
١	جهاز التدريب	٢,٣١	٠,٦٠	٢,٤٣	٠,٧٠	٢,٧٦	٠,٥٧	٤,١٤*
٢	إدارة المنتخب	٢,٢٧	٠,٨٦	٢,٦٧	٠,٧٦	٣,١٦	٠,٤٩	٤,٥٠*
٣	الحوافز	٢,٨٦	٠,٩٢	٢,٩١	٠,٤٣	٢,٩٣	٠,٤٧	١,٤٦
٤	الجمهور الرياضي	٢,٥٠	٠,٨٨	٢,٣٣	٠,٨٨	٢,٩٤	٠,٩٢	٤,٤٠*
٥	الحكام	٣,٢٠	١,٠٣	٣,٢٤	٠,٨٣	٣,٢٦	١,٠٧	١,٦٦
٦	الإعلام الرياضي	١,٨٩	٠,٦٧	١,٩٣	١,٠٣	١,٩٤	٠,٥٥	١,٨٠
٧	اللاعبون	٢,٨٥	٠,٩١	٢,٨١	٠,٩٥	٢,٧٩	٠,٥٦	١,٧٣
٨	الإمكانات	٢,٨٩	٠,٨٨	٢,٩٦	٠,٥٥	٣,٢٧	٠,٧٦	٣,١٦*

* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥).

يتبين من الجدول رقم (١٥) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستـــــــــوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصدار القلق: (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب، والجمهور الرياضي، والإمكانات المادية) يعزى إلى متغير المؤهل العلمي، ومن اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي المؤهل العلمي (بكالوريوس)، بمتوسط حسابي (٢,٧٦، ٣,١٦، ٢,٩٤، ٣,٢٧)على الترتيب،ويعود السبب في الخصائص المميزة لصالح الفئة التي تحمل الدرجة الجامعية الأولى (بكالوريوس) أنهم يفكرون ملياً بالأشياء والأمور التي تحدث في المستقبل، وقد يرسمون في مخيلتهم أحداثا قبل أن تقع على أرض الواقع، مما يجعل هذه المصادر ذات أثر قلق عاليا عليهم.

وللإجابة عن تساؤل الدراسة السادس والذي ينص على "هل هناك فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية؟" تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (١٦) يوضح ذلك.

الجدول رقم (١٦)

نتائج تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير الحالة الاجتماعية

رقم المصدر	مصادر القلق	أعزب		متزوج		قيمة (ف)
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	
١	جهاز التدريب	٢,٤٩	٠,٨٨	٢,٥٢	٠,٥٥	١,٠٢
٢	إدارة المنتخب	٢,٧١	٠,٧٦	٢,٦٩	٠,٨٣	٠,١٧
٣	الحوافز	٢,٩٠	٠,٧٠	٢,٨٧	٠,٣٠	١,١١
٤	الجمهور الرياضي	٢,٦١	٠,٩٣	٢,٥٧	٠,٦٧	٠,٣٧
٥	الحكام	٣,٢١	٠,٨١	٣,٢٤	٠,٧٢	٠,٩٧
٦	الإعلام الرياضي	١,٩٤	٠,٧٠	١,٨٩	٠,٢٦	٠,٦٧
٧	اللاعبون	٢,٨٢	٠,٨٥	٢,٧٩	٠,٤٢	٠,٢٤
٨	الإمكانات المادية	٣,٠٥	٠,٨٣	٣,٠٢	٠,٣٩	١,٠٨

يتبين من الجدول رقم (١٦) عدم وجود فرق ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية.

وللإجابة عن تساؤل الدراسة السابع والذي ينص على "هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق تعزى إلى متغير

مستوى الدخل؟" تم استخدام تحليل التباين الأحادي والجدول رقم (١٧) يوضح ذلك:

الجدول رقم (١٧)

نتائج تحليل التباين الأحادي تبعاً لمتغير مستوى الدخل الشهري

رقم	مصادر القلق	أقل من ٢٠٠ دينار		٢٠٠-٢٥٠ دينار		٢٥١-٢٩٩ دينار		٣٥١-٣٩٩ دينار		٤٠٠ دينار فأكثر		قيمة (ف)
		وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	وسط	انحراف	
١	جهاز التدريب	٢,٢٤	٠,٩٧	٢,٥٩	٠,٣٤	٢,٣١	٠,٤٢	٢,١٩	٠,٣٧	٣,١٦	٠,٥٨	*٣,٢٥
٢	إدارة المنتخب	٢,٧٢	٠,٩٧	٢,٦٩	٠,٦٢	٢,٧٣	٠,٧٢	٢,٦٧	٠,٦٣	٢,٦٩	٠,٨٤	١,٢٤
٣	الحوافز	٢,٩٤	١,٠٦	٢,٨٨	٠,٦٧	٢,٩١	٠,٤٠	٢,٩٠	٠,٧٧	٢,٨٧	٠,٧٥	٠,٩٧
٤	الجمهور الرياضي	٢,٥٦	٠,٦٩	٢,٦١	٠,٧٨	٢,٥٧	٠,٥٥	٢,٦٣	٠,٨٦	٢,٥٦	١,٠٠	١,١٧
٥	الحكام	٣,٢٠	٠,٩٧	٣,٢٥	٠,٨٩	٣,٢٧	١,٠٩	٣,٢٣	٠,٨٨	٣,٢٠	٠,٩١	١,٠١
٦	الإعلام الرياضي	١,٦٦	٠,٣١	١,٧٢	٠,٣٤	١,٦٢	٠,٥٢	١,٨٦	٠,٩٣	٢,٧٣	٠,٥٨	*٣,٣٥
٧	اللاعبون	٢,٥١	٠,٧٤	٢,٦٧	٠,٦٢	٢,٤٨	٠,٦٢	٢,٨١	٠,٦٤	٣,٦٠	٠,٨٩	*٢,٥٦
٨	الإمكانات	٣,٠٠	١,١١	٣,٠٦	١,١٣	٣,٠١	٠,٨١	٣,٠٢	٠,٧٠	٣,٠٧	٠,٩١	١,٣٨

* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq$ ٠,٠٥).

يتبين من الجدول رقم (١٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \leq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق: (جهاز التدريب، والإعلام الرياضي، واللاعبون) يعزى إلى متغير الدخل الشهري، ومن اختبار شيفيه (Scheffe) للمقارنات البعدية تبين أنه لصالح ذوي الدخل الشهري (٤٠٠ دينار فأكثر)، بمتوسط حسابي (٣,١٦، ٢,٧٣، ٣,٦٠).

مناقشة النتائج

يتضمن هذا الجزء مناقشة نتائج الدراسة والتي هدفت إلى تعرف على أهم مصادر القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات كرة اليد، بالإضافة إلى تعرف اثر متغيرات الدراسة (الجنس، والعمر، وسنوات الخبرة في النادي، والمؤهل العلمي، والحالة الاجتماعية، والدخل الشهري) على مصادر القلق الثمانية.

فيما يتعلق بنتائج السؤال الأول: توصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن المصدر المتعلق بالحكام جاء في المرتبة الأولى بوصفه مصدراً قوياً ومؤثراً في إحداث القلق النفسي عند اللاعبين بمتوسط حسابي (٣,٢٣)، مما يوجب اخذ هذا الأمر بعين الاعتبار لتخفيف أثره ضمن العوامل المؤثرة في القلق عند اللاعبين بدرجة كبيرة، في حين كان المصدر المتعلق بالإعلام الرياضي بالمرتبة الأخيرة، بمتوسط حسابي (١,٩٢)، مما يبين أن الإعلام الرياضي لم يكن له اثر قوي بدرجة كبيرة لإحداث القلق في نفوس اللاعبين. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع

نتائج دراسة كل من (سمرين، ١٩٩٥)، ودراسة (الحريري، ١٩٩٨)، ودراسة (الدولات، ٢٠٠٢).

فيما يتعلق بنتائج السؤال الثاني: فقد دلت نتائج الدراسة على وجود فرق ذى دلالة إحصائية في مصادر القلق النفسي يعزى إلى الجنس ،وقد كان هذه الفرق لصالح الذكور في مصدري:(إدارة المنتخب واللاعبين)، ويرد الباحث سبب ذلك إلى أن لعبة كرة اليد تتميز بالاتصال المباشر و الدفع و الحجز خاصة على خطوط دائرة المرمى حيث إن معظم وقت المباراة يقضيه اللاعبون قريبين من خطوط دائرة المرمى للفريقين، وبالتالي تكثر العقوبات على اللاعبين ومما يؤدي إلى رفع القلق لدى اللاعبين من الحكام. كما إن طبيعة لعبة كرة اليد توجه فيها عقوبات كثيرة، وبالتالي فإن اللاعبين يعزون ذلك إلى عملية التحكيم.كما جاءت النتائج لصالح الإناث في مصدر جهاز التدريب ، ويعزى ذلك إلى أن الفتاة بدأت حديثاً تمارس بعض الأنشطة الرياضية، وخاصة كرة اليد؛ وذلك بسبب نظرة المجتمع المتحفظة نحو ممارسة الفتاة للأنشطة الرياضية، ومصدر الإعلام الرياضي. ويعزى ذلك إلى الحساسية الزائدة من قبل الإناث نحو التعليقات الإعلامية وتسليط الأضواء على النواحي السلبية والأخطاء أثناء المباريات مما يشعرهن بالحرج، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل من (Kamal ,Wilson & Parson,1985)، ودراسة (Sigh,1985)، وتعارضت مع نتائج دراسة (قنديل،١٩٩١).

فيما يتعلق بنتائج السؤال الثالث: أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الحوافز) يعزى إلى متغير العمر، ولصالح ذوي العمر(٢٠–٢٥سنة)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الجمهور الرياضي) يعزى إلى متغير العمر ،و لصالح ذوي العمر(٢٦سنة فأكثر)، وربما يعود السبب في ذلك إلى أن هذه الفئة بحاجة إلى تشجيع الجماهير أكثر من الفئات الاخرى.كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستـــوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الإعلام الرياضي) يعزى إلى متغير العمر ولصالح ذوي العمر(٢٦سنة فأكثر)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (اللاعبين) يعزى إلى متغير العمر، ولصالح ذوي العمر(٢٦سنة فأكثر)، ويعود السبب في ذلك إلى أن هذه الفئة أكثر حباً للتميز والظهور، وبالتالي يحاول كل منهم الظهور على حساب الآخرين، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدر القلق (الإمكانات) يعزى إلى متغير العمر، ولصالح ذوي العمر (٢٦سنة فأكثر)، ويرى الباحث سبب ذلك أن هناك حساسية لدى اللاعبين من إدارة المنتخب؛ حيث يتم انتقاء اللاعبين للمشاركة في المباريات الخارجية والمهمة بناءً على كفاءة الأداء والالتزام بالتدريبات وقلة الأخطاء، وبالتالي يكون اللاعب عرضة للاستثناء من السفر والمشاركة. كما أن نظام المكافآت مرتبط

بالفوز، وهذا يجعل اللاعب دائم القلق من حرمانه من تلك المكافآت. مما يوجب الاهتمام بهذه المرحلة ومحاولة إزالة العوامل المسببة للقلق النفسي عندهم. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة(مكناي، ٢٠٠٠)، وتعارضت مع نتائج دراسة (Sigh,1985)، ودراسة (الشاويش، ١٩٩١).

فيما يتعلق بنتائج السؤال الرابع: فلقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدري القلق (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب) يعزى إلى متغير سنوات الخبرة في النادي ،و لصالح ذوي الخبرة(٦ سنوات فأكثر)،وقد يعود السبب في ذلك إلى اعتقاد أفراد هذه الفئة أنهم أكثر خبرة من المدربين الجدد بناءً على تجاربهم السابقة مع مدربيهم، حيث يشعرون بأن تعليماتهم ذات أثر سلبي ويلجأون إلى التدريب حسب ما اعتادوا عليه من أنظمة تدريبية،كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصدري القلق (الحكام، والإعلام الرياضي) يعزى إلى متغير سنوات الخبرة في النادي ،ولصالح ذوي الخبرة (٢–٦ سنوات)،وقد يعود السبب إلى قلة الخبرة بالمباريات وظروفها وبالتالي قد تسبب تعليمات الحكام قلقا واضطرابا بالإضافة إلى الخوف من قرارات الحكم بالأبعاد والتوقيف، وإلى الخوف من تعليق وسائل الإعلام على هذا الخطأ بأسلوب قد يجعل الأمر محرجا للاعب. واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (مكناي، ٢٠٠٠)، وتعارضت مع نتائج دراسة (Sigh,1985),و دراسة (الشاويش، ١٩٩١).

فيما يتعلق بنتائج السؤال الخامس: أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ($\alpha \geq$ ٠,٠٥) في مصادر القلق: (جهاز التدريب، وإدارة المنتخب، والجمهور الرياضي، والإمكانات المادية) يعزى إلى متغير المؤهل العلمي، ولصالح ذوي المؤهل العلمي (بكالوريوس)، ويعود السبب في ذلك إلى الخصائص المميزة لصالح الفئة التي تحمل الدرجة الجامعية الأولى (بكالوريوس) لأنهم يفكرون ملياً في الأشياء والأمور التي تحدث في المستقبل، وقد يرسمون في مخيلتهم أحداثا قبل أن تقع على أرض الواقع يجعل هذه المصادر ذات أثر قلق بدرجة عالية عليهم. مما يوجب التعامل مع هذه الفئة بحذر لإزالة العوامل المسببة للقلق النفسي عندهم والاهتمام ببرامج الإعداد النفسي.

فيما يتعلق بنتائج السؤال السادس: أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فرق ذى دلالة إحصائية في مصادر القلق يعزى إلى متغير الحالة الاجتماعية. وقد يكون هناك فرق، ولكن لم يظهر لأنه ضعيف، أو أن تأثيره كان متوسطاً فألغى أو أخفى، وربما أن الأمر يحتاج إلى مزيد من الدراسة والبحث لمعرفة مدى تأثير هذا المتغير.

فيما يتعلق بنتائج السؤال السابع: أظهرت نتائج الدراسة وجود فروقات ذات دلالة إحصائية في مصادر القلق النفسي تعزى إلى متغير مستوى الدخل الشهري و لصالح ذوي الدخل الشهري (٤٠٠ دينار فأكثر)، وحسب رأى الباحث فان ذلك يكون مرده إلى أن

اللاعبين الذين جاءوا من طبقات اجتماعية أعلى يكون تدريبهم على تحمل الضغط و معاناة التدريب و الالتزام أقل من الطبقات الفقيرة. وقد كانت هذه الدلالة في ثلاثة مصادر فقط هي (الجهاز التدريبي والإعلام الرياضي واللاعبون). واتفقت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة (الشاويش،١٩٩١).

التوصيات

من خلال النتائج التي توصلت إليها الدراسة يوصي الباحث بما يلي:

١. الاهتمام بخطط الإعداد النفسي لفرق كرة اليد بكافة مستوياتها، لجعل اللاعبين أكثر استعدادا لمواقف اللعب المختلفة، ولتخفيفأاثر مختلف العوامل عليهم مما يؤثر بشكل إيجابي على أداء اللاعبين.

٢. الاهتمام بجهاز التحكيم لأن لقراراته أثرا قد يكون إيجابيا وقد يكون سلبيا، والذي بدوره قد يحدث عنفاً وشغباً في الملاعب، إضافة إلى الضغط النفسي الذي يحدثه الحكم على اللاعبين مما يسبب شعورهم بالقلق، وبالتالي يؤثر سلباً على أدائهم.

٣. الاهتمام بالحوافز للاعبين لتشجيعهم على اللعب، وتخفيف ضغط النواحي المادية عليهم و تأمين احتياجاتهم حتى يكونوا متفرغين للعب.

٤. الاهتمام بالإعداد الجيد للجهاز التدريبي والإعلام الرياضي واللاعبين أنفسهم، في سبيل تفهم أكبر لدورهم ومدى تأثير هذا الدور على اللاعبين، بحيث يكون هذا التأثير نحو الأمور الإيجابية، وتحسين المستوى ولا يكون نحو أمور سلبية تخفض المستوى.

٥. توفير إمكانات مادية بشكل أكبر لهذه اللعبة،في سبيل الارتقاء بالمستوى ،من حيث توفير الملاعب والبرامج الغذائية والأدوات والبرامج التدريبية و وسائل والمواصلات.

٦. مساهمة وسائل الاعلام والمؤسسات التعليمية في توعية أولياء أمورهم بضرورة تشجيع أبنائهم و دعمهم بالمشاركة في الأنشطة التنافسية لكلا الجنسين.

٧. إجراء المزيد من الدراسات حول المشاكل والمعوقات التي تحد من تطور كرة اليد الأردنية، سواء كانت للذكور أم للإناث، ولكافة المستويات ودرجات الأندية.

٨. إجراء دراسات مشابهة لموضوع الدراسة مع اخذ نفس المتغيرات، أو متغيرات أخرى إضافة إلى تطبيقها على ألعاب جماعية أخرى، أو فردية مع تغيير ما يكون مناسباً لموضوع الدراسة.

المراجع

أبو زيد. إبراهيم وجزر، إبراهيم (٢٠٠٠). قلق المنافسة الرياضية ودافعية الإنجاز لدى ممارسي بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية.دراسة مقارنة. **المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية**، جامعة حلوان، (٣٤)،١٤٢-١٦٥ .

الجريري، أمجد جهاد (١٩٩٨). **مصادر القلق النفسي لدى لاعبي التيكواندو في الأردن،** رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

حداد، بولص (٢٠٠٥). **مصادر الضغط لدى حكام الألعاب الجماعية في الأردن** ، رسالة ماجستير غر منشورة ، جامعة اليرموك، الأردن

الدولات، فراس سالم (٢٠٠٢). **مصادر ومستويات القلق لدى طلبة كليات التربية البدنية في مساقات الجمباز**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، إربد.

راتب، أسامة (١٩٩٥). **علم النفس الرياضي.** دار الفكر العربي: القاهرة.

سمرين، هاني (١٩٩٥). **مصادر ومستويات القلق النفسي لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الجماعية في الأردن**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، عمان.

الشاويش، نايف (١٩٩١). **مستويات القلق النفسي عند معلمي ومعلمات التربية الرياضية لمرحلة التعليم الأساسي في محافظة عمان**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، عمان.

الطالب، نزار والويس، كامل (١٩٩٣). **علم النفس الرياضي**. بغداد: دار الحكمة للطباعة والنشر.

عبد السلام. مصطفى (١٩٨٥). **القلق: دراسات في الأمراض النفسية الشائعة**. العراق: مكتبة النهضة.

علاوي، محمد (١٩٩٨). **مدخل إلى علم النفس الرياضي**،(ط٢). القاهرة: مركز الكتاب للنشر.

الغزاوي، أياد عبد الكريم والعبكي، منصور جميل (١٩٨٨). **علاقة القلق النفسي بمستوى الإنجاز في ظروف المسابقات المحلية والدولية لمنتخب الوطني لرفع الأثقال**. بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق، الجزء الثاني، بغداد.

فرويد، سيجموند (١٩٦٢). **القلق** ، ترجمة محمد عثمان نجاتي.القاهرة: مكتبة دار النهضة العربية .

قنديل، محروس محمد (١٩٩١). العلاقة بين مستوى القلق (سرعة التعلم ومستوى الأداء المهاري للمبتدئين الكبار في رياضة الجمباز. **المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة،** جامعة جلوان، (١٢) ،٦٨-٩١.

مكناي، أياد مشهور (٢٠٠٠). **مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن وعلاقتهما بالإنجاز الرياضي**، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، عمان.

American Encyclopedia, (1998). **Psychology microsoft**, Encarta-Corporation: AE.

Cox, R. H. 1985. **Sport psychology concepts applications**. NY: W.M.C Brown Publishers.

Kamal, A., Wilson, N. & Parson, G. (1985). **Social environment and Anxiety: A study of Competitive Swimmers,** Paper Presented to Thomas the World Denmark, P (43).

Linda, K. (1985). **The effect of anxiety and personal on performance psyching them not ant.** In tinda K. ed. Sport Psychology. Samdy Sharpe.

Mahoney, M. & Avener, M. (1980). Psychology of the elite athlete: An study. **Cognitive Therapy and Research. 51** (1), 77-89.

Martenz, R. & Burtun, D. (1992). **Competitive anxiety in sport**. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

Singh, A. (1985). **Sport competitive anxiety of lindian a fanction of their age, playing experience and sex.** Paper Presented to the world Congress in Spore Psychology Copenhagen, Denmark.

Speillberger,C.D.(1966).**Anxeity and behavior**. NewYork: Acadamic Press.

Stration, R. (1995). Perceived sources of stress in chmPion high school athletes**. Journal of Sport and Exercise Psychology. 161,** 101-110.