

أثر قلق المنافسة على بعض العوامل النفسية من  
وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية  
محافظة نابلس بفلسطين

د. وليد محمد شاهين

دائرة التربية الرياضية

كلية التربية - جامعة بيرزيت

Waleed\_shaheen2003@yahoo.com

د. محمود وجيه كايد

دائرة التربية الرياضية

كلية التربية - جامعة بيرزيت

dr.mahmaud.kayed@gmail.com

## أثر قلق المنافسة على بعض العوامل النفسية من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس بفلسطين

د. وليد محمد شاهين  
دائرة التربية الرياضية  
كلية التربية - جامعة بيرزيت

د. محمود وجيه كايد  
دائرة التربية الرياضية  
كلية التربية - جامعة بيرزيت

### الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى إلقاء الضوء على أثر بعض العوامل النفسية من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس بفلسطين، بالإضافة إلى التعرف على الفروق في وجهات نظر عينة الدراسة تعزى إلى متغير (مكان السكن، درجة النادي، سنوات الخبرة) حول أثر قلق الاشتراك بالمنافسة لدى لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس، واستخدام الباحثان المنهج الوصفي بصورته المسحية وأجريت الدراسة على عينة تكونت من (57) لاعب كرة قدم من أندية محافظة نابلس ونذكر منها (مركز شباب بلاطة، مركز شباب عسكر، نادي الاتحاد الرياضي، ونادي أهلي بلاطة) ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام الاستبانة في صورتها النهائية بما يتناسب مع بيئة الدراسة، وقد استخدم الباحثان استبانة مكونة من (16) فقرة موزعة على (3) مجالات وهي الاضطراب الجسدي، وتكون من (6) فقرات، الاضطراب النفسي، وتكون من (5) فقرات، والثقة بالنفس، وتكون من (5) فقرات. لقد أظهرت نتائج الدراسة أن الدرجة الكلية للمجالات (الاضطراب النفسي، والاضطراب الجسدي، والثقة بالنفس) لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس كانت كبيرة، وقد أوصت الدراسة بضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي قبل المنافسات واستخدام الأساليب الحديثة في التغلب على ارتفاع مستوى القلق وخفض مستوى التوتر لدى اللاعبين.

الكلمات المفتاحية: قلق المنافسة، العوامل النفسية، كرة القدم.

## The Impact of Competition Anxiety on Some Psychological Factors from the Perspective of Football Players in the Clubs of Nablus Governorate in Palestine

**Dr. Mahmoud W. Kayed**

Faculty of Education  
Birzeit University

**Dr. Waleed M. Shaheen**

Faculty of Education  
Birzeit University

### Abstract

This study aimed to shed the light on the impact of competition anxiety from the perspective of football players in the clubs of Nablus governorate, in addition to; identifying the differences in the views of the study sample attributed to variables of; (place of residence, club's degree and years of experience), about the impact of contribution anxiety in the competition among the football players in the clubs of Nablus governorate.

The researchers used the descriptive method in their survey, and the study was conducted on a sample of (57) football players from Nablus governorate clubs, among them are (The Balata Youth Center, Askar Youth Center, Al-Ittehad Sports Club and the Club of Balata People as appropriate to the study environment). To achieve the objectives of the study, a questionnaire about anxiety of competition was used in its final form after adjusting it to suit the community of study. The researchers used a questionnaire consisting of (16) paragraphs distributed on (3) areas; physical disorder, which consists of (6) paragraphs, psychological disorder, which consists of (5) paragraphs, self-confidence which also consists of (5) paragraphs.

The results of the study show that the total score of the areas; (psychological disorder, physical disorder, and self-confidence) of the impact of competition anxiety from the viewpoint of football players in the clubs of Nablus governorate was great, and the study recommended the need to pay attention to the Psychological preparation before competitions, and the use of modern methods in overcoming the high level of anxiety and reduce the players' nervousness.

**Keywords:** competition anxiety, psychological factors, football.

## أثر قلق المنافسة على بعض العوامل النفسية من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس بفلسطين

د. محمود وجيه كايد

دائرة التربية الرياضية

كلية التربية - جامعة بيرزيت

د. وليد محمد شاهين

دائرة التربية الرياضية

كلية التربية - جامعة بيرزيت

### المقدمة

يعد اللاعب القاعدة الأساسية التي يقوم عليها الإنجاز الرياضي لذا من الواجب أن يتم تهيئته وإعداده إعداداً متكاملًا من جميع الجوانب البدنية والمهارية والخططية والنفسية والذهنية حيث أشار (الأطرش، ٢٠١٧، ص١٢٨) أن علم النفس الرياضي أصبح من العلوم التي تحتل مكانة عظيمة في مجال المنافسة الرياضية ونال اهتماماً كبيراً من العاملين في الحقل الرياضي، وهذا ما تؤكده دراسة (Larissa, Christine, & Gerhard, 2012)، ودراسة ربيع وآخرون (Rabee, Mohamad, Rabiou & Ahmad, 2016) والتي سلطت الأضواء على أهمية الإعداد النفسي ودوره في استقرار أداء اللاعبين والفوز بالمنافسة.

والإعداد النفسي هو أحد المكونات الضرورية الحتمية في الوحدة التدريبية وبدونه يستحيل إحراز النجاح في الرياضة، وبهذا يعد علم النفس الرياضي الميداني من أهم المعلومات التي دخلت مجال النشاط الرياضي، والتي لها نصيب كبير في وصول الرياضي إلى أعلى المراتب الرياضية عن طريق أفضل السبل التي تجعله بأفضل حالاته النفسية لتقبل الجرعات التدريبية وكذلك مقابلة المنافس. (حلاوة، ٢٠١١، ص٢٤٤٣)

أشار (بزيو، ٢٠٠٧، ص١٣٧) أن الإعداد النفسي له دور مهم بالنسبة إلى الرياضيين وذلك من خلال التقييم الدقيق للمنافسات الرياضية المتعددة حيث أصبح الإعداد النفسي بالإضافة إلى جوانب أخرى جزءاً لا يتجزأ من إعداد الرياضيين للاشتراك في المنافسات الرياضية وتوجيههم بصورة تسمح باستخدام كل إمكانياتهم وطاقاتهم واستثمارها إلى أقصى مدى ممكن أثناء المنافسة الرياضية. ويعتبر الإعداد النفسي للاعب كرة القدم من أساسيات الوصول للإنجاز الرياضي مما دعا المدربين إلى وضع الخطط الخاصة بالإعداد النفسي جنباً إلى جنب مع الإعداد البدني والمهاري والخططي والذهني وأن ما تشهده كرة القدم على مستوى العالم وما يقدمه اللاعبون من أداء رفيع المستوى وإبداعات ما هو الانتاج اندماج الإعدادات

جميعها وتضافرها، ويرى الباحثان أن الهدف من الإعدادات هو وصول اللاعب إلى الحالة المثلى في جميع الجوانب البدنية والمهارية والنفسية والذهنية بل والمحافظة عليها بمستوى عالٍ لأطول فترة زمنية ممكنة في مرحلة المنافسات، حيث أن الاستقرار النفسي للاعبين له الأثر الكبير على أدائهم والاستعداد للكفاح، ويعتبر القلق الذي يسبق المنافسة ذا آثار سلبية على أداء اللاعبين ومؤشراً على جاهزية اللاعب للاشتراك بالمنافسة.

وقد عرف البعض قلق المنافسة على أنه حالة تصيب اللاعبين قبل الاشتراك في المنافسات، وبأنها حالة من الاضطراب تصيب اللاعب خوفاً من الاشتراك بالمنافسة، وقد عرفها (فوزي، ٢٠٠٣، ص ١٣٢) بأنها حالة الاستثارة التي يستعد بها الفرد للدفاع عن نفسه والمحافظة عليها، ويشير علاوي (٢٠٠٢) بأن قلق المنافسة الرياضية هو ذلك القلق الناجم عن اشتراك اللاعب في مواقف المنافسة الرياضية، ويرى (جابر، ٢٠٠٩، ص ٩٠) بأن لكل لاعب مستوى معين من القلق يختلف عن غيره من اللاعبين، وقد ركزت بعض الدراسات على وضع مقاييس لقلق المنافسة كما جاء بالمقياس الفرنسي لقلق الحالة التنافسية والذي قام بتعديله كوكس ورفاقه (٢٠٠٣)، وكذلك دراسة (Bozkus & Turkmen, 2013) والتي تم استخدام اختبار القلق التنافسي الرياضي (SCAT) في من أجل تحديد مستوى القلق التنافسي.

وتعد كرة القدم من أكثر الرياضات تنافسية من خلال ما تحمله مبارياتها من إثارة وضغوط تؤدي إلى استثارة حالة القلق تصيبه قبل الاشتراك بالمنافسة، حيث أن اللاعب إنسان يحس ويشعر ويتعامل مع هذه الحالة، من خلال محاولته لبذل مجهودات إضافية ليصل إلى حالة استعداد واستقرار تمكنه من تحسين أدائه وهذا ما أشار إليه مصطفى بورنان ومراج صحراوي (٢٠٠٩، ص ١٦٤). وهذا ما أكدته دراسة (Gardner, Vella & Magee, 2015).

ومن الدراسات السابقة التي تناولت موضوع قلق المنافسة نذكر دراسة (Daryna, Olha & Svitlana, 2019)، والتي هدفت إلى التعرف على الفروق بين الجنسين في استراتيجيات القلق والقدرة التنافسية ضمن فريق الناشئين لكرة اليد، بحيث استخدم الباحثون الاستبيان الموجه الذي تم تطويره بواسطة Folkman and Lazarus في عام ١٩٨٨ واعتمده Bityuskaya في عام ٢٠١٥، وقد تكونت العينة من (٣٥) ناشئاً من متوسط الأعمار (١٥، ٦٣) وفقاً للتقسيم الآتي: (٢٢) مشاركة من الإناث و (١٣) مشاركة من الذكور من الناشئين المشاركين في المنتخب الأوكراني لكرة اليد للناشئين، وقد خضعت العينة لاختبارات القلق والقدرة التنافسية الذي طورته مارتنيز (١٩٧٧) واعتمده حنين عام (١٩٨٢)، حيث كشفت النتائج وجود فروق في مستوى قلق المنافسة بين كلا الجنسين، وقد أظهرت الدراسة أن اللاعبات الناشئات لديهن درجة أعلى بكثير من الذكور في مقياس التنافس وتحمل المسؤولية

، وأن زيادة قلق المنافسة عند الرياضيين الأوكرانيين الذكور كان أعلى وقد كان التكيف في مستوى القلق التنافسي منحازاً بين كلا الجنسين.

كما قامت جوانا و جابونيلز (Joana & Gabunilas, 2019) بدراسة تأثير الصلابة الذهنية وقلق المنافسة الرياضية على تحسين الأداء الرياضي لرياضي FEU و المشجعين الهاتفين فيما يتعلق بأدائهم في الموسم الخامس والسبعين لجامعة الاتحادات الرياضية في الفلبين (UAAP)، وقد استخدمت الباحثة الطريقة الوصفية المسحية التحليلية الوثائقية، وتكونت العينة من الطلبة الرياضيين الذين بلغ عددهم (٥٤) طالباً رياضياً و (٢٥) مشجع/ة هتاف، وقد استخدمت الباحثة الاستبانة كأداة للدراسة، بحيث تكونت الاستبانة من (١٨) فقرة ، وقد تم إعداده من إيان كوكريل (٢٠٠٢) كما استخدمت اختبارات قلق المنافسة الرياضية (SCAT) ، وتم جمع تلك الأدوات وتحليلها بشكل كامل، وقد خرجت الدراسة بمجموعة من النتائج أهمها: رياضة ريشة الطاائرة والتايكوندو وكرة الشاطئ جاءت بمستوى متوسط من استجابات العينة في مستوى الصلابة الذهنية وقلق المنافسة بينما كانت مرتفعة لدى لاعبي تنس الطاولة.

وقد جاء مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي تنس الطاولة والتحفيز وتحمل الضغط وتنفيذ الاستراتيجيات الناجحة تحت الضغط والتركيز وتحقيق الأهداف والنجاح والتحليل ومواجهة الصعوبات والاستمرارية والقدرة على الاستشفاء من الأداء المتدني أعلى من الرياضات الأخرى، كما أظهرت النتائج أن معظم الرياضيين لديهم معدل معتدل من قلق المنافسة وأن المشجعين / المشجعات الهاتفين / الهاتفات لديهم مستوى متوسط من الصلابة الذهنية وهذا يدل على وجود مستوى قياسي من الثقة بالنفس واتخاذ القرارات وتنفيذ الاستراتيجيات تحت الضغط والتركيز وتحقيق الأهداف والنجاح. وقد كان من أهم التوصيات: ضرورة تحديد نقاط الضعف في الأداء الرياضي، باعتبارها الخطوة الأولى لتطويرهم، إضافة إلى ضرورة إيجاد بنية للتدريب الذهني ودمجها في برامج التدريب الأساسية.

وقد أجرى باتيل (Savitri S Patil, 2019) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير مستوى المنافسة الرياضية على سلوك القلق بين السيدات اللاعبات بين المستوى الوطني و مستوى الولاية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي من خلال استخدام استبانة قلق المنافسة الرياضية (SCAT) بحيث تكونت العينة من (٢٥) رياضية على المستوى الوطني و (٢٥) رياضية على مستوى الولاية بالطريقة العشوائية من بطولة الدولة الثالثة والسنتين لألعاب القوى في ولاية البنغال الغربية ، وأظهرت النتائج وجود اختلاف كبير في قلق ما قبل المنافسة

بين الرياضيات على المستوى الوطني والرياضيات على مستوى الولاية لصالح الرياضيات على المستوى الوطني، بحيث كان قلق ما قبل المنافسة على الرياضيات على مستوى الولاية أعلى وذلك نتيجة الخوف من الفشل والتفكير المفرط بوجهة نظر الأشخاص عن الأداء إضافة إلى قلة الثقة بالنفس، بينما كان قلق ما قبل المنافسة لدى الرياضيات على المستوى الوطني أقل نتيجة ارتفاع مستوى الأداء والخبرة ووجود برامج تدريبية تركز على العامل النفسي.

وقام أيضاً الاطرش، محمود (٢٠١٧) بدراسة هدفت التعرف إلى مستويات قلق المنافسة القبلي لدى لاعبي كرة القدم للمحترفين بالدوري الفلسطيني، كما هدفت التعرف إلى أثر متغيرات الدراسة على مستويات قلق المنافسة القبلي لدى لاعبي كرة القدم للمحترفين بالدوري الفلسطيني، ولتحقيق هدف الدراسة تم إعداد استبانة ومعالجتها إحصائياً باستخدام الرزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وتكونت عينة الدراسة الحالية من (٦١) من لاعبي كرة القدم في الدوري الفلسطيني للمحترفين، يتضح من نتائج الدراسة أن مستويات قلق المنافسة القبلي لدى لاعبي كرة القدم للمحترفين بالدوري الفلسطيني كانت بدرجة متوسطة، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0.05$ ) في تقديرات أفراد العينة مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في الدوري الفلسطيني للمحترفين من وجهات نظرهم تعزى لمتغيرات مكان السكن، مركز اللعب، الخبرة، اللاعب، ويوصي الباحث بضرورة العمل على تنمية مهارات ضبط النفس والتغلب على القلق لدى لاعبي كرة القدم، بغرض تعزيز القدرات النفسية لديهم، وإجراء مزيد من الدراسات بهدف التعرف على العلاقة بين مستويات القلق النفسي والاداء لدى اللاعبين.

وأجرى بورنان (٢٠١١) دراسة هدفت التعرف إلى قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر، وهل هناك فروق في دافعية الإنجاز بين لاعبي كرة القدم ذوي المستوى المنخفض وذوي المستوى المرتفع في قلق المنافسة الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لملاءمته لأهداف الدراسة، ومن أهم النتائج التي توصل إليها الباحث أنه لا يوجد فروق فردية في دافعية الإنجاز بين لاعبي كرة القدم ذوي المستوى المنخفض وذوي المستوى المرتفع في قلق المنافسة لرياضية، ومن أهم التوصيات التي يوصى بها الباحث يتميز رياضي كرة القدم بأبعاد مختلفة لدافعية الإنجاز وهي (دافع إنجاز النجاح، دافع تجنب الفشل)، وإجراء دراسات أخرى في موضوع الدراسة على ألعاب الجماعية وفردية.

وقام ياداف (Yadav, 2011) بدراسة هدفت إلى التعرف على حالات قلق ما قبل المنافسة للاعبين الريشة الطائرة المشاركين في بطولة الجامعات للريشة الطائرة المقامة في مدينة جابالبور (Jabalpur) في الهند في الفترة من 12/29-1/2/2009، وتكونت عينة الدراسة من (54 ذكراً و27 أنثى) تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، تم جمع البيانات عن طريق الاستبيان الذي صممه رينر مارتنز (Rainer Martens) كمعيار لقياس قلق ما قبل المنافسات الرياضية، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية كبيرة في انخفاض حالة قلق ما قبل المنافسة بين الفائزين والخاسرين ولصالح الفائزين، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لحالة قلق ما قبل المنافسة بين الذكور والإناث.

وكذلك قام جابر، رمزي (2008) بدراسة هدفت إلى التعرف على واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (22) لاعبا، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، واختبار قلق المنافسة الرياضية من تصميم "راينز مارتنز" أعد صورتها العربية علاوي (1998). وقد أظهرت نتائج الدراسة أن واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند لاعبي المسافات المتوسطة في فلسطين كانت قليلة جدا لدى عينة البحث حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (7, 44%). وقد أوصى الباحث بضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي واستخدام الأساليب الحديثة في التغلب على زيادة القلق مثل التدريب على الاسترخاء والاسترخاء العقلي والتي تعمل على عزل اللاعب والتركيز على الأداء.

وقام الصباحه، خيري (2007) بدراسة هدفت إلى التعرف على القلق وعلاقته بمستوى الأداء الجامعي لدى طلبة الألعاب الفردية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، وتكونت عينة الدراسة من (50) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية والمسجلين لمساق الألعاب الفردية، حيث بلغ عدد الطلبة الذكور (17) طالبا والإناث (23) طالبة. استخدم الباحث مقياس القلق الذي وضعه (سبيلبرجر وآخرون) وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين القلق والأداء بشكل عام حيث كانت هذه العلاقة ذات دلالة إحصائية في رياضة السباحة وقريبة من المعنوية في رياضة الجمباز وبعيدة عن المعنوية في رياضة ألعاب القوى.

وبالنظر في ماسبق يبدو أن دراسة قلق المنافسة من فترة لأخرى وانعكاساتها على ثقة اللاعبين ذات أهمية كبيرة في الوسط الرياضي بشكل عام وفي لعبة كرة القدم بشكل خاص

وخصوصاً فترة المنافسات، ونالت اهتمام العديد من الدراسات العربية والاجنبية ذات الصلة، لذا كان لزاماً علينا أن نتعرف على أثر قلق المنافسة على بعض العوامل النفسية من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس من خلال البحث بأسلوب علمي عن قلق المنافسة والعوامل النفسية التي تؤثر على اللاعبين.

### مشكلة الدراسة

لم تعد مهمة المدربين في أنديةنا سهلةً وخاصة أن المدرب هو المسؤول عن جميع المهام الفنية ويلعب دور الاختصاصي النفسي للفريق بل يتعدى أكثر من ذلك مما سبب عدم قدرته على التركيز على تهيئة اللاعبين في جميع جوانب الاعداد بالشكل المناسب وعلى وجه التحديد الإعداد النفسي الذي يعتبر من أهم جوانب الاستعدادات للوصول للفورمة الرياضية. وقد لاحظ الباحثان أن هنالك بعض مظاهر القلق لدى اللاعبين قبل الاشتراك بالمنافسة وذلك من خلال متابعتها للدوري الفلسطيني ومن خلال استمزاغ بعض آراء اللاعبين والمدربين حول حالة قلق المنافسة وتأثيرها على أداء ومستوى لاعبي كرة القدم في فلسطين تمت ملاحظة أن هناك مشكلة حقيقية بظهور بعض مظاهر القلق والذي يمكن أن يكون قد أثر على أدائهم ومما تقدم حاول الباحثان إلقاء الضوء على أثر قلق المنافسة على بعض العوامل النفسية من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس بفلسطين وإجراء دراسة على أسس علمية والاستفادة من نتائجها في الوقوف على أهم مظاهر القلق التي قد تصيب اللاعبين قبل الاشتراك في المنافسة والاستفادة منها ومحاولة تجنب تأثيرها على المنافسة وتهيئة اللاعبين للمنافسات بشكل أكثر مثالية.

### أهمية الدراسة

يعتبر اللاعب رأس مال الأندية في تحقيق الإنجاز والفوز ويجب الاهتمام بإعداده من جميع الجوانب من ناحية بدنية ومهارية وخططيه ونفسية، وتتبع أهمية هذه الدراسة من تركيزها على رأي اللاعب نفسه في التعبير عن قلق المنافسة الذي يعتبر من ركائز الإعداد النفسي وبحيث أن الجانب النفسي من الإعداد أصبح ذو أهمية بالغة في تميز الاداء واستقراره، كما أن التطورات الحاصل في الرياضة الفلسطينية وعلى وجه الخصوص في لعبة كرة القدم وتطور كرة القدم في الدوري الفلسطيني وارتفاع حدة التنافس على اللاعبين في اعتماد الاحتراف مما رفع من حدة المنافسة وبالتالي يزيد من أهمية الإعداد النفسي نظراً إلى زيادة قلق المنافسة

عند اللاعبين حيث أشار الأطرش (٢٠١٧) إلى أن كرة القدم الفلسطينية والتطورات الحادثة على صعيد الاحتراف أمور ساهمت في ارتفاع مستويات المنافسة ومن ثم القلق وتأتي أهمية هذه الدراسة أيضاً من محاولتها تسليط الضوء على أثر قلق الاشتراك بالمنافسة على اللاعبين لينال ما يستحقه من اهتمام ومتابعة من المدربين والمعنيين وتسلط الضوء على عدة مجالات وهي المجال النفسي والجسدي وأثرها أيضاً على مجال الثقة بالنفس، ولجذب اهتمام المدربين وذوي الاختصاص في عدم أغفال الأعداد النفسية من قائمة الاستعدادات للمنافسة جنباً إلى جنب مع الأعداد البدني، وقد تساعد الدراسة في توفير معلومات عن أكثر المجالات تأثيراً في قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس، كما تساعد الدراسة الحالية الباحثين والمهتمين بالقيام بدراسات مشابهة في المجال الرياضي ولكلا الجنسين حول قلق المنافسة للعمل على إعداد البرامج الهادفة لمواجهة حالة القلق والحد من تأثيراته السلبية على الأداء.

### حدود الدراسة

- الحد البشري: اقتصر على لاعبي الاندية الرياضية في محافظة نابلس في شمال فلسطين.
- الحد المكاني: اقتصر المكان على ملعب بلدية نابلس بفلسطين.
- الحد الزمني: اقتصر على لاعبي كرة القدم في المرسم الرياضي ٢٠١٨ - ٢٠١٩م.
- الأداة المستخدمة: ارتبطت دقة النتائج بمدى صدق الأداة وثباتها.

### أهداف الدراسة

- في ضوء مشكلة الدراسة يحاول الباحثان تحقيق الأهداف التالية:
- التعرف على أثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس.
- التعرف على أثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تبعاً لمتغيرات الدراسة (مكان السكن، درجة النادي، سنوات الخبرة).

### تساؤلات الدراسة

- لتحقيق أهداف الدراسة حاول الباحثان الإجابة عن التساؤل الرئيسي: -
- ١. ما أثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس؟
- ٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) لأثر قلق المنافسة

- من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تبعاً لمتغيرات الدراسة؟ لمعرفة ذلك من خلال الإجابة عن التساؤلات الفرعية التالية؟
٢. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ )، لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس ومتغير مكان السكن؟
٤. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ )، لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس ومتغير درجة النادي؟
٥. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ )، لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس ومتغير سنوات الخبرة؟

### مصطلحات الدراسة

**قلق المنافسة:** عرفها بدران أحمد (٢٠١٤) بأنها «الميل لإدراك مواقف المنافسة الرياضية لمهددات ما، والاستجابات لهذه المواقف تتسم بالخوف والتوتر».

**العوامل النفسية** «تعريف إجرائي»: وهي مجموعة العوامل التي تؤثر على نفسية اللاعبين بشكل عام ولها دورٌ مهمٌ وكبيرٌ على اللاعبين وعلى مستوى الفريق. وقد تناول الباحثان مجموعة نذكر منها (الاضطراب الجسدي، الاضطراب النفسي، والثقة بالنفس).

### الطريقة والإجراءات

#### منهجية الدراسة

لتحقيق أهداف هذه الدراسة استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي لجمع البيانات من مجتمع الدراسة والتعرف على خصائصه لمعرفة قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس، وهذا الأسلوب يناسب تحقيق أهداف الدراسة.

#### مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من لاعبي كرة القدم في (٧) أندية من أندية محافظة نابلس والبالغ عددهم (٢٠٢) لاعب مسجل.

#### عينة الدراسة

اشتملت الدراسة على لاعبي كرة القدم الذين تواجدوا في الفترات التدريبية والمباريات في ملعب بلدية نابلس ونذكر منهم لاعبي (مركز شباب بلاطة، مركز شباب عسكر، نادي الاتحاد

الرياضي، ونادي أهلي بلاطة) في الفترة الزمنية الواقعة من ٢٠-١٠-٢٠١٨ ولغاية ٢٨-١١-٢٠١٩م وما نسبتهم (٣٥٪) من المجتمع الأصلي أي ما يساوي (٧٠) لاعب، تم توزيع الاستبانة على اللاعبين، وبعد إتلاف (٤) استبانات غير صالحة وعدم استرجاع (٩) استبانات بسبب الإهمال، أصبحت عينة الدراسة (٥٧) لاعباً تم اختيارهم بالطريق العشوائية.

### وصف وتوزيع العينة

١- متغير مكان السكن: يوضح الجدول التالي توزيع عينة الدراسة حسب متغير مكان السكن.

#### الجدول (١)

#### توزيع عينة الدراسة حسب متغير مكان السكن

النسبة المئوية%	التكرارات	مكان السكن
٣٣,٤	١٩	قرية
٣٦,٨	٢١	مخيم
٢٩,٨	١٧	مدينة
١٠٠,٠	٥٧	المجموع

يتبين من الجدول رقم (١) أن عدد (٣٦,٨٪) من أفراد العينة من سكان المخيم و(٣٣,٤٪) من سكان القرية و(٢٩,٨٪) من سكان المدينة.

٢- متغير درجة النادي: يوضح الجدول التالي توزيع عينة الدراسة حسب متغير درجة النادي.

#### الجدول (٢)

#### توزيع عينة الدراسة حسب متغير درجة النادي

النسبة المئوية%	التكرارات	درجة النادي
٢٢,٨	١٣	دوري الانتظار
١٥,٨	٩	الدرجة الأولى
٣٥,١	٢٠	الدرجة الممتازة (الاحتراف الجزئي)
٢٦,٣	١٥	دوري المحترفين
١٠٠	٥٧	المجموع

يتبين من الجدول رقم (٢) أن ٣٥,١٪ من عينة الدراسة من الدرجة الممتازة (الاحتراف الجزئي) و(٢٦,٣٪) من العينة من دوري المحترفين و(٢٢,٨٪) من العينة من دوري الانتظار و(١٥,٨٪) من الدرجة الأولى.

٣-متغير سنوات الخبرة: يوضح الجول التالي توزيع عينة الدراسة حسب متغير سنوات الخبرة.

الجدول (٣)  
توزيع عينة الدراسة حسب متغير سنوات الخبرة

النسبة المئوية %	التكرارات	سنوات الخبرة
١٩,٣	١١	سنتين فأقل
٣٣,٣	١٩	من ٢-٥ سنوات
٤٧,٤	٢٧	أكثر من ٥ سنوات
١٠٠	٥٧	المجموع

يتبين من الجدول رقم (٣) أن ٤٧,٤% من عينة الدراسة سنوات خبرتهم أكثر من ٥ سنوات و(٣,٣%) من العينة سنوات خبرتهم من ٢-٥ سنوات و(١٩,٣%) سنوات خبرتهم أقل من سنتين.

### أداة الدراسة

قام الباحثان بتطوير أداة الدراسة بعد الاطلاع على الدراسات السابقة الخاصة بموضوع الدراسة وقد تم عرضها على مجموعة من ذوي الاختصاص وتم تعديل الاستبانة بما يتناسب مع البيئة الفلسطينية ومجتمع وعينة الدراسة. ملحق المحكمين رقم (٢).

تكونت الاستبانة من:

**القسم الأول:** اشتملت مقدمة الاستبانة على عنوان الدراسة ويحتوي على مجموعة من العناصر التي تحدد هدف الدراسة ونوع البيانات والمعلومات التي يود الباحثان جمعها من أفراد عينة الدراسة، وطمأنة العينة على سرية المعلومات، وأنها لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي فقط ملحق رقم (١).

**القسم الثاني:** معلومات عامة والتي دخلت كمغيرات في البحث وهذه المتغيرات هي متغير (مكان السكن، درجة النادي، وسنوات الخبرة).

**القسم الثالث:** واشتمل على (١٦) فقرة قسمت إلى ثلاثة مجالات وهي:

- المجال الأول: الاضطراب الجسدي وتمثل في (٦) فقرات.
- المجال الثاني: الاضطراب النفسي وتمثل في (٥) فقرات.
- المجال الثالث: الثقة بالنفس وتمثل في (٥) فقرات.

وقد تم تصميم الاستبانة على أساس مقياس خماسي الأبعاد، وبناء عليه أعطيت الأوزان كما يلي: (أوافق بشدة: خمس درجات، أوافق: أربع درجات، أوافق بشكل متوسط: ثلاث درجات، أعارض: درجتان، أعارض بشدة: درجة واحدة)

### تفسير النتائج (مقياس التقويم):

حيث يتم تحويل المتوسطات الحسابية إلى نسب مئوية وتفسر النتائج على هذا الأساس وفق المعيار التالي للموافقة: (١٠٠٪-٨٠٪) كبيرة جدا. (٧٩٪-٦٠٪) كبيرة. (٥٩٪-٤٠٪) متوسطة. (٣٩٪ فأقل) منخفضة.

### صدق الأداة

بعد إعداد أداة الدراسة بصورتها الأولية وللتحقق من صدقها قام الباحثان بعرضها على عدد من المحكمين ذوي الخبرة والاختصاص ملحق (٢)، بهدف التأكد من صدق محتوى الفقرات المكونة للاستبانة، ومدى ملاءمتها لأهداف الدراسة ومتغيراتها، حيث طلب منهم بيان صلاحية العبارة لقياس ما وضعت لقياسه.

### ثبات الأداة

لقد تم استخراج معامل ثبات هذه الدراسة باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Chronback Alpha) وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٨٦,٥٦٪) وهو معامل ثبات جيد جدا يفي بأغراض البحث العلمي.

### إجراءات الدراسة

- تم إجراء الدراسة وفق الخطوات التالية:
- ترجمة وإعداد أداة الدراسة بصورتها النهائية.
- تحديد أفراد عينة الدراسة.
- توزيع الاستبانة.
- تجميع الاستبانة من أفراد العينة وترميزها وإدخالها إلى الحاسوب ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الرزم الإحصائي (SPSS).
- استخراج النتائج وتحليلها ومناقشتها.

## متغيرات الدراسة

تضمنت الدراسة المتغيرات التالية:

١- المتغيرات المستقلة وتشتمل على:

مكان السكن وله ثلاثة مستويات: ( قرية/ مخيم/ مدينة )

درجة النادي وله أربعة مستويات: (دوري الانتظار، الدرجة الأولى، الدرجة الممتازة

( الاحتراف الجزئي، دوري المحترفين )

سنوات الخبرة ولها ثلاثة مستويات: ( سنتين فأقل، من ٢-٥ سنوات، أكثر من ٥ سنوات )

٢- المتغيرات التابعة: وتشتمل على المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة الدراسة على

فقرات الاستبانة التي تشتمل على محاور المقياس ( الاضطراب الجسدي، الاضطراب النفسي،

الثقة بالنفس ) والمتعلقة بالتعرف على قلق المنافسة وكانت الاستجابات من وجهة نظر لاعبي

كرة القدم في أندية محافظة نابلس.

## المعالجات الإحصائية

من أجل معالجة البيانات استخدم برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)

وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية التالية:

- التكرارات والنسب المئوية.

- المتوسطات والانحرافات المعيارية.

- اختبار تحليل التباين الأحادي One Way ANOVA.

- اختبار LSD للمقارنات البعدية.

- معامل كرونباخ الفا (Chronback Alpha).

## عرض ومناقشة النتائج

فيما يلي عرض ومناقشة نتائج الدراسة تبعاً لتسلسل أسئلتها.

أولاً: النتائج المتعلقة بسؤال الدراسة الرئيسي:

الذي ينص على: "ما أثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة

نابلس؟"

حيث تم استخراج المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لفقرات الدراسة ومن ثم ترتيبها

تازلياً وفق المتوسط الحسابي واعتمد الباحثان المستويات الآتية للتقدير:

(١٠٠٪-٨٠٪) كبيرة جدا. (٧٩٪-٦٠٪) كبيرة. (٥٩٪-٤٠٪) متوسطة. (٩، ٣٩٪)

فاقل منخفضة)

وفيما يلي جدول يبين هذه النتائج وفق مجالاتها:

#### ١- الاضطراب الجسدي:

##### جدول (٤)

الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ومستوى الموافقة لفقرات المجال الأول (الاضطراب الجسدي) مرتبة تنازليا وفق المتوسط الحسابي

الترتيب	رقمها في الاستبانة	الفقرة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	مستوى الموافقة
١	١	أشعر بالعصبية	١,٢٩٦٦	٢,٨٧٧٢	٥٧,٥٪	متوسطة
٢	٣	أشعر بتسارع دقات قلبي	١,٥٠٠٢	٢,٧٧١٩	٥٥,٤٪	متوسطة
٣	٦	جسدي متشنج	١,٣٢٢٨	٢,٤٥٦١	٤٩,١٪	متوسطة
٤	٤	أشعر باضطراب في معدتي	١,٣٠٩٣	٢,٤٢١١	٤٨,٤٪	متوسطة
٥	٥	يدي ترتعش	١,٣٠٤٣	٢,٣٦٨٤	٤٧,٤٪	متوسطة
٦	٢	أشعر بتوعك (شد عصبي) في معدتي	١,٠٤٣٥	٢,٣٥٠٩	٤٧٪	متوسطة
		الدرجة الكلية لمجال الاضطراب الجسدي	١,٠٢٤٦	٢,٥٤٠٩	٥٠,٨٪	متوسطة

يتبين من الجدول رقم (٤) السابق:

إن جميع فقرات هذا العامل متوسطة من وجهة نظر العينة وهي بالترتيب (١، ٣، ٦، ٤، ٥، ٢) والتي تنص: أشعر بالعصبية، أشعر بتسارع دقات قلبي، جسدي متشنج، أشعر باضطراب في معدتي، يدي ترتعش، أشعر بتوعك (شد عصبي) في معدتي.

الدرجة الكلية لاستجابة عينة الدراسة نحو الشعور بالاضطراب الجسدي كانت متوسطة

بنسبة ٥٠,٨٪.

#### ٢- الاضطراب النفسي:

##### جدول (٥)

الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ومستوى التقدير لفقرات المجال الثاني (الاضطراب النفسي) مرتبة تنازليا وفق المتوسط الحسابي

الترتيب	رقمها في الاستبانة	الفقرة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	مستوى التقدير
١	١١	أنا قلق من أن أخيب ظن الآخرين بأدائي	١,٣٧١٠	٣,٣٦٨٤	٦٧,٤٪	كبيرة

تابع الجدول (٥)

الترتيب	رقمها في الاستبانة	الفقرة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	مستوى التقدير
٢	١٠	أنا قلق من أن أؤدي بشكل سيء	١,٣١٢٨	٣,٣٢٣٣	٦٦,٧%	كبيرة
٣	٩	أنا قلق من الارتباك تحت الضغط	١,٢٥٥٨	٣,٣١٥٨	٦٦,٢%	كبيرة
٤	٨	أنا قلق من الخسارة	١,٢٤١٥	٣,٣١٥٨	٦٦,٢%	كبيرة
٥	٧	أنا قلق من أن لا يكون أدائي في هذه المنافسة جيدا	١,٢٧٨١	٣,٢١٠٥	٦٤,٢%	كبيرة
		الدرجة الكلية لمجال الاضطراب النفسي	١,١١١٠	٣,٣٠٨٨	٦٦,٢%	كبيرة

يتبين من الجدول رقم (٥) السابق:

إن جميع فقرات الاضطراب النفسي حصلت على موافقة كبيرة من وجهة نظر العينة وهي بالترتيب (١١، ١٠، ٩، ٨، ٧)، والتي تنص: أنا قلق من أن أخيب ظن الآخرين بأدائي، أنا قلق من أن أؤدي بشكل سيء، أنا قلق من الارتباك تحت الضغط، أنا قلق من الخسارة، أنا قلق من ألا يكون أدائي في هذه المنافسة جيدا.

الدرجة الكلية لاستجابة عينة الدراسة نحو الاضطراب النفسي كانت كبيرة بنسبة ٦٦,٢%.

### ٣- الثقة بالنفس:

جدول (٦)

الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية والنسب المئوية ومستوى التقدير لفقرات المجال الثالث (الثقة بالنفس) مرتبة تنازليا وفق المتوسط الحسابي

الترتيب	رقمها في الاستبانة	الفقرة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	مستوى التقدير
١	١٣	أنا واثق من أنني قادر على مقابلة التحدي	٠,٨٢٥٣	٤,١٢٢٨	٨٢,٥%	كبيرة جدا
٢	١٢	أنا أشعر بالثقة في نفسي	٠,٨٢٥٣	٤,١٢٢٨	٨٢,٥%	كبيرة جدا
٣	١٥	أنا واثق لأنني أتصور نفسي ذهنيا أصل لهدفي	٠,٨١٢٧	٤,٠١٧٥	٨٠,٤%	كبيرة جدا
٤	١٦	أنا واثق من اجتيازي مرحلة تحت الضغط	٠,٨٩٦٢	٣,٩٨٢٥	٧٩,٧%	كبيرة
٥	١٤	أنا واثق من الأداء الجيد	٠,٨٧١٨	٣,٩١٢٣	٧٨,٢%	كبيرة
		الدرجة الكلية لمجال الثقة بالنفس	٠,٦١٧٤	٤,٠٢١٦	٨٠,٦%	كبيرة جدا

يتبين من الجدول رقم (٦) السابق:

إن الفقرات التي حصلت على موافقة كبيرة جدا من وجهة نظر العينة هي بالترتيب (١٣)،

١٢، ١٥)، والتي تنص: أنا واثق من أي قادر على مقابلة التحدي، أنا أشعر بالثقة في نفسي، أنا واثق لأنني أتصور نفسي ذهنياً أصل لهدفي.

إن الفقرات التي حصلت على موافقة كبيرة من وجهة نظر العينة هي بالترتيب (١٦، ١٤)، والتي تنص: أنا واثق من اجتيازي مرحلة تحت الضغط، أنا واثق من الأداء الجيد.

الدرجة الكلية لاستجابة عينة الدراسة نحو مجال الثقة بالنفس هي كبيرة جداً بنسبة موافقة ٦، ٨٠٪.

### جدول (٧)

#### المتوسطات الحسابية والأوزان النسبية لمجالات الدراسة

الرقم	مجالات الدراسة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	مستوى التقدير
١	الاضطراب الجسدي	١,٠٢٤٦	٢,٥٤٠٩	٥٠,٨٪	متوسطة
٢	الاضطراب النفسي	١,١١١٠	٣,٣٠٨٨	٦٦,٢٪	كبيرة
٣	الثقة بالنفس	٦١٧٤.	٤,٠٣١٦	٨٠,٦٪	كبيرة جداً
	الدرجة الكلية	٦٥٩١.	٢,٢٩٢٨	٦٥,٩٪	كبيرة

يتبين من الجدول رقم (٧) أنه يمكن ترتيب مجالات الدراسة وفقاً لمستوى موافقة عينة الدراسة عليها كما يلي:

**المجال الثالث:** الثقة بالنفس، حيث حصل على نسبة بلغت (٦، ٨٠٪) وهي كبيرة جداً.

**المجال الثاني:** الاضطراب النفسي، حيث حصل على نسبة بلغت (٢، ٦٦٪) وهي موافقة كبيرة.

**المجال الأول:** الاضطراب الجسدي، حيث حصل على نسبة بلغت (٨، ٥٠٪) وهي متوسطة.

الدرجة الكلية لاستجابة عينة الدراسة نحو الأسئلة المتعلقة بقلق المنافسة. بلغت ٩، ٦٥٪ وهي تدل على موافقة كبيرة.

ومن الجدول السابق يتبين أن نسبة كبيرة جداً من لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس لديهم ثقة في أنفسهم عند لعب المباريات والمنافسة، وهذا مؤشر دال على أن معظم اللاعبين شخصياتهم قوية ويمتلكون مهارات جيدة مرجعها التدريب المناسب وأن كل لاعب يحاول أن تكون ثقته بنفسه عالية وقد أشارت الحسين، تماضر (٢٠١٦) على أهمية دور المدرب في شحن اللاعبين قبل المنافسة لرفع مستواهم، ويشير الفقي (٢٠٠٧) إقناع نفسك بقدرتك يُعد أول خطوة لبلوغ الهدف وتتفق هذه النتيجة مع دراسة حسين، كتفي (٢٠١٧) كما أنه يتبين أيضاً أن نسبة كبيرة من اللاعبين (٢، ٦٦٪) يعانون من الاضطراب النفسي عند المنافسة وجاءت

فقرة «انا قلقٌ من أن أخيب ظن الآخرين بأدائي» أعلى الفقرات ويشير بدران وعلي (٢٠١٤) أن القلق المعرفي يأتي من خلال أدراك الرياضي لمتطلبات الموقف والمنافسة واتفقت الدراسة مع دراسة الحراملة (٢٠١٦) في أن المنافسة قد ترفع مستوى القلق النفسي والجسمي عند اللاعب بينما جاءت نسبة متوسطة بلغت (٨, ٥٠٪) من العينة يعانون من اضطراب جسدي عند المنافسة وتتفق الدراسة مع ما أشار إليه الأطرش (٢٠١٧) نقلاً عن راتب (١٩٩٧) أن حالة القلق الجسمي ترتبط ارتباطاً شرطياً بمثيرات البيئة عند بداية المنافسة.

### ثانياً: النتائج المتعلقة بتساؤلات الدراسة الفرعية:

نتائج التساؤل الفرعي الأول: الذي ينص على:-

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) حول أثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير مكان السكن؟ من أجل فحص التساؤل المتعلقة بمتغير مكان السكن استخدمت المتوسطات الحسابية واختبار التباين الأحادي (one way ANOVA) للعينات المستقلة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدولين رقم (٨، ٩) التاليين:

#### جدول (٨)

المتوسطات الحسابية لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير مكان السكن

المجالات	قرية (١٩)	مخيم (٢١)	مدينة (١٧)
الاضطراب الجسدي	٣,٠٠٨٨	٢,٤٢٨٦	٢,١٥٦٩
الاضطراب النفسي	٣,٦٢١١	٣,٢٦١٩	٢,٨٩٤١
الثقة بالنفس	٣,٩٤٧٤	٣,٩٧١٤	٤,٢٠٠٠
الدرجة الكلية	٣,٥٢٥٧	٣,٢٥٤٠	٣,٠٨٢٧

يتضح من خلال الجدول (٨) أن هناك فروقاً في المتوسطات الحسابية لمستويات متغير مكان السكن لمجالات الاضطراب الجسدي، والاضطراب النفسي والدرجة الكلية لصالح سكان القرية بينما الفروق في مجال الثقة بالنفس كانت لصالح سكان المدينة، وللتحقق ما إذا كانت الفروق في المتوسطات الحسابية قد وصلت إلى مستوى الدلالة الإحصائية استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي والجدول (٩) يوضح ذلك:

الجدول (٩)  
نتائج اختبار التباين الأحادي لدلالة الفروق لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي  
كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير مكان السكن

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	ف (المحسوبة)	مستوى الدلالة
الاضطراب الجسدي	المربعات بين الفئات	٦,٩٣١	٣,٤٦٦	٢	٣,٦٠٩	٠,٠٣٤٠
	المربعات الداخلية	٥١,٨٦٢	٠,٩٦٠٠	٥٤		
	المجموع الكلي	٥٨,٧٩٣		٥٦		
الاضطراب النفسي	المربعات بين الفئات	٤,٨٣٥	٢,٤١٨	٢	٢,٠٣٣	٠,١٤١٠
	المربعات الداخلية	٦٤,٢٩١	١,١٩١	٥٤		
	المجموع الكلي	٦٩,١٢٦		٥٦		
الثقة بالنفس	المربعات بين الفئات	٦٩٣٠	٠,٣٤٦٠	٢	٠,٩٠٦٠	٠,٤١٠٠
	المربعات الداخلية	٢٠,٦٥٠	٠,٣٨٢٠	٥٤		
	المجموع الكلي	٢١,٣٤٣		٥٦		
الدرجة الكلية	المربعات بين الفئات	١,٨٠٦	٠,٩٠٣٠	٢	٢,١٦٥	٠,١٢٥٠
	المربعات الداخلية	٢٢,٥٢٢	٠,٤١٧٠	٥٤		
	المجموع الكلي	٢٤,٣٢٨		٥٦		

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0,05$ )

يتبين من الجدول رقم (٩) أن قيم مستويات الدلالة تساوي (٠,١٤١، ٠,٤١٠، ٠,١٢٥) للمجالات الاضطراب النفسي، الثقة بالنفس، والدرجة الكلية على التوالي وهذه القيم أكبر من القيمة المحددة في التساؤل وهي (٠,٠٥)، ولذلك فإننا نقول بأنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير مكان السكن"، بينما قيمة مستوى الدلالة لمجال الاضطراب الجسدي تساوي ٠,٠٣٤، وهذه القيمة أصغر من القيمة المحددة في التساؤل وهي (٠,٠٥)، ولذلك في هذا المجال ونقول بأنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير مكان السكن".

وللتحقق لصالح من كانت الفروق استخدم اختبار LSD للمقارنات البعدية على مستويات متغير مكان السكن لمجال الاضطراب الجسدي، وفيما يلي نتائج الاختبار:

الجدول (١٠)

نتائج LSD لدلالة الفروق لمجال الاضطراب الجسدي تعزى إلى متغير مكان السكن

المستويات	قرية (١٩)	مخيم (٢١)	مدينة (١٧)
قرية	-	٠,٥٨٠٢	*٠,٨٥١٩
مخيم	-	-	٠,٢٧١٧
مدينة	-	-	-

يتبين من الجدول رقم (١٠) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = ٠,٠٥$ ) من حيث الاضطراب الجسدي من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى لمتغير مكان السكن بين فئات السكن التالية: (القرية وبين المدينة) لصالح القرية، وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة الاطرش (٢٠١٧) حيث أشار بعدم وجود فروق تعزى لمتغير مكان السكن وقد أوصى الحراملة (٢٠١٦) وجابر (٢٠٠٨) و باتيل (٢٠١٩) بضرورة وجود أخصائي نفسي مع الفريق، ويرى الباحثان ان لاعبي القرية الذين يلتحقون في الاندية في مدينة نابلس بحاجة لإعداد و تحضير نفسي أكثر من غيرهم من اللاعبين لاحتكاكهم في بيئة وجمهور لم يعتادوا عليه في قراهم سابقاً.

## نتائج التساؤل الفرعي الثاني:

الذي ينص على: " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = ٠,٠٥$ ) لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير درجة النادي" من أجل فحص التساؤل المتعلق بمتغير درجة النادي استخدمت المتوسطات الحسابية واختبار التباين الأحادي (one way ANOVA) للعينات المستقلة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدولين رقم (١١، ١٢) التاليين:

جدول (١١)

المتوسطات الحسابية لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير درجة النادي

المجالات	دوري الانتظار (١٣)	الدرجة الأولى (٩)	الدرجة الممتازة (٢٠)	دوري المحترفين (١٥)
الاضطراب الجسدي	٢,٤٣٥٩	٢,٢٢٢٢	٢,٢٨٢٢	٢,٥٦٦٧
الاضطراب النفسي	٣,٤٠٠٠	٢,٦٤٤٤	٣,٢٢٠٠	٣,١٤٦٧
الثقة بالنفس	٤,١٦٩٢	٢,٩٥٥٦	٤,٠٨٠٠	٣,٨٩٢٣
الدرجة الكلية	٣,٣٣٥٠	٢,٦٠٧٤	٣,١٩٤٤	٣,٢٠٢٢

يتضح من خلال الجدول (١١) أن هناك فروقاً في المتوسطات الحسابية لمستويات متغير درجة النادي لمجالات الاضطراب الجسدي، والاضطراب النفسي والدرجة الكلية جاءت لصالح دوري الدرجة الأولى، بينما الفروق في مجال الثقة بالنفس كانت لصالح دوري الانتظار، وللتحقق ما إذا كانت الفروق في المتوسطات الحسابية قد وصلت إلى مستوى الدلالة الإحصائية استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي والجدول (١٢) يوضح ذلك:

## الجدول (١٢)

نتائج اختبار التباين الأحادي لدلالة الفروق لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير درجة النادي

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	ف (المحسوبة)	مستوى الدلالة
الاضطراب الجسدي	المربعات بين الفئات	٥,٦٥٨	١,٨٨٦	٣	١,٨٨١	٠,١٤٤
	المربعات الداخلية	٥٣,١٣٥	١,٠٠٣	٥٢		
	المجموع الكلي	٥٨,٧٩٣		٥٦		
الاضطراب النفسي	المربعات بين الفئات	١,٦٧٤	٠,٥٥٨	٣	٠,٤٣٨	٠,٧٢٦
	المربعات الداخلية	٦٧,٤٥٢	١,٢٧٢	٥٢		
	المجموع الكلي	٦٩,١٢٦		٥٦		
الثقة بالنفس	المربعات بين الفئات	٠,٦٣٢	٠,٢١١	٣	٠,٥٣٩٠	٠,٦٥٨٠
	المربعات الداخلية	٢٠,٧١١	٠,٣٩١	٥٢		
	المجموع الكلي	٢١,٣٤٣		٥٦		
الدرجة الكلية	المربعات بين الفئات	١,٢٣٠	٠,٤١٠	٣	٠,٩٤١	٠,٤٢٧
	المربعات الداخلية	٢٢,٠٩٧	٠,٤٣٦	٥٢		
	المجموع الكلي	٢٤,٣٢٨		٥٦		

\*دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ )

يُبين من الجدول رقم (١٢) أن قيم مستويات الدلالة تساوي (٠,١٤٤، ٠,٧٢٦، ٠,٦٥٨، ٠,٤٢٧) لمجالات الاضطراب الجسدي، الاضطراب النفسي، الثقة بالنفس، الدرجة الكلية على التوالي وهذه القيم أكبر من القيمة المحددة في التساؤل وهي (٠,٠٥)، ولذلك فإننا نقبل التساؤل ونقول بأنه «لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من

حيث قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير درجة النادي ” . ويعزو الباحثان ذلك إلى أن حالة قلق المنافسة هي من الأمور الطبيعية لجميع اللاعبين بغض النظر عن درجة النادي (دوري الانتظار، الدرجة الأولى، الدرجة الممتازة (الاحتراف الجزئي)، دوري المحترفين)، وأن لاعبي درجة الانتظار لديهم ثقة بالنفس أكثر من الدرجات الأخرى وذلك ربما يعود لقلة لانخفاض مستوى المنافسة في درجة الانتظار أو بسبب انخفاض مستوى الضغط على اللاعبين.

نتائج التساؤل الفرعي الثالث: الذي ينص: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير سنوات الخبرة؟ من أجل الإجابة المتعلقة بمتغير سنوات الخبرة استخدمت المتوسطات الحسابية واختبار التباين الأحادي (one way ANOVA) للعينات المستقلة وكانت النتائج كما هو مبين في الجدولين رقم (١٣، ١٤) التاليين:

## جدول (١٣)

المتوسطات الحسابية لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير سنوات الخبرة

المجالات	أقل من سنتين	من ٢-٥ سنوات	أكثر من ٥ سنوات
الاضطراب الجسدي	٣,١٠٦١	٢,٤٨٢٥	٢,٢٥١٩
الاضطراب النفسي	٤,١٨١٨	٣,٢٧٢٧	٢,٩٧٧٨
الثقة بالنفس	٣,٨٥٤٥	٤,٠٠٠٠	٤,١٢٥٩
الدرجة الكلية	٣,٧١٤١	٣,٢٥٢٠	٣,١٥١٩

يتضح من خلال الجدول (١٣) أن هناك فروقاً في المتوسطات الحسابية لمستويات متغير سنوات الخبرة لمجالات الاضطراب الجسدي، والاضطراب النفسي والدرجة الكلية لصالح ذوي سنوات الخبرة أقل من سنتين، بينما الفروق في مجال الثقة بالنفس كانت لصالح ذوي سنوات الخبرة أكثر من ٥ سنوات، وللتحقق ما إذا كانت الفروق في المتوسطات الحسابية قد وصلت إلى مستوى الدلالة الإحصائية استخدم اختبار تحليل التباين الأحادي والجدول (١٤) يوضح ذلك:

الجدول (١٤)  
نتائج اختبار التباين الأحادي لدلالة الفروق لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر  
لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير سنوات الخبرة

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	درجات الحرية	ف (المحسوبة)	مستوى الدلالة
الاضطراب الجسدي	المربعات بين الفئات	٤,٥٤٢	٢,٢٧٢٦	٢	٢,٢٦١	٠,١١٤
	المربعات الداخلية	٥٤,٢٥٠	١,٠٠٥	٥٤		
	المجموع الكلي	٥٨,٧٩٣		٥٦		
الاضطراب النفسي	المربعات بين الفئات	١١,٣٦٦	٥,٦٨٣	٢	٥,٣١٣	٠,٠٠٨
	المربعات الداخلية	٥٧,٧٦٠	١,٠٧٠	٥٤		
	المجموع الكلي	٦٩,١٢٦		٥٦		
الثقة بالنفس	المربعات بين الفئات	٠,٦٠٤	٠,٣٠٢	٢	٠,٧٨٦	٠,٤٦١
	المربعات الداخلية	٢٠,٧٣٩	٠,٣٨٤	٥٤		
	المجموع الكلي	٢١,٣٤٣		٥٦		
الدرجة الكلية	المربعات بين الفئات	٢,٥٢١	١,٢٦	٢	٣,١٢١	٠,٠٥٢
	المربعات الداخلية	٢١,٨٠٧	٠,٤٠٤	٥٤		
	المجموع الكلي	٢٤,٣٢٨		٥٦		

\* دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ )

يتبين من الجدول رقم (١٤) أن قيم مستويات الدلالة تساوي (٠,٠٥٢, ٠,٤٦١, ٠,١١٤) لمجالات الاضطراب الجسدي، الثقة بالنفس، على التوالي وهذه القيم أكبر من القيمة المحددة في التساؤل وهي (٠,٠٥)، ولذلك فإننا نقبل صحة التساؤل ونقول بأنه « لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) لأثر قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير سنوات الخبرة ».

بينما قيمة مستوى الدلالة لمجال الاضطراب النفسي تساوي (٠,٠٠٨)، وهذه القيمة أصغر من القيمة المحددة في التساؤل وهي (٠,٠٥)، ولذلك فإننا نرفض صحة التساؤل في هذا المجال ونقول بأنه « توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير سنوات الخبرة ».

وللتحقق لصالح من كانت الفروق استخدم اختبار LSD للمقارنات البعدية على مستويات

متغير سنوات الخبرة لمجال الاضطراب النفسي، وفيما يلي نتائج الاختبار:

## الجدول (١٥)

## نتائج LSD لدلالة الفروق لمجال الاضطراب النفسي تعزى إلى متغير سنوات الخبرة

المستويات	أقل من ٢ سنوات (١١)	من ٢-٥ سنوات (١٩)	أكثر من ٥ سنوات (٢٧)
أقل من سنتين		×٠,٩٠٨١	×١,٢٠٤٠
من ٢-٥ سنوات			٠,٢٩٥٩
أكثر من ٥ سنوات			

يتبين من الجدول رقم (١٥) أن هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث الاضطراب النفسي من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى لمتغير سنوات الخبرة بين فئات الخبرة التالية:

- (أقل من سنتين وبين من ٢-٥ سنوات) جاءت لصالح أقل من ٢ سنوات.

- (أقل من سنتين وبين أكثر من ٥ سنوات) جاءت لصالح أقل من ٢ سنوات.

وقد اختلفت هذه النتيجة مع دراسة بورنان (٢٠١٢) والأطرش (٢٠١٧) وذلك لاقتصارها على خبرة لاعبي الاحتراف في الدوري الفلسطيني لكرة القدم وقد أشارت ( أفسكفتش، بيروسوفا ، وآخرون، ٢٠١٩) أن لاعبات المنتخب لديهن قلق أعلى على المستوى الوطني المحلي من المستوى الدولي لخوفهن من الفشل وبما سيقولونه الناس، ويرى الباحثان أن أثر قلق المنافسة للاعبين الأقل من سنتين في مجال الاضطراب النفسي جاءت مرتفعة عن غيرهم لقلة الخبرة في الاشتراك في المنافسات، وقد اشار الاطرش (٢٠١٧) أن القلق يؤدي إلى تشتيت الانتباه عن الواجبات المطلوب إنجازها فإنه من المتوقع أن زيادته تؤدي إلى ضعف مستوى الأداء.

## ملخص نتائج الدراسة

(١) يتضح من نتائج الدراسة أن مجال الثقة بالنفس قد احتل المرتبة الأولى بنسبة موافقة

(٦, ٨٠٪)، تلي ذلك وفي المرتبة الثانية مجال الاضطراب النفسي بنسبة موافقة

(٢, ٦٦٪)، ثم جاء مجال الاضطراب الجسدي بنسبة موافقة (٨, ٥٠٪).

(٢) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث أثر قلق

المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير مكان

السكن في مجالات الاضطراب النفسي، والثقة بالنفس، في الدرجة الكلية. بينما كانت

الفروق دالة إحصائياً في مجال الاضطراب الجسدي بين القرية والمدينة ولصالح سكان

القرية.

- (٣) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير درجة النادي.
- (٤) لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) من حيث قلق المنافسة من وجهة نظر لاعبي كرة القدم في أندية محافظة نابلس تعزى إلى متغير سنوات الخبرة في مجالات الاضطراب الجسدي، والثقة بالنفس، في الدرجة الكلية. بينما كانت الفروق دالة إحصائياً في مجال الاضطراب النفسي بين ذوي الخبرة سنتين فأقل وكل من ٢-٥ سنوات وأكثر من ٥ سنوات ولصالح ذوي الخبرة سنتين فأقل.
- (٥) وأظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,05$ ) بين مجالي الاضطراب الجسدي والاضطراب النفسي ولصالح الدرجة الأولى بينما جاء مجال الثقة بالنفس لصالح درجة الانتظار.
- (٦) وأظهرت النتائج أن سنوات الخبرة في مجال الاضطراب الجسدي والاضطراب النفسي جاءت لصالح الأمل من سنتين وفي مجال الثقة بالنفس جاء لصالح أكثر من ٥ سنوات.

### التوصيات

١. تعزيز الثقة بالنفس لدى اللاعبين لأثارها الإيجابية على أدائهم.
٢. الاهتمام بالإعداد النفسي قبل المنافسات واستخدام الأساليب الحديثة في التغلب على ارتفاع مستوى القلق ودرء شعور اللاعبين بالعصبية.
٢. أهمية العمل على تزويد المدرب بالمعلومات الخاصة بالأعراض الجسدية والنفسية التي يستدل بها على حالة القلق للاعب قبل المنافسة.
٣. ضرورة عقد جلسات التوعية النفسية مع اللاعبين، وتعريفهم بحالة القلق قبل المنافسة وكيفية مواجهتها.

## المراجع

- الأطرش، محمود (٢٠١٧). مستويات قلق المنافسة القبلي لدى لاعبي كرة القدم للمحترفين بالدوري الفلسطيني. مجلة العلوم التربوية والنفسية، (١٢)، ١٢٥-١٥٠.
- الحراملة، احمد (٢٠١٦). مستوى قلق المنافسة الرياضية لدى عينة من الرياضيين. المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة، ٢(٧٨)، ٤٨-٣٥.
- الحسين، تماضر (٢٠١٦). قلق المنافسة وعلاقته بدقة أداء التصويب بالقفز عالياً بكرة اليد لدى طلبة المرحلة الثانية. مجلة علوم التربية الرياضية. جامعة المستنصرية، ١(٩)، ١٤٧-١٨٥.
- الصبايحة، خيرى (٢٠٠٧). القلق وعلاقته بمستوى الأداء الجامعي لدى طلبة الألعاب الفردية في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في الجامعة الهاشمية. مجلة جامعة النجاح للأبحاث - للعلوم الإنسانية، ٢(٣٢)، ٢٢١-٢٥٦.
- بزيو، أسليم (٢٠٠٧). أثر التحضير النفسي على نتائج المنافسة عند لاعبي النخبة في كرة الطاولة. رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة الجزائر معهد التربية البدنية والرياضية. الجزائر.
- بدران، احمد (٢٠١٤). قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بمهارات الاتصال لدى لاعبي كرة القدم. المجلة العلمية لعلوم التربية البدنية والرياضية. جامعة المنصورة، ١(٢٢)، ٣١٣-٣٣٦.
- بورنان، شريف (٢٠١١). قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الانجاز لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر. دراسة ميدانية لفرق القسم الوطني الأول صنف أكابر. الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية، ١(٤)، ٦٠-٥٠.
- جابر، رمزي (٢٠٠٨). واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين. مجلة جامعة الأزهر، سلسلة العلوم الانسانية، ١(١٠)، ١١٠-٨٥.
- حلاوة، رامي (٢٠١١). الأعراض النفس جسدية قبل المنافسة الرياضية وعلاقتها بالمستوى الرقمي لدى لاعبي ألعاب القوى العرب. مجلة دراسات العلوم التربوية، ٢(٣٨)، ٢٤٣٣-٢٤٤٦.
- علاوي، حسن (٢٠٠٢). علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
- كتفي، حسين (٢٠١٧). أهمية الثقة بالنفس في التخفيف من الضغط النفسي لدى لاعبي كرة القدم. رسالة ماجستير (غير منشورة). جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، الجزائر.

Bozkus M. Turkmen M. K. (2013). The effects of age, sports experience and physical self-perception on competition anxiety levels of female football players. *International Journal of Academic Research Part B*, 5(4), 509-513.

doi: 10.7813/2075-4124.2013/5-4/B.72

- Daryna, I., Olha B., & Svitlana F. (2019). Gender differences in competitive anxiety and coping strategies within junior handball national team. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 19(2), 1242 – 1246.
- Gardner, A., Vella, S., & Magee, C. A. (2015). The relationship between implicit beliefs, anxiety, and attributional style in high level soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 27(4), 398-411.
- Joana M. Carina M. (2019). Mental Toughness and Sport Competition Anxiety on Improving the Sport Performance of FEU Athletes and Cheer Dancers. *International Journal of Recent Innovations in Academic Research*, 3(5), 203-219.
- Larissa L., Christine U., & Gerhard R. (2012). *Quality of life, coach behavior and competitive anxiety in Winter Youth Olympic Games participants*. <http://dx.doi.org/10.1136/bjsports-2012-091539>
- Mohamad R., Rabiou M., & Ahmad B. M. (2016). Role of psychological factors on the performance of elite soccer players. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 16(1), 170 – 176.
- doi:10.7752/jpes.2016.01027
- Parfitt, G. Hardy, L. (1993). The effects of competitive anxiety on memory span and rebound shooting tasks in basketball players. *Journal of sports sciences (London)*, 11, (6)517-524.
- Savitri S. (2018). The influence of level of sports competition on anxiety behavior between national and state level women players. *International Journal of Yoga, Physiotherapy and Physical Education*, 5(3), 30-32.