

دراسة تحليلية للبروفيل النفسي بين رياضي المستوى العالي

* د . اسامة كامل واتب

مشكلة البحث وأهميته :

تزايد الاهتمام في السنوات الاخيرة بالاعداد المتكامل للرياضيين من النواحي البدنية والمهارية والخطية والنفسية .

ويتفق العديد من المهتمين بالدراسات النفسية للرياضيين امثال " ليولين " و " وبلوكر " Liewellyn & Blucker ١٩٨٢ (١٥ : ٣٥) و " دونالد " و " روبرت " Donald & Robert ١٩٨٢ (١١ : ١٧٦) و " علاوي " ١٩٧٩ (٦ : ٣١٠) و " ريان " Ryan ١٩٧٦ (٢٢ : ٤٠٩) و " كراتي " Cratty ١٩٧٢ (١٠ : ١٩) علي ان هناك بعض الخصائص النفسية التي تميز الرياضيين عن غير الرياضيين ، كما تميز الرياضيين تبعا لنوع الرياضة الممارسة . كما يتفقون علي ان السمات الشخصية تعتبر من اهم الموضوعات في مجال علم النفس الرياضي . وان معرفتنا لطبيعة السمات الشخصية للرياضيين تساعد علي انتقاء الرياضيين وتوجيههم الي الرياضات التي تناسب استعدادهم ، فضلا عن تطوير السمات النفسية التي تلائم طبيعة المنافسة ، ونوع النشاط الرياضي الممارس .

* استاذ مساعد بكلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة - جامعة حلوان

ويعتبر القلق Anxiety من السمات الاساسية للشخصية ، حيث انه ضمن العوامل الاربعة للصورة العاملية المختصرة التي توصل اليها " كاتل " Cattell في مقياسه للشخصية ، وهو احد العوامل الثلاثة الرئيسية التي توصل اليها " ايزنك " Eysenk في بناء الشخصية (٩ : ٢٨ - ٢١) .

وتؤثر الاستثارة الانفعالية Arousal في الاداء الرياضي باعتبار انها كما يري " كايوس " Kaus ١٩٨٠ . تعبر عن الحالة الانفعالية للرياضي بشكل عام ، فضلا عن انها نتاج العديد من الانفعالات المختلفة (١٣ : ١٩) .

كما يعتبر مركز التحكم Locus Of Control من المفاهيم النفسية الحديثة نسبيا والذي اشتق من نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory ، ويفسر في ضوء ان الاشخاص يختلفون في ادراكهم لمصدر التدعيم باعتبار هل هو تدعيم من الخارج External - Control ؟ اي يدركه الفرد باعتباره امرا مستقلا وغير متسق بصورة دائمة مع تصرفاته ، اي كنتيجة للحظ او الصدفة او للقدر او كنتيجة لتأثير الاخرين . ام هو نتيجة التدعيم من الداخل Internal Control ؟ اي يدركه الفرد بصورة متسقة مع سلوكه الشخصي أو مع سماته المميزة والدائمة (٣٠٠٠٢٩:٣) .

ويشير " سنجر " Singer ١٩٨٢ الي أهمية دراسة هذا المفهوم النفسي لدي الرياضيين باعتبار أنه يساعد علي تقييم الأداء الرياضي في ضوء معرفة مسببات الأداء، وليس الإقتصار علي نوعية وفاعلية الأداء فحسب، الأمر الذي يعمل علي تطوير دافعية الإنجاز لدي الرياضيين علي نحو أفضل (٣٦ : ٢٤) .

وتظهر نتائج الدراسات الخاصة بالاستقرار المرجعي للخصائص النفسية للرياضيين أمثال دراسات "مورجان" Morgan ١٩٨٢ (١٩ : ١٤٥ - ١٥٥) ، و"مورجان" Morgan 1980 (١٨ : ٥٠ - ٧٦) ، و"فيشر" Fisher ١٩٧٦ (١٢ : ٣٣١ - ٤٠٠) و"مارتنز" Martens ١٩٧٦ (١٦ : ٤١٥ - ٤٣١) ، و"كرول" Kroll ١٩٧٦ (١٤ : ٣٧١ - ٣٩٠) أن هناك بعض الخصائص النفسية التي تميز الرياضيين عن غير الرياضيين. بينما لا تتفق النتائج علي وجود خصائص نفسية تميز الرياضيين تبعا لنوع الرياضة الممارسة.

هذا وبالرغم من تباين وجهات النظر حول أسباب عدم اتفاق النتائج الخاصة بوجود خصائص نفسية تميز الرياضيين تبعا لنوع الرياضة الممارسة، فان وجهات النظر تكاد تتفق علي وجود بعض العوامل يأتي في مقدمتها العاملان التاليان:

أولا : أهمية تصنيف الأنشطة الرياضية تبعا لأساس نظري منطقي.

ثانيا: أهمية تطوير أدوات القياس النفسي لدي الرياضيين، مع التركيز علي المقاييس النفسية النوعية التي تلائم طبيعة الموقف الرياضي.

وقد ذهب المهتمون بالدراسات النفسية للرياضيين الي دراسة الخصائص النفسية في ضوء تصنيف الأنشطة الرياضية علي أساس نظري منطقي، منهم علي سبيل المثال : "بيرجر" Berger ١٩٧٣ حيث بحث السمات الشخصية للرياضيين علي أساس تصنيف الأنشطة الرياضية الي محكات ثلاث هي : درجة السيطرة علي الأداء، ودرجة الخطورة البدنية، ودرجة الاحتكاك المباشر وغير المباشر (١٠:١٦٠).

كما قدم "كراتي" Cratty ١٩٧٣ تصنيفا للأنشطة الرياضية تبعا لمحكات أربع هي: الأنشطة ذات طابع العدوان المباشر، والأنشطة ذات طابع العدوان غير المباشر، والأنشطة ذات طابع العدوان نحو الأداة أو الأجهزة، والأنشطة التي تتطلب قدرا محدودا أو عدم العدوانية (١٩:١٠).

واقترح كل من "سشور" Schurr و"أشلي" Ashley و"جوي" Joy ١٩٨٦ دراسة الخصائص النفسية للأنشطة الرياضية تبعا لمحكات ثلاث هي :الأنشطة الفردية مقابل الجماعية، والأنشطة ذات الاحتكاك المباشر مقابل الأنشطة المتوازية، والمسابقات الفردية ذات الأداء لفترات طويلة مقابل الأداء لفترة قصيرة (٩:٢٨).

ويبدو أن هذا التصنيف الأخير الذي اقترحه "سشور" وزملاؤه هو الأكثر حداثة وقبولا لدي بعض علماء النفس الرياضي. حيث يشير كل من "بيرد" و"كريب" Bird & Cripe ١٩٨٦ الي أن النتائج التي أسفر عنها هذا التصنيف تعتبر ذات أهمية وتبعث الثقة والحاجة الي اجراء المزيد من البحث لاختبار الخصائص النفسية للأنشطة الرياضية (٩:٣٠).

ومن ناحية أخرى فان العقدين الأخيرين شهدا تطورا للعديد من المقاييس النفسية الخاصة للرياضيين، والتي تقيس المتغيرات النفسية قيد الدراسة الحالية والمتمثلة في السمات الانفعالية وقلق المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية ومركز التحكم، فضلا عن تقنين وصلاحيه هذه المقاييس في البيئة العربية، تتكو Tutko ١٩٧٩ (٥:٨٦،٨٥) و"مارتنز" Martens ١٩٨٧ (٧:٥٥٦ - ٥٦٥) ، و"هاريس" و Harris & Harris ١٩٩١ (١:٢٢-٢٥) ، و"علاوي" و"سالم" ١٩٨٩ (٢:١٤١-١٥٤)

وعلي ضوء العرض السابق ربما أمكن تحديد مشكلة البحث في محاولة الاجابة عن تساؤل عام علي النحو التالي:

ما هي أوجه الاختلاف بين رياضي المستوى العالي في البروفيل النفسي - المتغيرات النفسية قيد الدراسة - تبعا لتصنيف الأنشطة الرياضية علي الأساس النظري الذي اقترحه "سشور" وزملاؤه ١٩٨٦، وفي ضوء قياس هذه المتغيرات النفسية من خلال بعض المقاييس الخاصة للرياضيين، والتي تم تقنينها في البيئة العربية؟

أهداف البحث:

أولا : التعرف علي أوجه الاختلاف في البروفيل النفسي بين رياضي الأنشطة الجماعية، ورياضي الأنشطة الفردية.

ثانيا : التعرف علي أوجه الاختلاف في البروفيل النفسي بين رياضي الأنشطة ذات الاحتكاك المباشر، ورياضي الأنشطة المتوازية.

ثالثا: التعرف علي أوجه الاختلاف في البروفيل النفسي بين رياضي الأنشطة الفردية ذات زمن الأداء لفترة طويلة، ورياضي الأنشطة الفردية ذات زمن الأداء لفترة قصيرة.

فروض البحث :

أولا : توجد فروق دالة احصائية بين رياضي الأنشطة الجماعية ورياضي الأنشطة الفردية في المتغيرات النفسية قيد الدراسة.

ثانيا : توجد فروق دالة احصائية بين رياضي الأنشطة ذات الاحتكاك المباشر، ورياضي الأنشطة المتوازية في المتغيرات النفسية قيد الدراسة.

ثالثا : توجد فروق احصائية بين رياضي الأنشطة الفردية ذات زمن الأداء لفترة طويلة، ورياضي الأنشطة الفردية ذات زمن الأداء لفترة قصيرة في المتغيرات النفسية قيد الدراسة.

التعريفات الإجرائية للبحث:

* فئة الأنشطة الجماعية مقابل الفردية : The Team Versus Individual

Activities Category

تصنف هذه الفئة تبعا لمحك المنافسة الجماعية مقابل المنافسة الفردية. ويتضمن النوع الأول أنشطة الفريق : (كرة القدم - كرة السلة - كرة اليد - الكرة الطائرة) بينما يشمل النوع الثاني المسابقات الفردية : (السباحة - الجمباز - الجودو - الكراتيه - الدراجات - التنس).

* فئة الأنشطة المباشرة مقابل المتوازية: The Direct Versus Parallel

Activities category

تصنف هذه الفئة تبعاً لمحك الاحتكاك الجسماني مقابل عدم الاحتكاك الجسماني. ويتضمن النوع الأول الأنشطة التي تكون الصفة الغالبة فيها الاحتكاك الجسماني سواء لنيل أداة اللعب من المنافس والوصول الي الهدف : (كرة القدم - كرة السلة - كرة اليد). أو الأنشطة التي يكون فيها النزال مباشراً من خلال الاحتكاك الجسماني مع المنافس : (الجودو - الكراتيه).

أما النوع الثاني فيتضمن الأنشطة التي تكون الصفة الغالبة فيها المنافسة دون احتكاك جسماني : (الكرة الطائرة - التنس - الدراجات - الجمباز - السباحة).

The Long Versus Short x فئة الأنشطة الفردية من حيث زمن الأداء

Activities Category لفترة طويلة مقابل زمن الأداء لفترة قصيرة:

تصنف هذه الفئة تبعاً لمحك الزمن المطلوب لاستكمال المسابقة : فترة طويلة (الدراجات - التنس) وفترة قصيرة (الجمباز - السباحة).

* البروفيل النفسي : Psychological Profile

يقصد به اطار فرضي تتجمع داخله مجموعة من السمات النفسية الدالة علي متغيرات متوسطة لدرجات متفاوتة، تعتبر مسئولة علي أجهزة الدفاعية لدي الرياضيين. وتتضمن في البحث الحالي السمات الانفعالية (الرغبة ، الاصرار ، الحساسية ، ضبط التوتر، الثقة ، المسئولية، الضبط الذاتي)، وقلق سمة المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية ومركز التحكم (وجهة الضبط).

اجراءات البحث :

العينة :

تضمنت عينة البحث ١٨٨ رياضياً. تم اختيارهم بالطريقة العمدية من رياضي الدرجة الأولي والممتازة المسجلين بالاتحادات الرياضية السعودية لرياضات كرة القدم وكرة السلة وكرة اليد والكرة الطائرة والسباحة والجمباز والجودو والكراتيه والتنس والدراجات. وقد تم اختيارهم من أندية رياضية خمسة بالمنطقة الغربية هي نادي الوحدة ونادي حراء بمنطقة مكة المكرمة. والنادي الأهلي ونادي الاتحاد بمدينة جدة وأخيراً نادي عكاظ بمدينة الطائف. كما تم تطبيق المقاييس

النفسية - قيد الدراسة - خلال فترة ثلاثة شهور من أول نوفمبر ١٩٩١م حتي نهاية يناير ١٩٩٢م. وقد روعي أن يتم تطبيقها خلال لقائين منفصلين، حيث تضمن اللقاء الأول تطبيق مقياس قلق المنافسة الرياضية وسلوك المنافسة الرياضية. بينما تم تطبيق مقياس الاستجابة الانفعالية ومركز التحكم في اللقاء الثاني. هذا وقد بلغ متوسط عمر الرياضيين وانحرافه المعياري للعيينة مجتمعة ٢٢,٨٩ - ٣,٦٦ سنة.

ويوضح الجدول رقم (١) توزيع عينة البحث تبعا لنوع الرياضة والنادي الرياضي ونسبة عينة كل رياضة الي العينة مجتمعة.

جدول (١)

توزيع عينة البحث تبعا لنوع الرياضة والنادي الرياضي

ونسبة عينة كل رياضة علي حده الي العينة ككل

ن = ١٨٨ رياضيا

النسبة المئوية	العدد	النادي الرياضي					الرياضة
		عكاظ	الاهلي	الاتحاد	حراء	الوحدة	
١٨,٠٩	٣٤	٠٠	١١	١٠	٠٠	١٣	كرة القدم
١١,١٧	٢١	٦	٧	٠٠	٠٠	٨	كرة السلة
٩,٠٤	١٧	٠٠	٨	٠٠	٠٠	٩	كرة اليد
٩,٥٨	١٨	٠٠	١٠	٩	٠٠	٠٠	الكرة الطائرة
١٢,٢٣	٢٣	٠٠	١٠	٨	٠٠	٥	السباحة
٧,٧٥	١٤	٠٠	٠٠	٨	٠٠	٦	الجمباز
١٠,١١	١٩	٠٠	٥	٠٠	٦	٨	الجودو
٧,٧٥	١٤	٠٠	٠٠	٠٠	٦	٨	الكاراتيه
٥,٨٥	١١	٠٠	٥	٦	٠٠	٠٠	التنس
٩,٠٤	١٧	٠٠	٠٠	٠٠	٠٠	-	الدراجات
%١٠٠	١٨٨						العينة ككل

بطولة المملكة التي أقيمت في جدة ٢٢/٢٣ نوفمبر ١٩٩١م.

أدوات البحث :

أ) مقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة :

هذا المقياس وضعه في الأصل "توماس أ. تتكو" Thomas A. Tutko ١٩٧٦م. تحت عنوان (Sports Emotional Reaction Profile (S.E.R.P. وأعد صورته العربية "محمد علاوي" و "العربي شمعون" ١٩٧٨م. ويتكون المقياس من (٤٢) عبارة تتيح الفرصة للاعب للتعبير عن اتجاهاته في سبع سمات منفصلة ذات التأثير في المجال الرياضي وهي : الرغبة والاصرار والحساسية وضبط التوتر والثقة والمسئولية الشخصية والضبط الذاتي (٨٦،٨٥:٥).

ب) مقياس قلق سمة المنافسة الرياضية :

هذا المقياس وضعه في الأصل "راينرمارتنز" Reiner Martens ١٩٧٧م تحت عنوان (Sport Competition Anxiety Test (SCAT بهدف قياس سمة القلق التنافسية لدى الرياضيين، وأعد صورته العربية "محمد علاوي" ١٩٨٧م (٧ : ٥٥٦ - ٥٦٩).

ج) : مقياس سلوك المنافسة الرياضية :

هذا المقياس وضعه في الأصل كل من "دوروثي ف. هاريس" Dorothy V. Harris و "بيت ل. هاريس" Bette L. Harris ١٩٨٤ م تحت عنوان Competitive Behavior Questionnaire . وأعد صورته العربية "اسامة راتب" ١٩٩١م. ويتكون المقياس من (٥٠) عبارة ويهدف الي قياس درجة الاستثارة الانفعالية لدي الرياضيين في مواقف المنافسة الرياضية (١ : ٢٠ - ٢٥) .

د) مقياس مركز التحكم :

وضع هذا المقياس "محمد علاوي" و "حسن سالم" ١٩٨٥ م بغرض التعرف علي وجهة الضبط الداخلي والخارجي Internal - External Locus of Control. ويتكون المقياس من (٣٠) عبارة. وارتفاع الدرجة يفيد زيادة تأثير تحكم القوي الخارجية (الضبط الخارجي) ، أي تفسير الرياضيون لمستوي أدائهم في ضوء عوامل خارج سيطرتهم. بينما انخفاض الدرجة يعكس زيادة تأثير تحكم القوي الداخلية (الضبط الداخلي) ، أي تفسير الرياضيين لمستوي أدائهم في ضوء قدراتهم ومجهوداتهم الشخصية (٢ : ١٤١ - ١٥٤).

التحليل الاحصائي :

اولا :

حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والنسبة المئوية والمدي لعينة البحث ككل $n = 188$ في المتغيرات النفسية قيد الدراسة ، جدول رقم (٢) .

ثانيا :

حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار "ت" لتحديد دلالة الفروق في المتغيرات النفسية قيد الدراسة بين مجموعات البحث علي النحو التالي :

ا - مجموعتا الانشطة الفردية والانشطة الجماعية . جدول رقم (٣) .

ب - مجموعتا الانشطة ذات الاحتكاك المباشر والانشطة المتوازية جدول رقم (٤) .

ج - مجموعتا الانشطة ذات زمن الاداء لفترة طويلة ، والانشطة ذات زمن الاداء لفترة قصيرة . جدول رقم (٥) .

وقد اجريت التحاليل الاحصائية باستخدام حزمة التحليل الاحصائي للعلوم الانسانية " Statistical Package For The Social Sciences SPSS " بالحاسب الالي بجامعة ام القرى بمكة المكرمة . وقد ارتضى الباحث مستوي دلالة ٠٠٠٥ ، علي الاقل .

جدول (٢)

المتوسط الحسابي والنسبة المئوية والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والمدي للمتغيرات النفسية قيد الدراسة لعينة البحث مجتمعة
ن = (١٨٨) رياضيا

المتغيرات النفسية	الدرجة العظمي	النهاية الصغري	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	المدي
- السمات الانفعالية							
الرغبة	٣.	٥	١٩,٦٧	٪٦٥,٥٧	٣,٠٧	,٠٥-	٢٨ - ١٢
الاصرار	٣.	٥	٢٠,٠١	٪٦٦,٧٠	٣,١٨	,٣٩	٣٠ - ١٢
الحساسية	٣.	٥	١٧,٢٦	٪٥٧,٥٣	٣,٠٧	,١٩	٢٥ - ١٠
ضبط التوتر	٣.	٥	١٩,٨٨	٪٦٦,٢٦	٣,٣١	,٠١	٢٨ - ١٢
الثقة	٣.	٥	٢١,١٣	٪٧٠,٤٣	٣,٣٢	,٣٢	٣٠ - ١٣
المسئولية	٣.	٥	٢٠,٧٦	٪٦٩,٢٠	٣,٦٢	,٨٤	٢٩ - ١١
الضبط الذاتي	٣.	٥	٢١,٨٣	٪٧٢,٧٧	٣,٥٩	,٠٨-	٣٠ - ١١
- قلق سمة المنافسة	٣.	١.	١٨,١٦	٪٦٠,٥٣	٣,٨٣	,٤٠	٢٩ - ١١
- الاستثارة الانفعالية	١٥.	٥.	٨٧,٩٩	٪٥٨,٦٦	١١,٥٦	,٦١-	١١٧-٤٨
- مركز التحكم	٩.	٣.	٤٨,٥٥	٪٥٣,٩٤	٦,٢١	,٦٩	٧٢ - ٣٢

يوضح الجدول رقم (٢) قيم المتوسط الحسابي والنسبة المئوية والانحراف المعياري ومعامل الالتواء والمدي للمتغيرات النفسية قيد الدراسة لعينة ككل . هذا وتظهر النتائج بشكل خاص في ضوء قيم الانحراف المعياري ومعامل الالتواء

اي ان الدرجات تتوزع اعتداليا او قريبا من التوزيع الاعتدالي الي حد كبير ، حيث ان اغلب معاملات الالتواء تقترب من الصفر ولا تتجاوز ٠,٨٤ ، الامر الذي يشير الي صلاحية استخدام اختبار "ت" لحساب دلالة الفروق في هذه المتغيرات . (٤٥٨:٤)

جدول (٣)

المقارنة بين رياضي الرياضات الجماعية والفردية في

المتغيرات النفسية

ن = ١٨٨ رياضيا

مستوي الدلالة	قيمة "ت"	الرياضات الفردية (السباحة ، الجيمناز ، الجودو ، الكراتيه ، الدراجات ، التنس) ن = ٩٨		الرياضات الجماعية (القدم ، السلة ، اليد ، الطائرة) ن = ٩٠		المتغيرات النفسية
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	انحراف معياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	٠,٩٣	٣,٢٣	١٩,٨٩	٢,٩١	١٩,٤٧	- السمات الانفعالية
غير دالة	٠,٨٩	٣,٥٤	٢٠,٢٣	٢,٨٣	١٩,٨١	الترغبة
غير دالة	١,٢٥	٢,٩٦	١٧,٥٥	٣,١٥	١٦,٩٩	الاصرار
غير دالة	٠,٤٥	٣,٢٠	٢٠,٠٠	٣,٤٢	١٩,٧٨	الحساسية
غير دالة	٠,٨٢	٣,٢٢	٢٠,٩٢	٣,٤٢	٢١,٣٢	ضبط التوتر
غير دالة	٠,٠٢	٣,٥٤	٢٠,٧٥	٣,٧٠	٢٠,٧٧	الثقة
غير دالة	٠,١٧	٣,٧٦	٢١,٧٨	٣,٤٥	٢١,٨٧	المسئولية
دالة ٠,٠١	٤,٣٩	٤,١٢	١٩,٤١	٣,١٨	١٧,٠٤	الضبط الذاتي
دالة ٠,٠٥	٢,٣٦	١٤,٠٩	٩٠,١٢	٨,٢٦	٨٦,٠٨	- قلق المنافسة الرياضية
دالة ٠,٠١	٣,٠٨	٥,١٠	٤٧,١٣	٦,٨٣	٤٩,٨٤	- الاستثارة الانفعالية
						- مركز التحكم

* قيمة "ت" الجدولية عند درجات حرية ١٨٦ ومستوى دلالة ٠,٠٥ = ١,٩٧

مستوى دلالة ٠,٠١ = ٢,٦٠

توضح نتائج الجدول رقم (٣) وجود فروق دالة احصائية بين رياضي الرياضات

توضح نتائج الجدول رقم (٣) وجود فروق دالة احصائية بين رياضي الرياضات الجماعية والرياضات الفردية لصالح رياضي الرياضات الفردية في متغيرين نفسيين هما : قلق المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية . بينما هناك فرق دال احصائي في متغير نفسي واحد فقط لصالح رياضي الرياضات الجماعية هو مركز التحكم الخارجي . هذا ولم تسفر النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في المتغيرات الاخرى قيد الدراسة . ومن ثم امكن قبول صحة الفرض الاول جزئيا .

جدول (٤)

المقارنة بين رياضي الرياضات ذات الاحتكاك المباشر والمتوازية في المتغيرات النفسية

ن = ١٨٨ رياضيا

مستوي الدلالة	قيمة " ت "	الرياضات المتوازية (الطائرة ، التنس ، الدراجات ، الجمباز ، السباحة) ن = ٨٢		رياضات الاحتكاك المباشر (القدم ، السلة ، اليد ، الجودو ، الكرايتيه) ن = ١٠٥		المتغيرات النفسية
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	٠,٢	٣,١٢	١٩,٧٠	٣,٠٥	١٩,٦٤	- السمات الانفعالية
دالة ٠,٠١	٣,٧٩	٢,٧٠	١٩,٠٢	٣,٣٢	٢٠,٧١	الرغبة
دالة ٠,٠٥	٢,٠٥	٢,٩٦	١٧,٧٩	٣,١٠	١٦,٨٨	الاصرار
غير دالة	٠,٤٦	٣,٢٣	٢٠,٠١	٣,٣٨	١٩,٧٩	الحساسيه
غير دالة	١,١٨	٢,٩٩	٢٠,٨٠	٣,٥٤	٢١,٣٧	ضبط التوتر
دالة ٠,٠١	٢,٩٤	٢,٩٩	١٩,٨٨	٣,٩٠	٢١,٣٩	الثقة
دالة ٠,٠١	٣,٢٣	٣,٥٨	٢٠,٨٦	٣,٤٥	٢٢,٥٢	المسئولية
غير دالة	١,٣٢	٤,٠٣	١٨,٦٠	٣,٦٧	١٧,٨٦	الضبط الذاتي
غير دالة	٠,٢٩	١٤,٢٣	٨٧,٨١	٩,٢٥	٨٨,١٣	- قلق المنافسة الرياضية
غير دالة	١,٧٨	٥,١٦	٤٧,٨٦	٦,٨٤	٤٩,٠٥	- الاستثارة الانفعالية
						- مركز التحكم

* قيمة " ت " الجدولية عند درجات حرية ومستوي دلالة ٠,٠٥ = ١,٩٧

ومستوي دلالة ٠,٠١ = ٢,٦٠

ذات الاحتكاك المباشر والرياضات المتوازية لصالح رياضي الرياضات ذات الاحتكاك المباشر في متغيرات نفسية ثلاثة هي : الاصرار والمسئولية الشخصية والضبط الذاتي . بينما هناك فرق دال احصائي في متغير نفسي واحد فقط لصالح رياضي الرياضات المتوازية هو الحساسية . هذا ولم تسفر النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في المتغيرات الاخرى قيد الدراسة . ومن ثم امكن قبول صحة الفرض الثاني جزئيا .

جدول (٥)

المقارنة بين رياضي الرياضات الفردية من حيث زمن الأداء (لفترة طويلة / ولفترة قصيرة) في المتغيرات النفسية
ن = (٦٥) رياضيا

مستوي الدلالة	قيمة " ت "	زمن الأداء لفترة قصيرة (الجباز ، السباحة) ن = ٢٧		زمن الأداء لفترة طويلة (الدراجات ، التنس) ن = ٢٨		المتغيرات النفسية
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف لمعياري	المتوسط الحسابي	
غير دالة	٠,٥٧	٢,١٢	١٩,٧٠	٢,٢٣	١٩,٢١	- السمات الانفعالية
دالة ٠,٠٥	٢,٠٦	٢,١٢	١٨,٤٠	٢,٤٧	١٩,٦٠	الترغبة
غير دالة	٠,٥٣	٢,٩٢	١٨,٠٦	٢,٩١	١٧,٦٧	الاصرار
غير دالة	١,٨٤	٣,٠٥	١٨,٩٦	٣,١٤	٢٠,٤٦	الحساسية
دالة ٠,٠٥	٢,٦٣	٢,٦٧	١٩,٧٠	٣,٠٧	٢١,٦١	ضبط التوتر
دالة ٠,٠٥	٢,٠٧	٣,١٤	١٨,٩١	٢,٩٢	٢٠,٥٢	الثقة
دالة ٠,٠٥	٢,٤٥	٣,٥٧	١٩,٨٣	٣,٣٣	٢٢,٠٣	المسئولية
دالة ٠,٠١	٣,٠٧	٤,٣٢	٢٠,٤٩	٢,٤٦	١٧,٦٤	الضبط الذاتي
دالة ٠,٠١	٣,٥٢	٩,٦٨	٩٤,٥٥	١٨,٢٣	٨١,٩١	- قلق المنافسة الرياضية
غير دالة	١,٦٠	٥,٩٦	٤٦,٦٨	٤,١٠	٤٨,٨٢	- الاستثارة الانفعالية
						- مركز التحكم

× قيمة " ت " الجدولية عند درجات حرية ٦٣ ومستوي دلالة ٠,٠٥ = ٢,٠٠

ومستوي دلالة ٠,٠١ = ٢,٦٥

توضح نتائج الجدول رقم (٥) وجود فروق دالة احصائية بين رياضي الرياضات الفردية ذات زمن الأداء لفترة طويلة، ورياضيي الرياضات ذات زمن الأداء لفترة قصيرة لصالح رياضيي الرياضات ذات زمن الأداء لفترة طويلة في متغيرات نفسية أربعة هي : الاصرار والثقة والمسئولية والضبط الذاتي . بينما هناك فروق دالة احصائية لصالح رياضيي الرياضات ذات زمن الأداء لفترة قصيرة في متغيرين نفسيين هما : قلق المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية. هذا ولم تسفر النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في المتغيرات الاخرى قيد الدراسة ومن ثم أمكن قبول صحة الفرض الثالث جزئياً.

مناقشة النتائج :

تظهر النتائج - بشكل عام - أن السمات لدي الرياضيين قد تتأثر تبعاً لمحك تصنيف الأنشطة الرياضية علي أساس درجة الاحتكاك الجسماني، أو تبعاً لمحك زمن أداء المسابقة علي نحو أكثر من محك نوع الرياضة فردية أم جماعية . وقد تأكد المعنى السابق عندما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة احصائية بين رياضيي الأنشطة الفردية والجماعية في السمات الانفعالية السبع قيد الدراسة . بينما توجد فروق دالة احصائية لصالح رياضي الأنشطة ذات الاحتكاك الجسماني، مقارنة بالأنشطة المتوازية في ثلاث سمات هي الاصرار والمسئولية والضبط الذاتي. وأن هناك فروقا دالة احصائية لصالح رياضيي الأنشطة التي يتطلب أداء مسابقتها فترة طويلة مقارنة برياضيي الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة قصيرة في أربع سمات نفسية هي الاصرار والمسئولية والضبط الذاتي والثقة.

وتتفق النتائج السابقة مع نتائج العديد من الدراسات التي أظهرت عدم وجود فروق دالة احصائية في السمات النفسية لدي الرياضيين تبعاً لنوع الرياضة فردية أم جماعية ومن أمثلة هذه الدراسات في البيئة الأجنبية دراسات كل من "لاكبي" Lakie ١٩٦٢. التي تضمنت رياضات كرة القدم وكرة السلة والمصارعة والجولف ومسابقات المضمار و"روشال" Rushall ١٩٧٠ التي شملت رياضات كرة القدم وكرة السلة والسباحة والبيسبول. و "ساجي" Sage ١٩٧٦ التي تضمنت رياضات كرة القدم وكرة السلة والبيسبول والمصارعة والجمباز والسباحة ومسابقات المضمار والتنس (٢٣:٢٦٦:٣٦٧). ومن أمثلة الدراسات في البيئة العربية دراسة "شمعون" ١٩٧٩ التي تضمنت المقارنة بين رياضي سبع رياضات جماعية وست رياضات فردية من رياضي المستوي العالي بالمجتمع المصري (١١٥:٥).

هذا ويشير كل من "بيرد" و"كريب" Bird & Cripe ١٩٨٦ - من خلال دراستهما المرجعية - أن هناك تشابهاً في البروفيل النفسي بين رياضي بعض الرياضات الفردية والجماعية مثل المصارعة وكرة القدم. بينما قد يختلف البروفيل النفسي بين رياضي بعض الرياضات الفردية مثل الجمباز والكراتيه (٩:٢٨)، الأمر الذي يقلل من أهمية الاعتماد علي محك تصنيف الأنشطة الرياضية تبعاً لنوع الرياضة فردية أم جماعية في تحديد السمات الانفعالية المميزة للرياضيين، فضلاً عن استثارة الحاجة الي دراسة محكات أخرى كما يري كل من "كراتي" Cratty ١٩٧٢ (١٩:١٠) و"شور" Schurr وزملائه ١٩٨٦ (٩:٢٨-٣٠). وفي هذا السياق فان نتائج

الدراسة الحالية تعضد وجود بعض السمات الانفعالية الخاصة والمشاركة التي تميز الأنشطة الرياضية ذات طابع الاحتكاك الجسماني، وكذلك الأنشطة الرياضية التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة طويلة، وهي تحديد سمات الاصرار والمسئولية والضبط الذاتي.

كذلك فان استقرار النتائج الهامة للدراسة الحالية من حيث متغيري قلق سمة المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية يظهر وجود فروق دالة احصائية تميز رياضيي الأنشطة الفردية مقارنة برياضيي الأنشطة الجماعية. كما تميز رياضيي الأنشطة التي يتميز زمن أداء مسابقتها بالفترة القصيرة مقارنة بتلك التي يتميز زمن مسابقتها بالفترة الطويلة.

وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسة المرجعية التي قام بها كل من "مارتنز" Martens و "فيلي" Vealy و"بورتون" Burton ١٩٩٠ التي شملت الكثير من البحوث التي استخدمت مقياس قلق سمة المنافسة الرياضية لدى رياضيي الأنشطة الفردية والجماعية (١٧:٥٥-٥٧). كما تتفق مع نتائج دراسة "التهامي" ١٩٧٩ التي أظهرت وجود فروق دالة احصائية لصالح رياضيي الرياضات الفردية مقارنة بالجماعية في كل من قلق السمة وقلق الحالة (٨). بينما لا تتسق هذه النتائج مع نتائج دراسة "سشور" Schurr وزملائه ١٩٨٦ التي أظهرت وجود فروق دالة احصائية لصالح رياضيي الرياضات الجماعية في متغير القلق (٩:٢٠).

ويبدو أن اختلاف النتائج مرجعه الي تباين أدوات القياس. وخاصة ان مقياس القلق في الدراسة الحالية، وكذلك دراسة "مارتنز" Martens وزملائه ١٩٩٠ هو مقياس قلق سمة المنافسة الرياضية، الي يعتبر مقياسا نوعيا يرتبط بمواقف المنافسة الرياضية (١٧:٥٤). بينما مقياس القلق في دراسة "سشور" Schurr وزملائه ١٩٨٦ هو أحد أبعاد الصورة العاملية المختصرة لمقياس "كاتل" للشخصية (٩:٢٨).

وربما أمكن تفسير اتفاق النتائج حول وجود فروق دالة لصالح رياضيي الأنشطة الفردية مقارنة برياضيي الأنشطة الجماعية في قلق سمة المنافسة الرياضية في ضوء الاطار النظري لنظرية قلق سمة المنافسة الرياضية التي قدمها "مارتنز" Martens وزملاؤه ١٩٩٠ حيث يعرفون قلق سمة المنافسة الرياضية بأنه استعداد شخصي ثابت ينزع الي ادراك الموافق التنافسية علي أنها مهددة لتقدير الذات (١٧:٥). وأنه من المتوقع أن يستجيب رياضيي الرياضات الفردية الي مواقف المنافسة الرياضية باعتبار أنها مهددة لذواتهم علي نحو يزيد عن رياضيي الرياضات الجماعية، نظرا لأن رياضيي الرياضات الفردية عادة يتحملون مسئولية نتيجة المنافسة بشكل مباشر ومحدد بدرجة أكبر من رياضيي الرياضات الجماعية.

كما تتسق نتائج الدراسة الحالية الخاصة بوجود فروق دالة لصالح رياضيي الأنشطة التي يتميز زمن أداء مسابقتها بالفترة القصيرة في كل من قلق سمة المنافسة الرياضية، والاستثارة الانفعالية مقارنة برياضيي الأنشطة التي يتميز زمن أداء مسابقتها بالفترة الطويلة مع التصنيف الذي اقترحه كل من "ستالنجز" Stallings ١٩٨٢ (٢٥:١٢٥)، و"أوكسندين" Oxendine ١٩٨٠ (٢٠:١٠٩) لتحديد

درجة الاستثارة الانفعالية الملائمة لبعض المهارات والأنشطة الرياضية. وتتفق كذلك مع نتائج دراسة كل من "ريجسكي" Rejeski ، "هاردي" Hardy و"شو" Shaw ١٩٩١ التي أظهرت أن القلق بشكل عام يتناقص لدي الأنشطة الرياضية التي يتطلب أداءها فترة طويلة (٦٥:٢١-٧٤).

هذا وربما من الصعوبة بمكان تفسير ذلك دون النظر الي الاستثارة الانفعالية باعتبار أنها مصدر أساسي لامداد الرياضي بالطاقة الضرورية للداء، فضلا عن اعتبار القلق كما يري "كاوس" Kauss ١٩٨٠ أحد مصادرها الأساسية (١٦:١٣). كما أنه من الأهمية أن يؤخذ في الاعتبار أن طبيعة العلاقة بين الاستثارة والأداء الرياضي نتاج عوامل عديدة. وبالرغم من ذلك وفي حدود نتائج الدراسة الحالية فإن متغير زمن أداء المسابقة يبدو أنه أحد هذه العوامل الهامة.

وأخيرا فإن نتائج المقارنات أسفرت عن وجود فروق دالة احصائية بين رياضي الأنشطة الجماعية والفردية، لصالح رياضي الأنشطة الجماعية في درجات مركز التحكم (التحكم الخارجي). بينما لا توجد فروق دالة احصائية تبعا لمحكات التصنيف المقترحة الأخرى. الأمر الذي يفيد أن رياضي الأنشطة الجماعية يتميزون بسمة التحكم الخارجي أكثر من رياضي الأنشطة الفردية. كما أن رياضي الأنشطة الفردية يتصفون بالتحكم الداخلي لحصولهم علي الدرجات الأقل في مقياس مركز التحكم. وقد تبدو هذه النتيجة منطقية، حيث من المتوقع زيادة درجة التحكم الخارجي كلما قل التحكم والسيطرة في العوامل الخارجية المؤثرة في الأداء علي تضافر جهود أفراد الفريق أكثر من الاعتماد علي أداء فرد واحد فقط.

الاستخلاصات :

ربما أمكن في حدود عينة البحث، والأنشطة الرياضية المختارة ، والتحليل الاحصائي المستخدم والمتغيرات النفسية قيد الدراسة التوصل الي الاستخلاصات الهامة التالية:

أولا : يتميز رياضيو الأنشطة الفردية بارتفاع درجة قلق سمة المنافسة الرياضية والاستثارة الإنفعالية لديهم مقارنة برياضي الأنشطة الجماعية.

ثانيا : يتميز رياضيو الأنشطة ذات الاحتكاك الجسماني المباشر بارتفاع درجة السمات الانفعالية الخاصة بالاصرار والمسئولية الشخصية والضبط الذاتي لديهم مقارنة برياضي الأنشطة المتوازية.

ثالثا : يتميز رياضيو الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة طويلة بارتفاع درجة السمات الانفعالية الخاصة بالاصرار والمسئولية الشخصية والضبط الذاتي والثقة لديهم مقارنة برياضي الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة قصيرة.

رابعا : يتميز رياضيو الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة قصيرة بارتفاع درجة قلق سمة المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية لديهم مقارنة برياضي الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة طويلة.

خامسا : يتميز رياضيو الأنشطة الجماعية بارتفاع درجة مركز التحكم (التحكم

الخارجي) مقارنة برياضي الأنشطة الفردية.

التوصيات :

أولاً : نظراً لأن نتائج الدراسة أظهرت وجود سمات انفعالية خاصة تميز بعض الأنشطة الرياضية فمن المناسب التوصية بالاهتمام بالسمات الخاصة لدي رياضي الأنشطة التي يغلب عليها طابع الاحتكاك الجسماني، والتي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة طويلة وهي تحديد سمات الأصرار، والمسئولية الشخصية، والضبط الذاتي والثقة في النفس.

ثانياً : نظراً لأن نتائج الدراسة أظهرت ارتفاع درجة قلق سمة المنافسة الرياضية والاستثارة الانفعالية لدي رياضي الأنشطة الفردية مقارنة بالأنشطة الجماعية ولدي رياضي الأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة قصيرة، مقارنة بالأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة طويلة، فمن المناسب التوصية بمراعاة مبدأ تنوع أساليب الأعداد النفسي تبعاً لخصائص النشاط الرياضي. مع إعطاء المزيد من الاهتمام لتدريبات التهدئة والاسترخاء لدي رياضي كل من الأنشطة الفردية، والأنشطة التي يتطلب زمن أداء مسابقتها فترة قصيرة.

ثالثاً : يراعى عند دراسة الخصائص النفسية للرياضيين أن يتم ذلك تبعاً لتصنيف الأنشطة الرياضية على أساس نظري منطقي، كما يراعى استخدام المقاييس النفسية النوعية الخاصة للرياضيين.

المراجع :

١- اسامة كامل راتب. تقنيين مقياس سلوك المنافسة الرياضية. المؤتمر العلمي الأول للتربية الرياضية بجامعة الامارات. اللياقة البدنية للصحة والانتاج والدفاع. الفترة من ٥-٧ نوفمبر ١٩٩١م.

٢- سالم حسن سالم، ابراهيم عبد ربه خليفة. دراسة مقارنة بين متسابقين ومتسابقات الميدان والمضمار في مركز التحكم. مجلة علوم وفنون. دراسات وبحوث جامعة حلوان المجلد الأول - العدد الثاني. جامعة حلوان ، ابريل ١٩٨٩، ص١٤١-١٥٣.

٣- علاء الدين كفاقي. قضاء وقت الفراغ وبعض المتغيرات النفسية المرتبطة به عند طلبة وطالبات جامعة قطر. مركز البحوث التربوية، جامعة قطر. المجلد الرابع عشر ١٩٨٦م.

٤- فؤاد البهي السيد. علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري. القاهرة: دار الفكر العربي، ١٩٧٩.

٥- محمد العربي شمعون. السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدي الرياضيين. بحث دكتوراه. كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان، ١٩٧٩.

٦- محمد حسن علاوي. علم النفس الرياضي . القاهرة : دار المعارف ، ط٤، ١٩٧٩.

٧- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين رضوان. الاختبارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي. القاهرة : دار الفكر العربي، ١٩٨٧م.

٨- نجاح التهامي. القلق لدى الرياضيين وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة. بحث دكتوراه. كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة. جامعة حلوان. ١٩٧٩.

9. Bird, M. Cripe, K. Psychology and Sport Behavior. St. Louis. Times Mirror, Mosby College Publishing, St. Louis 1986.
10. Cratty, J. Psychology in Contemporary Sport: Guidelines for Coaches and Athletes: Prentice-Hall., Englewood Cliffs, New Jersey. 1973.
- 11., Donald, E. & Robert J. Effective Coaching: A Psychological Approach. New York. John Wiley & Sons. 1981
12. Fisher, A.C. Current Status and Future Direction of Personality Research Related to Motor Behavior and Sport. In A.C. Fisher (ed.) Psychology of Sport: Issues and Insights Palo Alto: Mayfield 1976 PP.400-431.
13. Kauss R. Peak Performance: Mental Game Plans for Maximizing your Athletic Potential. Prentice-Hall, Inc., Englewood, New Jersey 1982.
- 14., Kroll W. Current Strategies and Problems in Personality Assessment. In A.C. Fisher(ed.) Psychology of sport personology: Issues and Insight Palo Alto: Mayfield 1976. PP.371-390.
15. Liewellyn, H. Blucker, A. Psychology of Coaching: Theory and Application. Burgess Publishing Company, Minneapolis, Minnesota, 1982.
16. Martens, R. The Paradigmatic Crises in American Sport Personology. In A.C. Fisher, Psychology of Sport: Issues and Insights. Palo Alto: Mayfield 1976. PP.425-431
17. Martens, R. Vealey S. Burton, D. Competitive Anxiety In Sport. Champaign, Illinois: Human Kinetics Books. 1990.
18. Morgan, W.P. The Trait Psychology Controversy. Research Quarterly for Exercise and Sport. Vol. 51, 1980, PP.50-76.
19. Morgan, W.P. Personality and Sport. In Suinn M. (ed.) Psychol-

19. Morgan, W.P. Personality and Sport. In Suinn M. (ed.) Psychology in sport: Methods and Application, Minneapolis, Minnesota: Burgess Publishing Company 1980, PP.145-155

20. Oxendine, B. Joseph. Emotional Arousal and Motor Performance. In Psychology. In Suinn, M.(ed.) Psychology in Sport Methods and Applications. Minnesota: Burgess Publishing Company, 1980. PP. 103-111.

21. Rejeski, W. Hardy, J. and Shaw, J. Psychometric Confounds of Assessing Anxiety in conjunction with Acute Bouts of Vigorous Exercise. Journal of Sport & Exercise Psychology Vol. 13 N.1 March 1991. PP.65-74.

22. Ryan, E. The Questions We Ask and The Decisions We Make. In A.C. Fisher(ed.) Psychology of Sport. Mayfield Company 1976. PP. 408-413.

23. Sage H. An Assessment of Personality Profiles Between and Within Intercollegiate Athletes from Eight Different Spotts. In A.C. Fisher (ed.) Psychology of Sport. Mayfield Publishing Company. 1976. PP.366-370.

24. Singer N. Sustaining Motivation in Sport: The Youth in Sport, Psychological Consideration Series. Sport Consultants International, Inc. Florida1984.

25. Stallings. L. M. Motor Learning From Theory To Practice. St. Louis Mosby Company,1982.