

" علاقة حالة قلق المنافسة الرياضية وزهط مركز التحكم للاعبين "

المستوي العالي في الكرة الطائرة وتخصصاتهم " .

* د. محمود حمدي محمد ابراهيم

المقدمة ومشكلة البحث :

"يعتبر التدريب الرياضي عملية تربوية هادفة تعتمد على العديد من الأسس العلمية التي تخدم جوانب الإعداد المختلفة (البدني ، المهاري ، الخططي ، النفسي) و يتحقق من خلالها مبدأ التكامل في تطوير تلك الجوانب للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الرياضية كما أن الصفات البدنية ومكونات الأداء الفني و الخططي عند اللاعب لا يمكن أن تتحقق إلا من خلال الإعداد النفسي الجيد" (٢٠١:٤) و يذكر علاوي (١٩٩٨) القلق إنفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر . و هو خبرة إنفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله (٣٧٩:١٣) و التحكم في حالة القلق من الأمور الهامة في الإعداد النفسي حيث أن القلق يلعب دورا هاما في التأثير إيجابيا أو سلبيا على مستوى أداء الفرد الرياضي فقد يكون القلق قوة دافعة إيجابية إذ يؤثر بصورة إيجابية على أداء الفرد الرياضي و زيادة ثقة اللاعب في قدراته، و قد يكون القلق سلبيا فيؤدي إلى إعاقة أدائه و يقلل من ثقته بنفسه و مستواه (٢٨٠:١٢) و يويد عنان ذلك بأن القلق الدافع يشير إلى تيسير الأداء و الإستفادة من نتائج التدريب و إستخدام المهارات في إستراتيجية دافعة و أن القلق المنع يدفع اللاعب سلبيا في مواجهة ظروف المنافسة بما يعوق الإستفادة من التدريب و إستخدام المهارات و الفنيات (٢٧٢:١٦) . و ادراك الرياضي المثير الخارجي و الداخلي كمهدد له يؤدي إلى حدوث ردود فعل من حالة القلق ، كما أن زيادة ادراك المثير كمهدد يؤدي إلى ارتفاع درجة شدة حالة القلق ، و زيادة فترة ادراك المثير كمهدد يؤدي إلى زيادة مدة رد فعل حالة القلق . فحالة القلق State Anxiety هي "حالة إنفعالية ذاتية يشعر فيها الفرد بالخوف و التوتر ، و يمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت لآخر " (١٨٠:٣) . و استجابة القلق التي تظهر نتيجة لموقف تنافسي معين أثناء الأداء تسمى حالة قلق المنافسة الرياضية و نها ثلاثة أبعاد :حالة القلق المعرفي somatic satat anxiety و هو مكون عقلي للقلق التنافسي ، و حالة القلق الجسمي cognitive state anxiety و تظهر في إدراك الرياضي للأعراض الجسمية تنشيط الجهاز العصبي الأوتونومي ، و حالة الثقة بالنفس self confidence state وهي البعد الإيجابي في مواجهة حالة القلق التنافسي (٤٠٠:٣٩٩) .

و وجهة التحكم Locus Of Control من المفاهيم النفسية الحديثة نسبيا و الذي أشتق من نظرية التعلم الإجتماعي و يفسر في ضوء أن الأشخاص يختلفون في إدراكهم لمصدر التعزيز (٤٢:١) و يقصد به الوجهة التي يعزى إليها النجاح أو الفشل في الأداء و النتائج . فإذا كان هذا السبب يرجع إلى شيء داخل الفرد سمي (تحكم داخلي) و إذا كان السبب يرجع إلى شيء خارج الفرد سمي (تحكم خارجي) (٣١٠:١٣) . فالتحكم الداخلي Internal Control هو مسؤولية داخلية ينظر إليها الفرد إلى إنجازاته من نجاح أو فشل في ضوء ما لديه من قدرات و ما يستطيع القيام به من مجهودات مبذولة و مثابرة في تحقيق أهدافه . و التحكم الخارجي External Control و فيه يعزو الشخص إنجازاته و ما يتخذ من قرارات و ما يحققه من أهداف مدفوعا بعوامل خارجية مثل الصدفة أو الحظ أو مساعدة الغير هي التي تتحكم في مصيره ، و كلها عوامل يقف أمامها عاجزا لأنه لا يستطيع التكهّن بها (١٠٧:٨) . و لاعب الكرة الطائرة القلق يكون متوتر الأعصاب و مضطربا . و يفقد الثقة في نفسه و يبدو مترددا عاجزا عن البت في أمور اللعب ، و قد يعوقه عن إتخاذ قراراته بسرعة و خاصة في مواقف اللعب المفاجئة . كما يفقد اللاعب أيضا القدرة على تركيز الانتباه (٢٥٧:٤) و يرى الباحث أن رياضة الكرة الطائرة تتطلب من اللاعب أن يكون هادئا غير مضطرب ، واثقا من نفسه منتبها . قادرا على إتخاذ قراراته بسرعة أي

يُغلب عليه نمط مركز التحكم الداخلي. وقد تعددت الدراسات في القلق عموماً و القلق كحالة و كسمة ، و لم تتل حالة قلق المنافسة الرياضية بأبعادها الثلاثة حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس - الحظ من البحث العلمي في المجال الرياضي عموماً و في تدريب الكرة الطائرة خصوصاً (في حدود علم الباحث) في البحوث العربية .

مما يدعو إلى الاهتمام بدراستها و من هنا اختار الباحث موضوع هذه الدراسة و هو علاقة حالة قلق المنافسة الرياضية (بأبعادها الثلاثة) ، و نمط مركز التحكم ، للاعبين المستوى العالي في الكرة الطائرة و تخصصاتهم و تبرز أهميتها في أنها محاولة لاختبار العلاقة بين كل من حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس ، و نمط مركز التحكم للاعبين المستوى العالي في الكرة الطائرة و تخصصاتهم . معد ، ضارب من مركز ٤ ، ضارب من مركز ٣ ، ضارب من مركز ٢ ، بالإضافة إلى استخدام قائمة تقييم الذات بمقاييسها الثلاثة : مقياس حالة القلق المعرفي ، و مقياس حالة القلق الجسمي ، و مقياس حالة الثقة بالنفس وهي مقاييس جديدة في البحوث العربية بالإضافة إلى اختبار مركز التحكم . وربما يمكن تحديد مشكلة البحث بصورة أدق ، في محاولة الإجابة عن الأسئلة المحددة التالية :

١- هل توجد علاقة بين كل من نمط التحكم الداخلي و نمط التحكم الخارجي و حالة قلق المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث .
٢- هل توجد علاقة بين حالة قلق المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث .

٣- ما هي ضبيعة الفروق بين قيم التحكم الداخلي و قيم التحكم الخارجي للاعبين قيد البحث .
٤- ما هي ضبيعة الفروق بين قيم الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة :حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث .

٥- ما هي ضبيعة الفروق بين قيم الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية ، و قيم مركز التحكم وفقاً لتخصصات اللاعبين: المعدون، و الضاربون من مركز ٤، و الضاربون من مركز ٣، و الضاربون من مركز ٢، للاعبين قيد البحث .

الدراسات السابقة :

أولاً دراسات أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية :

قام لوكس Lox L.L (١٩٩٢) بدراسة التهديد المحسوس كأحد مكونات حالة القلق ، و الثقة بالنفس في الكرة الطائرة بهدف اختبار بعض الفروض التي ذكرها مارتنز Martens و فيلي Veale و بيرتون Burton في نموذجهم الخاص بالقلق التنافسي ، على عينة ٥٢ لاعبة كرة طائرة من الكليات . و أظهرت النتائج ارتباط القلق بإدراك الفرد لأهمية نتائج المنافسة و الأداء ، كما ارتبط التهديد المحسوس بالثقة بالنفس و الكفاءة الذاتية ، بينما عدم التأكد من أن الأداء الشخصي للاعبات كان ذا صلة بالقلق المعرفي (١٠٩٤-١٠٩٢:٢٥) .

و قام كنوو ويلمز Kenow And Williams (١٩٩٢) بدراسة العلاقة بين القلق و الثقة بالنفس وسلوكيات القيادة في مجال رياضة كرة السلة و أظهرت أن اللاعبات اللاتي حققن معدلات مرتفعة في قلق المنافسة و القلق الذهني و معدلات منخفضة من الثقة بالنفس يرون أن المدرب لديه نسبة تؤثر ذهني عالية ، و جميعهن يمين سلوك التدريب بطريقة سلبية و توصي الدراسة بأنه يجب على المدربين أن يكونوا أكثر دعماً و أقل سلبية مع اللاعبات ذوي معدلات القلق العالية (٣٥٧-٣٤٤:٢١) .

و أجرى بارفت Parfitt و هاردي Hardy (١٩٩٣) دراسة لخدمة تأثير القلق التنافسي في مجال الكرة و مهام متابعة الكرة المرتدة من اللوحة للاعبين كرة السلة ، و أظهرت النتائج وجود علاقات إيجابية ذات دلالة بين القلق المعرفي و مهارة متابعة الكرة المرتدة من اللوحة ، كما انفقت نتائج تحليل إثنائين مع هذه النتيجة ، ووجود أثر سلبي (إقتراب من الدلالة الإحصائية) للقلق الجسمي على المهارة قيد البحث (٥٢٤-٥١٧:٢٧) .

أجرى وينج Wong وآخرون (١٩٩٣) دراسة العلاقة بين الإضرار الرياضي و القلق التنافسي ، و ثقة الأداء الذاتي في الرياضات الجماعية ، و الفردية و تكونت العينة من ٦٢ من الذكور ، و ٣٤ من

الإناث و أظهرت النتائج أن طبيعة الإضرار الرياضي يرتبط باختلاف في القلق التنافسي و ثقة الأداء الذاتي (٨٥٠-٨٤٧:٢٩).

قام كرين فيكي Krane Vikki وآخرون (١٩٩٤) بدراسة انعلاقة بين القلق التنافسي و حرج الموقف ، و الأداء في الكرة الناعمة بهدف تحديد العوامل الشخصية و العوامل الموضوعية أثناء نهائيات دوري الكرة الناعمة في إحدى الكليات و اظهرت النتائج أن ارتفاع مستويات الحرج يرتبط بارتفاع مستويات القلق المعرفي ، و أن العوامل الموضوعية و الشخصية تمثل مؤشرات ذات دلالة للقلق المعرفي و الجسمي . كما أن القلق الجسمي له علاقة تختلف طبقاً للمواقف الحرجة (٧٢-٥٨:٢٢).

قامت جامبور إيليزابيث Jambor Elizabeth (١٩٩٤) بدراسة الارتباط بين التدريب الهوائي و مكونات اللياقة ، و القلق ، و الثقة بالنفس بهدف التعرف على التغيرات الفسيولوجية و الجسمية . و التغير في اللياقة و القلق المعرفي و الجسمي و الثقة بالنفس . و تكونت العينة من مجموعتين أحدهما ضابطة و الأخرى تجريبية و اشتملت كل منهما على ١٥ فرد من اللاتين . و تم تنفيذ البرنامج التدريبي على المجموعة التجريبية لمدة (١٠) أسابيع و طبق مقياس القلق التنافسي بأبعاده الثلاثة قبل و بعد التجربة . و أظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين التغيرات الجسمية و القلق المعرفي و الجسمي ، و الثقة بالنفس ، و أيضاً أن تدريبات الجري و فترات الراحة ترتبط بتخفيض في القلق (٦٠٢-٥٩٥:٢٠).

أجرى كرين فيكي Krane Vikki وليام جين William Jean (١٩٩٤) بدراسة تأثير الجنس و المستوى التنافسي و خصائص المنافسة على القلق المعرفي و الجسمي ، و الثقة بالنفس في رياضة الميدان و المضمار . و أظهرت الدراسة أن القلق المعرفي و القلق الجسمي لدى لاعبي الجامعات أقل من لاعبي المدارس الثانوية و أن اللاعبين الغير متميزين يتميزون بدرجة أعلى من القلق المعرفي . و اظهر اللاعبون درجة أقل في القلق المعرفي من اللاعبات . كما اظهر اللاعبون و اللاعبات درجة أعلى من القلق في حالة تعقيد النشاط (٢١٧-٢٠٣:٢٣).

قام مينارد Maynard Ian وآخرون (١٩٩٥) بدراسة أثر استخدام برنامج لتنظيم و ضبط القلق المعرفي على القلق التنافسي و الأداء عند لاعبي كرة القدم الهواة . و أظهرت النتائج فروق ذات دلالة احصائية في القلق المعرفي و الجسمي ، و وحدة و اتجاه القلق (٤٤٦-٤٢٨:٢٦).

قام بارفيت Parfit وآخرون (١٩٩٥) بدراسة العلاقة بين القلق المعرفي و القلق الجسمي . و الإستثارة الإنفعالية ، و القفز العالي لسارجنت للاعبين كرة السلة و لكرة الطائرة . و أظهرت النتائج أن القلق الجسمي المترادف يؤثر ايجابيا في ارتفاع القفز ، في حين أن القلق المعرفي لا يؤثر في ارتفاع القفز ، و الإستثارة الفسيولوجية أكثر ارتباطاً من القلق الجسمي بأداء القفز (٢١٣-١٩٦:٢٨).

أجرى لان أندراو Lan -Androw وآخرون (١٩٩٥) دراسة مقدمات القلق التنافسي المتعدد الأبعاد و الثقة بالنفس عند لاعبي ألعاب القوى . و أظهرت النتائج أن الثقة بالنفس يمكن التنبؤ بها من خلال الاتجاه نحو الأداء السابق ، و كذلك أن مكونات القلق تشترك في مقدماتها (٩١٩-٩١١:٢٤).

ثانياً دراسات مركز التحكم :

قام أجولجيا Agulgia و سابينزا Sapienza (١٩٨٤) بدراسة مركز التحكم طبقاً لروتر عند لاعبي و لاعبات الكرة الطائرة ، و تكونت العينة من ١٥ من الإناث منهن ٣ رؤساء فرق ١٥ من الذكور منهم ٣ من رؤساء الفرق . و أظهرت النتائج أن الإناث يتميزون بالثوجه الخارجي أكثر من الذكور . و أن رؤساء الفرق يميلون إلى اعتبار مركز التحكم لديهم داخلي ، على اعتبار أن مركز التحكم الداخلي أفضل من مركز التحكم الخارجي (٢٥٨-٢٥٠:١٨).

أجرى رفاعي مصطفى (١٩٩٢) " دراسة مقارنة لسمة مركز التحكم بين مراكز الشعب في كرة القدم " . و أظهرت النتائج تميز لاعبي حراسة المرمى بالتحكم الداخلي أكثر من لاعبي مراكز الدفاع و الوسط و الهجوم ، و تميز لاعبي الدفاع بالتحكم الداخلي مقارنة بلاعبين الوسط و الهجوم كما تميز لاعبي الوسط بالتحكم الداخلي أكثر من لاعبي الهجوم (١٣٥-١٢٣:٥).

أجرى جرانتو Granito وآخرون (١٩٩٣) دراسة " العلاقة بين مركز التحكم و أرضاً عند فرق

الكرة الطائرة في كليات التربية الرياضية بالجامعة الأردنية

لأعبي الأقسام المختلفة في درجات مركز التحكم والرضا ، و أن العلاقة بين مركز التحكم والرضا غير دالة احصائياً (١٩: ٢٢١-٢٢٨).

قام محسن بسيوني التحريري (١٩٩٥) " بدراسة مركز التحكم وعلاقته بمستوى الأداء وخضوض النعب المختلفة للناشئين في كرة القدم بمحافظة الإسكندرية " . و أظهرت النتائج تميز اللاعبين تحت ١٥ ، ١٧ سنة بالتحكم الداخلي . و كذلك تميز اللاعبين ذوي مستوى الأداء الأعلى بتوجهه داخلي أكثر من اللاعبين ذوي الأداء المنخفض ، و تميز حراس المرمى بتوجهه داخلي عن باقي خطوط اللعب (١٠: ٥٢-٧١) .
أجرى على السعيد ريحان (١٩٩٦) دراسة " مركز التحكم وعلاقته بإدراك القوة المبذولة للمصارعين الكبار " . و أظهرت النتائج عن وجود علاقة عكسية بين التحكم الخارجي و إدراك القوة ، و عدم وجود فروق بين مجموعة الأوزان الخفيفة و الثقيلة في مركز التحكم الخارجي و إدراك القوة المبذولة ، كما تفوقت مجموعة الأوزان الخفيفة و المتوسطة على مجموعة الأوزان الثقيلة في التحكم الخارجي و إدراك القوة المبذولة (٧: ١٠١-١١٧) .

قام محمود حمدي عبد الكريم (١٩٩٦) بدراسة " مستوى الأداء المهارى في لعبتي كرة القدم و انكرة الطائرة و علاقته بنمط مركز التحكم لدى اللاعبين " . و أظهرت النتائج أنه توجد علاقة دالة احصائياً بين نمط مركز التحكم الداخلي و مستوى الأداء المهارى للاعبي كرة القدم و لاعبي الكرة الطائرة ، و أنها توجد فروق دالة احصائياً بين مستوى الأداء المهارى للاعبي كرة القدم و لاعبي الكرة الطائرة وفقاً لنمط مركز التحكم الداخلي والخارجي لصنح اللاعبين ذوي التحكم الداخلي ، و لا توجد فروق بين لاعبي كرة القدم و لاعبي الكرة الطائرة في نمط مركز التحكم (١٥: ١٩٤-٢١٥) .

و من العرض السابق للدراسات السابقة نجد أنه :
- لم يسبق للدراسات العربية (في حدود علم الباحث) تناول حالة قلق المنافسة بأبعادها الثلاثة (القلق المعرفي ، والقلق الجسمي ، و الثقة بالنفس) .

- تناولت الأبحاث الأجنبية الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة في بعض الرياضات انجماعية و الفردية .
- تناولت الدراسات العربية و الأجنبية مركز التحكم الداخلي و الخارجي و علاقته بمستوى الأداء و مراكز اللاعبين و لم تتناول (في حدود علم الباحث) علاقته بتخصصات اللاعبين في انكرة الطائرة .
- لم تتناول البحوث العربية و الأجنبية (في حدود علم الباحث) العلاقة بين حالة القلق بأبعادها الثلاثة و نمط مركز التحكم عموماً و بتخصصات اللاعبين في الكرة الطائرة خصوصاً .
و مما تقدم رأى الباحث تناول الدراسة الحالية " علاقة حالة قلق المنافسة الرياضية بأبعادها الثلاثة (القلق المعرفي ، والقلق الجسمي ، الثقة بالنفس) و نمط مركز التحكم للاعبي المستوى العالى في الكرة الطائرة و تخصصاتهم " .

فروض البحث :

- ١- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كل من نمط التحكم الداخلي و نمط التحكم الخارجي و حالة قلق المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس) لدى اللاعبين قيد البحث .
- ٢- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين حالة قلق المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث .
- ٣- توجد فروق دالة احصائياً بين قيم نمط التحكم الداخلي و قيم نمط التحكم الخارجي للاعبين قيد البحث لصالح اللاعبين ذوي نمط التحكم الداخلي .
- ٤- توجد فروق دالة احصائياً بين قيم أبعاد : حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث .
- ٥- توجد فروق دالة احصائياً بين قيم الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية و مركز التحكم وفقاً لتخصصات اللاعبين : المعدون ، و الضاربون من مركز ٤ ، و الضاربون من مركز ٣ ، و الضاربون من مركز ٢ للاعبين قيد البحث .

مصطلحات البحث :

- حالة قلق المنافسة الرياضية :

هو استجابة القلق التي تظهر نتيجة لموقف تنافس معين ، و تشابه أعراضها حالة القلق العامة ، إلا أنها تشد كاستجابة لمثيرات موقف رياضي محدد (١٧: ١٨٥).

- حالة القلق المعرفي :

و هي مكون عقلي لقلق الحالة الذي يسببه الخوف من انقسام السليبي للذات نحو مستوى الأداء ، و يظهر في ضعف المقدرة على التركيز و الإنتباه . و يتحدد القلق المعرفي إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها اللاعب في مقياس القلق المعرفي ، كبعد من أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية-٢ .

- حالة القلق الجسمي :

هو ادراك الإستثارة الفسيولوجية و يتضمن متاعب المعدة ، و زيادة سرعة نبضات القلب ، و زيادة سرعة التنفس ، و تعرق اليدين ، و توتر العضلات . و يتحدد القلق الجسمي إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها اللاعب في مقياس القلق الجسمي ، كبعد من أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية-٢ .

- حالة الثقة بالنفس :

و يقصد بها البعد الإيجابي في مواجهة حالة القلق ، و تعني تمتع الرياضي بالإحساس بقيمته الرياضية ، و امتلاكه للقدرات التي تؤهله للنجاح و التفوق في نواع النشاط الرياضي الممارس . و تحدد الثقة بالنفس إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها اللاعب في مقياس الثقة بالنفس كبعد من أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية-٢ .

- مركز التحكم :

و يقصد به ادراك الفرد للعلاقة بين سلوكه و ما يرتبط به من نتائج . و يتحدد نمط مركز التحكم بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في اختبار مركز التحكم .

- مركز التحكم الداخلي :

هو مسؤولية داخلية ينظر إليها الفرد إلى إنجازاته من نجاح أو فشل في ضوء ما لديه من قدرات ، و ما يستطيع القيام به من مجهودات .

- مركز التحكم الخارجي :

و فيه يعزو الفرد إنجازاته و ما يتخذه من قرارات و ما يحققه من أهداف مدفوعا بعوامل خارجيه مثل الصدفة ، و الحظ ، و مساعدة الغير هي التي تتحكم في مصيره .

حدود البحث :

- يتحدد هذا البحث بالعينة و تتكون من ٩٠ لاعب من لاعبي الدرجة الأولى الممتازة في الكرة الطائرة في نوادي المملكة العربية السعودية في الموسم الرياضي (١٨: ١٩هـ) .
- يتحدد تعميم نتائج هذا البحث في حدود الأصل الإحصائي و المكاني الذي اشتقت منه عينة البحث و هي لاعبي الدرجة الأولى الممتازة التابعين للإتحاد السعودي للكرة الطائرة .
- يتحدد هذا البحث باختبار حالة قلق المنافسة لدى قدمه مارتنز Martens و آخرين و ترجمة أسامة راتب (١٩٩٧) ، و اختبار مركز التحكم .
- يتحدد هذا البحث بأبعاد حالة قلق المنافسة : حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس ، و مركز التحكم كما تقاس بالأدوات المستخدمة في هذا البحث .

إجراءات البحث :

المنهج : استخدم الباحث المنهج الوصفي لمناسبته لهذه الدراسة .

عينة البحث :

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من نوادي الدرجة الأولى الممتازة بالمملكة العربية السعودية و هي نوادي (الهلال - الأهلي - النصر - الصفا - الاتحاد - الرياض - الشرق - الترجي - النهضة) و بلغ حجم العينة (٩٠) لاعبا بنسبة (٦٦٪) من مجتمع البحث.

أدوات البحث :

أولاً: قائمة حالة قلق المنافسة الرياضية-٢ (CSA1₂) (مرفق (١)) :

- استخدم الباحث قائمة المنافسة الرياضية-٢ والتي وضعها مارتنز Martens ، و آخرين (١٩٩٠) و قام بترجمتها إلى العربية أسامة كامل راتب (٣:١٣٥-١٣٧).

- تحقيق الثبات و الصدق (٤:٧٨-٨٠) :

و قام الباحث بإيجاد الثبات على البيئة السعودية لقائمة حالة انمنافسة الرياضية-٢ بطريقة تطبيق القائمة و إعادة تطبيقها على ٣٧ طالب هم منتخب الكرة الطائرة بكنية المعلمين بالرياض و شعبة الكرة الطائرة بقسم التربية البدنية بفاصل زمني (٧) أيام ، و بطريقة تحليل التباين باستخدام معادلة كودرورتشاردسن (٩:٥٣٥).

و إيجاد صدق القائمة بصدق المحك بين القائمة قيد البحث و بين قائمة المنافسة الرياضية-٢ (١١:٥٦٩-٥٥٦) مرفق (٢) . و صدق المقارنة الطرفية للأبعاد الثلاث و كانت النتائج كما يلي :

جدول (١)

ثبات المقاييس الثلاثة لقائمة حالة قلق المنافسة الرياضية-٢

ن = ٣٧ ، د.ح = ٣٥

المقاييس	الطريقة	الثبات بصريق تطبيق الإختبار و إعادة تطبيقه	طريقة تحليل التباين
حالة القلق المعرفي	٠,٦٧٩	**	٠,٦٤٠
حالة القلق الجسمي	٠,٥٨٠	**	٠,٥٥٣
حالة الثقة بالنفس	٠,٧٨٠	**	٠,٦٣٠

ينضح من جدول (١) ثبات المقاييس الثلاثة القلق المعرفي ، و القلق الجسمي ، و الثقة بالنفس لقائمة حالة قلق المنافسة الرياضية-٢.

جدول (٢)

صدق المحك للمقاييس الثلاثة مع قائمة سلوك المنافسة الرياضية-٢

المقاييس	القلق المعرفي	القلق الجسمي	الثقة بالنفس	سلوك المنافسة
القلق المعرفي	—	**٠,٤٩٠	*٠,٣٨-	**٠,٥١
القلق الجسمي	—	—	**٠,٤٩-	**٠,٦٥
الثقة بالنفس	—	—	—	**٠,٦٢-
سلوك المنافسة	—	—	—	—

جدول (٣)

المقارنة الطرفية لمقاييس حالة قلق المنافسة الرياضية-٢

المقاييس	متوسط الربيع الاعلى	الانحراف المعياري	متوسط الربيع الأدنى	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
القلق المعرفي	١٧,٣	٢,٢٦	٢٧,٢	٣,٠٨	٨,٠٠	دال عند ٠,٠١
القلق الجسمي	١١,٥٠	١,٤٣	٢٣,١٠	٢,٩٢	١٠,٠٠	دال عند ٠,٠١
الثقة بالنفس	٢٠,٤	٢,٠١	٣١,٠٠	٢,٢١	١١,٢٢	دال عند ٠,٠١

يتضح من جدولي (٣،٢) صدق المقاييس الثلاثة لقائمة حالة قلق المنافسة الرياضية-٢

ثانياً : اختبار مركز التحكم مرفق (٣) (١٥:٢٠١:٢٠٤) :

و هو من تصميم الباحث و قد قام بحساب المعاملات العلمية للاختبار كما يلي :

ثبات الاختبار :

تم استخدام طريقة التجزئة النصفية للاختبار و ذلك بتطبيق الاختبار على عينة من طلبة كلية المعلمين بالرياض قسم التربية البدنية قوامها (٤٠) طالباً و ايجاد معامل الارتباط بين نصفي الاختبار و تطبيق معادلة سبيرمان و براون (٥٢٢:٩) و ايجاد معامل الثبات

جدول (٤)

ثبات اختبار مركز التحكم في الألعاب الجماعية

الاختبار	العبارات الفردية		العبارات الزوجية		معامل الارتباط	معامل سبيرمان و براون
	ع	م	ع	م		
مركز التحكم	٢,١٤٠	٨,١٨٠	٢,٢٠٠	٨,٩٠٠	٠,٤٧٧	٠,٦٥٠

صدق اختبار مركز التحكم :

استخدم الباحث صدق المحكمين ، و صدق المحك حيث قام بتطبيق اختبار مركز التحكم قيد البحث ، و اختبار سالم حسن سالم ، و اختبار رويتر على مجموعة طلبة قسم التربية البدنية بكلية المعلمين بالرياض قوامها (٤٠) طالب و كانت النتائج كما يلي :

جدول (٥)

معامل الارتباط بين اختبار مركز التحكم و المحكات

$$٤٠ = ن \quad ٣٨ = د ج$$

الاختبارات	الاختبار قيد البحث	اختبار سالم حسن سالم	اختبار رويتر
الاختبار قيد البحث	—	***٠,٦٢١	**٠,٥٣٢
اختبار سالم حسن سالم	—	—	**٠,٤٧٠
اختبار رويتر	—	—	—

و بالتحقق من صدق و ثبات الاختبارات المستخدمة على البيئة السعودية أصبح في الإمكان تطبيقها على عينة البحث .

- تطبيق الاختبارات على عينة البحث :

تم تطبيق الاختبارات على اللاعبين عينة البحث في الدور الأول من الدوري الممتاز السعودي ، بعد وصول الفريق إلى مكان المباراة و قبيل بدء المباريات بساعة ، في الفترة من ٢٠/١١/١٩٩٧م الموافق ١٤١٨/٧/٢٠هـ إلى ١٩٩٨/١/٩م الموافق ١٤١٨/٩/١١هـ كما يلي :

١- قائمة حالة المنافسة الرياضية-٢ المكونة من (٢٧) عبارة بواقع (٩) عبارات لكل مقياس فرعي من المقاييس الثلاثة (حالة القلق المعرفي ، حالة القلق الجسمي ، حالة الثقة بالنفس .

٢٠١٢

التحليلات الإحصائية :

استخدم الباحث الأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معامل الارتواء
- معامل الارتباط
- أقل فرق معنوي L.S.D.
- اختبار (ت)
- تحليل التباين

عرض النتائج :

جدول (٦)

المتوسط انحسابي ، و الانحراف المعياري ، و معامل الارتواء لمتغيرات البحث

المتغيرات	القلق المعرفي			القلق الجسمي			الثقة بالنفس			مركز التحكم	
	م	ع	معامل الارتواء	م	ع	معامل الارتواء	م	ع	معامل الارتواء	ع	م
اللاعبين (عينة البحث)	٢٢,٢٦	٤,٠٥	٠,٣٧	١٦,٧٦	٤,٠٢	١,٢٠	٢٧,٩٠	٤,٧٠	٠,٢٤	١٥,٨٩	٥,٧٣

يتضح من جدول (٦) أن المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري لدى اللاعبين عينة البحث في المتغيرات القلق المعرفي ، القلق الجسمي ، و الثقة بالنفس ، و مركز التحكم . و قد تراوح معامل الارتواء بين (٠,٢٤ - ١,٢٠) مما يشير إلى أن درجات اللاعبين في متغيرات البحث تتوزع طبيعياً . و تم تحديد اللاعبين ذوي نمط التحكم الداخلي و هم الذين تقل درجاتهم عن المتوسط الحسابي (١٥,٨٩) و عددهم (٤٥) لاعب .

النتائج المتعلقة بالفرض الأول :

"توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين كل من نمط التحكم الداخلي و نمط التحكم الخارجي و حالة المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث "

جدول (٧)

معاملات الارتباط بين كل من نمط التحكم الداخلي و نمط التحكم الخارجي و المتغيرات الثلاث لحالة قلق المنافسة

$n = 45$

المتغيرات	حالة القلق المعرفي	حالة القلق الجسمي	حالة الثقة بالنفس
التحكم الداخلي	٠,٠٠١١	٠,٠٢٦٠	**٠,٣٩٠٠
التحكم الخارجي	٠,٠٦١٠	**٠,٤٢٢٠	*٠,٢٩٠٠

من جدول (٧) تشير معاملات الارتباط : بضعف العلاقة بين التحكم الداخلي و القلق المعرفي و القلق الجسمي ، و وجود علاقة دالة احصائياً بينه و بين الثقة بالنفس . و جاءت العلاقة دالة احصائياً بين التحكم الخارجي و القلق الجسمي و عكسية ضعيفة جداً بينه و بين القلق المعرفي ، و عكسية دالة احصائياً بينه و بين الثقة بالنفس .

- النتائج المتعلقة بالفرض الثاني : و ينص "توجد علاقة ارتباطية دالة احصائياً بين حالة قلق المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث "

جدول (٨)
معاملات الارتباط بين القلق المعرفي و القلق الجسمي و الثقة بالنفس
ن = ٩٠

الثقة بالنفس	القلق الجسمي	القلق المعرفي	
٠,١٤-	**٠,٣٨١	—	القلق المعرفي
**٠,٤١-	—	—	القلق الجسمي
—	—	—	الثقة بالنفس

يشير جدول (٨) إلى وجود علاقة ايجابية دالة احصائيا بين القلق المعرفي و القلق الجسمي ، وعلاقة عكسية غير دالة احصائيا بين القلق المعرفي و الثقة بالنفس و عكسية دالة احصائيا بين القلق الجسمي و الثقة بالنفس .

- النتائج المتعلقة بالفرض الثالث :

" توجد فروق دالة احصائيا بين قيم نمط التحكم الداخلي وقيم نمط التحكم الخارجي للاعبين قيد البحث "

جدول (٩)
الفروق بين قيم نمط التحكم الداخلي وقيم نمط التحكم الخارجي
للاعبين قيد البحث

ن = ٤٥

المتغيرات	التحكم الداخلي		التحكم الخارجي		قيمة ت
	م	ع	م	ع	
النتائج	١١,٨٢	٢,٤٨	٢٠,٠٠	٥,١٠	**٩,٦٨

يتبين من جدول (٩) وجود فروق دالة احصائيا بين قيم نمط التحكم الداخلي و التحكم الخارجي لصالح اللاعبين ذوي التحكم الداخلي .

النتائج المتعلقة بالفرض الرابع :

" توجد فروق دالة احصائيا بين قيم أبعاد حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث "

جدول (١٠)

تحليل التباين بين قيم أبعاد حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي ، و حالة الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	د.ح	متوسط التباين	قيمة ف
ابعاد القلق الثلاث	بين المجموعات	٤٨١١,٦٧	٢	٢٤٠٥,٨٤	١٣٠,٠٥
	داخل المجموعات	٤٩٣٧,٠٣	٢٦٧	١٨,٥٠	

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة ف معنوية جدا أي توجد فروق دالة احصائيا بين أبعاد القلق الثلاث و بذلك يمكن إجراء المقارنات الفردية (LSD) للدلالة عن الفروق بين المتوسطات .

جدول (١١)

دلالة الفروق لحالة قلق المنافسة الرياضية بين قيم حالة القلق المعرفي و حالة القلق الجسمي و
حالة الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث

الابعاد	المتوسطات	القلق المعرفي	القلق الجسمي	الثقة بالنفس	قيمة (L.S.D) (٢٠٣،٦) عند ٠،٠٥
حالة القلق المعرفي	٢٢،٢٦	—	٥،٥٠	٤،٨٤-	٨،٤٣
حالة القلق الجسمي	١٦،٧٦	—	—	*١٠،٣٤-	
حالة الثقة بالنفس	٢٧،١٠	—	—	—	

يتبين من جدول (١١) وجود فروق غير دالة إحصائياً بين حالة القلق المعرفي و القلق الجسمي ،
وبينه وبين حالة الثقة بالنفس ، ووجود فروق دالة إحصائياً بين حالة القلق الجسمي و حالة الثقة
بالنفس مما يشير إلى أن تأثير القلق المعرفي والجسمي يسيرا في اتجاه واحد وأنه كلما انخفض القلق
المعرفي و الجسمي ارتفعت حالة الثقة بالنفس .

النتائج المتعلقة بالفرض الخامس :

توجد فروق دالة إحصائياً بين قيم الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية و مركز التحكم وفقاً
لتخصصات اللاعبين: المعدون، الضاربون من مركز ٤، الضاربون من مركز ٣، و الضاربون من
مركز ٢ للاعبين قيد البحث.

جدول (١٢)

المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري للمتغيرات قيد البحث وفقاً لتخصصات اللاعبين

المتغيرات	القلق المعرفي		القلق الجسمي		الثقة بالنفس		مركز التحكم
	ع	م	ع	م	ع	م	
المعدون	٤،٦٩	٢٣،٢٤	٢،٦٩	١٦،٤٨	٤،٧٧	٢٦،٨٤	٤،٤٩
ضاربون مركز ٤	٣،٥١	٢١،٥٣	٤،٥٠	١٧،٣٠	٤،٤٤	٢٨،٣٣	٦،٢٢
ضاربون مركز ٣	٤،١٢	٢٢،٣٠	٤،٥٣	١٧،٠٠	٤،٣٦	٢٥،٩٥	٥،٧١
ضاربون مركز ٢	٣،٩٤	٢١،٣٣	٣،٧٠	١٥،٤٠	٥،٣٣	٢٦،٤٠	٦،٠٦

من جدول (١٢) يتضح ارتفاع القلق المعرفي عند لاعبي الإعداد ثم ضاربين مركز ٣ ثم مركز ٤
ثم مركز ٢، و أن القلق الجسمي يتحقق عن القلق المعرفي و جاء الترتيب ضاربي مركز ٤ ثم مركز ٣
ثم المعدين ثم ضاربي مركز ٢، و نلاحظ أن حالة الثقة بالنفس جاءت مرتفعة عن حالتها القلق و جاء
الضاربين من مركز ٤ أعلاهم ثم المعدين ثم ضاربين مركز ٢ ثم ضاربين مركز ٣ .

جدول (١٣)

تحليل التباين للأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية و مركز التحكم
وفقاً لتخصصات اللاعبين

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	د ح	متوسط التباين	قيمة ف
القلق المعرفي	بين المجموعات	٥١،٥٦	٣،٠٠	١٧،١٩	٠،٦٨٩
	داخل المجموعات	١٤٩٣،٥٦	٨٦،٠٠	١٧،٣٧	
القلق الجسمي	بين المجموعات	٣٩،١٥	٣،٠٠	١٣،٠٥	٠،٨٠١
	داخل المجموعات	١٤٠٢،١٤	٨٦،٠٠	١٦،٣٠	
الثقة بالنفس	بين المجموعات	٨١،٠٣	٣،٠٠	٢٧،٠١	١،١٨٠
	داخل المجموعات	١٩٦٦،٥٧	٨٦،٠٠	٢٢،٨٧	
مركز التحكم	بين المجموعات	٥٠،٥٦	٣،٠٠	١٦،٨٢	٠،٥٠٤
	داخل المجموعات	٢٨٦٨،٨٣	٨٦،٠٠	٣٣،٣٦	

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠،٠٥ = ٢،٧٢

من جدول (١٣) يتبين عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الأبعاد الثلاثة لحالة القلق و مركز
التحكم وفقاً لتخصصات اللاعبين و من ثم فإنه لا يمكن إجراء المقارنات الفردية .

مناقشة النتائج :

من واقع البيانات و من خلال الدراسات السابقة و في ضوء المعالجات الإحصائية و في حدود عينة البحث يناقش الباحث النتائج كما يلي :

من جدول (٧) يتبين أنه لا توجد علاقة بين التحكم الداخلي و حالة القلق المعرفي و الجسمي . بينما جاءت العلاقة ايجابية دالة إحصائيا بينه و بين الثقة بالنفس وهذا ما يتفق مع تعريف التحكم الداخلي حيث يعتمد على أنه مسولية داخلية ينظر إليها الرياضي بما لديه من قدرات ، و ما يستطيع القيام به من مجهودات مبذولة ، و مثابرة في تحقيق أهدافه كل هذا يتمشى مع حالة الثقة بالنفس أي أن لاعبي الكرة الضائرة ذوي التحكم الداخلي أكثر تحكما في حالتى القلق المعرفي و الجسمي و نجد أن العلاقة بين التحكم الخارجي و الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة ، جاءت سلبية غير دالة إحصائيا بينه و بين حالة انقلق المعرفي ، و ايجابية دالة إحصائيا مع حالة القلق الجسمي ، و عكسية دالة إحصائيا مع حالة الثقة بالنفس وهذا ما يتفق مع تعريف التحكم الخارجي (و فيه يعزو اللاعب إنجازاته مدفوعا بعوامل خارجية مثل الحظ و الصدفة ، و مساعدة الغير) في حالة القلق الجسمي و حالة الثقة بالنفس و يختلف في حالة انقلق المعرفي حيث كان يتوقع الباحث أن تكون العلاقة دالة إحصائيا حيث أن اللاعب ذي التحكم الخارجي يظهر قلقه المعرفي أي المرتبط بالأفكار السلبية و إنخفاض القدرة على التركيز و هذا ما لم تؤيده الدراسة الحالية .

و ماسبق يحقق الفرض الأول جزئيا " توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين كل من نمط التحكم الداخلي، و نمط التحكم الخارجي و حالة قلق المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث " .

و من جدول (٨) نجد أن العلاقة جاءت ايجابية دالة إحصائيا بين حالة انقلق المعرفي و حالة الثقة بالنفس ، و عكسية دالة إحصائيا بين حالة القلق الجسمي و الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث و قد أيدت هذه النتائج دراسة جامبور إليزابيث (١٩٩٤) و أسامة راتب (١٩٩٥) حيث يذكر أن أعراض القلق الجسمي من ارتفاع نبضات القلب، و زيادة معدل التنفس ... قد تترتب مصدرا لحدوث القلق المعرفي ، و أن القلق المعرفي الناتج عن توقع الفشل قد يصاحبه بعض مظاهر القلق الجسمي (١٧٨:٢) و هذا يؤيد العلاقة الإيجابية بين القلق الجسمي و المعرفي في الدراسة الحالية . و من جهة أخرى فإن العلاقة العكسية بين الثقة بالنفس و القلق المعرفي و الجسمي (ولو أنها جاءت غير دالة مع القلق المعرفي) تتماشى مع التفسير الموضوعي و المنطقي حيث أن انخفاض درجة اللاعب قيد البحث في مقياس حالتى القلق المعرفي و الجسمي يقابله ارتفاع في حالة الثقة بالنفس و يؤيد ذلك دراسة كل من كونودوليمز (١٩٩٢) و جامبور إليزابيث (١٩٩٤) ، و كراين فيكي و آخرون (١٩٩٤) و أسامة راتب (١٩٩٧) حيث يذكر "فقد دلت النتائج أن زيادة درجة الرياضيين في حالة القلق الجسمي يقترن بزيادة درجاتهم في حالة القلق المعرفي مقابل إنخفاض من درجاتهم في مقياس الثقة بالنفس (١٠٣:٣) .

ومما سبق يحقق الفرض الثاني جزئيا "توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين حالة المنافسة الرياضية (حالة القلق المعرفي ، و حالة القلق الجسمي . و حالة الثقة بالنفس) للاعبين قيد البحث " .

و من جدول (٩) يتبين وجود فروق في مركز التحكم بين لاعبين ذوي نمط التحكم الداخلي و لاعبين ذوي نمط التحكم الخارجي لصالح اللاعبين ذوي نمط التحكم الداخلي . و أيدت هذه النتائج دراسة كل من أجوليجيا و ساينزا (١٩٨٤) و رفاعي مصطفى (١٩٩٣) و محسن التحريري (١٩٩٥) و محمود حمدي (١٩٩٦) و محمود عنان (١٩٩٥) ، أن التحكم الداخلي أفضل من التحكم الخارجي و ان الفروق جاءت لصالح التحكم الداخلي .

و هذا يحقق الفرض الثالث " توجد فروق دالة إحصائيا بين قيم نمطى التحكم الداخلي و التحكم الخارجي للاعبين قيد البحث " .

يتضح من جدول (١١) أن الفرق بين حالة القلق المعرفي و حالة القلق الجسمي غير دالة إحصائيا . و بين حالة القلق المعرفي و حالة الثقة بالنفس غير دالة إحصائيا . في حين جاءت الفروق دالة

احصانيا بين حالة القلق الجسمي و حالة الثقة بالنفس . و كان إتجاه الفرق بين حالتى القلق المعرفى و الجسمي لصالح القلق المعرفى ، و إتجاه الفرق فى حالة القلق المعرفى و حالة الثقة بالنفس لصالح حالة الثقة بالنفس (ولو أن الفروق السابقة كانت غير دالة احصائيا) و جاء إتجاه الفرق بين حالة القلق الجسمى و حالة الثقة بالنفس لصالح حالة الثقة بالنفس و انخفاض حالة القلق المعرفى و الجسمى . و يوزن ذلك عينة البحث بتميزون بارتفاع حالة الثقة بالنفس و انخفاض حالة القلق المعرفى و الجسمى . و يوزن ذلك اسامة راتب (٩٣:٣) حيث يذكر أنه توجد فروق بين الرياضيين تبعاً لمستوى الإنجاز بما يفيد أن الرياضيين ذوى المستوى العالى يظهرون درجة أقل من حالة القلق المعرفى و الجسمى . و درجة أكبر فى حالة الثقة بالنفس مقارنة بالرياضيين ذى المستوى المنخفض و يرى الباحث عندما يتصف لاعب الكرة الطائرة بالثقة بالنفس فإن إنفعالاته تكون إيجابية تبعث فيه الشعور بالرضا و الحيوية ، و تتميز حركاته بالإسبابية و توظف قواه بصورة أفضل ، مع الإحتفاظ بالهدوء و القدرة على تركيز الإنتباه مما يجعله يستجيب الإستجابة المناسبة للموقف .

و ما سبق يحقق الفرض الرابع جزئياً " توجد فروق دالة إحصائياً بين قيم أبعاد حالة القلق المعرفى و حالة القلق الجسمى ، و حالة الثقة بالنفس للاعبين قيد البحث " .

من جدول (١٣) يتضح أن الفروق جاءت غير دالة إحصائياً بين الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية ، و مركز التحكم وفقاً لتخصصات اللاعبين المعدين ، و الضاربين من مركز ٤ ، و الضاربين من مركز ٣ ، و الضاربين من مركز ٢ و قد يتفق هذا مع رياضة الكرة الطائرة خاصة فى المستوى العالى فدوران اللاعبين فى جميع المراكز ، و ما يتضمنه الأداء المهارى و الخطى من تشابه بين اللاعبين (خاصة الممتازين) فى التناسق و التقارب فى العديد من المتطلبات و منها الجانب النفسى ، و رياضة الكرة الطائرة خاصة فى المستوى العالى تحتاج للترباط بين اللاعبين ، لأن تداخل المهام داخل الملعب و ارتباط النجاح فى أى مهارة بالأداء الصحيح و الدقيق للمهارة السابقة ، حيث ترتبط مهام الدفاع و الهجوم لجميع اللاعبين بصورة واضحة ، مما يتطلب أن تكون العلاقات بين اللاعبين أساسها التآخي و التضحية و تقديم مصلحة الفريق على المصلحة الشخصية كل ذلك ساهم فى أن تتقدم حالة الثقة بالنفس حالتى القلق المعرفى و الجسمى ، حيث أن حالة الثقة بالنفس أقرب الأبعاد الثلاثة للدلالة الإحصائية ، و أعلاها فى المتوسط الحسابى (جدول ١٢) و أن تجى الفروق غير دالة إحصائياً بين اللاعبين قيد البحث .

و ما تقدم لا يحقق الفرض الخامس " توجد فروق دالة إحصائياً بين قيم الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية ، و مركز التحكم وفقاً لتخصصات اللاعبين : المعدون ، و الضاربون من مركز ٤ ، و الضاربون من مركز ٣ ، و الضاربون من مركز ٢ للاعبين قيد البحث " .

الإستنتاجات :

من واقع الدراسة فى ضوء المعالجات الإحصائية و فى حدود عينة البحث توصل الباحث إلى الإستنتاجات الآتية :

١- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين نمط التحكم الداخلى و حالة الثقة بالنفس ، و علاقة عكسية دالة إحصائياً بين نمط التحكم الخارجى و حالة الثقة بالنفس ، و علاقة موجبة دالة إحصائياً بين التحكم الخارجى و حالة القلق الجسمى .

٢- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين القلق المعرفى و القلق الجسمى و ارتباط عكسى دال بين حالة القلق الجسمى و حالة الثقة بالنفس ، و ارتباط عكسى غير دال بين حالة القلق المعرفى و الثقة بالنفس .

٣- توجد فروق دالة إحصائياً بين نمط التحكم الداخلى و نمط التحكم الخارجى لصالح نمط التحكم الداخلى .

- ٤- توجد فروق دالة إحصائية بين حالة القلق الجسمي و حالة الثقة بالنفس لصالح حالة الثقة بالنفس
 ٥- فروق غير دالة إحصائية بين القلق المعرفي و الجسمي ، و عكسية غير دالة بين القلق المعرفي و حالة الثقة بالنفس .
 ٥- تميز لاعبي الكرة الطائرة قيد البحث بارتفاع حالة الثقة بالنفس في مقابل انخفاض حالتها القلق المعرفي و القلق الجسمي .
 ٦- تميز المعدون بالقلق المعرفي أكثر من باقي اللاعبين ، و تميز الضاربون من مركز : بالقلق الجسمي و الثقة بالنفس أكثر من باقي اللاعبين قيد البحث .
 ٧- عدم وجود فروق بين تخصصات لاعبي الكرة الطائرة قيد البحث في الأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية، و مركز التحكم .

التوصيات :

- في حدود عينة البحث يوصى الباحث بما يلي :
 ١- الإهتمام بتنمية نمط التحكم الداخلي لدى لاعبي الكرة الطائرة .
 ٢- العمل على تقليل الإعتقاد للاعبي الكرة الطائرة في تحكم الحظ و الصدفة على مستوياتهم .
 ٣- الإهتمام باستخدام أسلوب الملاحظة الموضوعية لمظاهر القلق المعرفي و الجسمي لدى اللاعبين مما يسهم في التحكم في درجة القلق .
 ٤- الإهتمام بزيادة حالة الثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة .
 ٥- ضرورة تعرف المدربين على الأساليب و الطرق لخفض حالتها القلق المعرفي و الجسمي ، و زيادة حالة الثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة .
 ٦- إجراء دراسة مشابهة للأبعاد الثلاثة لحالة قلق المنافسة الرياضية، و علاقتها بالأداء المهارى في الكرة الطائرة .

المراجع

المراجع العربية:

- ١ - أسامة كامل راتب : " دراسة تحليلية للبروفيل النفسى بين رياضى المستوى العالى " المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة، كلية التربية الرياضية بالهرم العدد (١٣ ، ١٤) يناير (١٩٩٢).
- ٢ - _____ : علم نفس الرياضة ، دار الفكر العربى (١٩٩٥).
- ٣ - _____ : قلق المنافسة - ضغوط التدريب - الإحترق الرياضى ، دار الفكر العربى (١٩٩٧).
- ٤ - إلبين وديع فرج : الكرة الطائرة دليل المعلم و المدرب و اللاعب ، منشأة المعارف بالأسكندرية ، (١٩٩٠).
- ٥ - رفاعي مصطفى حسين : "دراسة مقارنة لسمة مركز التحكم بين مراكز اللعب في كرة القدم " ، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضية كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم العدد (١٦) أكتوبر (١٩٩٢).
- ٦ - زكريا الشربيني : الإحصاء و تصميم التجارب في البحوث النفسية و التربوية و الإجتماعية ، مكتبة الإنجلو المصرية (١٩٩٥).
- ٧ - على السعيد ريحان : " مركز التحكم و علاقته بادر الك انقوة المبدولة للمصارعين الكبار " ، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة ، كلية التربية الرياضية بالهرم (٢٥) أبريل (١٩٩٦).
- ٨ - على محمد الديب : " ادراك الفرد لمصدر قراراته و حوافزه ، و علاقة ذلك ببعض أبعاد الرضا عن الحياه " ، رسالة دكتوراه ، كلية البنات - جامعة عين شمس (١٩٨٥).
- ٩ - فؤاد البهى السيد : علم النفس الإحصائى وقياس انعقل البشرى ، دار المعارف (١٩٨٦).
- ١٠ - محسن بسيونى التحريزى : دراسة مركز التحكم و علاقته بمستوى الأداء و خصوض اللعب المختلفه للناشئين في كرة القدم بمحافظة الإسكندرية ، مجلة بحوث التربية الرياضية كلية التربية الرياضية للبنين - جامعة الزقازيق العدد (٣٧، ٣٨) ١٩٩٥.
- ١١ - محمد حسن علاوى و محمد نصر الدين رضوان : الإختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضى . دار الفكر العربى (١٩٨٧).
- ١٢ - محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، الطبعة التاسعة دار المعارف بالقاهرة (١٩٩٤).
- ١٣ - _____ : مدخل علم النفس الرياضى ، مركز الكتاب للنشر ، (١٩٩٨).
- ١٤ - محمد لطفى محمد طه ، و جيهه أحمد شمندى : "دراسة خصائص بعض المتطابقات المميزة لأبطال العالم في رياضة الكاراتيه لعام (١٩٩٤)" ، المجلة العلمية للتربية البدنية و الرياضة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، العدد الثمانى و العشرون يناير (١٩٩٥).
- ١٥ - محمود حمدى عبد الكريم : "مستوى الأداء المهارى في لعبتى كرة القدم و الكرة الطائرة ، و علاقته بنمط مركز التحكم لدى اللاعبين " ، مجلة التربية ، كلية التربية - جامعة الأزهر أبريل (١٩٩٦).
- ١٦ - محمود عبدالفتاح عنان : سيكولوجية التربية البدنية و الرياضة - النظرية و التطبيق و التجريب ، دار الفكر العربى (١٩٩٥).
- ١٧ - يحيى كاظم النقيب : علم النفس الرياضى ، الرئاسة العامة لرعاية الشباب معهد إعداد

المراجع الأخرى :

- 18- Aguglia-e. Sapienza-s : “ Locus of Control According to Motter's S.R.I. in Volleyball Players” . international of sport -psychology , vol. 15 (4) 250- 258 .1984 .
- 19- Granito and others : “ Relationship Between Loocu of Control and Satisfaction with Inter Collegiat Volleyball Teams at Different Levels of Competition” , Journal of - sport -behavior .vol 16 (4) 221- 228 .Dec 1993 .
- 20- Jumbor-Elizabeth and others : “ Ass Ociation Among Fitness Components Anxiety and Confidence Following Aerobic Training in Aquarunning” ,perceptual and motor -skills .vol 78 (2) P 595 - 602 .Apr 1994 .
- 21- Kenow I.S. Williams, J.M : “ Relationship Between Anxiety Self Confidence .and Evluation of Coaching Behaviors” .Sport Psychologist (chompaingn .III) 6 .4 .Dec 1992 .
- 22- Krane-Vikki and others : “Competitive Anxiety Stuation Criticality and Softball Performance” Sport - Psychotogist ,vol 8 (1) 58-72 Mar 1994 .
- 23- Krane-Vikki . Williams-Jeen. M : “ Cognitive Anxiety Somatic Anxiety and Confidence in Trak and Ffield Athletes The Impact of gender .Competive Level and Task Characteristics” . International-Journal -of -Sport-Psychology ,vol 25 (2) 203-217 Apr-Jun 1994 .
- 24- Lane- Andrew and others : “ Antecedents of Multidimensionel Competitive State Anxiety and Self-Confidence Induathletes” ,Perceptual-and Moter Skills vol 80 (3,Pt 1) 911-919 Jun 1995 .
- 25- Lox- Curt -L : “ Percived Thretat as a Cognitive Component of State Anxiety and Confidence Volleyball Players” ,Peceptual -and -Motor -Skill ,vol 75 (3 ,Pt 2) 1092-1094 ,Dec 1992 .
- 26- Moynard -Lan and others : “The Effects of a Cgnitive in Tervention Strategy on Competitive State Anxiety and Performance in Semiprofessional Soccer Players” . Journal of Sport - and Exercise-Psy chology- vol 17 (4) .P 428-446 Dec 1995 .
- 27- Parfitt . G. Hardy : “ The Effects of Competitive Anxiety on Momorv Span and Redound Shooting Tasks in Basketball” Players .Journal of Sports Sinces (London) .11 .6 .Dec 1993 .
- 28- Parfitt and others : “ Explor the Relationship Between Cognitive Anxiety Somatic Anxiety Physiological Orousol ,and Sorgent Jump Performance” .International Journal-of -Sport Psychology ,vol 26 (2) P 196-213 Apr-Jun 1995 .
- 29- Wong and othrer : “ Relation Between Sports Context Competitive Trait Anxiety .Perceived Ability .and Self -Presentation Canfidence in Team Sport Us Individual - Sport” .Pearceptual and -Motor Skills ,vol 76 (3 .Pt 1) P 847-850 .Jun 1993 .