

تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم في مصر

*د/ أحمد عبد الرحمن إسماعيل عبد الرحمن

**د/ أحمد زياد محمد عبد العال

ملخص البحث :

هدف البحث إلى تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب). واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسبته لأهداف البحث وتساؤله، وتم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العمدية، حيث بلغ قوامها (١٠٣) لاعباً من لاعبي كرة قدم بأندية الدوري الممتاز (ب)، في ضوء هدف البحث وتساؤله، وفي حدود عينة البحث وخصائصها، وفي ضوء المنهج المستخدم وأدوات جمع البيانات، ومن خلال التحليل الإحصائي، تم التوصل إلى النتائج الآتية: تم تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم والذي يتضمن (٥) أبعاد، بواقع (٧٦) عبارة: البعد الأول: واشتمل علي (١٤) عبارة تشير في مجملها إلي البعد المعرفي، البعد الثاني: واشتمل علي (١٤) عبارة تشير في مجملها إلي البعد البدني، البعد الثالث: واشتمل علي (١٨) عبارة تشير في مجملها إلي البعد الانفعالي، البعد الرابع: واشتمل علي (١٥) عبارة تشير في مجملها إلي البعد الثقة بالنفس، البعد الخامس: واشتمل علي (١٥) عبارة تشير في مجملها إلي البعد الاجتماعي. للمقياس درجة استجابة وفقاً لميزان تقدير ثلاثي (نعم - أحياناً - لا) وتتراوح الدرجة الكلية لمقياس القلق متعدد الأبعاد ما بين (٢٢٨) درجة كحد أقصى، و(٧٦) درجة كحد أدنى، تميز لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) بدرجة متوسطة من القلق متعدد الأبعاد في جميع أبعاد المقياس. تميز لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) الأندية داخل المحافظة بارتفاع مستوى القلق بأبعاده المختلفة بدرجة أكبر من لاعبي الأندية خارج المحافظة. وفي ضوء عينة البحث والأسلوب الإحصائي المستخدم، ونتائج البحث يُوصي الباحثان بمايلي : استخدام مقياس القلق متعدد الأبعاد (إعداد الباحثان) على لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) لما له من أهمية بالغة في التعرف على أبعاد القلق، الاهتمام بتطبيق مقياس القلق متعدد الأبعاد بشكل دوري على لاعبي كرة القدم، وعلى عينات مختلفة من اللاعبين (الناشئين- الشباب- الدوري الممتاز)، وبقا الرياضات المختلفة، وذلك للتعرف على أبعاد القلق لديهم، صقل برامج لتوعية اللاعبين والمدربين بأهمية الفصل بين القلق العام، والقلق متعدد الأبعاد، وذلك تحقيقاً لما يسعون إليه من تقدم، من الضروري أن تحتوي البرامج التدريبية على الإعداد النفسي بجانب الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعبين.

*دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية- قسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية تخصص علم النفس الرياضي- كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة الإسكندرية.

**دكتوراه الفلسفة في التربية الرياضية- قسم التدريب الرياضي تخصص تدريب كرة قدم- كلية التربية الرياضية للبنات- جامعة الإسكندرية.

مشكلة البحث وأهميته :

تُعد رياضة كرة القدم أحد أوسع الرياضات انتشاراً في المجتمع المصري، بل وتضم العدد الأكبر من الممارسين والمحترفين، فضلاً عن أنها أصبحت أحد أهم أوجه الاستثمار الرياضي، كما تُعد أحد أعنف رياضات الاحتكاك وبصفة خاصة في المباريات والمنافسات الرياضية المختلفة، كما تحتل كرة القدم مكانة متميزة بين الألعاب الرياضية، ويرجع ذلك إلي شعبية اللعبة، وقد نالت نصيباً كبيراً من اهتمام الباحثين، مما أدى إلي تطوير شكل الأداء الفني.

ويعتبر التدريب الرياضي الجزء الأساسي في عملية الإعداد المتكامل للاعب والذي يسهم في تحقيق أفضل أداء رياضي والحد الأقصى للنتائج الرياضية أو ما يُطلق عليه الفورمة الرياضية، وتعني الفورمة الرياضي كما يري أبو العلا عبد الفتاح ١٩٩٧م "بأنها حالة الاستعداد الأمثل للجسم وارتفاع الإمكانيات الوظيفية لأعضاء وأجهزة الجسم وتحسن التوافق والعمليات السيكلوجية لمواجهة المتطلبات الوظيفية العالية خلال المنافسة" (١ : ٢٠).

ويشير إبراهيم خليفة ٢٠٠٧م أن الرياضي يتعرض لمواقف وظروف مختلفة ومتعددة خلال التدريبات والمنافسات الرياضية، وعند حدوث المواقف المتغيرة يبدأ الجسم في اتخاذ المواقف الدفاعية التي تساعده في مواجهة تلك المواقف (٣ : ٧).

كما يوضح أسامة كامل راتب ٢٠٠٠م أن القلق يُعد أحد الانفعالات المهمة، ويُنظر إليه علي أساس أنه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر علي أداء الرياضيين، وهذا التأثير قد يكون إيجابياً يدفعهم لبذل المزيد من الجهد، أو بصورة سلبية تعوق الأداء (٧ : ١٥٧).

ويؤكد أحمد أمين فوزي ٢٠٠٦م إلي أن زيادة القلق عن القدر المطلوب يؤدي إلي ارتباك الأداء الرياضي وإعاقته، كما أن انخفاض مستواه عن القدر المطلوب يؤدي إلي اللامبالاة في مواجهة الموقف وفي كلتا الحالتين: "ارتفاع- انخفاض" القلق عن القدر المطلوب يكون عنصراً سلبياً في الموقف الرياضي التنافسي، أما إذا كان مقداره مناسباً لنوع التهديد الذي يواجهه أو يتوقعه الرياضي، وكذا طريقة التغلب عليه كان ذلك مناسباً لإصدار السلوك المطلوب دون غيره، ويستطيع به اللاعب مواجهة الموقف المهدد له، وهنا يكون القلق عنصراً إيجابياً (٥ : ٢٨٤).

ويري إبراهيم عبد ربه خليفة ٢٠٠٨م أن القلق من أهم الانفعالات التي تواجه الرياضيين سواءً في حياتهم اليومية أو مواقف المباريات والمنافسات الرياضية ولا تكاد تخلو الحياة اليومية من التعرض للقلق نظراً لوجود بعض المشكلات التي يصعب حلها، كما أن

مواقف المنافسات الرياضية مليئة بالعديد من المشكلات المسببة للقلق، وتتعدد أعراض القلق مثل الشعور بالخوف وعدم الراحة والاستثارة الشديدة لأي مثير، وعدم القدرة علي تركيز الانتباه، وزيادة ضربات القلب، وزيادة عدد مرات التنفس، وارتفاع ضغط الدم (٢ : ١٨٧).

كما يري محمد حسن علاوي ٢٠١٢م أن القلق يحدث عادة عندما يشعر اللاعب بالضعف وعدم الأمان أو عدم القدرة علي تحقيق أهدافه، وعندما يواجه أعباء يشعر بأنها تفوق قدراته، أو في حالة انزعاجه من بعض المعارف السلبية التي ترتبط بتوقع مستواه في الأداء المطلوب منه انجازه (٢٤ : ١٦٧).

وتُعد الاختبارات والمقاييس من العوامل المهمة التي ترمي إلى ترسيخ مبادئ العمل المبرمج وتقويم البرامج خاصة في المجال الرياضي، كما أن التقدم العلمي والتكنولوجي الذي شمل مجالات الحياة كافة ومنها المجال الرياضي كانت نتيجة لاستخدام الاختبار والقياس في تقويم حالة الفرد وتقييم المباراة والانجاز رياضي، وللاختبارات والمقاييس دوراً بارزاً في التشخيص والتصنيف ومتابعة التقدم ووضع الدرجات والمعايير والمستويات والتنبؤ، ولهذا اجتهد العلماء والخبراء في توفير عدد من الاختبارات والمقاييس بقصد دراسة حالة الفرد الرياضي من النواحي النفسية والاجتماعية والقدرات الحركية له، وبذلك أصبحت التربية الرياضية تعتمد على الاختبارات في كافة مجالاتها (٢٩:٧٦)، ويمكن تحديد أبعاد القلق فيما يلي :

البعد المعرفي:

يُعد القلق المعرفي أحد الأبعاد الرئيسة لنظرية القلق المتعدد الأبعاد ويعني مصطلح المعرفة إلى جميع العمليات النفسية التي بواسطتها تتطور المدخلات وتختصر وتخزن في عقل الفرد حتى يستدعيها (العقل) كي يستخدم في المواقف المختلفة وتشمل هذه العمليات الإدراك، التفكير، التخيل، التذكر، التخزين، التحويل وغيرها من العمليات النفسية، وتفسر هذه العمليات في إطار ما يعرف الآن بمعالجة المعلومات وهو مفهوم يمكن أن يستوعب كل الأنشطة والعمليات العقلية التي تبدأ من لحظة دخول المثير وحتى حدوث الاستجابة التي تتناسب مع المواقف التي يتعرض لها الفرد، وهو التوقع السلبي لمستوى اللاعب وافتقاده للتركيز وتصوره للفشل، أما محمد حسن علاوي (١٩٩٤م) فيقصد به توقع سوء المستوى والفشل وعدم الإجابة في المباراة (٢٥ : ٤٥٣).

ومن خلال ما سبق يري الباحثان أن القلق المعرفي هو التقييم السيئ للأداء ويظهر ذلك من خلال ضعف قدرة اللاعب على التفكير والتركيز وتصور الفشل في المباراة.

وقد تظهر أعراض القلق المعرفي لدى اللاعبين من خلال الانزعاج والهم وانشغال البال وعدم القدرة على التركيز والتوقع السلبي لمتاعب المنافسة بصورة أكثر وضوحاً، وقد تظهر عليهم العصبية والنرفزة والاضطراب، وكذلك الشعور بالعصبية والتحفز والخوف وعدم الإحساس بالراحة والحساسية الذاتية وسهولة الإثارة، وضعف التركيز وشروء الذهن واضطراب قوة الملاحظة، كما يؤثر على التفكير والإحساس بالتعب والإجهاد مما يكون له مردود سلبي على الأداء (٢٣: ٤٠٠).

البعد البدني:

هو البعد الثاني لنظرية القلق المتعدد الأبعاد الذي عرفه (محمد حسن علاوي) عن (مارتينز) إنه إدراك اللاعب للاستثارة الفسيولوجية (٢٣: ٤٠٠).

ويمكن الاستدلال عليه من خلال التشنج العضلي والشعور ببرودة اليدين وسعة التنفس أو زيادته، وفي أكثر الأحيان يشكو اللاعب من ظاهرة (البعد الجسمي) وهذه الحالة للرياضي معرفتها ولكن يعبر عنها بالكثير من الآلام الجسمية وشعوره بالعجز والمرض والتعب ولا يعرف مصدر هذه الأعراض فتؤدي به إلى عدم القدرة على التركيز وشروء ذهني وكثرة النسيان وهذه الأعراض تعتبر حملاً آخر على الرياضي

ويرتبط القلق البدني بالإحساس بالإرهاق لهذا نرى الرياضي أثناء التدريب أو المباراة يظهر عليه قصوراً في تأدية المهارات، وهي الأعراض المصاحبة لهذا البعد وهي الأعراض الفسيولوجية الجسمية كخفقان القلب وبرودة الأطراف وتصيب العرق (وبالذات في الكفين) وارتعاش الأصابع وشحوب الوجه واضطرابات المعدة وسرعة النبض والإحساس بالنبضات في أجزاء مختلفة من الجسم وارتفاع ضغط الدم المؤقت وصعوبة التنفس ونوبات التتهدد والشعور بضيق الصدر والصداع والدوار والغثيان والقئ والإسهال والانتفاخ وعسر الهضم وجفاف الفم وقد تزداد الأعراض وتصل إلى فقدان الشهية للطعام ونقص الوزن (٣٨).

وفي هذا المفهوم يرى الباحثان أن البعد البدني هو البعد الذي يرتبط بالاستثارة الفسيولوجية للجسم الناتجة عن التقييم السلبي للتغيرات البدنية الحاصلة بالجسم مثل جفاف الفم وسرعة نبض القلب وعدم انتظامها وكثرة التعرق والتي تؤدي إلى التعب البدني.

الانفعالية أو سرعة وسهولة الانفعال:

الانفعال هو خبرة داخلية له جانب ذاتي يشمل أحساس الفرد الداخلي بانفعالاته الخاصة مثل الفرح أو الحزن أو الاضطراب النفسي والنرفزة وقد تتعدى المشاعر الذاتية بجانب سلوكي واضح يشير إلى الحركات التعبيرية كتعبيرات الوجه أو التغيرات العضوية المصاحبة له مثل سرعة الغضب وارتفاع الصوت (٢٣: ٤٤٩ - ٤٧٨)

ويقصد بسرعة وسهولة الانفعال، هو سرعة وسهولة الانزعاج والنرفزة نتيجة لأفكار سيئة تقوم بالضغط العصبي على الأفراد والتي تختلف من فرد إلى آخر حسب السمات المكونة للفرد، ونلاحظ سهولة الانفعال مقارنة للشخص ذات النمط العصبي أسرع من الشخص غير عصبي، لذلك تزداد المخاوف والأوهام والأفكار السلبية في بعض الأحيان وتصل إلى الحالة المرضية (٣٨).

ومن ذلك نستنتج أن الانفعال هو خبرة داخلية تختلف باختلاف طبيعة الفرد واختلاف المواقف لذلك تكون استجاباتها مختلفة حسب شدة تأثيرها على الفرد. وتعتمد سرعة وسهولة الانفعال على الخصائص الآتية:

- **الذاتية:** تحمل الخبرات الانفعالية دائماً طابعاً ذاتياً، إذ تختلف من فرد إلى آخر تبعاً لدرجة إدراكه للأشياء المادية والمحيطه به وبالمواقف المختلفة التي يمر بها، فالفرد يغضب لرؤيته ظاهرة معينة بينما لشخص آخر لا يستدعي سوى الفرح والسرور، وقد لا يستوجب الأمر بالنسبة لفرد ثالث انفعال ما.
- **التعدد:** الاختلاف في الانفعالية لا حصر لها، فعلى سبيل المثال تمتلأ حياة الفرد بالفرح والحزن والخجل والشك والندم والغضب والعطف، مما تزخر به اللغة العربية من مختلف المصطلحات التي تعبر عن الأنواع العديدة للحالات الانفعالية المختلفة.
- **الاختلاف في الدرجة:** قد يفرح الفرد لرؤية صديق أو فوزه في المنافسات الرياضية أو لإشراكه بالمباراة الرياضية ولكن الفرح في كل تلك الحالات يختلف ويتباين من حيث الشدة وبذلك يمكن النظر إلى الانفعال على أنه أحادي البعد يمتد على خط مستقيم من أقل إلى أقصى درجة (٢٣: ٣٥٨ - ٣٥٩).
- **الارتباط بالتغيرات العضوية والتغيرات الخارجية:** ترتبط الانفعالات المختلفة بكثير من المظاهر والتغيرات الفسيولوجية الداخلية لأعضاء الجسم المختلفة وكذلك بأنواع متعددة من المظاهر والتغيرات الجسمية الخارجية التي كثيراً ما تعبر عن نوع الانفعال، ففي ضوء الخبرات التطبيقية في المجال الرياضي قد يلاحظ أن بعض اللاعبين يغلب عليهم الاستجابة لمواقف المنافسة الرياضية بالمزيد من الاستثارة الفسيولوجية التي تتمثل في زيادة لنشاط الجهاز العصبي اللاإرادي كزيادة معدل ضربات القلب وسرعة التنفس وتصبب العرق وارتعاش الأطراف وغير ذلك من أعراض الاستثارة الفسيولوجية، في حين أن هنالك بعض اللاعبين الآخرين قد لا تظهر عليهم مثل هذه الأعراض السابقة الذكر بصورة واضحة ولكن تظهر عليهم أعراض القلق الانفعالي أو المعرفي مثل

الانزعاج والتوتر وشروء الذهن وعدم القدرة على التركيز والتوقع السلبي للنتائج بصورة أكثر وضوحاً أو قد تظهر عليهم العصبية أو النرفزة والاضطراب هذا من ناحية، ومن ناحية أخرى فان اللاعب الرياضي قد تتناهب أعراض القلق المعرفي أو سرعة الانفعال أو قد تتناهب أعراض القلق البدني في بعض المنافسات الرياضية كما تظهر عليه أعراض كلاً من القلق المعرفي والبدني والانفعالي في بعض المنافسات الأخرى وذلك طبقاً لنوع وطبيعة هذه المنافسات وظروفها الموضوعية (٣٧).

بعد الثقة بالنفس:

يشير أحمد أمين (٢٠٠٨م) إلى أن الأداء الرياضي يتأثر بالعديد من العوامل والتي منها العامل النفسي (٦ : ٢٨).

وتعتبر كلاً من الثقة الرياضية كسمة والثقة الرياضية كحالة من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على أداء اللاعبين سواء بالسلب أو بالإيجاب تدفعهم لبذل المزيد من الجهد لمواجهة المواقف التنافسية في المجال الرياضي التخصصي لتأكيدهم على تحقيق النجاح أو قد تسهم في إعاقة الأداء لعدم تأكدهم من قدرتهم على تحقيق النجاح في المجال الرياضي التخصصي (١٢ : ٨٥).

ويشير أسامة راتب (٢٠٠٨م) إلى أن سلوك اللاعب وإن كان يعكس أهدافه ورغباته إلا أن هذا السلوك لا يتقرر بهما وحدهما نظراً لوجود جوانب أخرى تؤثر في ذلك كالظروف المحيطة ومدركاته، ويتميز مجال النشاط الرياضي بوفرة المواقف المتغيرة والمتعددة سواء أثناء عمليات التدريب النشاط الرياضي والتي يمثل الجانب النفسي أحد الأركان المهمة لعمليات التدريب سواء البدنية أو المهارية أو الخططية، كما تتعدد المواقف التدريبية أيضاً أثناء كلاً من فترتي قبل المنافسات أو أثناء المنافسات (١٠ : ٧٤).

البعد الاجتماعي:

يحدث القلق الاجتماعي عندما يظهر لدى الفرد عدداً من المخاوف في مجموعة مختلفة من مواقف التفاعل الاجتماعي، حيث يتجلى القلق من خلال الكف الناتج عن وجود الإنسان في موقف اجتماعي أو موقف عام، الأمر الذي يقوده إلى ظهور ردود فعل القلق عند حدوث هذا الموقف، وتعد درجة معينة من القلق الاجتماعي سوية وعادية وبخاصة في المواقف التي تتضمن متطلبات جديدة، أو عند الحديث أمام الجماهير، فالقلق الاجتماعي يكون تصرفاً غير سوية عندما يصبح الخوف من المواقف الاجتماعية مزعجاً للشخص ومؤثراً عليه ومستمرّاً وعندما يتضرر الشخص منه في مجالات الحياة بشكل كبير، وأن هذا القلق غير مقبول ويجنب

المواقف التي يفترض فيها للمعني أن يتفاعل أو يتعامل فيها مع الآخرين ويكون معرضاً بنتيجة ذلك إلى نوع من أنواع التقييم (١٦: ٤٧ - ٧٧).

إن ظاهرة القلق الاجتماعي Social anxiety ليست جديدة، فإن السنوات العشرة الأخيرة شهدت نمواً مطرداً في الدراسات المنهجية لهذه الظاهرة، نتيجة ازدياد وضوحها ونظراً لتزايد حدة المتطلبات الاجتماعية، وارتباط هذه المتطلبات بمواقف تقييم للفرد وكفاءته. ويقصد بالقلق الاجتماعي هنا الخوف غير المقبول وتجنب المواقف التي يفترض فيها للمعني أن يتعامل أو يتفاعل فيها مع الآخرين ويكون معرضاً بنتيجة ذلك إلى نوع من أنواع التقييم (٣٦: ٤).

هناك ثلاثة مستويات للقلق الاجتماعي هي:

- **المستوى السلوكي:** ويتجلى في سلوك الهرب من مواقف اجتماعية مختلفة وتجنبها كعدم تلبية الدعوات الاجتماعية والتقليل من الاتصالات الاجتماعية.
 - **المستوى المعرفي:** ويتمثل في أفكار تقييمية للذات، وتوقع الفضيحة أو عدم لباقة السلوك، والمصائب والانشغال المتكرر بالمواقف الاجتماعية الصعبة أو المثيرة للقلق، وما يعتقد أنه الآخر نحو الشخص نفسه، والقلق الدائم من ارتكاب الأخطاء.
 - **المستوى الفسيولوجي:** ويتضح من معاناة الشخص من مجموعة مختلفة من الأعراض الجسدية المرتبطة بالمواقف الاجتماعية المرهقة بالنسبة له، كالشعور بالغثيان والأرق والإحساس بالغصة في الحلق والارتجاف والتعرق (٣٤: ٤٢).
- ومما سبق نستنتج أن الزيادة في مستوى القلق تؤدي إلى حدوث مشاكل في آلية استقبال المعلومات من البيئة ودخولها إلى أجهزة معالجة المعلومات، أي اضطراب الجهاز العصبي المركزي (٢٣: ١٩٢).

ويتفق كلاً من "أسامة راتب (٢٠٠٧م)، إبراهيم عبد ربه" (٢٠٠٨م) على أن أساليب التعرف على أبعاد القلق والتي تتمثل في: "عدم التزام الرياضي بالواجبات الخطئية ونسيانه لها أثناء المنافسة، وميل الرياضي لادعائه الإصابة مؤشراً لقلق المنافسة الرياضية، مع ضعف أداء الرياضي في المواقف الحرجة والحاسمة مثل تنفيذ المخالفات وضربات الجزاء، وكثرة الأخطاء المرتكبة من اللاعبين أثناء المنافسة الرياضية (٩: ١٩٤) (٢: ١٩٥).

وقد اتفق كلاً من "أمل علي خليل (٢٠٠٧م) (١١)، جمال رمضان موسى (٢٠٠٣م) (١٢)، أنشل Anshel (٢٠٠٣م) (٣٣)، شاو Shaw (٢٠٠٥م) (٣٥)، إلي ضرورة أن يهتم كلاً من المدرب الرياضي والأخصائي النفسي الرياضي بتعليم خطط المواجهة كونها

تساعد علي الإدارة الناجحة للموقف الضاغط الذي يتعرض له اللاعب، وبالتالي يؤدي ذلك إلي ارتفاع مستوى الأداء وتحسن الحالة البدنية والصحة العقلية ونقل من قلق الحالة وتزيد من تقدير الذات.

وفي ضوء ما تقدم تتلخص مشكلة البحث في الآتي :

- ضعف المستوى الفني للاعبين كرة القدم بالأندية المختلفة في الدوري الممتاز (ب) والذي ظهر من خلال نتائج المباريات والمقابلات الشخصية التي قام بها الباحثان.
- اقتصار اهتمام المدربين على تنمية وتطوير النواحي البدنية والفنية للاعبين دون التأكيد على أهمية الجوانب النفسية في برامج الإعداد.
- ما يمثله القلق كظاهرة نفسية بأبعاده المختلفة (البدني- المعرفي- الانفعالي- الثقة بالنفس- الاجتماعي) في التأثير السلبي أو الإيجابي على مستوى أداء اللاعبين وسلوكهم في المنافسات.
- وبالرغم من تنوع الدراسات السابقة في مجال القلق بصورة عامة والقلق متعدد الأبعاد بصورة خاصة في الأنشطة الرياضية المختلفة إلا أنها لم تتناول تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم الدرجة الأولى.
- الأمر الذي دعا الباحثان إلى إجراء هذا البحث من خلال تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم في الدوري الممتاز (ب) ليتسنى للمعنيين من خلال تطبيق المقياس وضع الحلول والبرامج المناسبة للحد من ظاهرة القلق بأبعاده المختلفة بما يخدم المجال الرياضي.

مجالات استخدام المقياس :

- من الممكن أن يستفاد من هذا المقياس كوسيلة علمية وأداة من أدوات البحث العلمي للتعرف علي مستوى أبعاد القلق لدى للاعبين كرة القدم، فدرجات اللاعبين علي هذا المقياس يمكن أن تمدنا بمعلومات عن مستوى أبعاد القلق لديهم.
- يمكن أن يستخدم هذا المقياس في عملية التشخيص لمعرفة أبعاد القلق لدى اللاعبين في الأنشطة الرياضية الأخرى.
- يمكن أن يستخدم هذا المقياس في عملية تصنيف اللاعبين وخصوصاً للاعبين المستويات العليا والناشئين في ضوء أبعاد القلق.

هدف البحث:

- تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم في الدوري الممتاز (ب).
- تقنين المقياس ليصبح وسيلة علمية صالحة للتطبيق.

- توضيح مجالات الاستفادة من استخدام المقياس.

تساؤلات البحث:

هل تختلف استجابات لاعبي كرة القدم في الدوري الممتاز (ب) في أبعاد مقياس القلق وفقاً لمكان العينة (داخل المحافظة، خارج المحافظة) ؟

مصطلحات البحث:

- **القلق:**

دافع أو استعداد سلوكي مكتسب يدفع الفرد إلى إدراك ظروف أو أحداث غير خطيرة موضوعياً على أنها مهددة له، والاستجابة لهذه الظروف أو الأحداث بحالة من القلق لا تتناسب شدتها مع حجم الخطر الموضوعي (٢٣: ٤٤٣).

- **القلق متعدد الأبعاد:**

في مجال علم النفس الرياضي تبنى مارتينز مفهوم القلق متعدد الأبعاد على أساس أن المنافسة الرياضية ترتبط بمثير القلق وهي موقف نوعي في المجال الرياضي يتضمن الأبعاد التالية: (٢٢: ٦٢).

- **القلق البدني:**

إدراك الاستثارة الفسيولوجية أو إدراك الأعراض الجسمية لنشاط الجهاز العصبي اللا إرادي كالآم المعدة وتصبب العرق وارتعاش الأطراف وزيادة معدل ضربات القلب (٢٣: ٤٤٣) (٤: ١١١).

- **القلق المعرفي:**

يعني إدراك الرياضي للتهديد عند المشاعر والانفعالات، مقابل الاستجابات الفسيولوجية لحالة القلق الجسمي ويحدث هذا النوع من القلق بسبب التوقعات السلبية بالنجاح والتقييم السلبي وضعف التركيز وتشتت الانتباه والأفكار غير السارة (٢٣: ٤٤٢).

- **القلق الانفعالي:**

حالات التوتر النفسي والعصبية والنرفزة والاضطرابات المصاحبة للقلق مع سرعة ظهورها (٢٣: ٤٤٠).

- **قلق الثقة بالنفس:**

احساس الفرد الرياضي بعدم قدرته على الاقتناع بإمكانية تحقيقه للواجبات الحركية المطلوبة وتقبل التحديات التي تختبر قدراته الشخصية (٢٢: ٣٣).

- **القلق الاجتماعي:**

ويقصد به القلق أو الخوف الواضح والمستمر من المواقف الاجتماعية التي يشعر فيها اللاعب بعدم الاستحسان والقبول والارتياح عند التواجد مع الآخرين وفقدان بعض الأصدقاء

أو مقابلة أناس جدد، وشعوره بأنه محط الأنظار والخوف من الحديث أمام الجمهور ومن مراقبة الناس له أثناء ممارسة الأنشطة الرياضية (١٦: ٤٧٩ - ٤٨٠).

- الأندية داخل المحافظة:

وهي الأندية التي تقع داخل المحافظة أي في وسط المحافظة والتي تضم كلاً من (شبان قنا- سوهاج- بترول أسيوط).

- الأندية خارج المحافظة:

وهي الأندية التي تقع خارج المحافظة أي في (أطراف المحافظة) وتضم كلاً من (الألومنيوم- طهطا) (تعريف إجرائي).

الدراسات السابقة :

١- دراسة "سعاد خيرى كاظم و صبيحة سلطان محمد" (٢٠١٠م) (١٥) "علاقة القلق المتعدد الأبعاد بأداء حركة القفزة المتكورة داخلاً على جهاز حصان القفز لدى الطالبات في الجمناستك"، وهدفت الدراسة إلي التعرف على القلق المتعدد الأبعاد لدى الطالبات في الجمناستك وكذلك التعرف على علاقة القلق المتعدد الأبعاد بأداء حركة القفزة المتكورة داخلاً على جهاز حصان القفز لدى الطالبات في الجمناستك، واستخدمت الباحثة المقياس الذي اعده محمد حسن علاوي وهو (مقياس استبيان تقويم الذات)، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وشمل مجتمع البحث (٧) أندية يمثلون منطقة الفرات الأوسط بالكرة الطائرة للدرجة الأولى وقد شملت العينة (٧٤) لاعباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وأسفرت نتائج الدراسة على إن هناك ارتباط معنوي بين القلق المتعدد الأبعاد وبين أداء مهارة القفز المتكورة داخلاً على جهاز حصان القفز في الجمناستك.

٢- دراسة "مصطفى أحمد العجاتي" (٢٠١٢م) (٢٨) "الثقة بالنفس والقلق متعدد الأبعاد لدى ناشئي وناشئات كرة السلة بمحافظة القاهرة"، وهدفت الدراسة إلي التعرف على الفروق بين ناشئي وناشئات كرة السلة في أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد وكذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين الثقة بالنفس (كسمة/ كحالة) وأبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد لدى ناشئي وناشئات لعبة كرة السلة، واستخدم الباحث مقياس القلق متعدد الأبعاد الذي وضعه مارتنز وآخرين سنة (١٩٩٠)، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث، وتتكون عينة البحث الكلية من قسمين، القسم الأول: تم اختيار عينة البحث الأساسية بطريقة عشوائية من ناشئي وناشئات لعبة كرة السلة، وقد بلغ عددها (١٥٠) لاعباً بواقع (٣٠) لاعباً من كل نادي وهم يمثلون (٧٥) ناشئاً و(٧٥) ناشئة وذلك للموسم الرياضي

(٢٠١١ / ٢٠١٢) القسم الثاني: وشمل عينة التقنين والتي بلغ عددها الكلي (٥٠) لاعباً، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية بواقع (٥) ناشئين و(٥) ناشئات من كل نادي للعبة كرة السلة، وأسفرت نتائج الدراسة على ارتفاع مستوى الثقة بالنفس (كسمة/ كحالة) لدى الناشئين في لعبة كرة السلة، وانخفاض مستوى القلق (البدني، المعرفي) لديهم بالنسبة للناشئين، وكذلك ارتفاع مستوى القلق (البدني، المعرفي) لدى الناشئات في لعبة كرة السلة مقارنة بالناشئين مما يستدعي مراعاة الجنس عند تعامل المدربين مع الناشئين، وبخاصة مراعاة القلق المعرفي.

٣- دراسة "وسيم أحمد إبراهيم" (٢٠١٦م) (٣١) بعنوان "فاعلية استخدام بعض أساليب التغلب علي قلق المنافسة الرياضية"، وهدفت الدراسة إلي التعرف علي فاعلية استخدام أسلوب العلاج بتقنية التغذية الراجعة الحيوية وتقنية الحرية النفسية للتغلب علي قلق ما قبل المنافسة الرياضية في بعض الأنشطة الجماعية (كرة اليد) والفردية (الجودو)، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لمجموعتين تجريبيتين تمثل نشاطين مختلفين (كرة اليد) كنشاط جماعي، (و الجودو) كنشاط فردي، وتم اختبار تقييم الذات للمجموعتين التجريبيتين، واستخدمه كأداة من أدوات الدراسة، كل نشاط (٥) خمسة لاعبين كعينة للدراسة، وجاءت أهم نتائج الدراسة بأثر أسلوب التغذية الراجعة الحيوية والحرية النفسية في التغلب علي قلق ما قبل المنافسة لصالح التغذية الراجعة الحيوية في الألعاب الجماعية (كرة اليد) والفردية (الجودو) ولصالح الألعاب الفردية (الجودو).

٤- دراسة "محمود إبراهيم محمد" (٢٠١٩م) (٢٧) "قلق المنافسة وعلاقته بمستوى الطموح الرياضي والتوجه نحو تعاطي المنشطات لدى لاعبي الكاراتية"، وهدفت الدراسة إلي التعرف علي قلق المنافسة وعلاقته بمستوى الطموح والتوجه نحو تعاطي المنشطات لدى فئات من لاعبي الكاراتية، وذلك من خلال التعرف علي الفروق بين فئات عينة الدراسة في متغيرات قلق المنافسة، ومستوى الطموح، والتوجه نحو تعاطي المنشطات الرياضية وفقاً للنوع، الكاتا والكوميتية، والمستوى، وطبيعة العلاقة بين المتغيرات الثلاثة (قلق المنافسة الرياضية، ومستوى الطموح، والتوجه نحو تعاطي المنشطات بدلالة قلق المنافسة الرياضية)، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتمل مجتمع البحث علي لاعبي الكاراتية والمقيدين بسجلات الاتحاد المصري للكاراتية لموسم ٢٠١٧م/٢٠١٨م، واستخدم الباحث مقياس التوجه نحو تعاطي المنشطات لدى لاعبي الكاراتية إعداد الباحث الصورة المعدلة لقائمة حالة قلق المنافسة إعداد راينر مارتينز وآخرين تعريب محمد حسن علاوي، مقياس مستوى الطموح الرياضي إعداد رشا أحمد

أشرف في جمع البيانات، وجاءت أهم نتائج الدراسة بناء مقياس التوجه نحو تعاطي المنشطات لدى لاعبي الكاراتية، الفروق بين فئات عينة الدراسة في متغيرات قلق المنافسة، مستوى الطموح، عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين اللاعبين واللاعبات في القلق المعرفي والقلق النفسي ومقياس مستوى الطموح، لا توجد فروق دالة إحصائياً بين لاعبي الكوميتية ولاعب الكاتا في القلق المعرفي والقلق النفسي، تفوق اللاعبين ذوي المستوى الجمهوري علي اللاعبين الدوليين في متغير القلق المعرفي، وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً من القلق البدني وبين كلاً من (القلق المعرفي ومستوى الطموح)، وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين مقياس الطموح وبين كلاً من (القلق المعرفي والقلق البدني).

٥- دراسة "رابازا و بارتولي (٢٠٠٧م) (٣٤) Robazza. Bortoli" وعنوانها "تأثير القلق والغضب على أداء اللاعبين في رياضة الركبي"، وهدفت الدراسة إلي التعرف على القلق متعدد الأبعاد لدى عينة الدراسة، وكذلك التعرف على القلق المعرفي والثقة بالنفس، وكذلك التعرف على العلاقة بين القلق المعرفي والغضب، واستخدم الباحث مقياس القلق والغضب إعداد الباحث، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واستخدم الباحث عينة تتكون من (١٩٧) لاعباً إيطالياً، وأسفرت نتائج الدراسة على أن القلق متعدد الأبعاد جاء متوسط لدى عينة الدراسة، كذلك أظهرت النتائج إن القلق المعرفي كان أكبر أنواع القلق تأثيراً على اللاعبين، وتميزت عينة الدراسة بالثقة العالية بالنفس، ويتضح كذلك من نتائج الدراسة أن هناك علاقة بين القلق المعرفي والغضب.

٦- دراسة "تايرر جويل وادونيل لي (٢٠٠٩م) (٣٦) thierer, joel and odonnell,) (lee بعنوان "العلاقة بين قلق السمة والأداء لدى الرياضيين"، وهدفت الدراسة إلي التعرف على العلاقة بين قلق السمة ومستوى الأداء المهاري في أربعة أنشطة رياضية مختلفة هي البادمنتون وكرة السلة والكرة الناعمة ومسابقات الميدان والمضمار، واستخدام الباحث اختبار قلق السمة لسبيلبرجر، وتقديرات المدربين لقلق السمة لدى اللاعبين، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (٩٥) لاعباً في الأنشطة الرابعة، وأسفرت نتائج الدراسة إلى عدم وجود علاقة بين قلق السمة كما تبين بواسطة قائمة قلق السمة وبين تقديرات المدربين لقلق السمة، وعدم وجود علاقة بين قلق السمة كما قيس باختبار قائمة قلق السمة وبين مستوى الأداء المهاري في أي من الرياضات، عدم وجود علاقة بين قلق السمة بواسطة تقديرات المدربين وبين مستوى الأداء المهاري في أي رياضة من الرياضات قيد البحث.

مدى الاستفادة من الدراسات السابقة :

- وفي ضوء ما أشارت إليه الدراسات السابقة من نقاط تباين واتفاق، وفي إطار أهداف ومتغيرات تلك الدراسات استخلص الباحثان الأسس العلمية والمنهجية البحثية في النقاط التالية:
- تم الاستعانة بالدراسات السابقة في بناء القراءات النظرية للبحث.
 - كيفية اختيار عينة البحث وتكوين المجموعة قيد البحث وفقاً لمتغيراتها.
 - اختيار الاختبارات والمقاييس المقننة التي حققت هدف البحث.
 - الوقوف على أساليب المعالجات الإحصائية المناسبة لطبيعة ومتغيرات وهدف وتساؤل البحث.

إجراءات البحث

منهج البحث:

استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

- تم اختيار (١٥٠) لاعباً بالطريقة العمدية من لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) لعام (٢٠١٨م/٢٠١٩م) والمتمثلة بأندية (شبان قنا، الألومنيوم، سوهاج، طهطا، بترول أسيوط) ممن تتوافر فيهم الشروط التالية :
- ١- أفراد العينة من لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب).
 - ٢- الاستمرار في التدريب دون انقطاع لفترة لا تقل عن عامين.
 - ٣- الاشتراك في البطولات الرسمية التي يشرف عليها الإتحاد المصري لكرة القدم.
 - ٤- أن يكون اللاعب مسجلاً بالإتحاد المصري لكرة القدم الموسم الرياضي (٢٠١٨م/٢٠١٩م).

عينة البحث:

وقد تم تقسيم العينة على النحو التالي:

عينة الدراسة الأساسية:

اشتملت عينة الدراسة الأساسية على (١٠٣) لاعباً وتم اختيارهم بالطريقة العمدية من أندية الدوري الممتاز (ب)، (شبان قنا، الألومنيوم، سوهاج، طهطا، بترول أسيوط) ليطبق عليهم المقياس في صورته النهائية لتحديد مستوى القلق متعدد الأبعاد (عالي- متوسط- منخفض) لدى عينة البحث، وتم استبعاد (٢٢) لاعباً لعدم التزامهم بفترات التدريب المستمر، وطبق المقياس على العينة الأساسية بعد المنافسة في الفترة من (٢٠١٩/٣/٣)م حتى (٢٠١٩/٣/٣٠)م.

عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار (٢١) لاعباً من مركز شباب سوهاج بطريقة عمدية يمثلون عينة الدراسة الاستطلاعية لإجراء المعاملات العلمية لمقياس القلق متعدد الأبعاد وتم استبعاد (٤) لاعبين لعدم التزامهم بفترات التدريب.

جدول (١)

يوضح إجمالي عينة البحث الأساسية وفقاً للأندية وأماكنها وخطوط اللعب

إجمالي اللاعبين	خطوط اللعب								النادي	المكان	
	حراسة المرمى		الدفاع		الوسط		الهجوم				
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
٣٢.٨١ %	٢١	٢٨.٥٧ %	٢	٣٣.٣٣ %	٦	٣٢ %	٨	٣٥.٧١ %	٥	شبان قنا	داخل
٣٤.٣٧ %	٢٢	٤٢.٨٦ %	٣	٣٨.٨٩ %	٧	٣٢ %	٨	٢٨.٥٨ %	٤	سوهاج	
٣٢.٨١ %	٢١	٢٨.٥٧ %	٢	٢٧.٧٨ %	٥	٣٦ %	٩	٣٥.٧١ %	٥	بتروول أسيوط	المحافظة
٦٢.١٤ %	٦٤	٦٣.٦٣ %	٧	٦٢.٠٧ %	١٨	٦٠.٩٧ %	٢٥	٦٣.٦٣ %	١٤	إجمالي داخل المحافظة	
٥١.٢٨ %	٢٠	٥٠ %	٢	٥٤.٥٤ %	٦	٥٠ %	٨	٥٠ %	٤	الألومنيوم	خارج المحافظة
٤٨.٧٢ %	١٩	٥٠ %	٢	٤٥.٤٥ %	٥	٥٠ %	٨	٥٠ %	٤	طهطا	
٣٧.٨٦ %	٣٩	٣٦.٣٦ %	٤	٣٧.٩٣ %	١١	٣٩.٠٢ %	١٦	٣٦.٣٧ %	٨	إجمالي خارج المحافظة	
١٠٠ %	١٠٣	١٠.٦٨ %	١١	٢٨.١٥ %	٢٩	٣٩.٨١ %	٤١	٢١.٣٦ %	٢٢	إجمالي اللاعبين	

أدوات جمع بيانات البحث:

مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) (إعداد الباحثان).

خطوات بناء مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم:

قام الباحثان بتصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) مسترشدين بالخطوات التالية :

أولاً: مراجعة الأطر النظرية والدراسات المرجعية المرتبطة بموضوع القلق والقلق متعدد الأبعاد في مجال علم النفس الرياضي كدراسة عمار رشيد (٢٠٠٥) (١٨)، ودراسة رابازا و بارتولي (٢٠٠٧) Robazza. Bortoli (٣٤)، ودراسة رمزي رسمي (٢٠٠٨) (١٣)، ودراسة رمزي رسمي (٢٠٠٩) (١٤)، ودراسة تايررجويل وادونيل لي (٢٠٠٩) thierer,joel and odonnell, lee (٣٦)، ودراسة سعاد خيرى، صبيحة

سلطان (٢٠١٠) (١٥)، ودراسة مصطفى العجاتي (٢٠١٢) (٢٨)، عماد سمير محمود (٢٠١٤) (١٧)، وفاء درويش (٢٠١٤) (٣٠)، ودراسة وسيم أحمد شحاتة (٢٠١٦) (٣١)، ودراسة محمود إبراهيم محمد (٢٠١٩) (٢٧).

ثانياً: مراجعة مقاييس واختبارات القلق والقلق متعدد الأبعاد التي سبق إعدادها في مجال علم النفس بصفة عامة وعلم النفس الرياضي بصفة خاصة والتي منها:

١- مقياس المنافسة الرياضية تصميم (راينر مارتينز Martens) تعريب: محمد حسن علاوي (١٩٩٨) (٢٢).

٢- مقياس تقدير القلق تصميم كلاً من (كوكس وروسل وروب) (١٩٩٦) تعريب: محمد حسن علاوي (١٩٩٨) (٢٢).

٣- مقياس قلق المباراة الرياضية محمد حسن علاوي (١٩٩٤) (٢١).

٤- اختبار القلق الدافع للرياضيين محمد حسن علاوي (١٩٩٤) (٢١).

٥- مقياس القلق إعداد ريموند كاتل Cattel، وإيفان شاير Scheier (١٩٧٢) تعريب: محمد حسن علاوي (١٩٩٤) (٢١).

٦- مقياس الثقة بالنفس محمد حسن علاوي (١٩٩٨) (٢٢).

٧- اختبار زونج للقلق إعداد وليم زونج (١٩٥٩) Zung تعريب: محمد شحاتة ربيع (٢٥).

٨- مقياس قلق المنافسة (Competitive state Anxiety inventory) وهو مقياس نوعي وضعه ماتينز وزملاؤه (١٩٩٠) وأعد صورته العربية أسامه كامل راتب (٨).

ومن خلال ما سبق قام الباحثان بتحديد الأبعاد المقترحة لمقياس القلق متعدد الأبعاد وقد

جاءت على النحو التالي:

١- تحديد أبعاد مقياس القلق للاعبين كرة القدم :

- البعد البدني.

- البعد المعرفي.

- البعد الانفعالي.

- بُعد الثقة بالنفس.

- البعد الاجتماعي.

- بُعد التحكم الداخلي والخارجي.

عرض الأبعاد المقترحة على المحكمين :

تم عرض الأبعاد المقترحة على عدد (١١) من الأساتذة المختصين في مجال علم

النفس الرياضي خلال الفترة من (٢٠١٨/١٠/٥) إلى (٢٠١٨/١٠/٣٠) في الاستمارة المعدة

من قبل الباحثان لإبداء آرائهم حول الأبعاد المقترحة لمقياس القلق متعدد الأبعاد مرفق (٢) وجدول (٢) يوضح الأهمية النسبية لاستجابات الخبراء حول الأبعاد المقترحة لمقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم.

جدول (٢)

الأهمية النسبية لاستجابات الخبراء حول أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم
(ن = ١١)

م	الأبعاد المقياس	التكرار	الأهمية النسبية
١	البدني	١١	%١٠٠
٢	المعرفي	١١	%١٠٠
٣	الانفعالي	١١	%١٠٠
٤	الثقة بالنفس	٩	%٨١.٨١
٥	الاجتماعي	٩	%٨١.٨١
٦	التحكم الداخلي والخارجي	٢	%١٨.١٨

يتضح من جدول (٢) أن كلاً من أبعاد (البدني، المعرفي، الانفعالي) وفقاً لنسبة مئوية قدرها (%١٠٠) بينما بلغت الأهمية النسبية لبعد (الثقة بالنفس، الاجتماعي) (%٨١.٨١) في حين حقق بعد التحكم الداخلي والخارجي (% ١٨.١٨) من آراء المحكمين. وقد تم استبعاد بعد التحكم الداخلي والخارجي لعدم تحقيقه نسبة مقبولة حددها الباحثان بنسبة (%٧٠) من آراء المحكمين حيث أن هذه النسبة تشير إلى صلاحية هذه الأبعاد لقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم.

٢- صياغة عبارات مقياس القلق متعدد الأبعاد:

بعد موافقة السادة المحكمين على الأبعاد المقترحة للمقياس تم وضع مجموعة من العبارات تمثل كل بعد من الأبعاد السابقة وقد روعي في صياغة العبارات أن تكون:

١- واضحة.

٢- مفهومة.

٣- لا توحى بنوع الاستجابة.

٤- ارتباط كل عبارة بالبعد الذي توحى إليه.

٥- كذلك البعد عن العبارات مركبة الاستخدام.

وقد تم صياغة عدد من العبارات وتوزيعها على أبعاد المقياس على النحو التالي:

جدول (٣)

أبعاد وعبارات مقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته الأولية وعدد عبارات كل بعد

م	الأبعاد المقياس	عدد العبارات
١	البعد البدني	١٧
٢	البعد المعرفي	٢٧
٣	البعد الانفعالي	٣٠
٤	بعد الثقة بالنفس	٢٦
٥	البعد الاجتماعي	٢٦
	العدد الكلي	١٢٦

مقياس القلق متعدد الأبعاد (في صورته الأولية):

تم عرض أبعاد وعبارات مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم في صورته الأولية مرفق (٤) والذي يشمل على (٥) أبعاد يمثلها (١٢٦) عبارة على نفس مجموعة المحكمين من الفترة (٢٠١٨/١١/٢م إلى ٢٠١٨/١١/١٧م) وذلك لإبداء آرائهم حول:

- ١- تحديد مدى ارتباط كل عبارة بالبعد الذي تندرج تحته.
- ٢- سلامة العبارات من حيث الصياغة والوضوح.
- ٣- إضافة أو حذف أو تعديل أي عبارة يرونها مناسبة لأي بعد.
- ٤- تحديد ميزان التقدير لتصحيح المقياس.

وقد أسفر هذا الإجراء عن:

- ١- إعادة صياغة بعض العبارات ويوضحها جدول (٤).
- ٢- حذف بعض العبارات ويوضحها جدول (٥).
- ٣- نقل بعض العبارات من بعد لآخر ويوضحها جدول (٦).
- ٤- تحديد ميزان تقدير ثلاثي (نعم - أحيانا - لا) للإجابة على المقياس بحيث تأخذ العبارات في اتجاه البعد (٣ - ٢ - ١) والعبارات في عكس اتجاه البعد (١ - ٢ - ٣) على التوالي.

جدول (٤)

العبارات التي تم إعادة صياغتها في مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقاً لرأي المحكمين

الأبعاد	رقم العبارة	العبارات	رقم العبارة	العبارات بعد إعادة الصياغة
البدني	١	ترتخي عضلات جسمي أثناء المنافسة.	١	تنبسط عضلات جسمي بعد المنافسة الرياضية.
	٨	تحدث الأم بسيطة في معدتي بعد انتهاء المنافسة.	٧	اشعر بالأم بسيطة في معدتي قبل المنافسة الرياضية.
	١٠	اسعي للمنافسات التي تتطلب جهد بدني عالياً.	٩	اسعد بالمنافسات التي تتطلب جهداً بدنياً عالياً.
المعرفي	١	يشغل فكري الخوف من سوء مستوى في المباراة.	١٥	ينتابني الخوف من سوء مستوى في المنافسة الرياضية.

تابع جدول (٤)

العبارات التي تم إعادة صياغتها في مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقاً لرأي المحكمين

الأبعاد	رقم العبارة	العبارات	رقم العبارة	العبارات بعد إعادة الصياغة
	٢	تتردد علي أفكار سلبية بعدم اشتراكى في المباراة القادمة.	١٦	تصاحبني أفكار سلبية عند اقتراب موعد المنافسة الرياضى.
	٤	اشعر بصعوبة في تلافي الأخطاء عند اشتراكى في المنافسة.	١٩	يزداد ارتباكى عند دخولى للمنافسة الرياضية.
	٦	يحدث لي شعور بعدم استطاعتي العودة للمباراة في الشوط الثاني.	١٧	استطيع أكمل المنافسة الرياضية لحد النهاية.
	١١	يصعب علي قطع الكرة من مهاجم الفريق المنافس.	٢٠	استطيع قطع الكرة من الفريق المنافس.
	١٦	اشعر بانى لا استطيع التهديد من زوايا الملعب بسهولة.	٢٣	استطيع التهديد من كافة زوايا الملعب بسهولة.
	١٧	يصعب علي التصدي لضربات الجزاء.	٢٤	استطيع التصدي لضربات الجزاء.
	١٨	تضعف قدراتي عندما تكون المنافسة قوية.	٢٥	أضعف قدراتي وفقاً لطبيعة المنافسة الرياضية.
	٢٧	اشعر بعدم إعجاب زملائي عند أدائي لبعض المهارات في الملعب.	٢٨	احظي بإعجاب أعضاء الفريق عند حسن أدائي المهارى في الملعب.
	١	يرتبك أدائي وتكثر أخطائي في بداية المنافسة.	٢٩	يرتبك أدائي في بداية المنافسة الرياضية.
الانفعالي	٨	تشنت توجيهات المدرب المستمرة أفكارى وتركيزى بالملعب.	٣٢	توجيهات المدرب المستمرة تشنت أفكارى وتركيزى بالملعب.
	٩	يحدث لدي انزعاج من قرارات الحكم العكسية.	٣٣	انزعج من قرارات الحكم العكسية.
	١٤	تقلقني مواجهة الجماهير الغاضبة من الخسارة.	٣٦	أتجنب مواجهة الجماهير الغاضبة عند الخسارة في المنافسة الرياضية.
	١٨	أوجه اللوم الشديد إلى اللاعبين عند الخسارة.	٤٠	أوجه اللوم الشديد إلى زملائي اللاعبين عند الخسارة في المنافسة الرياضية.
الثقة بالنفس	٩	يظهر افتقاري إلى بعض القدرات الهامة التي تؤهل للنجاح الرياضى.	٥٠	افتقر إلى بعض القدرات المهمة التي تؤهل للنجاح الرياضى.
	١١	يتعزز يقينى باجتياز اختبارات المنافسة الرياضية بنجاح.	٥١	سأجتاز اختبارات المنافسة بنجاح.
	١٢	يزداد تفاؤلى ايجابيا بالفوز في هذا الموسم مقارنة بأى موسم آخر.	٥٢	اتفاؤل نحو الفوز في هذا الموسم.
	١٣	تجذب اهتمامى المواقف المتطلبة للتفكير والتحدى.	٥٣	أثق من قدراتي على انجاز المواقف الرياضية التي تتطلب التفكير والتحدى.
	١٦	تكثُر مخاوفي عندما تكون المنافسة صعبة.	٥٥	يزداد إصرارى عندما تكون المنافسة صعبة.

تابع جدول (٤)

العبارات التي تم إعادة صياغتها في مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقاً لرأي المحكمين

الأبعاد	رقم العبارة	العبارات	رقم العبارة	العبارات بعد إعادة الصياغة
الاجتماعي	٢٠	يتجلى يقيني بقدرتي على تغيير نتيجة المباراة.	٥٨	أتمتع بالكثير من المهارات التي تؤهلني للفوز بالمنافسة الرياضية.
	٢٣	يتجسد سعبي الفوز بلقب أفضل لاعب في المباراة.	٥٩	أسعى للفوز بلقب أفضل لاعب في المنافسة الرياضية .
	٢٦	يظهر علي الخجل عند مطالبتي بالتحدث أو المخاطبة أمام الإعلام.	٦٠	أغلب علي الخجل عند مطالبتي بالتحدث أمام وسائل الإعلام.
	٢	يظهر علي الخجل أثناء كوني مع مجموعة من الرياضيين المجهولين.	٦٢	يظهر علي الخجل أثناء وجودي مع مجموعة من الرياضيين الجدد.
	٤	اشعر بأنني موضع اهتمام الآخرين نظرا لمهاراتي المتميزة.	٦٣	اشعر بانني موضع اهتمام لما امتلكه من مهارات.
	١٠	يزداد توترتي قبل انعقاد الاجتماع الأسبوعي لتقييم الأداء في المنافسة الرياضية.	٦٦	يزداد توترتي قبل موعد انعقاد اجتماعات لتقييم الأداء الخططي في المنافسة الرياضية.
	١٢	تكثرت أخطئي عندما يراقبني احد سماسرة اللاعبين.	٦٧	اظهر ما لدي عندما يراقبني سماسرة اللاعبين.
	١٧	تتسبب الآراء السلبية لزملائي بمضايقتي بشكل كبير.	٧٠	تسبب الآراء السلبية مضايقتي بشكل كبير .
	١٨	يشعر بعض زملائي الرياضيين بأنني مرح .	٧١	أتمتع بروح الدعابة.
	٢٣	يزداد انزعاجي عند نظر الناس لي في الشارع أو في الأماكن العامة.	٧٣	يسعدني نظر الناس لي في الأماكن العامة.
٢٥	تتعزيز قدرتي على إقامة علاقات اجتماعية مع كل الأعمار من زملائي الرياضيين.	٧٥	اشعر بقدرتي على إقامة علاقات اجتماعية مع كل الأعمار من الرياضيين.	

يتضح من الجدول (٤) أن عدد العبارات التي تم إعادة صياغتها في البعد البدني (٣ عبارات)، والبعد المعرفي (٩ عبارات)، والبعد الانفعالي (٥ عبارات)، وبعد الثقة بالنفس (٨ عبارات)، والبعد الاجتماعي (٨ عبارة)، وبذلك يكون إجمالي العبارات التي تم إعادة صياغتها وفقاً لرأي الخبراء في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعب كرة القدم (٣٣ عبارة).

جدول (٥)

العبارات التي تم حذفها من مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقاً لرأي المحكمين

الأبعاد	رقم العبارة	العبارات
البدني	٦	تسبب التدريبات الجماعية لي راحة نفسية.
	١١	يضطرب نومي عند تفكيري في المنافسة الرياضية.
	١٢	يحمّر وجهي عند نزولي المنافسة الرياضية.

العبارات التي تم حذفها من مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقاً لرأي المحكمين
تابع جدول (٥)

العبارات	رقم العبارة	الأبعاد	
يقلقني التفكير في عدم بذل الجهد في المنافسة الرياضية.	٣	المعرفي	
اشعر بعدم الراحة عند اشتري مع مجموعة من الرياضيين لا اعرفهم.	٥		
يقلقني عدم استطاعتي العودة بسرعة في الهجمات المرتدة.	٨		
يصعب على التحرك في الدفاع بصورة صحيحة وسريعة.	١٠		
يصعب على التغطية الصحيحة للزميل القريب في الدفاع.	١٢		
يصعب على التهديف عند انفرادي بحارس المرمى.	١٣		
أخشي مواجهة المدرب واللاعبين عند إضاعتي لهدف محقق.	١٤		
أخشي نقد الجماهير والإعلام لأدائي بعد انتهاء المباراة.	٢١		
يصعب على الأداء عند سماع استهجان الجمهور.	٢٢		
يصعب على التهديف بعد مراوغة أكثر من منافس.	٢٣		
يصعب على السيطرة على الكرة بسهولة أثناء المنافسة.	٢٤		
تزداد ضربات قلبي عند دخولي المنافسة .	٢		الانفعالي
تبرد أطرافي مقارنة بزملائي عند دخولي المنافسة الرياضية.	٣		
يصعب تنفسي عند الخسارة.	٤		
يصعب على تقبل توجيهات المدرب بسهولة.	٥		
اشتبك مع الجماهير لهتافاتهم العدائية	٦		
ينصرف اهتمامي عن هتافات الجماهير العدائية.	١٠		
يكثُر اعتراضى على قرارات الحكم.	١٢		
يقلقني عدم رضا المدرب عن أدائي.	٢٢		
يتشتت ذهنى عند تفكيري في المباراة المهمة.	٢٣		
ترفض نفسى التحدث مع الإعلام عقب الخسارة.	٢٤		
يحدث عندي إلام في المعدة قبل اشتراكي في المنافسة.	٢٧		
تولد عندي حاجة للتبول قبل المنافسة الرياضية.	٢٨		
تكثر أخطائي أثناء المنافسة الرياضية.	٣٠		
يبدو على الخجل عند الحديث أمام وسائل الإعلام.	٣	الثقة بالنفس	
اشعر في معظم الأوقات أنني لست على كفاءة في التعامل مع الرياضيين المحيطين بي.	٦		
يتمثل كوني محظوظا في وسامتي.	٨		
اشعر بأننى لست الأفضل مقارنة باللاعبين المنافسين.	١٠		
يزداد شعوري بالتغلب على الفريق المنافس في هذه المباراة.	١٧		
يسيطر على تفكيري في عدم قدرتي على أكمال المباراة.	١٨		
يحصل عندي شعور بالراحة في المنافسات أو أي تجمعات رياضية.	١٩		
أحب التنافس مع الرياضيين ذو المستوى العالى.	٢١		
يتجلى الهدف أمامي في الفوز بالمنافسة.	٢٢		
تفوق قدرتي على الأداء الوقت المحدد للمباراة.	٢٤		
تظهر قدرتي على الحديث أمام الجمهور ووسائل الإعلام .	٢٥		

تابع جدول (٥)
العبارات التي تم حذفها من مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقا لرأي المحكمين

الأبعاد	رقم العبارة	العبارات
الاجتماعي	١	يبدو لي عدم رضا الآخرين لما أقدمه من مستوى.
	٣	يصعب على التعامل مع اللاعبين الجدد بالفريق.
	٦	يكسب مستواي الرياضي ثناء زملائي.
	٧	يسبب عدم اهتمامي بمظهري إهمال الأسرة لي.
	٩	ينصدر اهتماماتي إقناع والدي بالرياضة التي أمارسها.
	١١	تنشئت أفكارى أثناء مخاطبتي للرياضيين.
	١٤	يمتلك ذهني شعور بأنني رياضي فاشل نتيجة لسوء أدائي.
	١٥	يندر شعوري بالقلق في المواقف الاجتماعية والرياضية.
	١٩	اشعر أنني قادر على انجاز أي عمل بجودة عالية.
	٢٠	تتسبب مراقبة الجمهور لي بتدني مستوى أدائي.
	٢١	تربطني كثرة الرياضيين حولي.
٢٦	أشارك أفراد فريقى بالمناقشات الخاصة بالفريق.	

يتضح من جدول (٥) أن عدد العبارات التي تم حذفها من البعد البدني (٣ عبارات)، والبعد المعرفي (١١ عبارة)، والبعد الانفعالي (١٣ عبارات)، وبعد الثقة بالنفس (١١ عبارات)، والبعد الاجتماعي (١٢ عبارة)، وبذلك يكون إجمالي العبارات التي تم حذفها في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم (٥٠ عبارة).

جدول (٦)

العبارات التي تم نقلها من بُعد إلى بُعد آخر من مقياس القلق متعدد الأبعاد وفقا لرأي المحكمين

الأبعاد	رقم العبارة	العبارات	البعد المنقولة إليه
البدني	-	-	-
المعرفي	-	-	-
الانفعالي	٣	تبرد أطرافي مقارنة بزملائي عند دخولي المنافسة الرياضية.	تم نقلها إلى البعد البدني.
	٢٨	تولد عندي حاجة للتبول قبل المنافسة الرياضية.	تم نقلها إلى البعد البدني.
الثقة بالنفس	٢١	أحب التنافس مع الرياضيين ذو المستوى العالي.	تم نقلها إلى البعد الاجتماعي.
الاجتماعي	١٩	اشعر أنني قادر على انجاز أي عمل بجودة عالية.	تم نقلها إلى بعد الثقة بالنفس.

يتضح من الجدول (٦) أن (٢ عبارة) تم نقلها من البعد الانفعالي إلى البعد البدني، وعبارة (١) تم نقلها من بعد الثقة بالنفس إلى البعد الاجتماعي، وعبارة (١) تم نقلها من البعد الاجتماعي إلى بعد الثقة بالنفس، وبذلك يكون إجمالي العبارات التي تم نقلها في مقياس القلق

متعدد الأبعاد للاعب كرة القدم (٤ عبارات)، وبالتالي يكون مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعب كرة القدم في صورته الأولية يشتمل على (٥) أبعاد يمثلها (٧٦) عبارة على النحو التالي:

جدول (٧)

أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته النهائية وفقاً لرأي المحكمين

م	أبعاد المقياس	عدد عبارات كل بعد
١	البعد البدني	١٤
٢	البعد المعرفي	١٤
٣	البعد الانفعالي	١٨
٤	البعد الثقة بالنفس	١٥
٥	البعد الاجتماعي	١٥
	العدد الكلي	٧٦

مفتاح تصحيح مقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته الأولية:

تم تحديد مفتاح تصحيح مقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته الأولية وفقاً لميزان التقدير ثلاثي (نعم - أحياناً - لا) حيث بلغت الدرجة العظمى للمقياس (٢٢٨) درجة والدرجة الصغرى (٧٦) درجة.

المعاملات العلمية لمقياس القلق متعدد الأبعاد للاعب كرة القدم :

أولاً: صدق مقياس القلق متعدد الأبعاد:

تم إيجاد صدق مقياس القلق متعدد الأبعاد عن طريق الاتساق الداخلي وذلك بتطبيق المقياس في صورته الأولية على عينة الدراسة الاستطلاعية وقوامها (٢١) لاعباً وذلك في الفترة من (٢٤/١/٢٠١٩م إلى ١٧/٢/٢٠١٩م) وإيجاد معامل الارتباط بين:

١. درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته

٢. درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته والذي يوضحه

جدول (٨)

جدول (٨)

صدق عبارات مقياس القلق متعدد الأبعاد باستخدام الاتساق الداخلي (معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته) (ن = ٢١)

م	أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد														
	الأول (البعد البدني)			الثاني (البعد المعرفي)			الثالث (البعد الانفعالي)			الرابع (الثقة بالنفس)			الخامس (البعد الاجتماعي)		
	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-
١.	١.٨٠٩	٠.٦٠١	٠.٨٧٩	٢.٢٨٥	٠.٥٦٠	٠.٨٣٤	١.٩٥٢	٠.٤٩٧	٠.٨٨٠	٢.٨٠٩	٠.٥١١	٠.٨٣٤	١.٣٣٣	٠.٦٥٨	٠.٦٢٧
٢.	١.٤٧٦	٠.٦٠١	٠.٨١٦	١.٩٥٢	٠.٤٩٧	٠.٨٧١	١.٤٧٦	٠.٧٤٩	٠.٧٧٢	٢.٩٥٢	٠.٢١٨	٠.٦٢٩	٢.٨٠٩	٠.٤٠٢	٠.٨٠١
٣.	٢.١٩٠	٠.٦٧٩	٠.٨٩٨	٢.٩٥٢	٠.٢١٨	٠.٥٨٠	٢.٨٠٩	٠.٥١٢	٠.٧٣٣	٢.٣٨١	٠.٧٤٠	٠.٩١٣	٢.٤٢٨	٠.٦٧٦	٠.٩٠٧

تابع جدول (٨)
صدق عبارات مقياس القلق متعدد الأبعاد باستخدام الاتساق الداخلي (معامل الارتباط بين
درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته) (ن = ٢١)

أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد															
م	الأول (البعد البدني)			الثاني (البعد المعرفي)			الثالث (البعد الانفعالي)			الرابع (الثقة بالنفس)			الخامس (البعد الاجتماعي)		
	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-	قيمة ر	ع±	س-
٤	٢.٣٣٣	٠.٥٧٧	٠.٨٢٩	١.١٩٠	٠.٥١٢	٠.٥٩١	٢.٠٠٠	٠.٦٣٢	٠.٩٢٧	١.١٩٠	٠.٤٠٢	٠.٥٣٦	٢.٩٥٢	٠.٢١٨	٠.٥٥٥
٥	١.٤٢٨	٠.٧٤٦	٠.٨٢٤	١.٩٠٤	٠.٧٦٨	٠.٨٦٢	٢.٣٣٣	٠.٥٧٧	٠.٨٠٥	٢.٧١٤	٠.٥٦٠	٠.٨٦٩	١.٤٢٨	٠.٦٧٦	٠.٦٨٩
٦	١.١٤٢	٠.٣٥٨	٠.٧٢٩	٢.٩٠٤	٠.٣٠١	٠.٧١٨	٢.٩٠٤	٠.٣٠١	٠.٦٦٦	٢.٩٠٤	٠.٣٠١	٠.٧٦٠	٢.٦٦٧	٠.٦٥٨	٠.٨٧٤
٧	٢.٥٧١	٠.٦٧٦	٠.٧٨٦	٢.٠٠٠	٠.٤٤٧	٠.٨٥٢	٢.٩٠٥	٠.٣٠١	٠.٦٦٦	٢.٧١٤	٠.٥٦٠	٠.٨٦٩	٢.١٩٠	٠.٨٧٢	٠.٨٨١
٨	٢.٤٢٨	٠.٧٤٦	٠.٨٢٤	٢.٩٠٤	٠.٣٠١	٠.٧١٨	٢.٥٧١	٠.٦٧٦	٠.٨٤٣	١.٤٢٨	٠.٧٤٦	٠.٦١٩	٢.٦١٩	٠.٦٦٩	٠.٨٩٨
٩	٢.٠٤٧	٠.٤٩٧	٠.٨٧٩	١.٩٠٤	٠.٧٦٨	٠.٨٦٢	١.٣٣٣	٠.٦٥٨	٠.٧٢٦	٢.٩٥٢	٠.٢١٨	٠.٦٢٩	٢.٨٥٧	٠.٤٧٨	٠.٧١٤
١٠	٢.١٩٠	٠.٤٠٢	٠.٧٣٩	١.٦٦٧	٠.٦٥٨	٠.٨٢٤	٢.٠٩٥	٠.٥٣٨	٠.٨٨١	٢.٥٧١	٠.٥٩٧	٠.٨٧٧	٢.٧٦١	٠.٥٢٨	٠.٨٢٣
١١	١.٩٠٤	٠.٦٢٤	٠.٩١١	٢.٩٥٢	٠.٢١٨	٠.٥٨٠	٢.٨٥٧	٠.٣٥٨	٠.٧٤٩	٢.٥٧١	٠.٦٧٦	٠.٩٠٠	١.٢٨٥	٠.٥٦٠	٠.٦٢٤
١٢	١.٠٩٥	٠.٣٠١	٠.٦٤١	٢.٢٨٥	٠.٧١٧	٠.٨٨٥	١.٣٨١	٠.٦٦٩	٠.٧٥٥	٢.٢٣٨	٠.٦٢٤	٠.٨٨٤	٢.٨٥٧	٠.٥٦٠	٠.٧٦٧
١٣	٢.٧٦١	٠.٦٢٤	٠.٦٥٩	٢.٨٥٧	٠.٤٧٨	٠.٧١٦	١.١٩٠	٠.٥١٢	٠.٦٢٤	٢.٣٣٣	٠.٧٣٠	٠.٩١٥	٢.٩٠٤	٠.٣٠١	٠.٧٣٢
١٤	١.٠٩٥	٠.٣١٠	٠.٦٤١	٢.٨٥٧	٠.٣٥٨	٠.٧٤٨	٢.٥٧١	٠.٨١٠	٠.٧٩٧	١.٩٥٢	٠.٣٨٤	٠.٧٥٥	٢.٦١٩	٠.٦٦٩	٠.٨٩٨
١٥	-	-	-	-	-	-	٢.٨٠٠	٠.٤٠	٠.٧٧	٢.٢٣	٠.٧٠	٠.٩٠	١.٧١	٠.٨٤	٠.٧٩
١٦	-	-	-	-	-	-	١.٧١	٠.٥٦	٠.٨٢	-	-	-	-	-	-
١٧	-	-	-	-	-	-	٢.١٤	٠.٦٥	٠.٩٢	-	-	-	-	-	-
١٨	-	-	-	-	-	-	٢.٦٦	٠.٤٨	٠.٧٦	-	-	-	-	-	-

قيمة معامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤١٣

عند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٥٢٦

يتضح من جدول (٨) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تندرج تحته حققت معامل ارتباط دال معنويًا عند مستوى (٠.٠١) وهذا يدل على قدره عبارات المقياس على قياس ما وضعت من أجله.

معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس والذي يوضحه جدول (٩)

جدول (٩)

صدق أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد باستخدام الاتساق الداخلي (معامل الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس) (ن = ٢١)

أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد	س-	ع±	قيمة ر
الأول (البعد البدني)	٢٦.٤٧٦	٦.٢٣٣	٠.٩٧٩
الثاني (البعد المعرفي)	٣٢.٦١٩	٥.٣٨٠	٠.٩٩٤
الثالث (البعد الانفعالي)	٣٩.٧١٤	٧.٨٤٩	٠.٩٩٣
الرابع (بعد الثقة بالنفس)	٣٥.٩٥٢	٦.٥٣٨	٠.٩٨٣
الخامس (البعد الاجتماعي)	٣٥.٤٢٨	٦.٧٧٩	٠.٩٨٩

يتضح من جدول (٩) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجة كل بعد ودرجة المقياس ككل حققت معامل ارتباط دال معنويًا عند مستوى (٠.٠١) وهذا يدل على قدره أبعاد المقياس على قياس ما وضعت من أجله. وهذا يؤكد صدق مقياس القلق متعدد الأبعاد وقدرته على قياس ما وضع من أجله.

ثانياً: ثبات مقياس القلق متعدد الأبعاد:

تم تطبيق مقياس القلق متعدد الأبعاد (قيد البحث) على عينة الدراسة الاستطلاعية في الفترة من (٢٠١٩/١/٢٤م إلى ٢٠١٩/٢/١٧م) وإعادة التطبيق بعد أسبوعين من التطبيق الأول وإيجاد معامل الارتباط ومعامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ بين التطبيقين الأول والثاني والذي يوضحه جدول (١٠)

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمحاوَر مقياس القلق متعدد الأبعاد والمقياس ككل (ن = ٢١)

معامل الثبات (الفا كرونباخ)	معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		المعالجات الإحصائية أبعاد المقياس
		ع±	س-	ع±	س-	
٠.٩٨٢	٠.٩٨٤	٧.٦٠٨	٢٦.٠٩٥	٦.٢٣٣	٢٦.٤٧٦	الأول (البعد البدني)
٠.٩٧٦	٠.٩٦٧	٦.٣٥١	٣٢.٣٨١	٥.٣٨٠	٣٢.٦١٩	الثاني (البعد المعرفي)
٠.٩٦٣	٠.٩٦٣	١٠.٣٢٠	٤٠.٢٨٥	٧.٨٤٩	٣٩.٧١٤	الثالث (البعد الانفعالي)
٠.٩٦٣	٠.٩٦٧	٨.٦٩٢	٣٥.٥٧١	٦.٥٣٨	٣٥.٩٥٢	الرابع (بعد الثقة بالنفس)
٠.٩٨٩	٠.٩٧٩	٦.٦١٤	٣٤.٥٧١	٦.٧٧٩	٣٥.٤٢٨	الخامس (البعد الاجتماعي)
٠.٩٨٧	٠.٩٩٠	٣٨.٨٥٦	١٦٨.٩٠٤	٣٢.٣٧٣	١٧٠.١٩٠	أجمالي مقياس القلق متعدد الأبعاد

قيمة معامل الارتباط عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = ٠.٤١٣

عند مستوى دلالة (٠.٠١) = ٠.٥٢٦

يتضح من جدول (١٠) أن قيم معاملات الارتباط لمحاوَر مقياس القلق متعدد الأبعاد (قيد البحث) تراوحت ما بين (٠.٩٦٣، ٠.٩٩٠) وجميعها دال معنويًا عند مستوى (٠.٠١)، كما تراوحت قيم معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرونباخ ما بين (٠.٩٦٣، ٠.٩٨٧) وجميعها معاملات ثبات عالية مما يدل على قدرة مقياس القلق متعدد الأبعاد على قياس ما وضع من أجله.

وبالتالي يكون مقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته النهائية على درجه من الصدق والثبات تؤكد الثقة في النتائج التي يمكن الحصول عليها عند تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية.

مفتاح تصحيح مقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته النهائية:

يشتمل المقياس في صورته النهائية على (٧٦) عبارة تمثل خمسة أبعاد أساسية هي البعد (البدني، المعرفي، الانفعالي، الثقة بالنفس، والبعد الاجتماعي) وتكون النهاية العظمى والصغرى لأبعاد المقياس وللمقياس ككل ومفتاح تصحيح المقياس وكما يوضحها جدولي (١١)، (١٢).

جدول (١١)

النهاية العظمى والصغرى لمقياس القلق متعدد الأبعاد في صورته النهائية

م	أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد	النهاية الصغرى	النهاية العظمى
١	البعد البدني	١٤	٤٢
٢	البعد المعرفي	١٤	٤٢
٣	البعد الانفعالي	١٨	٥٤
٤	بعد الثقة بالنفس	١٥	٤٥
٥	البعد الاجتماعي	١٥	٤٥
	مقياس القلق متعدد الأبعاد ككل	٧٦	٢٢٨

جدول (١٢)

مفتاح تصحيح مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم في صورته النهائية

درجة القلق أبعاد المقياس	شديد الدرجة		متوسط الدرجة		ضعيف الدرجة
	من	إلى	من	إلى	
	٣١	٤٢	٢١	٣٠	
البعد البدني	٣١	٤٢	٢١	٣٠	أقل من ٢١
البعد المعرفي	٣١	٤٢	٢١	٣٠	أقل من ٢١
البعد الانفعالي	٣٩	٥٢	٢٦	٣٨	أقل من ٢٦
بعد الثقة بالنفس	٤٥	٦٠	٣٠	٤٤	أقل من ٣٠
البعد الاجتماعي	٤٥	٦٠	٣٠	٤٤	أقل من ٣٠
المقياس ككل	١٧١	٢٢٨	١١٤	١٧٠	أقل من ١١٤

أساليب المعالجات الإحصائية :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- معامل الثبات (ألفا كرونباخ).
- معامل الإلتواء.
- الوزن النسبي.
- اختبار (ت) الفروق T.test.

عرض نتائج البحث ومناقشتها

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته يتناول الباحثان عرض نتائج البحث ومناقشتها على النحو التالي:

أولاً: التوزيع الإعتدالي للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في عبارات وأبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد والذي يوضحه جدول (١٣)

جدول (١٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للاعبين كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) في عبارات وأبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد (ن = ١٠٣)

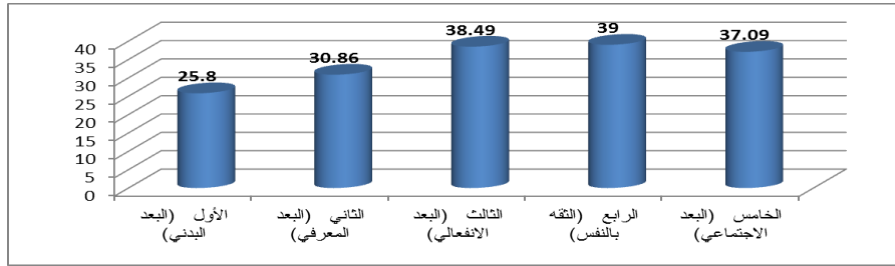
أبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد															العبارات
الخامس (البعد الاجتماعي)			الرابع (الثقة بالنفس)			الثالث (البعد الانفعالي)			الثاني (البعد المعرفي)			الأول (البعد البدني)			
ل	ع±	س	ل	ع±	س	ل	ع±	س	ل	ع±	س	ل	ع±	س	
٠.١١-	٠.٧١	٢.٠٧	٣.٦٢-	٠.٤٥	٢.٨٧	٠.٢٥	٠.٦٦	١.٧٩	٠.٢٠-	٠.٧٣	٢.١٢	١.٤٨-	٠.٥٨	٢.٦٥	١
٠.٣٨-	٠.٥٥	٢.٤٦	٣.٢٥-	٠.٤٢	٢.٨٦	٠.٩١	٠.٦٥	١.٥١	٠.٠٤	٠.٧٤	١.٩٧	٠.٩٠	٠.٦٥	١.٥١	٢
٢.٠١-	٠.٦٥	٢.٧١	١.٤١-	٠.٤١	٢.٧٨	٢.٥٥-	٠.٥٧	٢.٧٨	٠.٧٢-	٠.٨٦	٢.٣٣	٠.٩٣	٠.٧٦	١.٥٦	٣
٢.٧٨-	٠.٤٤	٢.٨٣	٠.٢٥-	٠.٦٩	٢.١٧	٠.٣١	٠.٦٩	١.٧٨	٠.٠٥-	٠.٥٥	١.٨١	٠.٢٣	٠.٧١	١.٨٤	٤
٠.٠٢-	٠.٦٧	٢.٠٢	١.٩٨-	٠.٥٦	٢.٧٢	٠.١١-	٠.٦٠	٢.١٨	٠.٦٢	٠.٧٤	١.٦٦	١.٣٤	٠.٦٤	١.٤٠	٥
٠.٨٨-	٠.٧٢	٢.٤٣	٢.١٥-	٠.٣٤	٢.٨٦	٣.٢٥-	٠.٤٢	٢.٨٦	١.٧٨-	٠.٥٧	٢.٦٩	٠.٨٤	٠.٦٨	١.٥٥	٦
٠.٥٩-	٠.٦٧	٢.٣٦	١.٦٤-	٠.٥٦	٢.٦٨	٢.٢٣-	٠.٥٢	٢.٧٦	٠.٢٣	٠.٧٦	١.٨٦	٠.٤٧	٠.٧٥	١.٧٣	٧
٠.٧٤-	٠.٥٩	٢.٥٠	٠.٢٠	٠.٧٣	١.٨٧	١.٧٨-	٠.٥٧	٢.٦٩	١.٠٧-	٠.٧٩	٢.٤٧	٠.١١	٠.٧٤	١.٩٣	٨
٠.١٩-	٠.٧٩	٢.١١	٢.١٤-	٠.٥٩	٢.٧٣	١.٠١	٠.٦٨	١.٥٠	٠.٠٨	٠.٦٢	٢.١٢	١.٢٢-	٠.٤٣	٢.٧٥	٩
٠.٨٤-	٠.٦٨	٢.٤٤	٠.٥٥-	٠.٤٨	٢.٦٣	١.٢١	٠.٥٣	٢.٦٥	٠.٣٧	٠.٧٧	١.٧٩	٠.٣٢	٠.٧٩	١.٨٢	١٠
٠.١٨	٠.٦٧	١.٨٥	٠.٦٢-	٠.٥٥	٢.٥٢	٢.٤١-	٠.٤٦	٢.٨٠	١.٢١-	٠.٥٣	٢.٦٥	٠.٥٩	٠.٨٢	١.٧٠	١١
٢.٢٣-	٠.٥٢	٢.٧٦	١.٥٦-	٠.٥١	٢.٧١	٠.٤١	٠.٧٤	١.٧٦	١.٠١-	٠.٦٨	٢.٤٩	٠.٩١	٠.٦٥	١.٥١	١٢
٢.٤١-	٠.٤٦	٢.٨٠	١.٣٣-	٠.٥٩	٢.٦٢	١.٩٣	٠.٤٩	١.٢٤	٠.١١	٠.٨٢	٢.٠٥	-٠.٠٥	٠.٨٤	٢.٠٣	١٣
٢.٤١-	٠.٤٦	٢.٨١	٠.٣٢-	٠.٦١	٢.٣٢	١.٤٩	٠.٦٢	١.٣٦	٢.٣٨-	٠.٥٤	٢.٧٧	٠.٤١	٠.٧٤	١.٧٦	١٤
٢.٥٨-	٠.٣١	٢.٨٩	٠.٩٦-	٠.٥٤	٢.٦٠	١.٧٠-	٠.٥١	٢.٧٢	-	-	-	-	-	-	١٥
-	-	-	-	-	-	٠.١٥	٠.٦٠	١.٧٤	-	-	-	-	-	-	١٦
-	-	-	-	-	-	١.١٤	٠.٧٥	١.٤٩	-	-	-	-	-	-	١٧
-	-	-	-	-	-	٢.٢٠-	٠.٤٧	٢.٧٨	-	-	-	-	-	-	١٨
-	٧.٧٨	٣٧.٠٩	١.٣٩-	٦.٩٣	٣٩.٠٠	٠.٢٦	٨.٤٩	٣٨.٤٩	٠.٥٠	٨.٦٤	٣٠.٨٦	٠.٤٢	٨.٨٥	٢٥.٨٠	مجموع الأبعاد

يتضح من جدول (١٣) أن جميع قيم معاملات الالتواء لعبارات وأبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدرجة الدوري الممتاز (ب) انحصرت ما بين (٣±) مما يدل على اعتدالية القيم وتجانس أفراد عينة البحث في جميع المتغيرات (قيد البحث) كما تم حساب درجة القلق في أبعاد مقياس القلق لدى لاعبي الدرجة الدوري الممتاز (ب) والذي يوضح جدول رقم (١٤) والشكل البياني رقم (٥)

جدول (١٤)

درجة القلق لدى لاعبي أندية الدرجة الأولى بمحافظة ميسان في أبعاد مقياس القلق

أبعاد المقياس	متوسط درجة البعد	درجة القلق
الأول (البعد البدني)	٢٥.٨٠ درجة	متوسط
الثاني (البعد المعرفي)	٣٠.٨٦ درجة	متوسط
الثالث (البعد الانفعالي)	٣٨.٤٩ درجة	متوسط
الرابع (بعد الثقة بالنفس)	٣٩.٠٠ درجة	متوسط
الخامس (البعد الاجتماعي)	٣٧.٠٩ درجة	متوسط



شكل (٥)

درجة القلق لدى لاعبي أندية الدوري الممتاز (ب) في أبعاد مقياس القلق

يتضح من جدول (١٤) والشكل البياني (٥) أن لاعبي أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم لديهم درجة متوسطة من القلق في جميع أبعاد المقياس وفقا لمفتاح التصحيح، ويرى الباحثان أن هذه الدرجة المتوسطة من القلق التي يتمتع بها اللاعبين بالسمات النفسية العامة المتطلبة للممارسة الرياضية والتنافس في مجال كرة القدم، ويتفق ذلك مع دراسة "رمزي رسمي جابر" (٢٠٠٨) (١٣)، علي أن دافع سمة قلق المنافسة عند لاعبي المسافات المتوسطة في فلسطين قليلة جدا لدى عينة البحث، كما يتفق ذلك مع دراسة "عمار رشيد أمين" (٢٠٠٥) (١٨)، يتأثر الانجاز الرياضي سلبياً بالمستوى العالي للقلق الرياضي، كما يوجد ارتباط معنوي بين القلق العام والانجاز الرياضي، وبين القلق العام والقلق الرياضي، كما يتفق ذلك مع كلاً من "أحمد أمين" (٢٠٠٦)، "عماد سمير" (٢٠١٤)، "وفاء درويش" (٢٠١٤)، أن من متطلبات الخصائص السيكولوجية للمنافسات الرياضية أنها ترتبط بمجموعة من الانفعالات مثل الخوف والقلق ومن المعروف أن لكل لاعب مستوى معين من التوتر يساعده على أظهار أفضل ما لديه من أداء رياضي ويطلق عليه المستوى الأمثل للتوتر وأن مستوى معين من الخوف والقلق لدى اللاعبين قد يساعدهم على أفضل أداء، ويضيف بأنه من المعروف أن الممارسة الرياضية تختلف في طبيعتها ومتطلباتها عن كثير من الممارسات الإنسانية الأخرى، حيث تتطلب سمات معرفية وبدنية وكذلك سمات انفعالية مميزة وهذه السمات الانفعالية قد

يكون بعضها متوتراً لدى الفرد قبل دخوله المجال الرياضي وأن الممارسة الرياضية المنتظمة تعمل على تدعيمها وزيادة ظهورها كما تعمل أيضاً على ظهور سمات انفعالية كانت كامنة لدى الفرد تتمثل في استعداداته النفسية الموروثة، وقد أمكن تحديد هذه السمات من خلال البحوث والدراسات التي أجريت في هذا المجال على النحو التالي: (سمة الهادفيه- الاستقلالية- الإصرار- الجرأة- الضبط الانفعالي- الثقة بالنفس- المسئولية)، وامتلاك اللاعبين لبعض هذه السمات النفسية قد لا تعرضهم لدرجة التوتر الذي يحيدهم عن أظهر أفضل ما لديهم من قدرات وهو ما أضفى على عينة البحث من لاعبي الدرجة الأولى في كرة القدم الدرجة المتوسطة من القلق.

ويؤكد ذلك "محمد نصر الدين" (٢٠١١) أن لكل نشاط رياضي متطلبات خاصة تميزه عن غيره من الأنشطة الأخرى والتي تعتبر السمة المميزة للوقت الحاضر، بحيث يرتبط الوصول للمستويات الرياضية العليا بمدى توافر الصفات والخصائص الضرورية اللازمة والخاصة بالنشاط الرياضي والصناعة الرياضية للناشئين الرياضيين بناءً جسيماً مناسباً إلي جانب البرامج التدريبية العلمية فكلاهما حجر الأساس لتحقيق البطولة (٥: ٢٩٢)، (٧: ٣٠)، (١٧: ٦١ - ٧٠)، (٢٦: ١٧).

ثانياً: التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات وأبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب)

توضح الجداول من (١٥ - ١٩) التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات وأبعاد مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب)

جدول (١٥)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الأول (البدني) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
٢	٢٧٣	٥.٨٢ %	٦	٢٣.٣٠ %	٢٤	٧٠.٨٧ %	٧٣	١. تتبسط عضلات جسمي بعد المنافسة الرياضية.	
٤	٢٥٦	٥٧.٢٨ %	٥٩	٣٣.٩٨ %	٣٥	٨.٧٤ %	٩	٢. ترتعش أطرافني بعد نهاية المنافسة الرياضية.	
٧	٢٥١	٦٠.١٩ %	٦٢	٢٣.٣٠ %	٢٤	١٦.٥٠ %	١٧	٣. يجف حلقى قبل اشتراكي في المنافسات الرياضية.	

تابع جدول (١٥)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الأول (البدني) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
١٢	٢٢٢	%٣٣.٩٨	٣٥	%٤٧.٥٧	٤٩	%١٨.٤٥	١٩	٤. اشعر بشد عضلى جسمى من شدة المنافسة الرياضية.	
٣	٢٦٧	%٦٧.٩٦	٧٠	%٢٣.٣٠	٢٤	%٨.٧٤	٩	٥. يتنابنى صداع بعد إنهاء المنافسة الرياضية.	
٦	٢٥٢	%٥٥.٣٤	٥٧	%٣٣.٩٨	٣٥	%١٠.٦٨	١١	٦. أعانى من ضيق التنفس أثناء المنافسة الرياضية.	
٩	٢٣٣	%٤٤.٦٦	٤٦	%٣٦.٨٩	٣٨	%١٨.٤٥	١٩	٧. اشعر بالأم بسيطة فى معدتى قبل المنافسة الرياضية.	
١٣	٢١٣	%٣١.٠٧	٣٢	%٤٤.٦٦	٤٦	%٢٤.٢٧	٢٥	٨. تزداد ضربات قلبى قبل اشتراكى فى المنافسة الرياضية	
١	٢٨٤	---	---	%٢٤.٢٧	٢٥	%٧٥.٧٣	٧٨	٩. اسعد بالمنافسات التي تتطلب جهدا بدنياً عالياً.	
١١	٢٢٤	%٤١.٧٥	٤٣	%٣٣.٩٨	٣٥	%٢٤.٢٧	٢٥	١٠. تولد عندي حاجة للتبول قبل المنافسة الرياضية.	
٨	٢٣٦	%٥٢.٤٢	٥٤	%٢٤.٢٧	٢٥	%٢٣.٣٠	٢٤	١١. تبرد أطرافى مقارنة بزملائى عند دخولى المنافسة الرياضية	

تابع جدول (١٥)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الأول (البدني) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
٤	٢٥٦	%٥٧.٢٨	٥٩	%٣٣.٩٨	٣٥	%٨.٧٤	٩	١٢	أتعب بسهولة أثناء المنافسة الرياضية.
١٤	٢٠٩	%٣٣.٩٨	٣٥	%٢٩.١٢	٣٠	%٣٦.٨٩	٣٨	١٣	يتصعب جسمي عرقاً أثناء المنافسة الرياضية حتى في الأيام الباردة.
١٠	٢٣٠	%٤١.٧٥	٤٣	%٣٩.٨٠	٤١	%١٨.٤٥	١٩	١٤	تسبب الرياضة لي كثيراً من التعب البدني والنفسي.

جدول (١٦)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الثاني (المعرفي) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
١١	٢١٣	%٣١.٠٧	٣٢	%٤٤.٦٦	٤٦	%٢٤.٢٧	٢٥	١	ينتابني الخوف من سوء مستواي في المنافسة الرياضية.
١٣	٢٠٩	%٢٩.١٣	٣٠	%٤٤.٦٦	٤٦	%٢٦.٢١	٢٧	٢	تصاحبني أفكار سلبية عند اقتراب موعد المنافسة الرياضي.
٦	٢٤١	%٢٦.٢١	٢٧	%١٣.٥٩	١٤	%٦٠.١٩	٦٢	٣	استطيع أكمل المنافسة الرياضية لحد النهاية.
٨	٢٢٥	%٢٦.٢١	٢٧	%٦٦.٠٢	٦٨	%٧.٧٦	٨	٤	أشعر بضعف الدقة والقدرة في مناولة الكرة للزميل.

تابع جدول (١٦)
التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الثاني (المعرفي) في مقياس القلق
متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	
٧	٢٤٠	%٤٩.٥١	٥١	%٣٣.٩٨	٣٥	%١٦.٥٠	١٧	٥. يزداد ارتباكك عند دخولي للمنافسة الرياضية.
٢	٢٧٨	%٥٥.٨٢	٦	%١٨.٤٥	١٩	%٧٥.٧٣	٧٨	٦. استطيع قطع الكرة من الفريق المنافس.
٩	٢٢٠	%٣٦.٨٩	٣٨	%٣٩.٨٠	٤١	%٢٣.٣٠	٢٤	٧. أحاول التخلص من الكرة بسرعة خوفاً من مهاجمة المنافس.
٥	٢٥٥	%١٨.٤٥	١٩	%١٥.٥٣	١٦	%٦٦.٠٢	٦٨	٨. أخشي تسجيل هدف ضد فريقي نتيجة لخطئي.
١٠	٢١٩	%١٣.٥٩	١٤	%٦٠.١٩	٦٢	%٢٦.٢١	٢٧	٩. استطيع التهديد من كافة زوايا الملعب بسهولة.
١٤	١٨٥	%٤١.٧٥	٤٣	%٣٦.٨٩	٣٨	%٢١.٣٦	٢٢	١٠. استطيع التصدي لضربات الجزاء.
٣	٢٧٣	%٢.٩١	٣	%٢٩.١٣	٣٠	%٦٧.٩٦	٧٠	١١. أضعف قدراتي وفقاً لطبيعة المنافسة الرياضية.
٤	٢٥٧	%١٠.٦٨	١١	%٢٩.١٣	٣٠	%٦٠.١٩	٦٢	١٢. يبتعد تفكيري عن هتافات الجماهير السلبية أثناء المنافسات الرياضية.
١٢	٢١٢	%٣١.٠٧	٣٢	%٣٢.٠٣	٣٣	%٣٦.٨٩	٣٨	١٣. يؤثرني ضعف أدائي في المنافسات الرياضية المهمة.
١	٢٨٦	%٥٥.٨٢	٦	%١٠.٦٨	١١	%٨٣.٤٩	٨٦	١٤. احظي بإعجاب أعضاء الفريق عند حسن أدائي في المهاري في المنافسة الرياضية.

جدول (١٧)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الثالث (الانفعالي) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	م
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
١٧	٢٢٧	%٣٣.٩٨	٣٥	%٥٢.٤٢	٥٤	%١٣.٥٩	١٤	يرتبك أدائى فى بداية المنافسة الرياضية.	١
١٣	٢٥٦	%٥٧.٢٨	٥٩	%٣٣.٩٨	٣٥	%٨.٧٣	٩	تكثر أخطائى أثناء المنافسة الرياضية.	٢
٣	٢٨٧	%٧.٧٦	٨	%٥٠.٨٢	٦	%٨٦.٤١	٨٩	تشجيع الجماهير تزيدي إصرارا على الفوز في المنافسة الرياضية.	٣
١٦	٢٢٨	%٣٦.٨٩	٣٨	%٤٧.٥٧	٤٩	%١٥.٥٣	١٦	توجيهات المدرب المستمرة تشتت أفكارى وتركيزى بالمنافسة الرياضية.	٤
١٨	٢٢٥	%١٠.٦٨	١١	%٦٠.١٩	٦٢	%٢٩.١٣	٣٠	انزعج من قرارات الحكم العكسية.	٥
١	٢٩٥	%٢.٩١	٣	%٧.٧٦	٨	%٨٩.٣٢	٩٢	تظهر علي علامات الحزن بوضوح عند الخسارة	٦
٥	٢٨٦	%٤.٨٥	٥	%١٣.٥٩	١٤	%٨١.٥٥	٨٤	أتحاشى استخدام الألفاظ النابية أثناء المنافسة الرياضية.	٧
٨	٢٧٨	%٥٠.٨٢	٦	%١٨.٤٥	١٩	%٧٥.٧٢	٧٨	أتجنب مواجهة الجماهير الغاضبة عند الخسارة في المنافسة الرياضية.	٨
١٢	٢٥٧	%٦٠.١٩	٦٢	%٢٩.١٣	٣٠	%١٠.٦٨	١١	يكثر لجوئى إلى العنف لإيقاف خطورة المنافس الرياضية	٩
٩	٢٧٣	%٢.٩١	٣	%٢٩.١٣	٣٠	%٦٧.٩٦	٧٠	التزم الصمت التام عقب الخسارة في المنافسة الرياضية	١٠

تابع جدول (١٧)
التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الثالث (الانفعالي) في مقياس القلق
متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	م
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
٢	٢٨٩	%٢.٩١	٣	%١٣.٥٩	١٤	%٨٣.٤٩	٨٦	أهدى من ثورة زملائي عند الاحتكاك بالمنافسين الغاضبين.	١١
١٥	٢٣٠	%٤١.٧٥	٤٣	%٣٩.٨٠	٤١	%١٨.٤٥	١٩	أوجه اللوم الشديد إلى زملائي اللاعبين عند الخسارة في المنافسة الرياضية.	١٢
٦	٢٨٤	%٧٨.٦٤	٨١	%١٨.٤٥	١٩	%٢.٩١	٣	أحطم أثاث غرفة خلع الملابس عند الخسارة في المنافسة الرياضية	١٣
١٠	٢٧١	%٧٠.٨٧	٧٣	%٢١.٣٥	٢٢	%٧.٧٦	٨	أقذف بقدمي زجاجات المياه أثناء خروجي من المنافسة الرياضية خاسراً.	١٤
٧	٢٨١	%٢.٩١	٣	%٢١.٣٥	٢٢	%٧٥.٧٣	٧٨	أصافح الفريق الفائز بعد المنافسة الرياضية	١٥
١٤	٢٣٢	%٣٣.٩٨	٣٥	%٥٧.٢٨	٥٩	%٨.٧٤	٩	ينتابني بعض التشاؤم كلما اقترب وقت المنافسة الرياضية المهمة.	١٦
١١	٢٥٨	%٦٦.٠٢	٦٨	%١٨.٤٥	١٩	%١٥.٥٣	١٦	يعلو صوتي أثناء حديثي مع المنافسي	١٧
٣	٢٨٧	%٢.٩١	٣	%١٥.٥٣	١٦	%٨١.٥٥	٨٤	أعبر عن فرحتي بالفوز بطريقة هادئة.	١٨

جدول (١٨)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الرابع (الثقة بالنفس) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	م
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
١	٢٩٦	%٤.٨٥	٥	%٢.٩١	٣	%٩٢.٢٣	٩٥	أشعر بتحسن مستواي قياساً بالموسم الرياضي السابق.	١٩
٢	٢٩٥	%٢.٩١	٣	%٧.٧٦	٨	%٨٩.٣٢	٩٢	أشعر بحسن مظهري الرياضي.	١
٤	٢٨٧	--	--	%٢١.٣٦	٢٢	%٧٨.٦٤	٨١	تزيد خبراتي في الدفاع الانجاز على تحديقي وأهلامي وانجازها بنجاح.	٢
١٤	٢٢٤	%١٦.٥٠	١٧	%٤٩.٥١	٥١	%٣٣.٩٨	٣٥	أفقر إلى بعض القدرات المهمة التي تؤهلني للنجاح الرياضي.	٣
٦	٢٨١	%٥.٨٢	٦	%١٥.٥٣	١٦	%٧٨.٦٤	٨١	سأجتاز اختبارات المنافسة الرياضية بنجاح.	٤
٢	٢٩٥	--	--	%١٣.٥٩	١٤	%٨٦.٤١	٨٩	أتفعل نحو الفوز في هذا الموسم	٥
٨	٢٧٧	%٤.٨٥	٥	%٢١.٣٦	٢٢	%٧٣.٧٨	٧٦	أثق من قدراتي على انجاز المواقف الرياضية التي تتطلب التفكير والتحدى.	٦
١٥	٢١٩	%٣٣.٩٨	٣٥	%٤٤.٦٦	٤٦	%٢١.٣٦	٢٢	يتجنب المدرب تكلفي بأداء الضربات الثابتة.	٧

تابع جدول (١٨)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الرابع (الثقة بالنفس) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
٥	٢٨٢	%٧.٧٦	٨	%١٠.٦٨	١١	%٨١.٥٥	٨٤	يزداد إصـراري عندما تكون المنافسة الرياضية صعبة.	٨
٩	٢٧١	---	---	%٣٦.٨٩	٣٨	%٦٣.١١	٦٥	يزداد شعوري بأدائي المهاري العالي قياساً بزملائي.	٩
١٢	٢٦٠	%٢.٩١	٣	%٤١.٧٥	٤٣	%٥٥.٣٤	٥٧	أكون على يقين بأنني قادر على تغيير نتيجة المنافسة الرياضية.	١٠
٧	٢٧٩	%٢.٩١	٣	%٢٣.٣٠	٢٤	%٧٣.٧٨	٧٦	أتمتع بالكثير من المهارات التي تؤهلني للفوز بالمنافسة الرياضية.	١١
١٠	٢٧٠	%٥.٨٢	٦	%٢٦.٢١	٢٧	%٦٧.٩٦	٧٠	اسعي للفوز بلقب أفضل لاعب في المنافسة الرياضية.	١٢
١٣	٢٣٩	%٧.٧٦	٨	%٥٢.٤٢	٥٤	%٣٩.٨٠	٤١	أغلب على الخجل عند مطالبتني بالتحدث أمام وسائل الإعلام.	١٣
١١	٢٦٨	%٢.٩١	٣	%٣٣.٩٨	٣٥	%٦٣.١١	٦٥	اشعر أنني قادر على انجاز اي عمل بجودة عالية.	١٤

جدول (١٩)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الخامس (الاجتماعي) في مقياس
القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
١٤	٢١٤	%٢١.٣٥	٢٢	%٤٩.٥١	٥١	%٢٩.١٣	٣٠	١. يظهر علي الخجل أثناء وجودي مع مجموعة من الرياضيين الجدد.	
٨	٢٥٤	%٢.٩١	٣	%٤٧.٥٧	٤٩	%٤٩.٥١	٥١	٢. اشعر بأنني موضع اهتمام لما امتلكه من مهارات.	
٦	٢٧٩	%١٠.٦٨	١١	%٧.٧٦	٨	%٨١.٥٥	٨٤	٣. لا اهتم بما يقوله الآخريين عني.	
٢	٢٩٢	%٢.٩١	٣	%١٠.٦٨	١١	%٨٦.٤١	٨٩	٤. يحزنني إصابة احد اللاعبين بالفريق.	
١٥	٢٠٨	%٢١.٣٦	٢٢	%٥٥.٣٤	٥٧	%٢٣.٣٠	٢٤	٥. يزداد توترتي قبل موعد انعقاد اجتماعات لتقييم الأداء الخططي في المنافسة الرياضية.	
١٠	٢٥١	%١٣.٥٩	١٤	%٢٩.١٣	٣٠	%٥٧.٢٨	٥٩	٦. اظهر ما لدي عندما يراقبني سمسرة اللاعبين.	
١١	٢٤٤	%١٠.٦٨	١١	%٤١.٧٥	٤٣	%٤٧.٥٧	٤٩	٧. يثير اهتمامي آراء الآخريين في مستواي الرياضي.	
٧	٢٥٨	%٤.٨٥	٥	%٣٩.٨٠	٤١	%٥٥.٣٤	٥٧	٨. تظهر قدرتي على الحديث أمام الجمهور أو مجموعة من الرياضيين	

تابع جدول (١٩)

التكرارات والنسب المئوية والوزن النسبي لعبارات البعد الخامس (الاجتماعي) في مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (ن = ١٠٣)

الترتيب	الوزن النسبي	لا		أحياناً		نعم		العبارات	٥
		النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
١٣	٢١٧	%٢٦.٢١	٢٧	%٣٦.٨٩	٣٨	%٣٦.٨٩	٣٨	٩ تسبب الآراء السلبية مضايقتي بشكل كبير	
٩	٢٥٢	%١٠.٦٨	١١	%٣٣.٩٨	٣٥	%٥٥.٣٤	٥٧	١٠ أتمتع بروح الدعاية.	
١٢	٢٢١	%٣١.٠٦	٣٢	%٥٢.٤٢	٥٤	%١٦.٥٠	١٧	١١ تنشئت أفكارى فى المواقف الاجتماعية والرياضية.	
٥	٢٨٥	%٤.٨٥	٥	%١٣.٥٩	١٤	%٨١.٥٥	٨٤	١٢ يسعدني نظر الناس لي في الأماكن العامة.	
٣	٢٨٩	%٢.٩١	٣	%١٣.٥٩	١٤	%٨٣.٤٩	٨٦	١٣ استطعت التعبير عن رأيي في نقاش مامع رياضيين لا أعرفهم.	
٣	٢٨٩	%٢.٩١	٣	%١٣.٥٩	١٤	%٨٣.٤٩	٨٦	١٤ اشعر بقدرتي على إقامة علاقات اجتماعية مع كل الأعمار من الرياضيين.	
١	٢٩٨	--	--	%١٠.٦٨	١١	%٨٩.٣٢	٩٢	١٥ احب التنافس مع الرياضيين ذوي المستوى العالي.	

ثالثاً: دلالة الفروق بين استجابات لاعبي أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم على أبعاد مقياس القلق وفقاً (لمكان العينة "داخل المحافظة، خارج المحافظة")

ويتضح من الجداول (٢٠) الفروق بين استجابات لاعبي أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم على أبعاد مقياس القلق وفقاً (لمكان العينة "داخل المحافظة، خارج المحافظة")

جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين استجابات لاعبي أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم في أبعاد مقياس القلق وفقاً لمكان العينة (داخل المحافظة - خارج المحافظة) (ن = ١٠٣)

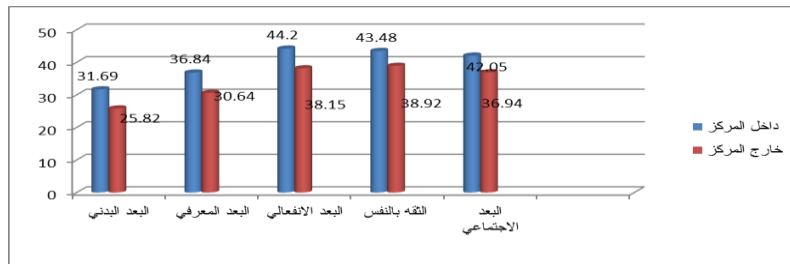
م	المعالجات الإحصائية		داخل المحافظة (ن = ٦٤)		خارج المحافظة (ن = ٣٩)		قيمة (ت)
	أبعاد مقياس القلق		ع±	س	ع±	س	
١	البعد البدني		٣١.٦٩	٦.٦٣	٢٥.٨٢	٨.٣٩	١٦.٢٩
٢	البعد المعرفي		٣٦.٨٤	٣.٧٢	٣٠.٦٤	٨.٦٤	٦.٩١
٣	البعد الانفعالي		٤٤.٢٠	٥.٠٤	٣٨.١٥	٨.٥٣	٨.٤٨
٤	الثقة بالنفس		٤٣.٤٨	١.٤٤	٣٨.٩٢	٧.١٧	٤.٨٥
٥	البعد الاجتماعي		٤٢.٠٥	٢.٩١	٣٦.٩٤	٧.٩٧	٦.٢٠
		إجمالي المقياس ككل	١٩٨.٢٨	١٩.٢٤	١٧٠.٤٨	٣٩.٣٨	٨.٠٤

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة = ١.٩٨ (٠.٠٥)، عند مستوى (٠.٠١) = ٢.٦٣. كما تم حساب درجة القلق بين لاعبي أندية الدوري الممتاز (ب) (داخل وخارج المحافظة) في أبعاد المقياس ووفقاً لمفتاح التصحيح والذي يوضحه جدول رقم (٢١)

جدول (٢١)

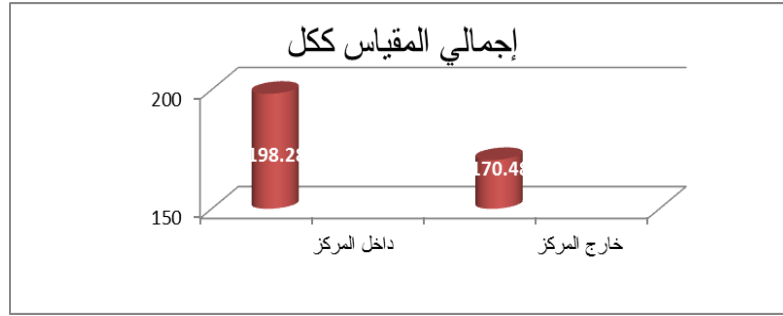
درجة القلق لدى لاعبي أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (داخل المحافظة - خارج المحافظة) في أبعاد مقياس القلق

درجة القلق	داخل المحافظة		خارج المحافظة	
	متوسط درجة البعد	درجة القلق	متوسط درجة البعد	درجة القلق
الأول (البعد البدني)	٣١.٦٩	شديد	٢٥.٨٢	متوسط
الثاني (البعد المعرفي)	٣٦.٨٤	شديد	٣٠.٦٤	متوسط
الثالث (البعد الانفعالي)	٤٤.٢٠	شديد	٣٨.١٥	متوسط
الرابع (الثقة بالنفس)	٤٣.٤٨	متوسط	٣٨.٩٢	متوسط
الخامس (البعد الاجتماعي)	٤٢.٠٥	متوسط	٣٦.٩٤	متوسط
إجمالي المقياس ككل	١٩٨.٢٨	شديد	١٧٠.٤٨	متوسط



شكل (٦)

درجة القلق لدى لاعبي أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم (داخل المحافظة - خارج المحافظة) في أبعاد مقياس القلق وفقاً لمكان العينة



شكل (٧)

الفروق بين استجابات لاعبي أندية أندية الدوري الممتاز (ب) في كرة القدم في إجمالي مقياس القلق ككل وفقاً لمكان العينة (داخل المحافظة - خارج المحافظة).

يتضح من جدول (٢٠)، (٢١) والشكل البياني (٦)، (٧) والخاص بدلالة الفروق بين استجابات لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) في أبعاد مقياس القلق أن اللاعبين الذين ينتمون إلى أندية تقع داخل المحافظة يعانون من القلق الزائد وشدة الانفعال مقارنة بغيرهم ممن ينتمون إلى أندية تقع خارج المحافظة، ويعزي الباحثان ذلك إلى مجموعة من العوامل النفسية المتمثلة في تواجد اللاعبين الأسري أو المعيشي أو الدراسي أو الوظيفي بالمحافظة وضرورة تعاملهم مع أصدقائهم وجيرانهم وعشيرتهم، والخوف من سوء المستوى الذي يقدمه اللاعبون أمام جماهيرهم، وعدم تواجدهم في تشكيلة الفريق الأساسية مما يجعلهم في حرج أمام أقرانهم وأصدقائهم وذويهم، والخوف من الارتباك في الأداء وسرعة التوتر العصبي والنزفه أثناء التنافس، والتفكير في آراء الجماهير السلبية في مستوى أدائهم، وتسببهم في إضاعة الأهداف وخسارة فريقهم، الأمر الذي يجعلهم أكثر عرضه للقلق والخوف ارتباطاً بتواجدهم الدائم بالمركز وتعرضهم لتلك الأجواء والظروف المصاحبة للتنافس الرياضي مما يجعلهم أكثر انفعالا وقلقاً وذلك لتأثر حالتهم النفسية بالظروف المحيطة وبأجواء المنافسة والتي بدورها تؤثر على الأداء الرياضي، ويتفق ذلك مع دراسة سعاد خيرى كاظم، وصبيحة سلطان محمد ٢٠١٠م في أن هناك ارتباط معنوي بين القلق المتعدد الأبعاد وبين أداء مهارة القفز المتكورة داخلاً على جهاز حسان القفز في الجمباز، وتختلف مع دراسة مصطفى أحمد العجاتي ٢٠١٢م في ارتفاع مستوى القلق البدني والمعرفي لدى الناشئات في كرة السلة مقارنة بالناشئين، وتختلف كذلك مع نتائج دراسة محمود إبراهيم محمد ٢٠١٩م في وجود علاقة ارتباطية طردية دالة إحصائياً بين كلاً من القلق البدني وبين كلاً من القلق المعرفي ومستوى الطموح، ويشير في هذا الصدد أحمد أمين (٢٠٠٦) إلى أن كثرة وتنوع وشدة المواقف الانفعالية التي يتعرض لها اللاعب أثناء التدريب والمنافسة الرياضية تسهم في تنمية وتطوير الجهاز

العصبي مما يؤثر بصورة ايجابية على سلوكه الشخصي والاجتماعي في الحياة ويضيف بأن ما يعترى الجسم من متغيرات فسيولوجية تنتج عن انفعالات مثل الضيق والخوف أو الفرح إنما هي بمثابة تنظيمات داخلية تهيء الرياضي لكي يصدر أداءاً حركياً يتفق مع ما اعتراه من انفعال (٥: ٢٨٩)، ويذكر يحيى النقيب (١٩٩٠) بأن العوامل النفسية في المنافسات الرياضية تلعب دوراً هاماً في تحديد نوعية الأداء الذي يقوم به اللاعب ومستوى الانجاز الذي يحققه وذلك لان الانفعالات النفسية تتأثر بالظروف المحيطة وبأجواء المنافسة وهي بدورها تؤثر في الأداء الرياضي، وغالباً ما يصاحب المنافسة شعور بالاستثارة العالية والقلق مما يؤثر على أداء الرياضي (٣٢: ١٥٧)

استخلاصات البحث :

في ضوء هدف البحث وتساؤله، وفي حدود عينة البحث وخصائصها، وفي ضوء المنهج المستخدم وأدوات جمع البيانات، ومن خلال التحليل الإحصائي، وانطلاقاً من نتائج هذا البحث تم التوصل إلى الإستخلاصات الآتية:

- تم تصميم مقياس القلق متعدد الأبعاد للاعبين كرة القدم والذي يتضمن (٥) أبعاد، بواقع (٧٦) عبارة :
- البعد الأول : واشتمل علي (١٤) عبارة تشير في مجملها إلي البُعد المعرفي.
- البعد الثاني : واشتمل علي (١٤) عبارة تشير في مجملها إلي البُعد البدني.
- البعد الثالث : واشتمل علي (١٨) عبارة تشير في مجملها إلي البُعد الانفعالي.
- البعد الرابع : واشتمل علي (١٥) عبارة تشير في مجملها إلي بُعد الثقة بالنفس.
- البعد الخامس : واشتمل علي (١٥) عبارة تشير في مجملها إلي البُعد الاجتماعي.
- تميز لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) بدرجة متوسطة من القلق متعدد الأبعاد في جميع أبعاد المقياس.
- للمقياس درجة استجابة وفقاً لميزان تقدير ثلاثي (نعم- أحياناً- لا) وتتراوح الدرجة الكلية لمقياس القلق متعدد الأبعاد ما بين (٢٢٨) درجة كحد أقصى، و(٧٦) درجة كحد أدنى.
- تميز لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) الأندية داخل المحافظة بارتفاع مستوى القلق بأبعاده المختلفة بدرجة أكبر من لاعبي الأندية خارج المحافظة.

توصيات البحث :

في ضوء عينة البحث والأسلوب الإحصائي المستخدم ، ونتائج البحث يُوصي الباحثان بمايلي :

- استخدام مقياس القلق متعدد الأبعاد (إعداد الباحثان) على لاعبي كرة القدم بأندية الدوري الممتاز (ب) لما له من أهمية بالغة في التعرف على أبعاد القلق.
- الاهتمام بتطبيق مقياس القلق متعدد الأبعاد بشكل دوري على لاعبي كرة القدم ، وعلى عينات مختلفة من اللاعبين (الناشئين - الشباب - الدوري الممتاز)، وبقا الرياضات المختلفة، وذلك للتعرف على أبعاد القلق لديهم.
- صقل برامج لتوعية اللاعبين والمدربين بأهمية الفصل بين القلق العام، والقلق متعدد الأبعاد، وذلك تحقيقاً لما يسعون إليه من تقدم.
- من الضروري أن تحتوي البرامج التدريبية على الإعداد النفسي بجانب الإعداد البدني والمهاري والخططي للاعبين.

((المراجع))

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أبو العلا أحمد عبد الفتاح: التدريب الرياضي- الأسس القسيولوجية، القاهرة، دار الفكر العربي، ١٩٩٧م.
- ٢- إبراهيم عبد ربه خليفة، وآخرين: علم النفس الرياضي، الأسس والمبادئ النظرية والتوجيهات المعاصرة، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٨م.
- ٣- إبراهيم عبد ربه خليفة، وآخرين: الرعاية النفسية للرياضيين، توجيهات إرشادية، القاهرة، ٢٠٠٧م.
- ٤- أحمد أمين فوزي: موضوعات في علم النفس الرياضي، الإسكندرية، دهب للطباعة والنشر، ٢٠٠١م.
- ٥- أحمد أمين فوزي: مبادئ علم النفس الرياضي، المفاهيم- التطبيقات، (ط٢)، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٦م.
- ٦- أحمد أمين فوزي: سيكولوجية التدريب الرياضي للناشئين، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٨م.
- ٧- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، المفاهيم- التطبيقات، (ط٢)، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٠م.
- ٨- أسامة كامل راتب: سلسلة المراجع في التربية وعلم النفس (١٥) الإعداد النفسي للناشئين (دليل للإرشاد والتوجيه للمدربين- الإداريين- أولياء الأمور)، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠١م.
- ٩- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، المفاهيم- التطبيقات، (ط٢)، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٧م.

- ١٠- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للبطل الرياضي، القاهرة، دار الفكر الحديث، ٢٠٠٨م.
- ١١- أمل علي خليل: "الصلابة النفسية وعلاقتها بمواجهة الضغوط لدى سباحي المسافات القصيرة"، إنتاج علمي المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، عدد خاص، المؤتمر العلمي السنوي الدولي لقسم علم النفس، العدد (٥٠)، ٣٠ أبريل ٢٠٠٧م.
- ١٢- جمال رمضان موسى: قلق المنافسة وعلاقته بخصائص الانتباه وفاعلية الأداء في المباريات للاعبين كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، ٢٠٠٣م.
- ١٣- رمزي رسمي جابر: "دراسة واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين"، مجلة جامعة الأزهر، غزة العلوم الإنسانية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين، ٢٠٠٨م.
- ١٤- رمزي رسمي جابر: "حالة قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين، فلسطين، مجلة العلوم الرياضية، العدد (١)، ٢٠٠٩م.
- ١٥- سعاد خيرى كاظم، صبيحة سلطان محمد: القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بأداء حركة القفز المتكورة داخلاً على جهاز حصان القفز في الجمناستيك، بحث منشور، كلية التربية الرياضية، جامعة بابل، ٢٠١٠م.
- ١٦- صدقي نور الدين محمد: القلق البدني والقلق المعرفي والثقة بالنفس لدى طلاب وطالبات جامعة الإمارات، ١٩٩٨م.
- ١٧- عماد سمير محمود: الإعداد النفسي في المجال الرياضي (اللاعب- المدرب- الحكم)، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠١٤م.
- ١٨- عمار رشيد أمين: القلق وعلاقته بمستوى الانجاز للاعبين كرة اليد، بحث منشور، المجلد (١٤)، العدد (١)، جامعة بغداد، مجلة كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٥م.
- ١٩- علي كمال الدين: النفس وانفعالاتها وأمراضها وعلاجها، ط ٤، بغداد، الدار العربية، ١٩٨٨م.
- ٢٠- محمد جسام عرب، جواد كاظم موسى: مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة، مجلة كلية التربية الرياضية، العدد (١)، مطبعة ديالى، بعقوبة، ٢٠٠١م.

- ٢١- محمد حسن علاوي: علم النفس الرياضي، (ط٩)، القاهرة، دار المعارف، ١٩٩٤م.
- ٢٢- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٨م.
- ٢٣- محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، (ط٦)، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٧م.
- ٢٤- محمد حسن علاوي: علم نفس الرياضة والممارسة البدنية، القاهرة، مطبعة المدني، ٢٠١٢م.
- ٢٥- محمد شحاتة ربيع: قياس الشخصية، (ط٥)، عمان دار المسيرة للنشر والتوزيع، ٢٠١٤م.
- ٢٦- محمد نصر الدين رضوان: المخل إلي القياس في التربية البدنية والرياضة، (ط٢)، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠١١م.
- ٢٧- محمود إبراهيم محمد: "قلق المنافسة وعلاقته بمستوى الطموح الرياضي والتوجه نحو تعاطي المنشطات لدى لاعبي الكاراتية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة المنصورة، ٢٠١٩م.
- ٢٨- مصطفى أحمد العجاتي: "الثقة بالنفس والقلق متعدد الأبعاد لدى ناشئي وناشئات كرة السلة بمحافظة القاهرة"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم، جامعة حلوان، ٢٠١٢م.
- ٢٩- نايف مفضي الجبور: فسيولوجيا التدريب الرياضي، (ط١)، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، ٢٠١٢م.
- ٣٠- وفاء محمد درويش: علم النفس الرياضي نظريات وتطبيقات، جامعة الإسكندرية، مؤسسة عالم الرياضة ودار الوفاء لدنيا الطباعة، ٢٠١٤م.
- ٣١- وسيم أحمد إبراهيم شحاتة: "فاعلية استخدام بعض أساليب التغلب علي قلق المنافسة الرياضية"، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية، ٢٠١٦م.
- ٣٢- يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي، الرياض، معهد إعداد القادة، اللجنة السعودية للتربية البدنية والرياضية، ١٩٩٠م.

ثانياً : المراجع الأجنبية

- 33- Anshel- M H, : "Sport Psychology From Theory to Practice Benjmin Cumming Fourth Edition , 2003.

- 34- **Robazza, C, Bortoli, L** : Perceived Impact of anger and Anxiety Sporting Performance in rugby players , Psychology of Sport and Exercise , 2007.
- 35- **Shaw-D. F, Gorely- , T, Corban – R,M** : " Instant Notes Sport and exercise Psychology , Garland Science / Bios, 2005.
- 36- **Thierer , Joel odonnell, Lee,:** Relationship between trait anxiety and athletic performance, psych, abst, vol, (1) , N, (3) , 2009.
- ثالثاً: الشبكة العالمية للمعلومات :INTERNET**
- 37- [www.athleicsinsight.com/vol14.2004 14\8\2019](http://www.athleicsinsight.com/vol14.2004%2014%208%202019)
- 38- [http://www.gcjeddah.com/index.php?action=mafahem 5\7\2019](http://www.gcjeddah.com/index.php?action=mafahem%205%207%202019)