

” التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي لدى المصارعين الكبار ”

أ.م. د/نرمين محمد رفيق

استاذ مساعد بقسم اصول التربية الرياضية- كلية

التربية الرياضية- جامعة السادات

المقدمة ومشكلة البحث

يعد القلق من المستقبل سمة من سمات هذا العصر، فالتطور والتقدم الحضاري والتكنولوجي والتغيرات السريعة المتلاحقة في شتى مناحي الحياة ساهمت في جعل الإنسان يقف حائراً قلقاً وسط هذه الموجة الحضارية يبحث عن الطمأنينة وتسكين النفس فلا يجدها، ويسعى جاهداً إلى تحقيق هدفه في الحياة مع صعوبة وجود الإمكانيات والظروف المناسبة لتحقيق ذلك مما ترتب عليه كثير من ضروب الضيق والاضطراب الذي يقلل من كفاءته، ويزيد من حدة القلق والشعور بالتهديد بالخطر من المستقبل.

ويتفق كلا من احمد عزت (٢٠٠٩م) ارون بيك (٢٠٠٠م) أنه يعتبر القلق من المستقبل نوعاً من أنواع القلق الذي يشكل خطراً على صحة الأفراد وإنتاجيتهم، حيث يظهر نتيجة ظروف الحياة المعقدة وتزايد ضغوط الحياة ومطالب العيش، وقد يكون هذا القلق ذا درجة عالية فيؤدي إلى اختلال توازن الفرد مما يكون له أكبر الأثر عليه، سواء من الناحية العقلية أو الجسمية أو السلوكية. (٢٠٠٧:٢٥)

ويذكر كلا من زينب شقير (٢٠٠٥م) ، عاطف الحسيني (٢٠١١م) أن قلق المستقبل أحد أنظمة القلق التي تطفو على العصر حيث هناك تسليم بأن قلق المستقبل يكون بفعل عوامل اجتماعية وثقافية مختلفة تختلف باختلاف المواقف (١١: ٥٠) (١٣: ١٥).

وترى "إيمان صبري (٢٠٠٣) أن قلق المستقبل يعنى حالة من التوتر وعدم الاطمئنان والخوف من التغيرات المرغوبة في المستقبل ، وفي حالته القصوى قد يكون تهديداً بأن هناك شيئاً ما غير حقيقي سوف يحدث للشخص (١٠: ٣٤).

ويؤكد كلا من محمد علاوى (٢٠١٢م) ، محمود عنان (٢٠٠٠م) على أهمية المستقبل فيقول ان المستقبل مكون رئيسي لسلوك الشخص ، والقدرة على بناء اهداف شخصية بعيدة المدى والعمل على تحقيقها هي صفة هامة للكائنات الانسانية. (١٦: ٦٣) (١٨: ٤٧)

ويشير محمود يحيى (٢٠٠٠م) أن التوجه نحو المستقبل مفهوم إيجابي، على حين أن قلق المستقبل مفهوم سلبي، بينما إذا أخذ مفهوم قلق المستقبل من وجهة النظر الوقائية لصار مفهوماً إيجابياً، أي أن الشخص هنا يحدد مجالات مخاوفه من المستقبل، وبخاصة بعد أن أصبح يحاول أن يعد الدفاعات النفسية والعقلية لها كي يستطيع مواجهتها بنجاح، فعليه تحسين مستواه الاجتماعي والاقتصادي، وأن يكون مستوى تقديره لذاته ولقدراته صحيحاً وواقعياً، لكي يتخطى الأزمات المعيشية. (٢٠: ٥٤)

ويعد موضوع الدافعية Motivation واحداً من أكثر موضوعات علم النفس إثارة لاهتمام عدد كبير من الباحثين به وترجع أهمية هذا الموضوع إلى أن " كل سلوك وراءه دافع يحركه " والدوافع " هي حالة من

التوتر تشير إلى السلوك في ظروف معينة وتوجهه وتؤثر عليه"، ويعتبر توجيه دوافع الفرد توجيهها تعليمياً مهنيًا لتيسر له أن يجد طريقة في هذا العالم المتشعب التخصصات المتعدد المهن من أهم المشكلات التي تقابل المجتمع في العصر الحديث وخاصة أن المجتمع يحتاج إلى شباب يعمل وينتج وليس مجرد شباب على قدر من العلم والمعرفة (٢٤ : ٣).

والدافع للإنجاز من الجوانب الدافعية التي تلعب دوراً هاماً في التأثير على مستوى اللاعبين، ويرى علماء النفس أن الدافع للإنجاز ليس من الشروط الضرورية لبدء التعلم والعمل فحسب، بل انه ضروري للاحتفاظ باهتمام الفرد وزيادة جهده، بحيث يؤدي إلى تركيز الانتباه وتأخير الشعور بالتعب فيزيد الإنتاج (٢٥:٢١)(٥٢:٥).

وهكذا يمكن النظر إلى " دافعية الإنجاز الرياضي " على أنها " استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين من معايير أو مستويات التفوق والامتياز عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية (١ : ٢٥٢) إلى الدافعية باعتبارها محرك ناتج عن مجموعة القوى التي تحرك السلوك سواء القوى الداخلية أو الخارجية. (٢٣ : ٩-٢٤)

وتتأثر مستويات الدافعية لدى الرياضيين نتيجة لدوافع معينة وهذا التأثير لا يكون بنفس النمو بل يختلف من رياضي إلى آخر، فبعضهم يستجيب بشكل أفضل عند سماعه لتعليمات المدرب لهم أو تحريضه لهم على بذل المجهود، فممنح المكافآت أو تغيير مواقع اللاعبين في خطة اللعب أو تكليف الرياضي بمسئولية معينة، أو توجيه العقاب له أو تحذيره، كلها أساليب يمكن استخدامها مع الرياضيين لذا يفضل التعرف على شخصية الرياضي وطبيعته حتى نستطيع اختيار الوسيلة المناسبة للدافعية لاستخدامها عند الحاجة دون أن نلجأ إلى وضع جميع أفراد المجموعة تحت نفس المعاملة. (١٩ : ١٠٧)(٢٢:٢٢)

ولدافعية الإنجاز أهميتها البالغة وان دورها في رفع مستوى أداء الفرد وإنتاجيته في مختلف المجالات وإلى أن النمو الاقتصادي لأي مجتمع يعد محصلة للدافع للإنجاز لذلك يشير البعض إلى أن الحاجة للإنجاز أداة جيدة من أدوات التنبؤ بالنمو المهني.(٢٦:٦٨)

وتعمل دافعية الإنجاز على حث الطالبة على أن تكون متقدم ومتميزه بين أقرانها في الفريق إذ أن حاجة الطالبة للإنجاز والتفوق تعمل على تحفيزه واستثارة الطاقة الكامنة لديها وتعمل على مضاعفة وتوجيه جهوده وطاقاته نحو تحقيق الهدف المنشود وهو الإنجاز العالي.(٦:٦٢)

وقد أشارت نتائج العديد من الدراسات (٦)،(١٤)،(١٦)،(١٩) إلى أن دافعية الانجاز يعد مظهرًا هامًا لمشكلات القلق والخوف، وأن هناك علاقة عكسية بين دافعية الانجاز والقلق من المستقبل ، فكلما زاد القلق لدى الفرد انخفضت دافعيته للإنجاز لديه وإشارات هذه الدراسات إلى وجود علاقة ارتباطية بين ارتفاع قلق المستقبل وانخفاض مستوى دافعية الانجاز لدى الأفراد ومع ارتفاع عدد المصارعين الذين يبتعدون عن المنافسة نظراً لقلّة الامكانيات الموجهة لهم في رياضة المحافظة ومدى تخوف الرياضيين من عدم الرجوع أو

صعوبة العودة إلى ممارسة رياضة المصارعة ومن خلال العرض راء الباحث أهمية في التعرف على " قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز لدى المصارعين ذوى المستويات العليا

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي لدى المصارعين الكبار.

فروض البحث:

- توجد علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين إبعاد مقياس قلق المستقبل للاعبى المصارعة ذوى المستوى الرياضي المرتفع.
- توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين إبعاد مقياس دافعية الانجاز للاعبى المصارعة ذوى المستوى الرياضي المرتفع.
- توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين أبعاد مقياس قلق المستقبل و مستوى دافعية الانجاز لدى للاعبى المصارعة ذوى المستوى الرياضي المرتفع.

بعض المصطلحات الواردة في البحث:

قلق المستقبل : Concern the future

حالة وجدانية تتعلق بالمستقبل ليتهيأ فيها الفرد لمحاولة التكيف والتعامل مع الإحداث والمخاطر" (١٤):

(١٢٢)

دافعية الإنجاز : Achievement motivation

عملية استثارة السلوك والمحافظة عليه لتحقيق هدف (٤:١٠٢)

خطة وإجراءات البحث

منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي لملاءمة لطبيعة هذا البحث وتحقيقاً لاهدافه وفروضه.

مجتمع وعينة البحث :

اشتمل مجتمع البحث على لاعبي المصارعة ذوى المستوى العالي والمدرجين بالاتحاد المصري للمصارعة للموسم التدريبي (٢٠١٥/٢٠١٦) (٥٠) مصارع بالإضافة الى (٨) مصارعين لأجراء الدراسة الاستطلاعية للبحث.

- شروط اختيار عينة البحث

* أن يكون المصارعين من المرشحين بالاتحاد المصري للمصارعة.

* موافقة عينة البحث على الدخول في تجربة البحث.

جدول (١) التوصيف الإحصائي لمجتمع البحث في أبعاد مقياس قلق المستقبل ن = ٥٨

المتغيرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
الجوانب الانفعالية	٣١.٩١	٣١	٣.٢	٠.٩٦
الجوانب الجسمانية	٤١.٨٢١	٤١	٣.٩٠	١.١٤
الجوانب الاجتماعية	٤٢.١١	٤٢	٣.٢٠	٠.٦٥
الجوانب العقلية	٣٢.١٧	٣٠.١	٣.١٧	٢.-

يتضح من جدول (١) أن قيم معاملات الالتواء لمجتمع البحث تراوحت ما بين (٠,٦٥ - ٢) أي انحصرت ما بين (٣ ±) مما يدل على خلو عينة البحث من التوزيعات غير الاعتدالية ويطمئن الباحثة إلى تجانس مجتمع البحث في إبعاد مقياس قلق المستقبل.

أدوات جمع البيانات

١. مقياس قلق المستقبل: مقياس قلق المستقبل اعداد ابراهيم ربيع (٢٠١٣م)
٢. مقياس دافعية الانجاز : مقياس جو ولس *G. Willes* تعريب محمد حسن علاوى (١٩٩٨م) لقياس مستوى دافعية الإنجاز.

الدراسة الاستطلاعية للبحث:

قامت الباحثة بأجراء الدراسة الاستطلاعية للبحث على عينة من المصارعين ذوى المستويات العليا ومن خارج العينة الاساسية قوامها (٨) مصارعين وذلك في الفترة من الموافق ٢٠١٧/١/١٥م إلى ٢٠١٧/١/١٩م وذلك للتعرف على:-

- المعوقات التي قد تواجه الباحثة في تطبيق الاستمارات الخاصة بالبحث.
- سهولة ووضوح العبارات التي قد تواجه المصارعين عند الإجابة على الاستمارات الخاصة بالبحث.

التجربة الأساسية للبحث:

قام الباحث بأجراء التجربة الأساسية بتطبيق استمارتي الاستبيان الخاصة بمستوى القلق من المستقبل واستمارة قياس مستوى دافعية الانجاز الرياضي على المصارعين عيمة البحث الاساسية وذلك في الفترة من ٢٠١٧/٢/١ إلى ٢٠١٧/٢/١٧م

عرض ومناقشة النتائج

جدول (٢) التكرارات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل عبارات مقياس قلق المستقبل لدى عينة البحث (الجانب الانفعالي) ن = ٥٠

المحاور	العبارات	موافق		غير موافق		الانحراف المعياري	الوزن النسبي
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة		
الجانب الانفعالي	١	٣٥	٧٠%	١٥	٣٠%	٠.٢١	٦٠.٢١%
	٢	٤٠	٨٠%	١٠	٢٠%	٠.٢٥	٥٨.١١%
	٣	٤٣	٨٦%	٧	١٤%	٠.٦٥	٦١.٠٢%
	٤	١٥	٣٠%	٣٥	٧٠%	٠.١٤	٦٠.٠١%
	٥	٢٢	٤٤%	٢٨	٥٦%	٠.٣٢	٦٤.٨٧%

٦	١١	%٢٢	٣٩	%٧٨	٠.٣٢٣	٠.٤١	%٦٨.٢
٧	١٥	%٣٠	٣٥	%٧٠	٠.٤٤١	٠.٩٨	%٥٨.٣٢
٨	٢٥	%٥٠	٢٥	%٥٠	٠.٧٣٥	٠.٦٥	%٦٤.٠٢

يتضح من جدول رقم (٢) أن الوزن النسبي لمقياس قلق المستقبل لبعد الجانب الانفعالي لدى المصارعين بلغ من (٥٨.١١% إلى ٦٨.٢٠%) وهذا يشير إلى أن مستوى القلق لدى عينة البحث مرتفع وتغزو الباحثة ذلك النتيجة إلى قلة الموارد المادية في بداية الموسم مما قد يؤدي إلى حرمانه في الاشتراك حتى نهاية الموسم الحالي ، بالإضافة إلى ضعف مكانته بين أعضاء الجهاز الفني وعدم الاهتمام به من قبل إدارة النادي وفقدان الاهتمام به من قبل جماهير النادي للاعب المصارعة أدى إلى شعوره بحالة من عدم الرضا والخوف الأمر الذي ظهر بوضوح في تصرفاته الانفعالية.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه زينب محمود شقير (٢٠٠٥م) أنه يعد القلق من الإنفعالات الإنسانية الأساسية وجزء طبيعي في آليات السلوك الإنساني ، وهو يمثل احد أهم الاضطرابات المؤثرة على صحة الفرد ومستقبله ، إضافة إلى تأثيره السلبي على مجالات الحياة المختلفة ويعتبر القلق من العوامل الرئيسية المؤثرة في الشخصية الإنسانية ، وموضوع القلق كان وما زال من أهم الموضوعات التي تفرض نفسها دائماً على اجتهادات الباحثين في العلوم النفسية لما له من أهمية وعمق وارتباط بالجوانب الانفعالية للفرد. (٩:١١) و تتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة إيمان صبري (٢٠٠٣م) أن الرياضي يتعرض أثناء ممارسته للنشاط الرياضي إلى مواقف مختلفة تؤدي إلى الإصابة النفسية تحدث بعض التغييرات في الخصائص النفسية لدى الرياضي تؤثر في السلوك الحركي للرياضي نتيجة التغيير الذي يصيب أنفعالاته المختلفة خاصة في الجانب الانفعالي. (١٠:٥٤)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلا من شرين احمد يوسف (٢٠١٠م) (١٢)، محمود شمال حسن (٢٠٠٠م) (١٧) في ارتفاع مستوى التوتر الانفعالي لدى المصارعين بقل المستقبل في الأنشطة الحياتية وضرورة وضع برامج نفسية لخفض مستوى الانفعالات السلبية لديهم.

جدول (٣) التكرارات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل عبارات مقياس قلق المستقبل لدى عينة البحث (الجانب الجسمي) ن = ٥٠

المحاور	العبارات	موافق		غير موافق		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة			
المظاهرة الجسمية	٩	٤٥	%٩٠	٥	%١٠	١.٣٢٣	٠.٤٧	%٦١.٨٥
	١٠	٤٣	%٨٦	٧	%١٤	١.٢٦٤	٠.٣٢	%٦٤.٢٠
	١١	٤٠	%٨٠	١٠	%٢٠	١.١٧٦	٠.١٥	%٦٣.٨٤
	١٢	٤٥	%٩٠	٥	%١٠	١.٣٢٣	٠.٣٢	%٦٣.٧٢
	١٣	٤٠	%٨٠	١٠	%٢٠	١.٧٦	٠.٢٥٤	%٥٩.٦٢
	١٤	١٥	%٣٠	٣٥	%٧٠	٠.٤٤١	٠.٨٤	%١١.٣٢
	١٥	٤٥	%٩٠	٥	%١٠	١.٣٢٣	٠.٦٥	%٦١.٠٦
	١٦	٣٥	%٧٠	١٥	%٣٠	١.٠٢٩	٠.٢٦	%٦٠.٢٢
	١٧	١٥	%٣٠	٣٥	%٧٠	٠.٤٤١	٠.٩٤	%٦٧.٠١

يتضح من جدول رقم (٣) أن الوزن النسبي لمقياس قلق المستقبل لبعد الجانب الجسمي لدى المصارعين بلغ من (٥٩.٦٢% إلى ٦٧.٠١%) وهذا يشير إلى أن مستوى القلق لدى عينة البحث مرتفع

وتعزو الباحثة ذلك النتيجة إلى دخول المصارعين قبل الموسم في فترة راحة واستشفاء مع ضيق نفسي أدت إلى خفض المستوى الصحي لديهم بعض الوصول إلى الراحة النفسية والجسدية في وقت واحد فالتفكير باستمرار حتى في أوقات النمو والواضح تكرارها من خلال المقاييس المطبق أدى إلى وجود إعياء نفسي ملاحظ على المصارعين.

ويشير **غالب محمد علي** (٢٠٠٩م) أن من الأعراض الجسمية لقلق المستقبل تشتمل على زيادة في معدل ضربات القلب ، مضافة إليها بعض حالات الإغماء والدوخة بالإضافة إلى بعض المتغيرات الجسمية المؤقتة تنحصر في جفاف الحلق وصعوبة في البلع مع عسر هضم وحالات من الم في الصدر وضعف عام.(٦٢:١٤)

ويذكر **محمود عبد الفتاح عنان** (٢٠٠٠م) أن وصول الفرد إلى حالة من القلق باستمرار تفقده لذة ومتع الحياة وان يعيش حياة سوية ، بالإضافة إلى الإصابة بالأمراض وفقدان الشهية ، ويتطور الأمر إلى حدوث اعراض الاكتئاب والدخول في حالة العزلة والاطرار إلى المهدئات والمسكنات التي تساعده على مواصلة عمل.(٥٢:١٨)

ويرى الباحث من خلال تطبيق العبارات الأعراض الجسمية أن الدخول في حالة التوتر المستقبلية من عدم النوم بارتياح والشعور بصداغ في الاستمرار في التفكير وفقدان الشهية والإصابات المتنوعة بالجسيم للوصول إلى حالة الإعياء والعب الجسمي كل هذه الأعراض كانت نتيجة حدوث حالة من الخوف من المستقبل وتزول بذول السبب.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة **غالب محمد علي** (٢٠٠٩م) (١٤) في أهمية استخدام البرامج

الحركية السلبية والايجابية في خفض حد التوتر النفسي قبل الوصول إلى مرحلة الإعياء الجسدي.

جدول (٤) التكرارات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل عبارات مقياس قلق المستقبل لدى عينة

البحث (الجانب الاجتماعي) ن = ٥٠

المحاور	العبارات	موافق		غير موافق		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة			
الجوانب الاجتماعية	١٨	٢٥	٥٠%	٢٥	٥٠%	٠.٧٣٥	٠.٣٦	٦٣.٢٥%
	١٩	٢٧	٥٤%	٢٣	٤٦%	٠.٧٩٤	٠.٨٧	٦١.٢٥%
	٢٠	٣٠	٦٠%	٢٠	٤٠%	٠.٨٨٢	٠.١٤	٦٠.١٢%
	٢١	١٥	٣٠%	٣٥	٧٠%	٠.٤٤١	٠.٧٤	٦٠.٤٧%
	٢٢	١٠	٢٠%	٤٠	٨٠%	٠.٢٩٤	٠.٣٢	٦١.٣٢%
	٢٣	١٠	٢٠%	٤٠	٨٠%	٠.٢٩٤	٠.٤٧	٦٤.٢٢%
	٢٤	١٥	٣٠%	٣٥	٧٠%	٠.٤٤١	٠.٣٢	٦٢.٣٢%
	٢٥	٢٠	٤٠%	٣٠	٦٠%	٠.٥٨٨	٠.٨٧	٦١.٢٤%
	٢٦	٣٥	٧٠%	١٥	٣٠%	١.٠٢٩	٠.١٥	٦٠.٧٤%

يتضح من جدول رقم (٤) أن الوزن النسبي لمقياس قلق المستقبل لبعده الجانب الاجتماعي لدى المصارعين بلغ من (٦٠.١٢% إلى ٦٤.٢٢%) وهذا يشير إلى أن مستوى القلق لدى عينة البحث.

وتذكر **وفاء محمد** (٢٠٠٩م) أنه من الأعراض الاجتماعية لحالة قلق المستقبل هي سرعة اتخاذ قرارات لا تتخذ مع الميل الشديد لنقد الذات ووضع متطلبات صارمة على ما يجب عمله بالإضافة إلى حالة

اضطراب في توافقه مع الآخرين، حيث يميل للعزلة والبعد عن التفاعلات الاجتماعية ويبدو عليه عدم القدرة على إحداث تكيف بناء مع الظروف والأشخاص والمواقف الاجتماعية وهذا يفسر سرعة الإجابة على استمارة قياس مستوى قلق المستقبل لدى عينة البحث. (٤١:٢١)

وفي هذا الصدد تشير **وفاء محمد (٢٠٠٩م)** (٢١) في أهمية الرعاية النفسية للاعبين لما لها من دور رئيسي في مراحل وسرعة الاستشفاء وعدم دخولهم في أعراض نفسية سلبية أخرى.

جدول (٥) التكرارات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل عبارات مقياس قلق المستقبل لدى عينة البحث (الجانب العقلي) ن = ٥٠

المحاور	العبارات	موافق		غير موافق		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
		تكرار	نسبة	تكرار	نسبة			
الجوانب العقلية	٢٧	٢٠	٤٠%	٣٠	٦٠%	٠.٤٧	٠.٥٥٨	٥٨.٩٨%
	٢٨	١٠	٢٠%	٤٠	٨٠%	٠.٣٦	٠.٢٩٤	٦١.٠٢%
	٢٩	٢٠	٤٠%	٣٠	٦٠%	٠.١٢	٠.٥٨٨	٦١.١١%
	٣٠	٣٥	٧٠%	١٥	٣٠%	٠.٥٨٤	١.٠٢٩	٦٢.٤٧%
	٣١	٣٠	٦٠%	٢٠	٤٠%	٠.٢١	٠.٨٨٢	٦٣.٢١%
	٣٢	١٠	٢٠%	٤٠	٨٠%	٠.٣٦	٠.٢٩٤	٦١.٤٧%
	٣٣	٤٥	٩٠%	٥	١٠%	٠.٨٤	١.٣٢٣	٦٢.٢٤%
	٣٤	٤٠	٨٠%	١٠	٢٠%	٠.٩١	١.١١٧	٦٠.٢٢%

يتضح من جدول رقم (٥) أن الوزن النسبي لدى المصارعين بلغ من (٥٨.٩٨% - ٦٣.٢١%) وهذا يشير إلى أن مستوى القلق لدى عينة البحث مرتفع وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة **كمال عارف، سعاد عبد الكريم (٢٠٠١م)** (١٥) "أن الاضطرابات العقلية المصاحبة لحالة قلق المستقبل والمتمثلة في الميل للعصبية والتطرف في الأحكام وكذلك يتبنون أيضاً اتجاهات ومعتقدات عن النفس والحياة لا يقوم عليها دليل منطقي كالتسلطية، والجمود العقائدي مما يحول بينهم وبين الحكم المستقل واستخدام المنطق بدل الانفعالات.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة **كلا من إيمان صبري (٢٠٠٣م)** (١٠)، **شرين احمد يوسف (٢٠١٠م)** (١٢) في وجود علاقة بين مستوى قلق المستويات وبعض الطموحات لدى عينات البحث سواء لاعبين أو طلاب.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الأول والذي ينص على **توجد علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية بين إبعاد مقياس قلق المستقبل لدى المصارعين ذوى المستوى الرياضي المرتفع.**

جدول (٦) التكرارات والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل ابعاد مقياس دافعية الانجاز لدى عينة البحث ن = ٥٠

المحاور	موافق		غير موافق		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوزن النسبي
	تكرار	نسبة	تكرار	نسبة			
دافعية الانجاز	١٥	٣٠%	٤٥	٧٠%	٠.١٨	٠.٢١٤	٧١.٨٥%

يتضح من جدول رقم (٦) أن الوزن النسبي لدى المصارعين بلغ من (٧١.٥٢% -) وهذا يشير إلى أن مستوى دافعية الانجاز لدى عينة البحث منخفضة وترجع الباحثة تلك النتيجة الى عدم قدرة

المصارعين على تحمل الاعباء الموجهة اليهم من قبل ادارة الاندية او الاتحاد من ضعف الاهتمام وضعف الموارد المالية المقدم لهم.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه كلا من إبراهيم عبد الحميد (٢٠١٠م) (١)، أسامة راتب (٢٠٠٠م) (٦) أن دافعية الإنجاز من أهم العوامل التي تساعد الإنسان على المضي قدماً في الحياة، فالإنجاز السلاح الحقيقي القادر على استرداد الثقة بالنفس دون أي خسائر وهو دائماً ما يرتبط ارتباطاً وثيقاً بعافية النفس وزيادة الثقة بها وهو لا يكون سليماً ولا مجدياً إلا في حاله واحده وهي أن يكون صاحبه عارفاً أتم المعرفة بنفسه وقدراته وإمكاناته وظروفه وواعياً أدق الوعي لموقفه العام الشخصي والاجتماعي.

وبذلك يكون قد تحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على انه توجد علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين إبعاد مقياس دافعية الانجاز للاعب المصارعة ذوى المستوى الرياضي المرتفع.

جدول (٧) مصفوفة الارتباط بين أبعاد مقياس قلق المستقبل و مستوى دافعية الانجاز = ٢٥

قلق المستقبل دافعية الانجاز	الجوانب الانفعالية	الجوانب الجسمانية	الجوانب الاجتماعية	الجوانب العقلية
مستوى دافعية الانجاز	-٠.٤٤ *	-٠.٤٧ *	٠.٨٦ *	٠.٧٢ *

دلالة معامل الارتباط عند مستوى دلالة ٠.٠٥ = ٠.٢١١

يشير جدول (٧) إلى وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين مقياس قلق المستقبل ومقياس دافعية الانجاز في بعدى (الجوانب الانفعالية - الجوانب الجسمانية) (-٠.٤٤) ووجود علاقة طردية موجبة بين مقياس قلق المستقبل ومقياس مستوى دافعية الانجاز بعدى (الجوانب الاجتماعية - الجوانب العقلية) لدى المصارعين حيث بلغت (-٠.٤٧)

وترى الباحثة أن تفسير وجود علاقة عكسية بين بعدى (الجوانب الانفعالية - الجوانب الجسمانية) من مقياس قلق المستقبل ومقياس مستوى دافعية الانجاز قد يرجع إلى انه في حالة انخفاض مستوى دافعية الانجاز لدى المصارعين يزيد قلقه من المستقبل ويفشل في الإنجاز بعمله مما يشكل ضغوطاً عالية ومع تزايد الضغوط والخبرات السلبية في البطولات يتوقع تدنى المستوى .

وترى الباحثة أن الاتسام دائماً بالتشاؤم من المواقف المستقبلية والتنبؤ السلبي للمشكلات المتوقعة ونقص القدرة على مواجهة المستقبل والشعور بعدم الأمن وبالتالي لا يمكن تحقيق ذاته وهذا كله يؤثر على النواحي الانفعالية في حين يسهم ارتفاع مستوى الطموح في أنجاز الأهداف التي يرسمها اللاعب لنفسه فيقيه من المواقف المهددة لتقدير الذات مما ينمى لديه دافعية أعلى للعمل في التدريب، ورياضة المصارعة من الرياضات التي تتطلب من اللاعب ضبط النفس والثبات الانفعالي للوصول إلى المستويات العليا .

وتشير شرين احمد يوسف (٢٠١٠م) إلى أن قلق المستقبل يمثل أحد أنواع القلق التي تشكل خطورة في حياة الفرد والتي تمثل خوف من مجهول ينجم عن خبرات ماضية (وحاضره أيضاً) يعيشها الفرد تجعله يشعر بعدم الأمن وتوقع الخطر ويشعر بعدم الاستقرار وتسبب لديه هذه الحالة شيء من التشاؤم

والياس الذي قد يؤدي به في نهاية الأمر إلى اضطراب حقيقي وخطير مثل الاكتئاب أو اضطراب نفسي عصبي خطير وهذا بدوره يؤثر على مستوى فاعلية الذات (١٢: ١٤) .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة إبراهيم شوقي (٢٠١٠م) في أن قلق المستقبل خبرة إنفعالية غير سارة تحدث للفرد حالات من الخوف الغامض والتنبؤ السلبي للإحداث التي سوف تقع فيشعر بالتوتر والضيق والانقباض عند إسهاب التفكير فيها ، مما يؤدي إلى ضعف في قدرة الفرد على تحقيق أهدافه وطموحاته والشعور بأن الحياة غير جديرة بالاهتمام ، والشعور أيضاً بالانزعاج وعدم القدرة على التركيز والأمان نحو المستقبل.(١٥:١)

ويذكر "زينب محمود شقير" (٢٠٠٥م) (٩) أنه يمكن ملاحظة قلق المستقبل لدى الأفراد وذلك من خلال ما يظهر على الفرد من ردود أفعال بيولوجية وفسولوجية مثل ضيق التنفس ، جفاف الحلق ، برودة الأطراف ، ارتفاع ضغط الدم ، إغماء ، توتر عضلي ، عسر الهضم ، فالقلق من المستقبل لا يجعل الفرد يفقد إتصاله بالواقع بل يمكنه ممارسة أنشطته اليومية ، ومدرك عدم منطقية تصرفاته ، أما في الحالات الحادة فأن الفرد يقضي معظم وقته للتغلب على مخاوفه ولكن دون فائدة.(٩:١١)

كما ترى الباحثة أن تفسير وجود علاقة ارتباطية موجبة بين مقياس قلق المستقبل ومقياس مستوى دافعية الانجاز يرجع إلى القضايا والمشكلات التي تتعلق بالمستقبل تعكس صورة الفرد عن نفسه والتوتر النفسي والدافعية للدراسة نظرا لما يشهده المجتمع من تغيرات متلاحقة تؤثر على الأفراد وعلى جوانب الحياة المختلفة.

ويذكر عاطف مسعد الحسيني (٢٠١١م) أن لقلق المستقبل تأثير سلبي على سلوك وشخصية الفرد ، وهذا بدوره يؤثر ويشكل سلبي على حياته وتطلعاته للمستقبل لتجعل منه شخصاً يعيش ليومه بأجواء من الخوف والحزن والقلق والتشاؤم لما سيأتي به المستقبل وما يخبئه المجهول ، وإن حدث مثل هذا الشيء تراه يلجأ لوسائل دفاعية ذاتية (الكبت ، الإزاحة وغيرها) كوسائل للتقليل من شأن هذه الحالات السلبية ، ونراه قد يستغل علاقاته الاجتماعية كوسيلة لتأمين مستقبله الخاص ، هذا التأثير قد يمتد لشخصية الفرد ليجعل منه شخصاً متصلباً ومتعنتاً بالرأي منفِعلاً لا يقبل برأي الآخرين من حوله ، وحتماً يؤدي إلى حالات من الاصطدام بالآخرين بحيث لا يترك له صديق ليبقى في عزله وحزن وتشاؤم ، وبهذا يكون غير قادر على تحقيق ذاته ، عاجز عن البت في الأمور ومتردد في إتخاذ قراراته ، معرض للانهايار العقلي والبدني.(١٣:٥١)

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلا من إيمان محمد صبري (٢٠٠٣م) (١٠)، شرين احمد يوسف (٢٠١٠م) (١٢) في وجود علاقة عكسية بين مستوى قلق المستقبل وفاعلية الذات لدى الأفراد.
الاستخلاصات:

في ضوء فروض البحث وأهدافه وفي حدود عينة البحث والأدوات المستخدمة وعرض مناقشة النتائج يمكن استخلاص ما يلي:

١- وجود مستوى مرتفع لدرجة قلق المستقبل لدى المصارعين عينة البحث.

- ٢- وجود مستوى منخفض لدرجة دافعية الانجاز لدى المصارعين عينة البحث.
٣- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين إبعاد مقياس قلق المستقبل و مستوى دافعية الانجاز لدى المصارعين

التوصيات :

- في حدود الدراسة الحالية وانطلاقاً مما تشير إليه النتائج توصي الباحثة بما يلي:
- ١- العمل على الاهتمام بنشر الوعي الصحي والنفسي للاعبين.
 - ٢- ضرورة توجيه المتخصصين إلى معالجة مسألة القلق من المستقبل التي يعاني منها اللاعبون واتخاذ بعض الإجراءات التي من شأنها أن تفيد في تخفيض مستوى القلق من المستقبل لدى اللاعبين.
 - ٣- الاهتمام ببناء مقاييس مختلفة لدراسة حالة لاعبي المصارعة.
 - ٤- ضرورة الاهتمام بتطبيق هذه المقياس بأبعاده المختلفة لقلق المستقبل على عينات رياضية أخرى لتأكيد نتائج هذا المقياس والاعتماد عليه.

المراجع

- ١- إبراهيم شوقي عبد الحميد (٢٠١٠م): "الدافعية للإنجاز وعلاقتها بكل من توكيد الذات وبعض المتغيرات الديموجرافية، بحث علمي منشور، مجلة كلية الآداب ، جامعة القاهرة.
- ٢- أحمد عزت (٢٠٠٩م) : أصول علم النفس ، دار الفكر العربي، بالأردن.
- ٣- احمد مؤيد حسين علي (٢٠١١م)" بناء مقياس الذات المهارية لدى لاعبي كرة اليد في المنطقة الشمالية في العراق، بحث علمي منشور، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الرابع، المجلد الرابع.
- ٤- أسامة كامل راتب (٢٠٠٢م): "تدريب المهارات النفسية وتطبيقاتها في المجال الرياضي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٥-أسامة كامل راتب (٢٠٠٠م): تدريب المهارات النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- أسامة كامل راتب(٢٠٠٠م): علم النفس الرياضية، دار الفكر العربي ، القاهرة، ٢٠٠٠م
- ٧-أرون بيك ، ترجمة عادل مصطفى (٢٠٠٠): العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية ، القاهرة ، دار الأفاق العربية.
- ٨- الحميدي محمد ضيحان (٢٠٠٣م)" تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض، رسالة ماجستير، أكاديمية نايف للعلوم الأمنية، السعودية.
- ٩- ألان قادر رسول:(٢٠٠٤م)" مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك التنافسي والأداء المهاري الفني لدى لاعبي كرة القدم، رسالة دكتوراه، كلية صلاح الدين، العراق.
- ١٠-إيمان محمد صبري(٢٠٠٣) " التفكير الخرافي لدى المراهقين وعلاقته بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز . مؤتمر علم النفس السابع عشر ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية جامعة القاهرة .
- ١١-زينب محمود شقير(٢٠٠٥) " مقياس قلق المستقبل " ط ١ .مكتبة الانجلو المصرية . القاهرة

١٢- شرين احمد يوسف (٢٠١٠م) بناء مقياس قلق المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى لاعبي المبارزة ، بحث علمي منشور، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق.

١٣- عاطف مسعد الحسيني(٢٠١١م) : قلق المستقبل والعلاج بالمعنى، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٤- غالب محمد على المشيخي (٢٠٠٩) : قلق المستقبل وعلاقته بكل من فاعلية الذات ومستوى الطموح لدى عينة من طلاب الجامعة ، دراسة في قسم علم النفس . كلية التربية . جامعة أم القرى .

١٥- كمال عارف، سعاد عبد الكريم (٢٠٠١م) "مقارنة تقدير مفهوم الذات الجسمية والبدنية بين لاعبات كرة اليد والكرة الطائرة، بحث علمي منشور، مجلة التربية الرياضية، المجلد العاشر، العدد الرابع، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، العراق.

١٦- محمد حسن علاوى (٢٠١٢م) : علم النفس الرياضي والممارسة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٧- محمود شمال حسن (٢٠٠٠): " قلق المستقبل لدى الشباب المتخرجين من الجامعات " مجلة المستقبل العربي ، العدد ٢٤٩ ، الاردن.

١٨- محمود عبد الفتاح عنان (٢٠٠٠م): قراءات متقدمة فى علم النفس الرياضية : نظريات - تطبيقات - تحليلات ، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

١٩- محمود عبد الفتاح عنان: " التعلم والدافعية في الرياضة، مطبعة النهضة المصرية، القاهرة، ٢٠٠٤م.

٢٠- محمود يحيى سعد (٢٠٠٠م): علم النفس الرياضي التطبيقي، دار المعارف، القاهرة.

٢١- وفاء محمد احمد (٢٠٠٩)، قلق المستقبل وعلاقته بصورة الجسم ومفهوم الذات لدى حالات البتر بعد الحرب على غزة ، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة غزة، فلسطين.

٢٢- يوسف قطامى، عبد الرحمن عدس (٢٠٠٢م) : "علم النفس العام، دار الفكر للطباعة والنشر، القاهرة، ٢٠٠٢م.

23- Adamiec, M. & Kozusznik, B.(1996).The efficient managerial activity sequence, the right trait in a right moment. *Polish Psychological Bulletin*, 27, 2, 175-182

24- Ender, S.C (2001) "The impact of peer helper training program on the maturity and maturity and self-confidence of under graduate students, Dissertation Abstracts International. Vol. 42. No. 10, April, (p4298-4299).

25- Horn by, A. (1974): Ox Ford advanced learners Dictionary of current, London, Oxford Univ.

26- McKenna, E. (2000). Business psychology and organizational behavior: A student's handbook. 3rd ed., Philadelphia: Psychology press.

27-Morrow, J . (2000) . The relationship of anxiety and Future time perspective in Male college students . Journal of anxiety disorders. Vol. 12 (3) . PP 223 – 261.