

## تأثير قلق المنافسة على أنماط تقدير الذات لدى عدائي البطولة الوطنية للعدهو الريفي المنخرطين وغير المنخرطين في النوادي الرياضية دراسة مقارنة ارتباطية بين المشاركين في نهائي بطولة العدهو الريفي أشبال بعين التوتة - باتنة -

### *The Impact of Competition Anxiety on the self-esteem Patterns of the National Competition Running of Rural Running who are Involved and non-involved in Athletics Clubs Comparative- correlative Study between Participants Athletic during the final Running Rural Competition in Ain Touta- BATNA)*

(<sup>1</sup>) قعقاعي نصرالدين، (<sup>2</sup>) د. بن شيخ يوسف، (<sup>3</sup>) د. كريوش رمضان  
(<sup>4</sup>)، (<sup>5</sup>)، (<sup>6</sup>) مخبر الدراسات الرياضية والعلوم الانسانية والاجتماعية - عنابة (الجزائر) ESHAAPS  
Nacereddinegaagai40@gmail.com

#### ملخص

تهدف الدراسة إلى إختبار الفروق في مستوى قلق المنافسة بين الرياضيين القاطنين في الريف والقاطنين في المدينة، من عدائي العدهو الريفي وكذلك إختبار الفروق في أنماط تقدير الذات، تبعا للجنس و لمتغير الانخراط في النوادي. كما هدفت الدراسة إلى إيجاد العلاقة بين قلق المنافسة وأنماط تقدير الذات. حيث تم إستعمال مقياس أنماط تقدير الذات الذي أعده محمد حسن علاوي ويشتمل المقياس على 20 عبارة في إطار أربع أنماط متميزة للفردي: (1) تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين، (2) تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين، (3) تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين، (4) تقدير إيجابي للذات - تقدير إيجابي للآخرين) ومقياس قلق المنافسة الرياضية صممه راينر مارتنز ويتكون من 15 عبارة وقد تكونت عينة الدراسة من 62 عداء (37 ذكور و 25 إناث) منهم 46 منخرط في النوادي و 16 غير منخرط وكما تتوزع العينة من حيث منطقة السكن ب 36 عداء من الريف و 26 من المدينة موزعين 17 ولاية من الوطن)، وقد نصت فروض الدراسة على: توجد فروق في مستوى قلق المنافسة بين القاطنين في الريف والقاطنين في المدينة لدى عدائي العدهو الريفي، توجد فروق في أنماط تقدير الذات تبعا للجنس و لمتغير الانخراط في النوادي لدى عدائي العدهو الريفي. توجد علاقة بين قلق المنافسة وأنماط تقدير الذات لدى عدائي العدهو الريفي.

وقد أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية، بين القاطنين في الريف والقاطنين في المدينة، في مستوى قلق المنافسة بالنسبة للفرضية الاولى. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أنماط تقدير الذات، تبعا لمتغير الجنس ماعدا النمط رقم 1، الذي وجدت فيه فروق لها دلالة إحصائية لصالح الذكور. أما بالنسبة لمتغير الإنخراط في النوادي فليس هناك فروق في أنماط تقدير الذات بالنسبة للفرضية الثانية. وعدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المنافسة، وأنماط تقدير الذات ما عدا النمطين 2 و 3. حيث أعطت علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية مع قلق المنافسة.

**الكلمات الدالة:** قلق المنافسة، أنماط تقدير الذات، عدائي العدهو الريفي.

**Abstract**

The study aims to examine and evaluate the differences in competition anxiety and tension levels between Athlète scity and countryside inhabitants among rural running , as well as to examine the differences in self-esteem patterns regarding their genders and clubs engagement factors. The study aims to figure out the relation between competition anxiety and self-esteem patterns using a scientific scale designed by Mohammed Hassan Allaoui. The scale consists of 20 expressions among 4 variable patterns to the individual, which are: 1. Negative self-esteem and a positive self-esteem toward the others. 2. Negative self-esteem and negative assessment toward the others. 3. Positive self-esteem and negative assessment toward the others. 4. Positive self-esteem and positive assessment to the others.

Competition anxiety scale was designed by Rayner Martinez; it consists of 15 expressions and elements while the study sample consists of 62 athletes divided between 37 males and 25 females among them 46 club-engaged and 16 non-club engaged athletes. The sample itself was divided between 36 athletes originated from the countryside, and 26 athletes originated from 17 city-states.

The study suppositions proved: firstly, the impact of the living- place on the levels of competition anxiety patterns among rural running athletes. Secondly, the existence in differences in self-esteem patterns regarding the gender and engagement in clubs factor. Finally, the existence of a relation between competition anxiety and the patterns of self-esteem.

The final results of the study show the existence of statistical indication and connotation differences among countryside and city inhabitants concerning the first supposition. The lack of statistical indication differences among self-esteem patterns regarding the gender except the first case, where the differences exist in favour of males. Concerning the factor of engaging in clubs, the study proves that there are no differences in self-esteem patterns concerning the second supposition, as well as it confirms the lack of the statistical indication relation between competition anxiety and self-esteem pattern except the second and the third cases, where they show that relation with competition anxiety.

**Keywords:** Competition Anxiety, Self-esteem Patterns, Rural Running Athletes.

**مقدمة**

وجدير بالذكر أن قلق المنافسة هو حالة طبيعية، يعيشها أي رياضي خلال موقف المنافسة لكن نسبته تتفاوت بين الرياضيين. وهو ما يعكس بالإيجاب والسلب على تقدير الذات والكفاءات البدنية والمهارية وكذا إدراكات النجاح حيث يذكر فانليك (vainlek) أن لاعبي المستويات الرياضية العالية تتنابهم درجات معينة من التوتر قبل اشتراكهم في المنافسات، وتختلف ديناميكية حالتهم النفسية أثناء المباريات. ولكل لاعب درجة معينة وغير ثابتة ومستقرة من التوتر والقلق وتعد مناسبة له كي يظهر أحسن ما يمكن من أداء ويحقق أقصى ما يستطيع من مستوى. ويطلق عليها درجة التوتر أو درجة القلق الملائمة لكل لاعب "القلق الأمثل"<sup>(1)</sup>.

وسنحاول في هذا البحث دراسة العلاقة بين قلق المنافسة وأنماط تقدير الذات لدى عدائي العدو الريفي المنخرطين في النوادي وغير المنخرطين تبعاً لمنطقة السكن (ريف، مدينة) والجنس.

**1- مشكلة الدراسة (الطرح العام لمشكلة الدراسة)**

يعد شعور القلق المرتبط بالمنافسة أحد المتغيرات النفسية المهمة، التي يجب المحافظة على استقراره ومحاولة استثماره

نظراً لما يعرفه الوسط الرياضي من فعاليات التنافس المختلفة "دورات ومسابقات". أصبح التسابق إلى الإعداد البدني والمهاري، غاية الكثيرين من المدربين واللاعبين قصد تحقيق نتائج جيدة، ومستوى عال من الأداء. وهو الأمر الذي لا يمكن التغافل عنه دوماً عند التحضير والإعداد لهكذا منافسات. وهو ما يكاد يلبث أن يصل إلى حدوده القصوى التي لا يمكن تجاوزها، نظراً للحدود الفيزيولوجية التي يفرضها الجسم البشري خلال فترات التدريب. وعليه فإن مستوى التحضير البدني والمهاري يتقارب لدرجة كبيرة، لذا فإن أنظار الإعداد تتوجه نحو الجانب النفسي، الذي أصبح يشكل الفارق النسبي في الفوز والنجاح، ونخص بالذكر ما يتعلق بقلق المنافسة حيث مهما كانت مدة التحضير وكيفية، يبقى قلق المنافسة موجود كحالة ملازمة للرياضي. لما يفرضه موقف المنافسة على شخصية اللاعب. لاسيما في الرياضات الفردية التي يكون فيها عبء الأداء والنتيجة على عاتق الرياضي وحده. وهو ما يصعد مستوى القلق لديه، على غرار المنافسات ذات الطابع الجماعي التي يكون فيها كل من الأداء والنتيجة موزعة على الفريق. وهو ما يقلل نسبة القلق لديهم خلال المنافسات الرياضية.

وفي ظل هذا أيضا شغلت تلك الأوقات بالإجراءات الإدارية والتنظيمية، والتي رأى الباحث فيها إهمالاً وتقصير في جانب التحضير للمبارين، سواء النفسي أو البدني. كما لوحظ من طرف الباحث غياب الاختصاصيين النفسانيين في الطاقم الرياضي، لمعظم الفرق المشاركة لاسيما صباح يوم المنافسة. وفي خضم هذا كله رأى الباحث طرح التساؤل التالي، ماهو أثر قلق المنافسة الرياضية على تقدير أنماط الذات لدى عدائي البطولة الوطنية للعدو الريفي؟

## 2. التساؤلات

هل توجد فروق في مستوى قلق المنافسة بين عدائي العدو الريفي القاطنين في الريف وبين القاطنين في المدينة؟

هل توجد فروق في أنماط تقدير الذات التي تميز عدائي العدو الريفي تبعاً لمتغير الجنس والانخراط في النوادي؟

هل توجد علاقة بين قلق المنافسة وأنماط تقدير الذات؟

## 3. فرضيات الدراسة

توجد فروق في مستوى قلق المنافسة بين القاطنين في الريف والقاطنين في المدينة منعدائي العدو الريفي.

توجد فروق في أنماط تقدير الذات التي تميز عدائي العدو الريفي تبعاً لمتغير الجنس والانخراط في النوادي.

توجد علاقة بين قلق المنافسة وأنماط تقدير الذات.

## 4. أهمية الدراسة

إكتشاف أهم التصورات التي يبينها الرياضي، على نفسه لتحديد نوع البرامج التحضيرية الواجب تعويد الرياضي عليها. والتمرن بناء عليها لتفادي العوائق، والوصول للجاهزية التامة.

معرفة خاصية الإنطباعات والمدرجات الشخصية للرياضي في تقديره لذاته، ومدى قدرته على ضبط الحالة النفسية لديه جراء المواقف، التي تسدعي حالة القلق والتوتر في المنافسات الرسمية من النشاطات البدنية والرياضية.

إبراز دور التحضير النفسي في دعم الرياضي، أثناء المشاركة في فعاليات المنافسات الرياضية ذات المستوى العالي.

## 5. أهداف الدراسة

تهدف الدراسة إلى معرفة مستوى قلق المنافسة لدى كل المبارين ولصالح من تكون بالمقارنة بين التلاميذ المنخرطين في النوادي مع نظرائهم غير المنخرطين خلال فعاليات البطولة الوطنية للعدو الريفي.

إكتشاف أهم أنماط تقدير الذات التي يميز بها عدائي البطولة الوطنية ومعرفة مدى تأثير غياب التربص (منافسة تمهيدية) الذي يسبق البطولة على الجانب الشخصي للمبارين من حيث تقدير الذات تبعاً لمتغير الجنس والانخراط.

كدافع ايجابي لتحقيق أفضل النتائج الرياضية. وهو شعور لا يمكن عزله نهائياً<sup>(2)</sup> إذ يعتبر ظاهرة ملازمة للرياضي السوي في أي موقف تنافسي، وبهذا الصدد جرت تصنيفات لقلق المنافسة، المشهور منها هو ما يقسمه لنوعين معيق وميسر هذا الأخير هو الذي يدفع الرياضي إلى بذل المزيد من الجهد، وزيادة ثقته بقدراته الذاتية لتحقيق طموحاته وإدراك النجاح الذي يأمل فيه، بينما يكون أحياناً حاجزاً ومعيقاً في طريق الرياضي بلوغ أهدافه،<sup>(3)</sup> لاسيما الناشئ قليل الخبرة حديث التكوين. الذي لم يحظى بكثير من التجارب التي تجعله يألف مواقف المنافسة. ولا يراعي للعوارض التي تطرأ ضمن فعاليات المنافسة كعدد الجماهير، وكثرة المبارين وهو ما يولد إليه نوبات من القلق وغيرها من الأعراض الفسيولوجية<sup>(4)</sup>. خاصة قبل بدأ المنافسة بلحظات، وهو الأمر الذي يستوجب الانتباه من المدرب، الذي يقوم بتحفيز الرياضي وبث الثقة في نفسه والعمل على تحسيس الرياضي بقدراته وإمكاناته لضبط شعور القلق لديه وتقديره لذاته وإمكاناته ايجابي وأنه حالة عابرة، وعليه وباعتبار شعور القلق خلال المنافسة كحالة أمر طبيعي فإن الأداء أثناء المنافسة لا يعتد بالقلق في حد ذاته وإنما في كيفية الاستجابة له من طرف الرياضي<sup>(5)</sup> وهو الأمر الذي يجب أن يعنى بدرجة كبيرة من طرف المدرب أو الاختصاصي النفسي للرياضي. و يتعلق الأمر بتقدير الرياضي لذاته ومدرجات النجاح لديه حيث يذكر صدقي نورالدين مدى تأثير النتائج الذاتية للرياضي وكذا أدائه أثناء التوجه نحو المنافسة بعدة عوامل منها الاعتقاد الداخلي للرياضي بالإضافة إلى إدراك الرياضي لأدائه بينما يفسر فوكس مفهوم الذات بنموذج هرمي قمته تقدير ذات كلي وفي المستوى الثاني الشعور بالنقمة عن الجانب البدني وفي المستوى الأخير الكفاءة الرياضية وتضم عدة أبعاد أخرى منها (القوة واللياقة البدنية والكفاءة الرياضية)<sup>(6)</sup> تعطي للرياضي إنطباعات دقيقة أو بالأحرى صحيح حول ذاته

وبكون طبيعة المنافسة ومستواها، ونوع النشاط الذي يتم فيه التنافس من شأنه أن يخلف آثاره على الحالة النفسية للرياضيين. المتضاربة بين القلق والتوتر وتقدير الذات بشكل غير متزن، نظراً للمدرجات التي يتبناها عن نفسه في ذلك الموقف، في ظل الخبرات التي مر بها. وهو ما ينعكس على تقدير الذات. فالرياضات الجماعية بخلاف الرياضات الفردية، وكذا المستوى الوطني ليس كالجوهي والولائي. بالإضافة إلى كون المبارين في فترة المراهقة<sup>(7)</sup> لما لها من تأثير على الجانب النفسي والاجتماعي. وهذا كفيلاً بأن يجعل الرياضيين في حالة من عدم الاستقرار<sup>(8)</sup> وقد سبق للباحث العلم أن الميزانية التي سخرت لهذه البطولة قد تم تقليصها، بشكل غير كافٍ ولا يغطي مصاريف الإعداد والتنظيم. وعليه فقد ترتب جراء ذلك تقليص مدة التربص، فغاب التحضير لمنافسة تمهيدية تسبق المنافسة الوطنية، بأيام لكي يعتاد الرياضيين على جو المنافسة. وتم التكفل بالإيواء والإطعام لثلاثة أيام فقط.

أنماط تقدير الذات: هي أنواع المدركات و التصورات التي يبنها العدا على نفسه ومن خلالها يستطيع تقييم ذاته وتقييم الآخرين.

7- عينة الدراسة : بلغ حجم العينة 62 عدا من المشاركين في البطولة الوطنية للعدو الريفي دورة 2016

حيث شملت تلاميذ من مختلف ولايات الوطن في مستوى المتوسط والثانوي. واشتملت على تلاميذ منخرطين في نوادي رياضية وآخرين غير منخرطين، ومنهم من يقطن في الريف ومنهم من يقطن في المدينة. كما أن الحجم الساعي من حيث الممارسة متباين (4 سا\_ 12 سا).

التوصل لمعرفة الإستجابة العامة للمتبارين في موقف المنافسة على المستوى الوطني خاصة. وأن الوصول إليها قد سبقه التنافس الولائي والجهوي على مستوى الحالة النفسية للمتبارين. ونقصد طبيعة العلاقات بين أنماط تقدير الذات وقلق المنافسة.

#### 6- ضبط المصطلحات إجرائيا

قلق المنافسة: هو شعور القلق الذي يحس به الرياضي كحالة طبيعية عند إقتراب المنافسة وقد يكون قبل المنافسة أو أثناءها أو بعدها.

#### جدول 04 يوضح خصائص العينة

متوسط السن	الجنس	منطقة السكن	الإنخراط في النوادي
15.74	25 أنثى 37 ذكر	36 ريف 26 مدينة	46 منخرط و 16 غير منخرط
عدد التلاميذ حسب كل ولاية	(14) باتنة، (12) عين الدفلى، (5) ورقلة، (4) بومرداس، (3) الوادي، (4) تلمسان	(3) تيزي وزو، (2) الأغواط، (2) جيجل، (2) مستغانم، (1) ميلية، (1) معسكر، (1) قسنطينة، (1) سوق أهراس، (3) تبسة، (2) النعامة (2) سطيف	

#### الخصائص السيكومترية للمقياس

1.8 الثبات: بصدد معرفة خاصية الثبات للمقياس والذي يعبر عنه بقدرة المقياس على قياس متغير إذا ما أعيد تكراره عدة مرات على نفس العينة ويقاس بطرق منها الصور المتكافئة، وتطبيق وإعادة التطبيق وقد إعتدنا على طريقة التجزئة النصفية وذلك بكون البطولة تجري مرة واحدة ولم يسعنا تطبيق إختبار ثاني حيث تم توزيع المقياس على عينة قدرها 25 عدا على النحو التالي (15 ذكرو و 10 إناث) حيث تم التوزيع بطريقة عشوائية لتفادي عامل التحيز وقد تعمد الباحث أثناء توزيع المقياس عدم كتابة عنوان المقياس لتكون الإجابات نابعة من ذاتية المتعلم وليس تصنعاً لما يوافق عنوان المقياس .

1.8-1 التجزئة النصفية: حيث بلغت قيمة الارتباط 0.429 وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون بلغت قيمة الارتباط للمقياس ككل 0.601 مما يدل على أنه ارتباط موجب ومقبول.

#### 8- أدوات الدراسة

مقياس أنماط تقدير الذات: أعده محمد حسن علاوي لمحاولة التعرف على النمط المميز للفرد الرياضي (لاعب أو مدرب) بالنسبة لتقديره لذاته وتقديره للآخرين في ضوء كتابات ( راينر مارتنز 1997 martens)، و(توماس هاريس 1967) بالنسبة لكيفية تقييم الفرد لنفسه وكيفية تقييمه للآخرين يشتمل المقياس على 20 عبارة في إطار أربع أنماط متميزة للفرد وهي: النمط الأول تقدير سلبي للذات - تقدير إيجابي للآخرين يضم 5 عبارات هي {1، 5، 9، 13، 17}، النمط الثاني: تقدير سلبي للذات - تقدير سلبي للآخرين ويضم 5 عبارات {2، 6، 10، 14، 18}، النمط الثالث: تقدير إيجابي للذات - تقدير سلبي للآخرين ويضم 5 عبارات {3، 7، 11، 15، 19}، النمط الرابع: تقدير إيجابي للذات - تقدير إيجابي للآخرين ويضم 5 عبارات {4، 8، 12، 16، 20}.

#### الجدول 01 يبين نتائج قيم المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري وقيم الفا كرومباخ لأنماط الذات

الابعاد	البنود	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الفا
نمط 1	1، 5، 9، 13، 17	39.08	19.34	0.66
نمط 2	2، 6، 10، 14، 18	39.69	18.01	0.63
نمط 3	3، 7، 11، 15، 19	39.45	18.76	0.64
نمط 4	4، 8، 12، 16، 20	38.62	21.14	0.68

2.8-2 الاتساق الداخلي من خلال نتائج معامل الفا كرومباخ يمكن القول أن مقياس أنماط الذات يتميز بخاصية الثبات ومنه يمكن إستعماله في إجراء الدراسة .

4.8-1 الصدق المرتبط بالمحك: بواسطة المقارنة الطرفية للمجموعات المتضادة .

3.8-1 صدق المضمون: إعتد الباحث لمعرفة صدق المحتوى على حصر وتحليل بعض الدراسات السابقة حيث ثبت من خلال

الجدول 02 يبين الفروق بين المجموعات المتضادة لأنماط الذات حسب اختبار "ت" لإيجاد صدق المحك

الدلالة	مستوى الدلالة	قيمته الجدولية	قيمة ت المحسوبة	المجموعة ذات الدرجات الدنيا		المجموعة ذات الدرجات العليا		أنماط
				الانحراف المتوسط	الانحراف	الانحراف المتوسط	الانحراف	
***	0.000	درجة الحرية 14	9.37	0.46	9.25	0.99	12.88	النمط 1
***	0.000			0.51	5.63	2.06	10.38	النمط 2
***	0.000	الدلالة 0.001 ت=3.78	7.63	0.53	7.50	1.28	11.25	النمط 3
***	0.001			0.75	12.50	0	14	النمط 4

بدلاً من مقياس سبيلبرجر الذي كان في المجال العام ويتكون من 15 عبارة منها 10 عبارات لقياس سمة القلق المنافسة الرياضية، 5 عبارات تم وضعها لمحاولة إخفاء الصدق الظاهري للإختبار أي لمحاولة إعطاء الرياضي فكرة واضحة عن وجهة الإختبار وبالتالي إمكانية الإقلال من تحيز إستجابات اللاعب الرياضي على العبارات العشرة الأساسية للإختبار حيث يقوم اللاعب الرياضي بالإستجابة على جميع عبارات الإختبار طبقاً لمقياس ثلاث التدرج (نادراً، أحياناً، غالباً).

#### الخصائص السيكومترية للمقياس

1.2.8 الثبات: عن طريق التجزئة النصفية حيث تم حساب معامل الارتباط بين نصفي المقياس وقد بلغت قيمته 0.90 وبعد التصحيح بمعادلة سبيرمان براون بلغ 0.724 وهو ارتباط موجب ومقبول.

الاتساق الداخلي: بواسطة معامل الفا كرومباخ بلغ 0.677 ومتوسط حسابي قدره 2.075 وانحراف معياري قدره 0.449.

ومنه يمكن القول أن مقياس قلق المنافسة يمتاز بخاصية الثبات، ويمكن إستعماله لإجراء الدراسة الأساسية.

2.2.8 الصدق الذاتي: هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات وعليه:  $\sqrt{0.724} = 0.85$  ومنه فمقياس قلق المنافسة يمتاز بصدق مرتفع.

3.2.8 صدق المضمون: يعتمد الباحث لمعرفة صدق المحتوى على حصر وتحليل بعض الدراسات السابقة حيث ثبت من خلال نتائج الدراسات التي تناولت المقياس إلى توفر المعايير العلمية لهذه الأداة وبالتالي إطمأن الباحث إلى صدق مضمونه.

4.2.8 الصدق المرتبط بالمحك: بطريقة المقارنة الطرفية للمجموعات المتضادة.

من خلال نتائج الجدول أعلاه تبين أن هناك فروق بين المجموعة ذات الدرجات العليا والمجموعة ذات الدرجات الدنيا في مقياس أنماط تقدير الذات بحيث قيمة ت المحسوبة للمقارنة بين المتوسطات لأنماط تقدير الذات الأربع هي على التوالي (9.37-6.30-5.61-7.63) وهي أكبر من قيمة ت الجدولية (3.78) في مستوى الدلالة (0.001) ومنه فالمقياس يميز بين درجات المجموعة ذات الدرجات المرتفعة والمجموعة ذات الدرجة المنخفضة ومنه فمقياس أنماط تقدير الذات صادق فيما يقيسه.

5.1.8 الصدق الذاتي يساوي إلى الجذر التربيعي لمعامل الثبات وهو الدرجة أو المدى الذي يؤدي فيه الاختبار الغرض الذي وضع من أجله، كما أن الصدق هو صدق التجريبية للإختبار بالنسبة للدرجة الحقيقية التي حصلت في القياس وبذلك تصبح الدرجات الحقيقية للإختبار هي المحك الذي ينسب إليه الإختبار.

الصدق الذاتي للإختبار  $\sqrt{0.601} = 0.77$  تدل هذه النتيجة على أن مقياس أنماط تقدير الذات يتميز بصدق ذاتي مقبول ويمكن إتماده في الدراسة.

مقياس قلق المنافسة الرياضية صممه راينر مارتنز (martenes) تحت عنوان sport competition anxiety test (scat)

بهدف توفير أداة قياس صادقة وثابتة لدراسة الفروق الفردية في سمة قلق المنافسة الرياضية وذلك بقياس ميل اللاعب الرياضي أو نزعته نحو إدراك المواقف التنافسية بمستويات متباينة من شدة حالة القلق ويعتبر هذا الاختبار صورة مقتبسة من إختبار القلق كحالة وكسمة الذي أعده تشارلز سبيلبرجر هذا بعد تعديله ليتناسب مع التطبيق في المجال الرياضي وليصبح مقياساً نوعياً situation specific

**جدول 03 يبين الفروق بين المجموعات المتضادة حسب اختبار "ت" لقلق المنافسة لإيجاد صدق المحك**

المقياس	المجموعة ذات الدرجات العليا		المجموعة ذات الدرجات الدنيا		قيمة ت	قيمة الدلالة	الدلالة (***)
	المتوسط	الانحراف	المتوسط	الانحراف			
قلق المنافسة الرياضية	23.88	1.72	15.63	2.32	8.05	0.000	(***)
*** دالة عند مستوى (0.001)							
القيمة الجدولية بدرجة حرية 14 ومستوى الدلالة 0.001=3.78							

بلغت القيمة الجدولية (3.78) وهي بذلك أصغر من قيمة "ت" المحسوبة (8.05)، مما يدل على أن هذا الأخير، يميز بين المجموعة ذات الدرجات المرتفعة والمجموعة ذات الدرجات المنخفضة، ومنه نستنتج أن مقياس قلق المنافسة صادق فيما يقبسه.

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن هناك فروق في نتائج المجموعتين (المجموعة التي حصلت على درجة مرتفعة والمجموعة التي حصلت على درجة منخفضة) في قلق المنافسة الرياضية، بحيث نتيجة اختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية لها دلالة إحصائية، في مستوى دلالة (0.001) حيث

**10- عرض النتائج ومناقشتها**

**جدول 05: يبين الفروق في قلق المنافسة بين القاطنين الريف والمدينة بواسطة اختبار "ت"**

مقياس	متغير السكن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت محسوبة	ت جدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
قلق منافسة	ريف	19.11	4.03	2.08	1.67	0.05	60	0.041
	مدينة	21.12	3.26					

وليم الخولي 1986 ان القلق ينشأ كسائر الانفعالات عن منه بمثابة فقدان السيطرة والتوازن بين الفرد والبيئة ويؤدي لسلوك يهدف لاستعادة التوازن والاستقرار) ويشير مصطفى محمود حسن باهي فيما يخص الإجراءات الوقائية الحيوية فيما يخص الصحة العامة بما فيها النفسية إلى تهيئة البيئة الصالحة التي تؤدي إلى أفضل مستوى في نوع النشاط الممارس لضمان مقاومة ضغوط الحياة<sup>(10)</sup> وساند هذا قول "عزت محمود كاشف 1991" نقلا عن "ماركوف" حيث يقول إن عدم التعود في التدريب على الظروف الشاقة وغير المناسبة قد يتسبب في تدني وهبوط بعض جوانب الإعداد النفسي للملاعب. لذلك يجب تنمية المقدرة على إبراز أقصى قوة للفرد الرياضي أثناء (الجري والوثب والرمي) وذلك في ظروف تتطلب بذل قوة أكبر من المعتاد وفي ظل ظروف صعبة<sup>(11)</sup>، بينما يقول راتب (1998) إلى أن الرياضيين الذين يتميزون بحالة قلق المنافسة هي إستجابة تظهر نتيجة لموقف تنافسي معين وتشابه أعراضها أعراض القلق العامة<sup>(12)</sup>، وتضيف وفاء درويش (2007) أن العديد من الباحثين يعتبرون القلق هو بمثابة إنذار<sup>(13)</sup> و إشارة لتعبئة كل قوى الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات<sup>(14)</sup>.

ويضيف محمود كاشف أن الحالة النفسية للملاعب قبل المنافسة تتأثر بمجموعة من الظروف المحيطة منها الحالة المناخية وطبيعة مكان المسابقة مثلا ألوان خضراء، شاطئ البحر لها اثر الاسترخاء في الجهاز العصبي للرياضي<sup>(15)</sup>.

**1.10 نتائج الفرضية الأولى**

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ المتوسط الحسابي للعدائين الذين يقطنون في الريف يساوي إلى 19.11 والانحراف المعياري 4.03، أما بالنسبة للعدائين القاطنين في المدينة فقد بلغ المتوسط الحسابي 21.12 وقدر الانحراف المعياري ب3.26 وكانت قيمة ت المحسوبة 2.08 في مستوى الدلالة الاحصائية 0.041 ودرجة حرية 48 وبالتالي تشير هذه النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القاطنين في الريف والقاطنين في المدينة في مستوى قلق المنافسة عند مستوى دلالة 0.05.

**1.10.1 مناقشة نتائج الفرضية الأولى :** من خلال النتائج يتبين وجود فروق في قلق المنافسة بين عدائي البطولة الوطنية للعدو الريفي تبعا لمنطقة السكن لصالح العدائين الذين يقطنون في المدينة وهو ما كان متوقعا حيث يمكن تفسير هذه النتائج إلى كون العدائين في المدينة لم يألفوا المضمار الذي أجريت فيه المنافسة إذ لعبت بيئة المنافسة دورها في زيادة مستوى القلق إلى 21.12 وهو مستوى مرتفع نسبيا مقارنة بالمتوسط العام الذي قدر ب19.95 ويرجع ذلك لقلة إحتكاك الرياضيين الذين يسكنون في المدينة بالوسط الذي تتم فيه فعاليات هذه البطولة والاقتصار على التحضير في القاعات والملاعب الصغيرة التي يكون جو المنافسة فيها مغاير لمضمار الجري<sup>(9)</sup> في بطولة العدو الريفي والتي يكثر فيها المتنافسون وعدد الجماهير، (يذكر

جدول 06 يبين الفروق بين الجنسين في أنماط تقدير الذات بواسطة اختبار "T"

أنماط تقدير الذات	الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت محسوبة	ت جدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	دلالة إحصائية
نمط 1	ذكور	11.03	1.78	2.20	1.67	0.05	60	0.03 دال
	إناث	9.96	1.98					
نمط 2	ذكور	8.32	2.22	1.13	1.67	0.05	60	0.26 غير دال
	إناث	7.68	2.17					
نمط 3	ذكور	8.70	1.61	1.58	1.67	0.05	60	0.11 غير دال
	إناث	9.44	2.04					
نمط 4	ذكور	12.84	1.19	0.54	1.67	0.05	60	0.58 غير دال
	إناث	12.64	1.68					

### 2.10 نتائج الفرضية الثانية بالنسبة للجنس

من خلال نتائج الجدول أعلاه قيمة ت المحسوبة 2.20 ودرجة حرية 60 وقيمة الدلالة الإحصائية 0.03 وقيمة ت الجدولية بلغت 1.67 وبالتالي تشير هذه النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الذكور في مستوى 0.05 بالنسبة للنمط الثاني من تقدير الذات نجد وقد بلغت قيمة ت المحسوبة 1.13 عند درجة حرية 60 وقيمة الدلالة الإحصائية 0.26 حيث بلغت قيمة ت الجدولية 1.67 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين الجنسين في النمط الثاني لتقدير الذات .

بالنسبة للنمط الثالث من تقدير الذات نجد أن قيمة ت المحسوبة 1.58 عند درجة حرية 60 حيث بلغت قيمة ت الجدولية 1.67 وقيمة الدلالة 0.11 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين الجنسين في النمط الثالث لتقدير الذات في مستوى 0.05 .

بالنسبة للنمط الرابع من تقدير الذات نجد قيمة ت المحسوبة 0.54 عند درجة حرية 60 ومستوى الدلالة 0.58 حيث بلغت قيمة ت الجدولية 1.67 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين الجنسين في النمط الرابع لتقدير الذات في مستوى 0.05 .

1.2-10 مناقشة نتائج الفرضية الثانية بالنسبة للجنس من خلال نتائج جدول 06 يتبين أنه لا توجد فروق في أنماط تقدير الذات بين الجنسين ماعدا النمط الأول الذي وجد فيه فروق لصالح الذكور بمتوسط قدره 11.03 بينما بلغ متوسط الإناث 9.96 حيث يتميز أصحاب هذا النمط بتقدير سلبي للذات وتقدير إيجابي للآخرين في حين بقيت الأنماط 2 و3 و4 لم توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث وهذه النتائج إذا حكمنا عليها بالتناقض فيما يخص النمط الأول إذ كان من

المتوقع أن يكون تقدير الذات للذكور إيجابي أكثر مقارنة بالإناث وهي بذلك توافق تلخيص نتائج دراسات أجريت في الولايات المتحدة الأمريكية من طرف (Wylie 1968) حيث توصل إلى أن الإناث لديهم مفهوم ذات أكبر وإيجابي مقارنة بالذكور في حين أظهرت بحوث في أستراليا أن مفهوم الذات إيجابي عند الذكور مقارنة بالإناث كما في دراسة (Connell 1978) (16) get all 1975\_smlh1978 ومنه يمكن تفسير تذبذب هذه النتائج بالنسبة للنمط الأول من تقدير الذات (تقدير سلبي للذات وتقدير إيجابي للآخرين) لصالح الذكور أكبر منه عند الإناث من وجهين الأول أنه يكون العدائين من كلا الجنسين في مرحلة المراهقة التي يكون فيها الفرد كثير التقلب وسريع الإنفعال فلا يمكن ضبط حالته النفسية الثاني يميل الذكور على غرار الإناث إلى الاعتراف بجدارة الخصم عند التنافس في حين تأتي الإناث ذلك ومنه فتقديرهم الإيجابي للآخرين يؤثر على تقديرهم لذواتهم بالسلب بالضرورة إذ تعد المنافسة محك تقييم بالنسبة للرياضيين يصنف فيه الرياضي نفسه أو يصنفه فيها أقرانه وعلى هذا الأساس يبني معظم الناس شخصياتهم وذواتهم من خلال وضع صورة واضحة لأنفسهم وتحديد نقاط القوة والضعف لديهم وتقييم أنفسهم فيما يستطيعون إنجازه وتحقيقه وفيما يعجزون عنه مقارنة بمرجع يكون من أحد أقرانهم وفي الغالب الحالة النفسية بصفة عامة قبل المنافسة ترتبط بخبرات النجاح وال فشل في حين بعد المنافسة ترتبط بشكل وثيق بمستوى الأداء والنتيجة. بينما فيما يخص أنماط تقدير الذات 2 و3 و4 فنتائج دراستنا توافق نتائج دراسة زروقي يوسف (17) فيما يخص تقدير الذات البدني والدرجة الكلية لإدراك الذات البدنية ونسبه إلى كون الأنماط الثلاثة يغلب عليها التقدير الإيجابي للذات والتقدير السلبي للآخرين وعليه يفسر هذا بحكمهم على الآخرين بقيمة سلبية يمنحهم إحساس بالتفوق لاسيما إذا كانوا في موقف المنافسة ويعود ذلك بتقديرهم الإيجابي على ذاتهم. (18)

جدول 07 يبين فروق T بين المنخرطين وغير المنخرطين في أنماط تقدير الذات

أنماط تقدير الذات	متغير الانحراف	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	ت الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة الإحصائية
النمط 1	منخرط	10.76	1.70	1.13	1.67	0.05	60	0.25
	غير منخرط	10.13	2.47					
النمط 2	منخرط	8.30	2.25	1.46	1.67	0.05	60	0.14
	غير منخرط	7.38	1.96					
النمط 3	منخرط	8.85	1.72	1.11	1.67	0.05	60	0.26
	غير منخرط	9.44	2.06					
النمط 4	منخرط	12.83	1.21	0.64	1.67	0.05	60	0.52
	غير منخرط	12.56	1.86					

2.10 نتائج الفرضية الثانية بالنسبة للإنخراط في النوادي

بالنسبة للنمط 1 من تقدير الذات نجد أن قيمة ت المحسوبة 1.13 و ت الجدولية 1.67 عند درجة حرية 60 ومستوى الدلالة 0.25 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين المنخرطين وغير المنخرطين في النمط الأول لتقدير الذات.

بالنسبة للنمط 2 من تقدير الذات نجد أن قيمة ت المحسوبة 1.46 و ت الجدولية 1.76 عند درجة حرية 60 وكانت قيمة الدلالة 0.14 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين المنخرطين وغير المنخرطين في النمط الثاني لتقدير الذات.

بالنسبة للنمط 3 من تقدير الذات نجد قيمة ت المحسوبة 1.11 و ت الجدولية 1.67 عند درجة حرية 60 وقيمة الدلالة 0.26 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين المنخرطين وغير المنخرطين في النمط الثالث لتقدير الذات في مستوى 0.05.

بالنسبة للنمط 4 من تقدير الذات نجد أن قيمة ت المحسوبة 0.64 و ت الجدولية 1.67 عند درجة حرية 60 كانت قيمة الدلالة 0.52 ومنه نقول أن النتائج تشير لعدم وجود فروق بين المنخرطين وغير المنخرطين في النمط الرابع لتقدير الذات.

2\_2\_10 مناقشة نتائج الفرضية الثانية بالنسبة للإنخراط في النوادي: تشير نتائج الجدول 07 إلى عدم وجود فروق في أنماط تقدير الذات بين العدائين المنخرطين وغير المنخرطين حيث لم تتأثر الحالة النفسية للعدائين غير المنخرطين الذين يعتبر الحجم الساعي في نشاطهم الرياضي لا يتعدى 4 ساعات مقارنة بالحجم الساعي الذي قد يصل لـ 10 ساعات في الأسبوع بالنسبة للعدائين المنخرطين وتفسر هذه النتائج إلى إقتناع الرياضيين غير المنخرطين إلا أن العبرة في المنافسة بما يستطيع العداء تحقيقه وليس بسبب إنضمامه

لنادي رياضي معين بالإضافة إلى إعتبار آخر وهو المشاركة في منافسات المستوى الولائي والجهوي قاربت بين الرياضيين سواء منخرطين أو غير منخرطين وإحتكاك بعضهم ببعض يجعل حالتهم النفسية مستقرة ومترنة باعتبار المشاركة تكون جماعية إلا أن الرغبة في الفوز تكون فردية للعداء نفسه حيث تجعل كل عداء يسعى لتحقيق ذاته هذا من جهة لكن من جهة أخرى ترتيب المنطقة وتصنيف النادي الذي ينتمي إليه مجموعة العدائين يجعل كل منهم ينكر ذاته ويسعى لخدمة المجموعة<sup>(19)</sup> وفي هذا الطرح يظهر تباين الأنماط الأربعة من تقديرين سلبيين للذات (1،4) وتقديرين إيجابيين للذات (2،3) وفي ظل هذه التقديرات أيضا تختلف تقديرات الفرد للآخرين حيث إذا كانت نزعة الفوز فردية كان تقدير الذات إيجابي وتقدير الآخرين سلبي حيث يصبح أعضاء النادي الواحد فضلا عن أعضاء النوادي الأخرى بالنسبة لكل فرد كمنافسين على اللقب بينما إذا كانت نزعة الفوز هي لتصنيف المنطقة أو النادي في المرتبة الأولى تضمحل الذاتية ويمكن القول هنا أن تقدير الذات يكون سلبي بينما تقدير الآخرين يكون إيجابيا .

فالمنافسة تعتبر كفرصة لإظهار قدرات الرياضيين وتعزيز الصورة الذاتية على كيانهم الشخصي ويسعون لحماية تلك الصورة من خلال التغلب على الأقران وعدم التعرض للهزيمة وعلى هذا فإن ما تخلفه المنافسة من حالة إضطراب أو إتران نفسي يتعلق لأسباب دفينت تخص مفهوم الذات بالدرجة الأولى فضلا عن جو المنافسة في حد ذاته وهو ما يعطيهم تصور مناسب على الأنا الخاص (أي صورة المرء على نفسه) الذي يتعلق بشعور الفرد واتجاهه فيما يخص شق الأنا وكذا الإستيعاب الملائم لمجموعة العمليات العقلية كالتيقيم والإدراك لشق الذات كما يشير مصطلح الذات (self) حسب علاوي<sup>(20)</sup> حيث كون الأنا يتعلق بشعور الفرد واتجاهه نحو نفسه بينما تتعلق الذات بحكم الآخرين على الفرد وتقييمهم له .

## جدول 08: يبين معامل الارتباط الموجود بين قلق المنافسة وأنماط تقدير الذات

الملاحظة	الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	حجم العينة	قيمة الارتباط	قلق منافسة أنماط تقدير الذات
غير دال	0.057	0.05	60	0.24	نمط تقدير ذات 1
دال	0.03			0.26	نمط تقدير ذات 2
دال	0.002			0.39	نمط تقدير ذات 3
غير دال	0.24			0.14	نمط تقدير ذات 4

فالقلق هنا سببه التقدير السلبي للرياضي من جهة بالإضافة إلى موقف المنافسة الذي يحدث فيه القلق بصفة خاصة ومؤقتة<sup>(23)</sup> وأما بالنسبة للنمط 3 فإن معامل الارتباط بينه وبين قلق المنافسة بلغ 0.39 وهو ارتباط متوسط وتفسير ذلك يرجع إلى أن الرياضي الذي يتميز بتقدير ذات إيجابي وتقدير سلبي للآخرين مستوى القلق لديه طبيعي فهو من النوع الميسر الذي يعين الرياضي على بذل المزيد من الجهد حيث يقول "كامل راتب" أن مستوى القلق هذا قد يفسر بأنه نوع من إهتمام الرياضي بالمنافسة، أما بالنسبة للنمط 1 فتقديره السلبي لذاته قد يرجع لخبرات الفضل التي مر بها لاسيما أن هذا النمط يمتاز بتقدير إيجابي للآخرين وما المنافسة إلى تهديد صريح يذكره بالمواقف التي مر بها لذا فقلق المنافسة لديه لا يمكن الاستفادة منه إذ يعتبر طاقة سلبية لأنه إن زاد سيعيقه ويضيف راتب ان اغلب الدراسات تبنت افتراض أن موقف المنافسة يتم ادراكه بشكل متماثل وفيه شيء من الصواب ولمعرفة الجانب الذاتي لموقف المنافسة كما يدركه هؤلاء الافراد ويمكن الاستدلال عليه ببعض السلوكيات إذ أن معرفتنا لمستوى قلق المنافسة تساعدنا على فهم ادراك الفرد لموقف المنافسة على انها شيء مهدد ام لا<sup>(24)</sup>.

أما ما يفسر نتائج النمط 4 الذي بلغ معامل الارتباط بينه وبين قلق المنافسة كما في الجدول 8 إلى 0.14 وهذا يوافق نتائج دراسة آدم وريكمو وأندرو (2010) Adam Remco & Andrew حيث أظهرت نتائجها وجود علاقة سلبية بين الأداء بكفاءة ذاتية والقلق البدني المعرفي. وهو ما يساند نتائج دراستنا بالنسبة للنمط 4 ونصه (تقدير إيجابي الذات\_تقدير إيجابي للآخرين) وعليه فإن الرياضي كلما تمتع بتقدير إيجابي فإن قلق المنافسة لديه يكون منخفض وهي نتائج طبيعية جدا وقد أظهرت نتائج دراسة نتالي وبيتر وجوهان (2001) Natalie. Peter & Johan أن هناك علاقة دالة إحصائية بين الأنماط السلبية من إحترام الذات و الكمال، وارتفاع القلق المعرفي، وأن هناك علاقة دالة إحصائية بين الأنماط السلبية من الكمال، وانخفاض الثقة بالنفس. ويمكن القول أن العلاقة سلبية تكون قلق المنافسة لا يستقر على حالة واحدة فهو إيجابي ميسر أو سلبي معيق وهذا بإعتبار ثبات وإيجابية تقدير الذات كما في النمط الرابع وهذا ما يؤكد على علاوي 1994 بالنسبة للقلق المعرفي ويشير إلى أهميته وإعتباره من الظواهر النفسية

3.10 نتائج الفرضية الثالثة : من الجدول أعلاه نجد قيمة الارتباط بين نمط تقدير الذات الاول وقلق المنافسة هو 0.24 وهو ارتباط غير دال حيث قيمة الدلالة الإحصائية 0.057 أكبر من مستوى الدلالة 0.05.

بالنسبة للنمط 2 من تقدير الذات قيمة الارتباط بينه وبين قلق المنافسة 0.26 وهو دال إحصائيا حيث قيمة الدلالة الإحصائية أصغر من 0.05.

بالنسبة للنمط 3 من تقدير الذات قيمة الارتباط بينه وبين قلق المنافسة 0.39 وهو دال إحصائيا حيث قيمة الدلالة الإحصائية أصغر من 0.05.

بالنسبة للنمط 4 من تقدير الذات قيمة الارتباط بينه وبين قلق المنافسة 0.14 وهو غير دال إحصائيا حيث قيمة الدلالة الإحصائية أكبر من مستوى الدلالة .

## 1.3.10 مناقشة نتائج الفرضية الثالثة

نلاحظ من خلال نتائج الفرضية من الجدول 08 أن هناك علاقة ارتباط بين قلق المنافسة وبين النمط 2 و3 وهذه النتائج توافق نتائج دراسة نتالي وبيتر وجوهان (2001) Natalie. Peter & Johan والتي تنص أن هناك علاقة دالة إحصائية بين الأنماط السلبية من إحترام الذات و الكمال، وارتفاع القلق المعرفي خاصة بالنسبة للنمط 2 وتفسير ذلك بالنسبة للنمط 2 كما يذكر علاوي 1998 أن الرياضي الذي يتميز بتقدير سلبي لذاته وللآخرين يشعر بقلته التقبل ويحب البقاء بعيدا عن الآخرين لأنه يرفض مساعدتهم ويعتقد أن نيتهم سيئة وبكونه ينظر لنفسه بشكل سلبي فإن إحتكاكه بالآخرين سيولد له حالة من التوتر والقلق لما يفرضه موقف المنافسة من عامل التحدي<sup>(21)</sup> ويقول راتب 2007 على ضوء ما سبق أن الرياضة تمثل تهديدا كامنا للنشء فعندما يحقق المكسب فإنه حقق النجاح والكفاية، ومن ثم فهو شخص له لقيمته. أما عندما يخفق ويكون مصيره الخسارة، فإن ذلك يعني بالنسبة له الفشل وعدم الكفاية أي أنه شخص ليس له قيمة<sup>(22)</sup>. لذا فتوجه الرياضي نحو مواقف المنافسة والرغبة في تحقيق الفوز هو لتحسين وتعزيز القيمة الذاتية لديه وهذا ما يصعد له مستوى القلق إذ أن المنافسة تجبره على تحمل مسؤولية المخاطرة المرتبطة بالفشل لتحقيق النجاح لذا

14-Didier Delignieres. psychologie du sport presses universitaires de France. 2008. 1er edition. p16

15\_ عزت محمود كاشف، (مرجع سابق 1991، 49)

16\_ سعدي زروقي يوسف، (2013) تأثير عوامل السن والجنس ونوع الرياضة على إدراك الذات العام والبدنية عند تلاميذ المرحلة المتوسطة والثانوية، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية (9)، 123-135

17\_ سعدي زروقي يوسف، (مرجع سابق)

18\_ حيمود أحمد، 2010، المكانة الاجتماعية لتلميذ مرحلة التعليم الثانوي وعلاقتها بمفهوم الذات والاتجاهات نحو النشاط البدني الرياضي ص 14 أطروحة دكتوراه، كلية العلوم الإنسانية والعلوم الاجتماعية، جامعة منتوري قسنطينة\_الجزائر

19\_ محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، دار المعارف مصر\_ حلوان، ط1، 1994، ص317

20\_ محمد حسن علاوي، موسوعة الاختبارات النفسية، مركز الكتاب للنشر، مصر- القاهرة، 1998، ط1، 256

21\_ أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضة، دار الفكر العربي 2007 مصر القاهرة ص162

22\_ Robert Antonin philippe. Psychologie du sport en 22 fiches. Dunod. Paris. 2009. p73.

23\_ أسامة كامل راتب، (مرجع نفسه، 162)

24\_ Lauren H. Kelly. 2004. The Relationship Between Physical Self-Concept, Body Image Dissatisfaction and Competition Anxiety in Female "Aesthetic" and "non-Aesthetic" Collegiate Athletes

25\_ بورنان شريف مصطفى، (2011)، قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في الجزائر -دراسة ميدانية لفرق القسم الوطني، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية (7)، 60-50

المصاحبة للمنافسات الرياضية نتيجة تراكم الضغط العصبي فهو يكون إيجابيا تارة ويسهم في زيادة الجهود أو سلبيا تارة أخرى يثبط الرياضي ويعيقه عن الإستمرار. (25)

## خاتمة

أثبت العديد من المختصين أن أفضل وسط يحقق التعلم الجيد هو في وسط اللعب حيث كان للرياضة الدور الكبير في تنمية الفرد في الجانب الحركي والنفسي الاجتماعي وضبط السلوك من خلال عملية التقييم والمتابعة التي تهدف إلى ملاحظة السلوك وتقييمه والتنبؤ به قبل حدوثه ثم ضبطه ونحن في دراستنا سعينا لتطبيق هذه المبادئ قصد معرفة أهم الانماط التي يبنها الفرد عن ذاته كما يذكر "شافيلسون وغيره" من تعدد أنماط الذات نتيجة عديد التصورات التي تؤثر على سلوك الفرد وهذا على عتبات البطولة الوطنية للعدو الريفي بسبب مايفرضه جو المنافسة من قلق وتوتر حيث كانت نتائج الدراسة بصفة عامة وجود فروق في قلق المنافسة دالة إحصائيا بين العدائين القاطنين في الريف والمدنية وعدم وجود فروق في أنماط الذات البدنية تبعا لمتغير الإنخراط في النوادي والجنس عدا النمط الأول بالنسبة للجنس وعدم وجود علاقة بين أنماط الذات وقلق المنافسة عدا النمطين الأول والثاني.

## المصادر والمراجع

1\_ غازي صالح محمود، اتجاهات معاصرة في علم النفس الرياضي، مكتبة المجتمع العربي، الأردن-عمان، 2013، ص81-80

2\_ محمد حسن علاوي، (1987)، بعض أنواع القلق وعلاقته بنتيجة الشوط الحاسم للاعبين بعض اندية العراق بالدرجة الممتازة في كرة الطائرة، مؤتمر حول قلق المنافسة، 275\_276

3\_ المرجع نفسه

4\_ رمزي رسمي جابر، (2008)، واقع سمة قلق المنافسة الرياضية عند عدائي المسافات المتوسطة في فلسطين، مجلة جامعة الأزهر\_ غزة سلسلة العلوم الإنسانية، 10، (1)، 85\_110

5\_ عبد الله بن محمد البطاشي، (2014)، قلق المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة القدم في اندية سلطنة عمان في ضوء بعض المتغيرات

6\_ فريد، مويسي وآخرون، (2010)، النسخة الجزائرية لمقياس وصف الذات البدنية، الأكاديمية للدراسات الاجتماعية والإنسانية (4)، 63-57

7\_ ناهد رسن سكر علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية دار الثقافة للنشر والتوزيع ط1، 2002، عمان الاردن ص73 رسالته ماجستير، كلية العلوم والآداب، جامعة بزوى.

8\_Children in Competitive Sport causes for concern\_

5eime communication conference en sport et societe november 2007. Richard Bailey

9\_ ناهد رسن سكر (مرجع سابق، 2002، 83)

10\_ مصطفى حسن باهي وآخرون، الصحة النفسية في المجال الرياضي، مكتبة الانجلو المصرية، 2002، مصر ص144

11\_ عزت محمود كاشف، الاعداد النفسي للرياضيين، دار الفكر العربي، 1991، ص108

Richer dh. cox. Psychologie du sport. Bibliotheque nationale Paris. 2005. p169\_12

13\_ وفاء درويش إسهامات علم النفس الرياضي في الأنشطة الرياضية، دار الوفاء لدنيا النشر والتوزيع، ط1، 2007، مصر 40