

الفصل الثاني

٠/٢ الإطار النظري والدراسات المشابهة

١/٢ الإطار النظري

١/١/٢ القلق كسمة ومحاولة

٢/١/٢ القلق لدى اللاعبين

٣/١/٢ القلق لدى المدربين

٤/١/٢ توجيه انفعال القلق للرياضيين

٢/٢ الدراسات المشابهة

١/٢/٢ الدراسات العربية

٢/٢/٢ الدراسات الأجنبية

٣/٢ التعليق على الدراسات المشابهة

٢/٠ الاطار النظرى والدراسات المشابهة

٢/١ الاطار النظرى :

٢/١/١ القلق كسمة وكحاله :

فى بداية الستينات من القرن الحالى قام كل من كاتل **Cattell** وشاير **Scheier** وفى ضوء الدراسات العامليه استطاعا التوصل الى وجود عاملين واضحين للقلق هما :

- سمة القلق **Trait Anxiety**

- حالة القلق **State Anxiety**

وقاما بتفسير عامل " سمة القلق " على أساس قياس الفروق الفردية الثابتة نسبياً والمميزة للشخصية كخاصية من خصائصها على أساس اختلاف الناس فى درجة القلق .

أما عامل "حالة القلق" فقد تم تفسيره على أساس أنه حاله انتقاليه أو وقتيه لدى الفرد تنذبذ من وقت لآخر ومن موقف لآخر (٢٢ : ٣٥٢) .

وقد دعمت دراسات سبيلبرجر **Spielberger** واعوانه المفاهيم السابقة عن القلق واستطاعوا التمييز بين جانبيين هامين للقلق هما :

أ- جانب الاستعداد للقلق فى مواقف التهديد المختلفة وهو ما يعرف بسمة القلق .

ب- جانب القلق الذى يشعر به الفرد فى مواقف التهديد المختلفة وهو ما يعرف بحالة القلق (٣٤ : ١٢٧) .

ويرى سبيلبرجر **Spielberger** أن "سمة القلق" عبارة عن استعداد سلوكى مكتسب يظل كامناً حتى تنبئه وتنشطه منبهات داخلية أو خارجية فتثير حالة القلق .

أما "حالة القلق" فهي عبارة عن حالة انفعالية مؤقتة يشعر بها الانسان عندما يدرك تهديداً فى الموقف فينشط جهازه العصبى اللاارادى وتتوتر عضلاته ويستعد لمواجهة هذا التهديد ، وعادة ما تزول هذه الحالة بزوال مصدر التهديد وهى متقلبة تتغير عند الشخص الواحد من موقف لآخر فتزداد فى مواقف التهديد والشدة وتخفض فى مواقف الطمأنينة والاسترخاء (٣٥ : ٤٨٢) .

ويعرف " سبيلبرجر Spielberg " قلق السمة بأنه : " الفروق الفردية الثابتة نسبيا في الاستعداد للقلق التي تميز بين الافراد في نزعتهم نحو الاستجابة للمواقف المدركة على أنها مهددة لهم بدرجات مرتفعة الشدة من حالة القلق " (٣٦ : ٣) .

ويعرف " سبيلبرجر Spielberg " قلق الحالة بأنه : " حالة انفعالية وقتية تتميز بمشاعر ذاتية للتوتر وتوقع الشر . وهذه الحالات تختلف في شدتها وتتغير من وقت لآخر " (٣٦ : ٣) .

وقد صمم سبيلبرجر Spielberg وآخرون عام (١٩٦٩) اختبارا لقياس القلق كحالة وكسمة ، هو اختبار قلق السمة والحالة State-Trait Anxiety Inventory (STAI) وهو يقيس القلق كسمة وكحالة في المواقف العامة وفي المواقف التنافسية وقد يكون هذا الاختبار هو أول مقياس صمم لقياس القلق كحالة وكسمة .

وقد وأشار جودري Gaudry إلى أن سبيلبرجر Spielberg بنى نظرياته في القلق كسمة وكحالة في ضوء مفهومه عن قلق السمة وقلق الحالة ، وأقام هذه النظرية معتمدة على المسلمات والافتراضات التالية :-

أ- أن درجة وجود مثير خارجي أو داخلي يدركه الفرد من خلال ميكانيزمات الادراك والتوصل الحسى على انه مهدد له ، يستدعى حدوث استجابة غير سارة ومرتفعة الشدة من قلق الحالة .

ب- ان زيادة درجة وكمية التهديد للفرد تظهر استجابته الحادة المرتفعة الشدة من قلق الحالة .

ج- ان الفرد الذى لا يدرك المثيرات على أنها مهددة له بسرعة يكون أكثر تحملا لاستجاباته من قلق الحالة .

د- ان الافراد الذين لديهم مستويات مرتفعة من قلق السمة يدركون أغلب المواقف على انها مهددة لهم ، ويستجيبون لها باستجابات مرتفعة الشدة من قلق الحالة ، كما أنهم يتميزون في هذه الناحية على الافراد ذو قلق السمة المنخفض ، وتدل البراهين على أن المواقف التي تتضمن فشلا محققاً أو بعض التهديدات نحو تقدير الذات تعتبر مصادر أشد فاعلية لتهديد الفرد ، بدرجة أكبر من تلك المواقف التي تتضمن ضررا جسيما .

هـ- ان المستويات العالية من قلق الحالة ترتبط بخصائص المثير والحافز ، وقد تظهر هذه المستويات العالية مباشرة فى سلوك الفرد ، أو قد تقوم العمليات الدفاعية النفسية الاولى بدور فعال فى اختزالها فى الخبرة السابقة للفرد .

و- ان تكرار وتشابك المواقف الضاغطة المهددة التى يتعرض لها الفرد قد تسبب تطوراً ذاتياً للميكانيزمات الدفاعية النفسية الخاصة ، التى تقوم باختزال قلق الحالة أو انقاصه (٢٣ : ٢٧-٢٩) .

٢/١/٢ القلق لدى اللاعبين:

اشار " محمد علاوى " الى ان مصطلح " الرياضى Athlete " يشير بصفة عامة الى اى فرد يمارس التدريب الرياضى تحت اشراف مدرب رياضى بهدف الاشتراك فى منافسات رياضية منظمة (١٢ : ٤١) .

ومن خلال هذا التعريف نجد ان هناك شرطين اساسيين لتعريف الرياضى هما :

- أن يكون منتظم فى التدريب الرياضى .

- أن يشترك فى المنافسات الرياضية .

ويوضح " محمد علاوى " أن اللاعب يمر قبيل اشتراكه الفعلى فى المباراة الرياضية بزمان قصير نسبياً فى حالة معينة يطلق عليها فى علم النفس الرياضى " حالة ما قبل المنافسة " وتتميز هذه الحالة ببعض المظاهر النفسية التى تؤثر على مستوى اللاعب فى اثناء المباراة تأثيراً بالغاً (١٤ : ٢٥٩) .

ومن المظاهر النفسية التى تؤثر على اللاعب تأثيراً سلبياً أو إيجابياً ظاهرة " القلق " وللقلق اعراض قد تنتاب اللاعب وتؤثر عليه ومن هذه الاعراض ما يلى :

١- شدة الاستثارة والنرفزة القوية الظاهرة التى يمكن ملاحظتها .

٢- الشعور بالخوف من المنافس والاحساس بفقد الثقة فى القدرات الذاتية للفرد .

٣- عدم ثبات الحالة الانفعالية للفرد وسرعة تغيرها من حالة الى اخرى فقد يبتسم الفرد للحظة ثم تختفى الابتسامة ويحل محلها تجمه يدل على القلق .

٤- اصابة الفرد بحالة انفعالية (مزاجية) سلبية مصحوبة بالضجر وعدم الرضا .

٥- حدوث تغيرات فى درجة القوة لعمليات الادراك والتفكير والتذكر للواجبات التى ينبغى على الفرد القيام بها . (١٤ : ٢٦١)

واشارت " نجاح التهامى " إلى أن الموقف التنافسى (المباراة) الذى يمر به اللاعب يثير لديه حالة من القلق يختلف مستواها نتيجة لادراك اللاعب لهذا الموقف على انه مهدد له او غير مهدد له . وبالتالي فانه يستجيب لهذه المواقف بمستويات مختلفة من القلق تتناسب مع ما لها من تهديد . (٢٠ : ٣٤)

كما أشار " فانك Vanek " الى ان اللاعبين تتناوبهم درجات معينة من القلق خلال الفترة التى تسبق اشتراكهم فى المنافسات الهامة ، ولكل لاعب درجة معينة من القلق تعتبر مناسبة لكى يظهر احسن ما يمكنه من اداء يطلق عليه " درجة القلق الامثل للاعب " ويرى " فانك Vanek " أن درجة القلق الامثل جانب فردى لأبعد مدى ، ففى حين يؤدى بعض اللاعبين افضل ما لديهم من أداء وهم فى حالة من الخوف والارتعاش ، نجد ان هناك لاعبين آخرين يؤدون افضل اداء لهم وهم فى حالة انفعالية متزنة .

وفى ضوء هذا المفهوم قام " فانك Vanek " بتقسيم مراحل القلق التى يمر بها اللاعبون قبيل واثناء وبعد المنافسة الرياضية الى ما يلى :

أ- مرحلة القلق طويل المدى : وهى المرحلة التى تسبق المنافسات بفترة طويلة .

ب- مرحلة قلق ما قبل المنافسة " البداية " : وهى المرحلة التى تسبق المنافسة بيوم او اثنين .

ج- مرحلة قلق البداية : وهى المرحلة التى تسبق المنافسة بفترة قصيرة نسبياً " بضع ساعات حتى بضع دقائق " وفيها تظهر أعراض القلق والتوتر على اللاعب بصورة واضحة .

د- مرحلة قلق المنافسة : وهى فترة المنافسة وما يحدث خلالها من قلق أو توتر ناجم عن الفوز أو الهزيمة أو التعادل .

هـ- مرحلة قلق ما بعد المنافسة : هي المرحلة التي تنتاب اللاعب بعد المنافسة مباشرة وينجم قلقه أو توتره كرد فعل للفوز أو الهزيمة أو التعادل . (٢٩ : ٣٨١)

فى حين أشار " محمد علاوى " نقلاً عن "باور Bawer " بتقسيم هذه المراحل إلى ثلاث مراحل هي :

أ- المرحلة الأولى : يطلق عليها مرحلة التوقع Anticipation phase ويقصد بها الفترة التي تبدأ من زمن إدراك الحدث الذي يعتبره اللاعب مهدداً له " موقف المنافسة " حتى بداية الموقف المخفف الشدة " موقف انتهاء المنافسة " وترتبط هذه الفترة ببعض التوترات المختلفة مثل القلق والخوف وعدم الطمأنينه والتوقع السلبي .

ب- المرحلة الثانية : وهي مرحلة المواجهه Confrontation phase ويقصد بها الفترة التي يبدأ فيها حدوث الشدة ويستمر حتى يتم التغلب على الموقف المهدد للاعب (أى طوال المنافسة حتى نهايتها) .

ج - المرحلة الثالثة : تسمى مرحلة الاسترخاء Relaxation Phase وهي الفترة الزمنية التي يبدأ فيها زوال طابع التهديد لموقف ما وعودة العمليات النفسية والفيولوجية إلى طبيعتها العادية (فترة ما بعد المنافسة) . (١٢ : ١٣٣-١٣٤)

وفى ضوء ما سبق نجد أن القلق لدى اللاعبين قد يكون مرتفعاً أو منخفضاً وذلك طبقاً لطبيعة كل نشاط وطبيعة شخصية كل لاعب ، حيث إننا هنا نهتم بظاهرة القلق لدى اللاعبين فى الألعاب الجماعية (عينة البحث) فإننا نجد أنه يكون مرتفعاً نظراً لطبيعة هذه الألعاب وما قد تتميز به عن الأنشطة الرياضيه الأخرى من حيث كثرة المهارات وتنوعها وعلى الاهتمام الإعلامى المصاحب لكل نشاط الأمر الذى أدى إلى وجود القلق مصاحب دائماً للاعبين الأمر الذى يوضح كبر العبء النفسى الواقع على عاتق اللاعب قبل المنافسه .

٣/١/٢ القلق لدى المدربين :

يذكر الاتحاد الأمريكي للصحة والتربية البدنية والترويح (AAHPER) ١٩٧٥م "أن المدرب شخص مهني ذو خلفية تربوية يمتلك صفات شخصيه مميزة ، ذو مسئوليه قيادية ويعمل في ظل ميثاق شرف يرتبط به" . (٦ : ٨٢٩)

ويذكر مصطفى عصمت نقلاً عن أنستياتيوس ستاليكاس Anastatios Stalikas عام ١٩٨٢م يعتمد النجاح في الرياضة على العديد من الحقائق أهمها بدون شك تأثير شخصية المدرب على اللاعب . ويعتمد الوصول إلى المستويات الرياضية العليا وبدرجة كبيرة على قدرة المدرب في طريقتة في التعليم ومهاراته في التدريب وإعداده وارشاده للاعب قبل وأثناء وبعد المنافسة . (١٧ : ٣-٤)

ولكى تكتمل قيادة المدرب لعملية التدريب عليه واجب العناية بالجانب التربوي والنفسي من عملية التدريب إلى جانب عنايته بالجانب التعليمي ، فكثيراً ما يهزم فريق أعضاؤه على مستوى عال من اللياقة البدنية والمهارات الأساسية والكفاءة الخططية ويرجع السبب لهذا هو إغفال مدربيهم للنواحي التربوية والنفسية .

ولما كانت هناك عوامل كثيرة يتعرض لها اللاعب وبالتالي تؤثر في ادائه قبل وأثناء المنافسة ، أصبحت هذه العوامل والاعراض تؤثر بالتالي على المدربين ويظهر هذا بوضوح خلال المنافسات ، ولما كان المدربون واللاعبون في بوتقة واحدة نجد أن هؤلاء المدربين قبل وأثناء متابعتهم لاداء اللاعبين خلال المباريات في قمة القلق والانفعال النفسي ، وقد تمتد هذه الحالات لما بعد المباراة . وهذا يوضح مدى وقوع العبء النفسي عليهم أيضاً ، وعلى سبيل المثال إذا ظهر على المدرب الرياضي بعض المظاهر الانفعالية السلبية كالقلق مثلاً فإنه قد ينتقل بطبيعته إلى اللاعبين ويتأثرون به ، أما إذا كان سلوكه متزاناً أمام اللاعبين ويظهر لهم عدم وجود قلق لديه ، فإن ذلك ينتقل إلى اللاعبين ويكون حافزاً لهم لتقديم أحسن ما لديهم من اداء يساعد في نجاح عمل كل من اللاعب والمدرب على حد سواء .

ومن خلال ما سبق نجد أن المدرب يتأثر بكل ما يتأثر به اللاعب ، بل من الممكن ان نجد أن المدرب يتأثر أكثر بحالة القلق نظراً لأنه يتحمل مسئوليه وقيادة الفريق وحده ، وقد تعلق عليه نتيجة المباراة لهذا فهو يبدو قلقاً ومتوتراً طوال فترة المنافسة .

٤/١/٢ توجيه انفعال القلق للرياضيين

تلعب الاستثارة الانفعالية في علاقتها بالاداء الرياضى دوراً مزدوجاً فيمكن ان تساعد اللاعب على تحسين أدائه • ولكن عندما تزداد الاستثارة عن الحد الامثل الملائم للاداء وتتحول الاستثارة الى نوع من القلق أو الخوف فمن المحتمل أن يقع اللاعب فى الاخطاء • والنتيجة هى التأثير السلبى على أداء اللاعب •

ورغم أن انفعال القلق يعتبر ضمن مصادر الاستثارة الانفعالية ، و احيانا يكون من الصعوبة التمييز بين القلق والاستثارة • وهناك مستوى أمثل من الاستثارة يلائم كل نوع من الاداء الرياضى ، حيث إذا زادت الاستثارة عن المستوى الامثل المطلوب فان ذلك يؤثر سلبياً على الاداء •

ومن المتوقع هنا ان يؤثر القلق تأثيراً سلبياً على الاداء • وأنه من المفيد ان يلم كل من المدرب واللاعب بأسلوب التحكم فى القلق ، ونظراً لان ظروف الاداء الرياضى خاصة المنافسة الرياضية تمثل نوعاً من المواقف الضاغطة تؤثر على زيادة القلق لدى اللاعب • فان هناك بعض الاسترشادات العامة التى يمكن أن يؤديها المدرب مباشرة وهى :

- ١- يجب ان يكون المدرب حساساً لمظاهر القلق بين اللاعبين اعضاء الفريق •
- ٢- عند ملاحظة المدرب ان هناك لاعبا او أكثر يتميز بالقلق الزائد ، فانه يحاول ان يتعرف على مصدر هذا القلق ، وقد يتطلب ذلك المناقشة الخاصة بين المدرب واللاعب •
- ٣- يجب أن يعد المدرب كل لاعب الى مواقف القلق المتوقع أن يقابلها أثناء المنافسة وذلك بأن يجعل جرعات التدريب مشابهة لمواقف المنافسة الحقيقية .
- ٤- يجب التركيز على أهمية كل مباراة يشترك فيها اللاعب ، بحيث يكون الضغط الانفعالى الذى يتعرض له اللاعب متماثلاً مع كل المباريات التى يشترك فيها •
- ٥- يفضل أن يستخدم المدرب التدعيم اللفظى لبناء الثقة لدى اللاعب •
- ٦- ان يتحلى المدرب بشخصية متزنة وأن يتحكم فى انفعالاته والا يظهر القلق ، حتى لا ينتقل القلق من المدرب الى اللاعب •

٧- يقوم المدرب بعقد جلسات توعية نفسية مع اللاعبين يوضح خلالها ان حالة القلق هذه قد تكون دافع لهم للاداء بصورة مثالية (٣ : ١٤١-١٤٣) .

٢/٢ الدراسات المشابهة :

يعرض الباحث بعض الدراسات المشابهة لموضوع البحث ، وخاصة تلك التى تتشابه معه فى الظاهرة المقيسة ، وهى ظاهرة القلق كسمة وكحالة فى المجال الرياضى ، والتى تتشابه أيضا فى بعض أو أحد المتغيرات المدروسة وعلاقتها بالقلق كسمة وكحالة كمتغيرات السن ومستوى الاداء الرياضى والعلاقة بين نوعى القلق .

ومن الاهمية التعرض للبحوث المشابهة حيث إنها تتيح للباحث التعرف على نتائج البحوث الاخرى كما أنها تتيح للباحث التعرف على المناهج المستخدمة والعينات التى اختيرت والادوات التى أستخدمها الباحثون الآخرون والنتائج التى تم التوصل اليها .

١/٢/٢ الدراسات العربية :

١/١/٢/٢ قامت نجاح التهامى (١٩٧٩) بإجراء بحث بعنوان :

" القلق لدى الرياضيين وعلاقته ببعض المتغيرات المختارة "

وكان الهدف من البحث التعرف على العلاقة بين كل من قلق السمة وقلق الحالة لدى اللاعبين واللاعبات فى الأنشطة الرياضية الجماعية الآتية : (كرة القدم - كرة السلة - الكرة الطائرة - كرة اليد) والفردية الآتية (العاب القوى - السباحة) .

وقد بلغت عينة البحث ٣٣٠ لاعباً ولاعبة منهم ١٨٠ لاعباً ، ١٥٠ لاعبة موزعون على الأنشطة بواقع ٣٠ لاعباً ، ٣٠ لاعبة فى كل نشاط ما عدا كرة القدم للاعبات ، وهم يمثلون المستوى الدولى والدرجة الاولى فى الاندية الرياضية لمحافظة القاهرة والجيزة وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية .

وكانت المقاييس المستخدمة هى مقياس قلق الحالة لسبيلرجر ، مقياس قلق السمة لسبيلرجر ومقياس القلق الصريح لتايلور .

ومن بين أهم نتائج هذا البحث ما يلي :

- * مستوى قلق السمة وقلق الحالة لدى اللاعبين أعلى منه لدى اللاعبين .
- * هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الرياضيين فى المسابقات الفردية ومجموعة الألعاب الجماعية لصالح المسابقات الفردية فى قلق الحالة وقلق السمة .
- * حصل لاعبي الألعاب الفردية (العاب القوى - السباحة) على أعلى الدرجات فى قلق الحالة وقلق السمة بالنسبة للاعبين واللاعبات .
- * هناك ارتباط ايجابي بين قلق السمة وقلق الحالة لدى الرياضيين فى المواقف التنافسية (٢٠) .

٢/١/٢/٢ قام احمد السنتريسى (١٩٨٢) بإجراء بحث بعنوان :

" مقارنة بين بعض المتغيرات النفسية لدى لاعبي المنازلات الفردية " المصارعة - الجودو - الكاراتيه "

وكان الهدف من البحث مقارنة بين قلق الحالة وقلق السمة فى المواقف التنافسية لدى لاعبي المصارعة والجودو والكاراتيه وقد بلغت عينة البحث ٣٦٠ لاعبا على مستوى الجمهورية منهم ١٨٠ من لاعبي المنتخب القومى والدرجة الاولى (لاعبو المستويات العليا) ، ١٨٠ من اللاعبين الناشئين تحت ١٦ سنة .

• وأستخدم الباحث مقياس حالة القلق فى المواقف التنافسية ومقياس سمة القلق فى المنافسة الرياضية - ومقياس العدوان الرياضى .

ومن بين أهم نتائج هذا البحث ما يلي :

- * توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي المستويات العليا فى درجة سمة القلق لصالح لاعبي رياضة المصارعة عند مقارنة لاعبي رياضة الجودو والكاراتيه وكذلك لصالح لاعبي رياضة الجودو عند مقارنة لاعبي رياضة الكاراتيه .

* توجد فروق داله إحصائيا فى حالة القلق لصالح لاعبى المنازل الفردية الناشئين للثلاث رياضات مجتمعه وذلك عند مقارنتهم بلاعبى المنازل الفردية للمستويات العالية للثلاث رياضات مجتمعه (١) .

٣/١/٢/٢ قام حسن على زيد (١٩٨٢) بإجراء بحث بعنوان :

" القلق كسمة وكحالة لدى متسابقى ألعاب القوى "

وكان الهدف من البحث هو التعرف على الفروق فى قلق السمة التنافسية وقلق الحالة التنافسية لدى كل من اللاعبين واللاعبات فى مسابقات ألعاب القوى .

وقد بلغت عينه البحث ١٢٠ لاعبا ، ١٢٠ لاعبة من متسابقى الدرجة الاولى والمستوى الدولى . وقام الباحث بتوزيع اللاعبين على مسابقات الرمى والوثب والجرى بواقع ٤٠ لاعبا ، ٤٠ لاعبة ، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العمدية والطريقة العشوائية .

وكانت الاختبارات المستخدمة هى قائمة قلق الحالة التنافسية لمارتنز واختبار قلق المنافسة الرياضية لمارتنز .

ومن بين أهم نتائج هذا البحث ما يلى :

* لا توجد فروق داله إحصائيا بين مسابقات الجرى ومسابقات الوثب ومسابقات الرمى فى كل من قلق السمة التنافسية وقلق الحالة قبل المنافسة عند كل من اللاعبين واللاعبات

* تزيد مستويات قلق السمة التنافسية وقلق الحالة قبل المنافسة لدى لاعبى ولاعبات مجموعة سنوات الممارسة الاقل بدرجة أكبر منها لدى مجموعة سنوات الممارسة الأكثر .

* توجد ارتباطات موجبه داله احصائيا بين قلق السمة التنافسية وقلق الحالة قبل المنافسة عند لاعبى ولاعبات ألعاب القوى . (٤)

٤/١/٢/٢ قام مفتى ابراهيم حماد (١٩٨٢) بإجراء بحث بعنوان :

" الحالة الانفعالية قبل المباراة للاعبى كرة القدم وعلاقتها ببعض المتغيرات المختارة "

وكان الهدف من البحث هو التعرف على العلاقة بين الحالة الانفعالية قبل المباراة كما تقيسها الاختبارات النفسية وبين مستوى أداء بعض المهارات الاساسية لدى لاعبى كرة القدم عينة البحث .

وقد بلغت عينة البحث ٥٥ لاعبا وهم يمثلون لاعبى منطقة القاهرة تحت ٢١ سنة وقد اختيرت بالطريقة العمدية .

وكانت المقاييس المستخدمة هى اختبار قلق المنافسة الرياضية لمارتنز وقائمة المراجعة النفسية قبل المنافسه الرياضية لبرنت روشال .

* وأسفر البحث عن وجود علاقة سلبية بين الحالة الانفعالية قبل المباراة كما تقيسها الاختبارات النفسية وبين مستوى أداء المهارات الاساسية لدى لاعبى كرة القدم عينة البحث (١٨) .

٥/١/٢/٢ قامت كريمة أحمد فتوح (١٩٨٣) بإجراء بحث بعنوان:

" العلاقة بين القلق عند بدء تعلم السباحه ومستوى الزمن والاداء "

وكان الهدف من البحث هو معرفة تأثير قلق الطالب به بأنواعه ومستوياته المختلفة عند بدء تعلمها السباحه على مستويي الزمن والاداء فيما بعد ، ومعرفة أى نوع من أنواع القلق العام والسمة والحالة ذو تأثير أفضل على نتائج تعلم السباحه .

وقد بلغت عينة البحث ٩٥ طالبه من الفرقه الاولى بكلية التربية الرياضية بالاسكندرية وقد تم اختيارهن بالطريقة العمدية .

وكانت المقاييس المستخدمة هى مقياس قلق الحالة لسيلبرجر ، ومقياس قلق السمة لسيلبرجر ، ومقياس القلق الصريح لتايلور .

ومن نتائج البحث ما يلي :

- * هناك تأثير طردى على مستويي الزمن والاداء للقلق العام قبل بدء تعلم السباحة .
- * هناك تأثير عكسى جزئى لمستوى القلق كسمة عند بدء تعلم السباحة على مستويي الزمن والاداء .
- * يوجد تأثير عكسى كبير لمستوى قلق الحالة بمقياس سييلبرجر عند بدء تعلم السباحة على مستويي الزمن والاداء (٧) .

٦/١/٢/٢ قام غانم محمد مرسى (١٩٨٤) بإجراء دراسة بعنوان :

" القلق وعلاقته بمستوى الاداء المهارى فى الجمباز "

وكان الهدف من الدراسة هو التعرف على العلاقة بين القلق كسمة وكحالة ومستوى الاداء المهارى لكل من ناشئ وناشئات الجمباز .

وقد تم اختيار عينة البحث فى رياضة الجمباز ٧٩ ناشئا وناشئة تتراوح أعمارهم ما بين (١٠ - ١٤) سنة وتم توزيعهم الى مجموعتين تبعا للجنس ٣٩ ناشئا ، ٤٠ ناشئة وقد اختيرت العينة بالطريقة العمدية .

وكانت الادوات المستخدمة هى اختبار قلق الحالة لسييلبرجر ، واختبار قلق السمة لسييلبرجر ، ومقياس قلق الحالة للاعب الجمباز (وضعه الباحث) لقياس القلق كحالة نفسجسمية

* وأسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة داله احصائيا بين القلق كسمة وكحالة ومستوى أداء ناشئ وناشئات الجمباز .

* وعدم وجود فروق داله إحصائيا فى القلق كسمة وكحالة بين ناشئ وناشئات الجمباز (٥)

٧/١/٢/٢ قامت الباحثة ناهد خيرى فياض (١٩٨٥) بإجراء بحث بعنوان :

" القلق كسمة وكحالة وعلاقته بمستوى الاداء فى رياضة الجمباز "

وكان الهدف من البحث هو التعرف على العلاقة بين القلق كسمة وكحالة ومستوى الاداء
فى رياضة الجمباز .

وقد بلغت عينه البحث ٦٠ طالبة من طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات
بجامعة الزقازيق .

استخدمت الباحثة المقاييس الاتية وهى مقياس قلق السمة لسبيلرجر ، مقياس قلق الحالة
لسبيلرجر .

ومن بين نتائج البحث ما يلى :

- * وجود علاقة طردية بين قلق السمة وقلق الحالة (موقف ميسر) .
- * وجود علاقة طردية بين قلق السمة وقلق الحالة (موقف ضاغط) .
- * عدم وجود علاقة بين قلق السمة ومستوى الاداء فى رياضة الجمباز .
- * عدم وجود علاقة بين قلق الحالة ومستوى الاداء فى رياضة الجمباز . (١٩)

٨/١/٢/٢ قام الباحث احمد السيد لطفى (١٩٨٥) بإجراء بحث بعنوان :

" القلق كحالة وكسمة لدى الناشئين فى مسابقات الميدان والمضمار "

وكان الهدف من البحث هو التعرف على العلاقة بين القلق كسمة وكحالة تنافسية
والمستوى الرقى وعدد سنوات الممارسة للناشئين فى مسابقات الجرى والرمى والوثب .

وقد بلغت عينة البحث ٣٠٠ ناشئ ، وناشئه من لاعبي ألعاب القوى منهم ١٨٠ ناشئاً
موزعون على مسابقات الجرى والرمى والوثب بواقع ٦٠ ناشئاً و ١٢٠ ناشئاً موزعون على
مسابقات الجرى والرمى والوثب بواقع ٤٠ ناشئاً واستخدم الباحث الاختبارات الاتية :

(قائمة قلق الحالة التنافسية لمارتنز ، وأختبار قلق المنافسة الرياضية لمارتنز ، وقائمة قلق السمة لسبيلبرجر .

ومن بين أهم نتائج هذا البحث ما يلي :

* عدم وجود علاقة ايجابية بين متغيرات قلق الحالة ما قبل المنافسة لمارتنز وقلق السمة التنافسية لمارتنز وقلق السمة لسبيلبرجر والمستوى الرقمي لناشئ وناشئات الجرى ، والوثب ، والرمى .

* وجود علاقة ايجابية بين القلق كحالة ما قبل المنافسه والقلق كسمة تنافسيه لمارتنز لدى ناشئ وناشئات مسابقات الميدان والمضمار (الجرى - الوثب - الرمى) .

* هناك علاقة بين القلق كحالة ما قبل المنافسه والقلق كسمة تنافسيه لدى الناشئين فى مسابقات الميدان والمضمار (الجرى - الوثب - الرمى) (٢) .

٩/١/٢/٢ أجرى الباحث محمد عبد العزيز غنيم (١٩٨٧) بإجراء بحث بعنوان :

" القلق كسمة وكحالة وعلاقته بنتائج المباريات فى الملاكمه "

وكان الهدف من البحث التعرف على مدى تأثير مستويات القلق (المتوسط - المنخفض) على نتائج المباريات وكذلك مدى إسهام سنوات الممارسة (الخبرة على نتائج المباريات) .

وقد بلغت عينه البحث الكلية لملاكمى الدرجة الاولى والناشئين ١٨٣ ملاكماً بواقع ٩٢ ملاكماً للدرجة الاولى ، ٩١ ملاكماً ناشئاً .

وقد استخدم الباحث اختبار قلق المنافسه الرياضية لمارتنز وقائمة تقويم الذات فى المنافسة الرياضية لمارتنز .

ومن بين أهم نتائج هذا البحث ما يلي :

* توجد فروق داله احصائيا فى القلق كحالة بين ملاكمى الدرجة الاولى والملاكمين الناشئين لصالح ملاكمى الدرجة الاولى ، بينما لم تظهر فروق داله إحصائيا فى القلق كسمة .

* توجد فروق داله احصائيا بين ملاكمى الدرجة الاولى (للمتفوقين وغير المتفوقين) فى مستويات القلق كسمة وكحالة لصالح الملاكمين المتفوقين .

* توجد فروق داله احصائيا بين ملاكمى الدرجة الاولى والملاكمين الناشئين فى عدد سنوات الممارسة لصالح ملاكمى الدرجة الاولى (١٦) .

١٠/١/٢/٢ قام الباحث محمد ابراهيم احمد (١٩٨٨) بإجراء بحث بعنوان :

" قلق المدرب وعلاقته بقلق اللاعب فى كرة القدم "

وكان الهدف من هذا البحث التعرف على مدى تأثير القلق كحالة وكسمة على المدرب الرياضى وانعكاس هذا القلق على اللاعبين وبالتالي تأثيره على مستوى الاداء المهارى للاعبين .

وقد كانت عينة البحث من لاعبي ومدربي منطقة الشرقية لكرة القدم والمشاركين فى دورى المنطقة تحت ٢٠ سنة وكانت عينة المدربين ٤ مدربين بواقع مدرب لكل فريق ، ٤٠ لاعب بواقع ١٠ لاعبين لكل فريق .

واستخدم الباحث قائمة قلق السمة لسييلبرجر ، وقائمة قلق الحالة لسييلبرجر ، واستمارة تقييم الاداء المهارى للاعبين (وضعها بنفسه) .

ومن بين نتائج البحث ما يلى :

* هناك علاقة بين قلق السمة وقلق الحالة لدى اللاعبين (عينة البحث) .

* وجود ارتباط سلبى بين كل من القلق كحالة ، القلق كسمة ومستوى الاداء المهارى للاعبين .

* وجود علاقة بين اللاعبين ومدربهم فى قلق الحالة .

* وجود فروق بين المدربين فى قلق الحالة

* وجود فروق بين اللاعبين فى قلق الحالة ومستوى الاداء المهارى (٩)

٢/٢/٢ الدراسات الأجنبية :

١/٢/٢/٢ قامت السى كارتر بيرتون C. Burton (١٩٧١) بدراسة عنوانها :

" العلاقة بين القلق كسمة وكحالة ودافع التحصيل والانجاز المهارى لدى المبتدئات فى لعبتى البولينج والرماية " .

وكان الهدف من الدراسة التعرف على العلاقة بين القلق كسمة وكحالة ومستوى أداء المبتدئات فى لعبتى البولينج والرماية ، والتعرف على العلاقة بين قلق السمة وقلق الحالة .

وتكونت عينة البحث من ١٠٤ طالبة من المبتدئات فى رياضة الرماية بالبندقية ، ١٠٨ طالبة من المبتدئات فى رياضة البولينج ، وتتراوح اعمارهم بين ١٧ - ٢٥ سنة .

واستخدمت الباحثة قائمة (STAI) لسيبليرجر فى قياس قلق السمة وقلق الحالة ، كما استخدم مقياسين لقياس دافع التحصيل .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلى :

* توجد علاقة عكسية داله إحصائيا بين قلق السمة ومستوى أداء المبتدئات فى مهارة الرماية وفى مهارة البولينج .

* لا توجد علاقته بين قلق الحالة ومستوى أداء المبتدئات فى مهارتى الرماية والبولينج .

* توجد علاقة طردية داله إحصائيا بين قلق السمة وقلق الحالة لدى لاعبات البولينج والرماية (٢١) .

٢/٢/٢/٢ قام مارفن Marvin عام (١٩٧٤) بدراسة عنوانها :

" تأثير كل من سمة القلق ومعرفة النتائج والقدرة الحركية على الأداء النهائى للمهارات الحركية " .

واستخدم الباحث عينه قوامها (٥٩٢) طالبا من طلبة الجامعة المنتظمين فى فصول أنشطة التربية الرياضية .

وطبق الباحث مقياس سمة القلق لسبيلبرجر Trait Anxiety على أفراد عينة البحث لتحديد مجموعة القلق العالى ومجموعة القلق المنخفض .

كما تم تطبيق اختبار الخطوة Step Test لجامعة أوهايو على أفراد عينة البحث لتحديد مجموعة القدرة الحركية العالية والقدرة الحركية المنخفضة .

وقد قام الباحث بتقسيم أفراد عينة البحث إلى أربع مجموعات على النحو التالى :

- * مجموعة القلق العالى والقدرة الحركية العالية (٣٦) فرداً .
- * مجموعة القلق العالى والقدرة الحركية المنخفضة (٣٦) فرداً .
- * مجموعة القلق المنخفض والقدرة الحركية العالية (٣٦) فرداً .
- * مجموعة القلق المنخفض والقدرة الحركية المنخفضة (٣٦) فرداً .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلى :

* أن سمة القلق والقدرة الحركية لم يكن لهما أى تأثير جوهري على كمية التعلم للمهارات الحركية .

* أظهرت النتائج فروقاً داله إحصائياً بين كل من سمة القلق وتعلم المهارات الحركية وقد أظهرت مجموعة القلق المنخفض والقدرة الحركية العالية تفوقاً فى تعلم المهارات الحركية على مجموعة القلق المنخفض والقدرة الحركية المنخفضة بفروق داله إحصائياً (٣١) .

٣/٢/٢/٢ قام كلافورا Klavora (١٩٧٥) بدراسة عنوانها :

" قلق السمة وقلق الحالة للتلاميذ الممارسين للرياضة "

وكان هدف الدراسة هو التعرف على العلاقة بين قلق السمة وقلق الحالة فى المواقف المختلفة الشدة .

وقد بلغت العينة ٣٠٠ لاعبا لكرة السلة وكرة القدم من تلاميذ المدارس الثانوية

• العليا

وقد استخدم الباحث مقياس قلق السمة وقلق الحالة لسبيلبرجر وقد تم تطبيق اختبار قلق

الحالة في مواقف مختلفة الشدة •

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

* أن الافراد ذوي قلق السمة المرتفع في كل من كرة القدم وكرة السلة حصلوا على

درجات أقل في حالة القلق عن الافراد ذوي قلق السمة المنخفض •

* أن الافراد ذوي قلق السمة المنخفض في كل من كرة القدم وكرة السلة حصلوا على

درجات أقل في حالة القلق عن الافراد ذوي قلق السمة العالي •

* أن درجات قلق الحالة لدى كل من لاعبي كرة القدم وكرة السلة في القياس المرتفع

الشدة اعلى من درجات قلق الحالة في القياسات الاخرى الاقل في الشدة • (٢٨)

٤/٢/٢/٢ أجرى دافيد كاوس David Kauss (١٩٧٧) بدراسة عنوانها:

" القلق وأثره على الاداء للاعبين كرة القدم "

وكان الهدف من الدراسة التعرف على أثر القلق على أداء اللاعبين في كرة القدم •

وقد بلغت عينة البحث ٣٩ لاعبا من لاعبي فرق دوري كرة القدم وكانت الاختبارات

المستخدمة هي مقياس قلق الحالة لسبيلبرجر ، مقياس قلق السمة لسبيلبرجر ، والنبض كمقياس

فسيولوجي للقلق ومستوى أداء اللاعبين عن طريق تقديرات المدربين •

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

* هناك ارتباط ايجابي معنوي بين قلق الحالة وقلق السمة لدى لاعبي عينة البحث •

* لا توجد علاقة بين قلق الحالة قبل المباراة وبين مستوى أداء اللاعبين كما قيمه مدربي الفرق

* هناك ارتباط ايجابي بين قلق الحالة والنبض لدى لاعبي عينة البحث (٢٧) .

٥/٢/٢٠٢٢ قام واينبرج Weinberg عام (١٩٧٧) بدراسة عنوانها :

" العلاقة بين قلق السمة ومستوى الاداء الحركي "

وكان هدف هذه الدراسة هو معرفة تأثير قلق السمة على مستوى الاداء الحركي .

وقد طبق قائمة (TAI) لسيلبرجر على عينة من الافراد ، وأختار منهم أعلى عشرة أفراد (مجموعة قلق السمة المرتفع) وأقل عشرة أفراد (مجموعة قلق السمة المنخفض) وكان قد طبق عليهم أولاً قائمة (SAE) لسيلبرجر في موقف عادي مطمئن ، ثم ادى أفراد العينة في رمى كرات تنس على هدف محدد (مع رصد مكافأة لمن يسجل أكبر عدد من الرميات الصحيحة) وقد أدى كل فرد عشر رميات فقط أولاً ، وطلب منهم استرجاع المحاولات الخاطئة والتفكير فيها (يقصد زيادة الاثارة والضغط للموقف) وبعد ذلك أدى كل فرد عشر رميات أخرى ، ثم بعد ذلك أجابوا مرة ثانية على قائمة (SAE) .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

* أفراد مجموعة قلق السمة المرتفع زادت درجة قلق الحالة عندهم بعد الاداء زيادة معنوية أكثر منها عند مجموعة قلق السمة المنخفض .

* تحسن مستوى الاداء بدرجة أكبر عند مجموعة قلق السمة المنخفض عنه عند مجموعة القلق المرتفع ، والتي أنخفض مستوى أدائها (٣٠) .

٦/٢/٢٠٢٢ قام سكانلان " Scanlan (١٩٧٨) بدراسة عنوانها : -

"تأثير قلق السمة التنافسي على إدراك التهديد نحو الذات أثناء الأداء في المواقف التنافسية والمواقف غير التنافسية "

وتكونت عينة الدراسة من (٨٠٦) طالبا جامعيًا تتراوح أعمارهم بين ٢٢-٢٨ سنة .

واستخدم الباحث اختبار (SCAT) لمارتنز وذلك لتحديد مجموعة قلق السمة المرتفع ومجموعة قلق السمة المنخفض ، كما أجابوا على مقياس (MAT) لمهرابيان Mehrebian عام ١٩٦٨ ، وذلك لقياس الميل نحو التحصيل وقد تم تطبيق المقياسين قبل بدء التجربة بحوالي أسبوعين ، وكذلك أجاب أفراد العينة على قائمة (CSAI) لمارتنز لقياس التغيرات الحادثة في قلق الحالة ، وتم ذلك ثلاث مرات ، الأولى بعد فترة راحة قبل بدء التجربة بوقت كاف، وذلك لتحديد المستوى العادي لدرجات قلق الحالة ، ثم الثانية أثناء الأداء الفردي في الموقف غير التنافسي ، ثم المرة الثالثة أثناء الأداء التنافسي مع منافس متعادل أو متقارب في المقدرة على أداء المهارة المطلوبة ، وقد تم قياس قلق الحالة لمجموعتي قلق السمة المرتفع والمنخفض فقط بعد استبعاد المجموعة المتوسطة .

والتجربة في هذه الدراسة عبارة عن تعلم مهارة حركية سهلة الأداء ، تتضمن سرعة ودقة الحركة ، وذلك باستخدام جهاز بسيط معد لهذا الغرض ، والموقف غير التنافسي هو أداء الأفراد لهذه المهارة كلاً بمفرده عدداً محدداً من المحاولات ، أما الموقف التنافسي فهو أداء الأفراد لنفس المهارة ولكن بصورة تنافسية فيما بينهم لعدد محدد أيضاً من المحاولات .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

* لا توجد زيادة معنوية في درجات قلق الحالة أثناء الأداء في الموقف غير التنافسي على الموقف العادي ، سواء عند الأفراد مرتفعي أو منخفضي قلق السمة التنافسي .

* توجد زيادة معنوية في درجات قلق الحالة أثناء الأداء في الموقف التنافسي على الموقفين العادي وغير تنافسي ، سواء عند الأفراد مرتفعي أو منخفضي قلق السمة التنافسي .

* تظهر زيادة معنوية في درجات قلق الحالة أثناء الأداء في الموقف التنافسي لدى الأفراد ذوي قلق السمة المرتفع ، وهي أكبر من الزيادة الحادثة لدى الأفراد ذوي قلق السمة المنخفض أثناء نفس الموقف .

وقد خلص الباحث إلى أن الأفراد ذوي قلق السمة المرتفع أو المنخفض يدركون مواقف الأداء الفعلي أثناء المنافسة على أنها مهددة لتقدير الذات وذلك بمستويات متباينة من التهديد ، وتكون استجاباتهم أثناء المنافسة ذاتها متباينة الشدة من حالات القلق (٣٢) .

٧/٢/٢/٢ قام توماس جون جريفث Thomas John Griffiths (١٩٨٠) بدراسة عنوانها :

"تأثير نوعين مختلفين من التدريب الاسترخائي على مستويات قلق السمة وقلق الحالة وبعض المتغيرات"

وكان الهدف من الدراسة التعرف على تأثير نوعين مختارين من التدريب الاسترخائي على مستويات قلق السمة وقلق الحالة وبعض المتغيرات الأخرى ، والتعرف على العلاقة بين مستوى أداء قفزة الغطس ومستوى كل من قلق السمة وقلق الحالة .

وكانت عينة البحث ٥٠ طالبا في تخصص الغطس بجامعة مارييلاند واستخدم الباحث الاختبارات التالية (قائمة قلق السمة لسيبلرجر ، قائمة قلق الحالة لسيبلرجر) .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

- * وجود ارتباط سلبي دال إحصائيا بين قلق السمة ومستوى أداء قفزة الغطس .
- * وجود ارتباط سلبي دال إحصائيا بين قلق الحالة قبل بدء القفز ومستوى أداء قفزة الغطس (٢٤) .

٨/٢/٢/٢ قامت إيفيلين جاى هل Evelen Gay Hall عام (١٩٨٠) بدراسة موضوعها :

" أثر سمة القلق على عملية إدراك الأفراد للنجاح أو الفشل في أداء واجب حركي تنافسي على أنها مهددة لذاتهم "

وكان الهدف من هذه الدراسة هو معرفة أثر سمة القلق على عملية إدراك الأفراد للنجاح أو الفشل في أداء واجب حركي تنافسي على أنها مهددة لذاتهم .

وكانت عينة البحث من ٣٢ طالبا يبلغ متوسط أعمارهم ٢١,١ سنة ، ٣٢ طالبة يبلغ متوسط أعمارهم ٢٠,٣ سنة ، ويتنافس أفراد عينة البحث في سرعة ودقة حركة الساعد ، باستخدام جهاز معد لذلك .

استخدمت الباحثة قائمة قلق الحالة (SAI) وقائمة قلق السمة (TAI) لسيبلرجر على أفراد العينة قبل الاداء مباشرة ، ثم اعيد تطبيق قائمة (SAI) بعد الاداء ، كما أجاب أفراد

العينه على استبيان أعدته الباحثة لقياس استجابات النجاح والفشل بعد المنافسة ، يتدرج من صفر الى اثنتى عشره أستجابة خارجية •

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلى :

- * صاحب المشاعر الداخلية للفشل زيادة معنوية فى قلق الحالة بعد الاداء •
- * لم يصاحب المشاعر الخارجية لكل من النجاح والفشل نقص فى قلق الحالة بعد الاداء •
- * صاحب المشاعر الخارجية لكل من النجاح والفشل نقص فى قلق الحالة بعد الاداء ، ولكن هذا النقص غير معنوى •
- * توجد علاقة طردية داله بين قلق السمة وقلق الحالة المصاحب للمشاعر الداخلية والخارجية سواء قبل الأداء او بعده .
- * ويرى هل Hall ان هذه النتيجة تتفق مع نظرية سبيلبرجر فى أن الافراد مرتفعى سمة القلق يستجيبون بمستويات مرتفعة من قلق الحالة من الافراد منخفضى سمة القلق ، وذلك فى المواقف المهددة • (٢٥)

٩/٢/٢/٢ قام هادلستون Huddleston وجيل Gill عام (١٩٨١) بدراسة موضوعها :

" العلاقة بين درجات قلق الحالة التنافسية والمستوى الرقمى للاعبات ألعاب القوى وكذلك الوقت الذى يسبق بدء السباق "

وقد فرض الباحثان أن مجموعة اللاعبات ذوات المهارة الأقل سوف يظهرن مستوى فى قلق الحالة يزيد عن مستوى مجموعة اللاعبات ذوات المهارة الأعلى وذلك فى جميع مرات القياس •

وفرضا أيضا أن مستويات قلق الحالة سوف تزيد قبل السباق بخمس دقائق عنها قبل المقابلة بخمسة وأربعين دقيقة ، والتي يزيد بدورها عن مستويات قلق الحالة قبل التدريب ، والتي تزيد بدورها عنها بعد التدريب •

وتكونت عينة البحث من ١٩ لاعبة من المستويات العالية فى ألعاب القوى ، وتنقسم العينة إلى مجموعتين ، تتكون الأولى من ثمان لاعبات من المستوى الدولى ، وتسمى مجموعة المهارة العالية ، وتتكون الثانية من إحدى عشرة لاعبة من المستوى الثانى ، ولم تصلن بعد للمستوى الدولى ، وتسمى مجموعة المهارة الأقل .

وتم قياس قلق الحالة للمجموعتين باستخدام قائمة (CSAT) لمارتنز وذلك فى أربعة أوقات مختلفة هى :

- قبل التدريب .
- بعد نفس التدريب .
- قبل بداية اللقاء (قبل الإحماء) بزمن قدره خمسة وأربعون دقيقة .
- قبل بدء السباق مباشرة بزمن قدره خمس دقائق .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلى :

- * توجد فروق معنوية بين متوسطى قلق الحالة للعينة كلها قبل بدء السباق مباشرة وقبل التدريب لصالح القياس قبل السباق مباشرة .
- * توجد فروق معنوية بين متوسطى قلق الحالة للعينة كلها قبل اللقاء بخمسة وأربعين دقيقة وقبل السباق مباشرة لصالح السباق مباشرة .
- * الفرق بين قبل اللقاء بخمسة وأربعين دقيقة وقبل التدريب غير معنوى .
- * يزيد متوسط درجات قلق الحالة للعينة قبل التدريب وقبل اللقاء بخمسة وأربعين دقيقة وقبل بدء السباق بخمس دقائق عن متوسطها بعد التدريب بفروق دالة إحصائية .
- * تدل النتائج السابقة على أن مستويات قلق الحالة ترتفع كثيرا قبل بدء المنافسة مباشرة .
- * الفرق فى درجات قلق الحالة بين مجموعة المهارة الأعلى ومجموعة المهارة الأقل صغير وغير دال إحصائيا حيث يبلغ المتوسط الحسابى لدرجات قلق الحالة قبل التدريب (١٩,٤) لمجموعة المهارة الأعلى ، (٢١,٧) لمجموعة المهارة الأقل ، كما يبلغ متوسطها الحسابى قبل السباق مباشرة بخمس دقائق (٥٨,١) لمجموعة المهارة الأعلى

الأعلى و (٣٠ و ٣) لمجموعة المهارة الأقل ، ويبلغ كذلك قبل اللقاء بخمسة وأربعين دقيقة (٢٢) لمجموعة المهارة الأعلى و (٢١ و ٥) لمجموعة المهارة الأقل .

وبلاحظ بالرغم من صغر الفروق وعدم دلالتها الإحصائية أن درجات قلق الحالة لدى مجموعة المهارة الأقل تزيد عن مجموعة المهارة الأعلى لمعظم القياسات .

وتشير النتائج السابقة إلى أن الاختلاف في المستوى الرقوى لأداء اللاعبين في ألعاب القوى لم يؤثر على درجاتهن في قلق الحالة . (٢٦)

١٠/٢/٢/٢ قام جون سيلفا John Silva عام (١٩٨١) بدراسة موضوعها :

" التعرف على النموذج النفسفسيولوجى لتحديد المتغيرات التى تؤثر فى نجاح المصارعين المتفوقين "

وتكونت عينة الدراسة من خمسة عشر مصارعا من المشتركين فى معسكر المصارعة الدولى للناشئين الذى سيقوم بتمثيل فريق الولايات المتحدة ، وتتراوح أعمارهم من ١٧-٢١ سنة .

وقد تم إجراء مباريات تمثلت فى منازلة كل مصارع من الخمسة عشر مصارعا لمثيله فى وزنه واعتبر اللاعب الفائز هو المصارع المؤهل لتمثيل فريق الولايات المتحدة ، بينما اعتبر المصارع المهزوم بالمصارع غير المؤهل لتمثيل فريق الولايات المتحدة ، وقد أسفرت نتائج تلك المنافسات عن تحديد ثمانية مصارعين مؤهلين ، وسبعة مصارعين غير مؤهلين .

وطبق على جميع أفراد العينة خلال ثلاثة أيام متفرقة قائمة الحالة والسمة لسيبلرجر (STAI) ، وبروفيل الحالات المزاجية (Rons) إعداد ماكنيرلور McNairlorr دروبلمان Droppleman عام (١٩٧١) ، كما أجريت القياسات التالية لقياس المتغيرات الأنثروبومترية والفسيولوجية ممثلة فى العمر - الطول - الوزن - قوة القبضة - النسبة المئوية للسمنة - التحمل الهوائى الديناميكى - معدل نبض القلب - الحمل الأقصى - أقصى كمية لاستهلاك الأكسجين .

ومن بين أهم نتائج هذه الدراسة ما يلي :

* ظهرت فروق دالة إحصائية فى ارتفاع قلق الحالة لدى المصارعين المؤهلين عن المصارعين غير المؤهلين ، ومن ناحية أخرى كان المصارعون المؤهلون أقل غضباً واكتئاباً واضطراباً واحساساً بالتعب .

* لا توجد فروق دالة إحصائية فى سمة القلق بين المصارعين المؤهلين وغير المؤهلين . (٣٣)

٣/٢ التعليق على الدراسات المشابهة :

ان مهمة البحوث والدراسات المشابهة هى إلقاء الضوء على أهم جوانب البحث ، بحيث يستطيع الباحث أن يلتمس من بينها الطريق المناسب لإجراء بحثه ، وان يستفيد من هذه الدراسات فى مقارنة نتائجه بما سبق وتوصل اليه الآخرون .

والباحث تناول عرضاً لبعض الدراسات العربية والاجنبية التى من خلالها تعرف على أنواع المناهج العلمية التى استخدمت فى البحث وطبيعة وطرق اختيار العينة ووسائل جمع البيانات وطرق المعالجة الاحصائية لهذه البيانات ، وكذلك استفاد الباحث من النتائج والتوصيات والتطبيقات العلمية التى خلصت اليها تلك الدراسات السابقة ، ومن هذا المنطلق فقد تمكن الباحث من اجمال أهم ملامح هذه الدراسات العربية منها والاجنبية التى وردت فى هذا البحث وقد قام الباحث بتقسيم العلاقة بين القلق ومستوى الأداء الرياضى والعلاقة بين قلق السمة وقلق الحالة على النحو التالى :

١/٣/٢ العلاقة بين القلق ومستوى الأداء الرياضى :

١/١/٣/٢ قلق السمة :

أوضحت دراسة بيرتون عام (١٩٧١) إلى وجود علاقة عكسية بين قلق السمة ومستوى الأداء فى مهارة الرماية وفى مهارة البولنج ، واستخدمت هذه الدراسة قائمة قلق السمة لسبيلبرجر .

كما أشارت دراسة واينبرج عام (١٩٧٧) الى تحسن مستوى الأداء بدرجة أكبر عند مجموعة الأفراد ذوى القلق المنخفض ، بينما أنخفض مستوى أداء مجموعة الأفراد ذوى القلق المرتفع ، وذلك فى اختبار رمى كرات التنس على هدف محدد ، واستخدمت هذه الدراسة قائمة قلق السمة لسبيلبرجر .

فى حين أظهرت دراسة جريفز عام (١٩٧٩) وجود علاقة عكسية بين قلق السمة ومستوى أداء قفزة الغطس ، واستخدمت أيضا قلق السمة لسبيلبرجر .

وقد أشارت دراسة عبد العزيز غنيم (١٩٨٧) الى عدم وجود فروق دالة إحصائية فى القلق كسمة بين ملاكمى الدرجة الأولى والملاكمين الناشئين .

٢/١/٣/٢ قلق الحالة :

أشارت دراسة بيرتون عام (١٩٧١) عدم وجود علاقة بين قلق الحالة ومستوى الاداء فى مهارة الرماية والبولينج ، وأستخدمت هذه الدراسة قائمة قلق الحالة لسبيلبرجر .

فى حين أظهرت دراسة جريفز عام (١٩٧٩) وجود علاقة عكسية بين قلق الحالة قبل بدء القفز ومستوى أداء قفزة الغطس ، وأستخدمت كذلك قائمة قلق الحالة لسبيلبرجر .

وقد أوضحت دراسة محمد أبراهيم أحمد (١٩٨٨) الى وجود فروق فى قلق الحالة ومستوى الاداء المهارى للاعبى كرة القدم ، وأستخدم الباحث قائمة قلق الحالة لسبيلبرجر .

٢/٣/٢ العلاقة بين قلق السمة وقلق الحالة :

أظهرت دراسة بيرتون عام (١٩٧١) أن هناك علاقة طردية دالة بين قلق السمة وقلق الحالة للاعبات الرماية والبولينج .

وتتفق دراسة واينبرج عام (١٩٧٧) التى أجريت على عينة من الافراد المتنافسين فى اختبار الاداء الحركى مع نتيجة دراسة بيرتون (١٩٧١) حيث أظهرت أن الافراد ذوى قلق

السمة العالى متميزون بارتفاع مستويات قلق الحالة لديهم بدرجة أكبر من الأفراد ذوى قلق السمة المنخفض .

فى حين أشارت دراسة نجاح التهامى عام (١٩٧٩) وجود علاقات طردية دالة بين قلق السمة وقلق الحالة لدى الرياضيين فى المواقف التنافسية الرياضية .

وأوضحت دراسة هل عام (١٩٨٠) التى أجريت على عينة من الطلبة المتنافسين فى أداء اختبار حركى ، وجود علاقة طردية دالة بين قلق السمة وقلق الحالة المصاحب للمشاعر الداخلية والخارجية للنجاح والفشل .

وأشارت دراسة أحمد السيد لطفى (١٩٨٥) إلى وجود علاقة إيجابية بين القلق كحالة قبل المنافسة والقلق كسمة تنافسية لمارتنز لدى ناشئى وناشئات مسابقات الميدان والمضمار ، واستخدم الباحث قائمة قلق الحالة التنافسية لمارتنز وقائمة الحالة لسبيلبرجر .

وأظهرت دراسة محمد ابراهيم أحمد (١٩٨٨) إلى وجود علاقة بين القلق كسمة والقلق كحالة لدى عينة لاعبي كرة القدم .

ويستخلص الباحث النقاط الهامة التالية فى ضوء نتائج الدراسات السابقة :

* تناولت هذه البحوث الكثير من المعالجات الاحصائية المتعددة والمتنوعة بهدف الحصول على أفضل النتائج .

* اهتمت هذه البحوث بعينات مختلفة سواء طلاب أو طالبات فى مراحل سنية مختلفة وعلى لاعبين محليين أو دوليين كبار أو ناشئين .

* تنوعت أغراض هذه البحوث حيث اشتملت على بحوث خاصة بالقياسات النفسية وعلاقتها بمستوى الأداء ، وبحوث خاصة بالقياسات النفسية والفسولوجية وعلاقتها بمستوى الأداء .

* اشتملت البحوث المشابهة والمرتبطة على قياسات واختبارات وضعها الباحثون لكى تساعدهم على نجاح الهدف من الدراسة .

* تنوعت البحوث المشابهة والمرتبطة فى استخدام عينات من الالعاب الجماعية والالعاب الفردية .

- * استخدمت هذه البحوث قياسات عديدة للاختبارات النفسية والفسولوجية والأداء المهارى
- * اشتملت البحوث المشابهة والمرتبطة على عينات من الممارسين ذوى المستويات الرياضية العالية من الجنسين (الاناث والذكور) .