

الاستثارة الانفعالية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة

م0 شيماء علي خميس

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

ان ما يحصل من تطور في مختلف الميادين الرياضية ما هو الا حصيلة لاجتيازات ودراسات وعلوم مختلفة ويعد علم النفس الرياضي واحد من العلوم الذي ترك الاثر الكبير في الحركة الرياضية الى جانب العلوم الاخرى. لذا فأن عملية اعداد اللاعب والاهتمام بالجانب النفسي له تسير جنباً الى جنب مع الجوانب البدنية والمهارية والخططية لان " الاعداد النفسية احد الاعمدة التي ترتكز عليها العملية التدريبية فضلاً عن عناصر التدريب الاخرى " ¹. وبما ان لعبة الكرة الطائرة واحدة من الالعاب التي تحتاج الى الاهتمام بالاستثارة الانفعالية للاعب من اجل زيادة دافعية الانجاز له .

حيث يتعرض اللاعب خلال المنافسة الى حالات ومواقف نفسية مصحوبة بالانفعال والاثارة لذا فأن الاعداد والتهيئة النفسية اصبحت عملية ضرورية وملحة بالنسبة للاعب لكي يستطيع السيطرة على انفعالاته وضبط تصرفاته وبالتالي زيادة دافعية الانجاز له .

وتعمل دافعية الانجاز على حث اللاعب على ان يكون متقدماً ومتميزاً بين اقرانه في الفريق اذ ان حاجة اللاعب للانجاز والتفوق تعمل على تحفيزه واستثارة الطاقة الكامنة لديه وتعمل على مضاعفة وتوجيه جهوده وطاقاته نحو تحقيق الهدف المنشود وهو الانجاز العالي . نتيجة لما تقدم فأن أهمية البحث تكمن في التعرف على مستوى الاستثارة الانفعالية لدى اللاعبين وكذلك مستوى دافعية الانجاز وبالتالي معرفة نوع العلاقة والتأثير بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز .

1-2 مشكلة البحث :-

¹ محمد جسام عرب ، موسى جواد كاظم : مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملائكة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد 1 ، بعقوبة ، مطبعة ديالى ، 2001 ، ص35.

ان الاعداد النفسي الجيد للاعب لة دور كبير في تحديد مستوى الاستعداد النفسي لة وتجاوز الحالات المختلفة التي يمر بها لذا فمن خلال عمل الباحثة في مجال تدريب فرق الرياضة الجامعية لاحظت في مباريات مختلفة لفرق الرياضة الجامعية تعرض اللاعب لدرجات مختلفة من الاستثارة الانفعالية خلال المنافسات وفي نفس الوقت يلاحظ حدوث تغيرات ملحوظة في مستوى دافعية الانجاز لديه ولجل ذلك دأبت الباحثة الى معرفة نوع العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز وهل تؤثر احدهما على الاخرى من اجل تجاوز الحالات السلبية التي واجهت المستوى المناسب من الاستثارة ودافعية الانجاز للاعب والفريق ككل والوصول الى مستوى الانجاز الجيد .

1-3 أهداف البحث :-

- 1- التعرف على الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى لاعبي فرق الرياضة الجامعية .
- 2- التعرف على نوع العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى اللاعبين .

1-4 فرض البحث :-

هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة لفرق الرياضة الجامعية .

1-5 مجالات البحث :-

1-5-1 المجال البشري : لاعبو فرق الرياضة الجامعية الوسطى والجنوبية للعام الدراسي 2007-2008 .

1-5-2 المجال المكاني : بطولة فرق الرياضة الجامعية الوسطى والجنوبية في القاعة المغلقة في محافظة القادسية .

1-5-3 المجال الزمني : الفترة من 2008/1/9 ولغاية 2008/10/24 .

2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :-

2-1 الدراسات النظرية :-

2-1-1 مفهوم الاستثارة الانفعالية ونظرياتها :-

لقد ظهرت بعض التعاريف التي تبين مفهوم مصطلح الاستثارة الانفعالية فهو " عبارة عن حالة تمتاز بقوة ورغبة في عمل سلوك معين " ¹ ، اما ارنوف فبين ان " الانفعالات او الوجدانيات حدث داخلي لان هذا الحدث قد يثير بدوره مظهرا خارجيا يدل علىة واحيانا ينزع لمظهر فجأة ويصعب التحكم به " ² ، او قد يكون الانفعال " عبارة عن حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصاحبها تغيرات فسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية خارجية قد تعبر غالبا عن نوع الانفعال " ³ . لذا فإن الانفعال عبارة عن حالات فسيولوجية تحدث للأفراد وتعمل على توجيه سلوكهم حسب نوع الاستثارة ان كانت ايجابية او سلبية وبالتالي تؤثر في مستواه . وكثيراً ما يستخدم في أثناء المنافسات عبارات تدل على الإثارة وبث روح الحماس للاعب وتحديداً من قبل المدربين بغية الوصول للاعب للأداء المطلوب إنجازه . وتكثر حالات الاستثارة والتعبئة النفسية قبل المنافسة وخلالها عن طريق تشجيع اللاعبين وبث روح الحماس في نفوسهم لضمان تحقيقهم لأحسن مستوى في الأداء . وكذلك نجد ان " الانفعالات تلعب دوراً مهماً وبالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضية ، إذ ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة التي يمارسها ، إذ لا توجد على الإطلاق أنواع من الممارسات الرياضية دون أن تصطبغ بالانفعالات " ⁴ .

اما نظريات الاستثارة الانفعالية فهي :

1- نظرية الاثارة :تفترض هذه النظرية ان السلوك الانفعالي والسلوك الدافعي لهما نفس الاساس

الفسولوجي . ⁵

2- نظرية جيمس - لانج : تشير هذه النظرية الى ان التغيرات العضوية في الجسم تسبق

الانفعال وان هذه التغيرات العضوية تأتي بعد حدوث المنبة . ⁶

¹ عبد الرحمن محمد عيسوي . علم النفس الفسيولوجي ، دراسة في تفسير السلوك الانساني ، بيروت ، دار النهضة للطباعة والنشر ، 1991 ، ص 59 .

² أرنوف . النقدم في علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين واخرون ، القاهرة ، مطبعة الاهرام ، 1983 ، ص 133 .

³ محمد حسن علاوي . مدخل في علم النفس الرياضي ، ط 1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص 438 .

⁴ محمد جسام عرب ، موسى جواد كاظم : مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد 1 ، مطبعة دياالى ، بعقوبة ، 2001 ، 41 .

⁵ السيد ابو شعيشع . أسس علم النفس الفسيولوجي ، ط 2 ، القاهرة ، مكتبة النهضة العربية ، 1998 ، ص 244 .

⁶ احمد عكاشة . علم النفس الفسيولوجي ، ط 8 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1993 ، ص 170 .

3- نظرية جان بول سارتر : ترى هذه النظرية ان الانفعال هو حدث سايكولوجي او هو سلوك

سحري يرمي الى غاية وهي التخلص من موقف معين ¹.

4- نظرية السلوكيين : توصل واطسن مؤسس مدرسة السلوكيين الى انه يوجد لدى الاطفال

ثلاثة انفعالات لكل واحد منها منبه خاص واستجابته خاصة لذلك المنبه والانفعالات هي

الخوف والغضب والحب ².

2-1-2 مفهوم دافعية الانجاز :-

اكتسب مفهوم الدافعية اهتماما متميزا من المعنيين بدراسة الانسان والمتعاملين معه ويرجع ذلك لارتباط الفرد بدوافع متعددة تثيره وتحركه وتوجهه في ان واحد نحو اتجاهات محددة ، لذا فقد تم استخدامه لتفسير سلوك الانسان في محاولة للتنبؤ بذلك السلوك والتحكم فيه .

ونقصد بمصطلح دافعية الانجاز بأنها " عملية استثارة السلوك والمحافظة عليه لتحقيق هدف " ³

وكذلك نعني بها " الرغبة والسعي للتغلب على الصعوبات والعوائق لتحقيق النجاح في الاداء " ⁴

حيث نجد ان أساس عملية دافعية الانجاز هو الاستثارة التي تحدث لسلوك اللاعب او قد تكون "

حاجة لدى الفرد للتغلب على العقبات والنضال من اجل السيطرة على التحديات الصعبة ، والميل الى

وضع مستويات مرتفعة في الاداء والسعي نحو تحقيقها ، والعمل بمواظبة شديدة ومثابرة مستمرة ⁵.

اذن فدافعية الانجاز عبارة عن قوة تؤثر وتستثير سلوك اللاعب لمواجهة التحديات الرياضية والتغلب

عليها من خلال التصميم والمثابرة لتحقيق المستويات العالية .

وعندما ينصب دافع الإنجاز على اهتمام الفرد بأشباع امكانياته وقدراته فانه يصنف كدافع للنمو أما

إذا كان الاهتمام مركزاً على المنافسة بين الأفراد فيمكن عدة في هذه الحالة دافعاً اجتماعياً ⁶.

كذلك نجد ان خاصية دافعية الانجاز تتولد لدى الفرد منذ الطفولة وتبدأ تنمو وتتطور اعتمادا على

الظروف البيئية وما يؤثر في سلوكه اضافته الى دور الوالدين اللذان يعتبران العامل الاساسي في

توجيه الطفل نحو السلوك المناسب والرغبة والاصرار في تحقيق النجاح من اجل مستقبل جيد لذا

¹ مصطفى فهمي . علم النفس (اصوله وتطبيقاته) ، القاهرة ، مكتبة الخانكي ، 1975 ، ص 141 .

² مصطفى عبد السلام الهيتي . القلق ، ط2 ، بغداد ، مكتبة النهضة ، 1985 ، ص 45 .

³ صالح ابو جادو . علم النفس التربوي ، عمان ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، 2000 ، ص 330 .

⁴ رفقة خليفة سالم . أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بدافع الانجاز الدراسي لدى طالبات كليات المجتمع في الاردن

، اطروحة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، 2000 ، ص 21 .

⁵ لورنسا بسطا زكري . العلاقة بين الاتجاه نحو مهنة التدريس وبعض متغيرات الدافعية للانجاز لدى الطالبات

المعلمات بجامعة البحرين ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، العدد 6 ، 1993 ، ص 87 .

⁶ يحيى كاظم النقيب . علم النفس الرياضي ، الرياض ، مطبعة رعاية الشباب ، 1990 ، ص 117-119 .

يمكن اعتبار دافعية الانجاز المحرك الاساسي لشخصية الفرد وسلوكه من خلال الاصرار والمثابرة والتنافس لتحقيق أفضل مستوى ممكن بين الافراد .

إن قوة الدافع للإنجاز عند الأفراد تختلف مثلما تختلف النشاطات في طبيعة التحدي الذي تفرضه والغرض الذي تقدمه للتعبير عن هذا الدافع لذلك ينبغي أن نأخذ بنظر الإعتبار كل عوامل الشخصية وعوامل البيئة عندما تحاول تفسير قوة دافع الإنجاز بالنسبة لفرد معين يواجه تحدياً محدداً في حالة محددة يمكن للفرد نفسه أن يكون مدفوعاً بصورة أقوى للإنجاز في وقت معين قياساً على وقت آخر حتى عندما يكون في معظم الظروف ميالاً على وجه العموم لتحقيق منجزات للإنجاز أكثر من الآخرين¹ .

3- منهج البحث واجراءاته الميدانية :-

3-1 منهج البحث :-

ان طبيعة الدراسة حتمت استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسح الذي يهدف الى " جمع البيانات لمحاولة اختيار الفروض او الاجابة على تساؤلات تتعلق بالحالة الجارية او الراهنة لافراد عينة البحث " ² .

3-2 مجتمع وعينة البحث :-

اشتمل مجتمع البحث من فرق الرياضة الجامعية للجامعات الوسطى والجنوبية المشاركة في بطولات الجامعات للعام الدراسي 2007-2008 لذا فكانت عينة البحث تتكون من هذه الفرق المشاركة والمتكونة من (43) لاعبا يمثلون فرق الرياضة الجامعية في جامعات (بابل ، البصرة ، الديوانية ،المنشي) المشاركة في هذه البطولة وكما موضح في الجدول (1) .

¹ هول . ك . لندي ج : نظريات الشخصية ، ترجمة أحمد فرج واخرون ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للتأليف والنشر ، 1971 ، ص 120 .

² محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 139 .

جدول (1)

يبين الجامعات وعدد اللاعبين المشاركين في البطولة

الجامعات	عدد اللاعبين
بابل	10
البصرة	12
القادسية	10
المتى	11
المجموع	43

3-3 أدوات واجهزة البحث :-

وقد تضمن البحث الادوات والاجهزة التالية :

1- المصادر العربية

2- الملاحظه .

3- الاستبانة (مقياس الاستثارة الانفعالية)

إما الاجهزة المستعمله:-

1- حاسبة يدويه نوع (flamingo).

2- جهاز كومبيوتر نوع (puntium 4).

3-4 اجراءات البحث الميدانية :-

3-4-1 إجراءات اعداد مقياسي البحث :-

تم الاعتماد على المصادر العلمية ومقياس الاستثارة الانفعالية لـ (عصام محمد عبد الرضا)¹ والذي يتألف من (31) فقرة يجيب عنها المختبر وقد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين² وقد ابدوا رأيهم في ملائمة المقياس مع اجراء بعض التعديلات البسيطة وظهر في صورته النهائية كما في الملحق (1) .

اما بالنسبة لمقياس دافعية الانجاز فقد تم الاعتماد على مقياس دافعية الانجاز (حيدر عبد الرضا)³ الذي تم تطبيقه في البيئة العراقية حيث يتألف المقياس من (31) فقرة يجيب عنها المختبر وعرض ايضا على الخبراء والمختصين وأبدوا ملائمة للعمل وكما هو مبين في الملحق (2) .

3-4-2 التجربة الاستطلاعية:-

تم اجراء هذه التجربة بتاريخ 2007/12/6 على (8) لاعبين من لاعبي الرياضة الجامعية من جامعة بابل وتم خلالها التعرف على مدى تفهم اللاعبين للمقياسين ومدى وضوح التعليمات والتغلب على الصعوبات التي من الممكن حدوثها من اجل الاستعداد للتطبيق الرئيسي للمقياسين .

3-4-3 اسلوب تصحيح المقياس :-

يتكون مقياس الاستثارة الانفعالية من (31) فقرة والاجابة عنها وفق ثلاثة بدائل وهي (غالبا ، احيانا ، نادرا) وتعطى أوزان للدرجات (1،2،3) على التوالي لل فقرات الايجابية والعكس لل فقرات السلبية اما بالنسبة لمقياس دافعية الانجاز فيتكون من (31) فقرة ويجيب اللاعب عنها وفق أربعة بدائل وهي (تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي بدرجة قليلة ، لا تنطبق علي)

¹ عصام محمد عبد الرضا . الامن النفسي وعلاقته بمستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2002 .

^{**} السادة الخبراء هم :

1. أ.د بيان علي عبد علي : كلية التربية الرياضية /جامعة بابل (اختصاص) قياس وتقويم .
2. أ.د محمد جاسم الياسري : كلية التربية الرياضية /جامعة بابل (اختصاص) اختبارات وقياس .
3. أ.م.د عامر سعيد الخاقاني : كلية التربية الرياضية /جامعة بابل (اختصاص) علم النفس الرياضي
4. أ.م.د ياسين علوان اسماعيل : كلية التربية الرياضية /جامعة بابل (اختصاص) علم النفس الرياضي
5. أ.م.د فاهم الطريحي : كلية التربية للعلوم النفسية /جامعة بابل(اختصاص)اختبارات وقياس .
6. أ.م.د حسين ربيع : كلية التربية للعلوم النفسية /جامعة بابل(اختصاص)علم النفس التربوي .
7. أ.م.د امل علي سلومي : كلية التربية الاساسية /جامعة بابل(اختصاص)علم النفس الرياضي .

³ حيدر عبد الرضا . مصدر سبق ذكره .

وتعطى درجات (1,2,3,4) على التوالي وتكون هذه الاجابه للفقرات الايجابية والعكس للفقرات السلبية

3-4-4 حساب الدرجة الكلية :-

بما ان مقياس الاستثارة الانفعالية يتكون من (31) فقرة فان أعلى درجة للاعب تكون (93) وأقل درجة هي (31) والوسط الحسابي بلغ (68,13) والانحراف المعياري بلغ (6,02) اما بالنسبة لمقياس دافعية الانجاز فيتكون من (31) فقرة لذا فان أعلى درجة للاعب هي (124) وأقل درجة هي (31) والوسط الحسابي بلغ (40,41) والانحراف المعياري بلغ (5,19) .

3-4-5 الخصائص العلمية للمقياس:-

3-4-5-1 الصدق:-

يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد , اذ ان الصدق يعني "ان الاختبار يقيس ما وضع لاجل قياسه ولا يقيس شيئاً اخر"⁽¹⁾ وقد تم التحقق من صدق المقياسين من خلال ايجاد الصدق الظاهري لهما وذلك من خلال عرضهما على مجموعه من الخبراء والمختصين .

3-4-5-2 الثبات:-

تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج معامل الثبات وبلغت لمقياس الاستثارة الانفعالية (0,88) ومقياس دافعية الانجاز بلغت (0,86) وهذان مؤشران عاليان على ثبات المقياسين .

3-4-6 التجربة الرئيسية :-

وقد تم ذلك خلال بطولة فرق الرياضة الجامعية للجامعات الوسطى والجنوبية في الفترة 13-18 / 1 / 2008 وبالاسلوب الجمعي وعلى ملعب جامعة القادسية حيث وزعت استمارات المقياسين على عينة البحث البالغة (43) لاعبا وبعد تأشير المقياسين من قبل اللاعبين تم جمع الاستمارات للحصول على نتائج البحث .

3-5 الوسائل الاحصائية :-

تم استخدام نظام spss لايجاد الوسائل الاحصائية التالية :-

(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل ارتباط T لعينة واحدة ، معامل ارتباط بيرسون)

(1) مصطفى باهي : المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص27.

4- عرض النتائج ومناقشتها :-

4-1 التعرف على دافعية الانجاز والاستثارة الانفعالية لدى عينة البحث :-

بعد ان جمعت البيانات كان لابد من التعرف على الاستثارة الانفعالية لدى العينة لذا تطلب ذلك استخراج قيمة (t) بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدى عينة البحث وكما في الجدول (2) .

جدول (2)

يبين العلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

الجامعة	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
بابل	10	64	4,85	62	9	2,48	2,26	معنوي
القادسية	10	65,60	1,64	62	9	6,66	2,26	معنوي
المثنى	11	67,18	3,68	62	10	4,46	2,22	معنوي
البصرة	12	74,58	6,09	62	11	6,83	2,20	معنوي
المجموع	43							

فيتضح لنا من الجدول أعلاه بأن قيمة الوسط الحسابي كانت اكثر من الوسط الفرضي لدى العينة مما يدل على امتلاكهم استثارة انفعال عالية لذا نجد بأن القيم المحسوبة قد كانت أكبر من الجدولية عند درجة درجات الحرية (9,10,11) على التوالي ومستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية بين الدرجات المحسوبة والجدولية .

اما بالنسبة لدافعية الانجاز فالجدول (3) يوضح كيفية التعرف على دافعية الانجاز لدى عينة البحث والعلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي .

جدول (3)

يبين العلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

الجامعة	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T		الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
بابل	10	37,30	5,65	77,5	9	21,38	2,26	معنوي
القادسية	10	38,90	4,88	77,5	9	23,82	2,26	معنوي
المثنى	11	44,72	2,49	77,5	10	40,97	2,22	معنوي
البصرة	12	40,33	4,69	77,5	11	26,17	2,20	معنوي
المجموع	43							

حيث يتضح لنا من خلال الجدول (3) ان قيمة الوسط الحسابي هي أقل من الوسط الفرضي مما يدل على امتلاك اللاعبين لدافعية الانجاز بمستوى منخفض لذا نجد ان قيمة الاختبار التائي بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي معنوية عند مستوى دلالة (0,05) حيث ظهرت القيمة التائية المحسوبة أكبر من الجدوليه مما يدل على وجود فروق معنوية بين المحسوبة والجدولية ولكل فريق من الفرق المشاركة.

4-2 التعرف على العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى عينة البحث :-

للتعرف على العلاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لدى عينة البحث فلابد من ايجاد معامل الارتباط (بيرسون) وكما في الجدول (4)

جدول (4)

يبين معامل الارتباط وقيمة (ت) المحسوبة لمعنوية الارتباط والجدولية ومستوى الدلالة

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	درجة الحرية	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت الجدولية	مستوى الدلالة
1	الاستثارة الانفعالية	0,25	41	6,56	0,30	غير معنوي
2	دافعية الانجاز					

يتضح لنا من خلال جدول (3) ان العلاقة سالبة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز والسبب في ذلك يعود الى عوامل عديدة ومنها ان الاستثارة المرتفعة لدى العينة تؤثر في اداء اللاعب حيث ان " هناك علاقة عكسية دالة احصائيا في درجة الاستثارة الانفعالية والاداء المهاري في المستوى للاعب " ¹ أي يجب اعداد اللاعب اعداد نفسي جيد يستطيع من خلاله تحقيق استثارة جيدة وتحقق دافعية انجاز مؤثرة والا قد يحدث العكس، كما ان هذا التحكم يعتمد على خبرة اللاعب حيث ان " الخبرة الرياضية لها دور مهم وفعال في التحكم في الحالات الانفعالية غير المرغوب فيها قبل السباقات والمنافسة " ² اذ ان توفر استثارة انفعالية بمستوى جيد يساعد على تحقيق دافعية انجاز جي .

¹ عبد الكريم ، محمود حمدي محمد : الاستثارة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية والاداء المهاري في الكرة الطائرة ، المؤتمر العلمي (التنمية البشرية بين التحديات والطموحات) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1996، ص 45 .

² ريسان خريبط . النظريات المهمة في التدريب الرياضي ، عمان ، دار الشرق للطباعة والنشر ، 1998 ، ص 179 .

كما ان الدوافع الجيدة والمتعة والسرور التي يوفرها المدرب للاعب والظروف المحيطة لها دور كبير في زيادة دافعية اللاعب لذا " فالمدرّب الناجح يعدّ ماهراً في تنظيم طاقات اللاعبين البدنية والنفسية وكيفية التحكم والسيطرة على أفكار ومشاعر لاعبيه في أثناء المنافسة مما يجعل الاداء يتطور باتجاه صحيح"¹.

فالاثارة الجيدة تبعد كل القلق والتوتر الذي يرافق المباريات المهمة حيث ان " معدل الاثارة الامثل يؤدي الى السلوك والاداء الفعال"².

فمن خلال ما ذكر فقد تحقق فرض البحث في وجود علاقة بين الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز ولكن هذه الاستثارة لابد ان تكون في مستوى يمكن الاستفادة منها وغير مؤثرة في دافعية اللاعب ويتم ذلك من خلال الاعداد النفسي الجيد من قبل المدرب خلال فترة التدريب وتعويد اللاعب على كيفية مواجهه الظروف الصعبة بتحكم وبدون عصبية من اجل الاستفادة من هذه الاستثارة بشكل ايجابي لزيادة الدافعية وتحقيق الانجاز الجيد للفريق .

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

1-5 الاستنتاجات :-

1- امتلاك عينة البحث استثارة انفعالية مرتفعة ودافعية انجاز منخفضة .

2- هناك علاقة عكسية بين دافعية الانجاز والاستثارة الانفعالية لعينة البحث .

2-5 التوصيات :-

1- اهتمام المدرب بجانب الاعداد النفسي للاعب من اجل التحكم بمستوى الاستثارة الانفعالية ودافعية الانجاز لديه وجعلها بالمستوى الجيد الذي يحقق المستويات العالية للاعبين .

2- الاستفادة من المشاركات السابقة للاعب في تحسين مستوى الاستثارة الانفعالية لديه وعدم التأثر بحالات الفشل التي تؤثر في دافعية اللاعب .

3- اعتماد احدى وسائل التدريب العقلي لخفض درجة الاستثارة الانفعالية للاعب وجعلها بالمستوى الجيد وذلك بعد نهاية الاحماء وبداية المنافسة .

4- استخدام مقياسي البحث كوسيلة من قبل المدرب للتعرف على ما يمتلكه اللاعب من استثارة ودافعية انجاز بصورة دورية .

¹ اسامة كامل راتب . علم النفس الرياضي (المفاهيم وتطبيقات) ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995 ، ص125 .

² علي محمد مطاوع . سايكولوجية المنافسات ، ج1 ، مصر ، مطبعة جريدة السفير ، 1977 ، ص 107 .

المصادر العربية والأجنبية :-

- 1- أسامة كامل راتب . علم النفس الرياضي (المفاهيم وتطبيقات) ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995.
- 2- السيد ابو شعيشع . أسس علم النفس الفسيولوجي ، ط2 ، القاهرة ، مكتبة النهضة العربية ، 1998.
- 3- احمد عكاشة . علم النفس الفسيولوجي ، ط8 ، القاهرة ، مكتبة الانجلو المصرية ، 1993.
- 4- أرنوف . التقدم في علم النفس ، ترجمة عادل عز الدين واخرون ، القاهرة ، مطبعة الاهرام ، 1983 .
- 5- حيدر عبد الرضا . بناء وتقنين مقياس دافع الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المتقدمين في العراق ، اطروحة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2005 .
- 6- ريسان خريط . النظريات المهمة في التدريب الرياضي ، عمان ، دار الشرق للطباعة والنشر ، 1998 .
- 7- عبد الرحمن محمد عيسوي . علم النفس الفسيولوجي ، دراسة في تفسير السلوك الانساني ، بيروت ، دار النهضة للطباعة والنشر ، 1991.
- 8- عبد الكريم ، محمود حمدي محمد : الاستثارة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية والاداء المهاري في الكرة الطائرة ، المؤتمر العلمي (التنمية البشرية بين التحديات والطموحات) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1996.
- 9- علي محمد مطاوع . سايكولوجية المنافسات ، ج1 ، مصر ، مطبعة جريدة السفير ، 1977
- 10- عصام محمد عبد الرضا . الامن النفسي وعلاقته بمستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2002 .
- 11- محمد حسن علاوي . مدخل في علم النفس الرياضي ، ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 .
- 12- محمد حسن علاوي ، اسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 .
- 13- محمد جاسم عرب ، موسى جواد كاظم : مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة ، مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد 1 ، بعقوبة ، مطبعة ديالى ، 2001.
- 14- مصطفى فهمي . علم النفس (اصوله وتطبيقاته) ، القاهرة ، مكتبة الخانكي ، 1975.
- 15- مصطفى عبد السلام الهيتي . القلق ، ط2 ، بغداد ، مكتبة النهضة ، 1985.
- 16- يحيى كاظم النقيب . علم النفس الرياضي ، الرياض ، مطبعة رعاية الشباب ، 1990 .
- 17-Rayner ,Gand Rubin, "Effects of achievement motivation and future ovietation on Level of Performance". Gof Personolity and Social- psychology 1971.

ملحق (1)

مقياس الاستثارة الانفعالية بصورته النهائية

بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزي اللاعب

تحية طيبة

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الاجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الاتية:

- اقرأ كل عبارة وبعد ان تفهم معناها اجب مباشرة بما ينطبق عليك شخصيا علما انه لا توجد هناك اجابة صحيحة واخرى خاطئة.
- ضع علامة (√) في الحقل الذي ينطبق عليك امام كل عبارة.
- ضرورة الاجابة بصراحة ودقة عن العبارات.
- عدم ترك أي عبارة من عبارات المقياس بلا اجابة.
- ان اجابتم ستحظى بسرية تامة وهي لاغراض البحث العلمي فقط.
- عدم كتابة الاسم.

الباحثة

م.شيماء علي خميس

كلية التربية الرياضية/ جامعة بابل

ت	الفقرات	غالبا	أحيانا	نادراً
1	اشعر بالاستقرار النفسي عندما استخدم تمارين الاسترخاء			
2	أحقق أفضل أداء عندما أكون هادئاً			
3	أفضل الفوز على الهزيمة عندما تكون المنافسة مهمة			
4	يزداد قلقي عندما أتعرض لإصابة ما.			
5	يثيرني الحكم الذي يعطي قرارات خاطئة			
6	أصلي لله قبل المباراة داعياً بالنجاح والموفقية			
7	اشعر بالارتياح لتقبل نصائح زملاء في اللعب			
8	يزداد توترى واضطرابي عند التفكير بأهمية المنافسة			
9	نقد المدرب لي يعوق مقدرتي على التركيز والانتباه في المنافسة			
10	الجا إلى دخول الحمام لمرات عديدة قبل البدء بالمنافسة			
11	أتألم من صيحات اللاعبين البذيئة			
12	أشعر بالثقة بالنفس عندما يقرأ المدرب سورة الفاتحة معنا			
13	أحقق أفضل أداء عندما يشجعني المدرب			
14	تزداد استشارتي عندما يكون الشخص الإداري غير رياضي			
15	أتصور ذهنياً خطة اللعب قبل تنفيذها.			
16	ألوم نفسي عند ارتكابي خطأ حتى ولو كان بسيطاً			
17	اهتمام المدرب بخطة اللعب يجعلني أكثر تفكيراً بأهمية المباراة			
18	صباحتي مع زملائي قبل المباراة تشد من ازري			
19	أطمئن نفسياً عندما ألع مع فريق يفهم قانون اللعبة جيداً			
20	يكون أدائي أفضل عندما يشاهدني والدي وأخوتي وأحبتي			
21	أشعر بالنرفزة عندما لم تكن توجيهات المدرب مجدية.			
22	يثيرني ضعف التحكيم الذي يسبب هزيمة فريقي			
23	أطمئن نفسياً عندما أرى اهتمام المسؤولين بي كثيراً قبل المنافسة وخلالها وبعدها			
24	أشعر بعدم الارتياح لتحيز الإداريين لبعض اللاعبين			
25	أشعر بسعادة عند مشاركتي في منافسة متكافئة المستوى			
26	أطمئن نفسياً عندما أشاهد جماهير مناصرة لفريقنا			
27	مع قرب موعد المنافسة تزداد ضربات قلبي			
28	في المنافسة المهمة أبذل جهداً مميزاً			
29	استمتع بالمنافسة أكثر من التدريب			
30	اشعر بالندم عندما أكرر نفس الأخطاء التي ارتكبتها سابقاً في المنافسة			
31	أفكر دائماً في كيفية الأداء في الوقت المطلوب.			

الملحق (2)

مقياس دافعية الانجاز بصورته النهائية

بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزي اللاعب

تحية طيبة

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الاجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الاتية:

☒ أن تجيب بصراحة ووضوح وذلك بوضع علامة واحدة () أمام كل عبارة تلائمك (تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة متوسطة ، تنطبق علي بدرجة قليلة ، لا تنطبق علي) .

☒ لا توجد إجابات صحيحة وإجابات خاطئة فكل أجابه تعد صحيحة طالما أنها تعبر عن رأيك في نفسك بصدق .

☒ ان إجابتك لا يطلع عليها سوى الباحثة وتستخدم لأغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر أسمك .

☒ ضرورة عدم الاستعانة بزميل آخر للاجابة .

اسم النادي:

الباحثة

م.شيماء علي خميس

كلية التربية الرياضية/ جامعة بابل

ت	العبارات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي
1.	اشعر بالملل من التدريب لفترة طويلة.				
2.	احلم بالمركز والمكانة العالية في المجتمع الرياضي.				
3.	احب ان اكون على منصة الاحتياط عندما نلعب مع الفرق القوية.				
4.	افضل ممارسة رياضي والتنافس فيها على أي عمل اخر.				
5.	لدي الرغبة في التفوق والانجاز بالكرة الطائرة.				
6.	انا اصمم على الفوز على الرغم من صعوبة الفريق المنافس.				
7.	اتوقع الفشل في كل ما اريد القيام به من اعمال.				
8.	اشعر بان جميع اللاعبين ضدي.				
9.	القي اللوم على الاخرين عند فشلي.				
10.	اتوقع ان يفتح لي الانجاز العالي ابواب المستقبل.				
11.	اسعى دائما الى ان اكون في مستوى اللاعبين المتميزين.				
12.	لا ارجب في التدريب لوقت اطول او بجهد اكبر من زملائي اللاعبين.				
13.	اعتقد ان النجاح في البطولات الرياضية يتاسس على الكفاح والتضحية.				
14.	اشعر بالخوف والارباك عندما لعب امام جمهور كبير.				
15.	ارى ان الكرة الطائرة شيء مثير يستدعي				

				الاستمرار في مزاولتها على الرغم من الصعوبات.
16.				انا اجد ان مستقبلي مع النادي الذي لعب له.
17.				ابتعد عن الصعاب التي اعرف ان اللاعبين الآخرين فشلوا في اجتيازها.
18.				يربحني فوز فريقي في أي منافسة يدخل فيها.
19.				ارغب ان اضحي من اجل تحقيق هدفي الرياضي.
20.				اخشى الهزيمة قبل ان تبدأ المباراة وفي انائها.
21.				انضمامي الى فريق النادي هدف مهم في حياتي.
22.				يهمني مواصلة اللعب مع فريقي.
23.				ابتعد عن الجدية في التدريب كي لا اصاب باذى.
24.				لدي ثقة بنفسى وبفريقي في الفوز.
25.				احاسب نفسى عما قمت به من اخطاء .
26.				اشعر بخوف شديد عندما اواجه خصوما اقوياء .
27.				انا متفائل جدا من مستقبلي الرياضي.
28.				اخطط نشاطاتي تجاه تحقيق مستقبلي الرياضي.
29.				انا من النوع الذي يستسلم بسهولة عند مواجهة بعض الصعوبات.
30.				افتقر الى الثقة في ادائي اثناء المباريات.
31.				لا اهتم بمقارنة مستوى ادائي بمستوى اداء اللاعبين الآخرين.