

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين
The Emotional Features among of the handball players In
Palestine

رمزي رسمي جابر

كلية التربية البدنية والرياضية

جامعة الأقصى-غزة

تاريخ الاستلام 2011/03/03 تاريخ القبول 2011/10/24

الملخص: هدفت الدراسة التعرف إلى السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تبعاً لبعض المتغيرات (الدرجة - المركز - اليد). ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (150) لاعباً أي ما نسبته (53.5%) من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عدده (280) لاعباً في فلسطين، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي ومقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة الذي أعد صورته العربية علاوي وشمعون (1998). وأظهرت نتائج الدراسة أن السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين كانت متوسطة حيث حصلت على نسبة مئوية قدرها (69.2%). وكذلك أظهرت النتائج أن مجال الثقة أحتل المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (83.3%)، بينما جاءت في المرتبة الثانية مجال الضبط الذاتي بوزن نسبي قدره (81.1%)، ثم جاء في المرتبة الثالثة مجال التحكم في التوتر بوزن نسبي قدره (75.3%)، بينما جاء مجال الإصرار في المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (68.8%)، تلا ذلك مجال المسؤولية الشخصية في المرتبة الخامسة بوزن نسبي قدره (64%)، ثم جاء مجال الرغبة في المرتبة السادسة بوزن نسبي قدره (60.4%)، وأخيراً جاء مجال الحساسية في المرتبة السابعة بوزن نسبي قدره (52%). وكذلك أظهرت النتائج إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تعزى إلى متغيرات (الدرجة- المركز - اليد). وأوصت الدراسة بضرورة الاهتمام الخاص بتطوير مستوى السمات الانفعالية للاعبي كرة اليد.

Abstract: The study aimed to identify the features of emotional deals with the players of handball in Palestine, according to some variables (class - the center - the hand). To achieve this, the study was conducted on a sample of (150) players, representing a growth (53.5%) of the study population the original of their number (280) player in Palestine, and to collect data and achieving the objectives of the study was the use of the descriptive approach , and which was prepared image of Arab Allawi and Shimon (1998). and the

results of the study concern the distinctive features of emotional handball players in Palestine was a medium where I got a percentage of (69.2%). As well as the results showed that the area of trust occupied the first rank relative weight of (83.3%), while ranked second area of self-regulation relative weight of (81.1%), and then came in the third area of stress management relative weight of (75.3%), while the area determination in the fourth position relative weight of (68.8%), followed by the field of personal responsibility in the fifth position relative weight of (64%), and then came the desire to sixth place relative weight of (60.4%), and finally came the field sensitivity ranked seventh in the relative weight of (52%). as well as the results showed that there was no statistically significant differences in emotional distinctive features of the handball players in Palestine due to the variables (class - the center - the hand).

The study recommended the need for special attention to developing the level of emotional features of the handball players.

مقدمة

تلعب السمات الانفعالية دوراً كبيراً في المجال الرياضي، وخاصة داخل المنافسات الرياضية المختلفة، لما لهذه السمات من أثر إيجابي في الحفاظ على الطاقة النفسية المثلى للاعب أثناء المنافسات بعيداً كل البعد عن الطاقة النفسية العالية التي تؤدي باللاعب إلى تشتت التفكير، والتوتر المبالغ فيه، وعدم ثقة بنفسه.

وتلعب الانفعالات دوراً هاماً بالغ الأثر في حياة اللاعب الرياضي، إذ ترتبط بسمات شخصيته وسلوكه ودوافعه وحاجاته، وبأنواع الأنشطة التي يمارسها. إذ لا يوجد على الإطلاق أنواع من الممارسة الرياضية دون أن تصطبغ بالانفعال (علاوي، 2004، ص353).

والانفعال هو استجابة وجدانية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغيرات جسمية تتوقف شدتها تبعاً لنوع المثير وشدته (فوزي، 2006، ص257).

ويعرف (فوزي، 2006، ص265) الانفعال بأنه حالة من التوتر الجسمي النفسي تنزع بالفرد إلى القيام بالنشاط اللازم لاستعادة توازنه الذي اختل.

وتمثل السمات الانفعالية أحد أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها،

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

وتعني السمات الانفعالية المميزة للسلوك الانفعالي، وتمثل الأسلوب العام لفاعلية الشخصية، وتعطى مجموعة متنوعة من الاستجابات النوعية (علاوي، 1998، ص34).

ويؤكد (Kane, 1978, p201) على أهمية التعرف إلى المحتوى الانفعالي للمساهمة في تطوير الأداء الرياضي لدى اللاعب.

ويشير (Rushall, 1979, p137) إلى ضرورة اهتمام برامج التدريب الحديثة بتنمية الجوانب النفسية للاعب بجانب تحقيق الانجازات الرياضية العالية.

ويرى (علاوي، 2002، ص33) بان المنافسة الرياضية مصدر خصب للعديد من المواقف الانفعالية المتعددة والمتغيرة نظراً لارتباطها بتعدد مواقف خبرات النجاح والفشل وتعدد مواقف الفوز، أو التعادل، أو الهزيمة من لحظة لأخرى أثناء المنافسة الرياضية الواحدة أو خلال المنافسات المتعددة.

ويرى (Salmela, 1980, p6) بأنه يجب إخضاع الاستجابات الانفعالية تحت الضبط حتى يمكن التدريب عليها بشكل يتماشى مع الإعداد البدني والمهاري.

ويرى (محمد، 2005، ص492) أن الإعداد البدني، والمهاري، والخططي أصبح لا يكفي لإحراز الفوز والتفوق، بل أصبح ضرورة الإعداد النفسي كعملية تربوية تعمل على تشكيل، وتطوير الدوافع والاتجاهات الايجابية، بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد النفسي.

ويرجع ذلك إلى ارتباط المنافسات الرياضية بالعديد من المواقف الانفعالية، والتي تتميز بقوتها، ومن خلالها قد تصطبغ الحالات الانفعالية للاعب ببعض حالات الاستثارة الشديدة التي تنعكس تأثيراتها الانفعالية تبعاً لدرجتها بشكل مباشر على مستويات الأداء التي يظهرها الفرد في غضون المنافسة، كما

أنها تؤثر بدرجة كبيرة على شخصية الفرد مما يتطلب معه التحكم في انفعالاته وتعلم إخضاعها لسيطرته

(علاوي، 1971، ص261-276). وذلك باعتبار أن الجانب الانفعالي للشخصية: هو الإطار السلوكي الذي تنظم فيه التجمعات السلوكية المسؤولة عن دوافع الفرد، وأهدافه

المسئولة عن اتزانه الانفعالي، وتكامل انفعالاته (Cratty,1973,p799).

والنشاط الرياضي يزخر بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر بشكل واضح على سلوك الفرد ويتطلب ذلك كله من الفرد الرياضي القدرة على التحكم في انفعالاته، وإخضاعها لسيطرته كما أن ديناميكية الحالات الانفعالية في أثناء المباريات التي تتميز بالتغير الدائم السريع من انفعال معين لانفعال آخر مغاير من أهم العوامل التي تؤثر بصورة واضحة على المستويات التي يظهرها الفرد في المنافسة الرياضية، أو قد تحول الفوز إلى هزيمة والنجاح إلى فشل والعكس صحيح.

أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة من الناحيتين النظرية والعملية للمدربين، والباحثين على النحو التالي:

أولاً: من الناحية النظرية:

1- تكمن أهمية الدراسة بأنها الأولى في حدود علم الباحث التي تتناول موضوع السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد، إذ لم يسبق طريقة على صعيد البحث على الساحة الفلسطينية.

2- تكمن أهمية الدراسة في كونها تتعرض لموضوع السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد، بما قد يعمل على توفير بعض المعلومات، لتكون في متناول المدربين، وللاعبي كرة اليد في فلسطين.

ثانياً: من الناحية العملية:

1- تساهم نتائج الدراسة في الكشف عن السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد لتدعيمها، وكذلك الكشف عن السمات الانفعالية السلبية لمحاولة السيطرة عليها.

2- تأتي أهمية الدراسة من خلال إيجاد البيانات الخاصة بحالات الاستجابة الانفعالية التي يمر بها اللاعب خلال المباريات والتعرف عليها من أجل تذليلها لغرض تحقيق أفضل الانجازات الرياضية.

مشكلة الدراسة:

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

يرى الباحث أن مشكلة الدراسة تكمن بوضوح في التعرف وبدقة إلى السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد، وذلك لمحاولة التغلب والسيطرة على هذه السمات الانفعالية التي تؤثر على اللاعبين إيجاباً، أو سلباً، وخاصة فيما يتعلق بالانفعالات السلبية التي تؤثر تأثيراً سلبياً على الأداء. ومن خلال متابعة الباحث لبعض مباريات الدوري الفلسطيني لكرة اليد. لاحظ بوضوح أن الكثير من اللاعبين لا يستطيعون السيطرة على انفعالاتهم في أثناء المنافسة بسبب الضغوط النفسية، وضعف اللياقة، والجوانب المهارية، والخطئية مما يؤثر تأثيراً سلبياً على أدائهم، ويكونون في حالة عصبية وتوتر، وخاصاً في المباريات الحاسمة منها. ويرتبط النشاط ارتباط وثيقاً بالانفعالات المتعددة كما يتميز بقوة جاذبيته الانفعالية مما يشكل الأساس الرئيسي للتأثير الهام الايجابي على شخصية اللاعب الرياضي. وأتفق العديد من المهتمين بالدراسات النفسية للرياضيين أمثال " (Donald,1981,p47)، (Cratty,1973, p17)، (Ryan,1976,p49)، (علاوي، 1979، ص310)، (Llewellyn,1982,p176) بأن دراسة السمات الانفعالية من أهم موضوعات البحث والدراسة من قبل علماء النفس الرياضي خاصة، وقد يبدو ذلك منطقياً باعتبار أن الشخصية هي المحصلة العامة للسلوك الإنساني كما تحدده عوامل الوراثة، وعناصر البيئة حيث تنمو وتتكاثر من خلال التفاعل الوظيفي الذي يحدث بين الجوانب الهامة التي تنظم سلوك الفرد (المعرفية، الفسيولوجية، الانفعالية).

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف إلى:

- 1- السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين.
- 2- الفروق في السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تبعاً إلى متغيرات (الدرجة- مركز اللعب- واليد المستخدمة في اللعب).

أسئلة الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة يضع الباحث الأسئلة التالية:

- 1- ما السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين؟.
- 2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في السمات

الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تبعاً لمتغير درجة النادي؟.

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في السمات

الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تبعاً لمتغير مركز اللعب؟.

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) في السمات

الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تبعاً لمتغير اليد المستخدمة؟.

المصطلحات المستخدمة في الدراسة:

1- السمات الانفعالية: هي السمات التي تم اختيارها لهذه الدراسة معتمداً على مقياس علاوي وشمعون وهي: الرغبة، والإصرار، والحساسية، وضبط التوتر، والثقة، والمسؤولية الشخصية، وضبط الذاتي (تعريف إجرائي).

2- المنافسة الرياضية: هي عملية تحدي بين متنافسين أو فريقين يسعى من خلالها اللاعب أو الفريق بتوظيف ما يملك من قدرات بدنية، ومهارية، وخططية، ونفسية، وذهنية للفوز في هذه المنافسات أو البطولات الرياضية (تعريف إجرائي).

مجالي الدراسة:

1- المجال الجغرافي: أجريت الدراسة في محافظات قطاع غزة - فلسطين.

2- المجالين البشري والزمني: أجريت الدراسة على اللاعبين المسجلين في سجلات الاتحاد الفلسطيني

لكرة اليد في المحافظات الجنوبية في الفترة الزمنية الواقعة ما بين 2011/1/2 إلى 2011/3/3.

الدراسات السابقة:

قام الباحث بإجراء دراسة مسحية للدراسات السابقة بمجال هذه الدراسة، وقد توصل الباحث إلى (14) دراسة، منها (9) دراسات عربية، (5) دراسات أجنبية، وفيما يلي عرض لتلك الدراسات وفقاً لتاريخ إجراءاتها من الأحدث إلى الأقدم.

أولاً: الدراسات العربية:

دراسة جابر (2010) بعنوان "مدى شيوع ظاهرة السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم

في محافظات قطاع غزة هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مدى شيوع ظاهرة السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم في محافظات قطاع غزة تبعاً للمتغيرات الآتية (الدرجة- المركز) على عينة قوامها (140) لاعباً وتم استخدام المنهج الوصفي، واختبار السلوك التنافسي من تصميم هاريس Harris ومن تعريب محمد علاوي (1998). وأظهرت نتائج الدراسة أن درجة شيوع ظاهرة السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم في محافظات قطاع غزة جاءت متوسطة حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (66.1%). وكذلك أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة شيوع ظاهرة السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم تعزى لمتغير الدرجة (الممتازة، الأولى). ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة شيوع ظاهرة السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم تعزى لمتغير المركز (هجوم، دفاع).

دراسة هدايت (2010) بعنوان "الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبي كرة اليد" هدفت الدراسة التعرف إلى الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبي كرة اليد، واشتملت عينة الدراسة على (14) لاعب، وتم استخدام المنهج الوصفي، مقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة، وأظهرت نتائج الدراسة أن لاعبي كرة اليد يتميزون بالاستجابة الانفعالية المرتفعة، وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود علاقة بين الاستجابة والأداء المهاري بكرة اليد.

دراسة جابر (2009) بعنوان "السمات الانفعالية لحكام كرة القدم بفلسطين" هدفت الدراسة إلى التعرف على السمات الانفعالية لحكام كرة القدم بفلسطين، وكذلك التعرف على السمات الانفعالية لحكام الساحة وحكام الراية. وتكونت العينة من (30) حكماً، وقد تم استخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة وأعد صورته العربية علاوي و شمعون. وأظهرت نتائج الدراسة أن السمات الانفعالية لحكام كرة القدم في فلسطين كانت متوسطة، وكذلك أظهرت النتائج أن محاور الدراسة جاءت كالأتي من الأكثر إلى الأقل: محور الثقة - محور الضبط الذاتي - محور التحكم في التوتر - محور الإصرار - محور المسؤولية الشخصية - محور الرغبة - محور الحساسية - ولا توجد فروق ذات دلالة في السمات الانفعالية لحكام كرة القدم بفلسطين (حكام الراية،حكام ساحة).

دراسة محمد (2007) بعنوان " العلاقات الاجتماعية وانعكاساتها على السمات الانفعالية من خلال الرياضات الجماعية " هدفت الدراسة إلى معرفة العلاقات الاجتماعية التي يعيشها التلاميذ وسماتهم الانفعالية ومن ثم تحديد العلاقة القائمة بينهم. كما هدفت الدراسة التعرف إلى إذا كانت هناك اختلافات بين الجنسين في العلاقات الاجتماعية والسمات الانفعالية، وتكونت عينة الدراسة من (91) تلميذا، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، واختبار السوسيو متري، إضافة إلى مقياس السمات الانفعالية لتوماس تتكو. وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية بين العلاقات الاجتماعية والسمات الانفعالية. وتوجد فروق بين الجنسين في العلاقات الاجتماعية والسمات الانفعالية في الرياضات المختلفة.

دراسة محمد (2005) بعنوان " علاقة بعض السمات الانفعالية بإنتاجية الرمية الحرة في كرة السلة " هدفت الدراسة التعرف إلى العلاقة بين السمات الانفعالية وإنتاجية الرمية الحرة لدى لاعبي الدرجة الأولى في كرة السلة، والفروق في السمات الانفعالية بين المتميزين، وغير المتميزين في إنتاجية الرمية الحرة من لاعبي الدرجة الأولى في كرة السلة، استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية للرياضيين. وتكونت عينة الدراسة من (38) لاعباً، وأظهرت النتائج أن السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة جاءت كبيرة، وكذلك أسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة موجبة دالة إحصائياً بين إنتاجية الرمية الحرة وسمتي الإصرار والثقة بالنفس. - وجود علاقة سالبة دالة إحصائياً بين إنتاجية الرمية الحرة وسمتي الرغبة والحساسية. - وجود فروق دالة بين المجموعة المتميزة بإنتاجية الرمية الحرة والمجموعة غير المتميزة في سمتي الإصرار والثقة بالنفس لصالح المجموعة المتميزة. - وجود فروق دالة في سمتي الرغبة والحساسية بين المجموعة المتميزة بإنتاجية الرمية الحرة والمجموعة غير المتميزة لصالح المجموعة غير المتميزة.

دراسة الشخيلي وآخرون (2000) بعنوان " مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين لاعبي بعض منتخبات الشباب للألعاب الفرقية والفردية " هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الاستجابة الانفعالية للاعبي كرة القدم (الألعاب الفرقية) وللاعبي التنس

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

والتايكواندو (الألعاب الفردية)، شملت عينة الدراسة على (16) لاعب، وتم استخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية، وأسفرت نتائج الدراسة عن أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الاستجابة الانفعالية لسمة (الرغبة، والحساسية، وضبط التوتر) بين لاعبي منتخب الشباب بكرة القدم (الألعاب الفرقية) ولاعبي منتخب الشباب بالنتس الأرضي والتايكواندو (الألعاب الفردية). - وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستوى الاستجابة الانفعالية لسمة (الإصرار، الثقة، الضبط الذاتي، المسؤولية الشخصية) ولاعبي منتخب الشباب بالنتس الأرضي (الألعاب الفردية) ولصالح الألعاب الفرقية (كرة قدم).

دراسة هارون (1997) بعنوان "السمات الانفعالية لحكام كرة القدم العرب " هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على السمات الانفعالية بمظهرها الايجابي والسلبي، وتكونت عينة الدراسة من (35) حكماً، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية الذي أعد صورته العربية علاوي، وشمعون. وأظهرت نتائج الدراسة أن الحكام يتميزون بسمات انفعالية ايجابية مقبولة، فيما جاءت سمة الخوف من المنافس العدواني سلبية في محور الإصرار، وكذلك الاستمتاع بالوقت الحرج من المباراة، وعدم التصرف الحسن خلالها والتي أشارت سمة ضبط النفس، كما أظهرت النتائج أن هناك تمايزاً بين حكام الساحة والحكام معاونين في السمات الانفعالية لصالح حكام الساحة خاصة في سمة الإصرار.

دراسة درويش وعمار (1994) بعنوان "السمات الانفعالية المصاحبة لمتسابقين ومتسابقات الميدان والمضمار أثناء المنافسة " هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على ترتيب السمات الانفعالية لمتسابقين ومتسابقات الميدان والمضمار، وكذلك درجة أهمية السمات الانفعالية لمتسابقين الجري والوثب والرمي، وكذلك إلى الفروق في السمات الانفعالية بين كل من الجري والوثب والرمي، وتكونت عينة الدراسة من (29) متسابقاً، و(22) متسابقة، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية من علاوي، وشمعون. وأظهرت نتائج الدراسة تميز متسابقين ومتسابقات الميدان والمضمار بارتفاع درجة السمات الانفعالية الخاصة بالضبط الذاتي حيث جاءت الأولى في ترتيب

السمات الانفعالية - ويتميز متسابقى الجري بارتفاع درجة السمة الانفعالية الخاصة بالرغبة لديهم مقارنة بمتسابقى الوثب والرمي. - وتتميز متسابقات الرمي بارتفاع درجة السمة الانفعالية الخاصة بالثقة.

دراسة الأبحر وإسماعيل (1991) بعنوان "دراسة مقارنة بين لاعبي المبارزة والملاكمة في السمات الانفعالية وبعض المظاهر الانفعالية المصاحبة أثناء المنافسة الرياضية" هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق بين السمات الانفعالية، وبعض المظاهر الانفعالية المصاحبة أثناء المنافسة الرياضية، وتكونت عينة الدراسة من (25) ملاكماً و (36) مبارزاً، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية. أظهرت نتائج الدراسة أن السمات الانفعالية لدى لاعبي الملاكمة، والمبارزة جاءت مرتفعة، وأظهرت ذلك النتائج عدم وجود فروق بين لاعبي المبارزة والملاكمة في سمات الاستجابة.

أولاً: الدراسات الأجنبية:

دراسة نيشولس Nicholls,et al.(2009) بعنوان "الاستجابات الانفعالية وعلاقتها بالضغط النفسية لدى لاعبي اتحاد المحترفين في رياضة الرجبي خلال المباريات" هدفت الدراسة إلى التعرف على الاستجابات الانفعالية الحادة وعلاقتها بالضغط النفسية لدى لاعبي الرجبي من خلال التدريبات والمباريات الرياضية، وتكونت عينة الدراسة من (10) من اللاعبين المحترفين في رياضة الرجبي، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب التحليلي، ومقياس الاستجابة الانفعالية، والملاحظة اليومية لمدة 31 يوماً على التوالي. وأسفرت نتائج الدراسة عن أن الاستجابة الانفعالية والضغط النفسية جاءت متوسطة في التدريبات مقارنة بالمباريات الرسمية، وكذلك أظهرت النتائج أن الزيادة الكبيرة في الاستجابة الانفعالية، والضغط كانت في يوم المباراة، وكذلك أظهرت النتائج أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المواجهة المباشرة في المباريات، والاستجابات الانفعالية لدى لاعبي الرجبي.

دراسة كلينك Klenk (2006) بعنوان "الاستجابات الانفعالية لدى لاعبي الجامعات من الإصابات الرياضية" هدفت الدراسة إلى التعرف على الاستجابات الانفعالية لدى اللاعبين

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

الذين تعرضوا للإصابات الرياضية خلال التدريبات، والمباريات، وتكونت عينة الدراسة من (250) طالباً جامعياً منهم (127) طالب، و(122) طالبة، وتم استخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية من الإصابات (ERAQ)، وأسفرت نتائج الدراسة عن أن هناك استجابات انفعالية وأثار سلبية لدى اللاعبين الذين تعرضوا للإصابة من خلال اشتراكهم في التدريبات، أو المباريات.

دراسة جونيس (2003) Jones بعنوان "التحكم الانفعالي في الرياضة" هدفت الدراسة إلى التعرف على مدى قدرة اللاعب الرياضي في السيطرة والتحكم في انفعالاته خلال المنافسات الرياضية، وتكونت عينة الدراسة من (438) لاعباً من مختلف الألعاب الرياضية الجماعية، أو الفردية، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، ومقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة، وأظهرت نتائج الدراسة أن جميع اللاعبين بغض النظر عن رياضتهم المفضلة لا يستطيعون التحكم في انفعالاتهم خلال المنافسات الرياضية.

دراسة سوليفان (1998) Sullivan بعنوان "خصائص الشخصية للاعبين ولاعبات الأنشطة الجماعية" هدفت الدراسة إلى تحديد الفروق في السمات الشخصية للاعبين ولاعبات الأنشطة الرياضية مثل (الهوكي- الكرة الطائرة- كرة الماء)، استخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية، وتكونت عينة الدراسة من (50) لاعب، (50) لاعبة، وقد استعان الباحث بقائمة ادوارد للشخصية، وقد أسفرت نتائج الدراسة عن أن تفوق اللاعبين على اللاعبات في تحقيق الإنجاز والاستقرار الانفعالي والمثابرة.

دراسة جات (1998) Gat بعنوان "خصائص الشخصية لدى لاعبي الدراجات المتنافسين والترويحيين" هدفت الدراسة إلى مقارنة الخصائص الشخصية للاعبين الدراجات المسجلين بالاتحاد ويشاركون في المنافسات والممارسون بغرض الترويح، واستخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية، وتكونت عينة الدراسة من (30) لاعبا رياضيا، (30) لاعباً غير رياضياً، واستخدم الباحث اختبار كاتل. وقد أسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح لاعبي الدراجات الذين يشاركون في المنافسات في سمات الثقة بالنفس - الجرأة - المبادأة - الابتكار.

التعليق على الدراسات السابقة:

1. يلاحظ ندرة الدراسات التي تناولت السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة اليد.
2. توصلت الدراسات العربية والأجنبية لوجود معدلات عالية من السمات الانفعالية لدى اللاعبين.
3. تناولت الدراسات العربية، والأجنبية دراسة السمات الانفعالية لدى اللاعب الرياضي، ولم تتقصى آثار المتغيرات المختلفة (مركز اللعب، اليد المستخدمة في اللعب) على السمات الانفعالية لدى اللاعب الرياضي بصورة مباشرة، حيث تم الاهتمام بنوعية قليلة من العوامل والمتغيرات الشخصية.
4. توصلت دراسة هدايت (2010)، ودراسة محمد (2005)، ودراسة الأبحر، وإسماعيل (1991) لدرجات عالية من السمات الانفعالية لدى اللاعب الرياضي، بينما لم تشر دراسة جابر (2009)، ودراسة هارون (1997) لدرجة عالية من السمات الانفعالية لدى اللاعب الرياضي، وتوصلت دراسة هارون (1997)، ودراسة نظمي، وعمارة (1994) إلى المشكلات المرتبطة على السمات الانفعالية. وحددت دراسة جابر (2009)، ودراسة محمد (2005)، ودراسة عاصي (2000)، ودراسة هارون (1997)، ودراسة درويش، وعمارة مصادر السمات الانفعالية لدى اللاعب الرياضي.

إجراءات الدراسة:

يتناول هذا الفصل وصفاً مفصلاً للإجراءات التي اتبعها الباحث في تنفيذ الدراسة، ومن ذلك تعريف منهج الدراسة، ووصف مجتمع الدراسة، وتحديد عينة الدراسة، وتحديد أداة الدراسة، والتأكد من ثباتها، والأساليب الإحصائية التي استخدمت في معالجة النتائج، وفيما يلي وصف لهذه الإجراءات.

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبي كرة اليد للفئة العمرية 17 - 39 سنة والبالغ عددهم (280) لاعب في الموسم الرياضي 2010 / 2011 وذلك من خلال مراجعة الاتحاد الفلسطيني لكرة اليد للحصول على عدد اللاعبين وعدد الأندية المعتمدة في الدرجة الممتازة، والدرجة الأولى.

عينة الدراسة:

أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (150) لاعباً، وقد بلغ عدد الاستبيانات التي جمعت (153) استبانة، واستبعد (3)، وذلك لعدم استكمال الاستجابة على فقرات المقياس، وتم التحليل الإحصائي للاستبيانات التي استوفت شروط الاستجابة والتي بلغ عددها (150) استبانة التي تمثل ما نسبته (53.5%) تقريباً من مجتمع الدراسة الأصلي والبالغ (280) لاعب والجدول (1)، (2)، (3) تبين توزيع عينة الدراسة.

أ - متغير الدرجة النادي:

جدول رقم (1): توزيع عينة الدراسة تبعا إلى متغير درجة النادي

النسبة المئوية	التكرار	درجة النادي
59.3%	89	ممتازة
40.7%	61	أولى
100%	150	المجموع

ب - متغير المركز في اللعب:

جدول رقم (2): توزيع عينة الدراسة تبعا إلى متغير المركز في اللعب

النسبة المئوية	التكرار	مركز اللعب
46.7%	70	لاعب الأجنحة
53.3%	80	لاعب الوسط
100%	150	المجموع

جدول رقم (3): توزيع عينة الدراسة تبعاً إلى متغير اليد المستخدمة في اللعب

اليد المستخدمة	التكرار	النسبة المئوية
اليمنى	130	86.7%
اليسرى	20	13.3%
المجموع	150	100%

أداة الدراسة:

استخدم الباحث مقياس الاستجابة الانفعالية في الرياضة من تصميم توماس تنكو وأعد صورته العربية محمد علاوي و محمد العربي شمعون، ويتكون المقياس من 42 فقرة، ومن 7 مجالات وهي: الرغبة، الإصرار، الحساسية، التحكم في التوتر، الثقة، المستولية الشخصية، الضبط الذاتي. ويتكون جميع المجالات من (6) فقرات.

وعند تصحيح فقرات المقياس يتم منح الفقرات التي في اتجاه المجال الدرجات التالية: دائماً = 5 درجات، غالباً = 4 درجات، أحياناً = 3 درجات، نادراً = 2 درجة، أبداً = درجة واحدة.

كما يتم منح الفقرات التي في عكس اتجاه المجال الدرجات التالية: دائماً = درجة واحدة، غالباً = درجتان، أحياناً = 3 درجات، نادراً = 4 درجات، أبداً = 5 درجات.

وفي ضوء ذلك يكون تفسير النتائج كما يلي:

80% فما فوق درجة كبيرة جداً

70% إلى 79% درجة كبيرة

60% إلى 69% متوسطة

50% إلى 59% قليلة

أقل من 50% درجة قليلة جداً

والجدول التالي يوضح أرقام الفقرات التي في اتجاه المجال والتي في عكس اتجاه المجال في مقياس السمات الانفعالية.

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

جدول رقم (4): يوضح أرقام الفقرات الإيجابية والسلبية في مقياس السمات الانفعالية

الترتيب في الترتيب		الحساسية		الإصرار		الرغبة	
نوع الفقرة	رقم الفقرة	نوع الفقرة	رقم الفقرة	نوع الفقرة	رقم الفقرة	نوع الفقرة	رقم الفقرة
إيجابية	4	إيجابية	3	سلبية	2	إيجابية	1
سلبية	11	سلبية	10	إيجابية	9	سلبية	8
إيجابية	18	إيجابية	17	سلبية	16	إيجابية	15
سلبية	25	سلبية	24	إيجابية	23	سلبية	22
إيجابية	32	إيجابية	31	سلبية	30	إيجابية	29
سلبية	39	سلبية	38	إيجابية	37	سلبية	36

تابع الجدول رقم (4):

الضبط		المسؤولية الشخصية		الثقة	
نوع الفقرة	رقم الفقرة	نوع الفقرة	رقم الفقرة	نوع الفقرة	رقم الفقرة
إيجابية	7	إيجابية	6	إيجابية	5
سلبية	14	سلبية	13	سلبية	12
إيجابية	21	إيجابية	20	إيجابية	19
سلبية	28	سلبية	27	سلبية	26
إيجابية	35	إيجابية	34	إيجابية	33
سلبية	42	سلبية	41	سلبية	40

الجدول (5): يوضح معاملات ألفا كرونباخ لكل مجال من مجالات المقياس

المجال	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
الرغبة	6	0.577
الإصرار	6	0.503
الحساسية	6	0.618
التحكم في التوتر	6	0.612
الثقة	6	0.522
المسؤولية الشخصية	6	0.598
الضبط الذاتي	6	0.674

يتضمن الجدول (5) أن معامل الثبات للمقياس وصل إلى (0.674) وهو معامل ثبات عالي يفيد باغراض الدراسة

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1- التكرارات، والمتوسطات الحسابية، والنسب المئوية، واختبار t-test

للإجابة عن السؤال الأول:

ما السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين؟.

وللإجابة عن هذا السؤال قام الباحث بإيجاد المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لكل فقرة ولكل مجالات المقياس والجدول التالية توضح ذلك:

المجال الأول: الرغبة:

يتضح من الجدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الأول، تبين أن متوسط الأوزان النسبية قد تراوحت ما بين (38.67-97.33).

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

الجدول (6): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة

من فقرات بعد الرغبة (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	1	لا أعتبر لعبي له قيمة ما لم يقترب من أحسن مستوى لي	4.333	0.900	86.67	2
2	8	أمارس اللعب أساساً بقصد الترويح	2.200	1.424	44.00	5
3	15	أريد أن أكون أحسن لاعب في الملعب	4.867	0.352	97.33	1
4	22	أفضل اللعب مع اللاعبين الذين لا يجعلون من المباراة صراعا	1.933	1.163	38.67	6
5	29	لا أشعر بالميل للعب إلا في حالة وجود التحدي	2.667	1.676	53.33	3
6	36	أستمتع باللعب في المباراة على الرغم من ارتكابي العديد من الأخطاء	2.333	0.976	46.67	4
		الدرجة الكلية لبعء الرغبة	3.022	2.031	60.44	

المجال الثاني: الإصرار:

الجدول (7): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة

من فقرات بعد الإصرار (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	2	يمتلكني الخوف من المنافس العدواني	3.800	0.941	76.00	4
2	9	أبدي رأيي بصراحة إذا كان لي بعض الملاحظات على المباراة	3.867	1.125	77.33	3
3	16	أفضل الابتسام في مواجهة غضي المنافسين	1.533	0.640	30.67	6
		حرصاً على عدم تماديهم في ذلك				

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
4	23	أتحمل المسؤولية كاملة في اللعب	4.400	1.121	88.00	2
5	30	عندما يظهر الغضب على المنافسين أحاول تجاهلهم خشية زيادة غضبهم	2.467	1.302	49.33	5
6	37	أتصف بالإصرار في اللعب	4.600	0.507	92.00	1
		الدرجة الكلية لبعء الإصرار	3.444	1.799	68.89	

يتضح من الجدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الثاني تبين أن متوسط الأوزان النسبية قد تراوحت ما بين (92.00-30.67).

المجال الثالث: الحساسية:

الجدول (8): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة

من فقرات بعد الحساسية (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	3	المضايقات البسيطة يمكن أن تشتت تركيزي أثناء المباراة	2.667	1.234	53.33	3
2	10	تكون أعصابي قوية (من حديد) أثناء المباراة	1.800	0.775	36.00	5
3	17	أُتأثر بآراء الآخرين في مستوى أدائي الرياضي	2.667	1.447	53.33	4
4	24	يتملكني الشعور بعدم المبالاة أثناء المباراة	4.333	0.816	86.67	1
5	31	أي تعليق جارح يمكن أن يؤثر على أدائي أثناء المباراة	2.933	1.438	58.67	2
6	38	أثناء المباراة أحاول عزل تفكيري كلية عن ما يدور حولي	1.200	0.561	24.00	6
		الدرجة الكلية لبعء الحساسية	2.6	3.851	52.00	

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

يتضح من الجدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الثالث، تبين أن متوسط الأوزان النسبية قد تراوحت ما بين (24.00-86.67).

المجال الرابع: التحكم في التوتر:

الجدول (9): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة من فقرات بعد التحكم في التوتر (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	4	أستطيع الاحتفاظ بتفكيري هادئاً أثناء المباراة	4.267	0.594	85.33	2
2	11	تكثر أخطائي في أثناء الوقت الحرج من المباراة	4.467	0.516	89.33	1
3	18	أستطيع أن أتحكم في أعصابي أثناء أدائي	4.200	0.561	84.00	3
4	25	عصبيتي " نرفزتي " تؤثر على أدائي في المباراة	3.533	0.990	70.67	4
5	32	أستمتع بالوقت الحرج في المباراة لأنني أحسن التصرف فيه	3.467	1.246	69.33	5
6	39	أخشى الوقوع في المواقف الحرجة قبل حدوثها أثناء المباراة	2.667	1.234	53.33	6
		الدرجة الكلية لبعء التحكم في التوتر	3.766	2.530	75.33	

يتضح من الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الرابع، تبين أن متوسط الأوزان النسبية قد تراوحت ما بين (53.33-89.33).

المجال الخامس: الثقة:

يتضح من الجدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال الخامس، تبين أن متوسط الأوزان النسبية قد تراوحت ما بين (65.33-97.33).

الجدول (10): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة
من فقرات بعد الثقة (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	5	أنا واثق كل الثقة في قدرتي على الأداء في المباراة	4.867	0.352	97.33	1
2	12	أفتر إلى الثقة في أدائي أثناء المباراة	4.800	0.561	96.00	2
3	19	أتوقع الأداء الجيد قبل المباراة	4.600	0.737	92.00	3
4	26	أخشى الأداء السيئ حتى قبل أن تبدأ المباراة	3.267	1.624	65.33	5
5	33	أميل إلى تحدي المنافسين الأقوياء	4.200	1.146	84.00	4
6	40	يضايقني أن المنافس يمكن أن يهزمني	3.267	1.751	65.33	6
		الدرجة الكلية لبعد الثقة	4.166	2.646	83.33	

المجال السادس: المسؤولية الشخصية:

الجدول (11): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة
من فقرات بعد المسؤولية الشخصية (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	6	أعتذر عندما أخطئ أو حينما أكون غير موفق في اللعب	3.733	1.387	74.67	3
2	13	لا أهتم بما ارتكبه من أخطاء أثناء المباراة	2.867	1.598	57.33	5
3	20	أخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام	3.067	1.438	61.33	4
4	27	أفكر في الأخطاء التي قد يقع فيها المنافس أكثر من تفكيري في اللعب	3.867	1.302	77.33	2
5	34	أشعر بالضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح	4.067	1.033	81.33	1
6	41	أحاول أن أتجنب التفكير فيما وقعت فيه من أخطاء في المباراة	1.600	0.828	32.00	6
		الدرجة الكلية لبعد المسؤولية الشخصية	3.2	3.570	64.00	

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

يتضح من الجدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال السادس، تبين أن متوسط الأوزان النسبية قد تراوحت ما بين (32.00-81.33).

المجال السابع: الضبط الذاتي:

الجدول (12): المتوسطات والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل فقرة من فقرات بعد الضبط الذاتي (ن=150)

م	رقم الفقرة	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ترتيب
1	7	أفكر في خطة اللعب قبل المباراة	4.133	1.407	82.67	4
2	14	ألعب ارتجالاً دون أن يكون في ذهني خطة اللعب	4.800	0.561	96.00	1
3	21	ألتزم بنظام ثابت سواء في التدريب أو في المباريات	4.067	1.100	81.33	5
4	28	أتعجل الانتقال من طريقة إلى أخرى محاولاً تحسين مستواي	1.800	1.082	36.00	6
5	35	أحاول البحث عن طرق متعددة لكي أكون أكثر كفاءة في لعبي	4.733	0.458	94.67	3
6	42	لا أعرف ما ينبغي علي عمله حتى تبدأ المباراة	4.800	0.414	96.00	2
		الدرجة الكلية لبعء الضبط الذاتي	4.055	2.526	81.11	

يتضح من الجدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المجال السابع، تبين أن متوسط الفقرات قد تراوح بين (36.00-96.00).

الجدول (13): التكرارات والمتوسطات والانحرافات والأوزان النسبية والترتيب في مجالات المقياس (ن=150)

الترتيب	الوزن النسبي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجال
6	60.4%	2.031	18.133	الرغبة
4	68.8%	1.799	20.667	الإصرار
7	52.0%	3.851	15.600	الحساسية
3	75.3%	2.530	22.600	التحكم في التوتر
1	83.3%	2.646	25.000	الثقة
5	64.0%	3.570	19.200	المسؤولية الشخصية
2	81.1%	2.526	24.333	الضبط الذاتي
	69.2%	9.476	20.790	المجموع

يتضح من الجدول (13) ما يلي:

-أحتل مجال الثقة المرتبة الأولى بوزن نسبي (83.3 %)، تلا ذلك وفي المرتبة الثانية مجال الضبط الذاتي بوزن نسبي (81.1%)، ثم جاء مجال التحكم في التوتر في المرتبة الثالثة بوزن نسبي (75.3%)، تلا ذلك بالمرتبة الرابعة مجال الإصرار بوزن نسبي (68.8%) تلا ذلك مجال المسؤولية الشخصية في المرتبة الخامسة بوزن نسبي (64.0%) ثم جاء مجال الرغبة في المرتبة السادسة بوزن نسبي (60.4) وجاء مجال الحساسية في المرتبة السابعة بوزن نسبي (52.0 %).

-واحتل مجالات المقياس ككل ما نسبته (69.2%).

كما يشير جدول (13) أن المجال الخامس (الثقة) يمثل أعلى المجالات لدى عينة البحث بوزن نسبي (83.3%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث كبيرة جداً. ويعزو الباحث ذلك إلى أهمية الثقة بالنفس لدى اللاعبين، إذ يرى الكثير من اللاعبين أن الثقة بالنفس تعني تحقيق النجاح والإبداع، ومن هنا تؤكد الدراسات العلمية في مجال علم النفس الرياضي بأن الثقة بالنفس تولد الانتباه والتركيز وبالتالي النجاح. والخوف من

الفشل يؤدي باللاعب إلى العصبية والقلق، والتوتر، وعدم الاستمتاع باللعب.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جابر (2009)، ودراسة محمد (2005)، ودراسة الشخيلي وآخرون (2000)، ودراسة درويش، وعمارة (2004)، ودراسة Gat (1998) في أن مجال الثقة أحتل المرتبة الأولى في جميع عينات الدراسة المشار إليها أعلاه.

ويؤكد (علاوي، 1998، ص35) على أن الثقة هي إيمان اللاعب بقدرته وثقته في مواهبه، وتقبل التحديات التي تختبر صموده، وهي معرفته بنواحي قوته وضعفه واستخدامها جميعاً في الوصول إلى أفضل النتائج، وهي تعني أن هناك استعداداً لمواجهة أي عقبات في حدود وقدرات اللاعب.

حين يؤكد الباحث على أن الثقة بالنفس من المهارات الهامة في المجال الرياضي نظراً لتأثيرها على أداء اللاعبين وأن ثقة الرياضي في قدراته تمثل مصدراً إيجابياً لتحقيق الطاقة النفسية الإيجابية.

والثقة بالنفس هي درجة الاعتقاد التي يمتلكها اللاعب عن مدى قدرته على تحقيق النجاح ولا شك أن توقعه لنتائج أدائه يعد عاملاً هاماً من حيث التأثير على نتائج الأداء (راتب، 1997، ص342-343).

ويضيف (راتب، 2000، ص338) على أهمية امتلاك الثقة بالنفس كصفة شخصية ومهارة نفسية، وأن الأداء يتحسن حينما أن الثقة تزداد إلى نقطة مثلى.

هذا ويحتل المجال السابع (الضبط الذاتي) المرتبة الثانية لدى عينة البحث بوزن نسبي مقداره (81.1%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث كبيرة جداً. ويعزو ذلك الباحث إلى أن لاعبي كرة اليد عينة الدراسة يتميزون بهدوء في مواقف اللعب الصعبة واللحظات الحرجة واللجوء إلى حل المشاكل دون انفعالات أو مبالغة في ردود الفعل.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جابر (2009)، ودراسة عاصي (2000)، ودراسة درويش، وعمارة (2004)، ودراسة هارون (1997) في أن الضبط

الذاتي للانفعالات يلعب دورا هاما وحيويا لتركيز اللاعب في الأداء، ليحقق أفضل تركيز انتباه له.

والضبط الذاتي يتمثل في قدرة اللاعب على الالتزام بخطة اللعب مع تطويرها أو تغييرها إذا استدعى الأمر، ويتطلب ذلك مرونة من اللاعب تتمثل في قدرته على الحفاظ على خطة اللعب طالما كانت ناجحة أو تغييرها في حالة عدم نجاحها (محمد، 2005، ص 501).

ويضيف (علاوي، 1998، ص 35) بأن الضبط الذاتي هو الاستعداد لتطوير خطة اللعب والالتزام بها والاندماج فيها والوصول بها إلى مستوى الإتقان مع الاحتفاظ طوال الوقت بالمرونة الكافية لتغييرها، والثبات الذي يعكس هذه القدرة، وتمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على خطة اللعب طالما كانت لصالحه أو التخلي عنها فقط بعد ثبوت عدم صلاحيتها.

هذا ويحتل المجال الرابع (التحكم في التوتر) المرتبة الثالثة لدى عينة البحث بوزن نسبي مقداره (75.3%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث كبيرة. ويعزو ذلك الباحث إلى أن لاعبي كرة اليد يحرصون على خروج المباراة على أكمل وجه وبالتالي هم يحاولون التغلب على جميع الصعوبات التي تعترضهم في المباراة من ضغوط نفسية كبيرة منها الجمهور، الإعلام المرئي والمسموع.

ويرى الباحث عدم التحكم في التوتر النفسي لدى اللاعب يعني فقدان التركيز وتشتت الانتباه، وزيادة العصبية، واللجوء إلى العنف والعداونية.

والتحكم في التوتر يعني القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعتري اللاعب من قلق، ومعالجة الضغوط والانفعالات بطريقة ايجابية (محمد، 2005، ص 500).

ومن هنا يؤكد (علاوي، 1998، ص 35) إلى أن التحكم في التوتر هي القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعتري اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة ايجابية.

هذا ويحتل المجال الثاني (الإصرار) المرتبة الرابعة لدى عينة البحث بوزن نسبي

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

مقداره (68.8%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث متوسطة. ويعزو ذلك الباحث إلى نقص اللياقة البدنية لدى عينة الدراسة بالمقام الأول، ويترتب على ذلك نقص في تطبيق المهارات الحركية والخططية، فهم يلجئون إلى الدفاع على حساب الهجوم وذلك لتوزيع الطاقة البدنية على أوقات المباراة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة محمد (2005)، ودراسة عاصي (2000)، ودراسة هارون (1997) في أن سمة الإصرار له الدور الكبير والفعال في تحمل الضغوط النفسية خلال المباريات الرياضية.

والإصرار هو الشعور بأن اللاعب يستطيع أن يفعل في مبارياته شيئاً ما يحدث تغييراً، وتشير إليه المخاطر المعقولة التي يجازف بها اللاعب وعدم لجوئه الدائم إلى الطرق السهلة، والإصرار السليم يتضمن معرفة اللاعب لحدوده، والخضوع عند الضرورة مع عدم السماح للاعبين ولا لصعوبة المنافسة بتحديد طريقة أدائه (محمد، 2005، ص500).

و الإصرار هو الشعور بأنه يستطيع أن يفعل في مبارياته شيئاً ما يحدث تغييراً، وعدم لجوئه الدائم إلى الطرق السهلة. والإصرار السليم يتضمن معرفته لحدوده مع عدم السماح لا للاعبين ولا لصعوبة المنافسة بتحديد طريقة أدائه (علاوي، 1998، ص34).

هذا واحتل المجال السادس (المسؤولية الشخصية) المرتبة الخامسة لدى عينة البحث بوزن نسبي مقداره (64%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث متوسطة. ويعزو ذلك الباحث إلى أن اللاعبين قيد الدراسة لا يتحملون المسؤولية بالشكل المطلوب، ويحملون الهزيمة والإخفاق للجهاز الفني للفريق.

ويفسر الباحث ذلك إلى أن اللاعبين عينة البحث لا يتمتعون غالباً بشخصية قادرة على تحمل المسؤولية والشعور بالأخطاء ومحاولة تصحيحها والعمل على الاستفادة من التجارب السابقة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جابر (2009)، ودراسة الشخيلي وآخرون (2000) في أن تحمل المسؤولية الشخصية لها اثر ايجابي كبير على فوز وتفوق

والمسئولية الشخصية تعني المسئولية عن الأداء الرياضي في المنافسات الرياضية بما يتضمنه من إرادة اللاعب في مواجهة أخطائه، وبذل الجهد لتصحيح الأخطاء والمعالجة الواقعية المتوازنة بين المسئولية الشخصية والشعور بالإثم (محمد، 2005، ص501).

ويؤكد (علاوي، 1998، ص35) أن المسئولية الشخصية هي تحمل المسئولية عن أدائه في المباراة وهي الإدارة في مواجهة اللاعب لأخطائه بشجاعة، وبذل الجهد في المحاولة الجادة لتصحيح هذه الأخطاء.

هذا ويحتل المجال الأول (الرغبة) المرتبة السادسة لدى عينة البحث بوزن نسبي مقداره (60.4%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث متوسطة. ويعزو الباحث عدم الرغبة في اللعب والتدريب إلى الضعف المادي التي يتقاضاه، بالإضافة إلى أن التدريبات مكررة وبالتالي تؤدي إلى ضعف الرابطة بين المثير والاستجابة، حيث يؤكد علماء النفس الرياضي بأنه كلما زادت المثيرات كانت الاستجابة أقوى.

وتمثل الرغبة الدافع الشخصي لمزاولة النشاط الرياضي، أو هي الدافع للنجاح والكفاح من أجل التفوق والامتنياز، وتعتبر مقياساً على مدى محاولة اللاعب أن يكون الأفضل (محمد، 2005، ص499).

ويؤكد (علاوي ورضوان، 1987) إلى أن الرغبة هي دافع شخصي للنجاح والكفاح من أجل التفوق والامتنياز لكي يكون الأفضل، أو يؤدي أفضل ما عنده.

هذا ويحتل المجال الثالث (الحساسية) المرتبة السابعة لدى عينة البحث بوزن نسبي مقداره (52.0%) وهذا يعني أن السمات الانفعالية لدى عينة الباحث قليلة. ويعزو ذلك الباحث إلى نقص التدريبات غير المنتظمة، وتوقف الدوري الفلسطيني لفترات طويلة لأسباب مقنعة وغير مقنعة، مما يؤدي ذلك إلى زيادة التوتر، والقلق، والاكتئاب، وفقد المرح والحيوية للممارسة رياضة كرة اليد.

والحساسية هي القدرة على الحصول على المتعة من الأداء الرياضي من غير أن ينتاب اللاعب الاكتئاب الشديد عندما يخطئ أو حتى عندما يرتكب سلسلة من الأخطاء،

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

وهي المرح والنشاط والقدرة على التوافق مع الآخرين، أو التكيف مع الظروف المحيطة (محمد، 2005، ص500).

والحساسية هي القدرة على الحصول على المتعة من الأداء الرياضي من غير أن ينتابه الاكتئاب الشديد عندما يخطئ أو حتى عندما يرتكب سلسلة من الأخطاء، وهي المرح والنشاط والقدرة على التوافق مع الآخرين أو التكيف مع الظروف المحيطة (علاوي، 1998، ص34).

نتائج السؤال الثاني:

نص التساؤل الثاني على أنه: هل يوجد اختلاف في السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تعزى إلى متغير درجة النادي؟.

جدول (14): دلالة الفروق بين لاعبي الدرجة الممتازة ولاعبي الدرجة الأولى في

السمات الانفعالية

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت)	درجة أولى		درجة ممتازة		مجالات المقياس
		ع	م	ع	م	
الرغبة	-1.001	2.163	17.234	1.989	18.235	
الإصرار	-0.851	1.853	20.135	1.365	20.986	
الحساسية	1.135	3.456	16.635	4.135	15.500	
التحكم في التوتر	1.000	2.653	22.500	2.785	21.500	
الثقة	0.8	2.135	24.900	2.687	24.100	
المسئولية الشخصية	-1.2	3.134	18.100	3.896	19.300	
الضبط الذاتي	-0.645	2.637	24.354	2.867	24.999	
الدرجة الكلية	0.947	9.015	20.551	9.862	20.66	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.96

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) = 2.62

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى

لمتغير درجة النادي. ويعزو الباحث ذلك إلى أن السمات الانفعالية لدى جميع اللاعبين في جميع الدرجات واحدة. بمعنى أن السمات الانفعالية تكون سمات انفعالية واحدة وموحدة لدى جميع لاعبي كرة اليد بغض النظر عن الدرجة التي يعلون بها.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة زحاف (2007)، ودراسة الشخيلي وآخرون (2000) في أنه لا توجد فروق بين اللاعبين الممارسين في الدرجة الأولى أو الممتازة على حد سواء في السمات الانفعالية المميزة بعض النظر عن الرياضة الممارسة.

نتائج السؤال الثالث:

نص التساؤل الثالث على أنه: هل يوجد اختلاف في السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تعزى إلى متغير مركز اللعب؟.

جدول (15): دلالة الفروق بين لاعبي الأجنحة ولاعبي الوسط في السمات الانفعالية

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت)	لاعبي الوسط		لاعبي الأجنحة		مجلات المقياس
		ع	م	ع	م	
غير دالة إحصائياً	0.1	2.563	17.333	2.213	17.233	الرغبة
غير دالة إحصائياً	-0.121	1.234	21.231	1.653	21.352	الإصرار
غير دالة إحصائياً	0.8	4.326	16.900	4.126	16.100	الحساسية
غير دالة إحصائياً	-1.4	2.436	21.500	2.365	22.900	التحكم في التوتر
غير دالة إحصائياً	0.8	2.128	26.900	2.536	26.100	الثقة
غير دالة إحصائياً	-0.2	3.178	18.900	3.896	19.100	المسئولية الشخصية
غير دالة إحصائياً	-1.000	2.528	22.333	2.136	23.333	الضبط الذاتي
غير دالة إحصائياً	0.631	9.196	20.728	9.462	20.874	الدرجة الكلية

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.96

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.01) = 2.66

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية

السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين

تعزى لمتغير مركز اللعب. ويعزو الباحث ذلك إلى أن السمات الانفعالية الأساسية والرئيسية لجميع مراكز اللعب في رياضة كرة اليد هي سمات انفعالية واحدة. بمعنى أن سمة الثقة من السمات الرئيسة لدى جميع مراكز اللعب المختلفة، وذلك للوصول إلى مستويات رياضية عالية.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جابر (2007)، ودراسة الأبحر، وإسماعيل (1991)، ودراسة هدايت (2010) في أنه لا توجد فروق بين مراكز اللاعبين أو الحكام داخل الملعب في السمات الانفعالية المميزة.

نتائج السؤال الرابع:

نص التساؤل الرابع على أنه: هل يوجد اختلاف في السمات الانفعالية لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين تعزى إلى متغير اليد المستخدمة في اللعب؟.

جدول (16): دلالة الفروق بين لاعبي اليد اليمنى ولاعبي اليد اليسرى في السمات الانفعالية

الدلالة الإحصائية	قيمة (ت)	اليد اليسرى		اليد اليمنى		مجالات المقياس
		ع	م	ع	م	
غير دالة إحصائياً	-0.087	1.986	17.144	1.853	17.231	الرغبة
غير دالة إحصائياً	-0.364	1.236	19.325	1.526	19.689	الإصرار
غير دالة إحصائياً	-0.329	4.652	16.369	3.639	16.698	الحساسية
غير دالة إحصائياً	-1.7	2.268	21.100	2.986	22.800	التحكم في التوتر
غير دالة إحصائياً	0.666	2.529	25.999	2.136	25.333	الثقة
غير دالة إحصائياً	0.2	3.748	19.100	3.869	18.900	المسؤولية الشخصية
غير دالة إحصائياً	-1.666	2.456	23.222	2.369	24.888	الضبط الذاتي
غير دالة إحصائياً	0.716	9.437	20.322	9.189	20.791	الدرجة الكلية

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0.05) = 1.96

يتضح من الجدول السابق أن قيمة "ت" المحسوبة أقل من قيمة "ت" الجدولية في جميع المجالات وفي الدرجة الكلية، وهذا يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير اليد المستخدمة في اللعب. ويعزو ذلك الباحث إلى أن السمات الانفعالية كالثقة، والضبط الذاتي، والتحكم في التوتر من العناصر الأساسية لممارسة كرة اليد بغض النظر عن اليد (اليمنى - اليسرى).

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة هدايت (2010) في أنه لا توجد فروق بين اليد المستخدمة في اللعب (اليمنى - اليسرى) فجميعهم يشتركون نفس السمات الانفعالية.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كلا من العربي (1983)، وحنفي (1985)، حنفي (1987)، ورزق (1991) في تميز وارتفاع مستوى أبعاد السمات الانفعالية للاعبين بسمات الضبط الذاتي - الثقة بالنفس - المسؤولية الشخصية - الرغبة - ارتفاع.

النتائج والتوصيات:

أولاً: نتائج الدراسة:

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يمكن استنتاج الآتي:

- 1- يتضح من نتائج الدراسة أن السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد في فلسطين كانت متوسطة حيث حصلت على نسبة مئوية قدرها (69.2%).
- 2- يتضح من نتائج الدراسة أن مجال الثقة قد احتل المرتبة الأولى بوزن نسبي قدره (83.3%)، بينما جاءت في المرتبة الثانية مجال الضبط الذاتي بوزن نسبي قدره (81.1%)، ثم جاء في المرتبة الثالثة مجال التحكم في التوتر بوزن نسبي قدره (75.3%)، بينما جاء مجال الإصرار في المرتبة الرابعة بوزن نسبي قدره (68.8%)، تلا ذلك مجال المسؤولية الشخصية في المرتبة الخامسة بوزن نسبي قدره (64%)، ثم جاء مجال الرغبة في المرتبة السادسة بوزن نسبي قدره (60.4%)، وأخيراً جاء مجال الحساسية في المرتبة السابعة بوزن نسبي قدره (52%).

3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في السمات الانفعالية المميزة لدى لاعبي كرة اليد تعزى إلى متغيرات: الدرجة، مركز اللعب، واليد المستخدمة.

ثانياً: التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج، يوصي الباحث بالتالي:

1. الاهتمام الخاص بتطوير مستوى السمات الانفعالية للاعبي كرة اليد.
2. ضرورة تطبيق المقاييس النفسية على لاعبي كرة اليد بشكل دوري ومستمر.
3. العناية في برامج التدريب باكتساب الخبرات الانفعالية التي تساهم في ايجابية الحالة النفسية للاعب أثناء المنافسات.
4. العناية في برامج التدريب بالحد من مظاهر الاستجابة الانفعالية السلبية وتدعيم المظاهر الايجابية.
5. التأكيد على تعزيز العلاقة القوية التي تربط المدرب واللاعب حتى يمكن تقييم الحالة الانفعالية للاعب والسيطرة عليها والتغلب على كل السلبيات التي يمكن أن ينتج عنها.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

1. الشخيلي، سعد وآخرون. (2000). مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين لاعبي بعض منتخبات الشباب للألعاب الفرقية والفردية، مجلة كلية المعلمين، المجلد (15)، العدد (2)، جامعة بغداد، العراق ص 146-231.
2. الأبحر، محمد، عبد الحفيظ إسماعيل. (1991). دراسة مقارنة بين لاعبي المبارزة والملاكمة في السمات الانفعالية وبعض المظاهر الانفعالية المصاحبة أثناء المنافسة الرياضية، مجلة التربية والرياضية، العدد 10، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، مصر.
3. جابر، رمزي. (2010). مدى شيوع ظاهرة السلوك التنافسي لدى لاعبي كرة القدم في محافظات قطاع غزة، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، المجلد (24)، العدد (10) جامعة النجاح، فلسطين ص 2970-2988.
4. جابر، رمزي. (2009). السمات الانفعالية لحكام كرة القدم بفلسطين، مجلة العلوم والتقانة، المجلد (10)، العدد (5)، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، السودان ص 184-214.

5. حنفي، رضا. (1987). السمات الانفعالية المميزة للاعبي منتخبات بعض الدول العربية - للشباب تحت 19 سنة في كرة السلة، المؤتمر العلمي الأول، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، مصر.
6. حنفي، رضا. (1985). السمات الانفعالية وعلاقتها بالتعرف الخططي ومستوى الأداء المهاري للاعبات كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، جامعة حلوان، مصر.
7. راتب، أسامة. (2000). علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات. ط3، القاهرة: دار الفكر العربي.
8. راتب، أسامة. (1997). علم نفس الرياضة المفاهيم - التطبيقات. ط2، القاهرة: دار الفكر العربي.
9. رزق، فؤاد. (1991). العلاقة بين مظاهر السمات الانفعالية ومظاهر الانتباه لطلبة كلية التربية الرياضية، مجلة علوم وفنون ودراسات وبحوث، المجلد الثاني، العدد الثاني، جامعة حلوان مصر.
10. علاوي، محمد. (2004). مدخل في علم النفس الرياضي، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
11. علاوي، محمد. (2002). علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، القاهرة: دار الفكر العربي.
12. علاوي، محمد. (1998). موسوعة الاختبارات النفسية، ط1، القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
13. علاوي، محمد. (1979). علم النفس الرياضي، ط4، القاهرة: دار المعارف.
14. علاوي، محمد. (1971). مقدمة في علم النفس التربوي الرياضي، القاهرة: دار المعارف.
15. فوزي، احمد. (2006). مبادئ علم النفس الرياضي " المفاهيم - التطبيقات "، ط2، القاهرة: دار الفكر العربي.
16. محمد، زحاف. (2007). العلاقات الاجتماعية وانعكاساتها على السمات الانفعالية من خلال الرياضات الجماعية، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني، جامعة اليرموك، الأردن.
17. محمد، عليه. (2005). علاقة بعض السمات الانفعالية بإنتاجية الرمية الحرة في كرة السلة، مجلة نظريات وتطبيقات، العدد (55)، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الإسكندرية،

مصر.

18. نظمي درويش وسوسن عمارة. (1994). السمات الانفعالية المصاحبة لمتسابقين ومتسابقات الميدان والمضمار أثناء المنافسة، ملخصات المؤتمر العلمي، كلية التربية الرياضية للبنين، المجلد الثاني، الهرم، مصر.

19. هارون، بسام. (1997). السمات الانفعالية لحكام كرة القدم العرب، وقائع المؤتمر العلمي الرياضي، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، مصر.

20. هدايت، نبراس. (2010)، الاستجابة الانفعالية وعلاقتها بالأداء المهاري للاعبي كرة اليد، مجلة علوم الرياضة، كلية التربية الرياضية، العدد الأول، جامعة ديالى، العراق ص116-131.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

1. Cratty, J. (1973). Psychology in contemporary sport, guidelines for coaches and athletes, Prentice – Hall., Engle – wood cliffs, new jersey.
2. Donald, E. & Robert J. (1981). Effective Coaching , A Psychological Approach. New- York. John Wiley & Sona.
3. Gat , M (1998): Personality characteristics of competitive and recreational cychists, Journal of sport behavior. (Mobil, Als) 21 (4) Dal, pp 408 – 420.
4. Jones, V. (2003). Controlling Emotions In Sport , The sport psychologist, 17, 471-486.
5. Klenk, Courtney A. (2006). Psychological Response to Injury, Recovery, and Social Support: A Survey of Athletes at an NCAA Division I University. Senior Honors Projects. Paper 9.
6. Kane, J. (1978). Cognitive aspects of performance , British Journal of Sport Medicine. 11.
7. Llewellyn, H, Blucher, A. (1982). Psychology of coaching, Theory and Application Burgess Publishing company , Minneapolis, Minnesota.
8. Nicholls, A, et al. (2009). Acute sport-related stressors, coping, and emotion among professional rugby union players during training and mat, Scandinavian Journal of Medicine Science in Sport 19: 113–120
9. Rushall, B. (1979). Psyching in sport, London , Pullman books.

10. Ryan, E. (1976).The question we ask and decisions we make in A.C Fisher (ed) psychology of sport. Mayfield Company. pp. 408 – 413.
11. Salmela , J.(1980). Competitive Behaviors of Olympic Gymnastics, Thomas Publisher, Springfield , Illinois.