

واقع الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة وعلاقتها بالانجاز لدى لاعبي أندية الدرجة الممتاز بالكرة الطائرة في الأردن

جمال ربابه*

ملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على واقع الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة وعلاقتها بالإنجاز لدى لاعبي أندية الدرجة الممتاز بالكرة الطائرة في الأردن، استخدم الباحث المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة من (94) لاعباً مشاركاً في البطولة الدوري الممتاز لكرة الطائرة في الأردن لعام (2013/2014)، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الأعراض النفس جسمية تراوحت بين درجة عالية ودرجة منخفضة للاعبين المشاركين في البطولة الدوري الممتاز بالكرة الطائرة في الأردن، وأظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير النادي، وكذلك وجود علاقة ارتباط عكسية بين الانجاز ومستوى الأعراض النفس جسمية. توصي الدراسة بضرورة إخضاع الأندية التي حصلت على مراكز منخفضة في الترتيب إلى برنامج إعداد نفسي للتقليل من الأعراض النفس جسمية، وضرورة وجود معد نفسي للفرق الرياضية خصوصاً أصحاب المستويات المنخفضة. الكلمات الدالة: النفس جسمية، الانجاز، لاعبي الدرجة الممتاز.

(2003؛ الطحان، 2008).

المقدمة وأهمية الدراسة

وتحدث الأعراض النفس - جسمية نتيجة اضطرابات في المخ ويعرف باسم المهاد التحتاني أو الهيپوثلاموس وهو مركز الانفعال متصل بدوائر تشريحية وفسيلوجية مهمة في المخ، والهيپوثلاموس هو جهاز استقبال وإرسال يستقبل الشحنات الانفعالية من الجهاز الطرفي ثم يرسلها إلى أجهزة الجسم المختلفة لتعبر عنها كل هذه الأجهزة المختلفة بطريقتها الخاصة ويتم التعبير عن هذا الانفعال من خلال صورة عضوية مثل: حركات المعدة مع ازدياد إفراز حمض الهيدروكلوريك وانقباضات مفاجئة في أجزاء من القولون مما يسبب الانتفاخ والآلام وهذا بدوره يحدث انقباضات تؤدي إلى ارتفاع ضغط الدم ونقص لكميات الدم المغذية للأعضاء مما يعرض القلب لخلل وظيفي، (مصادر القلق النفسي الرياضي، 6-10-2009).

ويؤكد (الخفاجي، 2006؛ الجاموس، 2004) بأن الجسم وسيط بين البيئة الخارجية والذات النفسية ويظهر ذلك من خلال الانفعالات مما يؤدي إلى تغيرات سلبية تظهر على الأجهزة الوظيفية في الجسم وخاصة قبل الاشتراك في المنافسة مما يؤثر سلباً في مستوى الإنجاز.

وإنّ الاشتراك في المنافسات الرياضية قد يصاحبه عدم انتظام في النوم وزيادة في درجة التوتر وانخفاض لدرجة الحماس والفتور في الاشتراك في المنافسة ومثل هذه الأعراض قد تظهر قبل المنافسة بأسبوع أو بعض أيام أو بعض ساعات وتظهر المسابقات بعض المظاهر النفسية المتمثلة في عدم انتظام النوم

تعتبر لعبة الكرة الطائرة من الألعاب الشعبية في الأردن وتمارس تحت مظلة الاتحاد الأردني لكرة الطائرة الذي يسعى إلى تطوير هذه اللعبة في شتى المجالات ويعتبر الأعداد النفسي للفريق من متطلبات الفرق الرياضية للوصول إلى المستويات العليا يجب أن يسير بشكل متوازي مع برامج التدريب البدني والمهاري، والإعداد النفسي وهو مكون ضروري في الوحدة التدريبية وبدونه يستحيل النجاح في الميدان الرياضي لما له من أهمية كبرى في الوصول إلى أعلى مراتب الانجاز، ونظراً لأهمية هذا الجانب يجب عدم إغفاله وخاصة قبل المنافسة بيوم واحد (حلاوة، 2010، راتب، 2008).

وتعتبر دراسة الأعراض النفس جسمية من المتطلبات الضرورية لإعداد اللاعبين حيث أنها اضطرابات نفسية -جسدية ناشئة عن مجموعة من الأعراض التي تصيب بعض أجهزة الجسم أو وظائفه، فالاضطراب النفس جسمي يحدث نتيجة لاختلال شديد أو مزمن في كيمياء الجسم نتيجة لضغوط نفسية، حيث يظهر الاضطراب على هيئة أعراض نفس - جسمية في أحد الأجهزة العضوية كالأجهزة الهضمية أو القلب أو العضلات أو الجلد أو أي حاسة من الحواس كما يشمل الغدد والجهاز الدموي والبولي والتناسلي (عبد المعطي،

* كلية العلوم التربوية، جامعة مؤتة، الأردن. تاريخ استلام البحث 2014/11/11، وتاريخ قبوله 2015/1/25.

القلق والإرهاق.

ومن خلال متابعة الباحث للعديدة من البطولات في مجال الكرة الطائرة على المستوى المحلي، ومن خلال جلساته مع المدربين واللاعبين أندية الدرجة الممتاز في الكرة الطائرة قبل المنافسة تعرف على بعض الأعراض النفس جسمية التي يتعرض لها اللاعبون كالخوف من الخصم القوي واختلاف (اختلاف زمن المباراة) تظهر من خلال أعراض (اضطرابات المعدة، الصداع، الإرهاق)، ومن خلال نقد الدراسات السابقة كدراسة (الخفاجي، 2006؛ النعيمات، 2007؛ حلوة، 2010) حيث بحثت هذه الدراسات في الأعراض النفس جسمية لألعاب القوى والجمباز ولم تبحث في الألعاب الجماعية كلعبة الكرة الطائرة مما حدا بالباحث بإجراء هذه الدراسة للتعرف على الأعراض النفس جسمية وعلاقتها بمستوى الانجاز.

أهداف الدراسة**هدفت الدراسة التعرف إلى:**

- مستوى الأعراض النفس جسمية لدى لاعبي الأندية المشاركين في الدوري الممتاز في الكرة الطائرة لعام 2014.
- التعرف على الفروق في مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الممارسة، المؤهل العلمي، الخبرة، النادي).
- التعرف على العلاقة بين مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة ومستوى الانجاز لدى الأندية المشاركة في بطولة الدوري الممتاز لكرة الطائرة لعام 2014.

تساؤلات الدراسة

- ما مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية الكرة الطائرة في الأردن؟
- هل توجد فروق داله إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) في الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي أندية الكرة الطائرة في الأردن تبعاً لمتغيرات الدراسة (الممارسة، المؤهل العلمي، الخبرة، النادي)؟
- هل توجد علاقة ارتباط داله إحصائياً عند مستوى ($\alpha \leq 0.05$) بين الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية ومستوى الإنجاز لدى الأندية المشاركة في بطولة الدوري الممتاز لكرة الطائرة؟

مجالات الدراسة

المجال البشري: اللاعبين الأندية المشاركين في الدوري الممتاز لكرة الطائرة في الأردن لعام 2014.

والأرق وزيادة درجة التوتر وانخفاض درجة الحماس والفتور للاشتراك في المنافسة؛ فقد تعمل على ظهور المظاهر النفس جسمية للاعب خاصة قبل المنافسات الرياضية بأسبوع أو بضع أيام أو ساعات (Edmund, 2006؛ الضمد، 2003).

وكما يشير (الضمد، 2005) أن الفرد الرياضي قبل الاشتراك في المنافسة يمر بعدة متغيرات منها حمى البداية، عدم المباراة، الاستعداد للكفاح وتعب عن أعراض نفس-جسمية، كما يؤكد (جابر، 2007) بأن هذه الأعراض تتمثل بـ (التوتر - القلق والاستثارة وارتعاش العضلات واضطراب في المعدة والهضم والقلب والدورة الدموية والتنفس) تظهر ما قبل البداية وتؤثر في مستوى اللاعب.

ويشير (رياض، 2005) أن لاعب الكرة الطائرة يقوم بما يعادل (200) وثبة في المباراة، وكل وثبة تعبر عن الحد الأقصى للجهد، مما يؤثر ذلك في الحالة النفسية للاعب، وهذا يتطلب مرحلة إعداد مبكر للعمليات النفسية من خلال التدريب وبمساعدة المدرب، ويؤكد (راتب، 2000؛ Leonid & Svetlana، 1999) ظهور أعراض قبل المنافسة أما أعراض نفسية أو أعراض جسمية أو كلاهما قد يكون أحدهما سبباً لحدوث الآخر، حيث هناك العديد من العوامل المسببة لهذه الأعراض وتتضمن الخوف من الفشل وعدم الكفاءة وعدم القدرة على السيطرة وكذلك خصائص المنافسة ومدتها ومتطلباتها.

وتظهر أهمية الدراسة في التعرف على الأعراض النفس جسمية التي يتعرض لها لاعبو الأندية ليلة المنافسة الرياضية ومدى علاقة هذه الأعراض بالإنجاز الرياضي، كما تمد القائمين على العملية التدريبية في كيفية إعداد لاعبيهم من الناحية السيكولوجية قبل المنافسة.

مشكلة الدراسة

يسهم علم النفس الرياضي بدراسة الانفعالات المرتبطة بالمنافسات الرياضية التي توصل اللاعبين إلى المستويات العليا في الرياضة وخاصة ما قبل المنافسة التي يتعرض لها اللاعبون مثل: الضغوط النفسية التي قد تؤثر تأثيراً سلبياً أثناء المنافسة وقد يخسر كثير من اللاعبين البطولات بسبب الخوف والتوتر والعصبية وعدم التركيز.

ومن خلال خبرة الباحث لاعباً ومدرباً لكرة الطائرة لاحظ أن مشكلة الدراسة تبلورت بظهور أعراض نفس جسمية تظهر على لاعبي الكرة الطائرة قبل البطولات تؤثر بشكل أو بآخر على مستوى اللاعبين وبالتالي تؤثر على انجازهم، كما أن كثير من المدربين لا يولون هذه الأعراض التي تظهر وبشكل واضح ليلة المنافسة الرياضية أي انتباه مما تسبب للاعبين

المجال الزمني: الفترة الواقعة بين 28-10-2013 إلى 2014/1/22

المجال المكاني: مدينة الحسين للشباب (قصر الرياضة).

مصطلحات الدراسة

- **النفس جسمية:** هي اضطرابات نفسية - جسدية ناشئة عن مجموعة من الأعراض التي تصيب بعض أجهزة الجسم أو وظائفه؛ فالاضطراب النفس جسمي يحدث نتيجة لاختلال شديد أو مزمن في كيمياء الجسم نتيجة لضغوط نفسية، حيث يظهر الاضطراب في على هيئة أعراض نفس- جسمية في أحد الأجهزة العضوية كالأجهزة الهضمية أو القلب أو العضلات أو الجلد أو أي حاسة من الحواس كما يشمل الغدد والجهاز الدموي والبولي والتناسلي (أبو النيل، 1994).

- **الإنجاز:** هو حصيلة المنافسة والمرتبة الذي استحقها الفريق المشارك في البطولة الدوري الممتاز في الكرة الطائرة (تعريف إجرائي).

لاعبي الكرة الطائرة: هم اللاعبين المسجلين في قيود وسجلات الاتحاد الأردن لكرة الطائرة والمشاركين في بطولة الدوري الممتاز (تعريف إجرائي).

الدراسات السابقة

أجرى كل من (Hudleston and Gill, 1981) دراسة هدفت إلى تعرف على مستويات القلق قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبات ألعاب القوى وعلاقتها بالمستوى الرقمي، تكونت عينة الدراسة على (19) لاعبة، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي مطبقين مقياس مارتنز لقائمة حالة قلق المنافسة، وقد أظهرت نتائج الدراسة ارتفاع مستويات القلق قبل المنافسة الرياضية بدرجة كبيرة، وكذلك وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين حالة القلق قبل المنافسة الرياضية ومستوى الإنجاز لدى لاعبات ألعاب القوى، وأوصى الباحثان في دراستهما بضرورة الاهتمام بالحالة النفسية قبل البطولات الرياضية لتخفيف الضغوطات التي يتعرض لها اللاعبون قبل المنافسات الرياضية.

وأجرى (الخفاجي، 2006) دراسة هدفت التعرف إلى الأعراض النفس جسمية لدى طلاب فرق الجامعات العراقية بالعباب القوى وعلاقتها بإنجاز اللاعبين في مختلف فعاليات العاب القوى، تكونت عينة الدراسة من (36) طالباً جامعياً يمثلون (6) فرق جامعية بألعاب القوى تم اختيارهم بالطريقة العمدية، وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، أشارت نتائج الدراسة إلى أن مؤشر الأعراض النفس جسمية كان أقل حدة لدى معظم الطلاب الجامعيين المشاركين

في مهرجان ألعاب القوى للجامعات، كذلك أشارت إلى وجود علاقة ارتباط غير معنوية بين هذه الأعراض قبل المنافسة الرياضية وإنجاز اللاعبين في مسابقات ألعاب القوى.

وقام (النعمي، 2007) بدراسة هدفت التعرف إلى مستوى المظاهر النفس جسمية قبل المنافسات الرياضية لدى لاعبات الجمناستك الفني وعلاقتها بالأداء، استخدم الباحث المنهج الوصفي بتطبيق مقياس الأعراض النفس جسمية لعلوي على عينة قوامها (15) لاعبة من لاعبات الجمناستك، أشارت نتائج الدراسة إلى أن درجة الأعراض النفس جسمية قبل المسابقة كانت عالية لدى اللاعبات وكذلك تبين وجود علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين هذه الأعراض ومستوى الأداء الفني.

أجرى (العامري، 2007) دراسة هدفت التعرف على الأعراض السيكوسوماتية وعلاقتها بالانتران الانفعالي لدى عينة من المراهقين، استخدم الباحث المنهج الوصفي، تكونت عينة الدراسة، وتكونت عينة الدراسة من (105) طلاب في محافظة القنفذ في السعودية، وبعد التحليل الإحصائي توصلت الدراسة إلى النتائج على النحو التالي: أعراض التعب (0.37)، الغضب (0.36)، القلب والأوعية (0.33)، العصبية (0.31)، الجلدية (0.29)، الحسية (0.27)، التنفسية (0.26)، العظام والمفاصل (0.25)، القلق (0.22)، العادات (0.19)، البولية والتناسلية (0.09).

وأجرى (حلاوة، 2010) دراسة هدفت التعرف على الأعراض النفس- جسمية قبل المنافسة الرياضية وعلاقتها بالمستوى الرقمي لدى لاعبي ألعاب القوى العرب، واستخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من (90) لاعب مشاركين في البطولة العربية التي ينظمها نادي عمان في (9-10-2008) في الأردن وبعد التحليل الإحصائي توصلت الدراسة إلى أن هناك تفاوت حدة ومستوى الأعراض النفس جسمية التي تسبق المنافسة الرياضية لدى لاعبي العاب القوى بين عالية ومنخفضة وذلك حسب طبيعة المسابقة ومدتها، وكما تبين أن حدة ومستوى الأعراض النفس جسمية لدى لاعبي مسابقات العاب القوى التي زمن أدائها قليل وتتطلب شدة عالية في الأداء خلال المنافسة كانت أعلى من غيرها من المسابقات، إن زيادة حدة الأعراض النفس جسمية تؤثر سلباً على المستوى الرقمي في أغلب فعاليات العاب القوى قيد الدراسة.

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسبته طبيعة الدراسة.

مجتمع الدراسة

(9) رجال وعددهم (108) لاعباً.

عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (94) لاعباً من الأندية المشاركة في الدوري الممتاز لعام 2014 والجدول (1) يبين ذلك.

تكون مجتمع الدراسة من لاعبين الأندية المشاركين في الدوري الممتاز في الأردن في الفترة الواقعة بين 28-10-2013 إلى 2014/1/22، وعدد الفرق المشاركة في البطولة

الجدول (1): عينة الدراسة للرجال في البطولة الدوري لكرة الطائرة (ن=94)

النسبة المئوية	عدد اللاعبين	الأندية المشاركة رجال
10.63	10	وادي موسى
10.63	10	الوحدات
10.63	10	المهندسين
10.63	10	العودة
10.63	10	المحطة
10.63	10	شباب الحسين
12.76	12	عيرا
10.63	10	البقعة
12.76	12	الكرمل
100%	94	المجموع

أدوات جمع بيانات الدراسة

- استمارة الأعراض النفسية.

أولاً: مقياس الأعراض (النفس جسمية):

- استخدم الباحث قائمة الأعراض النفس جسمية للرياضيين الذي أعدها (علاوي 1998) بهدف قياس الأعراض النفسية والجسمية لدى الرياضيين كالقلق والتوتر والاستثارة ومتاعب المعدة والقلب والدورة التنفسية والنوم والتي تظهر على الرياضيين قبل المنافسات الرياضية، واشتملت قائمة الأعراض النفس جسمية على (40) عبارة منها (24) عبارة في اتجاه زيادة حدة الأعراض و(16) عبارة عكس الاتجاه لحدة الأعراض، وتمثل الصورة النهائية للمقياس.

تصحيح المقياس:

تظهر بعض عبارات المقياس التي في اتجاهين الاتجاه الأول: زيادة حدة الأعراض النفس جسمية، وعند تصحيح المقياس يعطى درجة عند الإجابة ب (نعم)، ودرجة صفر عند الإجابة ب (لا).

- الاتجاه الثاني: تظهر العبارات في عكس الاتجاه تعطى صفر عند الإجابة ب (نعم) ودرجة عند الإجابة ب (لا)، وقد اعتمد الباحث التقسيم التالي لمستويات الأعراض النفس جسمية التي تظهر لدى لاعبي الأندية المشاركين في بطولة الدوري الممتاز في الأردن للحكم على الفقرات والمجال الكلي:

- العلامة الكلية قسمت إلى (3) فئات:

- تقسيم 3 = 0.33 إذا الفئات

- 0.33 فما دون منخفضة.

- أكثر من 0.33 - أقل من 0.67 متوسطة.

- 0.67 فأكثر مرتفعة.

كدراسة (المعاني، 2014؛ الضمور، 2014؛ أبو سمهدانة، 2013).

وتشير زيادة نسبة الدرجة على زيادة ظهور الأعراض النفس جسمية، وكلما قلت تقل الأعراض النفس جسمية.

إجراءات تطبيق المقياس:

- قام الباحث بشرح مقياس وأهمية الإجابة على العبارات وما يشعر به حقيقة من هذه الأعراض قبل المنافسة.
- قام الباحث بتوزيع مقياس الأعراض السيكوسوماتية قبل المنافسة (12) ساعة.
- اتبع الباحث أسلوب الاتصال المباشر مع اللاعبين قبل المنافسة.

المعاملات العلمية لمقياس الأعراض (النفس جسمية)

- صدق المقياس وثباته:

- صدق المقياس عن طريق عرضه على مجموعة من الخبراء في مجال التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي والكرة الطائرة أصحاب خبرة طويلة في هذا المجال، حيث أكدوا صلاحية المقياس المستخدم لقياس الأعراض النفس جسمية

- سنوات اللعب: وله ثلاثة مستويات: (1-4، 5-9، 10 فأكثر).
- النادي.

ومناسبتة لأفراد عينة البحث بدرجة عالية.

- يتمتع المقياس بمعاملات صدق في دراسات سابقة تم تطبيقها على البيئة العربية والأردنية (النعمي 2007؛ حلاوة، 2010).

المتغير التابع:

الأعراض النفس جسمية

المعالجات الإحصائية:

استخدم الباحث المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار T، واختبار بيرسون، تحليل التباين المتعدد (Multiple-ANOVA)، واختبار شيفية.

- قام الباحث بإيجاد الثبات بتوزيع الاستبانة على عينة من لاعبي الكرة الطائرة المسجلين في الأندية وعددهم (10) ولم يشاركوا في بطولة الدوري وقام بمعالجة الإجابات إحصائياً عن طريق معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي، حيث بلغت (88%) وهي قيمة مقبولة لاحتساب ثبات هذا الاختبار.

متغيرات الدراسة

المتغير المستقل:

- الإنجاز.

- الحالة الاجتماعية: ولها مستويان (متزوج، أعزب).

- المؤهل العلمي: وله ثلاثة مستويات: (ثانوية فما دون، بكالوريوس، دراسات عليا).

عرض النتائج ومناقشتها

للإجابة على التساؤل الأول:

ما مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة؟

الجدول (2)

الدرجة	الرتبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات
متوسط	14	.48872	.6170	1- اشعر بالتعب
متوسط	11	.48602	.6277	2- أخشى الهزيمة.
منخفض	35	.36817	.1596	3- أشعر بالتفاؤل.
مرتفع	5	.43220	.7553	4- أحس بالإكتئاب.
منخفض	34	.38696	.1809	5- ذاكرتي قوية.
منخفض	36	.35793	.1489	6- ثقتي بنفسى عالية.
متوسط	20	.50223	.4787	7- أحس بالقلق.
متوسط	16	.49338	.5957	8- أترفض بسهولة.
منخفض	39	.30998	.1064	9- أشعر بالسعادة.
منخفض	28	.45490	.2872	10- نومي طبيعي.
منخفض	32	.42567	.2340	11- قدرتي على التركيز كبيرة.
مرتفع	6	.45490	.7128	12- أشعر برعشة في بعض أطرافي.
متوسط	21	.50166	.4681	13- أتضايق بسرعة.
متوسط	23	.59002	.3617	14- أشعر بالراحة.
متوسط	22	.48602	.3723	15- أعصابي مشدودة.
متوسط	17	.49338	.5957	16- أحس بألم في معدتي.
متوسط	24	.48307	.3617	17- أتقبل النقد بصدر رحب.
متوسط	19	.50166	.5319	18- شهيتي للطعام خفيفة.
منخفض	25	.47266	.3298	19- دقات قلبي أسرع من المعتاد.
مرتفع	3	.40374	.7979	20- أشعر بأنني غير مستعد للمنافسة.
منخفض	30	.43838	.2553	21- بالي مطمئن.
متوسط	8	.47639	.6596	22- أحس بالصداع.
مرتفع	2	.38696	.8191	23- عندي إسهال.
منخفض	26	.47266	.3298	24- أعصابي مشدودة.
مرتفع	4	.41876	.7766	25- أحس بالتشاؤم.

الدرجة	الرتبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات
مرتفع	1	.40853	.9574	26- أشعر بأنني غير واثق من نفسي.
متوسط	18	.49983	.5532	27- أكون حساس عند النقد.
متوسط	29	.44421	.2660	28- عندي شهية للطعام.
منخفض	37	.32317	.1170	29- تنفسي طبيعي.
منخفض	31	.43220	.2447	30- أشعر بأنني في أحسن حالاتي.
مرتفع	7	.46865	.6809	31- لا أستطيع التركيز.
متوسط	15	.48872	.6170	32- نومي منقطع.
منخفض	33	.39558	.1915	33- أعصابي من حديد.
متوسط	10	.48307	.6383	34- يضايقتني تهريج الزملاء.
متوسط	13	.48872	.6170	35- أشعر بأن ريقني ناشف.
منخفض	31	.43220	.2447	36- أشعر بأنني هادىء.
متوسط	12	.48872	.6170	37- أشعر بتوتر داخلي.
منخفض	40	.30998	.1064	38- أحس بالفرح.
منخفض	27	.46436	.3085	39- أخشى الإصابة.
متوسط	9	.48307	.6383	40- أشعر بألم في بعض أجزاء جسمي.
متوسط		.08526	.4590	الكلية

للإجابة على التساؤل الثاني:

($\alpha \leq 0.05$) مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة يعزى لمتغير النادي وللكشف لصالح من تعود هذه الفروقات فقد تم استخدام اختبار شافية للمقارنات البعدية والجدول (5) يوضح نتائج ذلك.

تظهر النتائج الواردة بالجدول (5) إلى وجود فروق دالة إحصائية لمستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة) يعزى لمتغير النادي بين نادي وادي موسى وندية العودة والمحطة وعيرا والبقعة والمهندسين ولصالح وادي موسى، ويعزو الباحث ذلك اعتماداً على الوسط الحسابي إن نادي وادي موسى لدية درجة أعلى من كل من الأندية الآتية (العودة والمحطة وعيرا والبقعة والمهندسين) في الأعراض النفس جسمية بسبب أن سكن جميع اللاعبين ليسوا من منطقة واحدة لذلك يعانون من التنقل، وكذلك أن وادي موسى كان العام الماضي حاصل على المركز الأول وهذا قد يكون له اثر سلبي من اجل المحافظة على اللقب، وأيضا أن بعض اللاعبين محترفين وهذا يسبب لهم ضغوط بسبب عقود الاحتراف. وبين عيرا والوحدات ولصالح الوحدات ويعزو الباحث ذلك أن نادي الوحدات جاء من ضمن المراكز الثلاث الأولى المتقدمة وهو من أكثر الأندية منافسة على بطولة الدوري، وبين عيرا وشباب الحسين ولصالح شباب الحسين كان هناك تنافس بين نادي شباب الحسين والكرمل على المركز الأول، وبين عيرا والكرمل ولصالح الكرم، ويعزو الباحث أن نادي الكرم منافس قوي على المركز الأول.

هل توجد فروق داله إحصائياً في مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة تبعا لمتغيرات الدراسة؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في مستوى الأعراض السيكوسوماتية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة تبعا لمتغيرات الدراسة (الحالة الاجتماعية، الخبرة، المؤهل العلمي، النادي) والجدول (3) يوضح ذلك.

تشير البيانات الواردة في الجدول (3) إلى وجود فروقات ظاهرية في المتوسطات الحسابية لمستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة تبعا لمتغيرات الدراسة (الحالة الاجتماعية، الخبرة، المؤهل العلمي، النادي) وللكشف في ما إذا كانت هذه الفروقات ذات دلالة إحصائية تم استخدام تحليل التباين المتعدد (Multiple-ANOVA)، والجدول (4) يوضح نتائج ذلك.

تشير البيانات الواردة في الجدول (4) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha \leq 0.05$) مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة) يعزى لمتغيرات (الحالة الاجتماعية، الخبرة، المؤهل العلمي) ويعزو الباحث ذلك إلى أن المتغيرات النفسية والبدنية التي تطرأ على اللاعبين قبل المنافسة الرياضية متشابهة إلى حد ما وبالتالي فإنها لم تظهر وجود فروق دالة إحصائية، ودلت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة

الجدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الحالة الاجتماعية، الخبرة، المؤهل العلمي، النادي)

المتغير	الفئات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الحالة الاجتماعية	متزوج	.4550	.09375
	أعزب	.4620	.07917
سنوات الخبرة	1-4 سنوات	.4706	.08015
	5-9 سنوات	.4496	.08229
	10 فما فوق سنوات	.4850	.10080
المؤهل العلمي	ثانوية فما دون	.4537	.08570
	بكالوريوس	.4663	.08521
النادي	وادي موسى	.5300	.09413
	الوحدات	.4725	.06175
	المهندسين	.4575	.06352
	العودة	.4425	.11670
	المحطة	.4350	.06892
	شباب الحسين	.4700	.08233
	عيرا	.3917	.08616
	البقعة	.4425	.06242
	الكرمل	.4958	.06557

الجدول (4): نتائج تحليل التباين المتعدد للكشف عن الفروق في مستوى الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي الكرة الطائرة تبعاً لمتغيرات الدراسة (الحالة الاجتماعية، الخبرة، المؤهل العلمي، النادي)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الحالة الاجتماعية	.001	1	.001	.214	.645
الخبرة	.008	2	.004	.616	.543
المؤهل العلمي	.002	1	.002	.273	.603
النادي	.114	8	.014	2.176	*.038
الخطأ	.531	81	.007		
المجموع	20.484	94			

* دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05).

الجدول (5): نتائج اختبار شافية للمقارنات البعدية للكشف عن الفروق وفقاً لمتغير النادي

المتوسط الحسابي	الفرق	الفروق						
		وادي موسى	العودة	المحطة	عيرا	البقعة	المهندسين	الوحدات
.5300	وادي موسى							
.4425	العودة							
.4350	المحطة							
.3917	عيرا							
.4425	البقعة							
.4575	المهندسين							
.4725	الوحدات							
.4700	شباب الحسين							
.4958	الكرمل							

للإجابة على التساؤل الثالث:

- هل توجد علاقة ارتباط دالة إحصائياً بين الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية ومستوى الإنجاز؟ للإجابة عن هذا التساؤل تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية ومستوى الإنجاز؟ والجدول (6) يوضح ذلك.

الجدول (6): معامل ارتباط بيرسون بين الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية ومستوى الإنجاز

الانجاز	الأعراض النفس جسمية	
الانجاز	1	الأعراض النفس جسمية
224- *		الانجاز
1	224- *	

ويتضح من الجدول (6)، وجود علاقة ارتباطية عكسية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة $(0.05 \geq \alpha)$ الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية ومستوى الإنجاز للاعب كرة الطائرة حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (-0.224) . ويعزو الباحث هذه النتيجة المتمثلة بـ كلما زاد مستوى الانجاز كلما قلت الأعراض النفس جسمية، أن الرياضي ذو مستوى الانجاز المرتفع يستطيع التعامل مع الأعراض النفس جسمية التي تظهر قبل المنافسة (Edmund, 2006؛ الضمد، 2003) ألا أن اللاعب يتعرض قبل المنافسة بأسبوع أو بعض أيام أو بعض ساعات لمجموعة من الأعراض النفس جسمية تتمثل بـ عدم انتظام النوم والأرق وزيادة درجة التوتر وانخفاض درجة الحماس والفتور للاشتراك في المنافسة، ويعتقد الباحث أن اللاعب ذو المستوى المرتفع يستطيع التقليل من الأعراض السلبية لمثل هذه المظاهر، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة

المراجع

أبو طير، م. (1990) علاقة الأعراض السيكوسوماتية بالشخصية والتنشئة الاجتماعية لدى طلاب الجامعة، مجلة علم النفس، بحث منشور، 4(13)، جامعة عين شمس، ص166-169.
أبو سمهده، س. (2013) مصادر القلق لدى طالبات مساقى الجمناز والإيقاع الحركي في كلية علوم الرياضة بجامعة مؤتة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة، ص38.
جابر، ر. (2007). حالة ما قبل البداية وعلاقتها بالسمات الشخصية لدى لاعبي المسافات الطويلة، مجلة الأقصى، المجلد الحادي

(النعمي، 2007) التي أشارت إلى وجود علاقة ارتباط دالة بين حدة الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة ومستوى الأداء في رياضة الجمناستك الفني، ودراسة (حلاوة، 2010) بأن الأعراض النفس-جسمية التي تسبق المنافسة تؤثر سلباً على المستوى الرقمي في أغلب فعاليات العاب القوى قيد الدراسة، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (الخفاجي، 2006) حيث أشارت عن عدم وجود علاقة ارتباط معنوية بين الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة وبين مستوى الإنجاز في مسابقات ألعاب القوى.

استنتاجات الدراسة

- أن الأندية ذات المستوى المنخفض تحتاج إلى إعداد نفسي عالٍ للتقليل من مستوى الأعراض النفس جسمية بصورة أكبر من الأندية ذات مستوى الانجاز المرتفع.
- لم تحضي برامج الأعداد النفسي بأهمية عند وضع الخطط والبرامج التدريبية لأندية الكرة الطائرة في الأردن من قبل المدربين.

التوصيات

وفي ضوء استنتاجات الدراسة توصل الباحث على التوصيات التالية:
1- إخضاع الأندية التي حصلت على مراكز منخفضة في الترتيب إلى برنامج إعداد نفسي للتقليل من الأعراض النفس جسمية.
2- ضرورة تواجد معد نفسي للفرق الرياضية خصوصاً أصحاب المستويات المنخفضة
3- إجراء دراسات مشابهة على عينات والعباب رياضية أخرى.

عشر، العدد الثاني، غزة، فلسطين، 179-190.

الجاموس، ن. (2004) الاضطرابات النفسية الجسمية، الطبعة العربية، عمان، الأردن، ص31-55.
حلاوة، ر. (2010) الأعراض النفس جسمية قبل المنافسة الرياضية وعلاقتها بالمستوى الرقمي لدى لاعبي ألعاب القوى العرب، مجلة دراسات، 2013، الجامعة الأردنية، الأردن.
الخفاجي، ع.، وعمار، ا. (2006) علاقة الأعراض النفس جسمية للاعبين العاب القوى بانجاز الفعاليات وترتيب الفرق، مجلة علوم التربية الرياضية، جامعة بابل، العدد الأول، المجلد الخامس، ص108.
راتب، أ. (2008) الإعداد النفسي للبطل الرياضي رؤية متكاملة،

- الرياضية، جامعة طنطا، مصر، ص129-137.
 مكناي، إ. (2000) مستويات القلق النفسي قبل المنافسة الرياضية لدى لاعبي كرة الطاولة في الأردن وعلاقتها بالإنتاج الرياضي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية ص3-5.
- http://sporting.ahlamontada.com 2009، القلق النفسي الرياضي، t68-topic، تاريخ التسجيل 18-7-2012.
 Abdelrhman. M. (2001) Nutzen der catecholamine bestiumung unter trainings – und wettkampef bedingungen in beach- volleyball doktorarbeit, uni-Bielefeld.
- Edmund, O. Panteleimon, E. (2006) Psychobiology of physical activity. Human Kinetics publishers. (Pp-1-14).
- Tilo von Hagen, (1998) Spielbeobachtung und spiel system fuer hochspieler in beach volleyball, diploma arbeit, deutsche hoch schule koeln.
- Hoemberg, S., Papageorge, A. (1997) Handbuch fuer beach-volleyball- Meyer & Meyer verlag, Aachen.
- Hudleston, S. Gill. (1981) State anxiety as function of skill level and proximity to competition. Research quarterly, for exercise and sport, Vol 52. No. 1.
- Leonid, L. & Svetlana, S. (1999) "Psychological factors of competitive activity for high – performance basketball players". Science in the Olympic sports journal, 1.99.p109.
- Hudleston, S. Gill. 1981. State anxiety as function of skill level and proximity to competition, Research quarterly, for exercise and sport, 52(1).
- مقالة علمية، المؤتمر الدولي الأول للتربية البدنية والرياضة والصحة، المجلد العلمي للبحوث، الكويت، ص13-119.
 راتب، أ. (2000) علم النفس الرياضي، المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، القاهرة.
- رياض، أ. (2005) الرعاية الطبية للاعبين الكرة الطائرة، مركز الكتاب للنشر، ط1، مصر، ص86.
- زكي، م. (2006) لعبة الكرة الطائرة الشاطئية العصر الذهبي للرمال، المكتب المصرية، الإسكندرية، مصر، ص23-33.
- الضمد، ع. (2005) الحمل النفسي، الأعباء النفسية عند الرياضيين، دار الخليج، ط1، عمان، الاردن، ص82.
- الضمد، ع. (2003) علم النفس في الرياضة. الطبعة الأولى، دار الخليج، عمان، ص15-21.
- أبو النيل، م. (1994)، الأمراض السيكوسوماتية، مجلد 1، دار النهضة، بيروت.
- العامري، م. (2007) الأعراض السيكوسوماتية وعلاقتها بالانتران الانفعالي لدى عينة من المراهقين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الملك، السعودية، ص هـ.
- عبدالمعطي، ح. (2003) الأمراض السيكوسوماتية – التشخيص – السبب – العلاج، المكتبة الشرقية، القاهرة، مصر، ص25-41.
- الضمور، ف. (2014) المعوقات التي تواجه مدرسي التربية الرياضية في استخدام بعض اساليب التدريس في تدريس الكرة الطائرة وكرة السلة للمرحلة الثانوية في مدارس قسبة الكرك، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة.
- المعاني، ع. (2014) دراسة تحليلية للواقع التدريسي للمواد العملية في كلية علوم الرياضة في جامعة مؤتة من وجهة نظر الطلبة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية علوم الرياضة، جامعة مؤتة.
- محمد، ع. (2006) دراسة تحليلية لتأثير أنواع الإرسال على نتيجة مباريات لعبة الكرة الطائرة الشاطئية في بطولة العالم للرجال، المجلة العلمية لعلوم التربية الرياضية، العدد التاسع، كلية التربية

The Reality of Psychosomatic Symptoms of Pre-Competitive and its Relation to Achievement among Players of the First Class in Volleyball in Jordan

*Jamal Rababah**

ABSTRACT

This study aimed at identifying the reality of the psychosomatic symptoms of pre-competitive state and its relation to achievement among players of the first class in volleyball in Jordan. The researcher used a descriptive method. The sample size consisted of (94) players, who participated in the first class league championship of volleyball in Jordan for the season 2013-2014. The results of the indicated that there are significant differences according to the classification of the club. Moreover, significant negative correlation relationship occurred between the achievement and the level of psychosomatic symptoms.

The study showed the necessity of providing the players with psychological preparation programs that reduce the psychosomatic symptoms of pre-competitive state. Furthermore, the study recommended that a psychological specialist should be available with the sport teams in order to prepare athletes for competition specially for those with low performance.

Keywords: Psycho Somatic Achievement, First Class Players.

* Faculty of Educational Sciences, Mutah University, Jordan. Received on 11/11/2014 and Accepted for Publication on 25/1/2015.

Copyright of Dirasat: Educational Sciences is the property of University of Jordan and its content may not be copied or emailed to multiple sites or posted to a listserv without the copyright holder's express written permission. However, users may print, download, or email articles for individual use.