

## " مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في ظل جائحة فيروس كورونا (كوفيد-19) "

م.د/ محمود غريب

قسم نظريات وتطبيقات الألعاب  
الرياضية والعب المضرب  
كلية التربية الرياضية - جامعة  
المنوفية

### المقدمة ومشكلة البحث:

لقد طرأت مجموعة من التطورات على الحياة في مختلف المجالات الثقافية والاجتماعية والرياضية ، والتطور الحضاري والتكنولوجي ، والتي أدت في مجملها إلى تعقد الحياة ، فقد أصبح القلق النفسي من أهم الظواهر التي تتصدر مشكلات عصرنا الحالي ، سواء كان هذا القلق ناتج عن أسباب تتعلق ببيئة الفرد ، أو أسباب تتعلق بالفرد نفسه، وفي كل الأحوال يكون الفرد واقعاً تحت تأثير هذا القلق ، والذي قد يؤدي إستمرار تأثيره السلبي إلى العديد من الأمراض النفسية والبدنية ، كما يعتبر إستمرار حدوث القلق ، وعدم القدرة على مواجهته بطريقة إيجابية بمثابة البداية التي ترهق القوة النفسية للفرد فتجعله عرضة للتشاؤم ، وعندما يتمكن الفرد من مواجهة القلق النفسي بطريقة فعالة فإن ذلك يؤدي إلى تمتعه بالصحة النفسية والبدنية الجيدة.

وتذكر سميرة محمد شندی (٢٠٠٢) أن المستقبل يحمل في طياته تغيرات سريعة تشمل كل ما يحيط بالفرد من متغيرات اقتصادية واجتماعية وثقافية وتقنية ، وما يصاحبها من تغيرات في البناء القيمي ، والأخلاقى والسلوكى للفرد ، مما قد يزلزل كيان الفرد ، ويدفعه إلى القلق والتوتر ، والإكتئاب النفسى.(٣ : ١١٣)

ويعتبر قلق المستقبل **Future anxiety** من المشكلات النفسية التي يمكن أن تعوق الفرد عن أداء دوره الاجتماعى، وعن توافقه وارتقائه ، ولقد شهدت دول العالم تحولاً في نمط الحياة، حيث أصبحت أنماط حياة المدن ظاهرة بشكل واضح ، وصاحب ذلك تزايد العديد من الأمراض المزمنة ، والمشكلات النفسية ، ومنها : الاكتئاب والقلق بمختلف أشكاله. (٧:٨)،(١٩:٢٨٧)

ويتفق كل من : عاشور دياب (٢٠٠١) ، مولين **Molin** (٢٠٠٧) أن أسباب قلق المستقبل يمكن أن تتمثل في وجود تفاوت بين مستوى طموحات الفرد وإمكاناته الواقعية، أو تفكك الأسرة ، وكذلك قصور الرؤية نحو المستقبل أو ضالة المعلومات أو تشوش الأفكار . (٦: ٤٣٧)،(٢٠ : ٥٠٤)

كما يتفق كل من : زاليسكى Zaleski (٢٠٠٨) ، زاليسكى Zaleski (٢٠١٠) أن المكون المعرفى هو الأساس الذى يكمن وراء الشعور بقلق المستقبل، وأنه يستند إلى بعض المفاهيم ومنها : الخوف من الفشل عند اتكينسون Atkinson ، واليأس لبيك Beck، والخوف من القدر عند تيليك Telck (المدرسة الوجودية) كما يستند إلى مفهوم فاعلية الذات عند باندورا Bandura ، ومفهوم مركز التحكم عند روتر Rotter ، كما يستند وبصورة شبه أساسية على نظرية ايزينك Eysenck المعرفية للقلق ، كما أعتمد على محددات تقييم التهديد التى سبق ، وأن قدمها ايزينك Eysenck فى نظريته حيث ذكر أن الفرد يمر منذ طفولته ومراهقته بخبرات تسهم فى تشكيله المعرفى والوجدانى، وقد تؤدى به الخبرات السوية إلى اتساق التفكير وتكوين الشخصية المتسمة بالفاعلية الذاتية ، وتقدير الذات الموجب ، فتدرك الأحداث بصورتها الواقعية ، فتكون الاستجابة للمستقبل استجابة تتسم بالقلق السوى أو العادى ، فيكون التفاعل الخلاق مع الحياة. (٢٣ : ١٧٧)، (٢٤ : ١٦٦)

وأطلقت منظمة الصحة العالمية (WHO) أسم SARS-CoV-2 على فيروس الكورونا ، وأسم COVID-19 على المرض الذي يسببه هذا الفيروس. حرفي "كو/CO" اختصار لكلمة كورونا ، وحرفي "في/VI" اختصار لكلمة فيروس، وحرف "د/D" اختصار لكلمة "مرض/Disease" باللغة الإنجليزية ، وقد أختير هذا الأسم لتجنب الإشارة إلى مجموعات معينة من الأشخاص أو المواقع ، وإعطاء انطباعات سلبية عنها. (١٢)

ويذكر سميث نوح Smith Noah (٢٠٢٠) (٢١) أن الاهتمام بالصحة النفسية للرياضيين فى مثل هذه الفترات العصيبة فترة إنتشار فيروس الكورونا يعد أمراً غاية فى الأهمية ، إذ يجب اتخاذ الإجراءات اللازمة للحفاظ على الصحة النفسية للرياضيين بالمجتمعات المتأثرة بالفيروس ، ويمكن للمخاوف حول إنتقال المرض من شخص إلى آخر أن تؤثر على التماسك الاجتماعى ، وسهولة الحصول على الدعم الاجتماعى المطلوب ، وتترك أثراً سلبياً على الصحة النفسية، ولسوء الحظ، كان الإعلام عاملاً إضافياً ساهم فى نشر الذعر بين عامة الناس ، إلا أنه يمكن الاستعانة بالعديد من التدابير الإيجابية التى تساعد على العناية بالصحة النفسية للمجتمع والأفراد والرياضيين.

ويمكن لفيروس كورونا المستجد أن يشكل عاملاً محفزاً للاكتئاب والقلق، نتيجة للعزلة أو الحجر الصحى أو الحرمان أو التوعك الجسدى على سبيل المثال، وهناك بعض العوامل التى قد

تزيد من خطورة الإصابة بالاكنتئاب ، وتتضمن المعاناة مع الاكنتئاب في الماضي ، والعزلة الاجتماعية والألم ، والتوكل الجسدي ، وضغوط الحياة المستمرة الأخرى. (١٢)

ومن خلال المسح المرجعي للدراسات العلمية التي تناولت قلق توقع المستقبل الرياضي وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل دراسة كل من : عبد العزيز عبد المجيد ومصطفى عميرة ونبال بدر (٢٠٠٦) (٧) ، صلاح كرميان (٢٠٠٧) (٤) ، محمد عسليّة وأنور البنا (٢٠١١) (١١) ، جيلان هشام أحمد (٢٠١٦) (١) ، حور محمد على (٢٠١٦) (٢) ، محمد سمير عمر (٢٠١٧) (٩) ، محمد عبد الفتاح حسنى (٢٠١٨) (١٠) ، هبة السيد مخيمر (٢٠١٩) (١٥) أتضح أنه لا توجد دراسة علمية - على حد علم الباحث - تطرقت إلى التعرف على مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في ظل جائحة فيروس كورونا ، ولذا يسعى الباحث من خلال هذه الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية في ظل جائحة فيروس كورونا.

وفي ضوء ما سبق يعتقد الباحث أن ما يتمتع به لاعبي الرياضات الجماعية أصحاب المستوى العالي من الشعور بالثقة بالنفس ، والقدرة على السيطرة على الانفعالات ، والتفاؤل ، والخبرات الايجابية للمنافسة والتدريب ، ومن ثم الشعور بمتعة المنافسة والفوز ، وما يترتب عليه من مزايا مادية، ومعنوية وشهرة إعلامية أحياناً ، ومكانة اجتماعية ، الأمر الذي يشير بقوة الى إثبات الذات الرياضية ، والتفاؤل نحو تحقيق مستقبل رياضي ناجح ومشرق ، وعلى العكس من ذلك فإن الخوف من الإصابة بفيروس كورونا ، والذي إجتاح جمهورية مصر العربية والعالم كله ، وسيطرة بعض الخبرات السلبية من عدم الثقة والتشاؤم ، والقابلية للإستثارة في المواقف المختلفة ، وما يترتب عليه من عوامل ، وأسباب قد تؤثر على مستوى أداء الرياضي ، ومن ثم رؤيته لمستقبله الرياضي.

ومما سبق دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة كمحاولة لتقديم بعض الحلول العلمية المناسبة لخفض مستوى حدة قلق توقع المستقبل الرياضي في ظل جائحة فيروس كورونا، والتي قد تنعكس بالإيجاب على مستوى الأداء البدني والفني والنفسي للاعبين الرياضات الجماعية ، الأمر الذي دفع الباحث إلى دراسة مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس كورونا.

أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على:

- ١- مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس الكورونا (كوفيد -١٩).
- ٢- الفروق في مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس الكورونا (كوفيد -١٩).

#### تساؤلات البحث :

- ١- ما هو مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس الكورونا (كوفيد -١٩) ؟
- ٢- هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي بين لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس الكورونا (كوفيد -١٩) ؟

#### مصطلحات البحث:

#### قلق المستقبل :Future Anxiety

هو " جزء من القلق العام المعم على المستقبل، يمتلك جذوره في الواقع الراهن، ويتمثل في مجموعة من المتغيرات كالتشاؤم، وفقدان السيطرة على الحاضر، وإدراك العجز في تحقيق الأهداف الهامة، وعدم التأكد من المستقبل، ولا يتضح إلا ضمن إطار فهمنا للقلق العام".(١٤:٤٢)

#### قلق توقع المستقبل الرياضي \* Concern about the future of sports :

هو " حالة شعور بتهديد مستقبل العمر الرياضي للاعب".

#### الدراسات المرجعية :

نظرا لحدائثة موضوع الدراسة الحالية في البيئة الرياضية محلياً وعربياً ودولياً ففي حدود علم الباحث لا توجد دراسات مرتبطة عن "قلق توقع المستقبل الرياضي في ظل جائحة فيروس الكورونا" إلا أن هناك بعض الدراسات في قلق توقع المستقبل في المجالات المختلفة سوف نعرض ما هو مرتبط بموضوع البحث مثل دراسة كل من :

\* تعريف إجرائي.

- ١- دراسة عبد العزيز عبد المجيد ومصطفى عميرة ونبال بدر (٢٠٠٦) (٧) أستهذفت بناء مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي، وأستخدم الباحثون المنهج الوصفي، وتكونت عينة البحث من عدد (٢١٩) لاعباً من الرياضات الفردية والجماعية، ومن أهم النتائج: توصل الباحثون لمقياس مكون من (٤٢) عبارة يمكن من خلاله التعرف على الأسباب والعوامل التي يراها الرياضيين أسباباً للقلق على مستقبلهم الرياضي، كما يتصف الرياضيين بمستوى متوسط من قلق توقع المستقبل الرياضي.
- ٢- دراسة صلاح كرميان (٢٠٠٧) (٤) أستهذفت التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية وقلق المستقبل طبقاً للجنس والحالة الزوجية والعمر، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي على عينة قوامها (١٩٨) من العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أستراليا مدرسين (١٢٦ من الذكور و ٧٢ من الإناث) تراوحت أعمارهم ما بين (١٨-٥٨) سنة، ومن أدوات البحث: مقياس قلق المستقبل، ومن أهم النتائج: يتصف العاملون بصورة مؤقتة من الجالية العراقية في أستراليا بمستوى عالي في أبعاد قلق المستقبل والعصابية.
- ٣- دراسة محمد عسليّة وأنور البنا (٢٠١١) (١١) أستهذفت التعرف على مستوى قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات في محافظة غزة، وأستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وأشتملت العينة على عدد (١٨٠) طالباً، ومن أدوات البحث: مقياس قلق المستقبل، ومن أهم النتائج: هناك حالة واضحة من قلق المستقبل الشديد لدى طلاب جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات في محافظة غزة.
- ٤- دراسة جيلان هشام أحمد (٢٠١٦) (١) أستهذفت التعرف على فاعلية برنامج إرشادي نفسي تربوي على خفض حدة قلق المستقبل المهني في المجال الرياضي، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي، وأشتملت العينة على عدد (٤٨) طالباً بالفرقة الرابعة بكلية التربية الرياضية، ومن أدوات البحث: مقياس قلق المستقبل المهني، ومن أهم النتائج: مستوى قلق المستقبل المهني في المجال الرياضي بدرجة عالية.
- ٥- دراسة حور محمد علي (٢٠١٦) (٢) أستهذفت التعرف على قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضي للاعبات هوكي الميدان، وأستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وأشتملت العينة على عدد (٥٠) لاعبة هوكي، ومن أدوات البحث: مقياس قلق المستقبل، ومن أهم النتائج: وجود ارتباط سالب بين قلق المستقبل ودافعية الإنجاز الرياضي للاعبات هوكي الميدان وتتصف لاعبات هوكي الميدان بمستوى متوسط في قلق المستقبل.
- ٦- دراسة محمد سمير عمر (٢٠١٧) (٩) أستهذفت التعرف على قلق المستقبل وعلاقته ببعض الجوانب غير المعرفية لدى ناشئي كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة، وأستخدم الباحثان

المنهج الوصفي ، وأشتملت العينة علي عدد (٩٠) ناشئاً ، ومن أدوات البحث : مقياس قلق المستقبل ، ومن أهم النتائج : تتصف عينة البحث من ناشئى كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة بمستوى عال من قلق المستقبل.

٧- دراسة **محمد عبد الفتاح حسنى (٢٠١٨)(١٠)** أستهدفت التعرف على تأثير برنامج إرشادى نفسى لمواجهة قلق المستقبل على بعض المهارات النفس حركية لدى لاعبات المنازلات، وأستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وأشتملت العينة علي عدد (٣٠) لاعبة منازلات ، ومن أدوات البحث : مقياس قلق المستقبل ، ومن أهم النتائج : وجود مستوى متوسط لدرجة قلق المستقبل لدى لاعبات المنازلات.

٨- دراسة **هبة السيد مخيمر (٢٠١٩)(١٥)** أستهدفت التعرف على تأثير برنامج ترويحى على قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الدقهلية، وأستخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، وأشتملت العينة علي عدد (٢٠) طالبة ، ومن أدوات البحث : مقياس قلق المستقبل ، ومن أهم النتائج : وجود مستوى عال لدرجة قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الدقهلية.

#### إجراءات البحث :

#### منهج البحث :

أستخدم الباحث المنهج الوصفي بإتباع الأسلوب المسحي ، وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة الحالية.

#### عينة البحث :

قام الباحث بإختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة العمدية العشوائية من لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) بأندية محافظة المنوفية فى الموسم التدريبى ٢٠٢٠/٢٠١٩ ، والبالغ عددهم (٨٠) لاعباً ، كما تم إختيار عدد (٢٠) لاعباً كعينة إستطلاعية لتقنين مقياس قلق توقع المستقبل الرياضى ، وجدول (١) يوضح توصيف عينة البحث.

## جدول (١)

توصيف عينة البحث من لاعبي الرياضات الجماعية

البيان	كرة اليد	كرة القدم	كرة السلة	كرة الطائرة	الإجمالي
عينة البحث الأساسية	٢٠	٢٠	٢٠	٢٠	٨٠
العينة الإستطلاعية	٥	٥	٥	٥	٢٠
الإجمالي	٢٥	٢٥	٢٥	٢٥	١٠٠

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث :

قام الباحث بالتأكد من إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في معدلات النمو (السن - العمر التدريبي) ، والجدول (٢) يوضح ذلك.

## جدول (٢)

إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في

ن = ١٠٠

(العمر الزمني - العمر التدريبي)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
العمر الزمني	سنة	٢١,٥٠	٣,٧٧	٢٠,٦٠	٠,٧٢
العمر التدريبي	سنة	٧,٩٠	٢,٤١	٧,٢٠	٠,٨٧

يتضح من جدول (٢) أن جميع قيم معاملات الالتواء للعمر الزمني والعمر التدريبي، أنحصرت ما بين  $(\pm 3)$  الأمر الذي يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث في هذه المتغيرات. أدوات جمع البيانات :

أولاً : مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي: ملحق (١)

أعد هذا المقياس كل من : عبد العزيز عبد المجيد ومصطفى عميرة ونبال بدر (٢٠٠٦) (٧) ، ويشتمل على ثلاث مجالات هم المجال الأول خصائص شخصية الرياضي ويتكون من عدة محاور هي القابلية للإستثارة ، النزعة التشاؤمية ، الثقة بالنفس ، وعدد عباراته (٩) عبارات ، المجال الثاني البيئة الرياضية ، ويتكون من عدة محاور هي جماعة الرياضي ، الجهاز الفني والإداري ، أعضاء الفريق ، الأسرة ، الجمهور ، وسائل الإعلام والتجهيزات الرياضية ، وعدد عباراته (٢٠) عبارة ، المجال الثالث نتاج المنافسة ، ويتضمن عدة محاور هي الإصابة ،

عائد الإحتراف والخبرات السلبية ، وعدد عباراته (١٣) عبارة ، وبذلك يكون إجمالي عدد عبارات المقياس (٤٢) عبارة ، وتبلغ الدرجة الكبرى (١٢٦) درجة بينما تبلغ الدرجة الصغرى (٤٢) درجة. وقد وزعت درجات الإستجابة على عبارات المقياس كما يلي:

- (٣) درجات دائماً - (٢) درجتان أحياناً - (١) درجة واحدة أبداً للعبارات الإيجابية.  
(٣) درجات أبداً - (٢) درجتان أحياناً - (١) درجة واحدة دائماً للعبارات السالبة.

المعاملات العلمية لمقياس قلق توقع المستقبل الرياضي:

أولاً : صدق الإتساق الداخلي:

تم حساب معامل الصدق لمقياس قلق توقع المستقبل الرياضي باستخدام طريقة الإتساق الداخلي، وذلك بتطبيق المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (٢٠) لاعباً ، ثم حساب معامل الارتباط البسيط بين درجة كل عبارة وبين مجموع درجات البعد الذى تنتمى إليه، وأيضاً حساب معامل الارتباط البسيط بين مجموع درجات كل بعد وبين الدرجة الكلية للمقياس، والجدولين (٣)،(٤) يوضحان ذلك.

### جدول (٣)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للبعد

الذى تمثله فى مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي  $n = 20$

أرقام العبارات									البيان	المجال
٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	العبارة	شخصية الرياضي
٠,٦٩٨	٠,٧٠١	٠,٧١٦	٠,٦٩٩	٠,٧٠٠	٠,٧١٨	٠,٧٠١	٠,٦٩٨	٠,٦٩٤	قيمة "ر"	
١٨	١٧	١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	العبارة	البيئة الرياضية
٠,٦٣٨	٠,٦٩١	٠,٦٦٠	٠,٦٣٥	٠,٦٤١	٠,٦٥٩	٠,٦٨٣	٠,٦٩١	٠,٦٥٢	قيمة "ر"	
٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	٢٣	٢٢	٢١	٢٠	١٩	العبارة	
٠,٦٩٠	٠,٦٨١	٠,٦٣١	٠,٦٩١	٠,٧٠٢	٠,٦٣٨	٠,٦٤٨	٠,٦٥٦	٠,٦٤٨	قيمة "ر"	
-	-	-	-	-	-	-	٢٩	٢٨	العبارة	نتاج
-	-	-	-	-	-	-	٠,٦٩٩	٠,٦٥٢	قيمة "ر"	
٣٨	٣٧	٣٦	٣٥	٣٤	٣٣	٣٢	٣١	٣٠	العبارة	



المنافسة	قيمة "ر"	٠,٦٤١	٠,٦٢٨	٠,٦٦٠	٠,٧٠١	٠,٦٩٥	٠,٦٣٧	٠,٦١٩	٠,٦٥٠	٠,٦٣٧
قيمة "ر"	٣٩	٤٠	٤١	٤٢	-	-	-	-	-	-
العبارة	٠,٦٢٥	٠,٦٣٨	٠,٦٣٩	٠,٦٩٤	-	-	-	-	-	-

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٣) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين درجة كل عبارة وبين الدرجة الكلية للبعد الذى تمثله فى مقياس قلق توقع المستقبل الرياضى ، مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلى للمقياس.

#### جدول (٤)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد مقياس

قلق توقع المستقبل الرياضى والدرجة الكلية للمقياس ن = ٢٠

م	أبعاد المقياس	عدد العبارات	معامل الارتباط
١	خصائص شخصية الرياضى	٩	*٠,٦٠٣
٢	البيئة الرياضية	٢٠	*٠,٥٢٢
٣	نتاج المنافسة	١٣	*٠,٥٩٦

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يتضح من جدول (٤) وجود ارتباط دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين الدرجة الكلية للبعد ، والدرجة الكلية لمقياس قلق توقع المستقبل الرياضى.

#### ثانياً: معامل الثبات:

قام الباحث بحساب معامل الثبات بتطبيق مقياس قلق توقع المستقبل الرياضى على أفراد عينة البحث الإستطلاعية والبالغ عددهم (٢٠) لاعباً ثم تم إعادة التطبيق على نفس العينة بفواصل زمنى قدره (١٥) يوماً، وذلك فى الفترة من ٢٠٢٠/٣/١٠ ، وحتى ٢٠٢٠/٣/٢٥ ، وتم حساب معامل الارتباط بين نتائج التطبيقين الأول والثانى ، والجدول (٥) يوضح ذلك.

#### جدول (٥)

معامل الثبات لمقياس قلق توقع المستقبل الرياضى ن = ٢٠

أبعاد المقياس	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثانى	
		م	ع	م	ع
قيمة "ر"					

*٠,٦٤١	٢,٣٥	٢٠,٨٠	٢,١٤	١٩,٩٠	درجة	خصائص شخصية الرياضي
*٠,٥٧٠	٤,١٢	٤٧,٥٠	٤,٧١	٤٦,٠٠	درجة	البيئة الرياضية
*٠,٦٢٤	٣,٤٤	٢٨,٩٠	٣,٢٩	٢٧,٥٠	درجة	نتائج المنافسة
*٠,٦١٢	٩,٩١	٩٧,٢٠	١٠,١٤	٩٣,٤٠	درجة	المجموع الكلي للمقياس

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يتضح من الجدول (٥) وجود ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس قلق توقع المستقبل الرياضي مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات. الدراسة الأساسية :

#### ١- المرحلة الأولى تطبيق مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي:

بعد تحديد عينة البحث الأساسية ، وإختيار مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي ، والتأكد من صدقه وثباته قام الباحث بتطبيق مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي على جميع أفراد العينة الأساسية والبالغ عددهم (٨٠) لاعباً ، وذلك في الفترة من ٢٠٢٠/٤/٧ ، وحتى ٢٠٢٠/٥/٩ .

#### ٢- المرحلة الثانية تصحيح مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي:

بعد انتهاء الباحث من مرحلة تطبيق مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي على أفراد عينة البحث الأساسية ، قام بتصحيح المقياس طبقاً للتعليمات الواردة في شروط تطبيق المقياس ، وبعد الانتهاء من عملية التصحيح تم رصد الدرجات ، وذلك تمهيداً لمعالجتها إحصائياً.

#### جدول (٦)

المتوسطات الحسابية والأوزان النسبية وفق ميزان التقدير للمقياس

البيان	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً
المتوسط الحسابي	من صفر إلى ٠,٩٩	١,٠٠ إلى ١,٦٩	١,٧٠ إلى ٢,٣٩	٢,٤٠ فأكثر
الأوزان النسبية	صفر% إلى ٣٣%	٣٣,٣٣% إلى ٥٦,٣٣%	٥٦,٦٧% إلى ٧٩,٦٧%	أعلى من ٨٠%

#### الأساليب الإحصائية قيد البحث:

تم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي. Mean

- الإنحراف المعياري. Standard Deviation

Mediain	- الوسيط.
Skewness	- معامل الإلتواء.
Correlation Coefficients	- معامل الارتباط البسيط.
Analysis Variance	- تحليل التباين
L.S.D.	- إختبار أقل فرق معنوى

عرض ومناقشة النتائج :

أولاً: عرض النتائج :

## جدول (٧)

التوصيف الإحصائي لاستجابات عينة البحث الأساسية

ن = ٨٠

على مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي

أبعاد المقياس	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
قلق توقع المستقبل الرياضي	درجة	٢٠,٢٠	٤,١٩	١٩,٠٠	٠,٨٦
البيئة الرياضية	درجة	٤٦,٨٠	٥,٦٦	٤٥,٠٠	٠,٩٥
نتائج المنافسة	درجة	٢٨,٠٠	٤,٠٣	٢٧,٠٠	٠,٧٤

يتضح من الجدول (٧) أن قيم معاملات الالتواء لاستجابات أفراد عينة البحث الأساسية على مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي، تنحصر ما بين  $(\pm 3)$ ، مما يشير إلى إعتدالية توزيع أفراد عينة البحث الأساسية في إجاباتهم على المقياس.

أولاً : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول للبحث والذي ينص على :

١- ما هو مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي لدى لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس كورونا؟

أ- نتائج تحليل بعد خصائص شخصية الرياضي :

## جدول (٨)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات بعد خصائص شخصية الرياضي

ن = ٨٠

الرقم	العبارات	الترتيب	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الإستجابة
٨	لا أثق في وفاء حالى التدريب بمتطلبات الأداء .	الأول	٢,٥٠	٠,٤٢	مرتفع جداً
٥	اتجه لتوقع الفشل فى تحقيق الأهداف البعيدة .	الأول مكرر	٢,٥٠	٠,٤٠	مرتفع جداً
٣	أشعر بعدم الثقة فى قدراتى عند مواجهة منافس قوى .	الأول مكرر	٢,٥٠	٠,٤٤	مرتفع جداً
٩	تكون قدرتى على اتخاذ القرار سبباً فى هبوط مستوى أدائى .	الرابع	٢,٢٠	٠,٦٩	مرتفع

مرتفع	٠,٧٨	٢,٠٠	الخامس	لا أتصرف بصورة جيدة فى المواقف الغير متوقعة.	٦
مرتفع	٠,٨١	٢,٠٠	الخامس مكرر	أتوقع الأداء السيئ فى الأوقات الحاسمة.	٢
مرتفع	٠,٩٧	١,٧٠	السابع	يمكن استئارتى عند الأداء المفاجئ للمنافس.	٤
متوسط	٠,٩٥	١,٦٠	الثامن	لدى القابلية للاستئارة فى المواقف الصعبة.	١
متوسط	٠,٩٩	١,٤٠	التاسع	استغرق وقت لاستعادة قدرتى على التركيز.	٧
مرتفع	٠,٩٦	٢,٠٤	إجمالى المحور الأول		

يتضح من جدول (٨) أن قيم متوسطات عبارات بعد خصائص شخصية الرياضي تراوحت ما بين (١,٤٠ : ٢,٥٠) وهذا يشير إلى أن مستوى قلق خصائص شخصية الرياضي مرتفع، وقد أحتلت العبارات أرقام (٨)،(٥)،(٣) " لا أثق فى وفاء حالتى التدريب بمتطلبات الأداء "، " اتجه لتوقع الفشل فى تحقيق الأهداف البعيدة "، " أشعر بعدم الثقة فى قدراتى عند مواجهة منافس قوى"، المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٢,٥٠)، كما أحتلت العبارة رقم (٧) " استغرق وقت لاستعادة قدرتى على التركيز " المرتبة التاسعة والأخيرة بمتوسط قدره (١,٤٠).

#### ب- نتائج تحليل بعد البيئة الرياضية :

#### جدول (٩) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات بعد البيئة الرياضية

ن = ٨٠

الرقم	العبارات	الترتيب	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الإستجابة
١٦	أخشى ضعف تماسك الفريق أثناء الأزمات.	الأول	٢,٣٠	٠,٦٩	مرتفع
٢٧	أخاف الشعور بالتهديد بالاستغناء من ادارة النادي	الأول مكرر	٢,٣٠	٠,٦٥	مرتفع
٢٢	أخشى من سوء النتائج على مستقبل الفريق	الثالث	٢,٢٠	٠,٧٣	مرتفع
١٢	أخشى مواجهة أسرتى بعد الهزيمة.	الثالث مكرر	٢,٢٠	٠,٧٨	مرتفع
١٥	يقلقنى ضعف وعدم استقرار الجهاز الفنى والإدارى.	الخامس	٢,٠٠	٠,٩١	مرتفع
١٣	يضايقنى انقلاب مشجعى الفريق وتشجيعهم للمنافسين.	السادس	١,٩٠	٠,٩٥	مرتفع

#### تابع جدول (٩)

الرقم	العبارات	الترتيب	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الإستجابة
١٠	أخشى على مستقبلى الرياضى من السلطة المطلقة للجهاز الفنى والأدارى	السادس مكرر	١,٩٠	٠,٩٣	مرتفع
١٨	يقلقنى الهتاف بخروجى أو اعتزالى عند الإخفاق فى الأداء.	الثامن	١,٧٠	٠,٩٩	مرتفع

مرتفع	٠,٩٧	١,٧٠	الثامن مكرر	تشعرنى أسرتى بالفخر كلما ارتفع مستوى الرياضى.	١٧
مرتفع	٠,٩٦	١,٧٠	الثامن مكرر	يقلقى مطالبه الجمهور بالتبديل عند سوء الأداء	٢٤
متوسط	١,٠٢	١,٦٠	الحادى عشر	لدى عدم ثقة فى بعض الإعلاميين	٢٥
متوسط	١,١١	١,٦٠	الحادى عشر مكرر	يتأثر أدائى بالنقد السلبي غير الحقيقى.	٢٨
متوسط	١,٠٤	١,٦٠	الحادى عشر مكرر	تسهم التقنيات الحديثة فى التدريب بأرتفاع مستوى أدائى الرياضى	٢٩
متوسط	١,١٢	١,٥٠	الرابع عشر	يتناقص مستوى ادائى لعدم حداثة الأجهزة والأدوات التدريبية	٢٦
متوسط	١,٠٤	١,٥٠	الرابع عشر مكرر	أقلق لديكتاتوريه الجهاز الفنى والإدارى	٢١
متوسط	١,١٥	١,٥٠	الرابع عشر مكرر	أخشى تضخيم الأخطاء من قبل وسائل الاعلام.	١٤
متوسط	١,١٧	١,٤٠	السابع عشر	يضايقنى سوء العلاقة بين أفراد الفريق والجهاز الفنى.	١١
متوسط	١,١٢	١,٤٠	السابع عشر مكرر	أخشى تحيز وسائل الإعلام ضد اللاعبين أو المدربين.	١٩
متوسط	١,١٩	١,٣٠	التاسع عشر	يزعجنى عدم توفر مساعدات تدريبية متطورة	٢٠
متوسط	١,١٤	١,٣٠	التاسع عشر مكرر	مستوى أسرتى الاجتماعى يدفعنى للأداء الأفضل	٢٣
مرتفع	٠,٩٨	١,٧٣	إجمالى المحور الثانى		

يتضح من جدول (٩) أن قيم متوسطات عبارات بعد البيئة الرياضية تراوحت ما بين (١,٣٠ : ٢,٣٠) وهذا يشير إلى أن مستوى قلق البيئة الرياضية مرتفع ، وقد أحتلت العبارات أرقام (١٦)، (٢٧)، (٢٢) " أخشى ضعف تماسك الفريق أثناء الأزمات"، أخاف الشعور بالتهديد بالاستغناء من ادارة النادي " ، أخشى من سوء النتائج على مستقبل الفريق "، المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٢,٣٠)، كما أحتلت العبارة رقم (٢٣) " مستوى أسرتى الاجتماعى يدفعنى للأداء الأفضل " المرتبة التاسع عشر مكرر والأخيرة بمتوسط قدره (١,٣٠).

### ج- نتائج تحليل بعد نتاج المنافسة:

#### جدول (١٠) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع عبارات بعد نتاج المنافسة

ن = ٨٠

الرقم	العبارات	الترتيب	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	الإستجابة
٣١	أخشى من فقدانى مستوى الأداء القمى	الأول	٢,٥٠	٠,٤٨	مرتفع جدا
٣٠	أخشى من تعرضى لإصابة خطيرة على أدائى الرياضى.	الأول مكرر	٢,٥٠	٠,٤٥	مرتفع جدا
٢٣	لا اثق فى النظام العلاجى عند حدوث إصابة	الثالث	٢,٣٠	٠,٤٩	مرتفع
٣٧	أشتراكى ضد منافس قوى يسبب لى مزيداً من الأرتباك	الثالث مكرر	٢,٣٠	٠,٦٩	مرتفع
٣٦	مستوى ادائى غير آمن بعد الأصابة	الثالث مكرر	٢,٣٠	٠,٦٢	مرتفع
٣٩	القلق الذى اشعر به قبل المنافسة يعوقنى عن الاجادة فى المنافسة	السادس	٢,٠٠	٠,٦٧	مرتفع

مرتفع	٠,٩٢	٢,٠٠	السادس مكرر	أشعر بالأرتياك قبل المنافسات القوية	٣٢
مرتفع	٠,٩٨	٢,٠٠	السادس مكرر	أشعر بالعصبية قبل اشتراكى فى المنافسة	٣٥
مرتفع	٠,٩٥	٢,٠٠	السادس مكرر	أخشى التعرض للإصابة بسبب العنف	٤٠
مرتفع	١,٠٢	١,٧٠	العاشر	يقلقى تغير نظم الأحتراف	٣٨
مرتفع	١,١١	١,٧٠	العاشر مكرر	يختلف مستوى باختلاف مدى أهمية المنافسة	٤٢
متوسط	١,١٦	١,٦٠	الحادى عشر	أغضب كلما شعرت بأننى سلعة تجارية وفق نظم الأحتراف	٣٤
متوسط	١,٢٤	١,٥٠	الثانى عشر	أسعى لمستوى أرقى بين المحترفين	٤١
مرتفع	٠,٩١	٢,٠٣		إجمالى المحور الثالث	

يتضح من جدول (١٠) أن قيم متوسطات عبارات بعد نتاج المنافسة تراوحت ما بين (١,٥٠ : ٢,٥٠) وهذا يشير إلى أن مستوى قلق نتاج المنافسة مرتفع ، وقد أحتلت العبارات أرقام (٣١)،(٣٠)،(٣٣) " أخشى من فقدانى مستوى الأداء القمى"، " أخشى من تعرضى لإصابة خطيرة على أدائى الرياضى " ، " لا أثق فى النظام العلاجى عند حدوث إصابة "، المرتبة الأولى بمتوسط قدره (٢,٥٠) ، كما أحتلت العبارة رقم (٤١) " أسعى لمستوى أرقى بين المحترفين " المرتبة الثانى عشر والأخيرة بمتوسط قدره (١,٥٠).

بملاحظة نتائج الجداول (٨)،(٩)،(١٠) يتضح إتصاف أفراد عينة البحث الأساسية بمستوى عال فى أبعاد قلق توقع المستقبل الرياضى.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن لاعبى الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) فى ظل جائحة فيروس كورونا يحرصون ، ويحاولون الحفاظ على المستوى البدنى والفنى سواء فى التدريب أو المباريات الرياضية خلال فترة الحجر الصحى ، مما ترتب على ذلك كثير من المشكلات النفسية الضاغطة ، والقلق المتزايد نتيجة الخوف من الإصابة بفيروس كورونا مما يترتب عليه كثير من العواقب الوخيمة لمستقبل اللاعب ، ولكى يتم تحقيق مستوى عال من الفورمة الرياضية ومحاولة تجنب الفشل ، لابد من خفض أبعاد قلق توقع المستقبل الرياضى ، والتي تعطيمهم حالة من المناعة النفسية ضد أى قلق وتوتر أو تفكير غير سليم فى مستقبلهم الرياضى، فنجدهم واقعيين إلى درجة كبيرة ، ولا يتصفوا بالتشاؤم والإكتئاب والنظرة السيئة للمستقبل، وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه لوزو وآخرون **Luzzo , at., al., (٢٠٠٤)(١٨)**، **مصطفى الشراوى (٢٠١٤)(١٣)**، **أزلينا وشاهير Azlina & Shahrir (٢٠١٥) (١٦)** على أن حالات القلق والتوتر النفسى والإضطراب غالباً ما تظهر نتيجة لعدم القدرة على التعامل مع

الشدائد ، والمواقف النفسية مثل الأزمات والضغوط النفسية ، وأن مواجهة تلك المشكلات النفسية تعتبر عامل رئيسي في تمتع الفرد بالمناعة النفسية ، وإنخفاض مستوى قلق المستقبل يعود إلى قدرة الفرد على التعامل مع المواقف الضاغطة.

كما تتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من : عبد العزيز عبد المجيد وآخرون (٢٠٠٦) (٧) ، صلاح كرميان (٢٠٠٧) (٤)، محمد عسليّة وأنور البنا (٢٠١١) (١١) ، جيلان هشام أحمد (٢٠١٦) (١)، حور محمد علي (٢٠١٦) (٢)، محمد سمير عمر (٢٠١٧) (٩)، محمد عبد الفتاح حسنى (٢٠١٨) (١٠)، هبة السيد مخيمر (٢٠١٩) (١٥) على أن هناك مستوى متوسط وعال من قلق توقع المستقبل لدى الرياضيين وغيرهم.

وهنا يشير واجنير جيمس **Wagner James** (٢٠٢٠) (٢٢) أن فيروس كورونا المستجد يمكن أن يشكل عاملاً محفزاً للاكتئاب والقلق، نتيجة للعزلة أو الحجر الصحي أو الحرمان أو التوعك الجسدي على سبيل المثال. وهناك بعض العوامل التي قد تزيد من خطورة الإصابة بالاكئاب، وتتضمن المعاناة مع الاكتئاب في الماضي ، والعزلة الاجتماعية ، والألم والتوعك الجسدي ، وضغوط الحياة المستمرة الأخرى.

ويقترح هاريج بوب **Harig Bob** (٢٠٢٠) (١٧) بعض النصائح التي تمكن الرياضيين من التغلب على هذه المشاعر السلبية مع مرور الوقت ، حيث يمكن السيطرة على حالة عدم اليقين، وعدم الراحة إذا ركز الأفراد على التحكم في روتينهم اليومي ، والتركيز على ما هو في الواقع تحت سيطرتهم ، بل ومن المهم أن نعتبر أن هذا الوضع يمكن أن يشكل تحدياً إيجابياً، وأن كل هذه المشاعر السلبية هي استجابات طبيعية عند حدوث التغيير.

وبذلك يمكن الإجابة على التساؤل الأول للبحث أن مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي عال لدى لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس كورونا.

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج التساؤل الثاني للبحث والذي ينص على : " هل توجد فروق دالة إحصائية في مستوى قلق توقع المستقبل الرياضي بين لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) في ظل جائحة فيروس كورونا؟".

#### جدول (١١)

تحليل التباين بين لاعبي الرياضات الجماعية (يد - قدم - سلة - طائرة)  
في أبعاد مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي



أبعاد المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"
خصائص شخصية الرياضي	بين المجموعات	٦٦,٩٠	٣	٢٢,٣٠	*٦,٧٨
	داخل المجموعات	٢٥٠,١٢	٧٦	٣,٢٩	
البيئة الرياضية	بين المجموعات	٨٢,٣٣	٣	٢٧,٤٤	*٤,٩٧
	داخل المجموعات	٤١٩,١٨	٧٦	٥,٥٢	
نتائج المنافسة	بين المجموعات	٦٢,٣٦	٣	٢٠,٧٩	*٥,٢٢
	داخل المجموعات	٣٠٢,٥١	٧٦	٣,٩٨	

\* دال عند مستوى ٠,٠٥

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٣,١٥

يتضح من جدول (١١) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ بين لاعبي الرياضات الجماعية (يد - قدم - سلة - طائرة) في أبعاد مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي، ولذا سيقوم الباحث بحساب دلالة الفروق بين المتوسطات باستخدام إختبار أقل فرق معنوي **L.S.D**.

## جدول (١٢)

أقل فرق معنوي بين متوسطات القياسات للاعبين الرياضات الجماعية (يد - قدم - سلة - طائرة) في أبعاد مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي

المتغيرات	المجموعات	المتوسطات	كرة اليد	كرة القدم	كرة السلة	كرة طائرة	L.S.D
خصائص شخصية الرياضي	كرة اليد	٢٠,٨٠	-	*١,٦٠	*٢,٣٠	*١,٨٠	٠,٥٧
	كرة القدم	٢٢,٤٠	-	-	*٣,٩٠	*٣,٤٠	
	كرة السلة	١٨,٥٠	-	-	-	٠,٥٠	
	كرة طائرة	١٩,٠٠	-	-	-	-	
البيئة الرياضية	كرة اليد	٤٤,٦٠	-	*٤,٦٠	*٢,٩٠	*١,٣٠	٠,٧٤
	كرة القدم	٤٩,٢٠	-	-	*١,٧٠	*٣,٣٠	
	كرة السلة	٤٧,٥٠	-	-	-	*١,٦٠	
	كرة طائرة	٤٥,٩٠	-	-	-	-	
نتائج المنافسة	كرة اليد	٢٧,٠٠	-	*٥,٠٠	*١,٠٠	*١,٠٠	٠,٦٢
	كرة القدم	٣٢,٠٠	-	-	*٤,٠٠	*٦,٠٠	
	كرة السلة	٢٨,٠٠	-	-	-	*٢,٠٠	
	كرة طائرة	٢٦,٠٠	-	-	-	-	

يتضح من جدول (١٢) توجد فروق دالة إحصائياً بين لاعبي الرياضات الجماعية (يد - قدم - سلة - طائرة) في أبعاد مقياس قلق توقع المستقبل الرياضي ولصالح لاعبي كرة القدم.

ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى أن إتصاف لاعبي كرة القدم بدرجة عالية من قلق توقع المستقبل الرياضي نتيجة للقلق والخوف الزائد لدى لاعبي كرة القدم لإيقاف النشاط الرياضي والدوري العام ، وتوقف المكافآت ، والمرتب الشهري لهؤلاء اللاعبين ، وكثير منهم يعتمد على هذا الدخل في حياته الشخصية ، والخوف من الإصابة بفيروس الكورونا أكثر من أقرانهم في الرياضات الأخرى ، في حين نجد أن كثير من لاعبي كرة اليد والسلة والطائرة دخلهم المادي بسيط

ويكاد لا يذكر، وإنما قلقهم راجع للخوف من الإصابة بفيروس كورونا ، بالإضافة إلى أن تفشي فيروس كورونا الجديد (كوفيد ١٩) تسبب في تغييرات كثيرة في يوميات وسلوكيات الأفراد والرياضيين ، خاصة بعد إعلان ضرورة الحجر المنزلي ، والتباعد الاجتماعي كأفضل وسيلة للحد من تفشي المرض.

وتتنفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه **طلال المصطفى وحسام السعد (٢٠٢٠) (٥)** أن هناك درجة عالية من قلق توقع المستقبل لدى الأفراد التي لا تتعد مصادر دخلهم ، وإعتمادهم على مصدر واحد مثل المكافآت والحوافز مثل (لاعبى كرة القدم) ، وهذا يتطلب من الفرد القدرة على التكيف الفعال الذى يتضمن الحفاظ على مرونة الفرد النفسية ، حتى يتخطى الفرد هذه المرحلة الحرجة من حالات الحجر والعزل الصحى من خلال الإلتزان الإنفعالى ، وإنخفاض القلق والتوتر خاصة قلق المستقبل.

#### الاستخلاصات :

فى ضوء أهداف البحث وتساؤلاته والمعالجات الإحصائية للبيانات والنتائج التى تم التوصل إليها ، توصل الباحث إلى الإستخلاصات التالية:

- ١- إتصاف لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) فى ظل جائحة فيروس كورونا (أفراد عينة البحث الأساسية) بمستوى عال من قلق توقع المستقبل الرياضى بأبعاده الثلاث (خصائص شخصية الرياضي - البيئة الرياضية - نتاج المنافسة).
- ٢- إتصاف لاعبي كرة القدم بمستوى عال من قلق توقع المستقبل الرياضى بأبعاده الثلاث (خصائص شخصية الرياضي - البيئة الرياضية - نتاج المنافسة) مقارنة بلاعبي (كرة اليد - كرة السلة - كرة الطائرة) فى ظل جائحة فيروس كورونا.
- ٣- توجد فروق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين لاعبي الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) فى مستوى قلق توقع المستقبل الرياضى فى ظل جائحة فيروس كورونا لصالح لاعبي كرة القدم.

## التوصيات:

فى ضوء ما تم عرضه من إستخلاصات وفى حدود عينة البحث وأهدافه يوصى الباحث بما يلى:

- ١- وضع برامج إرشادية لخفض حالة قلق توقع المستقبل الرياضى للاعبى الرياضات الجماعية (كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - كرة الطائرة) فى ظل جائحة فيروس الكورونا.
- ٢- إنشاء مراكز للرعاية النفسية للاعبى الرياضات الجماعية وتقديم الدعم والحلول لمشاكلهم النفسية ، وخفض مستوى قلق توقع المستقبل الرياضى.
- ٣- إستخدام مقياس قلق توقع المستقبل الرياضى قيد البحث فى تشخيص الحالة النفسية لدى لاعبى الرياضات الجماعية.
- ٤- القيام بدراسة مسحية لتحديد المشكلات النفسية والإجتماعية بعد جائحة فيروس الكورونا، وتصنيفها لوضع برامج خاصة بالإرشاد النفسى التى تعمل على تحقيق الصحة النفسية الجيدة لدى لاعبى الرياضات الجماعية خاصة لاعبى كرة القدم.

## المراجع

## أولاً : المراجع العربية :

- ١- جيلان هشام أحمد (٢٠١٦) : "فاعلية برنامج إرشادى نفسى تربوى على خفض حدة قلق المستقبل المهنى فى المجال الرياضى "، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.
- ٢- حور محمد على (٢٠١٦) : "قلق المستقبل وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضى للاعبات هوكى الميدان" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.
- ٣- سميرة محمد شندى (٢٠٠٢): "دراسة لقلق المستقبل وقلق الموت لدى طلاب الجامعة من منظور متغيرى الجنس والتخصص"، مجلة كلية التربية ، المجلد الثامن ، العدد الثالث ، جامعة عين شمس.
- ٤- صلاح كرميان (٢٠٠٨): "سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدي العاملين بصورة مؤقتة من الجالية العراقية فى استراليا"، رسالة دكتوراه ، كلية الآداب

والتربية، قسم العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية في الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك.

٥- طلال المصطفى وحسام السعد (٢٠٢٠): "السوريون ووباء كورونا - دراسة إستطلاعية لتصورات الحاضر وتوقعات المستقبل ، مركز حرمون للدراسات المعاصرة ، WWW.harmoon.org ،

٦- عاشور محمد دياب (٢٠٠١) : " فاعلية الارشاد النفسى الدينى فى تخفيف قلق المستقبل لدى عينة من طلاب الجامعة"مجلة البحوث فى التربية وعلم النفس، كلية التربية ، جامعة المنيا ، المجلد (١٥) ، العدد الأول ، ص ٤٣٦ - ٤٦٦.

٧- عبد العزيز عبد المجيد ، مصطفى عميرة ، نبال بدر (٢٠٠٦) : " مقياس قلق توقع المستقبل الرياضى" ، مجلة بحوث التربية الرياضية ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة الزقازيق.

٨- ماجد مصطفى العلى (٢٠٠٩): "الاكتئاب وعلاقته بكل من الضغوط والتفاؤل وتقدير الذات لدى عينة من الطلبة المراهقين بدولة الكويت"، مجلة علم النفس ، العدد (٨) ، الهيئة العامة المصرية للكتاب ، القاهرة.

٩- محمد سمير عمر (٢٠١٧): "قلق المستقبل وعلاقته ببعض الجوانب غير المعرفية لدى ناشئى كرة القدم المصابين بأندية قطاع القاهرة" ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا.

١٠- محمد عبد الفتاح حسنى (٢٠١٨): "تأثير برنامج إرشادى نفسى لمواجهة قلق المستقبل على بعض المهارات النفس حركية لدى لاعبات المنازلات"، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا.

١١- محمد عسلىة ، أنور البنا (٢٠١١): "فاعلية برنامج في البرمجة اللغوية العصبية في خفض قلق المستقبل لدى طلبة جامعة الأقصى المنتسبين للتنظيمات بمحافظة غزة" ، مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية)، مجلد (٢٥) ، العدد (٥) ، كلية التربية، جامعة الأقصى ، فلسطين.

١٢- مركز جونز هوبكنز أرامكو الطبى : Johns Hopkins Aramco Healthcare، جوجل.

- ١٣- مصطفى خليل الشرقاوى (٢٠١٤): علم الصحة النفسية ، دار النهضة العربية ، القاهرة.
- ١٤- ناهد شريف سعود (٢٠٠٥): "قلق المستقبل وعلاقته بسمتي التفاؤل والتشاؤم" ، رسالة دكتوراه، كلية التربية ، جامعة دمشق.
- ١٥- هبة السيد مخيمر (٢٠١٩): "تأثير برنامج ترويحى على قلق المستقبل لدى طالبات المرحلة الثانوية بمحافظة الدقهلية" ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة.

ثانياً: المراجع الأجنبية :

- 16-Azlina,A., & Shahrir,J., (2015) :Assessing reliability of resiliency belief scale (R B S)in the Malaysian context,International Journal for cross Disciplinary Subjects in Education (IJCDSE):No.,1, P.,3-8.
- 17- Harig, Bob (2020) : "[Players Championship, other events won't have fans in attendance](#)".
- 18-Luzzo, D., James, T., & Luna, M., (2004) : Effects of attribution retraining on the career beliefs and career exploration behavior of college students, Journal of counseling psychology, 43, P., 415-422.
- 19-Macleod, A., & Byrne, A., (2005) : Anxiety , Depression , and the Anticipation of Future Positive and Negative Experiences, Journal of Abnormal Psychology. Vol.,105. No., 2. P., 286 – 289.
- 20- Molin Ronald (2007): "Future anxiety: Clinical issues of children in the latter phases of foster care", Child & Adolescent social work Journal. Vol 7(6); P., 501-512.
- 21- Smith, Noah (2020) : "[While the sports world falls silent, esports and streamers fill the void](#), " Washington Post".

- 22- **Wagner, James (2020)** : " Looking for a Full Sports Calendar? Try Nicaragua, New York Times.
- 23- **Zaleski, Zbigniew (2008)**: "Personal future in hope and anxiety perspective". In zbigniew, Zaleski (Ed) Psychology of future orientation. Scienlific society of the catholic uni, of Lublin, No. 32. (PP: 173-194).
- 24- **Zaleski, Zbigniew (2010)**: "Future Anxiety: Concept, Measurement, and Preliminary Research". Personality and individual Differences. Vol. 21, 2, PP: 165-174.