جامعة النجاح الوطنية
كلية الدراسات العليا

العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين

إعداد
أحمد محمود يوسف شرف

إشراف
أ.د عبد الناصر عبد الرحيم القدومي
د. محمود الأطرش

قدمت هذه الأطروحة استكمالاً لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية بكلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية، نابلس – فلسطين.
2015

العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين

إعداد

أحمد محمود يوسف شرف

نُوقشت هذه الأطروحة بتاريخ 30 / 2015/07 م، وأُجيزت.

أعضاء لجنة المناقشة	التواقيع
- أ.د. عبد الناصر القدومي/ مشرفاً ورئيساً	.....
- د. محمود الأطرش/ مشرفاً ثانياً	.....
- د. أحمد الخواجا / ممتحناً خارجياً	.....
- د. بشار فوزي / ممتحناً داخلياً	.....

الإهداء

إلى من أدى الأمانة ونصح الأمة ... معلم البشرية الأول ... إلى سيد الخلق وأكرمهم ... إلى حبيبنا المصطفى نبي الرحمة ... إلى رسولنا الكريم

سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم

إلى أجمل بقاع الأرض... أرض الأنبياء والشهداء ... أرض تعملنا منها العز والكبرياء ... فهي فخرَ وهي أملَ ... هي وقتَ وهي زمنَ ... فأنا في ترابها جدعَ وهي في قلبي لحنَ .. إلى أرضي وبلدي وعشقي الأبدي

فلسطين الحبيبة

إلى من رفضوا الذل والهوان ... إلى من دافعوا عن كرامة الفلسطيني كإنسان ... إلى من وعدهم الله بالجنان ... إلى من يعجز عن وصفهم اللسان

شهدائنا الأبرار

إلى من فيها سور عتيد في وجه المحتل شامخ وعنيد ... إلى من فيها المسجد الأقصى وكنيسة القيامة ... إلى من يتعلق قلبي بها ... إلى من فيها أجمل بقاع الأرض سلوان ... إلى أجمل ما في الأرض من مكان

قدس الأقداس

إلى من تنحني لهم الهامات ومن بعزائمهم زمن الخنوع مات ... فهم صنعوا المجد وكسروا هيبة السجان المغرور...وهم ضحوا بحريتهم لنبقى نحن في النور...لطالما سقطت أمامهم الجدران وانحنت لهم القضبان

أسرانا البواسل

إلى من وقف بجانبي و من أراني النور ... إلى مثلي الأعلى ومن بعشقه مأسور ... إلى من بكلماته حققت النجاح والنصر ... إلى من أحمل أسمه بكل فخر

والدي العزيز

إلى من يشع قلبها بالحنان ... إلى من تشعرني بالأمان ... إلى بسمة الحياة والسر والوجود ... إلى من سهرت الليالي بلا حدود ... إلى من لا أوفيها حقها بكلام منشود

أمي الحنونة

إلى ملح حياتي ... إلى عشقي وسندي ... إلى حبي الأزلي والأبدي ... إلى قلبي وملكاتي ...

إلى من هم بقصائد الأمل والحياة هم كلماتي

أخوتي الرائعين وأخواتي الرائعات

إلى معاني الوفاء والإخلاص ... إلى من أهم أجمل الناس... إلى من بهم ترتسم الألحان ... الى

من يقفون بجانبي بكل وقت وزمان

أصدقائي الأوفياء

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف الخلق محمد صلى الله عليه وسلم سيدنا ونبينا الصادق الأمين، أما بعد :

يقول الله عز وجل في كتابه العزيز " **يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ** " [المجادلة: 11] صدق الله العظيم

فبفضل الله عز وجل أنجزت هذه الرسالة، فهو مدبر أمرنا وميسر دربنا، فأحمده وأشكره على فضله ونعمه. وانطلاقا من حديث الرسول صلى الله عليه وسلم : "**من لا يشكر الناس لا يشكر الله**"

فإنني أتقدم بجزيل الشكر إلى ورثة الأنبياء، و لم يبخلوا علينا بعلم أو معرفة، إلى أسرة التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية، وأسرة التربية الرياضية في جامعة القدس، وأخص بالذكر **الأستاذ الدكتور: عبد الناصر القدومي والدكتور: محمود الأطرش** لما قدموه لي من معلومات ونصائح، ولقبولهم الإشراف على رسالتي هذه، ولإرشاداتهم القيمة وتوجيهاتهم الرائعة فلولا ذلك لم تمكنت من أتمام هذه الرسالة، كما أتقدم بعظيم الشكر والامتنان من السادة أعضاء لجنة المناقشة : **الدكتور: أحمد الخواجا والدكتور: بشار فوزي** والذين تفضلوا بالموافقة على مناقشة هذه الرسالة وإبداء ملحوظاتهم العلمية والتربوية، ولما قدموه من توجيهات وإرشادات قيمة لإثراء الرسالة.

ولا يسعني إلا أن أتقدم بالشكر والمحبة إلى من مهدوا لي طريق العلم والمعرفة أساتذة التربية الرياضية في جامعة النجاح، وأساتذة التربية الرياضية في جامعة القدس.

كما وأتقدم بالشكر الجزيل لأسرة مؤسسة المرتقى ومديرتها لتقديم التسهيلات اللازمة لي لمواصلة تعليمي الأكاديمي أثناء عملي في المؤسسة، وأتقدم بجزيل الشكر والامتنان من الإتحاد الفلسطيني لكرة القدم والذي سهل مهمتي في الحصول على المعلومات اللازمة لاستكمال الرسالة، وأشكر جميع اللاعبات الذين تعاونوا معي بتعبئة الاستبيان الخاص بالدراسة.

وللجميع عظيم الشكر والمحبة والاحترام

الإقرار

أنا الموقع أدناه، مقدم الرسالة التي تحمل عنوان:

" العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين "

أقر بأن ما اشتملت عليه هذه الرسالة إنما هي نتاج جهدي الخاص، باستثناء ما تمت الإشارة إليه حيثما ورد، وإنّ هذه الرسالة ككل، أو أي جزء منها لم يقدم من قبل لنيل أية درجة أو لقب علمي أو بحثي لدى أية مؤسسة تعليمية أو بحثية أخرى.

Declaration

The work provided in this thesis, unless otherwise referenced is the researcher's own work, and has not been submitted elsewhere for any other degree or qualification.

Student Name : أحمد محمود يوسف شرف **إسم الطالب :**

Signature: **التوقيع :**

Date: 30/07/2015 **التاريخ:**

فهرس المحتويات

المحتوى	الصفحة
الإهداء	ج
الشكر والتقدير	هـ
إقرار	و
فهرس المحتويات	ز
فهرس الجداول	ط
فهرس الأشكال والرسومات	ك
فهرس الملاحق	ل
الملخص	م
الفصل الأول: مقدمة الرسالة وأهميتها	1
مقدمه الدراسة	2
أهمية الدراسة	5
مشكلة الدراسة وتساؤلاتها	6
أهداف الدراسة	7
حدود الدراسة	8
مفاهيم ومصطلحات الدراسة	8
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	10
الإطار النظري	11
الدراسات السابقة	31
أولاً: الدراسات العربية	31
ثانياً: الدراسات الأجنبية	38
التعليق على الدراسات السابقة	42
الفصل الثالث: الطريقة والإجراءات	44
منهج الدراسة	45
مجتمع الدراسة	45
عينة الدراسة	45
أداة الدراسة	47

صدق الأداة	48
ثبات الأداة	48
متغيرات الدراسة	48
إجراءات الدراسة	49
المعالجات الإحصائية	50
الفصل الرابع: نتائج الدراسة	51
نتائج الدراسة	52
الفصل الخامس: مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات	67
مناقشة النتائج	68
الاستنتاجات	73
التوصيات	75
المراجع والمصادر	76
Abstract	**B**

فهرس الجداول

الجدول	الموضوع	الصفحة
(1)	خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغير الخبرة في اللعب	46
(2)	خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغير مركز اللعب	46
(3)	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد قوة عمليات الإثارة	52
(4)	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد قوة عمليات الكف	54
(5)	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد المرونة الشخصية	55
(6)	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لأبعاد مقياس الأنماط المزاجية والدرجة الكلية للأنماط المزاجية لدى المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين	56
(7)	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد الغضب	57
(8)	المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لمستوى السلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد السلوك العدواني	58
(9)	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني	59
(10)	نتائج مصفوفة معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين.	59
(11)	المتوسطات الحسابية للأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.	60

(12)	نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.	69
(13)	نتائج اختبار سيداك لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.	61
(14)	المتوسطات الحسابية للأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.	62
(15)	نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.	62
(16)	المتوسطات الحسابية لمستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.	64
(17)	نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.	64
(18)	المتوسطات الحسابية لمستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.	65
(19)	نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.	65
(20)	نتائج اختبار سيداك لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.	66

فهرس الأشكال

الشكل	الموضوع	الصفحة
1	خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغير الخبرة في اللعب	46
2	خصائص عينة الدراسة وفقاً لمتغير مركز اللعب	47
3	المتوسطات الحسابية لأبعاد الأنماط المزاجية والدرجة الكلية	56

فهرس الملاحق

الملحق	الموضوع	الصفحة
1	المقاييس بصورتها الأولية	83
2	المقاييس بصورتها النهائية	87
3	قائمة محكمي المقاييس	92
4	عدد اللاعبات في الأندية النسوية الفلسطينية للمستوى الأول	93
5	كتاب تسهيل مهمة من الجامعة	94

العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين

إعداد

أحمد محمود يوسف شرف

إشراف

أ.د عبد الناصر القدومي

د. محمود الأطرش

الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين، بالإضافة إلى التعرف على الأنماط المزاجية للاعبات ومستوى الغضب والسلوك العدواني، وتحديد الفروق بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني تبعاً لمتغير الخبرة في اللعب ومركز اللعب.

ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (57) لاعبة، وهي نسبة تمثل (40%) تقريباً من المجتمع الكلي للاعبات المستوى الأول في الضفة الغربية – فلسطين، وتم استخدام المنهج الوصفي لذلك، وطبق عليها قائمة الأنماط المزاجية للرياضيين من تصميم علاوي (1998) والمكونة من (30) فقرة، ومقياس ماكسويل وموريس (maxwel & mooores ,2007) والمكون من (12) فقرة لقياس الغضب والسلوك العدواني في المجال الرياضي.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى عدم ظهور ارتباط بين أبعاد الأنماط المزاجية وأبعاد الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين، كما وتوصلت نتائج الدراسة أن مستوى الأنماط المزاجية لدى اللاعبات جاء (متوسط)، حيث حصلت على نسبة مئوية للاستجابة وقدرها (68.66%). وكذلك يتضح من الدراسة أن بعد المرونة الشخصية جاء في المرتبة الأولى وبوزن نسبي (70%)، وفي المرتبة الثانية بعد عمليات الإثارة وبعد عمليات الكف وبوزن نسبي متساوي وهو (68%).

فيما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبات كرة القدم في فلسطين تعزى إلى متغير الخبرة في اللعب على بعد قوة عمليات الإثارة، وعدم وجود فروق تعزى إلى متغير مركز اللعب.

وأظهرت نتائج الدراسة أيضاً أن مستوى الغضب لدى اللاعبات كان (متوسطاً) وبنسبة مئوية للاستجابة (61.60%)، وأن مستوى السلوك العدواني لدى اللاعبات كان (منخفضاً) وبنسبة مئوية للاستجابة (44.40%). وكما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في الغضب لدى لاعبات كرة القدم في فلسطين تعزى إلى متغير مركز اللعب. وعدم وجود فروق تعزى إلى متغير الخبرة في اللعب.

بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في السلوك العدواني تعزى إلى متغير مركز اللعب، الخبرة في اللعب.

وأوصى الباحث بعدة توصيات من أهمها : ضرورة إخضاع اللاعبات إلى مواقف متنوعة من الضغوط النفسية لهدف حسن التكيف لديهم في مختلف المواقف، والعمل على تأهيل اللاعبات نفسياً ومزاجياً قبل المشاركة في المنافسات الرسمية، ضرورة العمل من قبل الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم بانتظام البطولات النسوية وبشكل دوري، وتوجيه اهتمام الباحثين لإجراء بحوث ودراسات أخرى في مجال الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني، بالإضافة إلى مدى تأثيرهم في مستوى الأداء المهاري للاعبات.

الكلمات الدالة : كرة القدم، لاعبات كرة القدم، الأنماط المزاجية، الغضب، السلوك العدواني، الكف، الإثارة، المرونة الشخصية.

الفصل الأول
مقدمة الدراسة وأهميتها

- مقدمه الدراسة
- أهميه الدراسة
- مشكله الدراسة وتساؤلاتها
- أهداف الدراسة
- حدود الدراسة
- مصطلحات الدراسة

الفصل الأول

مقدمة الدراسة وأهميتها

مقدمة الدراسة :

لم تقتصر الرياضة على كونها مظهرا من مظاهر الحياة المتطورة لشعوب العالم، بل أصبحت وسيلة لتقارب الشعوب ومحاربة الفقر ونشر السلم ومحاربة العنصرية ونبذها، بالإضافة إلى أنها أصبحت علما تهتم به الدول كباقي العلوم الأخرى، لها مجالاتها، وعلومها الفرعية، والتي من أهمها: علم التدريب الرياضي، وفسيولوجيا الرياضة، والقياس والتقويم الرياضي، والبيوميكانيك الرياضي، وعلم النفس الرياضي، والطب الرياضي، العلاج الطبيعي، والإصابات الرياضية، وغيرها من العلوم الأخرى.

ويعد علم النفس الرياضي من أهم العلوم الإنسانية التي يعتمد عليها التدريب الرياضي، حيث يأتي في مقدمة العلوم المساعدة في نجاح المدرب وتطوير الأداء الرياضي، ونتيجة لذلك أخذ خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف النواحي النفسية المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية.(علاوي،1998)

ويرى الباحث أن كرة القدم لعبة جماهيرية كبيرة، أصبحت اللعبة الشعبية الأولى في العالم من حيث الاهتمام والمتابعة، وتمارس من جميع الأعمار، ولم تقتصر ممارستها على الرجال فقط بل أصبحت الفتيات تمارسها وتهتم بممارستها كأي لعبة رياضية أخرى محببة لديهم.

ويشير جوتمان (2008) إلى أن تعود بدايات هذه اللعبة عند الإناث إلى عام 1790 فيما سجلت أول مباراة لكرة القدم عند الإناث عام (1892) تحت إشراف الاتحاد الاسكتلندي لكرة القدم في اسكتلندا. وكانت أول مباراة للإناث موثقة في انجلترا في عام (1895) لكنها قوبلت بالرفض من الإتحاد البريطاني لكرة القدم حيث برر الرفض بحرص الإتحاد على "رجولة " هذه اللعبة الشعبية.

وتُعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في فلسطين، وفي ظل تطور كرة القدم الفلسطينية ووجود كرة القدم النسوية حديثا وتطورها السريع مقارنة مع عمرها الزمني القليل.

ويرى الباحث أنه أصبح من الضروري إجراء العديد من الأبحاث العلمية في هذا المجال، وذلك بعد أن أصبحت اللعبة لا تقتصر على الرجال وحدهم، مما سيساعد في تطوير وتقدم الكرة النسوية في فلسطين والعالم العربي، وذلك كون الرياضة النسوية فيها حديثة مقارنة مع دول العالم الأخرى، ومن المواضيع ذات الأهمية الكبيرة في هذا المجال هي المواضيع النفسية التي لها تأثير كبير على أداء اللاعبات ايجابيا أو سلبيا .

وتناول الباحث في هذه الدراسة الأنماط المزاجية وعلاقتها بالغضب والسلوك العدواني لدى اللاعبات وتأثيرها على اللاعبات داخل الملعب،حيث أن كرة القدم تعتبر من الألعاب الرياضية التي تتطلب حالة مزاجية جيدة ونفسية جيدة .

أما فيما يتعلق بالأنماط المزاجية، فأن الحالة المزاجية أحدى الحالات النفسية التي تؤثر إيجابا أو سلبا في اللاعب وقد يغفل عنها الكثير من المدربين بالرغم من أهميتها فمعرفة الحالة المزاجية للاعب يمكن الاستفادة منها في اكتشاف التغيرات للحالة الانفعالية في أوقات مختلفة في موسم المنافسات. وأيضا في سرعة تأهب اللاعب للمنافسات، وملاحظة أهم التغيرات في الاستجابة المختلفة والتي قد تكون أشارة للحاجة إلى التدخل في شؤون اللاعب وقد تمد المدرب بالمعلومات التي تمنع الأداء الضعيف التي تؤدي إلى الهزيمة أو حتى وصول اللاعب إلى حالة الاحتراق النفسي.(Tanya Berry,1997).

وعرف كل من علاوي (1998) المزاج بأنه مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد من غيره من الأفراد، كما أنه الخصائص التي تميز ديناميكية العمليات الانفعالية للفرد مثل الدرجة التي يتأثر بها الفرد أثناء المواقف التي تلي انفعاله.

ويرى راتب (1997) نقلا عن بعض النتائج لعدد من الدراسات أن هنالك بروفيلا نفسيا للحالة المزاجية يميز الرياضيين الناجحين، ويختلف عن الرياضيين غير الناجحين، حيث أن الرياضيين الأكثر نجاحا يسجلون درجات أعلى في صفة الحيوية، ودرجات منخفضة في التوتر، والاكتئاب، والتعب، والاضطرابات.وذلك مقارنة بالدرجة المتوسطة للمجتمع ولكن لوحظ أن اضطرابات الحالة المزاجية تزداد تحت تأثير أحمال التدريب الشديدة خاصة عندما تستمر فترة

طويلة بمعنى يتوقع زيادة درجات التوتر والاكتئاب، والتعب، والاضطرابات، مقابل انخفاض درجة الحيوية .

ويرى الباحث أن الحالة المزاجية لها تأثيرها السلبي والايجابي على اللاعبات وان وجود اللاعبات بحالة مزاجية جيدة يزيد من فرص الإبداع والتألق في الملعب، كما أن وجود اللاعبات بحالة مزاجية سلبية يقلل من فرص الإبداع والتألق واللعب الجيد ويزيد من فرص الغضب والسلوك العدواني وهذا ما قام الباحث بالتعرف عليه من خلال هذه الدراسة .

وفيما يتعلق بالغضب والسلوك العدواني فأن الغضب يعد ممهدا ومرحلة أولية للعدوان، حيث عرفه صدقي نور(2004) على انه ردة فعل عاطفية نتيجة لإحساس الشخص بالمساس بكرامته، مما يؤدي إلى حدوث خلاف أو نزاع.

ويرى كل من القدومي وشاكر (2013) أن الصفات والخصائص النفسية تعد نسبية بمعنى انه يوجد لدى الجميع تلك الخصائص ولكنها تختلف من شخص إلى آخر، وتعد المنافسات الرياضية وما يحيط فيها من متغيرات ومتطلبات من أكثر المواقف الضاغطة للاعب، وحول مصدر هذه الضغوط قد تكون من المدربين، والحكام، والزملاء في الفريق، والجمهور، والإعلام، وأهمية المنافسة، ونظرا لهذه الضغوط يظهر الغضب والسلوك العدواني لدى اللاعبين، والذي يتباين مستواه من لاعب إلى آخر ومن لعبة وفاعلية إلى أخرى وفق متطلبات المنافسة الرياضية.

ويؤكد على ذلك حجاج(2002) في إشارته أن الغضب يختلف من شخص للأخر، فالأشياء التي تغضب بعض النا س لا تغضب البعض الأخر فهو حالة تجتاح الإنسان عند حدوث شيء غير متوقع أو لا ينتظره كردة فعل نفسية. ويرجع الغضب إلى أسباب خارجية أو داخلية، فمن الممكن أن يكون الغضب ناتج عن الإرهاق، والجوع، والألم، والمرض، وتأثير بعض العقاقير والأدوية، والتغيرات الهرمونية المرتبطة في الدورة الشهرية، وعوامل جينية وعوامل هرمونية .

يشير راتب (1995) أنه من الصعب الاتفاق على تعريف محدد للعدوان نظرا لأنه يستخدم في مجالات متعددة ويدل في كل مجال من المجالات عن معنى مختلف. ويضيف أيضا

أن للعدوان معنا عاما يدور حول إيذاء الغير أو الذات أو الاثنتان معا، مقسما العدوان إلى العدوان كغاية ويظهر عندما يكون الهدف منه إلحاق الأذى النفسي أو البدني أو إلحاق الضرر للآخرين والعدوان كوسيلة ويكون بهدف إلحاق الضرر إلى الآخرين ولكن ليس بهدف التمتع وإنما بغرض الحصول على تعزيز أو تدعيم أو تشجيع أو الوصول لمراكز أعلى.

ومن أهم تلك التعريفات للعدوان ما عرفه حجاج(2002) نقلا عن باس وباندورا بأنه هو عبارة عن سلوك يهدف إلى إلحاق الأذى لصاحب السلوك أو للآخرين سواء بطريقة مباشرة أم غير مباشرة.

كما عرفه ماكسويل وموورس (Maxwel& Moores ,2007) أي شكل من أشكال السلوك يوجه نحو هدف بهدف إيذاء أو جرح كائن حي .

وعرف ماكسويل(Maxwell ,2004) العدوان الرياضي بأنه أي سلوك مقصود، مخالف للقوانين والأنظمة وموجه تجاه المنافس، أو الحكام، أو زميل في الفريق، أو الجمهور.

أهمية الدراسة:

ومن خلال ما ورد عن الأنماط المزاجية وعلاقتها بالغضب والسلوك العدواني، ومن أجل التعرف على أهمية الربط بين تلك الأنماط وبين سلواك اللاعبات وبناء البرامج التدريبية المبنية على أسس وأصول علمية، تأخذ بعين الاعتبار أهمية الإعداد النفسي في فترة الإعداد والمنافسة، فإن الباحث يمكنه إيجاز أهمية الدراية في النقاط الآتية:

1-تعد الدراسة الحالية -في حدود علم الباحث- أول دراسة فلسطينية مختصة بالجانب النفسي للاعبات الكرة النسوية تهتم بدراسة الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين، وبالتالي تساهم الدراسة الحالية في فتح آفاق جديدة أمام الباحثين لدراسة هذه المواضيع وعلاقتهما بمواضيع أخرى لمختلف الألعاب والفعاليات الرياضية ولمختلف الأعمار ومن كلا الجنسين.

2-تسهم الدراسة الحالية في تحديد مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين، وبالتالي التعرف إلى جوانب القوة وتعزيزها وجوانب

الضعف والعمل على علاجها من قبل المدربين، ومراعاة ذلك عند الإعداد النفسي والمعرفي للاعبين، عوضاً عن ترجمة ذلك لسلوك عملي أثناء التدريب وفي المنافسات الرياضية.

3-تسهم الدراسة الحالية في تحديد مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين، وبالتالي التعرف إلى جوانب القوة وتعزيزها وجوانب الضعف والعمل على علاجها من قبل المدربين، ومراعاة ذلك عند الإعداد النفسي والمعرفي للاعبين، عوضاً عن ترجمة ذلك لسلوك عملي أثناء التدريب وفي المنافسات الرياضية.

4-تسهم الدراسة الحالية من خلال إطارها النظري والنتائج التي سوف تتوصل إليها في إفادة الباحثين في مجال علم النفس الرياضي لإجراء دراسات جديدة في هذا المجال، والمدربين في مراعاتهما عند الأعداد النفسي للاعبين.

5-تسهم الدراسة الحالية في أهمية الأنماط المزاجية وعلاقتها مع الغضب والسلوك العدواني لتكون الفائدة كبيرة لمدربين الكرة النسوية في فلسطين للتعرف عليها وبناء برامج تعتمد على هذه الدراسة في كيفية التعامل مع اللاعبات في العديد من الأنماط والحالات المزاجية لهم.

مشكلة الدراسة وتساؤلاتها :

تعد كرة القدم اللعبة الأكثر شعبية عالميا وأصبحت الدول تهتم بها بشكل كبير كونها محط اهتمام الشعوب، ولم تقتصر اللعبة كونها فقط للاستمتاع أو لأهداف بدنية وصحية بل وأصبحت مصدرا لجلب الأموال والسياحة وكثيرا من الأمور الأخرى، لذلك أصبح من الضروري اهتمام الباحثين فيها ودراسة ارتباط جميع العلوم الأخرى بها من أجل معرفة كيفية تطوير هذه اللعبة وكشف أسرارها وضمان تطويرها بما ويتلائم مع الاهتمام بها ومن أهم هذه العلوم التي ترتبط بها علم النفس الرياضي، حيث أن الجانب النفسي يمثل جانباً هاماً حيث أنه يبحث في الخصائص والسمات الفتية للشخصية التي تشكل الأساس الذاتي للنشاط الرياضي ويؤثر بشكل واضح على كل من الجانب البدني والمهاري والخططي، ويهدف إلى تطوير هذا النوع من

النشاط الرياضي وإيجاد الحلول لمختلف مشاكله النفسية، لذلك من الضروري الاهتمام بـــه مـــن أجل العمل على تطوير مستوى أداء اللاعبات وإمكانية تحقيق النتائج المتميزة.

وتؤثر الأنماط المزاجية وكل من الغضب والسلوك العدواني فـــي أداء اللاعبـــات داخـــل الملعب، حيث أن لعبة كرة القدم تحتاج إلى أنماط المزاجية مميزة لممارسة اللعبة، بالإضافة إلى ضبط الانفعالات لمنع حدوث الغضب والسلوك العدواني، والذي يؤدي في كثير من الأحيان إلى التعرض للعقوبات والتأثير على الأداء والخسارة، ومن خلال اطـــلاع الباحـــث علـــى بعـــض الدراسات والأبحاث ذات الصلة وكونه مدرب لأحد الفرق النسوية ويعمل في تدريب المنتخبـــات النسوية، ونظراً لأهمية الموضوع وقلة الدراسات التي درستهما معاً ظهرت مشكلة الدراسة لدى الباحث، وبالتحديد يمكن إيجازها في الإجابة عن التساؤلات الآتية:

1- ما الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين ؟
2- ما مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم فـــي الضـــفة الغربيـــة- فلسطين ؟
3- هل يوجد علاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبـــات كـــرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين؟
4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبـــات كـــرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تعزى إلى متغيرات الخبرة فـــي اللعـــب، ومركـــز اللعب؟
5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الغضب والســـلوك العـــدواني لـــدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تعزى إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب؟

أهداف الدراسة:

سعت الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف الآتية:

1- التعرف إلى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين .

2- التعرف إلى مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين.

3- التعرف إلى العلاقة بين الأنماط المزاجية و الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين.

4- التعرف إلى الفروق في الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين تبعاً إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب .

5- التعرف إلى الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين تبعاً إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب .

حدود الدراسة:

التزم الباحث أثناء تنفيذ الدراسة بالحدود الآتية:

1- **الحد البشري:** تقتصر الدراسة على لاعبات أندية المستوى الأول لكرة القدم النسوية في الضفة الغربية – فلسطين.

2- **الحد المكاني:** مقرات أندية كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين.

3- **الحد الزماني:** تم إجراء الدراسة في الموسم الرياضي للعام 2014-2015 م.

مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

المزاج: مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد من غيره من الأفراد، كما أنه الخصائص التي تميز دينامية العمليات الانفعالية للفرد مثل الدرجة التي يتأثر بها الفرد أثناء المواقف التي تلي انفعاله.(علاوي،2008)

أما التعريف الإجرائي فيقصد فيه: بأنه الدرجة التي تحصل عليها اللاعبات على مقياس الأنماط المزاجية للرياضيين من تصميم علاوي (1988) والتي تتضمن الأنماط التالية: قوة عمليات الإثارة – قوة عمليات الكف – المرونة الشخصية "ديناميكية العمليات العصبية".

الغضب: ردة فعل عاطفية نتيجة لإحساس الشخص بالمساس بكرامته، مما يؤدي إلى حدوث خلاف أو نزاع .(نور،2004)

أما التعريف الإجرائي فيقصد فيه: الدرجة التي تحصل عليها اللاعبات على مقياس ماكسويل ومورس (Maxwel& Moores ,2007)المستخدم في الدراسة الحالية.

السلوك العدواني: أي سلوك مقصود، مخالف للقوانين والأنظمة وموجه تجاه المنافس، أو الحكام، أو زميل في الفريق أو الجمهور.(Maxwell ,2004)

أما التعريف الإجرائي فيقصد فيه: الدرجة التي تحصل عليها اللاعبات على مقياس ماكسويل ومورس (Maxwel& Moores ,2007)المستخدم في الدراسة الحالية.

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

- الإطار النظري
- الدراسات السابقة
- التعليق على الدراسات السابقة

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

الإطار النظري:

أولاً: الأنماط المزاجية:

الحالة المزاجية للإنسان البشري من العناصر الأساسية لوجوده على الكرة الأرضية، وكذلك تعتبر من العوامل والعناصر التي تساعده على الإبداع، والابتكار في جميع المجالات التربوية، أو التطبيقية.

والمزاج هو التكوين الموروث في الشخصية والذي يستمر طوال الحياة ويشير إلى خواص الشخص العاطفية التي يتسم بها سلوكه، والحالة المزاجية حالة وقتية، أو حالة عابرة للفرد لا تتمثل بالصورة في الميل أو النزعة الدائمة. كما أن هنالك من العلماء من يرى أن النواحي المزاجية يقصد بها الاستعدادات الثابتة نسبيا على ما لدى الشخص من الطاقة الانفعالية، والدوافع الغريزة التي يزود بها منذ طفولته والتي تعتبر وراثية في أساسها ولذا لا تتغير كثيرا طوال حياته، لأنها تعتمد على التكوين الكيمائي، والغددي، والدموي وتتصل اتصالا وثيقا بالجانب الفسيولوجي والعصبي، وتظهر في الحالات الوجدانية والمشاعر، والانفعالات من حيث سرعة استثارتها أو بطئها، ومن حيث قوتها أو ضعفها، ومن حيث قابليتها للبقاء أو الزوال أو التغير (سليمان،2006).

وعرف راتب (1997) المزاج أيضا انه الخصائص النفسية الفردية التي تميز ديناميكية العمليات النفسية للفرد، وهو بمثابة الطبيعة العامة لأحد الأفراد وخصوصا في جانبها الوجداني والنزوعي.

وقد حاول بعض الباحثين تقسيم الناس إلى أنماط تبعا لبعض المميزات السائدة لدى كل فرد وفي اعتقادهم أن هذا النمط يحدد شخصية صاحبه بصورة ما، كما حاولوا منذ القدم البحث عن الأنماط المختلفة التي ينقسم الأفراد فيها، فقسموا الناس إلى أنماط مزاجية وأنماط جسمانية وأنماط نفسية اجتماعية .(علاوي،2004).

ويشير كل من غباري وأبو شقرة (2010) أن جذور الاهتمام بموضوع الأنماط المزاجية لتحليل الشخصية تعود إلى المحاولات الأولى التي قام بها (أبو قراط 400 ق.م) الذي كان يرى أن الأمزجة تعود إلى أربعة أنماط للشخصية هي النمط الصفراوي Choleric Type ، والنمط السوداوي Melancholic Type، والنمط البلغمي Phlegmatic Type، والنمط الدموي Sanguine Type، وقد تم الاعتماد على تلك الأنماط الأربعة المكونة للجسم البشري عبر رؤيا فلسفية تتمحور حول مكونات الطبيعة وهي (الماء والهواء والتراب والنار)، ومن ثم تبعه العالم (كريتشمر) Kertschmer لوضع أنماط من خلال بنية الجسم والمظهر الخارجي وعلاقته بالخصائص النفسية للفرد، ومن ثم تبعه العالم (برمان) Berman أيضا الأثر الواضح لوضع الأنماط اعتمادا على الخريطة الهرمونية التي تحوي كم ونوع الإفرازات الهرمونية التي يشترك بها الأفراد والتي يتميز بها البعض الأخر مثل (النمط الدرقي، النمط الادرينالليني، النمط النخامي، النمط التيموسي، النمط الجنسي) .

كما يشير صالح (2011) أن المزاج هو مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره من الأفراد كما أنه الخصائص التي تميز ديناميكية العمليات الانفعالية للفرد ومن أمثلة ذلك :

1- الدرجة التي يتأثر بها الفرد أثناء المواقف التي تثير انفعاله أي هل تأثره سطحي أم عميق سريع أم بطيء ؟
2- نوع الاستجابة الانفعالية أو نوع رد الفعل الانفعالي أي هل تتميز استجابة الفرد الانفعالية بالقوة أم بالضعف ؟
3- نوع الحالة المزاجية السائدة لدى الفرد أي هل تتميز بالمرح أو الانقباض بالهدوء أو الاستثارة الدائمة؟
4- مدى ثبات الحالة المزاجية للفرد أي هل يظهر في حالة مزاجية ثابتة أم دائمة التقلب؟

أقسام الأنماط المزاجية :

وقسم هيبو قراط طبقا لنظريته الناس إلى أربعة أنماط مزاجية تبعا لكيمياء الدم وهي :

1- الدموي: يتميز بالتفاؤل والمرح والنشاط وسرعة الاستجابة وسرعة تقلب السلوك وامتلاء الأجسام .

2- السوداوي: يتميز بالميل إلى التشاؤم والحزن وصعوبة التفاؤل مع الآخرين وبطء التفكير ونحافة الجسم.

3- الصفراوي: يتميز بحدة الطبع والمزاج والتقلب والطموح والعناد وقوة الجسم .

4- الليمفاوي: يتميز بالبرود والجفاف في الطباع والخمول وبطء الاستجابة والبدانة والميل للشراهة .

وقد حاول (بافلوف) عن طريق دراسته لأنواع الأجهزة العصبية المختلفة أن يميز بين أنواع أساسية من (أنماط الأجهزة العصبية) وتتفق خصائص أنماط الأجهزة العصبية في التقسيم الرباعي لهيبو قراط وكما يلي :

1- النمط القوي التوازن الهادئ – الهدوء والبطء والبرود، عدم التقلب وانفعالات سطحية غير عميقة . يوازي (النمط الليمفاوي) .

2- النمط القوي التوازن النشط المتحرك – المرح والأمل في الحياة ، الحركة والنشاط والاندفاع ، لا تستغرق الانفعالات فترة طويلة بصورة دائمة ، القدرة على تكييف الانفعالات طبقا للمواقف .يوازي (النمط الدموي).

3- النمط القوي غير التوازن – حدة الطبع والمزاج والتقلب والانفعالات القوية العميقة، سرعة ودوام الاستثارة وعدم القدرة على التحكم في الانفعالات. يوازي (النمط الصفراوي).

4- النمط الضعيف غير المتوازن – الميل الى الحزن والتشاؤم، وبطء الاستثارة وعمقها، سرعة الاستسلام لليأس . يوازي (النمط السوداوي) .(طه،2002).

ويشير عياش (2009) أن العالم الفسلجي (بافلوف) Pavlov(قسم الأنماط المزاجية طبقا لأنواع الأجهزة العصبية المختلفة التي تميز أنواع أنماط الجهاز العصبي والمنعكسات الشرطية Conditioned Reflwxes وهي النمط القوي المتزن السوداوي، النمط النشط البلغمي، النمط الطائش الدموي، النمط الضعيف الصفراوي) .

كما يتفق علماء النفس أن هناك أنماط مزاجية وعصبية تتطلبها نوع فعاليات ورياضات خاصة لتحقيق أفضل النجاحات الرياضية، مما ينبغي على المدربين مراعاة اختيار اللاعبين الناشئين على أساس صفاتهم المزاجية والانفعالية إلى جانب قدراتهم وإمكانياتهم ورغباتهم كما أن ملاحظة اللاعب أثناء المنافسة تمكننا من إصدار حكم على مزاجه ونوعية نمطه مما يعطي عمل تربويا أعمق .

ويرى العلماء أنه لا يوجد غالبا من يتميز بنمط مزاجي واحد فقط وتنطبق عليه جميع الصفات التي يتميز بها وهذا النمط المزاجي، إذ يرون أن معظم الأفراد هم خليط من أنماط مزاجية متعددة ولكن قد يغلب على أحدهم بعض الصفات المغيرة للنمط اللمفاوي، أو بعض الصفات المغيرة للنمط السوداوي أو الدموي أو الصفراوي مثلا.

وطبقا لما تقدم نرى أن النمط المزاجي أو نمط الجهاز العصبي السائد لدى الفرد قد يؤثر بدرجة كبيرة على مستواه الرياضي، إذ أن هنالك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تميز الفرد بخصائص مزاجية معينة حتى يستطيع تحقيق أعلى المستويات الرياضية .

ويرى الضمر (2010) أن الشواهد والملاحظات قد أثبتت أن الأفراد الذين ينتمون الى "النمط الليمفاوي" و" النمط الدموي " والنمط القوي التوازن الهادئ، والنمط القوي والتوازن النشط، غالبا ما يتفوقون في معظم الأنشطة الرياضية المختلفة .

ويجب على المدرب ملاحظة اللاعب بصورة دائمة في مختلف المواقف سواء أثناء التدريب أو في غضون المنافسات الرياضية حتى يستطيع إصدار حكمه على نوع النمط المزاجي الذي يتميز به مما يسهم بدرجة كبيرة في العمل التربوي للمدرب .

ومن هنا يرى الباحث أهمية معرفة الأنماط المزاجية وأقسامها ودراستها لما سيمكن المدرب من التعامل مع اللاعبين بطريقة مناسبة لأنماطهم من اجل حثهم من خلال العمل التربوي إلى تجنب الكثير من ردود الأفعال والسلوكيات والتي من الممكن أن تسيء لهم ولفريقهم.

الخصائص المميزة للأنماط المزاجية ومدى تأثيرها على سلوك وأداء اللاعب:

يشير طه (2002) إلى الخصائص المميزة للأنماط المزاجية ومدى تأثيرها على سلوك وأداء اللاعب وهي كالآتي:

أولا : النمط الدموي:-

1- تفضيل أنواع الأنشطة الرياضية التي تتميز بالنشاط والحيوية والتي تتطلب الشجاعة في الأداء.
2- القدرة على سرعة التغيير أو الانتقال من أداء مهارة حركية معينة إلى أداء مهارة حركية أخرى.
3- ضعف التركيز خاصة في الأنشطة والواجبات التدريبية ذات النمط الواحد (الرتيب).
4- سرعة استيعاب عناصر الحركة أثناء تعلم المهارة الجديدة، لذلك يمكنه الداء بسهولة من المحاولات الأولى، وأن كانت تشوبها بعض الأخطاء.
5- لا يجب الإجهاد والتدقيق في أي أعمال أو واجبات يقوم بها.
6- لا يميل لأداء أعمال أو واجبات لفترات طويلة كعمليات تطوير وتحسين الأداء المهاري مثلا.
7- يتميز بالقدرة على القيام بأي عمل بدرجة عالية من الثقة في النفس.
8- يتميز بالاجتماعية والميل إلى اكتساب العلاقات الجديدة.
9- تتميز نتائجه الرياضية بالثبات والاستقرار، وعادة ما يكون ذلك في المنافسات أكثر منه في التدريب.
10-يدخل قبل بداية المنافسات في نطاق الحالة الانفعالية الايجابية (حالة الاستعداد للكفاح) .

ثانيا : النمط الليمفاوي:

1- سرعة غير كافية في عملية تجهيز وإعادة المعلومات الخاصة بالمهارات الحركية.
2- بطء الاستجابة، حيث يجد صعوبة في التغيير أو الانتقال من نشاط لآخر أو من مهارة إلى أخرى.

3- الثبات الواضح والحفظ التام للمهارات والعادات التي قد تم اكتسابها.

4- القدرة على العمل بثبات في مواجهة المثيرات الخارجية.

5- تفضيل المهارات والحركات غير السريعة الهادئة والرتيبة.

6- الميل إلى أداء الواجبات المهارية المتصلة والدقيقة.

7- الاجتهاد والدأب والمثابرة عند تنمية أي صفة من الصفات البدنية.

8- لا يتميز بقدر كبير من الاجتماعية في علاقاته مع الآخرين.

9- تتميز نتائجه الرياضية في المنافسات بالثبات.

10- يدخل قبل بداية المنافسات في نطاق الحالة الانفعالية الايجابية (حالة الاستعداد للكفاح).

ثالثا : النمط الصفراوي:

1- تفضيل أنواع الأنشطة ذات الصبغة الانفعالية الشديدة (مثل كرة السلة، العدو، الوثب).

2- تميز حركاته بالقوة ودقة التوقيت.

3- البدء في ممارسة نشاطه الرياضي المفضل برغبة وحماس، إلا أن حماسه سرعان ما يفتر ويزول.

4- عدم الرغبة في أداء أي تدريبات خاصة بتنمية القوة والجلد، إلا أنه يستطيع تكرار التدريبات الصعبة والخطرة إذا ما استرعت من الثبات.

5- نتائجه في المنافسات لا تتمتع بدرجة عالية من الثبات.

6- لديه نزعة للدخول قبل بداية المنافسات في نطاق الحالة الانفعالية السلبية (حالة حمى البداية) والتي كثيرا ما تعيقه عن إظهار واقع قدراته الفعلية في المنافسات.

رابعا : النمط السوداوي:

1- القدرة على تحمل مسؤوليات كبيرة.

2- ضعف القدرة على العمل والإنتاج.

3- يتمتع بقدر عال من نمو الإحساس العضلي – الحركي.

4- يتمتع بقدر عال من الحس التكتيكي الدقيق.

5- ضعف القدرة على مواجهة المثيرات الخارجية.

6- القلق الزائد عن الحد الطبيعي.

7- عدم الثقة في القدرات الذاتية.

8- تفضيل الأنشطة الفردية غير المرتبطة بالمنازلات أو بصراع الفرق المتنافسة.

9- نتائجه في المنافسات غير ثابتة بالمرة، نظرا لما يتسم به من قلق زائد.

10- لديه نزعة قوية للدخول قبل بداية المنافسات في نطاق الحالة الانفعالية السلبية (حالة اللامبالاة بالبداية) والتي يصعب معها تحقيق النتائج المرجوة من المنافسات .

أبعاد الأنماط المزاجية :

أولا: قوة عمليات الإثارة: يعبر هذا البعد عن الاستثارة والانفعالات القوية والعميقة وخاصة بعد الهزيمة أو الأداء القوي العنيف وعدم سرعة التحكم في الانفعالات والرغبة في الاشتراك في المنافسات المتتالية وظهور الانفعالات على اللاعب بصورة واضحة.

ثانياً: قوة عمليات الكف: يعبر هذا البعد عن القدرة على الامتناع عن أداء ما والصبر والمثابرة على ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات قبل المنافسة والقدرة على عدم إظهار تعبيرات انفعالية وسهولة العودة إلى الحالة الطبيعية عقب الإثارة.

ثالثاً: المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية): يعبر هذا البعد عن القدرة على سرعة التكيف والموائمة وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة والقدرة على الانشغال في أكثر من عمل في وقت واحد والقدرة على الاندماج في أداء ما دون أي فترة تمهيدية كذلك سرعة التفاهم مع الآخرين.(علاوي،1998)

سيكولوجية المزاج:

يعد المزاج أحدى المكونات الرئيسية في الدماغ حيث يشترك مع إدراك في إدارة وبناء السكيما الدماغية، ويتكون المزاج من محركات ونوافذ تشغيلية تتحكم في حركته وانبعاثاته، فمحركات المزاج تتشكل من هرم تصاعدي يحتوي على مداخل شعورية تسمح بعبور دفعات

عاطفية بنوعيها (السعيد، المحبط) تمررها إلى النوافذ الداخلية التي تقوم بدور التوزيع والتصنيف فنجد أن العملية المزاجية تبدأ العمل بعد ما يخوض المزاج حراكه الذاتي ويفرز مدخلاته بعناية، ويعمل المزاج باتجاهين:

أ- الاتجاه المسؤول عن العمليات السعيدة والمفرحة (النشوة النفسية، التجارب الناجحة، الامتلاك الذاتي، الثقة بالنفس، الصرامة النفسية، الكفاءة العاطفية).

ب- الاتجاه المسؤول عن العمليات الحزينة والضاغطة (الخوف من الفشل، الإحباط النفسي، التجارب الفاشلة، ضحالة العمق الاجتماعي، نقص الكفاءة العاطفية).

يخضع المزاج لحجم وكمية الدافعية الإدراكية الموجه إليه من قبل التركيز المجتمع وسط الدماغ حيث يعمل المزاج على استحضار وتوقع الجوانب السلبية إلى جانب التوقعات الايجابية سعياً منه إلى تجنبها والتأكد من أنها لم تعمل ضده من هنا نجد المزاج يصمت لحظات من قبل أن يثار أو يقرر أو يشارك والقيام بالفحص المستمر للمعلومات فإذا استمرت بسلام يبدأ بالانتعاش وتحريك المشاعر الايجابية ونراه يتصاعد شيئاً فشيئاً لذا يعتمد المزاج في أداه وفاعليته على التصديرات الإدراكية القادمة من الدماغ والمتأتية من المخزون الإدراكي الفوقي والمستلمة من مدخلات الدماغ (الحواس ،البناء الذهني).

المزاج يتولى في لحظة من اللحظات قيادة الشخصية وبناء المواقف وصياغة القرارات وهذا يحتاج اهتمام وعناية من الدماغ ومحتواه الإدراكي فالمزاج يشبه إلى حد ما إلى الطفل الصغير الذي لا يستغني عن الحماية والمن والإحاطة وتوفير الدفء الحقيقي وكأنه يبحث عن الاعتراف بالذات واثبات الهوية.(عايد،2011)

ضبط الإيقاع المزاجي:

يعمل المزاج ضمن سيمفونية محكمة يستطيع الدماغ أن ينتج كل أنواع المشاعر بتنوعها لكن ضابط الإيقاع والشخص نفسه المتمثل في قوة الإدراك والقادر على ضبط وبناء وربط المشاعر والتوجهات العاطفية وتحديد الحجم والقوة والارتباط، لذا يجب على الشخص أن يمرن دماغه على مهارات تحدد المشاعر واستحضار المعلومات عن تلك المهارة وهذا يحتاج إلى مساحة كبيرة من التدريب والممارسة حتى يصل إلى مرحلة ضبط الإيقاع المزاجي باعتبار أن

الشخص لا يستطيع ضبط الإيقاع المزاجي ما لم يمتلك قاعدة من المشاعر والمعلومات التي يستطيع أن يبني عليها العمل القادم (المخرجات) ولا شك أن ملكة ضبط الإيقاع المزاجي هي منظومة متكاملة تحتوي على باقة من التأسيسات الذهنية المنظمة والتوجيهات المزاجية المدركة فعمق الشعور بالإنجاز و أتساع الاتزان النفسي وفعالية دائرة الطموح تساعده على تخطي الكثير من الإخفاقات الإدراكية والتناقضات الشعورية التي قد تكون سبباً وراء قوة الدماغ والمزاج معاً لذلك يؤكد علماء النفس على البناء الانفعالي في المراحل الأولى من حياة الإنسان لما له من تأثير في بناء وتأسيس التوافقية للذات بشقيها (الإدراكي، الشعوري).(عايد،2011)

الاضطرابات المزاجية وأسبابها وكيفية علاجها:

أولاً: الاضطرابات المزاجية:

أن التعبير عن المزاج المضطرب يتنوع لدى الإفراد طبقاً لأعمارهم وبشكل عام فإن الاضطرابات المزاجية تقل كلما تقدم الإنسان في العمر، أما أعراضها تشمل على (الهلاوس المطابقة للحالة المزاجية، الشكاوي الجسدية، الانسحاب من المواجهة، المظهر الحزين، التقدير الضعيف للذات، التأخر الحركي، الأوهام، فقدان الأمل، التخيلات الانتحارية، المزاج المكتئب أو المتهيج، الأرق، تناقص القدرة على التركيز) وغيرها من الأعراض الاضطرابية للمزاج.

كما أن الاضطرابات المزاجية تظهر بشكل التراخي والكسل والشعور بالفشل وانحراف المزاج وزيادة الحساسية وسهولة جرح المشاعر والانسحاب الاجتماعي والهروب أو العلاقات السطحية المؤقتة مع فقدان الملل والتشاؤم من المستقبل وفقدان الشهية وتوهم الأمراض والشعور بالعجز ومعاقبة الذات والتوقع الدائم للفشل مع تكراره ثم الشعور باليأس بدون بذل المزيد من الجهد.

ثانياً: أسباب الاضطرابات المزاجية:

أ- العوامل الوراثية:

1- إن صعوبة تحديد الدقة بين العامل الوراثي والاضطرابات المزاجية إلا أن البحث في مجالات الاضطراب الثنائي القطبية أكثر نجاحا بسبب وضوح المعايير التشخيصية

وتشير دراسات التوائم أن التركيب الوراثي يبدو أنه يلعب دوراً في نمو الاضطراب الاكتئابي ثنائي القطبية.

2- احتمالية ظهور الاضطراب المزاجي لدى الطفل (25%) إذا كان أحد والديه مصاباً باضطراب ازدواج القطبية من النوع الأول ومن (75%-100%) إذا كان الوالدين مصابين معاً بالمرض.

3- وجدت الدراسات الحديثة علاقة ما بين الوراثة (الخاصة بالكروموسومات) وبين الإصابة بأمراض الاضطرابات المزاجية.

ب- العوامل الفسيولوجية:

1- انخفاض تركيز الأمينات الحيوية في المخ مثل (السيروتونين، والنورادرينالين، الدوبامين) وخاصة في الحالات الحادة.

2- تغيير نسب مشتقات تمثيل الأمينات الحيوية مثل حامض الهيدروكس أندول إستيك (وهو مشتق من السيروتونين) وحامض (هوموفاينسليك المشتق من الدوبامين).

3- اختلال الضبط في منظومة (الأدرينالين والاستيل كولين)مع سيطرة المسارات الكولينية.

ج- الأسباب النفسية والاجتماعية:

1-التحليل النفسي أن الخبرات المؤلمة التي يتعرض لها الفرد نتيجة فقدان أحد والديه أو التعرض لحدث ما أو المرور بأزمة كلها تتفاعل داخل النفس البشرية ثم تحرك عوامل كامنة وانفعالات مكبوتة والنتيجة ظهور الاضطرابات المختلفة.

2- التحليل المعرفي: يؤكد العالم (BECK) أن الطفولة المؤلمة والضغوطات كخبرات (فقدان الأهل والإهمال وعدم القبول) تكون أفكار سلبية اتجاه الذات وانخفاض تقديره لها.

3- التحليل المعرفي والاجتماعي : تفسر الاضطراب المزاجي من خلال مزج وخلط مفاهيم النماذج العقلية والأهداف الشخصية والأدوار الاجتماعية ويمكن تفسيره بأنه فقدان تحقيق هدف قيم أو دور اجتماعي لدى الفرد الذي لديه مصادر أخرى قليلة لقيمة الذات.

ثالثاً: كيفية علاج الاضطرابات المزاجية:

1-العلاج بالعقاقير: يستخدم عقار السيروتونين كخط أو للتدخل بالعقاقير للاضطرابات المختلفة وتؤكد الإحصائيات أن الاستجابة في المراحل الأولى للمرض (70-90%) ثم عقار الليثيوم (اسكاليث).

2- العلاج بالصدمات الكهربائية ويستخدم للكثير من المصابين بالأمراض النفسية لدى الراشدين وأمراض الهوس المزاجي.

3- العلاج المعرفي السلوكي: إن هذه الطريقة أثبتت تحسناً من خلال استخدام احدث التقنيات المستخدمة من قبل المعالج مثل الاسترخاء وتوطيد العلاقات الاجتماعية والاستماع للمشكلات والتدريب على مواجهة الضغوطات وتجنب الانفعال والتكيف مع المواقف المختلفة بعقلانية.

4- العلاج الديناميكي: وهو التعرف على نوع الصراعات التي يعاني منها واستخدام اللعب والتحرك والرسوم والمقابلة الشخصية واختيار المواضيع وكيفية التعامل معها.

5- المساندة الاجتماعية: تعد المساندة الاجتماعية عاملاً هاماً مخففاً شدة الاستثارة العالية، فان شعور الفرد بأن الآخرين من حوله يحبونه ويتقبلونه ويتعاطفون معه من الأمور التي تعمل على تجاوز الصدمة والآثار السلبية لتعرضه لأي أحداث ضاغطة.

6- العلاج الأسري: أن توجيه العلاج إلى أفراد الأسرة قد يحدث ذلك بصورة جماعية ويشترك عدد من أفراد الأسرة في مجموعة علاجية وقد يتم العلاج عن طريق مؤسسات وهيئات اجتماعية تعمل على حل المشكلات للمريض وإعادة تأهيله للحياة.(مصطفى، 2011)

ويرى الباحث أنه من الأهمية أن يقوم بدراسة أبعاد الأنماط المزاجية الثلاثة والتي تم ذكرها ومعرفة علاقتها بالغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في فلسطين.

ثانياً: الغضب:

يعتبر الغضب أحد الانفعالات الأساسية للإنسان وللكائن الحي عموماً، ورغم كثرة تناوله في التراث السيكولوجي إلا أن هذا المفهوم ظل لفترة طويلة يشوبه الغموض، والخلط بينه وبين

المفاهيم الأخرى المرتبطة به كالعدائية والعدوان ويرى (سبيلرجر وسدمان) أن الغضب Anger والعدائية Hostility والعدوان Aggression تمثل زملة مترابطة ويحتل الغضب لب هذه الزملة.(حجاج، 2002).

ويشير حسان (2009) نقلاً عن الصفار (1987) يكتسب الرياضي أثناء تفاعله المستمر مع البيئة وفي أثناء عمليات التدريب الرياضي والمنافسة الرياضية علاقات معينة للأشياء والمظاهر والأحداث وكذلك بالنسبة للأشخاص الآخرين وسلوكهم ومن ناحية أخرى بالنسبة لذاته فبعض الأشياء والمظاهر أو الأحداث تبعث فيه السرور والبعض الآخر يثير لديه القلق والخوف والانزعاج والتوتر ويفرح ويتحمس وكثيرا ما يغضب أو يحزن، والغضب انفعال يتميز بمستوى عالي لنشاط الجهاز العصبي السمبثاوي وبشعور قوي سببه خطر وهمي أو حقيقي.

وفي هذا السياق يشير حجاج (2002) أن الغضب هو أكثر الحالات تصلبا وعنادا من بين كل الحالات المزاجية التي يرغب الناس الهروب منها، فقد انتهت (تايس)من دراستها إلى أن الغضب هو أسوأ الحالات النفسية التي يصعب السيطرة عليها، والغضب هو أكثر هذه الحالات غواية على العواطف السلبية ،ذلك لأن الحوار الداخلي عن حقوق الذات والذي يستحثه الغضب يملأ الذهن بقناعات قوية عن أحقية دفع هذا الغضب، والغضب على عكس الحزن، لأنه انفعال يولد الطاقة والتنبيه.

ويعرف (عبد الرحمن، 1998) الغضب كحالة (بأنه حالة عاطفية تتركب من أحاسيس ذاتية تتضمن التوتر والانزعاج والغيظ)، أما الغضب كسمة فيعرف بلغة الكم بعدد المرات التي يشعر بها المختبر بحالة الغضب في وقت محدد والشخص مرتفع سمة الغضب يميل للاستجابة لكل المواقف أو اغلبها بالغضب.

فالغضب لديه القدرة على الإغواء والحفز، وربما كان هذا هو السبب في الأفكار الشائعة عنه بأنه يصعب التحكم فيه أو أنه لا ينبغي كظمه ،بل أكثر من ذلك أن التنفيس عن الغضب يطهر النفس وهو مصلحة الغاضب .

الغضب في الرياضة:

يشير حجاج (2002) إلى أن الغضب في الرياضة يعتبر أحد الانفعالات الشائعة في المنافسات الرياضية حيث نجد أن هناك العديد من المواقف الانفعالية التي يتعرض لها الفرد

الرياضي أثناء المنافسة ومن تلك المواقف التي تعمل على استثارة الغضب هي هزيمة الفرد في المنافسة الرياضية، أو إحساس اللاعب بالاضطهاد من حكم المباراة أو ضعف قدراته أو قدرات فريقه أمام المنافس.

ويشير حجاج ايضاً نقلا عن (علاوي) أن النشاط الرياضي يزخر بأنواع متعددة من الخبرات الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر تأثيرا واضحا 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 بالتغيير الدائم السريع من انفعال معين لانفعال آخر مغاير من أهم العوامل التي تؤكد بصورة واضحة على المستويات التي يظهرها الفرد في المنافسة الرياضية أو قد تحول الفوز إلى الهزيمة والنجاح إلى الفشل، والعكس صحيح.

وقد وجد أنه في حالة الغضب يتدفق الدم إلى اليدين ليجعلهما قادرتين بصورة أسهل على التعامل بالضرب باليدين، حيث تتسارع ضربات القلب وتندفع دفعة من الهرمونات مثل (هرمون الأدرينالين) فيتولد كم من الطاقة القوية تكفي للقيام بعمل عنيف.

وفي ضوء ذلك نجد أن الكثير من الرياضيين أثناء المنافسات الرياضية عندما يناقشون الحكم في قراره نجدهم يضعون أيديهم خلف ظهورهم وذلك لمحاولتهم التحكم في غضبهم وعدم إصدار أي حركة باليد تجاه حكم المباراة يمكن أن يعاقبوا عليها.

ويضيف (حجاج، 2002) أيضا أن الغضب كظاهرة نفسية هو أحد الانفعالات أو العواطف الأساسية للفرد الرياضي والتي تعتبر إشارة أو دلالة على مواجهة الضغوط وعوامل الإحباط في المنافسة الرياضية ويكمن الخطر الناتج عن الغضب عندما يتراكم داخل الفرد الرياضي حيث ينتج عنه الاضطرابات النفسية المختلفة، فالانفعال استجابة متكاملة للكائن الحي تعتمد على الإدراك للموقف الخارجي أو الداخلي وتشمل تغيرات وجدانية وتغيرات فسيولوجية تشمل الأجهزة العقلية والغدية والحيوية.

ويرمي الانفعال إلى مواجهة الموقف المثير ولكن بطريقة تؤدي إلى تثبيت الجهد وعدم الوصول إلى النتيجة المثلى وعادة ما يصاحب أي انفعال تغيرات في الجهاز العصبي اللاإرادي.

أثار الغضب ووظائفه:

ويشير حسان (2009) نقلاً عن علاوي (1987) إلى أثار الغضب ووظائفه:-

أن مشكلة الغضب لا تكمن في الغضب نفسه بقدر ما تكمن في أثاره والغضب لـــه عـــدد مـــن الوظائف أهمها:

- أن الغضب يمد السلوك بالطاقة فيزيد من زخم وقوة استجابتنا وردود أفعالنا.
- الغضب هو رد دفاعي على تهديد الأنا.
- الغضب يحرض على النشاط العدواني.
- الغضب يقوي الشعور بالضبط والسيطرة.
- الغضب يحسن اعتبار الذات ويزيده.

أنواع الغضب في الرياضة:

يشير حجاج (2002) أنه قدم كل من (سبيلبرجر ، ســيدمان) تعريفــات للمصــطلحات مرتبطة بموضوع الغضب في الرياضة، حيث أن الغضب يمكن تقسيمه إلى أنواع هي كالتالي:

- حالة الغضب (أنها حالة نفسية بيولوجية تتكون من مشاعر ذاتيــة بالغضــب بــدرجات متفاوتة من الاستثارة أو الضيق البسيط إلى الغيظ الشديد يصــاحبها تنشــيط للجهــاز العصبي الذاتي، وتمثل حالة مؤقتة تختلف من وقت لآخر ويستثيرها عادة أدراك الفــرد الرياضي أنه تعرض للاهانة أو الظلم أو الإحباط.
- سمة الغضب (تعبر عن تكرار تعرض الفــرد الرياضــي لحالــة الغضــب ،فــالأفراد الرياضيون الذين تكون لديهم سمة الغضب مرتفعة يدركون مدى واسعا مــن الموقــف على أنها مثيرة للغضب ،وبذلك يتعرضون لحالة الغضب بصورة أكثر تكــرارا وأشــد حدة بالمقارنة بالأفراد الرياضيين الذين تكون سمة الغضب لديهم منخفضة.
- قمع الغضب (هو قمع الفرد الرياضي لمشاعر الغضب، وعدم إظهارها حين يتعــرض لحالة الغضب، ويختلف ذلك عن مفهوم الغضب الموجه نحو الذات الــذي يقــول بــه أصحاب مدرسة التحليل النفسي).

- إظهار الغضب (ويقصد به إظهار الفرد الرياضي لمشاعر الغضب في صورة سلوك عدواني لفظي أو غير لفظي).
- ضبط الغضب (هو موقفا وسطا في التعامل مع مشاعر الغضب يقع بين قمع الغضب والتعبير عنه في صورة سلوك عدواني).

القوة التي وراء الغضب في الرياضة:

يشير حجاج(2002) أن هناك طريقتان مختلفتان في المعرفة تشكلان معا حياتنا العقلية فالأولى (العقل المنطقي) تمثل طريقة الفهم التي نألفها وتظهر بوضوح في الوعي والتفكير والقدرة على التأمل والتدبر، ولكن هناك أيضا نظام أخر للمعرفة اندفاعي ومسيطر وأحيانا أهوج وهو (العقل الانفعالي).

وغالبا ما يعمل هذان العقلان معا في انسجام حميم، فيتضافر طرفيهما المختلفان معا لتوجيهنا للحياة في هذا العالم، وهناك في العادة توازن بين العقلين المنطقي والانفعالي، فالانفعالات تشجع وتغذي عمليات العقل المنطقي والعقل المنطقي بدوره ينفي وأحيانا يصادر مدخلات الانفعال، ولكن يظل العقلان المنطقي والانفعالي شبه مستقلين، فكلاهما وكما سنرى لاحقا يعكس دوائر عصبية متمايزة لكن مترابطة داخل المخ.

ويضيف أيضاً عادة – وبل غالبا– ما يتعاون العقلان معا بشكل متقن، فالمشاعر مفيدة للتفكير وكذلك التفكير بالنسبة للمشاعر، لكن عندما تتجاوز الأهواء حدود الاتزان تكون الغلبة للعقل الانفعالي والذي يطغى على العقل المنطقي.

ثالثاً: السلوك العدواني:

أن السلوك العدواني هو (السلوك الموجه بهدف إيذاء كائن حي يحاول تفادي الأذى)، وقد يكون السلوك العدواني بدنيا أو لفظيا يهدف إلى إلحاق الأذى الجسدي أو الضرر النفسي بالآخرين، ويفرق المختصون في علم النفس الرياضيين نوعين من أنواع العنف وهما: العدوان كغاية، والعدوان كوسيلة، فعندما يكون الهدف من السلوك العدواني هو إيذاء الآخرين وإصابتهم

بضرر والتمتع بمشاهدة الألم أو الأذى الذي يلحق بهم من جراء ذلك، يعتبر العدوان غاية بحد ذاته.

بينما استخدم العنف لإلحاق الضرر والأذى بالآخرين بغية الحصول على تشجيع خارجي كتشجيع الجمهور أو إرضاء المدرب يعتبر العنف وسيلة لغاية معينة وليست غاية بحد ذاتها، وبالرغم من أن استخدام العنف (كوسيلة) يعتبر الأكثر شيوعا واستخداما في الوسط الرياضي إلا أننا نجد أن كلا النوعين يهدف إلى إيذاء الآخرين ولا يمكن تبريرهما في الوسط الرياضي بأي شكل من الأشكال.(ياسين،2008)

ويشير علاوي (1998) أن العدوان هو سلوك يهدف إلى محاولة إصابة أو إحداث ضرر أو إيذاء لشخص آخر.

ويضيفان أيضا أنه قد يحدث ذلك من خلال قيان الفرد بنشاط ما، فأي نشاط يقوم به الفرد قد يقابل وبسلوك عدواني من فرد آخر فقد يكون هذا النشاط عقلي، أو بدني، أو نفسي أو اجتماعي أو رياضي فيسير الحقد في نفوس بعض الأفراد الذين يضايقهم نجاح أفراد آخرين.

ويشير فوزي(2003) إلى أنه نظرا لأن العدوان هو سلوك قديم قدم البشرية، فقد أصبح من أكثر أنواع السلوك الذي تعرض للدراسة المستفيضة من قبل علماء النفس والاجتماع والتربية. ولقد أهتم علماء النفس الرياضي بظاهرة العدوان لكونها أصبحت تمثل ظاهرة سلوكية واسعة الانتشار تكاد تشمل جميع أنواع الأنشطة الرياضية، فلم يعد العدوان كسلوك ضار مقصورا على فئة معينة من اللاعبين، أو على لاعبي أنشطة رياضية معينة دون الأخرى، أو على اللاعبين دون اللاعبات، أو على الكبار دون صغار السن، الأمر الذي جعل العدوان ظاهرة سلوكية في كثير من المحافل الرياضية تعوق التقدم المنشود لكثير من النتائج والمستويات الرياضية في وطننا العربي .

ومن هنا يرى الباحث أهمية دراسة السلوك العدواني للاعبات في فلسطين كون كرة القدم النسوية في فلسطين حديثة وأغلب الدراسات بخصوص ذلك كانت على الذكور، حيث نحتاج لمثل هذه الدراسات لتفسير بعض الحالات التي ظهرت في الملاعب وتلاشيها .

ويضيف (فوزي، 2003) إلى أن التفسير الكامل للعدوان يعتبر من المشكلات التي واجهت علماء النفس والاجتماع نظرا لاختلافهم في أسبابه .فالذين يرون أن العدوان نتيجة لعوامل فطرية أو غريزية، يعرفون العدوان بما يلي:

- العدوان هو غريزة أو دافع أو مصدر طاقة أساسي أو عاطفة أو نية إحداث الأذى بالآخرين.
- العدوان هو غريزة تحرك سلسلة من الانفعالات نحو مصدر الغضب.
- إن النزعة العدوانية بمختلف أنواعها صادرة عن استعداد راسخ في طبيعة الإنسان، يمكن أن تتجه به اتجاها هدميا، ويمكن أن تتحه به اتجاها مفيدا له وللمجتمع.

أما العلماء الذين يرون أن العدوان هو نتيجة للإحباط، فيعرفونه بما يلي:

- العدوان هو إيذاء الغير أو الذات أو ما يرمز إليها، وغالبا ما يقترن بانفعال الغضب الناجم عن الإحباط.
- العدوان هو سلوك يرد به الفرد الإحباط والحرمان، وذلك بأن يهاجم مصدر الإحباط أو بديلا عنه.

أما العلماء الذين يرون أن العدوان هو سلوك مكتسب من خلال التفاعل الاجتماعي فيرون :

- أن العدوان هو سلوك إلحاق الضرر بالآخرين، تعلمه الفرد من خلال رؤيته أو ممارسته، وهذا السلوك أسفر عن نتائج مرضية.

أسباب السلوك العدواني في المجال الرياضي

يشير كل من (باهي وجاد، 2004) إلى أن السلوك العدواني في المجال الرياضي له أسبابه والتي من خلالها يظهر هذا السلوك على الرياضيين، وجاءت الأسباب كالآتي:

1- سمات الشخصية:

هناك بعض اللاعبين يتميزون بالسلوك العدواني نتيجة تكوينهم الشخصي، فهناك بعض سمات الشخصية التي تميز اللاعبين بالعدوان، العنف، زيادة الانفعال، الغضب، وينتج عن ذلك اضطراب في شخصية هؤلاء اللاعبين مما يجعلهم أكثر عدواناً من غيرهم.

2- المنافسة الرياضية:

تختلف المنافسة الرياضية من حيث شدتها فمنها المنافسات التي تتميز بالصعوبة وأخرى تتميز بالسهولة ، ويتوقف عليها أداء اللاعب وتقبله للفوز أو الهزيمة.

3- الإنجاز:

ويعني الدافع للإنجاز باعتباره حرص الفرد على تحقيق الأشياء التي يراها الآخرون صعبة، السيطرة على البيئة الاجتماعية، التحكم في الأفكار وحسن تناولها وتنظيمها وسرعة الأداء، الاستقلالية، التغلب على العقبات وبلوغ معايير الامتياز، التفوق على الذات ومنافسة الآخرين والتفوق عليهم، والاعتزاز بالذات وتقديرها بالممارسة الناجحة للقدرة.

والإنجاز قد يصل إلى أن اللاعب يصل إلى مرحلة العدوان، لذا يمكن أن يطلق عليه الإنجاز العدواني والذي يعني أن يحصل الفرد على شيء مشروع بطريقة غير مشروعة، فاللاعب الذي يريد الفوز بمخالفة القانون أو إصابة لاعب زميله باللعب فهذا السلوك يعبر عن الإنجاز العدواني.

4- قواعد وقوانين الممارسة الرياضية:

إن بعض قوانين الألعاب يمكن أن تطبق بطريقة في مباراة وتطبق بطريقة أخرى في مباراة، وقد يرجع ذلك لأن بعض قوانين الألعاب تسمح بذلك فتعطي الحكم حرية في الحكم على بعض الألعاب وهذا ما يسمى روح القانون وليس القانون.

5- بيئة اللعب:(اللعب على أرض الفريق)

يتم توثيق مزايا اللعب على أرض الفريق المنافسات الرياضية إلى حد ما، وقوة واتساق مزايا اللعب على أرض الفريق قد جعلتها ظاهرة عامة في الرياضة اليوم.

ومزايا اللعب على أرض الفريق هو مصطلح تم استخدامه لوصف النتيجة المقررة التي تذكر أن الفرق التي تلعب على أرضها في المسابقات الرياضية تفوز بما يزيد عن (50%) من المباريات التي تم لعبها بجدول متوازن على أرض الفريق أو أرض الخصم.

6- وسائل الأعلام:

قد تساهم وسائل الإعلام في بعض الأحيان في زيادة السلوك العدواني لدى بعض اللاعبين من كثرة الشحن النفسي الزائد الذي يتم سواء في الصحافة أو الإذاعة أو في التليفزيون من خلال ما يكتب أو عقد الندوات خاصة قبل المنافسات التي يطلق عليها أنها هامة أو مباراة تعتبر مصيرية بالنسبة للاعبين، والصحافة بهذا المعنى لها تأثير مباشر على ظهور هذا السلوك على بعض اللاعبين.

7- الجماهير:

تساهم الجماهير بنسبة كبيرة في التأثير على سلوك اللاعبين ويتم ذلك من خلال التشجيع فإذا كان هذا التشجيع إيجابي ينتقل أثره لسلوك اللاعبين بالإيجابية، أما إذا كان التشجيع سلبي ينتقل أثره على سلوك اللاعبين بالسلبية والتي تكون إحدى صورها العدوان تجاه النفس أو الغير أو الأدوات.

كما ويشير النفيعي (2001) **للأخطاء الأمنية:** من الأسباب التي تثير الفوضى والاضطرابات في الملاعب تسرع رجال الأمن في استخدام القوة المادية كالضرب والركل واستخدام القنابل المسيلة للدموع ضمن بعض أفراد الجمهور الذين يستفزونهم، وهذا يثير أعدادا أخرى من الجماهير كالأقارب والأصدقاء وغيرهم ممن يستاؤون من هذه التصرفات غير الحكيمة ويؤدي كل ذلك إلى إحداث شغب في المدرج أو الملعب الرياضي بأكمله.

ومن هنا يرى الباحث أن لرجال الأمن دور أيضا في اثارة السلوك العدواني للاعبين من خلال إحداث الفوضى والاضطرابات في المدرجات او في اي جزء من اجزاء الملعب .

طرائق العدوان وأشكاله ووسائله وتصنيفاته:

يشير حمد (2012) إلى أن يمكن تصنيف العدوان وأشكاله ووسائله كالأتي:

أولاً: أشكاله العدوان ووسائله:

1- العدوان البدني:

يستعمل به اللاعب المعتدي اليدين أو الرجلين أو أي جزء من أعضاء جسمه لكي يلحق الأذى أو الألم البدني باللاعب الخصم سواء بضربه أو استفزازه أو منع حركته أو الحد منها. وهذا يحدث على شكل اشتباك مباشر أم غير مباشر كالدفع أو البصق أو الإعثار أو الإعاقة بقصد شل حركته أو إسقاطه على الأرض.

2- العدوان اللفظي :

وهذا النوع من العدوان هو تجاوز كلامي لا يؤدي إلى إيذاء جسم اللعب الخصم وإنما يهدف إلي استفزازه أو الانتقاص من قيمته أو الاستهزاء به أو تحديه أو إهانته بإستعمال الألفاظ الجارحة أو الإيحاءات والإشارات الحركية بشكل يوحي إلى شتم اللاعب الآخر.

ثانياً: تصنيف العدوان:

صنفت الدراسات الحديثة العدوان على أساس أهدافه في النشاط الرياضي على النحو الآتي:

1. العدوان غاية (Hostile Aggression):

تكون غاية السلوك العدواني إيذاء الخصم ويتم إلحاق الأذى أو الضرر فعلا بغرض إيذاء الخصم بدنيا ونفسيا مع الشعور بالتمتع والرضا نتيجة ذلك كضرب المنافس أو دفعه باليدين للسقوط على الأرض أو إعثاره لتحقيق خسارة حقيقية لفريق الخصم.

2. العدوان وسيلة (Instrumental Aggression):

عندما تكون غاية السلوك العدواني الحصول على الفوز أو المكافأة أو الشهرة أو المال، لذا فأن السلوك العدواني في هذه الحالة سيكون وسيلة وليس غاية ويتم الإيذاء هنا عن طريق تعزيز خارجي مثل تشجيع الجمهور أو اكتساب رضا المدرب أو الإدارة وما إلى ذلك ومثال على ذلك عرقلة لاعب الخصم عندما يقترب من تصويب الكرة نحو المرمى.

وهناك نوع آخر من السلوك يطلق عليه السلوك الجاد (Behavior Assettive) ويسمى باللعب الرجولي أو السلوك الحتمي، فهو يتميز باللعب الرجولي والقوة في الأداء والقتال والسعي

والمبادأة التي تتميز بالكفاح والمثابرة من أجل الفوز، كما لا يقصد بهذا السلوك إيقاع الأذى بلاعب آخر، فضلا عن أنه لا يخرج عن القواعد والقوانين الخاصة باللعبة أو النشاط الرياضي مثل الضربة الساحقة في الكرة الطائرة والريشة الطائرة والتنس الأرضي والاحتكاك المباشر القوي للاستحواذ على الكرة من الخصم في كرة القدم وما يطلق عليه المزاحمة أو الرقابة اللصيقة، وعلينا أن نفرق بين السلوك الايجابي الجاد والسلوك العدواني السلبي، إذ أن السلوك الجاد له خاصيتان:

1-لا يتم بقصد إيقاع الأذى باللاعب المنافس، بل أنه ذو هدف محدد وهو الكفاح للاستحواذ على الكرة أو منع تسجيل هدف محقق.

2-لا يخرج السلوك الجاد عن القواعد والقوانين الخاصة باللعبة والخلق الرياضي ويطلق عليه اللعب الرجولي.

كما يتصف السلوك الجاد بمميزات كثيرة منها:

أ- تصعيد وتأثر الدافعية الجارفة.

ب- زيادة الطاقة البدنية الفياضة.

ت- الثقة العالية بالنفس وعدم الخوف من الخسارة.

ث- عدم الخوف عند وقوع الإصابات.

الدراسات السابقة:

من خلال مراجعة الباحث الدراسات التي تناولت موضوع الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني، وجد أنها قد حظيت باهتمام عدد لا بأس به من قبل الباحثين والدارسين، وانسجاماً مع أهداف الدراسة يعرض الباحث بعضاً من هذه الدراسات:

أولاً: الدراسات العربية:

المستويات الرياضية لعليا لكرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة في فلسطين، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني تبعا إلى متغيرات اللعبة، والخبرة في اللعب، والمشاركات الدولية. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينه قوامها (147) لاعبا،

وطبق عليها مقياس ماكسويل ومورس (Maxwel& Moores ,2007) لقياس الغضب والسلوك العدواني في المجال الرياضي، والمكون من (12) فقرة موزعة بالتساوي بواقع (6) فقرات لكل من الغضب والسلوك العدواني.

وتوصلت نتائج الدراسة أن مستوى الغضب كان متوسطا وبنسبة مئوية للاستجابة (66.71%)، ومستوى السلوك العدواني منخفضا وبنسبة مئوية للاستجابة (54.17%). كما أظهرت النتائج أن مستوى السلوك الغضب والسلوك العدواني كان أعلى لدى لاعبي كرة القدم مقارنة بلاعبي الكرة الطائرة وكرة السلة، وإن مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى اللاعبين من أصحاب المشاركات الدولية اقل من اللاعبين غير المشاركين. ولا يوجد تأثير إلى متغير الخبرة في اللعب على مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى اللاعبين.

وقام جابر(2013) بدراسة هدفت إلى التعرف على الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تبعا لمتغيرات اليد المستخدمة في اللعب،درجة اللاعب، مكان السكن، الخبرة في اللعب. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قصديه قوامها (156) لاعبا شاملة لمجتمعها، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها تم استخدام المنهج الوصفي، وقائمة الأنماط المزاجية للرياضيين من تصميم علاوي (1998) وأظهرت نتائج الدراسة أن الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين جاءت متوسطة حيث حصلت على نسبة مئوية قدرها .(% 68.5) وكذلك يتضح من نتائج الدراسة أن المرونة الشخصية احتلت المرتبة الأولى بوزن نسبي(% 81.7) ، تلا ذلك وفي المرتبة الثانية قوة عمليات الإثارة بوزن نسبي (70.7%)، ثم جاءت قوة عمليات الكف في المرتبة الثالثة نسبي (% 53.3) وكذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تعزى إلى متغير اليد المستخدمة في اللعب، درجة اللاعب، مكان السكن، الخبرة في اللعب.

وقام شهيب (2013) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى السلوك العدواني وعلاقته بترتيب بعض فرق الدوري الممتاز بكرة اليد من خلال خبرة الباحث كلاعب ومدرب في الأندية

والمنتخبات الوطنية لاحظ وجود ضعف في السيطرة على الاستجابة الانفعالية لدى اللاعبين والمدربين في مباريات كرة اليد، وظهور حالات من السلوك العدواني متباينة النوع والمستوى، والتي أثرت على الأداء الفني للاعبين ونتائج فرقهم في المباريات . لذا ارتأى الباحث قياس السلوك العدواني بأنواعه لمعرفة نوع ومقدار السلوك العدواني، للاستفادة منها من المدربين وتعديل عناصر الإعداد الفني والنفسي بما يتلائم وتحقيق أفضل مستويات الأداء لفرق الدوري الممتاز في مباريات الدوري.

وقام جابر (2012) بدراسة هدفت إلى التعرف على مدى شيوع ظاهرة العدوان لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعا لبعض المتغيرات (الدرجة، المركز) ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (240) لاعباً أي ما نسبته (34.4%) من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عدده (697) لاعباً ، ولجمع بيانات الدراسة وتحقيق أهدافها؛ تم استخدام المنهج الوصفي، وقائمة العدوان العام من تصميم علاوي (1998) وقد أسفرت نتائج الدراسة؛ عن أن درجة العدوان لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين جاءت متوسطة حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (62.5%)؛ فيما أحتل بعد سرعة الاستثارة المرتبة الأولى، تلا ذلك بعد التهجم في المرتبة الثانية، وفي المرتبة الثالثة بعد العدوان اللفظي، وأخيراً : بعد العدوان غير المباشر في المرتبة الرابعة. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) في ظاهرة العدوان لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تعزى لمتغير (الدرجة، المركز).

وقام بوجرادة (2012) بدراسة هدفت لتحديد بعض الأبعاد النفسية للسلوك العدواني عند لاعبي كرة القدم _ لاعبي ولاية ورقلة نموذجا_ بهدف التعرف إلى مستويات السلوك العدواني و مدى ارتباطها بمستويات بعض الأبعاد النفسية هي دافع الانجاز وقلق المنافسة الرياضية والثقة الرياضية والشعور بالإحباط وذلك عند لاعبي كرة القدم بولاية ورقلة، ولتحقيق هدف الدراسة طبقت بطارية من الاختبارات النفسية على عينة تتألف من 268 لاعبا وقد

خلصت الدراسة بعد تطبيق البطارية وتحليل النتائج إلى انه يوجد ارتباط دال إحصائيا بين السلوك العدواني و(دافع الانجاز، وقلق المنافسة الرياضية، والثقة الرياضية، والإحباط).

وقام سفيح (2012) بدراسة هدفت إلى مقارنة في السلوك العدواني لدى الرياضيين المحرومين وغير المحرومين من الآباء" إن الآباء يشكلون محوراً أساسياً في حياة الفرد إذ يمثلون البيئة الإنسانية و الاجتماعية الأولى في حياته التي ينشأ ويتأثر بها. حيث توصلت إلى أن السلوك العدواني عند المحرومين من الأب اقل من أقرانهم ولعل هذا التناقض في نتائج الأبحاث هو الذي دفع الباحث إلى القيام بهذا البحث والذي كانت أهدافه هي قياس السلوك العدواني عند الرياضيين المحرومين وغير المحرومين من الأب والتعرف على دلالة الفروق بينهم .ولتحقيق أهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس السلوك العدواني، فقد تم اختبار العينة وبطريقة عشوائية بلغ عددها (١٥٠) لاعبا من فئة الشباب في منطقتي الفرات الأوسط والجنوبية وتكون المقياس بصيغته النهائية من (٢٩) فقرة بعد أن استخرج التمييز لفقراته وتم حساب الصدق والثبات الذي بلغ (٠.٨٦) بأسلوب التجزئة النصفية ومن خلال النتائج فقد تبين أن الرياضيين المحرومين من الأب كان السلوك العدواني لديهم مرتفعا قياسا بأقرانهم غير المحرومين من الأب وبفروق ذات دلالة إحصائية. وفي ضوء النتائج قدم الباحث بعض التوصيات الآتية: ضرورة تبني هذه الفئة من الشباب ورعايتها رعاية خاصة. توفير البيئة المناسبة وتعويض المحرومين من دور الأب في تشكيل شخصياتهم.

وقام الضمور وآخرون (2011) بدراسة هدفت إلى الكشف عن السلوك العدواني بشقيه المادي واللفظي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي داخل حصة التربية الرياضية، وقد تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية العنقودية، من طلبة الصف التاسع الأساسي في مديرية التربية والتعليم لمحافظة الكرك، وتكونت العينة من (330) طالبا وطالبة، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود نسبة متوسطة من السلوك العدواني بشقيه المادي واللفظي، حيث بلغت متوسط السلوك العدواني المادي (2.14) ومتوسط السلوك العدواني اللفظي (2.13) من أصل (4) درجات، كما

أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطيه بين السلوك العدواني اللفظي والمادي بمعامل ارتباط (0.74) .

وقام السلطاني (2010) بدراسة هدفت إلى التعرف على قيم أنماط السلوك العدواني وقيم أبعاد حالة قلق المنافسة الرياضية والفروق في أنماط السلوك العدواني وفقا لارتفاع وانخفاض حالة قلق المنافسة الرياضية للعبي كرة السلة، وتكون مجتمع البحث من لاعبي كرة السلة للمنتخبات المشاركة في بطولة غرب أسيا بكرة السلة للرجال والتي أقيمت في محافظة دهوك، على ملعب كلية التربية الرياضية، والبالغ عددهم (4)منتخبات هي(العراق وسوريا وفلسطين وإيران) اختارت الباحثة عينتها منهم لتتكون من (3)منتخبات بعد استبعاد (إيران) لصعوبة ترجمة المقياس إلى اللغة الفارسية وبهذا بلغت نسبة العينة(75%) من مجتمع الأصل، واستخدمت الباحثة عدد من الوسائل الإحصائية لمعالجة النتائج التي حصلت عليها مثل (الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار(t-test) وبعد عرض النتائج ومناقشتها توصلت الباحثة إلى عدد من الاستنتاجات منها أن لاعبي العينة كانوا يعانون من ارتفاع كل أنماط السلوك العدواني وحالة قلق المنافسة الرياضية، كما ظهرت بعض الفروق المعنوية في أنماط العدوان وفقا الارتفاع وانخفاض حالة قلق المنافسة الرياضية. وأوصت الباحثة بعدد من التوصيات منيا ضرورة الاهتمام بمعالجة الحالات النفسية السلبية التي يعاني منها لاعبوا كرة السلة والمتمثلة بأنماط السلوك العدواني وحالة قلق المنافسة الرياضية وكذلك الاهتمام بإعداد الاختبارات النفسية التي تقيس العدوان الرياضي .

وقام شاهين وأشرف (2008) بدراسة هدفت إلى التعرف على الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأنماط المزاجية للاعبي الأنشطة الرياضية"دراسة تنبؤية على عينة قوامها (121) لاعباً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياسي الذكاء الانفعالي، والأنماط المزاجية. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة دالة إحصائياً بين النمط المزاجي للاعبي كل نشاط رياضي واستجاباتهم على أبعاد الذكاء الانفعالي وذلك وفقا لنوع كل نشاط رياضي، وكذلك تبعا لطبيعة

الأنشطة الرياضية، وكذلك أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطيه دالة بين الأنماط المزاجية للاعبي كل نشاط رياضي، والدرجة الكلية للذكاء الانفعالي وفقاً لسنوات الخبرة.

وقام جابر (2007) بدراسة هدفت إلى التعرف على أسباب العنف الرياضي في الملاعب الفلسطينية، ولتحقيق ذلك؛ أجريت الدراسة على عينة قوامها (152)، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، و قائمة العنف الرياضي من تصميم يونس (1986) وأظهرت نتائج الدراسة أن عدم وجود نظام لحماية الحكام أحتل المرتبة الأولى أما المرتبة الثانية فكانت عدم وجود وعي بين الجماهير، أما المرتبة الثالثة فكانت عدم اتخاذ عقوبات رادعة بين المخالفين.

وقام يحيى (2006) بدراسة هدفت التعرف إلى الحالة المزاجية ومستوى الإجهاد العصبي وعلاقتهما بنتائج المباريات لدى لاعبي الجودو على عينة قوامها (98) لاعب جودو، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية، وأسفرت نتائج الدراسة بان الحالة المزاجية ومستوى الإجهاد العصبي وعلاقتهما بنتائج المباريات لدى لاعبي الجودو إلى وجود ارتباط دال إحصائيا بين محور الإثارة من الحالة المزاجية للاعبي الجودو، ووجود ارتباط دال إحصائيا بين محور الكف والإثارة ومستوى اللاعبين يشير إلى القدرة على الامتناع عن أداء ما، وكذلك الصبر، والمثابرة، والقدرة على ضبط النفس، والسيطرة على الانفعالات، ووجود فروق بين الفائزين والمهزومين في متغيري الكف وديناميكية العمليات العصبية يشير إلى القدرة على سرعة التكيف.

وقام أديب والزغول (2005) بدراسة هدفت إلى العلاقة بين الحوافز والسلوك العدواني لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية في رياضات الدفاع عن النفس (الكراتيه، التايكوندو، الجودو) في الأردن، إضافة إلى تحديد الفروق تبعا إلى متغيرات اللعبة والفئة والجنس.
وتوصلت الدراسة إلى انخفاض مستوى الحوافز، ووجود مستوى متوسط من السلوك العدواني لدى اللاعبين، إضافة إلى أن مستوى السلوك العدواني لدى الذكور كان أعلى منه لدى الإناث،

وان أعلى مستوى من السلوك العدواني كان لدى لاعبي ولاعبات الجودو نظرا لكثرة الاحتكـــاك في اللعبة، إضافة إلى انه لا توجد علاقة ارتباطيه بين الحوافز والسلوك العدواني.

وقام علي و الرضا (2006) بدراسة هدفت إلى مقارنة في السلوك العدواني بين لاعبي كرة القدم وكرة السلة أثناء منافسات جامعات القطر" يهدف البحث إلى التعرف علـــى الفـــروق الفردية في السلوك العدواني بين لاعبي منتخبي كرة القدم وكرة السلة في جامعـــة الموصـــل، اجرى البحث على عينة تم اختيارها بالطريقة العمدية بلغ حجم العينة(٢٥)لاعباً يمثلون منتخبـــي الجامعة بكرة القدم كرة السلة والمشاركين في بطولة الجامعات العراقية، وقد استخدم البـــاحثون مقياس الاتجاه نحو المنافس والذي أعده د.محمد حسن علاوي إذ يتكون المقياس من (٢٤) فقرة، وبعد التأكد من صدق وثبات المقياس تم معالجة البيانات التي حصل عليها البـــاحثون إحصـــائيا باستخدام (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، ومعامل الارتباط البسيط، والاختبار التـــائي) أسفرت النتائج عما يأتي: لا توجد وجود فروق معنوية بين لاعبي كرة القدم كـــرة الســـلة فـــي السلوك العدواني كما أن لعبتي كرة القدم وكرة السلة ذات طابع تكـــون فيـــه ظـــاهرة الســـلوك العدواني لدى اللاعبين بمستوى متقارب إلى حد ما وبدرجة محدودة٠ وأوصى الباحثون بالتأكيد على القيم التربوية والاجتماعية والرياضية التي تنشدها الألعـــاب الرياضـــية وتحديـــدا خـــلال المنافسات الرياضية لما له من تأثير في تهذيب النفس الأخلاق الرياضية واحترام قانون اللعبة.

وقام السعدني وعبد الحميد (2001) بدراسة هدفت إلى التعـــرف علـــى الخصـــائص المزاجية والأنماط الحيوية لدى لاعبي السباحة والعاب القوى على عينة قوامها (165) لاعباً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس الأنماط المزاجية .وأظهرت نتائج الدراســـة بأنـــه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين لاعبي ولاعبات السباحة وألعاب القوى في الخصائص المزاجيـــة والأنماط الحيوية لدى عينة الدراسة.

وقام خيرالله (1997) بدراسة هدفت إلى التعرف على الأنماط المزاجية لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في وقت الفراغ على عينة قوامها (327) واستخدم الباحـــث المنهج الوصفي، ومقياس الأنماط المزاجية .وأوضحت نتائج الدراســـة بـــأن الطـــلاب الـــذين

يمارسون النشاط الرياضي في وقت الفراغ يتمتعون بدرجة عالية من الأنماط المزاجية وخاصة عمليات الكف مع بطء الاستثارة والقدرة على ضبط النفس،بالإضافة إلى سهولة العودة للحالة الطبيعية عقب الاستثارة، كما أن الطلاب الذين لا يمارسون النشاط الرياضي في وقت الفراغ لديهم قدرة فائقة لعدم التكيف وسرعة تنفيذ الحالة المزاجية والميل إلى الحزن والتشاؤم وعدم التحكم في الانفعالات.

وقام هارون (1995) بدراسة هدفت إلى التعرف على السلوك العدواني لدى لاعبي كرة القدم في الأردن؛ ولتحقيق ذلك؛ أجريت الدراسة على عينة قوامها (252) لاعباً، وقد طبق عليهم قائمة مقياس العدوان الرياضي والذي قام بأعداده علاوي. كما قام باستخدام المنهج الوصفي، وقد أظهرت النتائج أن هناك فروقا دالة في أبعاد السلوك العدواني لصالح لاعبي أندية الدرجة الأولى والثانية في بعدي التهجم والحقد ولصالح الناشئين. كما وجدت فروق لصالح لاعبي الدفاع عن لاعبي الوسط والهجوم وحارس المرمى في أبعاد التهجم، والعدوان المباشر، وسرعة القابلية للاستثارة، والرفض، والعدوان اللفظي تبعا لمتغير المراكز، كما وجدت فروق دالة لصالح لاعبي أندية الدرجة الأولى والثانية في بعدي التهجم والحقد لصالح الناشئين في بعدي الرفض والشك تبعا لدرجة الفريق وتصنيفه، وكانت سرعة القابلية للاستثارة أكثر الأبعاد شيوعا تلاها التهيج والعدوان غير المباشر والعدوان اللفظي والرفض والشك والحقد. كما تبين أن لاعبي الدفاع هم أكثر اللاعبين عدوانية.

ثانياً: الدراسات الأجنبية:

وقام يوري ومونتز (Yuri&Montse,2011) بدراسة هدفت إلى تحديد تأثير الغضب على الأداء المهاري لدى لاعبي الكراتيه، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (20) لاعبا من لاعبي المستويات العالية،أظهرت نتائج الدراسة أن الأشخاص ذوى الغضب المرتفع ومن أصحاب الخبرة تزداد الطاقة لديهم ولكن يكون لديهم الأداء المهاري سيئا.

وقام ماكسويل وآخرون (Maxwell etal,2009) بدراسة هدفت إلى تحديد الغضب و العدوان العاطفي، والاعتقادات، والسلوك لدى الرياضيين في الصين، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (471) رياضيا من العاب الرجبي، وكرة السلة، وكرة القدم، والاسكواش. وأظهرت نتائج الدراسة وجود مستويات عالية من الغضب والسلوك العدواني لدى العينة، وكانت أعلاها لدى لاعبي الرجبي، يليها كرة القدم والسلة، وأخيرا لاعبي الاسكواش، وأكدت نتائج الدراسة على الفرضية القائلة أن الغضب والسلوك العدواني يزداد مع زيادة الاحتكاك في اللعبة الممارسة.إضافة إلى أن سلوك الغضب والعدوان لدى الرياضيين الصينيين مشابه للرياضيين في المجتمعات الغربية.

وقام بيرنز (Burns,2009) بدراسة هدفت إلى تحديد الفروق في الغضب والسلوك العدواني لدى الرياضيين الجامعيين لألعاب التي يوجد فيها احتكاك والتي لا يوجد فيها احتكاك، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها(77) لاعبا من جامعة Midwestern university، أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الغضب والعدوان كان أعلى لدى الرياضيين في الألعاب التي يوجد فيها احتكاك، من الرياضيين في الألعاب التي لا يوجد فيها احتكاك.

وقامت لورا وكلوديو (Laura &Claudio,2007) بدراسة هدفت إلى تحديد تأثير الغضب والقلق على مستوى الأداء لدى لاعبي الرجبي، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (197) من لاعبي الرجبي في ايطاليا. وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الغضب لديهم كان متوسطا، إضافة إلى أن القلق المعرفي يصلح للتنبؤ في مستوى الغضب لدى اللاعبين.

وقام كانتال واخرون (Chantal,2005) أجريت على عينتين: الأولى من طلبة التربية الرياضية وعددهم (102) طالبًا ومتوسط أعمارهم (20.7) والثانية من الرياضيين وعددهم (202) لاعبًا، بمتوسط أعمار (24.1) ، وأظهرت نتائجها وجود علاقة ارتباطيه ايجابية بين العدوان الوسيلي، والعدوان كرد فعل، وبين التوجهات نحو العلاقات الرياضية بين

الأشخاص كذلك أن اللاعبين اقل عدوانا من الطلاب وان مستوى العدوان عند اللاعبين المميزين اقل منه عند اللاعبين الآخرين .

وقام جيمس (james,2005) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى تماسك الفريق، والحالة المزاجية للاعبين، ودراسة العلاقة بمستويات أدائهم في كرة القدم، وقد أجريت الدراسة على (32) لاعباً، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية .وقد أوضحت النتائج أن مستوى أداء الفريق يتأثر ايجابيا بالحالة المزاجية الايجابية(الرضا)، وأن النجاح في أداء اللاعبين لواجباتهم الدفاعية والهجومية يتأثر بمدى تماسك الفريق، وقد أوضحت النتائج أيضا ضرورة تدخل القائمين على النواحي الفنية التدريبية والإدارية للفريق لتقويم مستوى تماسك الفريق وتحسينها. وأن مستوى أداء لاعبي كرة القدم يتأثر ايجابياً بالحالة المزاجية الايجابية، والرضا وتماسك الفريق، وأن النجاح في أداء اللاعبين لواجباتهم الدفاعية والهجومية يتأثر بمدى تماسك الفريق.

وقام جيمس(James,2005) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى مستوى تماسك الفريق والحالة المزاجية للاعبين، ودراسة العلاقة بمستويات أدائهم في كرة القدم، وقد أجريت الدراسة على (32) لاعب، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية. وقد أوضحت النتائج أن مستوى أداء الفريق يتأثر ايجابيا بالحالة المزاجية الايجابية الرضا، وأن النجاح في أداء اللاعبين لواجباتهم الدفاعية والهجومية يتأثر بمدى تماسك الفريق، وقد أوضحت النتائج أيضا ضرورة تدخل القائمين على النواحي الفنية التدريبية والإدارية للفريق لتقويم مستوى تماسك الفريق وتحسينها. وأن مستوى أداء لاعبي كرة القدم يتأثر ايجابياً بالحالة المزاجية الايجابية، والرضا وتماسك الفريق، وأن النجاح في أداء اللاعبين لواجباتهم الدفاعية والهجومية يتأثر بمدى تماسك الفريق.

وقامت شيري وآخرون (Chery et al, 2002) بدراسة هدفت إلى التعرف على تأثير زيادة وقت الجري بالحالة المزاجية لمجموعة من الرياضيين على عينة قوامها **(186)** واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية. وأظهرت نتائج الدراسة بأن زيادة

وقت الجري تؤثر بالحالة المزاجية لمجموعة من الرياضيين، وكذلك أوضحت زيادة درجة المعنوية في مجموعة الإناث، وخفض التوتر أما فريق الرجال فقد أظهر دلالة في الارتباط خاصة عقب الجري.

وقام هاسمن وبلوستراند (2002) بدراسة هدفت إلى التعرف على قدرة مقياس الحالة المزاجية والانفعالية التي تحدث قبل وبعد المنافسة والتنبؤ بمستوى الأداء للاعبات كرة القدم على عينة قوامها (142) لاعبا، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية من تصميم الباحثان. وأظهرت نتائج الدراسة بان الحالة المزاجية، والانفعالية التي تحدث قبل وبعد المنافسة والتنبؤ بمستوى الأداء للاعبات كرة القدم هو انخفاض التوتر، والغضب، والارتباك أما النشاط فقد ارتفع. كما توصل إلى أن مقياس الحالة المزاجية لا يساعد في التنبؤ بمستوى أداء اللاعبات.

وقام واين وآخرون (Wyon et al, 1998) بدراسة هدفت إلى التعرف على درجة الاختلاف في الحالة المزاجية أثناء التدريب وأثناء المسابقات أن الأداء الجيد كان السبب الرئيسي في ارتفاع الحالة المزاجية في أيام المسابقات على عينة قوامها(125) لاعباً، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية .وأوضحت نتائج الدراسة بأن انخفاض شدة التدريب، فترة الراحة، التدريب التبادلي كل ذلك يحسن الحالة المزاجية للاعب في حين تسوء في حالة زيادة حمل التدريب.

وقام بيتر تيري واندرو (terryh and Androw, 1996) بدراسة هدفت إلى التعرف على مدى فاعلية مقياس الحالة المزاجية في التنبؤ بالانتقاء أثناء اختبارات الهوكي على عينة قوامها (271) لاعباً، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، ومقياس الحالة المزاجية . وأسفرت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق دالة بين اللاعبين المنتقين أو غير المنتقين لدى لاعبي الهوكي في الحالة المزاجية قبل الأداء وعدم قدرة المقياس على التنبؤ بمستوى اللاعبين المنتقين.

وقامت آن (Anne,1992) بدراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين كل من اضطرابات المزاج والصلابة النفسية والمواجهة والأداء كذلك التدريب المفرط لدى السباحين، وقد شملت العينة سباحين من (8) جامعات، و(7) أندية تنافسية وقد أجابوا على مقياس الصلابة النفسية كذلك بروفيل الحالات المزاجية، ومقياس ايفرلي للمواجهة وكذلك مقياس مارلوكروان للمرغوبية الاجتماعية وقد أظهرت النتائج بأن السباح الذي يتميز بالصلابة النفسية أقل توتراً، واكتئاباً، وغضباً، وتعباً، واضطراباً. كما ترتفع لديه مشاعر الحماسة والقدرة العالية على التكيف ومواجهة الضغوط وذلك عن السباح المنخفض الصلابة العقلية، كما أظهرت النتائج أيضا عدم قدرة كل من مقياس الصلابة النفسية، ومواجهة الضغوط، اضطرابات المزاج على التنبؤ بأداء اللاعب.

التعليق على الدراسات السابقة :

أستعرض الباحث في هذا الفصل عدد من الدراسات السابقة التي لها صلة بالدراسة الحالية ،وبين مدى استفادة هذه الدراسة الحالية من تلك الدراسات السابقة، حيث لا توجد دراسات سابقة تناولت العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني، وهذا ما ميز الدراسة الحالية عن سابقاتها من الدراسات، حيث أن الدراسات السابقة درست إما الأنماط المزاجية والرضا والتماسك كدراسة خميس (2005) وهدفت الدراسة التعرف إلى مستوى تماسك الفريق والحالة المزاجية للاعبين، ودراسة العلاقة بمستويات أدائهم في كرة القدم أو بعض الدراسات التي تعرفت إلى الأنماط المزاجية للاعبين كدراسة جابر(2012) وهدفت الدراسة إلى التعرف على مدى شيوع ظاهرة العدوان لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين تبعا لبعض المتغيرات (الدرجة، المركز).

أما الغضب والسلوك العدواني فتطرقت الدراسات السابقة إلى معرفة مستوياتهم كدراسة قدومي وشاكر (2013) وهدفت الدراسة إلى تحديد مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبي المستويات الرياضية لعليا لكرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة في فلسطين، إضافة إلى تحديد الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني تبعا إلى متغيرات اللعبة، والخبرة في اللعب، والمشاركات الدولية، ودراسات أخرى درست تأثيرهم على الأداء المهاري كدراسة

يوري ومونير (2011) وهدفت الدراسة إلى تحديد تأثير الغضب علـــى الأداء المهـــاري لـــدى لاعبي الكراتيه، وبشكل عام لم تتطرق الدراسات للتعرف على العلاقة ما بين الأنماط المزاجيـــة والغضب والسلوك العدواني .

وبصفه عامه فان الدراسات السابقة ساعدت الباحث كثيرا وكانت عونا له فـــي تحديـــد مشكله البحث، وإعداد أداة الدراسة، والتعرف إلى طرق عرض الجداول الإحصائية وتفســـيرها وأيضا في تحديد أهداف الدراسة، وتحديد المنهج المستخدم، والأســـلوب الإحصـــائي المناســـب لمعالجه بيانات الدراسة.

أهم ما تميزت به الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة:

تميزت هذه الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة النقاط التالية:

- تعتبر الدراسة الحالية من الدراسات النادرة التي تناولت العلاقة ما بين الأنمـــاط المزاجيـــة والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم.
- تستهدف الدراسة لاعبات كرة القدم وهي من الدراسات النادرة في الـــوطن العربـــي التـــي استهدفت اللاعبات في المجال النفسي.
- تناولت الدراسة الحالية متغيرات لم تتناول من قبل مثل (المؤهل العلمي، مركـــز اللعـــب، الخبرة في اللعب).

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

- منهج الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينه الدراسة
- أداه الدراسة
- صدق الأداة
- ثبات الأداة
- متغيرات الدراسة
- إجراءات الدراسة
- المعالجات الإحصائية

الفصل الثالث

الطريقة والإجراءات

الطريقة والإجراءات:

يشتمل هذا الفصل على منهج الدراسة، ومجتمع الدراسة، وعينة الدراسة ، وأداتي الدراسة، ومتغيرات الدراسة، وإجراءات الدراسة، والمعالجات الإحصائية، وفيما يلي عرض لذلك:

منهج الدراسة:

أستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، في جميع إجراءاته من حيث تحديد مجتمع الدراسة وعينتها وذلك نظراً لملائمته لأغراض الدراسة.

مجتمع الدراسة:

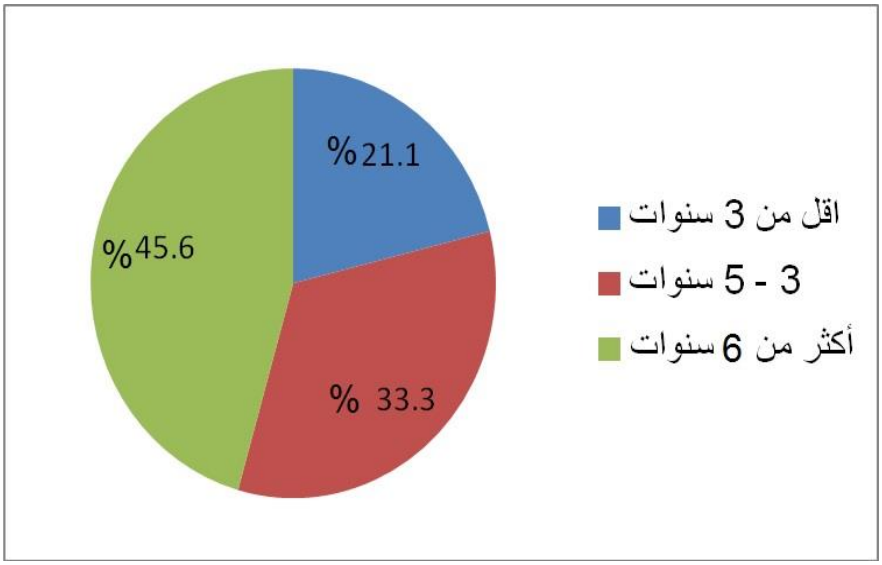
تكون مجتمع الدراسة من جميع لاعبات كرة القدم من المستوى الأول في فلسطين في الموسم الرياضي(2015/2014) والبالغ عددهم (139) لاعبة مسجلة لدى الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم ويمثلون (6) أندية وهي أندية المستوى الأول في فلسطين. والملحق رقم (4) يوضح ذلك.

عينة الدراسة:

قام الباحث باختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من لاعبات الأندية الفلسطينية النسوية في الضفة الغربية – فلسطين بعد حصوله على قائمة بأعداد الأندية واللاعبات من الإتحاد الفلسطيني لكرة القدم، حيث شملت عينه الدراسة (40%) تقريباً من مجتمع الدراسة، وبلغ حجم العينة (57) لاعبة من (6) أندية في الضفة الغربية، والجداول رقم (1)، (2)، توضح خصائص العينة.

جدول رقم (1): خصائص عينة الدراسة وفقا لمتغير سنوات الخبرة في اللعب (ن=57)

سنوات الخبرة في اللعب	التكرار	النسبة
اقل من (3) سنوات	12	21.1
(3-5) سنوات	19	33.3
أكثر من (6) سنوات	26	45.6
المجموع	57	100.0



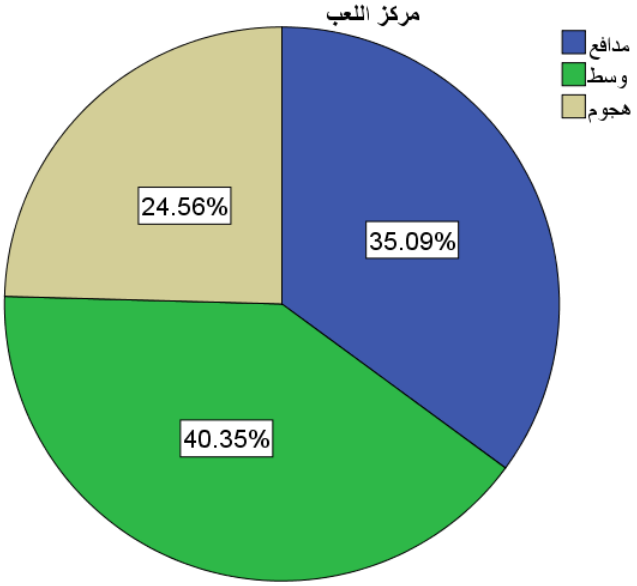
الشكل رقم (1): خصائص عينة الدراسة وفقا لمتغير سنوات الخبرة في اللعب

*** توزيع المشاركات حسب سنوات الخبرة في اللعب:**

يتبين من الجدول التالي أن هناك تمايز بين سنوات الخبرة لدى المشاركات في الدراسة، حيث أن (46%) من المشاركات لديهن الخبرة الأكبر في اللعب؛ أي أكثر من (6) سنوات. أما (33%) من المشاركات لديهن سنوات خبرة بين الثلاث والخمس. بينما (20%) فقط من المشاركات يمتلكن خبرة أقل من(3) سنوات.

جدول رقم (2): خصائص عينة الدراسة وفقا لمتغير مركز اللعب (ن=57)

مركز اللعب	التكرار	النسبة الكلية
مدافع	20	35.1
وسط	23	40.4
هجوم	14	24.6
المجموع الكلي	57	100.0



الشكل رقم (2): خصائص عينة الدراسة وفقا لمتغير مركز اللعب

*** توزيع المشاركات حسب مركز اللعب:**

يعكس الجدول التالي مراكز اللعب للمشاركات في الدراسة، حيث يشكل 40.4% من المشاركات مركز لعب وسط، في حين أن 35.1% مركز لعب مدافع، بينما 24.6% عن مركز لعب هجوم.

أداتي الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة تم استخدام أداتي الدراسة :

أستخدم الباحث قائمة الأنماط المزاجية للرياضيين من تصميم علاوي، (1998) وتتضمن القائمة(30) عبارة لقياس الأبعاد الثلاثة التالية :قوة عمليات الإثارة، قوة عمليات الكف، المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية) ويقوم اللاعب الرياضي بالاستجابة على عبارات القائمة على مقياس ثلاثي التدريج (بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة).والملحق رقم (2) يوضح ذلك .

كما استخدم الباحث مقياس ماكسويل وموورس (Maxwel& Moores ,2007) لقياس الغضب والسلوك العدواني في المجال الرياضي ،وهو مقياس خاص للرياضيين، حيث يتكون المقياس من (12) فقرة، وتطلب الاستجابة عليها على سلم خماسي من (1-5) درجات أعدت بطريقة ليكرت، وذلك على النحو الآتي: دائما (5) درجات، غالبا (4) درجات، أحيانا (3) درجات، نادرا (درجتين)، ولا يحدث (درجة واحدة). والملحق رقم (2) يوضح ذلك .

صدق الأداة:

تم التحقق من صدق الأداة من خلال عرضها على مجموعه من المحكمين المتخصصين في مجال التربية الرياضية من كليات التربية الرياضية في الجامعات الفلسطينية والبالغ عددهم (11) مختصاً والملحق رقم (3) يوضح أسمائهم، ورتبهم العلمية، وتخصصاتهم، ومكان عملهم، وقد طلب من المحكمين إبداء أرائهم في مدى انتماء كل فقره من الفقرات إلى مجال لاستبانه وكذلك وضوح صياغتها اللغوية وأعاده صياغة بعض الفقرات وتعديل وحذف بعضها لعدم ملائمتها أو أهميتها ، وتم الأخذ بآراء المحكمين في عمليه تحكيم فقرات الاستبانه .

ثبات الأداة :

لاستخراج معامل الثبات لأداتي الدراسة تم استخدام معادلة (كرونباخ الفا) كمؤشر للاتساق الداخلي للمقاييس، وجاء الثبات لمقياس الأنماط المزاجية للرياضيين (0.84)، ولمقياس الغضب والسلوك في المجال الرياضي (0.88) وهذا يعني بأن معاملات الثبات جميعها تفي بأغراض الدراسة.

متغيرات الدراسة :

المتغيرات المستقلة:

- الخبرة في اللعب: ولها ثلاث مستويات هي: (أقل من 3 سنوات، 3-5 سنوات، 6 سنوات فأكثر).
- مركز اللعب: وله ثلاث مستويات هي: (دفاع ، وسط ، هجوم).

المتغير التابع :

ويتمثل في استجابة أفراد عينة الدراسة على قائمة الأنماط المزاجية و مقياس مستوى الغضب والسلوك العدواني الذي أستخدم في الدراسة الحالية.

إجراءات الدراسة:

لقد تم إجراء الدراسة وفق الخطوات الآتية :

1- جمع المعلومات والبيانات لتحديد أداتي الدراسة.

2- تجهيز أداتي الدراسة بصورتها الأولية: حيث كانت أداة الأنماط المزاجية مكونه من ثلاثة مجالات و(30) فقره، وكانت أداة الغضب والسلوك العدواني مكونه من مجالين و(12) فقره .

3- توزيع أداتي الدراسة على المحكمين: حيث تم توزيع أداتي الدراسة على (11) محكما من الجامعات الفلسطينية.

4- عمل التعديلات المناسبة على أداتي الدراسة وفقا لأراء الخبراء والمحكمين، حيث أن التعديلات كانت لغوية لكون أداتي الدراسة من مقاييس عالمية .

5- تحديد مجتمع الدراسة، حيث تم الحصول على كتاب تسهيل مهمة من عمادة كلية التربية الرياضية إلى الإتحاد الفلسطيني لكرة القدم والمحلق رقم (5) يوضح ذلك .

6- تحديد عينة الدراسة.

7- توزيع أداتي الدراسة على عينه الدراسة من تاريخ (2014/10/1) حتى تاريخ (2014/11/15): و تم توزيع (80) استبانه على الأندية الرياضية في الضفة الغربية، وكان عدد الاستبيانات المكتملة (57) استبانه وكان عدد الاستبيانات غير المكتملة (23) استبانه .

8- تم جمع البيانات وترميزها.

9- تم إدخال البيانات للحاسوب ومعالجتها إحصائيا، باستخدام برنامج الرزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وذلك باستخدام المعالجات المناسبة تبعا لتساؤلات الدراسة .

المعالجات الإحصائية :

من أجل الإجابة عن تساؤلات الدراسة سوف يستخدم الباحث برنامج الرزم الإحصـــائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام المعالجات الإحصائية الآتية:

1- إيجاد المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لتحديد الأنماط المزاجية للاعبات.

2- اختبار معامل الارتباط بيرسون لإيجاد العلاقة بين أبعـــاد مقـــاييس الأنمـــاط المزاجيـــة والغضب والسلوك العدواني .

3- تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لتحديد الفروق فـــي الأنمـــاط المزاجيـــة وعلاقتها بالغضب والسلوك العدواني تبعاً إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب، إضافة إلى اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات البعدية بين المتوسطات عند اللزوم.

الفصل الرابع
عرض نتائج الدراسة

- النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول.
- النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني.
- النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث.
- النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع.
- النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة:

يتضمن هذا الفصل عرضا لنتائج الدراسة التي تم التوصل إليها وفقا لتسلسل تساؤلاتها كالآتي:

أولا: النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول والذي ينص على :

ما مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين ؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لكل فقرة ولكل بعد والدرجة الكلية لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين، ونتائج الجداول (3،4،5،6) تبين ذلك. واعتمدت النسب المئوية التالية من أجل تفسير النتائج:

1- 1.66 فأقل (55.33% فأقل) مستوى أنماط مزاجية منخفض.

2- 1.67ــ 2.33 (55.66ــ 77.66%) مستوى أنماط مزاجية متوسط.

3- 2.34 فأعلى (78% فأعلى) مستوى أنماط مزاجية عالي.

1. بعد قوة عمليات الإثارة

جدول رقم (3): المتوسطات الحسابية والنسب المئويـــــة لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين لفقرات بعد قوة عمليات الإثارة (ن= 57)

الرقم في المقياس	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى الأنماط المزاجية
.1	يمكنني استعادة حيويتي بسرعة بعد الأداء القوي العنيف	2.11	70.33	متوسط
.2	أستطيع أداء المهارات الحركية للعبة بسهولة في ظروف المنافسة الصعبة	1.96	65.33	متوسط
.3	يصعب علي الأداء الجيد في المنافسة الرياضية عند هياج المتفرجين	1.51	50.33	منخفض
.4	أدائي في المنافسات أفضل بكثير من أدائي في التدريب	2.18	72.67	متوسط
.5	أستطيع الاشتراك في منافسات متتالية بدون فترات	2.02	67.33	متوسط

الرقم في المقياس	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى الأنماط المزاجية
	راحة طويلة			
.6	من السهل على أن أتدرب لعدة ساعات بدون ملل	2.39	79.67	عال
.7	أستطيع الاحتفاظ بحيويتي خلال المنافسات القوية المتتالية	2.25	75	متوسط
.8	أستطيع أن أعود إلى حالتي الطبيعية بسرعة بعد هزيمتي في المنافسة الرياضية	2.18	72.67	متوسط
.9	يمكنني أن أستعيد حيويتي بسرعة بعد منافسة قوية أو بعد التدريب شاق	2.07	69	متوسط
.10	تظهر انفعالاتي بصورة واضحة عند هزيمتي في المنافسة	1.84	61.33	متوسط
الدرجة الكلية لبعد قوة عمليات الإثارة		2.04	68	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول رقم (3) أن مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين لفقرات بعد قوة عمليات الإثارة كان عاليا على الفقرة (6)، حيث وصلت النسبة المئوية للإستجابة إلى (79.67%)، وأن مستوى الأنماط المزاجية كان منخفضا على الفقرة (3)، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (50.33%)، بينما كان مستوى الأنماط المزاجية متوسطا على جميع الفقرات المتبقية، حيث تراوحت النسبة المئوية للاستجابة ما بين (61.33– 75%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للأنماط المزاجية لبعد قوة عمليات الإثارة كان متوسطاً، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة (68%).

2. بعد قوة عمليات الكف

جدول رقم (4)المتوسطات الحسابية والنسب المئويـــــة لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين لفقرات بعد قوة عمليات الكف (ن= 57)

الرقم في المقياس	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى الأنماط المزاجية
.11	يمكنني أن أتحكم بانفعالاتي بمجرد أن يطلب مني المدرب ذلك	35.2	78.33	عال
.12	أستطيع أن أتقبل بهدوء الملاحظات الناقدة التي يوجهها لي مدربي	2.51	83.67	عال
.13	ينتابني الضيق عند انتظار بداية المنافسة	2.00	66.67	متوسط
.14	أستطيع أن أسيطر على اضطراباتي الزائدة قبل بداية المنافسة الحساسة والهامة	2.18	72.67	متوسط
.15	أستطيع عدم إظهار تعبيرات الفرح عند فوزي في المنافسة	1.91	63.67	متوسط
.16	أستطيع أن أسيطر على أعصابي بسرعة عندما يتخذ الحكم قراراً خاطئاً – من وجهة نظري – ضدي	1.98	66.00	متوسط
.17	التغيير المفاجئ في مواعيد التدريب أو المنافسات يضايقني	2.12	70.67	متوسط
.18	من السهولة استفزازي أو إثارتي أثناء المباراة	1.77	59	متوسط
.19	يبدو على الاستعجال وعدم الصبر خلال فترة الإحماء قبل اشتراكي في المنافسة	1.89	63	متوسط
.20	يظهر على وجهي الانفعال عندما ينتقدني مدربي	1.75	58.33	متوسط
	الدرجة الكلية لبعد قوة عمليات الكف	2.04	68	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات

يتضح من الجدول رقم (4) أن مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين لفقرات بعد قوة عمليات الكف كان عاليا على الفقرتين (11، 12)، حيث وصلت النسبة المئوية للإستجابة على التوالي (78.33%، 83.67%)، وأن مستوى الأنماط المزاجية كان متوسطا على جميع الفقرات المتبقية، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة ما بين (58.33%– 72.67%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للأنماط المزاجية لبعد قوة عمليات الكف كان متوسطا، حيث وصلت النسبة المئوية للإستجابة إلى (68%).

3. بعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية)

جدول رقم (5): المتوسطات الحسابية والنسب المئويـــــة لمستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين لفقرات بعد المرونة الشخصية (ن= 57)

الرقم في المقياس	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى الأنماط المزاجية
.21	يصعب علي سرعة التفاهم في الملعب مع اللاعبين الجدد في الفريق	1,74	58	متوسط
.22	يسهل علي الاندماج في التدريب بعد فترة انقطاع طويلة	2,14	71.33	متوسط
.23	أستطيع أن أتفاعل بسرعة مع زملائي الجدد في الفريق	2,42	80.67	عال
.24	يمكنني إتقان المهارات الحركية الجديدة بسرعة	2,32	77.33	متوسط
.25	حالتي المزاجية تتأثر بحالة زملائي في الفريق	1,88	62.67	متوسط
.26	يسهل علي بعد انتهاء التدريب تغيير ملابسي بسرعة	2,19	73	متوسط
.27	أستطيع الإجابة بسرعة على الأسئلة الغامضة من مدربي	2,12	70.67	متوسط
.28	عندما يوجهني المدرب بتغيير خطة اللعب في المنافسة والتي سبق لي إتقانها فإنني أجد صعوبة في تنفيذ ذلك	1,79	59.67	متوسط
.29	يمكنني سرعة التجاوب مع أي مدرب	2,11	70.33	متوسط
.30	أتعود بسرعة على أي ملعب جديد أتنافس علية	2,30	76.67	متوسط
الدرجة الكلية لبعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية)		2.10	70	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (3) درجات.

يتضح من الجدول رقم (5) أن مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين لفقرات بعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية) كان عاليا على الفقرة (23)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة (80.67%)، وأن مستوى الأنماط المزاجية كان متوسطا على جميع الفقرات المتبقية، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة ما بين (58– 77.33%).

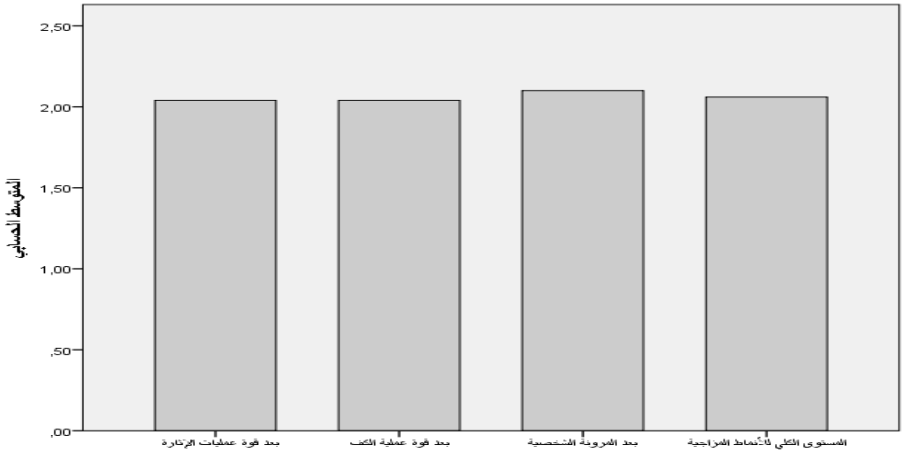
وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للأنماط المزاجية لبعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية) كان متوسطا، حيث وصلت النسبة المئوية للإستجابة إلى (70%).

4. خلاصة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:

جدول رقم (6): المتوسطات الحسابية والنسب المئويـــــة لأبعاد مقياس الأنماط المزاجية والدرجة الكلية للأنماط المزاجية لدى المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين (ن= 57)

الأبعاد	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى الأنماط المزاجية	الترتيب
قوة عمليات الإثارة	2.04	68	متوسط	الثاني
قوة عمليات الكف	2.04	68	متوسط	الثاني
المرونة الشخصية (دينماكية العمليات العصبية)	2.10	70	متوسط	الأول
الدرجة الكلية	2.06	68.66	متوسط	

يتضح من الجدول رقم (6) أن المستوى الكلي للأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين كان متوسطا حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (68.66%) وكان افضل الأبعاد بعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية) (70%)، ويليه بعدي قوة عملية الإثارة (68%) وقوة عملية الكف (68%). والشكل البياني رقم (3) يبين المتوسطات الحسابية للأبعاد الأنماط المزاجية.



شكل رقم (3): المتوسطات الحسابية لأبعاد الأنماط المزاجية والدرجة الكلية

ثانيا: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني والذي ينص على :

ما مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين ؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام المتوسطات الحسابية والنسب المئوية لكل فقرة ولكل بعد لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين، ونتائج الجدولين(8،7) تبين ذلك. واعتمدت النسب المئوية التالية من أجل تفسير النتائج:

1- 2.33 فأقل (46.6%) مستوى غضب وسلوك عدواني منخفض.

2- 2.34ــ 3.66 (46.8ــ 73.2%) مستوى غضب وسلوك عدواني متوسط.

3- 3.67 فأعلى (73.4%) مستوى غضب وسلوك عدواني عال.

1. بعد الغضب

جدول رقم (7): المتوسطات الحسابية والنسب المئويـــــة لمستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد الغضب (ن= 57)

الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى الغضب
1	أصبح سريع الانفعال إذا حرمت خلال المباراة.	3.19	63.80	متوسط
2	أشعر بالمرارة تجاه منافسي إذا خسرت .	3.11	62.20	متوسط
3	اشعر بالغضب عندما اخسر النقاط في المباراة.	3.72	74.40	عال
4	اشعر بالهيجان عندما أحبط خلال المباراة.	3	60	متوسط
5	أجد أنه من الصعب السيطرة على أعصابي خلال المباراة.	2.63	52.60	متوسط
6	أخطاء المسؤول عني تجعلني غاضبا.	2.84	56.80	متوسط
	الدرجة الكلية لبعد الغضب	3.08	61.60	متوسط

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات

يتضح من الجدول رقم (7) أن مستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين كان عاليا على الفقرة (2)، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (74.40%)، وأن

مستوى الغضب كان متوسطا على جميع الفقرات المتبقية، حيث تراوحت النسبة المئوية للإستجابة ما بين (56.80- 63.80%).

وفيما يتعلق في المستوى الكلي لبعد الغضب كان متوسطا، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (61.60%).

2. بعد السلوك العدواني

جدول رقم (8): المتوسطات الحسابية والنسب المئويـــــة لمستوى السلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين لفقرات بعد السلوك العدواني (ن= 57)

الرقم في المقياس	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية %	مستوى السلوك العدواني
7	سلوك العنف الموجه نحو المنافس، أمر مقبول لدي.	2.14	42.80	منخفض
8	إنه من المقبول لدي استخدام القوة الجسدية غير المشروعة للاستفادة منها في المنافسة.	2.32	46.40	منخفض
9	أغيظ المنافس لأفقده التركيز .	2.68	53.60	متوسطا
10	استخدام القوة المفرطة للاستفادة منها في المنافسة.	2.44	48.80	متوسطا
11	أهين المنافس لفظيا من اجل إشغاله.	1.61	32.20	منخفض
12	لا أتقبل أية درجة من الانضباط في المنافسة.	2.11	42.20	منخفض
الدرجة الكلية لبعد السلوك العدواني		2.22	44.40	منخفض

أقصى درجة للاستجابة (5) درجات

يتضح من الجدول رقم (8) أن مستوى السلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين كان متوسطا على الفقرتين (9،10) حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة على التوالي(53.60%، 48.80%)، وأن مستوى السلوك العدواني كان منخفضا على الفقرات (7، 8، 11، 12) حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة على التوالي (42.80%، 46.80%، 32.20%، 42.20%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي لمستوى السلوك العدواني كان منخفضا، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (44.40%).

ثالثا: النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث والذي ينص على :

هل توجد علاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس الأنماط المزاجية والدرجة الكلية للمقياس الغضب والسلوك العدواني، ونتائج الجدول رقم (11) ذلك.

الجدول رقم (9)المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني (ن= 57)

	قوة عمليات الإثارة	قوة عمليات الكف	المرونة الشخصية	الدرجة الكلية للأنماط المزاجية	الغضب	السلوك العدواني
المتوسط	2.04	2.04	2.10	2.06	3.08	2.22
الانحراف	0.27	0.23	0.24	0.18	0.66	0.79

الجدول رقم (10): نتائج مصفوفة معامل الارتباط بيرسون بين أبعاد الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين

الأبعاد	الغضب	السلوك العدواني
قوة عمليات الإثارة	0.091	0.006
قوة عمليات الكف	0.014	0.140-
المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية)	0.15	0.05
الدرجة الكلية للأنماط المزاجية	0.11	0.033-

***مستوى الدلالة (α= 0.05)، ** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (α= 0.01)**

يتضح من الجدول رقم (10) أنه لا توجد علاقة ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) بين المستوى الكلي للأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية –فلسطين، حيث بلغت قيمتي معامل الارتباط على التوالي (0.11، – 0.033). وكذلك لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين أبعاد مقياس الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني.

رابعا: النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع والذي ينص على :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تعزى إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي والمتوسطات الحسابية لتحديد الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغيرات الخبرة في اللعب ومركز اللعب والمؤهل العلمي، وفيما يلي عرض لنتائج التساؤل وفقا للمتغيرات المستقلة:

1. الخبرة في اللعب

جدول (11): المتوسطات الحسابية للأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب (ن= 57)

الخبرة في اللعب / الأبعاد	3 سنوات فأقل ن= 12	3ــ 5 سنوات ن=19	5 سنوات فأعلى ن= 26
قوة عمليات الإثارة	1.89	2.03	2.13
قوة عمليات الكف	1.96	2.03	2.09
المرونة الشخصية (دينماكية العمليات العصبية)	1.95	2.14	2.13
الدرجة الكلية	1.93	2.07	2.12

جدول رقم (12): نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب (ن= 57)

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة*
قوة عمليات الإثارة	بين المجموعات	0.474	2	0.237	3.28	*0.045
	داخل المجموعات	3.889	54	0.072		
	المجموع	4.362	56			
قوة عمليات الكف	بين المجموعات	0.145	2	0.072	1.23	0.300
	داخل المجموعات	3.177	54	0.059		
	المجموع	3.322	56			
المرونة الشخصية (دينماكية العمليات العصبية)	بين المجموعات	0.306	2	0.153	2.89	0.064
	داخل المجموعات	2.854	54	0.053		
	المجموع	3.160	56			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.271	2	0.136	4.33	0.018
	داخل المجموعات	1.693	54	0.031		
	المجموع	1.964	56			

***مستوى الدلالة (α= 0.05)**

يتضح من الجدول رقم (12) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب على بعد قوة عمليات الإثارة والدرجة الكلية للأنماط المزاجية. بينما لا توجد فروق دالة إحصائيا على بعدي قوة عمليات الكف والمرونة الشخصية.

ولتحديد لصالح من الفروق استخدم اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات البعدية بين المتوسطات، ونتائج الجدول (13) تبين ذلك.

جدول رقم (13): نتائج اختبار سيداك لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب (ن= 57)

الأبعاد	الخبرة في اللعب	المتوسط	3 سنوات فأقل	3ــ 5 سنوات	5 سنوات فأعلى
قوة عمليات الإثارة	3 سنوات فأقل	1.89		0.14 –	0.23–*
	3ــ 5 سنوات	2.03			0.10–
	5 سنوات فأعلى	2.13			
الدرجة الكلية للأنماط المزاجية	3 سنوات فأقل	1.93		0.14 –	0.19–*
	3ــ 5 سنوات	2.07			0.05–
	5 سنوات فأعلى	2.12			

يتضح من الجدول رقم (13) وجود فروق دالة إحصائيا بين لاعبات كرة القدم ذوي الخبرة (5 سنوات فأعلى) و(3 سنوات فأقل) ولصالح (5 سنوات فأعلى) على بعد قوة عمليات الإثارة والدرجة الكلية للأنماط المزاجية، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا في المقارنات البعدية الأخرى.

2. مركز اللعب

جدول (14): المتوسطات الحسابية للأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب (ن= 57)

مركز اللعب / الأبعاد	مدافع ن=19	وسط ن=23	مهاجم ن=15
قوة عمليات الإثارة	2.11	2	2.04
قوة عمليات الكف	2.04	2.01	2.10
المرونة الشخصية (دينماكية العمليات العصبية)	2.08	2.10	2.10
الدرجة الكلية	2.08	2.04	2.08

جدول رقم (15): نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب (ن= 57)

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة*
قوة عمليات الإثارة	بين المجموعات	0.144	2	0.071	0.903	0.411
	داخل المجموعات	4.221	54	0.078		
	المجموع	4.362	56			
قوة عمليات الكف	بين المجموعات	0.069	2	0.034	0.570	0.569
	داخل المجموعات	3.253	54	0.060		
	المجموع	3.322	56			
المرونة الشخصية (دينماكية العمليات العصبية)	بين المجموعات	0.004	2	0.002	0.033	0.968
	داخل المجموعات	3.156	54	0.58		
	المجموع	3.160	56			
الدرجة الكلية	بين المجموعات	0.024	2	0.012	0.335	0.717
	داخل المجموعات	1.940	54	0.036		
	المجموع	1.964	56			

***مستوى الدلالة (α= 0.05)**

يتضح من الجدول رقم (15) أنه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.

خامسا: النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامس والذي ينص على :

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تعزى إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب؟

للإجابة عن هذا التساؤل تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي والمتوسطات الحسابية لتحديد الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغيرات الخبرة في اللعب ومركز اللعب والمؤهل العلمي، وفيما يلي عرض لنتائج التساؤل وفقا للمتغيرات المستقلة:

1. الخبرة في اللعب

جدول (16): المتوسطات الحسابية لمستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب (ن= 57)

الخبرة في اللعب / الأبعاد	3 سنوات فأقل ن= 12	3ــ 5 سنوات ن= 19	5 سنوات فأعلى ن= 26
الغضب	2.90	3.18	3.08
السلوك العدواني	1.95	2.38	2.22

جدول رقم (17): نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب (ن= 57)

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة *
الغضب	بين المجموعات	0.585	2	0.293	0.661	0.521
	داخل المجموعات	23.921	54	0.443		
	المجموع	24.507	56			
السلوك العدواني	بين المجموعات	1.346	2	0.673	1.068	0.351
	داخل المجموعات	34.041	54	0.630		
	المجموع	35.387	56			

***مستوى الدلالة (α= 0.05)**

يتضح من الجدول رقم (17) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.

2. مركز اللعب

جدول (18): المتوسطات الحسابية لمستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب (ن= 57)

مركز اللعب / الأبعاد	مدافع ن=19	وسط ن=23	مهاجم ن=15
الغضب	2.84	3.04	3.45
السلوك العدواني	2.15	2.28	2.18

جدول رقم (19): نتائج تحليل التباين الأحادي (One Way ANOVA) لدلالة الفروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب (ن= 57)

الأبعاد	مصدر التباين	مجموع مربعات الانحراف	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	مستوى الدلالة *
الغضب	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	3.235 21.272 24.507	2 54 56	1.617 0.394	4.106	*0.022
السلوك العدواني	بين المجموعات داخل المجموعات المجموع	0.177 35.210 35.387	2 54 56	0.089 0.652	0.136	0.873

***مستوى الدلالة (α= 0.05)**

يتضح من الجدول رقم (19) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيا على بعد السلوك العدواني.

ولتحديد الفروق تم استخدام اختبار سيداك (Sidak) للمقارنات البعدية بين المتوسطات، ونتائج الجدول رقم (23) تبين ذلك.

جدول رقم (20): نتائج اختبار سيداك لدلالة الفروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب (ن= 57)

الأبعاد	مركز اللعب	المتوسط	مدافع	وسط	مهاجم
الغضب	مدافع	2.84		0.18-	0.61-*
	وسط	3.03			0.42-
	مهاجم	3.45			

يتضح من الجدول رقم (20) وجود فروق دالة إحصائيا بين لاعبات كرة القدم(مدافع) و(مهاجم) ولصالح (مهاجم) على بعد الغضب، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا في المقارنات البعدية الأخرى.

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

- مناقشة النتائج
- الاستنتاجات
- التوصيات

الفصل الخامس

مناقشة النتائج والاستنتاجات والتوصيات

أولاً: مناقشة النتائج:

السؤال الأول : ما مستوى الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربيـــة – فلسطين ؟

يتضح من الجدول (6) أن بعد المرونة الشخصية جاء في المرتبة الأولى وبوزن نسبي (70%)، وهذا يعني أن درجة الأنماط المزاجية المميزة لدى عينة الدراسة متوسطة، ويعزو ذلك الباحث إلى تفاعل اللاعبات مع زميلاتهم الجدد بسرعة، وعدم تأثر اللاعبات بالحالة المزاجية لبعضهم البعض بشكل كبير، وثبات الحالة النفسية والانفعالية لدى اللاعبات مما ينعكس في زيادة الثقة في النفس.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جابر (2013)، والسعدني وعبد الحميد(2011)، ويحيى (2006) في أن المرونة الشخصية جاءت في المرتبة الأولى وأنها تلعب دوراً هاماً في تحكم وتكيف اللاعبات مع المواقف المختلفة.

ويشير علاوي (1998) إلى أن هذا البعد يعبر عن القدرة على سرعة التكيف والموائمة وسرعة الاستجابة للمواقف المتغيرة والقدرة على الانشغال في أكثر من عمل في وقت واحد والقدرة على الاندماج في أداء ما دون أي فترة تمهيدية كذلك سرعة التفاهم مع الآخرين.

وجاء في المرتبة الثانية بعد عمليات الإثارة وبعد عمليات الكف وبنفس الوزن النسبي (68%).

فوجود بعد عمليات الإثارة في المرتبة الثانية وبوزن نسبي (68%)، هذا يعني أن درجة الأنماط المزاجية المميزة لدى عينة الدراسة متوسطة، ويعزو ذلك الباحث إلى حب اللاعبات للتدرب بدون ملل، وتكيف اللاعبات بالتدريب والمنافسات واستجابة اللاعبات لمواقف اللعب المتغيرة، والاندماج في اللعب في فترات المباراة.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جابر (2013)، والسعدني وعبد الحميد(2001)، ويحيى (2006)، وشاهين وأشرف (2008) في أن عمليات الإثارة جاءت في المرتبة الثانية.

ويشير علاوي (1998) إلى أن هذا البعد يعبر عن الاستثارة والانفعالات القوية والعميقة وخاصة بعد الهزيمة أو الأداء القوي العنيف وعدم سرعة التحكم في الانفعالات والرغبة في الاشتراك في المنافسات المتتالية وظهور الانفعالات على اللاعب بصورة واضحة.

أما وجود بعد عمليات الكف في المرتبة الثانية أيضاً وبوزن نسبي (68%)، هذا يعني أن درجة الأنماط المزاجية المميزة لدى عينة الدراسة متوسطة، ويعزو ذلك الباحث إلى قدرة اللاعبات على التحكم بانفعالاتهم والسيطرة على اضطراباتهم، وتقبلهم للملاحظات الناقدة، واستيعاب تعليمات المدربين والادارة.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جابر (2013)، والسعدني وعبد الحميد(2011)، ويحيى (2006) في أن عمليات الإثارة جاءت في المرتبة الثانية، في أن الإثارة العصبية احتلت مراكز متأخر في تلك الدراسات.

ويشير علاوي (1998) إلى أن هذا البعد يعبر عن القدرة على الامتناع عن أداء ما والصبر والمثابرة على ضبط النفس والسيطرة على الانفعالات قبل المنافسة والقدرة على عدم إظهار تعبيرات انفعالية وسهولة العودة إلى الحالة الطبيعية عقب الإثارة.

السؤال الثاني : ما مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين ؟

يتضح من الجداول (8،7) أن مستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين كان عالياً على الفقرة (2)، حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة عليها (74.40%)، وأن مستوى الغضب كان متوسطاً على جميع الفقرات متبقية، حيث تراوحت النسب المئوية للاستجابة ما بين (56.80%–63.80%). وفيما يتعلق بالمستوى الكلي للغضب كان متوسطاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (61.60%).

ومن خلال عرض النتائج السابقة يتبين أن مستوى الغضب للدراسة الحالية جاء متوسطاً وهو ما يتفق مع كل من دراسة لورا وكلوديو (Laura &Claudio,2007) ، ودراسة قدومي وشاكر(2013)، واديب والزغلول (2005).

وأن مستوى السلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين كان متوسطاً على الفقرتين (10،9) حيث كانت النسبة المئوية للاستجابة على التوالي (53.60%،48.80%)، وكان منخفضاً على الفقرات (7، 8، 11، 12) حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة على التوالي (42.80%، 46.80%، 32.20%، 42.20%).

وفيما يتعلق بالمستوى الكلي لمستوى السلوك العدواني كان منخفضا، حيث كانت النسبة المئوية للإستجابة (44.40%).

ومن خلال عرض النتائج السابقة يتبين أن مستوى السلوك العدواني للدراسة الحالية جاء منخفضاً، وهو ما يتفق مع دراسة قدومي وشاكر(2013)، ويختلف عن دراسة أديب والزغول (2005) ودراسة حتاملة واخرون (2011).

ويعزو الباحث سبب وجود الغضب بمستوى متوسط والسلوك العدواني بمستوى منخفض لدى اللاعبات يعود إلى التربية والتنشئة لدى المجتمع الفلسطيني والتي تنبذ العنف وتحاول الحد منه، بالإضافة لكون الفتيات غالباً ما يبتعدن عن أي سلوك عدواني وهو ما يعكس طبيعتهم الأنثوية، بالإضافة إلى عدم وجود منافسة قوية بين الأندية النسوية وسيطرة نادي أو أثنين على جميع البطولات، وخلو الأندية من اللاعبات البدلاء اللواتي يتمتعن بمستوى جيد، وبالتالي وجود غالبية اللاعبات بنفس المستوى مما يؤدي خفض الغضب والعدوان لديهم.

وفيما يتعلق في أن مستوى الغضب جاء أعلى من السلوك العدواني فان ذلك يعود إلى أن الغضب يعد بمثابة خطوة تمهيدية للسلوك العدواني وارتفاع مستوى الغضب يقود إلى السلوك العدواني، ويظهر ذلك في تعريف صدقي نور(2004) للغضب بأنه ردة فعل عاطفية نتيجة لإحساس الشخص بالمساس بكرامته، مما يؤدي إلى حدوث خلاف أو نزاع .

السؤال الثالث : هل يوجد علاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين؟

يتضح من الجدول رقم (10) أنه لا توجد علاقة ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) بين المستوى الكلي للأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية –فلسطين، حيث بلغت قيمتي معامل الارتباط على التوالي (0.11، –0.033). وكذلك لا توجد علاقة دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني.

ويعزو الباحث ذلك إلى وجود الدرجة الكلية للأنماط المزاجية بمستوى متوسط، وذلك يدل على قدرة اللاعبات على ضبط انفعالاتهم وتصرفاتهم في الملعب وفي أغلب مواقف اللعب المتغيرة، وفي الظروف المختلفة، بالإضافة للطبيعة الأنثوية التي تتمتع بالحنان والعاطفة وعدم الحقد بالإضافة لرفضها السلوك العدواني، لذلك لا توجد علاقة بين المستوى الكلي للأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني،

السؤال الرابع :هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تعزى إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب ؟

يتضح من الجدول رقم (12) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب على بعد قوة عمليات الإثارة والدرجة الكلية للأنماط المزاجية. بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً على بعدي قوة عمليات الكف والمرونة الشخصية. ويتضح من الجدول رقم (14) وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبات كرة القدم ذوي الخبرة (5 سنوات فأعلى) و(3 سنوات فأقل) ولصالح (5 سنوات فأعلى) على بعد قوة عمليات الإثارة والدرجة الكلية للأنماط المزاجية، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائياً في المقارنات البعدية الأخرى.

ويعزو الباحث عدم وجود العلاقة لان اللاعبات ذوات الخبرة التي تفوق (5) سنوات قد شاركن في عدد أكبر من المباريات على المستوى المحلي والخارجي، وذلك لأنه تم الاعتماد على اللاعبات أنفسهم بشكل رئيسي في بداية ظهور الكرة النسوية الفلسطينية وخصوصا في

المشاركات الخارجية حيث أن المنتخب الفلسطيني النسوي ولفترة كبيرة أعتمد على نفس المجموعة من اللاعبات وفي جميع المشاركات.

وتختلف نتائج الدراسة الحالية مع دراسة جابر (2013)، في عدم علاقة بين الأنماط المزاجية ومتغير الخبرة في اللعب.

ويتضح من الجداول رقم (15) عدم وجود علاقة بين أبعاد الأنماط المزاجية ومتغير مركز اللعب.

ويعزو الباحث سبب ذلك لكون كرة القدم لعبة تعتمد على الاحتكاك أثناء اللعب ويمكن أن تصادف اللاعبات في جميع المراكز مواقف متشابهة من الاحتكاك، وعدم انتظام جميع اللاعبات باللعب في مركز واحد في جميع المنافسات وبالتالي لا يكون هنالك تأثير، وسبب ذلك أيضا تدني مستوى الإعداد للاعبات في جميع الجوانب (البدنية، المهارية، الخططية، النفسية).

ويتضح من الجداول رقم(17) عدم وجود علاقة بين أبعاد الأنماط المزاجية ومتغير المؤهل العلمي.

ويعزو الباحث ذلك لعدم وجود اهتمام على المستوى الأكاديمي بكرة القدم النسوية، وعدم تثقيف اللاعبات رياضياً وكروياً من خلال المناهج الأكاديمية، وذلك لأن أغلبية أفراد العينة كانت من فئة الثانوية العامة فما دون.

السؤال الخامس : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية – فلسطين تعزى إلى متغيرات الخبرة في اللعب، ومركز اللعب؟

يتضح من الجداول رقم (19) عدم وجود علاقة بين بعدين الغضب والسلوك العدواني ومتغير الخبرة في اللعب.

ويعزو الباحث عدم وجود العلاقة لحداثة كرة القدم النسوية في فلسطين والتي لا يتجاوز عمرها الرسمي (7 سنوات)، وعدم وجود اهتمام بأعداد اللاعبات في الأندية الفلسطينية النسوية، وعدم ممارسة كرة القدم في سن مبكرة، وبالتالي تقارب خبرة اللاعبات، وعدم وجود

الفئات العمرية المساندة في بداية الكرة النسوية الفلسطينية، وعدم الاهتمام بها بالشكل المناسب حاليا رغم وجودها في عدد من الأندية.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة القدومي وشاكر (2013) من حيث عدم وجود علاقة بين بعدين الغضب والسلوك العدواني ومتغير الخبرة في اللعب.

ويتضح من الجداول رقم (21) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (α= 0.05) في مستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية– فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب، بينما لا توجد فروق دالة إحصائياً على بعد السلوك العدواني.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة جابر (2012) من حيث عدم وجود علاقة بين السلوك العدواني ومتغير مركز اللعب.

ويتضح من الجدول رقم (22) وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبات كرة القدم(مدافع) و(مهاجم) ولصالح (مهاجم) على بعد الغضب، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائياً في المقارنات البعدية الأخرى.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن اللاعبات المهاجمات يتعرضون لضغوط كبيرة، بسبب مطالبة الجميع لهم بتسجيل الأهداف من أجل حسم اللقاءات، والمجهود الذي يبذلونه والذي يكون قريب من أن يكون فردي وبدون مساندة اللاعبات الأخريات لهن، بالإضافة إلى الضغط الذي يتعرضون له من قبل مدافعات المنافس من حيث الرقابة والعرقلة، وبالتالي فإن لاعبات الهجوم يبقون في حالة غضب مستمرة وقلق نفسي بسبب قلة إحراز الأهداف، ومحاولاتهم المستمرة وبقوة للتسجيل مما يعرضهم للخشونة الزائدة أو الإصابة.

ثانياً: الاستنتاجات :-

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحث الاستنتاجات الآتية:

1- أن المرونة الشخصية جاءت في المرتبة الأولى، وجاء في المرتبة الثانية قوة عمليات الكف وقوة عمليات الإثارة .

2- أن مستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية –فلسطين كان متوسطاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (61.60%).

3- أن مستوى السلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية –فلسطين كان منخفضاً، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة إلى (44.40%).

4- لا توجد علاقة بين المستوى الكلي للأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني.

5- لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين أبعاد مقياس الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني.

6- توجد فروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب على بعد قوة عمليات الإثارة والدرجة الكلية للأنماط المزاجية.

7- لا توجد فروق دالة إحصائيا على بعدي قوة عمليات الكف والمرونة الشخصية. وتوجد الفروق بين لاعبات كرة القدم ذوي الخبرة (5 سنوات فأعلى) و(3 سنوات فأقل) ولصالح (5 سنوات فأعلى) على بعد قوة عمليات الإثارة والدرجة الكلية للأنماط المزاجية، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا في المقارنات البعدية الأخرى.

8- لا توجد فروق في مستوى الأنماط المزاجية لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.

9- لا توجد فروق في مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تبعا لمتغير الخبرة في اللعب.

10- توجد فروق في مستوى الغضب لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين تبعا لمتغير مركز اللعب.

11- لا توجد فروق دالة إحصائياً على بعد السلوك العدواني. وتوجد الفروق بين لاعبات كرة القدم(مدافع) و(مهاجم) ولصالح (مهاجم) على بعد الغضب، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائياً في المقارنات البعدية الأخرى.

ثالثاً: التوصيات :-

في ضوء أهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحث في التوصيات الآتية:

1- ضرورة توعية اللاعبات على أهمية الحالة المزاجية ودورها في الارتقاء بمستوى الأداء .

2- ضرورة الاهتمام من قبل المدربين في الأسباب التي تؤدي إلى ظهور سلوك الغضب والعدوان لدى اللاعبات.

3- ضرورة عقد دورات تخصصية للمدربين في مجال علم النفس الرياضي كونه أحد العلوم المهمة من علوم الرياضة وكرة القدم، وذلك لحسن إرشاد وتوجيه اللاعبات في المواقف التي تستدعي الغضب والعدوان في المنافسة.

4- ضرورة إخضاع اللاعبات إلى مواقف متنوعة من الضغوط النفسية لهدف حسن التكيف لديهم في مختلف المواقف، والعمل على تأهيل اللاعبات نفسياً ومزاجياً قبل المشاركة في المنافسات .

5- ضرورة العمل من قبل الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم بانتظام البطولات النسوية وبشكل دوري، على توجيه الأندية بضرورة الاهتمام باللاعبات وتدريباتهم بشكل أفضل مع الانتظام بذلك.

6- ضرورة توفيز الحوافز المادية والمعنوية للاعبات.

7- تعيين أخصائيين نفسيين في فرق كرة القدم الفلسطينية لمتابعة اللاعبين نفسياً وعلاجهم وتقديم المعونة لهم .

8- توجيه اهتمام الباحثين لإجراء بحوث ودراسات أخرى في مجال الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني، بالإضافة إلى مدى تأثيرهم في مستوى الأداء المهاري للاعبات.

9- توجيه اهتمام الباحثين لإجراء بحوث ودراسات أخرى في مجال الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبي كرة القدم في الدوري الفلسطيني للمحترفين، بالإضافة إلى مدى تأثيرهم في مستوى الأداء لديهم.

المراجع والمصادر

أولاً : المراجع العربية

- **القران الكريم**
- **السنة النبوية**
- السعدني، هويدا وغادة عبد الحميد. (2001). ***الخصائص المزاجية والأنماط الحيوية لدى لاعبي السباحة والعاب القوى*، مجلة علم الرياضة** (13): 121-137.
- خير الله، عليه. (1997). **دراسة الأنماط المزاجية لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في وقت الفراغ**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.
- راتب، أسامة كامل.(1995).**علم النفس الرياضي المفاهيم-التطبيقات**. القاهرة:دار الفكر العربي،مصر.
- ياسين، رمضان.(2008).**علم النفس الرياضي**، ط1، عمان، الأردن.
- علاوي، محمد حسن.(2004). **مدخل في علم النفس الرياضي**، ط (4)،القاهرة، مصر.
- الضمر،عبد الستار.(2010).**علم النفس الرياضي**، دار الخليج، عمان.
- طه،محمد لطفي .(2002).**الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين**، القاهرة، مصر.
- ياسين، رمضان.(2007).**علم النفس الرياضي**، دار أسامة، عمان، الأردن.
- حجاج،محمد يوسف .(2002). **التعصب والعدوان في الرياضة**، مطبعة ابناء وهبة حسان، حلوان، مصر .
- عبد الرحمن، محمد السيد .(1998). **مقياس الانفعالات كحالة وسمة**، دار قباء للنشر، القاهرة، مصر.
- فوزي، أحمد أمين .(2003).**مبادئ علم النفس الرياضي** : المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، مصر.

-باهي، مصطفى و جاد،سمير.(2004).**المدخل إلى الاتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي**، الدار العالمية للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

-الويس، كامل طه.(1981).**علم النفس الرياضي**، دار الكتب للطباعة والنشر، جامعة الموصل، العراق .

-عبد الجواد، محمد.(2000). **كيف تنمي مهارات الابتكار والإبداع الفكري**، ط(1)، دار البشير للثقافة والعلوم، القاهرة، مصر.

-حجاج، محمد يوسف.(2002).**التعصب والعدوان في الرياضة رؤية نفسية-اجتماعية**، القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية، مصر.

-راتب، اسامة كامل.(1995).**علم النفس الرياضي المفاهيم-التطبيقات.** القاهرة:دار الفكر العربي، مصر.

-صدقي، محمد نور الدين.(2004)،**علم نفس الرياضة المفاهيم النظرية- توجيه وإرشاد- قياس**، الاسكندرية:المكتب الجامعي الحديث، مصر.

-حسنين، محمد.(1988). **أطلس تصنيف وتوصيف أنماط الأجسام**. القاهرة، مركز الكتاب للنشر.

-راتب، أسامة.(1997). **قلق المنافسة وضغوط التدريب-احترا ق الرياضي**. ط ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

-راتب، أسامة.(1997). **علم نفس الرياضة (المفاهيم -التطبيقات)**،ط2، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

-حمد، حامد سليمان. (2012). **علم النفس الرياضي**. ط ، دار العرب، دمشق، سوريا.

-سليمان، سناء.(2006). **سيكولوجية الفروق الفردية وقياسها** .عالم الكتب، القاهرة، مصر.

-علاوي، محمد.(2004) .**مدخل في علم النفس الرياضي** .ط4، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.

-علاوي، محمد.(1998). **مدخل في علم النفس الرياضي** .ط2، مركز الكتاب للنش، القاهرة، مصر.

-الضمور، هشام، صبحي قبلان، رغده عرنكي ، وطه طراونه.(2011). ***أثر حصة التربية الرياضية في الكشف عن السلوك العدواني اللفظي والمادي لدى طلبة الصف التاسع الأساسي في محافظة الكرك*، مجلة جامعة النجاح للابحاث (العلوم الانسانية)**، 25(9)،2487-2507.

-بوجرادة عبد الله.(2012). ***الأبعاد النفسية للسلوك العدواني عند لاعبي كرة القدم، لاعبي ولاية ورقلة نموذجا*. مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية**، المجلد 7 ،35-49.

-اديب، سهى، والزغول محمد علي.(2005).***العلاقة بين الحوافز والسلوك العدواني لدى لاعبي ولاعبات المنتخبات الوطنية في رياضات الدفاع عن النفس (الكراتيه،التايكوندو، الجودو)*. دراسات العلوم التربوية**، المجّلد32 (1)،75-90. الجامعة الأردنية.

-خير الله، عليه.(1997). **دراسة الأنماط المزاجية لدى الممارسين وغير الممارسين للنشاط الرياضي في وقت الفراغ**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة طنطا.

-السعدني، هويدا وغادة عبد الحميد.(2001). ***الخصائص المزاجية والأنماط الحيوية لدى لاعبي السباحة والعاب القوى*، (مجلة علم: 121-137.الرياضة،13)**

-شاهين، صفاء، ورشا أشرف، 2008 ، ***الذكاء الانفعالي وعلاقته بالأنماط المزاجية للاعبي الأنشطة الرياضية"دراسة تنبؤية"*، المؤتمر الإقليمي الرابع للمجلس الدولي للصحة والتربية البدنية والترويح والرياضة والتعبير الحركي لمنطقة الشرق الأوسط**، كلية التربية الرياضية، الإسكندرية، مصر.

- جابر، رمزي.(2007). ***العنف الرياضي في الملاعب الفلسطينية* ، مجلة الجامعة الإسلامية(سلسلة الدراسات الإنسانية)**، المجلد (15)، العدد (2)، الجامعة الإسلامية، فلسطين.

- هارون، بسام.(1995). ***السلوك العدواني لدى لاعبي كرة القدم في الأردن*، مجلة الجامعة الأردنية**، الأردن.

- جابر، رمزي .(2012).***مدى شيوع ظاهرة العدوان لدى لاعبي كرة القدم في فلسطين ،*** **مجلة الجامعة الإسلامية للدراسات التربوية والنفسية**، المجلد (20)، العدد (1)، ص 595-ص618، قطاع غزة، فلسطين .
- جابر، رمزي .(2013) .***الأنماط المزاجية المميزة لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين،*** **مجلة الجامعة الأردنية للدراسات العلوم التربوية**، المجلد (40)، الملحق (1)، عمان، الأردن.
- القدومي، عبد الناصر وشاكر، جمال .(2013). ***مستوى الغضب والسلوك العدواني لدى لاعبي المستويات الرياضية العليا لكرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة في فلسطين.*** **مجلة اليرموك**، مجلد(9)، اليرموك، الأردن.
- ناصر، عقيل خليل .(2014). ***النشاطات الرياضية المدرسية ودورها في الكشف عن مظاهر السلوك العدواني والحد منه في محافظة بابل،*** **مجلة جامعة بابل (العلوم الانسانية)**، المجلد (22) ، العدد (5)، بابل، العراق.
- حسان، عبد الكاظم جليل .(2009). ***قياس الغضب كحالة وسمة وعلاقته بمعامل فعالية النشاط التكتيكي بالملاكمة،*** **مجلة جامعة البصرة (مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية)**، المجلد (24)، البصرة، العراق.
- شهيب، محمد حمزة .(2013).***السلوك العدواني وعلاقته بترتيب بعض فرق الدوري الممتاز بكرة اليد،*** **مجلة كلية التربية الرياضية –جامعة بغداد** ،المجلد (25)، العدد (3)، بغداد، العراق.
- سفيح، أسعد علي .(2013).***دراسة مقارنة في السلوك العدواني لدى الرياضيين المحرومين وغير المحرومين من الآباء ،*** **مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية**، المجلد (13)، العدد (3)، القادسية، العراق .
- علي، زهير وعلي، يحيى محمد والرضا، عصام محمد.(2006). ***دراسة مقارنة في السلوك العدواني بين لاعبي كرة القدم وكرة السلة أثناء منافسات جامعة قطر،*** **مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية**، المجلد (3)، العدد (1)، الموصل، العراق.

- يحيى، هالة. (2006). ***الحالة المزاجية ومستوى الإجهاد العصبي وعلاقتهما بنتائج المباريات لدى لاعبي الجودو*، مجلة نظريات وتطبيقات**، 59 : 67-81.
- مصطفى، أسامة فاروق. (2011). **مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والمعرفية** ، ط ، دار الميسرة لمنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- صالح، مأمون. (2011). **الشخصية بنائيا تكوينيا أنماطيا اضطرابيا**، ط، دار أسامة لمنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- عايد، فايز عبد الهادي. (2011). **سيكولوجية المزاج بين الإيحاء والإقناع ألقسري**، ط، دار صفاء لمنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- غباري، ثائر احمد وأبو شعيرة، خالد محمد. (2010). **سيكولوجيا الشخصية**، ط ، مكتبة المجتمع العربي لمنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- عياش، ليث محمد. (2009). **الأسلوب المعرفي وعلاقته بالإبداع** ، ط، دار صفاء لمنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- النفيعي، عواض سالم. (2001). **المواجهة الأمنية لأحداث الشغب في الملاعب الرياضية**، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، أكاديمية نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، السعودية.

ثانياً : المراجع الأجنبية

- James Lawther, Andrew Lane. (2002). ***Relationships between mood cohesion and satisfaction with performance among soccer players,*** **Journal of Sport Psychology**, 4 (3): 57-69.
- Hassmen, P. and Blonstrand, E. (2002). ***Soccer, woman: Enotion, recompetition, post competition***, **Journal of Applied Sport Psychology**, 13: 62-81.
- Maxwell, J. P. (2004). ***Anger rumination: An antecedent of athlete aggression***. **Psychology of Sport and Exercise**, 5, 279–289.
- Tanya R. Berry. (1997). **The role of nod state in assessing rugby plovers Perceptual and Motor Skills**: 91: 112-132.
- Burns, Dylan. (2009). **The experience and expression of anger and aggression in dating relationships for male college athletes in contact and non-contact sports**. Unpublished Doctoral Dissertation. Oklahoma State University
- Chantal, Y. Robin, P., Vernat, J., Bernache-Assollant. I. (2005). ***Motivation, sportspersonship, and athletic aggression: A meditational analysis.*** **Psychology of Sport & Exercise**. 6 (2), 233-249.
- Claudio Robazza_& Laura Bortoli. (2007). ***Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players.*** **Psychology of Sport and Exercise.** 8 , 875–896.
- James Brian Winges. (2012). **Athlete perceptions and consequences of parental background anger in youth Ice Hockey**. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Minnesota

- Montse C. Ruiz & Yuri L. Hanin. (2011). ***Perceived impact of anger on performance of skilled karate athletes.*** **Psychology of Sport and Exercise** 12 , 242-249.
- Chery , J. Hanssen and other. (2002). ***The effect of line incremented,*** **Memory and Cognition**, 2: 406-426.
- Hassmen, P. and Blonstrand, E. (2002). ***Soccer, woman:Enotion, recompetition, post competition,*** **Journal of Applied Sport Psychology**, 13: 62-81.
- Peter C. Terry and Andrew Slade. 1995**.** ***Discriminanteffectiveness of psychological state measures inpredicting performance outcome in karatecompetition.*** **Perceptual and Motor Skills**: 81: 275-286.
- Wyon Ma et al. (1998). ***Moodstate variation on rehearsaland performance davswithin a dance company***.**International Journal of Sport and ExercisePsychology**, 87: 45-76.
- Guttman, Allen. (2008). "**The Diffusion of Sports and the Problem of Cultural Imperialism**". In Eric Dunning, Joseph A. Maguire, Robert E. Pearton. The Sports Process: A Comparative and Developmental Approach. Champaign: Human Kinetics.
- Ann, D.J. (1992). **The relationship of hardiness and mood disturbances to performance in overtrained swimmers**, PhD , the University of Maryland College

ملحق رقم (1) الاستبانة

الاستبيان الخاص باستطلاع رأي المحكمين حول المقياسين المراد استخدامهما في الدراسة

بسم الله الرحمن الرحيم

حضرة الأستاذ الدكتور/.....المحترم

الموضوع: تحكيم مقياسين

أهديكم أجمل التحيات، وأرفق لكم مقياسين الأول مقياس قائمة الأنماط المزاجية للرياضيين من تصميم علاوي (1998) ، والآخر مقياس ماكسويل ومورس (Maxwel& Moores ,2007) لقياس الغضب والسلوك العدواني في المجال الرياضي ، حيث تمت ترجمته، ارجو ابداء الراي وفق ما ترونه مناسبا.

مع وافر الاحترام والقدير

الباحث

احمد شرف

بسم الله الرحمن الرحيم

اللاعبات المحترمات

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان " **العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين**

" وذلك استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية، من كلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية، يرجى تعبئة المقياسين، علما بان المعلومات لغاية البحث العلمي فقط.

شاكرا حسن تعاونكم

الباحث

احمد شرف

أولا: البيانات الشخصية:

يرجى وضع إشارة (X) في المكان المناسب وفق ما ينطبق عليك:

1- درجة النادي: ( ).

2- سنوات الخبرة في اللعب: (سنة)

3- مركز اللعب: ( ).

ثانيا: مقياس الأنماط المزاجية:

يرجى قراءة الفقرات التالية بعناية والإجابة عنها بوضع إشارة (X) وفق ما تراه مناسبا:

أبعاد المقياس	الرقم	الفقرات	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة
بعد قوة عمليات الاثارة	1	يمكنني استعادة حيويتي بسرعة الأداء القوي العنيف			
	2	أستطيع أداء المهارات الحركية للعبة بسهولة في ظروف المنافسة الصعبة			
	3	يصعب على الأداء في المنافسة الرياضية عند هياج المتفرجين			
	4	أدائي في المنافسات أفضل بكثير من أدائي في التدريب			
	5	أستطيع الاشتراك في منافسات متتالية بدون فترات راحة طويلة			
	6	من السهل على أن أتدرب لعدة ساعات بدون ملل			
	7	لا أستطيع الاحتفاظ بحيويتي خلال المنافسات القوية المتتالية			
	8	لا أستطيع أن أعود الى حالتي الطبيعية بسرعة بعد هزيمتي في المنافسة الرياضية			
	9	يمكنني أن أستعيد حيويتي بسرعة بعد منافسة قوية أو بعد التدريب العنيف			
	10	تظهر انفعالاتي بصورة واضحة عند هزيمتي في المنافسة			
بعد قوة عمليات الكف	11	يمكنني أن أتحكم في انفعالاتي بمجرد أن يطلب مني المدرب ذلك			
	12	أستطيع أن أتقبل بهدوء الملاحظات الحادة التي يوجهها لي مدربي			
	13	ينتابني الضيق عند انتظار بداية المنافسة			
	14	أستطيع أن أسيطر على اضطراباتي الزائدة قبل بداية المنافسة الحساسة والهامة			
	15	أستطيع عدم اظهار تعبيرات الفرح عند فوزي في المنافسة			
	16	أستطيع أن أسيطر على أعصابي بسرعة عندما يتخذ الحكم قراراً خاطئاً – من وجهة نظري – ضدي			
	17	التغيير المفاجيء في مواعيد التدريب أو المنافسات يضايقني			
	18	من السهولة استفزازي أو اثارتي أثناء المباراة			
	19	يبدو على الاستعجال وعدم الصبر خلال فترة الاحماء قبل اشتراكي في المنافسة			
	20	لا يظهر على وجههي الانفعال عندما ينتقدني مدربي			
	21	يصعب علي سرعة التفاهم في الملعب مع اللاعبين الجدد في			

		الفريق			
بعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية)	22	يسهل علي الاندماج في التدريب بعد فترة انقطاع طويلة			
	23	أستطيع أن أتفاعل بسرعة مع زملائي الجدد في الفريق			
	24	يمكنني اتقان المهارات الحركية الجديدة بسرعة			
	25	حالتي المزاجية تتأصر بحالة زملائي في الفريق			
	26	يسهل علي بعد انتهاء التدريب تغيير ملابسي بسرعة			
	27	أستطيع الاجابة بسرعة على الأسئلة الغامضة من مدربي			
	28	عندما يوجهني المدرب بتغييرخطة اللعب في المنافسة والتي سبق لي اتقانها فانني أجد صعوبة في تنفيذ ذلك			
	29	يمكنني سرعة التجاوب مع أي مدرب			
	30	اتعود بسرعة على أي ملعب جديد أتنافس علية			

ثالثا: الغضب والسلوك العدواني

يرجى قراءة الفقرات التالية بعناية والإجابة عنها بوضع إشارة (X) وفق ما تراه مناسب

ملحق رقم (2) الاستبانة بصورتها النهائية

الاستبيان الخاص باستطلاع رأي العينة المستهدفة بالدراسة

بعدي المقياس	الرقم	الفقرات	1	2	3	4	5
بعد الغضب	1	أصبح سريع الانفعال إذا حرمت خلال المباراة.					
	2	أشعر بالمرارة تجاه منافسي إذا خسرت .					
	3	اشعر بالجنون عندما اخسر النقاط في المباراة.					
	4	اشعر بالهيجان عندما أحبط خلال المباراة.					
	5	أجد أنه من الصعب السيطرة على أعصابي خلال المباراة.					
	6	أخطاء المسؤول عني تجعلني غاضبا.					
بعد السلوك العدواني	7	سلوك العنف الموجه نحو المنافس، أمر مقبول لدي.					
	8	إنه من المقبول استخدام القوة الجسدية غير المشروعة للاستفادة منها في المنافسة.					
	9	أتهكم على المنافس لأفقده التركيز .					
	10	استخدام القوة المفرطة للاستفادة منها في المنافسة.					
	11	أهين المنافس لفظيا من اجل إشغاله.					
	12	لا أتقبل أية درجة من الانضباط في المنافسة.					

بسم الله الرحمن الرحيم

اللاعبات المحترمات

يقوم الباحث بإجراء دراسة بعنوان " **العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية- فلسطين**

" وذلك استكمالا لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية الرياضية، من كلية الدراسات العليا في جامعة النجاح الوطنية، يرجى تعبئة المقياسين، علما بان المعلومات لغاية البحث العلمي فقط.

شاكرا حسن تعاونكم

الباحث

احمد شرف

اولا: البيانات الشخصية:

يرجى وضع إشارة (X) في المكان المناسب وفق ما ينطبق عليك:

1- سنوات الخبرة في اللعب:( )أقل من 3 سنوات ،( ) 3-5 سنوات،( )6 سنوات فأكثر.

2- مركز اللعب: ( )مدافع ( ) وسط ( ) هجوم .

ثانيا: مقياس الأنماط المزاجية:

يرجى قراءة الفقرات التالية بعناية والإجابة عنها بوضع إشارة (X) وفق ما تراه مناسبا:

ابعاد المقياس	الرقم	الفقرات	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة
بعد قوة عمليات الاثارة	1	يمكنني استعادة حيويتي بسرعة بعد الأداء القوي العنيف			
	2	أستطيع أداء المهارات الحركية للعبة بسهولة في ظروف المنافسة الصعبة			
	3	يصعب علي الأداء الجيد في المنافسة الرياضية عند هياج المتفرجين			
	4	أدائي في المنافسات أفضل بكثير من أدائي في التدريب			
	5	أستطيع الاشتراك في منافسات متتالية بدون فترات راحة طويلة			
	6	من السهل على أن أتدرب لعدة ساعات بدون ملل			
	7	أستطيع الاحتفاظ بحيويتي خلال المنافسات القوية المتتالية			
	8	أستطيع أن أعود الى حالتي الطبيعية بسرعة بعد هزيمتي في المنافسة الرياضية			
	9	يمكنني أن أستعيد حيويتي بسرعة بعد منافسة قوية أو بعد التدريب شاق			
	10	تظهر انفعالاتي بصورة واضحة عند هزيمتي في المنافسة			
بعد قوة عمليات الكف	11	يمكنني أن أتحكم بانفعالاتي بمجرد أن يطلب مني المدرب ذلك			
	12	أستطيع أن أتقبل بهدوء الملاحظات الناقدة التي يوجهها لي مدربي			
	13	ينتابني الضيق عند انتظار بداية المنافسة			
	14	أستطيع أن أسيطر على اضطراباتي الزائدة قبل بداية المنافسة الحساسة والهامة			
	15	أستطيع عدم اظهار تعبيرات الفرح عند فوزي في المنافسة			
	16	أستطيع أن أسيطر على أعصابي بسرعة عندما			

		يتخذ الحكم قراراً خاطئاً –من وجهة نظري – ضدي			
	17	التغيير المفاجيء في مواعيد التدريب أو المنافسات يضايقني			
	18	من السهولة استفزازي أو اثارتي أثناء المباراة			
	19	يبدو على الاستعجال وعدم الصبر خلال فترة الاحماء قبل اشتراكي في المنافسة			
	20	يظهر على وجههي الانفعال عندما ينتقدني مدربي			
بعد المرونة الشخصية (ديناميكية العمليات العصبية)	21	يصعب علي سرعة التفاهم في الملعب مع اللاعبين الجدد في الفريق			
	22	يسهل علي الاندماج في التدريب بعد فترة انقطاع طويلة			
	23	أستطيع أن أتفاعل بسرعة مع زملائي الجدد في الفريق			
	24	يمكنني اتقان المهارات الحركية الجديدة بسرعة			
	25	حالتي المزاجية تتأصر بحالة زملائي في الفريق			
	26	يسهل علي بعد انتهاء التدريب تغيير ملابسي بسرعة			
	27	أستطيع الاجابة بسرعة على الأسئلة الغامضة من مدربي			
	28	عندما يوجهني المدرب بتغييرخطة اللعب في المنافسة والتي سبق لي اتقانها فانني أجد صعوبة في تنفيذ ذلك			
	29	يمكنني سرعة التجاوب مع أي مدرب			
	30	اتعود بسرعة على أي ملعب جديد أتنافس علية			

بعدي المقياس	الرقم	الفقرات	لا يحدث	نادرا	احيانا	غالبا	دائما
بعد الغضب	1	أصبح سريع الانفعال إذا حرمت خلال المباراة.					
	2	أشعر بالمرارة تجاه منافسي إذا خسرت .					
	3	اشعر بالغضب عندما اخسر النقاط في المباراة.					
	4	اشعر بالهيجان عندما أحبط خلال المباراة.					
	5	أجد أنه من الصعب السيطرة على أعصابي خلال المباراة.					
	6	أخطاء المسؤول عني تجعلني غاضبا.					
بعد السلوك العدواني	7	سلوك العنف الموجه نحو المنافس، أمر مقبول لدي.					
	8	إنه من المقبول لدي استخدام القوة الجسدية غير المشروعة للاستفادة منها في المنافسة.					
	9	أغيظ المنافس لأفقده التركيز .					
	10	استخدام القوة المفرطة للاستفادة منها في المنافسة.					
	11	أهين المنافس لفظيا من اجل إشغاله.					
	12	لا أتقبل أية درجة من الانضباط في المنافسة.					

ثالثا: الغضب والسلوك العدواني

يرجى قراءة الفقرات التالية بعناية والإجابة عنها بوضع إشارة (X) وفق ما تراه مناسبا:

الملحق رقم (3) أسماء المحكمين وتخصصاتهم

الرقم	الاسم	الرتبة العلمية	التخصص	الجامعة
.1	د. وليد عبد الفتاح خنفر	أستاذ مشارك	أساليب تدريس التربية الرياضية	جامعه النجاح الوطنية
.2	د. بدر رفعت سليمان	أستاذ مساعد	أصول التربية الرياضية	جامعه النجاح الوطنية
.3	د.علاء كمال	أستاذ مساعد	التدريب الرياضي والجمباز	جامعه فلسطين التقنية – خضوري
.4	د. قيس نعيرات	أستاذ مساعد	علاج طبيعي	جامعه النجاح الوطنية
.5	د. نضال القاسم	أستاذ مساعد	أساليب تدريس التربية الرياضية	جامعه فلسطين التقنية – خضوري
.6	د.بشار فوزي	أستاذ مساعد	فسيولوجيا الرياضة	جامعة النجاح الوطنية
.7	أ.د.عماد عبد الحق	أستاذ	التدريب الرياضي والجمناستك	جامعة النجاح الوطنية
.8	د. ثابت اشتيوي	أستاذ مساعد	اللياقة البدنية	جامعه فلسطين التقنية – خضوري
.9	د.وليد شاهين	أستاذ مساعد	التدريب الرياضي وكرة القدم	جامعة القدس
.10	د. بهجت أبو طامع	أستاذ مشارك	التعلم الحركي والقياس والسباحة	جامعه فلسطين التقنية– خضوري
.11	د. عبد السلام حمارشة	أستاذ مساعد	علاج طبيعي	جامعة القدس

الملحق رقم (4) كتاب عدد اللاعبات في الفلسطينية النسوية للمستوى الأول

Palestine Football Association
Jerusalem - Palestine

الإتحاد الفلسطيني لكرة القدم
القدس - فلسطين

الموضوع : الاندية النسوية المسجلة(فرق 11 لاعبة) 2014-2015

عدد اللاعبات المسجلات رسمياً في صفوف الفريق المصنف /اندية المستوى الاول 11 لاعبة والمشاركات في الدوري :

اسم النادي	عدد اللاعبات
مؤسسه البيره	21
سرية رام الله	24
الارثودكسي بيت ساحور	24
ديار	23
العيسوية	20
شابات طولكرم	23
المجموع الكلي :	139

الامانة العامة
الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم

القدس - الرام - بجانب ستاد فيصل الحسيني ، ص.ب : ٤٣٧٣ هاتف : ٢٣٤٨٦٩١ ٢ ٩٧٢+ فاكس : ٢٣٤٨٦٩٠ ٢ ٩٧٢+
Jerusalem – Al Ram- Beside Faisal Al-Husseini Stadium, P.O. Box: 4373, Tel: +970 (2) 2348691, Fax: +970 (2) 2348690

الملحق رقم (5) كتاب تسهيل المهمة من الجامعة

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة النجاح الوطنية
كلية التربيه الرياضيه

An-Najah National University
Faculty of Physical Education

٢٠١٥/٣/١٠

حضرة السيد عبد المجيد حجة المحترم،
الأمين العام للإتحاد الفلسطيني لكرة القدم

تحية طيبة وبعد،

الموضوع: تسهيل مهمة

تهديكم عمادة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية أجمل تحياتها، وترجو من حضرتكم تسهيل مهمة الطالب ***أحمد محمود يوسف شرف*** في الحصول على المعلومات اللازمة لاستكمال رسالة الماجستير في ا لتربية الرياضية، علماً بـأن رسـالة الماجستير بعنوان " العلاقة بين الأنماط المزاجية والغضب والسلوك العدواني لدى لاعبات كرة القدم في الضفة الغربية / فلسطين .

شاكرين لكم حسن تعاونكم.

مع وافر الاحترام والتقدير

رئيس قسم التربية الرياضية

١٠/٣/٢٠١٥

أ. عماد عبد الحق

Faculty of Physical Education
كلية التربية الرياضية

نابلس – ص.ب ٧٠٧٠٧ – هاتف ٢٣٤٥١١٣/٥/٦/٧، ٢٣٤٤١١٤، ٢٣٤١٠٠٣ (٠٩)(٩٧٠)، فاكس٢٣٤٥٩٨٢ (٠٩)(٩٧٠)
Nablus - P.O.Box 7or 707 - Tel. (970)(09)2341003 - 2344114 - 2345113/5/6/7 - Fax (970)(09)2345982
Web Sit: www.najah.edu

An-Aajah National University

Factuly of Graduate Studies

The Relationship Between Mood Patterns and Anger and Aggressive Behavior Amongst Female Soccer Players in The West Bank-Palestine

By

Ahmad Mahmoud Sharaf

Supervisor

Prof. Abdel Naser Qadumi

Co-Supervisor

D. Mahmoud Al-Atrash

This Thesis is Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Physical Education, Faculty of Graduate Studies, An-Najah National University, Nablus, Palestine.

2015

The Relationship Between Mood Patterns and Anger and Aggressive Behavior Amongst Female Soccer Players in The West Bank-Palestine

By
Ahmad Mahmoud Sharaf
Supervisor
Prof. Abdel Naser Qadumi
Co-Supervisor
D. Mahmoud Al-Atrash

Abstract

The purpose of this study was to identify the relationship between mood patterns and the anger and aggressive behavior amongst female soccer players in the west bank- Palestine.

In addition to identify the mood patterns of the female soccer players and the level of anger and the aggressive behavior.

As well as determine the difference between the mood patterns and the anger aggressive depending on qualification for the variable, experience and playing position.

To achieve this, the study was conducted on sample consisted of (56) female soccer players, and it's a proportion that represents (40%) of the total community of fist- level female soccer players in the west bank – Palestine.

Where was used the descriptive method of this and also had been improved on list of patterns mood for athletes by (A'lawi, 1998) and on the list of the anger aggressive and behavior amongst by (maxwel & moores, 2007).

And reached the study results to the emergence a non-link of dimensions of mood patterns, the dimensions of anger and the aggressive behavior amongst female soccer players in the west bank – Palestine.

Also reached the study results that the level mood patterns among of the female soccer players came (medium) where it received a percentage of response (68.66%), and also evidenced study that farthest the personal flexibility it came in the first place in relative weight (70%), and farthest the excitement operations and also the cease operations in the second place in same relative weight (68%).

And the results shows differences with statistically significant in the level of significant (a≤ 0.05) in the mood patterns for the women soccer players in Palestine, attributable to the variable the experience for farthest excitement operations, and the results shows non-difference attributable to the educational qualification variable and the playing positions.

And reached the study results of the level of anger in the female soccer players was (medium) in the percentage of response (61.60%), and the behavioral level (low) in the percentage of response (44.40%).

And the results shows difference in the statistically significant at the level of significance (a≤ 0.05) in the anger and aggressive behavior of the female soccer

players in Palestine attributed to the playing positions, and results shows non-difference attributable to the educational qualification variable and experience.

The researcher recommended a number of recommendations from the most important:-

- Subjecting players a variety of positions of mental pressure for a adaptation in the various standing.

- Rehabilitation of the players psychologically and temperamentally before participation in the official competitions.
- The attention of researchers to conduct research and other studies in field of mood patterns, the anger and the aggressive behavior.
- Need for action by Palestinian football association regularly feminist champion ships and periodically.

Key words: Soccer, Female Players Soccer, Mood Patterns, The Anger, Aggressive Behavior.