



علاقة الاستقرار الانفعالي للمصارع الجزائري بالأداء في المستوى العالي دراسة ميدانية للفريق الوطني للمصارعة ذكور (15 - 18) سنة الألعاب الإفريقية جويلية 2018 الجزائر

**Relationship between the emotional stability of the Algerian wrestler and the performance at the high level. A field study of the male national wrestling team (15-18) years of the African Games July 2018 Algeria.**

قرين رشيدة<sup>1</sup>، دماس بشيرة<sup>2</sup>، الوخش عطاء الله<sup>3</sup>

<sup>1</sup> المدرسة العليا لعلوم الرياضة وتكنولوجياها دالي ابراهيم / grinealger@yahoo.fr

<sup>2</sup> المدرسة العليا لعلوم الرياضة وتكنولوجياها دالي ابراهيم / bachira.fayrouz@hotmail.fr

<sup>3</sup> جامعة زيان عاشور - الجلفة / Louakhch@gmail.com

تاريخ النشر: 2020/07/12

تاريخ القبول: 2020/06/06

تاريخ الاستلام: 2020/05/19

ملخص:

ان الهدف الأساسي من هذه الدراسة التعرف علاقة الاستقرار الانفعالي بالأداء في المستوى العالي دراسة ميدانية للفريق الوطني للمصارعة ذكور (15 - 18) سنة الألعاب الإفريقية اجويلية 2018 الجزائر، وقد اعتمدنا على منهج الوصفي في الدراسة وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية وبل عددهم 21 مصارع، وتم بناء استبيان لجمع البيانات حول الظاهرة المدروسة وربطها بالنتائج الاداء في الالعاب الافريقية للأفراد العينة، ويتبين أن هناك ارتباط متوسط وموجب ودال إحصائيا بين الاستقرار الانفعالي للمصارعين ونتيجة الأداء خلال الألعاب الإفريقية لدى عينة الدراسة وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الكلمات المفتاحية: الاستقرار الانفعالي - المستوى العالي - رياضة المصارعة

#### Abstract:

The main objective of this study is to identify the relationship of passive stability of the emerging Algerian wrestler with their performance, a field study of the male national wrestling team (15-18) years of the African July 2018 games in Algeria, and we relied on the descriptive approach in the study and all the elements of the team. The national team includes 21 wrestlers, according to the results of applying the passive stability test for the emerging athlete and linking it to the results of their performance in the third African games for young people. It confirms the validity of the hypothesis. Key words: Passive stability - African Youth Games - Performance - Wrestling Sports

## الجانب النظري:

### 1. مقدمة وإشكالية الدراسة:

إن دراسة السلوك الرياضي والذي هو نتاج للشخصية الرياضية لا يتم إلا في ضوء أهدافه الرياضية، أي هل هذا السلوك هو سلوك من أجل ممارسة رياضة ترويحية أم احترافية ومن جهة أخرى في ضوء ديناميكية التفاعل بين متغيرات الشخصية ومتغيرات البيئة الرياضية.

ومن الملاحظات الرياضية الهامة في العقد الأخير من القرن العشرين، أن مستوى النتائج الرياضية قد ارتفع بمعدل يزيد عن معدلات التقدم في العقود السابقة، فقد حطم الأبطال على المستوى العالمي والأولمبي الكثير من الأرقام القياسية في الأنشطة الفردية، كما أخذ أداء فرق الألعاب الجماعية شكلا أكثر تقدما عن العقود السابقة، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على الإمكانيات العلمية التي تم تطويرها في مجال إعداد الرياضيين.

والتقدم في النتائج الرياضية العالمية لم يتحقق نتيجة الخبرة فقط، بل أيضا نتيجة للاستفادة من البحوث العلمية التي أجريت لدراسة طبيعة الشخصية الرياضية وأنسب الطرق لإعداد الرياضي. (أحمد أمين فوزي بثينة محمد فاضل، 2005، ص 23)

ويتفق معظم الباحثين المهتمين بدراسة الشخصية في المجال الرياضي أن التفوق في رياضة معينة مرهون - إلى حد كبير- بمدى موائمة السمات الشخصية للفرد بطبيعة المتطلبات والخصائص النفسية المميزة لنوع الرياضة. (أسامة كامل راتب، 2007، ص 43)

ويعتبر الغضب والانفعال في عصرنا الحاضر داءك عضالاً يعاني منه كثير من الناس منهم الرياضيين وحتى على المستوى العالي مما نتج عنه التدابر والتباغض وفي بعض الأحيان يصل الأمر إلى حدوث عقوبات قد تحرم الرياضي من مزاولته نشاطه

وتعتبر الاستقرار الانفعالي احد السمات النفسية التي يحتاجها الفرد خلال الممارسة الرياضية والسعي الى تحقيق الانجاز الرياضي ، و الكثير منا يعتقد أنه يمكن أن يصبح لديه الاستقرار الانفعالي عندما يحقق المكسب أو الفوز فقط، وذلك شيء غير صحيح، إننا نستطيع أن نشعر بالثقة حقا عندما نعتقد أننا نستطيع أن نؤدي بنجاح، فالثقة بالنفس هي توقع النجاح، والأكثر أهمية الاعتقاد في إمكانية التحسن، فالثقة بالنفس لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب، فبالرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز به فإنه يمكن الاحتفاظ بالثقة في النفس وتوقع تحسن الأداء.

كما أظهرت نتائج العديد من البحوث التي أجريت في مجال الشخصية الرياضية أن هناك فروقا تميز الرياضيين عن غير الرياضيين.

وقد دفعنا اهتمامنا بالدراسة النفسية للسلوك الرياضي إلى اختيار موضوع بحث وذلك من خلال دراسة علاقة الاستقرار الانفعالي لدى مصارعي الفريق الوطني للمصارعة ذكور (15 - 18 سنة) بالأداء في المستوى العالي، واخترنا الفريق الوطني ذكور للمصارعة بنوعها الرومانية والحررة وذلك في المستوى العالي نظرا للنتائج الإيجابية التي حققها هذا الفريق في مختلف المناسبات الدولية ، واغتنمنا فرصة انعقاد الألعاب الإفريقية الثالثة بالجزائر لملاحظة هذا الفريق عن قرب ومتابعته قبل وبعد المنافسات ، و طرحنا الإشكالية التالية :

- هل توجد علاقة دالة إحصائية بين الاستقرار الانفعالي للمصارع وبين أدائه خلال الألعاب الإفريقية الثالثة للشباب والمنعقدة في جويلية 2018 بالجزائر؟

### 1.1 فرضية الدراسة:

- توجد علاقة دالة إحصائية بين الاستقرار الانفعالي للمصارع وبين أدائه خلال الألعاب الإفريقية الثالثة للشباب والمنعقدة في جويلية 2018 بالجزائر.

### 2.1 أهداف البحث:

لكل دراسة هدف أو غرض يجعلها ذات قيمة علمية، والهدف من الدراسة يفهم عادة على انه السبب الذي من اجله قام الباحث بإعداد هذه الدراسة والبحث العلمي هو الذي يسعى إلى تحقيق أهداف عامة غير شخصية ذات قيمة ودلالة علمية. وتهدف الدراسة الراهنة الى:

- التعرف على العلاقة القائمة بين الاستقرار الانفعالي للمصارع وبين أدائه خلال الألعاب الإفريقية الثالثة للشباب والمنعقدة في جويلية 2018 بالجزائر.

- التعرف على اهمية الاستقرار الانفعالي كسمة شخصية عند المصارعين ومساهمتها في تحقيق النتائج الإيجابية المطلوبة

### 3.1 أهمية وأسباب اختيار الموضوع:

تكمن أهمية الدراسة في أنها محاولة للتعرف على علاقة القائمة بين الاستقرار الانفعالي للمصارع وبين نتيجة أدائه خلال الألعاب الإفريقية الثالثة للشباب والمنعقدة في جويلية 2018 بالجزائر، وذلك من اجل ابراز اسهام سمة الاستقرار الانفعالي كسمة من السمات النفسية ومهارة مطلوبة عند الرياضيين وتوضيح طبيعة هذه العلاقة مع النتائج المحققة لمصارعين المنتخب الوطني ذكور وهذا ما يمكننا من المساهمة في تحسين التخطيط والتدريب لبرامج المصارعين المستوى العالي وتنفيذها في التوصل الى نتائج علمية وعملية مدروسة للوصول بالعملية التدريبية إلى مراتبها المتقدمة.

### 2. تحديد المصطلحات:

#### 1.2 تعريف الاستقرار الانفعالي (الثبات الانفعالي):

##### 1.1.2 اصطلاحا:

يعرفه وفيق صفوت مختار على انه "درجة الضبط الذاتي والانفعالي والتناسب بين الاستجابة ونوعية المثيرات في ضوء التوقع الاجتماعي"

##### 2.1.2 تعرف اجرائي:

يمكن تعريف الاستقرار الانفعالي بان ذلك توافق الانفعالي الذي ينجم عنه والرضا بالوضع الراهن، وقوة الأنا الأعلى، والتوافق السليم للوصول بالرياضي الى فعل تصرفات هادئة بعيدة عن الضرب والانفعال السلبي.

##### 2.2 الأداء الرياضي:

##### 1.2.2 التعريف اللغوي:

الأداء لغويا مصطلح مستمد من الكلمة الانجليزية "To Perform" والذي يعني تنفيذ مهمة أو تأدية عمل.

##### 2.2.2 التعريف الاصطلاحي:

الأداء الرياضي هو انعكاس لقدرات ودوافع كل فرد لأفضل سلوك ممكن نتيجة لتأثيرات متبادلة للقوة الداخلية وغالبا ما يؤدي بصورة فردية، وهو نشاط أو سلوك يوصل إلى نتيجة، وهو وسيلة للتعبير عن عملية التعبير سلوكيا.

### 3.2 رياضة المصارعة:

هي رياضة يتبارى فيها شخصان أو أكثر يحاول كل منهما امساك واسقاطالأخر بدون استعمال الضرب وهي الأقدم في التاريخ، ومع مرور الوقت تطورت إلى العديد من الأساليب والأشكال المختلفة، وطبقا للاتحاد الدولي لأساليب المصارعة، الأشكال الرئيسية الأربعة للمصارعة التنافسية الهاوية عالميا اليوم هي المصارعة اليونانية الرومانية، المصارعة الحرة، الجودو والساموا.

4.2 الألعاب الإفريقية للشباب: هو حدث قاري متعدد الرياضات، يقام كل أربع سنوات، وقد استضافت الرباط المغرب النسخة الأولى من الألعاب عام 2010، تم تدشين هذا الحدث القاري الرياضي من طرف لاسانا بالنقومدير رابطة اللجان الأولمبية الوطنية في إفريقيا بدأت الفكرة عام 2006، لكن الألعاب بدأت فعليا في 2010. وعقدت النسخة الثانية في غابورون بوتسوانا في 2014، والنسخة الثالثة في الجزائر في جويلية 2018.

### الجانب التطبيقي:

#### 3. الإجراءات المنهجية للدراسة:

##### 1.3 المنهج المتبع في البحث:

نظراً لطبيعة موضوع البحث وسعيًا من الباحث إلى إيجاد حل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة لذا فقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي كمنهج مناسب وملئم لموضوع الدراسة.

##### 2.3 عينة الدراسة:

وتمثلت عينة بحثنا في عينة تمثل في 21 مصارع من للفريق الوطني للمصارعة ذكور (15 – 18 سن المشاركين في الألعاب الإفريقية جويلية 2018 الجزائر وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية البسيطة.

#### 3.3 الأدوات المستعملة في البحث:

اشتملت أدوات البحث والدراسة على ما يلي:

##### 1.3.3 الاستبيان:

قمنا بإعداد استبيان كأداة لقياس وجهة نظر المصارعين حول سمة الثقة بالنفس وتم ربطها بنتائج الأداء المحصل عليها في الألعاب الإفريقية جويلية 2018 الجزائر

##### 2.3.3 أساليب التحليل والمعاينة الإحصائية:

تم تفرغ جميع البيانات المحصل عليها من خلال تطبيق أدوات البحث، تمهيد لإدخالها إلى الحاسوب الآلي لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة بتوظيف الحزمة الإحصائية SPSS حيث تم إجراء الحسابات التالية:

- معامل الارتباط سترمان
- المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية

#### 4. عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها:

##### 1.4 عرض وتحليل النتائج الخاصة بالفرضية:

توجد علاقة دالة إحصائية بين الاستقرار الانفعالي للمصارع وبين أدائه خلال الألعاب الإفريقية الثالثة للشباب والمنعقدة في جويلية 2018 بالجزائر.

الجدول رقم 1: يمثل معامل الارتباط بين درجات الاستقرار الانفعالي كما يدركها أفراد العينة ونتيجة الأداء:

القرار الإحصائي	احتمال المعنوية sig	درجة الحرية df	مستوى الدلالة $\alpha$	R	النتائج الإجابات
توجد دلالة إحصائية	0,013	19	0.05	0,530*	الاستقرار الانفعالي/ نتيجة الأداء
N=21					

من قراءة الجدول السابق يتضح أن هناك ارتباطا متوسط وموجب بين الاستقرار الانفعالي ونتيجة الأداء كما يدركها أفراد العينة والبالغ عددها 21 مصارع، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين المتغيرين  $r=0,530^*$  وهي قيمة دالة إحصائية واحتمال المعنوية بلغت 0,013 عند درجة حرية  $df=19$  ومستوى الدلالة  $\alpha=0.05$ .

#### 2.4 مناقشة نتاج الفرضية:

تنص الفرضية على أنه "توجد علاقة دالة إحصائية بين الاستقرار الانفعالي للمصارع وبين أدائه خلال الألعاب الإفريقية الثالثة للشباب والمنعقدة في جويلية 2018 بالجزائر" من خلال الجدول رقم 1 وتحليل نتائجها يتبين أن هناك ارتباط متوسط وموجب ودال إحصائية بين الاستقرار الانفعالي للمصارعين ونتيجة الأداء خلال الألعاب الإفريقية لدى عينة الدراسة وهذا ما يؤكد صحة الفرضية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط  $r=0.53^*$  في الجدول رقم (01) بين الثقة بالنفس للمصارعين ونتيجة الأداء خلال الألعاب الإفريقية عند مستوى الدلالة  $\alpha=0.01$  و  $\alpha=0.05$  وكما بلغت قيمة الاحتمال المعنوية 0.013sig حيث أنه من خلال مقارنة قيمة الاحتمال المعنوية sig بمستوى الدلالة  $\alpha$  نجد أن مستوى الدلالة أكبر من قيمة الاحتمال المعنوية sig وهذا ما يؤكد صحة الفرض الموضوع قيد الدراسة وينفي صحة الفرض الصفري الذي ينفي وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05

فتميز الرياضيين المتحصلين على نتائج إيجابية خلال الألعاب الإفريقية أي المتميزين بأدائهم العالي والحائزين على الميداليات الذهبية والفضية والبرونزية بارتفاع في مستوى ثقتهم بالنفس، وجاءت هذه النتيجة مشابهة لبعض نتائج الدراسات الأجنبية والعربية التي خصت الرياضيين النخبة أو الرياضيين المتفوقين حيث توصل مورجان وزملائه بتطبيق مجموعة من المقاييس للانطباقية والانطوائية، العصابية والثبات الانفعالي، مقياس مكني لبروفيل الحالات المزاجية) أن الرياضيين المتفوقين يكونوا أكثر نشاطا وحيوية وأقل توترا وقلقا وإحباطا واضطرابا وغضباً وإجهادا، (أحمد أمين فوزي، بثينة محمد فاضل، 2005، ص 82).

كما توصلت الدكتورة بثينة محمد فاضل في البيئة العربية إلى أن البروفيل النفسي لرياضي المستوى العالي سواء في الألعاب الفردية أو الجماعية يتميز بارتفاع في مستوى سمة الثقة في النفس، الاجتماعية والسيطرة. (أحمد أمين فوزي، بثينة محمد فاضل، 2005، ص 90).

يتضح من خلال ذلك أن فرضية البحث قد تحققت إلى حد كبير وأمكن الإجابة عن التساؤل المطروح في بداية الدراسة، فتوجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الاستقرار الانفعالي للمصارعين ونتيجة الأداء خلال الألعاب الإفريقية الثالثة والمنعقدة بالجزائر.

## 5. الاستنتاجات والاقتراحات:

يمكن ان نستخلص من الدراسة الحالية علاقة الاستقرار الانفعاليواسهامها في النتائج التي تحصل عليها المصارعين خلال الالعاب الافريقية الثالثة في الجزائر 2018 ومن هنا فإن نتائج بحثنا تخدم أصحاب الاختصاص من حيث انتقاء وتوجيه المصارعين الناشئين وهذا ما يوفر الوقت والجهد ويسمح بالتكفل بالموهب الرياضية الواعدة في زمن مبكر ووفق أساس علي هادف.

ويمكن اقتراح بعض التوصيات ومن أهمها ما يلي:

- إعداد برامج تحتوي على تطوير صفة الاستقرار الانفعالي في خطط إعداد المصارعين لمختلف المراحل العمرية.
- زيادة الاهتمام بالتحضير النفسي في إعداد الرياضيين الناشئين كنوع من أنواع التدريبات التي تهدف إلى التدعيم الذاتي وتعزيز القدرات النفسية كالأستقرار الانفعالي والثقة في النفس ورفع الروح المعنوية.
- إجراء دراسات مماثلة تدرس كيفية تعزيز الاستقرار الانفعالي لدى الرياضيين من أجل ترقية العملية التعليمية والتدريبية والوصول إلى الإنجاز والتفوق الرياضي.

## 6. قائمة المراجع:

### 1.6 المراجع بالعربية:

1. أحمد أمين فوزي، بثينة محمد فاضل (2005)، سيكولوجية الشخصية الرياضية، المكتبة المصرية، ط1، مصر2.
2. أحمد أمين فوزي، طارق محمد بدر الدين (2001)، سيكولوجية الفريق الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، مصر.
3. (3) إبراهيم رحمة (1998)، تأثير الجوانب الصحية على النشاط البدني الرياضي، دار الفكر للطباعة والنشر، الطبعة الأولى، عمان.
4. (4) الأنصاري سامية لطفي ومحمود أحلام حسن (2007م): الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي والتربية الصحية، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر
5. أسامة كامل راتب، علم نفس الرياضة – المفاهيم – التطبيقات (2007)، دار الفكر العربي، ط4، مصر.
6. رشيد ذرواتي، تدريبات على منهجية البحث العلمي في العلوم الاجتماعية (2002)، دار هومة، ط1، الجزائر.
7. عبد الكريم بوحف (2011)، أسس ومناهج البحث في علم النفس، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، الجزائر.
8. فتيحة كركو (2008)، سيكولوجية طفل ما قبل المدرسة، ديوان المطبوعات الجامعية، ط1، الجزائر.
9. فيشر، بورم، ترجمة أمين الخولي، عصام بدوي (1998)، استكشاف الموهوبين رياضيا، دار الفكر العربي، ط1، مصر.
10. محمد العربي شمعون (1999)، علم النفس الرياضي والقياس النفسي، مركز الكتاب للنشر، ط1، مصر.
11. محمد حسن علاوي (2006)، مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، ط5، مصر.
12. محمد صالح علوي (1987)، علم نفس الرياضي، دار المعارف، ط1، مصر.
13. محمود عبد الفتاح عنان (1995)، سيكولوجية التربية البدنية والرياضة دار الفكر العربي، ط1، مصر.

2.6 الكتب باللغة الأجنبية:

14. Perin luise (1973), Psychologie des adolescents, PUF,
15. Richard. B. Alderman(1990.), Manuel de psychologie du sport, traduit par Jeanne Ettore, édition Vignot, Paris
16. Thomas. R (1991.). Préparation psychologique des sportifs, édition Vigo