



القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم في ضوء بعض المتغيرات
Social anxiety among players of the first Palestinian football team in light of some
variables

غيث ناصيف

Ghaith Nassif

جامعة فلسطين التقنية/خضوري، فلسطين

Palestine Technical university/Kadoorie, Palestine

تاريخ النشر: 2024/12/30

تاريخ القبول: 2024/08/01

تاريخ الإستلام: 2024/05/05

المستخلص: هدفت الدراسة التعرف الى مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم، والتعرف الى الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغيرات (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي للاعب، مكان سكن اللاعب)، ولتحقيق ذلك استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، كذلك استخدم الاستبانة كأداة لجمع البيانات من عينة قصدية بلغت 23 لاعبا وهي تمثل كامل المجتمع. أظهرت النتائج ان مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم كان منخفضا، كما دلت النتائج الى عدم وجود فروق في متغيرات الدراسة (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي، مكان السكن) وأوصى الباحث بضرورة تكثيف البرامج النفسية التي تقلل من القلق بمختلف انواعه للحفاظ على التوازن الانفعالي للاعبين.

الكلمات المفتاحية: القلق، القلق الاجتماعي، لاعبو منتخب فلسطين الأول لكرة القدم.

Abstract: The study aimed to assess the level of social anxiety among players of the Palestine national football team, and to identify differences in social anxiety based on variables such as experience in the national team, educational qualifications, and place of residence. The researcher employed a descriptive survey methodology, using a questionnaire as a data collection tool from a purposive sample of 23 players. The results indicated that the level of social anxiety among players of the Palestine national football team was low, and there were no significant differences in the study variables (experience in the national team, educational qualifications, and place of residence). The researcher recommended the necessity of enhancing psychological programs aimed at reducing anxiety in its various forms to maintain emotional balance among the players.

Keywords: Anxiety, Social Anxiety, Palestine National Football Team Players.

1. المقدمة

نظراً للطبيعة التنافسية للرياضات الاحترافية، فإن الخصائص النفسية لها تأثير كبير على اللياقة البدنية ونجاح الرياضيين المهرة. فمع زيادة اللياقة البدنية للرياضيين تزداد ثقمتهم بأنفسهم وهذه المشكلة تجعل الرياضي يتغلب على الحالات العاطفية مثل القلق والتوتر (Khosravi Moradi, 2015). كما يُمكن للطبيعة التنافسية للرياضة أن تؤدي إلى تفاقم حالة القلق لدى الرياضي؛ فقد يؤثر القلق على الأداء المعرفي والسلوكي للرياضي؛ مما يؤثر بدوره على أدائه، بالتالي يتعامل الرياضيون مع قدر متزايد من الضغط (Hagerty & Felizzi, 2023).

ويشير أبو طامع (2021) إلى أن ممارسة الفرد للرياضة قد يعرضه إلى مواقف سلبية تؤثر عليه بشكل مباشر، وينتج عنها بعض الحالات النفسية مثل الخوف والتي يصاحبها عادة تغيرات سيكولوجية وفسولوجية خارجة عن إرادة الفرد والتي منها القلق النفسي، حيث عرفه (علاوي، 2004) بأنه مركب من التوتر الداخلي وتوقع الخطر، وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله، والذي عبر عنه أيضاً (أبو طامع، 2008) بأنه مظهر انفعالي يتميز بالتوتر الداخلي بلازمه أحياناً ارتفاع الاستثارة الفسيولوجية.

فكرة القدم تعتبر اللعبة الشعبية الأولى في العالم حيث لا تجارها في شعبيتها وعدد الممارسين والمشاهدين لها أي لعبة أخرى، كما تتميز كرة القدم بطابعها التنافسي حيث تعتبر المنافسة الرياضية عاملاً مهماً وضرورياً بقصد تحديد الفائز أو ترتيبه مما يتطلب التكيف مع واقع المنافسة، والتي يتعرض فيها اللاعبون إلى العديد من الضغوطات ومن بين هذه الضغوطات القلق الذي يعتبر من العوامل المؤثرة على مستوى الأداء الرياضي، لذلك أصبح الاهتمام بالمقاييس التي من خلالها تقيس حالة اللاعبين النفسية وشدة قلقه في المواقف الخاصة كموقف المنافسة الرياضية على سبيل المثال، و يعد القلق في مجال رياضة كرة القدم من المشكلات النفسية الكبيرة التي تواجه اللاعبين لما تسببه من اضطراب فكري و نفسي يؤدي إلى عدم التوافق و التركيز والسيطرة فضلاً عن الاستثارة العصبية مما يؤدي إلى خلل وتدهور في الأداء الرياضي (الرحماني وأكلي، 2018)

وعلى الرغم من أن ظاهرة القلق الاجتماعي Social Anxiety ليست جديدة، إلا أن السنوات الأخيرة شهدت نمواً مطرداً في الدراسات المنهجية لهذه الظاهرة، ويرجع ذلك إلى ازدياد وضوحها وتزايد حدة المتطلبات الاجتماعية، بالإضافة إلى ارتباط هذه المتطلبات بمواقف تقييم الفرد وكفاءته (بكر، 2016).

يُمثل القلق الاجتماعي مشكلة نفسية واجتماعية شائعة قد تؤثر سلباً على النمو المعرفي والنفسي والاجتماعي لمختلف الافراد. حيث يرى كل من (Atarik & Andari, 2023) أن القلق الاجتماعي هو الخوف المفرط والقلق عندما يكون شخص ما مع أشخاص آخرين ويشعر بالقلق في المواقف الاجتماعية

فالقلق الاجتماعي يُعبر عنه بالقلق المستمر والواضح في مواقف اجتماعية مختلفة، مثل التحدث مع أشخاص جدد أو المشاركة في أنشطة اجتماعية مثل الخطابات، بسبب خوف من الحكم السلبي من الآخرين أو من الإحراج؛ بالتالي يُمكن أن يؤثر هذا القلق على جودة الحياة الشخصية والعلاقات الاجتماعية والعمل وهذا يتفق مع ما نقله (طه و اخرون،

(2022) عن (Stangi &Heidenreich, 1996) بأن السمة الأساسية المميزة للقلق الاجتماعي تتمثل في الخوف غير الواقعي من التقييم السلبي للسلوك من قبل الآخرين والتشوه الإدراكي للمواقف الاجتماعية لدى القلق اجتماعيا.

وتشير دراسة كل من (Gouttebarga, Aoki, Kerkhoffs, 2015) الى ان هناك مخاوف من أن لاعبي كرة القدم النخبة قد يكونوا أكثر عرضة لخطر النتائج السلبية على الصحة العقلية، بما في ذلك الاكتئاب والقلق. ويواجه لاعبو كرة القدم النخبة ضغوطاً نفسية واجتماعية، بما في ذلك الضغط من أجل الأداء، والاهتمام العام والشهرة، وخطر التفوق على اللاعبين الآخرين؛ ومثل هذه الضغوطات قد تزيد من خطر الاكتئاب والقلق.

ويرى (Özyol, 2020) انه يمكن تقليل شدة القلق الاجتماعي من خلال المشاركة المنتظمة في الألعاب الرياضية أو الأنشطة البدنية الأخرى. وهذا ما اكدت عليه دراسة (Kader et al, 2024) في ان لاعبي كرة القدم والافراد العاديون يعانون من الاكتئاب أو الاضطراب المرتبط بالقلق؛ حيث كان خطر الاضطرابات المرتبطة بالقلق والاكتئاب أقل بين لاعبي كرة القدم مقابل الافراد العاديون.

2. مشكلة الدراسة

إن القلق الاجتماعي يمثل ظاهرة نفسية تعيق الفرد عن أداء مهام حياته حيث يتعرض مختلف أفراد المجتمع لهذا الشعور ولكن الرياضيون يتعرضون لهذا النوع من الشعور بالقلق بشكل أكبر من غيرهم؛ حيث الأداء العملي لطبيعة الرياضات الممارسة وما فيها من أجواء مختلفة من الاحتكاك مع باقي الرياضيين والأجهزة الفنية والإدارية، كذلك الاشتراك في البطولات والمباريات التي تقام لغرض المنافسة، ونظرا للأوضاع الراهنة التي تمر بها الأراضي الفلسطينية المتمثلة في الحرب على قطاع غزة واغلاق الحواجز وقلة الحركة وانعدام النشاط الرياضي بكافة اشكاله في فلسطين من السابع من أكتوبر 2023 ومع وجود العديد من الاستحقاقات الدولية لمنتخبنا الوطني، وبعد اطلاع الباحث على العديد من الدراسات التي تناولت موضوع القلق الاجتماعي لم يجد الباحث حد علمه أي دراسة تناولت القلق الاجتماعي لدى اللاعبين في البيئة الفلسطينية لذا ارتأى الباحث اجراء هذه الدراسة للتعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم.

3. أهداف الدراسة:

سعت الدراسة التعرف الى:

- مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم.
- الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعا لمتغيرات (خبرة اللعب في المنتخب، المؤهل العلمي للاعب، مكان سكن للاعب).

4. تساؤلات الدراسة:

سعت الدراسة الإجابة عن التساؤلات الآتية:

- ما مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تعزى لمتغير خبرة اللعب في المنتخب؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تعزى لمتغير المؤهل العلمي للاعب؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تعزى لمتغير مكان سكن اللاعب؟

5. محددات الدراسة

- المحدد البشري: لاعبو المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم والمسجلين في كشوفات الاتحاد الدولي والاسيوي لمباراة منتخب فلسطين ومنخب بنغلادش والتي أقيمت بتاريخ 2024/3/26.
- المحدد المكاني: الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم.
- المحدد الزمني: في الفترة الممتدة من 2024/3/6 - 2024/4/6.

6. مصطلحات الدراسة

- القلق الاجتماعي: ان القلق الاجتماعي هو الخوف المفرط والقلق عندما يكون شخص ما مع أشخاص آخرين ويشعر بالقلق في المواقف الاجتماعية (Atarik & Andari, 2023).
- المنتخب الفلسطيني الأول: هم اللاعبون الذين يمثلون فلسطين في رياضة كرة القدم والمشاركين في بطولة تصفيات كأس العالم وكأس اسيا في العام 2024/2023.

7. الطريقة والإجراءات

تتمثل إجراءات الدراسة الحالية وطريقتها في الآتي:

منهج الدراسة:

قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي بصورته المسحية وذلك لملائته لطبيعة الدراسة.

مجتمع وعينة الدراسة:

شمل مجتمع وعينة الدراسة جميع لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم والمسجلين في الكشوفات الرسمية لمباراة منتخب فلسطين مع منتخب بنغلادش ضمن تصفيات كأس اسيا وكأس العالم المزدوجة والتي أقيمت بتاريخ 2024/3/26، حيث تم اختيار العينة بالطريقة العمدية، والجدول (1) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغيراتها.

الجدول (1) يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغيراتها (ن=23)

المتغير	المستوى	العدد	النسبة المئوية
خبرة اللعب في المنتخب	أقل من 6 سنوات	14	60.9
	6 سنوات فأكثر	9	39.1
	المجموع	23	100.0
المؤهل العلمي للاعب	دبلوم فأقل	15	65.2
	بكالوريوس فأعلى	8	34.8
	المجموع	23	100.0
مكان سكن اللاعب	مدينة	11	47.8
	قرية	12	52.2
	المجموع	23	100.0

أداه الدراسة:

استخدم الباحث مقياس القلق الاجتماعي المعدل من قبل الباحث، الذي أعده بكر (2016) والذي تكون من 26 فقرة بصورته الأولية لقياس القلق الاجتماعي، والذي تم تطبيقه في مصر، حيث جاء على درجة عالية من الصدق والثبات،

صدق الأداة:

تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين وعددهم 8 من المختصين في التربية الرياضية حيث تكونت الدراسة في صورتها النهائية من 20 فقرة، بعد الأخذ بتوجيهات ومقترحات ما اتفق عليه 5 محكمين. حيث تضمن القسم الأول البيانات الشخصية عن اللاعب الذي قام بتعبئة الاستبانة، أما القسم الثاني فتضمن فقرات مقياس القلق الاجتماعي، وكانت الاستجابة على فقرات الاستبانة وفق سلم ليكرت الخماسي (1،2،3،4،5) (تنطبق على بدرجة كبيرة جداً، تنطبق على بدرجة كبيرة، تنطبق على بدرجة متوسطة، تنطبق على بدرجة قليلة، تنطبق على بدرجة قليلة جداً) على التوالي للفقرات الإيجابية، وسلم معكوس (1،2،3،4،5) على التوالي للفقرات السلبية وبناء على دراسة كل من (العتيبي، 2012) ودراسة (السلي، 2008) تم استخدام المتوسطات الحسابية الآتية لتقدير الدرجات لكل الفقرات:

- إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة بين (1-1.80) منخفضة جداً
- إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة بين (1.81-2.60) منخفضة
- إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة بين (2.61-3.40) متوسطة
- إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة بين (3.41-4.20) مرتفعة
- إذا تراوحت قيمة المتوسط للعبارة بين (4.21-5) مرتفعة جداً

ثبات أداة الدراسة:

من أجل استخراج معامل الثبات للأداة تم استخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach's Alpha) للاتساق الداخلي لفقرات الاستبانة حيث بلغت 90.2 وتشير هذه القيم الى ان الأداة تتمتع بدرجة ثبات عالية ومناسبة لإجراء الدراسة

متغيرات الدراسة:

- 1- المتغيرات المستقل: القلق الاجتماعي
- 2- المتغيرات التابعة: تتمثل في استجابة افراد العينة على أداة الدراسة.
- 3- المتغيرات الوسيطة: خبرة اللعب في المنتخب (أقل من 6 سنوات، 6 سنوات فأكثر).
المؤهل العلمي للاعب (دبلوم فأقل، بكالوريوس فأعلى).
مكان سكن اللاعب (مدينة، قرية).

8. المعالجات الإحصائية:

- تم استخدام المتوسطات الحسابية والتباين والنسبة المئوية للإجابة على التساؤل الأول.
- تم استخدام اختبار مان وتي Mann-Whitney Test للإجابة عن التساؤلات (الثاني والثالث والرابع).

9. عرض النتائج ومناقشتها:

النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول: ما مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم في ضوء بعض المتغيرات؟

من اجل الإجابة على هذا التساؤل تم استخراج المتوسطات الحسابية والتباين والنسبة المئوية لكل فقرة وعلى المستوى الكلي ونتائج جدول (2) تبين ذلك.

يتضح من نتائج جدول (2) أن مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم جاءت بدرجة منخفضة على المستوى الكلي، إذ بلغ المتوسط الحسابي 1.89 بأهمية نسبية 37.8%، حيث تراوحت قيم المتوسطات الحسابية للفقرات بين (1.21-3.08). ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن اللاعب الناضج انفعاليا ونفسيا يستطيع التحكم بانفعالاته ومشاعره ويديرها بهدوء ويسيطر عليها، كما يعزو الباحث هذه النتيجة الى ان المشاركة في المنافسات المختلفة سواء على الصعيد المحلي او القاري او الدولي تكسب اللاعب القدرة على ضبط التوتر والخوف في المواقف التي يتعرض لها، وهذا يتفق مع دراسة (Özyol, 2020) في ان السباحين الطلاب الرياضيين لديهم مستويات منخفضة من القلق الاجتماعي و دراسة (الشريف وآخرون، 2022) التي أظهرت نتائجها ان مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الرياضيين في بعض الألعاب المائية كان ضعيفا ومع دراسة (Eskandarnejhad et al, 2021) بأن القلق الاجتماعي كان منخفضا، كما يعزو الباحث ذلك الى ان المشاركة وممارسة الالعاب الرياضية المختلفة بشكل عام تقلل من مستويات واضطرابات القلق وهذا يتفق مع ما أشار اليه كل من (Kader et al, 2024) بأن خطر الاضطرابات المرتبطة بالقلق والاكتئاب كان أقل بين لاعبي كرة القدم مقابل عامة الناس، كذلك تتفق مع كل من (Kirkcaldy, Shephard, & Siefen, 2002) و (Eime et al., 2013) في ان المشاركة في الألعاب الرياضية لها تأثير إيجابي على تقليل القلق، بينما اختلفت مع نتائج

دراسة (Kader et al, 2024) في ان لاعبي كرة القدم والافراد العاديون يعانون من الاكتئاب أو الاضطراب المرتبط بالقلق، ولكن كان لاعبو كرة القدم بنسبة اقل من الافراد العاديون.

جدول (2) المتوسطات الحسابية والتباين والأهمية النسبية مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم (ن=23)

رقم الفقرة	فقرات القلق الاجتماعي	المتوسط الحسابي	التباين	الأهمية النسبية %	مستوى الاستجابة
1	أوتتر عادةً عند لقائي بزملائي بالمنتخب	1.56	0.71	31.2	منخفضة جدا
2	ينتابني الخوف من نسيان كلامي عند التحدث امام زملائي	1.52	0.71	30.4	منخفضة جدا
3	أشعر بالقلق عندما يُوجه لي سؤال مفاجئ أمام زملائي في المنتخب.	1.78	0.90	35.6	منخفضة جدا
4	أشعر بالعصبية عندما أتحدث مع مدربي	1.43	0.34	28.6	منخفضة جدا
5	أشعر بأن زملائي بالمنتخب يسخرون مني	1.21	0.18	24.2	منخفضة جدا
6	أحتاج لوقت حتى أستطيع التغلب على خجلي في المواقف المخرجة لي	1.82	0.69	36.4	منخفضة
7	أكون متوتراً قبل دخولي في موقف ما مع زملائي بالمنتخب خوفاً من فشلي	1.86	0.66	37.2	منخفضة
8	أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة بالمنتخب	1.65	0.59	33	منخفضة جدا
9	أفضل ان اكون مستمعاً أكثر من ان اكون متحدثا	2.86	1.19	57.2	متوسطة
10	أتردد في طلب المساعدة من زملائي بالمنتخب	2.08	1.25	41.6	منخفضة
11	أتردد في إبداء رأيي حول أي موضوع يخص المنتخب	2.13	1.02	42.6	منخفضة
12	أجد صعوبة في التعامل مع زملائي في المنتخب	1.56	0.79	31.2	منخفضة جدا
13	يزعجني كثرة المديح من مدربي	2.08	1.61	41.6	منخفضة
14	غالبا ما اكون مترددا عندما اسال عن امر ما يخص المنتخب	2.13	0.74	42.6	منخفضة
15	اشعر بخفقان قلبي عندما يطلب مني توجيه تنبيه لزملائي بالمنتخب	1.56	0.71	31.2	منخفضة جدا
16	أجد صعوبة بالحديث مع لاعبين لا أعرفهم	1.91	1.08	38.2	منخفضة
17	ليس لدي أي مخاوف من التحدث والنقاش أمام زملائي بالمنتخب	3.08	2.62	61.6	متوسطة
18	ابتعد عن المواقف الاجتماعية قدر الإمكان	1.91	1.17	38.2	منخفضة
19	أفكر في اشياء غير مهمة عندما اكون في مواقف التدريب	2.04	0.85	40.8	منخفضة
20	اشعر بالخوف قبل تبليغي باي اجتماع مع مدربي او إدارة المنتخب	1.65	0.69	33	منخفضة جدا
	المستوى الكلي للقلق الاجتماعي	1.89	0.55	37.8	منخفض

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تعزى لمتغير خبرة اللعب في المنتخب؟

وللإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام اختبار مان وتني Mann-Whitney Test لتحديد الفروق تبعاً لمتغير خبرة اللعب في المنتخب ونتائج جدول (3) توضح ذلك.

جدول (3) نتائج اختبار مان وتني Mann-Whitney Test لدلالة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعاً لمتغير خبرة اللعب في المنتخب (ن=23)

المتغير المستقل	مستوياته	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة*
خبرة اللعب في المنتخب	أقل من 6 سنوات	14	13.82	193.50	37.500	-1.608	0.109
	6سنوات فأكثر	9	9.17	82.50			

* مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من نتائج جدول (3) أنه لا توجد فروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعاً لمتغير خبرة اللعب في المنتخب. ويعزو الباحث ذلك الى التواجد طويل الأمد في المجالات الرياضية والخبرة العالية في المواقف الاجتماعية المختلفة التي تعرض لها اللاعبين خلال فترة ممارستهم للرياضة، وهذا يتفق مع ما أشار اليه (Eskandarnejhad et al, 2021) بأن الخبرة في المواقف المختلفة لها دور في خفض القلق. ومع دراسة (الشريف واخرون، 2022) والتي اشارت الى عدم وجود فروق في الرهاب الاجتماعي (القلق الاجتماعي) في العمر لدى الرياضيين في بعض الرياضات المائية.

النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تعزى لمتغير المؤهل العلمي للاعب؟

وللإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام اختبار مان وتني Mann-Whitney Test لتحديد الفروق تبعاً لمتغير المؤهل العلمي للاعب ونتائج جدول (4) توضح ذلك.

الجدول (4) نتائج اختبار مان وتني Mann-Whitney Test لدلالة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعاً لمتغير المؤهل العلمي للاعب (ن=23)

المتغير المستقل	مستوياته	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة*
المؤهل العلمي	دبلوم فأقل	15	11.27	169.00	49.00	-0.711	0.506
	بكالوريوس فأعلى	8	13.38	107.00			

* مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من نتائج جدول (4) أنه لا توجد فروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعاً لمتغير المؤهل العلمي. ويعزو الباحث ذلك الى ان المؤهل العلمي الذي يحصل عليه اللاعب ليس له علاقة ولا يؤثر في مستوى القلق الاجتماعي للاعب، حيث ان لاعبي المنتخب لديهم مستوى متقارب من القلق الاجتماعي كان بدرجة منخفضة لان الممارسين للألعاب الرياضية، يتمتعون بقدر عالي من الثقة بالنفس واحترام وتقدير الذات فانضمام الرياضيين في مجموعات تعليمية اثناء التدريبات والاستعداد للمنافسات وخلال المعسكرات التدريبية، تسمح ببناء علاقات اجتماعية تسهم في الرفع من القيم الايجابية والشعور بالمسؤولية والقدرة على ضبط الذات، والشعور بالرضا والسعادة وخلق روح العمل الجماعي والتعاون والولاء والانتماء وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (الشريف واخرون، 2022) والتي اشارت الى عدم وجود فروق في الرهاب الاجتماعي (القلق الاجتماعي) في المستوى التعليمي لدى الرياضيين في بعض الألعاب الرياضية، وكذلك مع دراسة (العجبي، 2019) التي اشارت الى عدم وجود فروق تبعاً لمتغير التخصص.

النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تعزى لمتغير مكان سكن اللاعب؟

وللإجابة على هذا التساؤل قام الباحث باستخدام اختبار مان وتني Mann-Whitney Test لتحديد الفروق تبعاً لمتغير مكان سكن اللاعب ونتائج جدول (5) توضح ذلك.

الجدول (5) نتائج اختبار مان وتني Mann-Whitney Test لدلالة الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعاً لمتغير مكان سكن اللاعب (ن=23)

المتغير المستقل	مستوياته	التكرار	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة U	قيمة Z	مستوى الدلالة*
مكان السكن	مدينة	11	9.86	108.50	42.500	-1.447-	0.151
	قرية	12	13.96	167.50			

* مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$).

يتضح من نتائج الجدول (5) أنه لا توجد فروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني الأول لكرة القدم تبعاً لمتغير مكان سكن اللاعب. ويعزو الباحث ذلك الى ان ممارسة الأنشطة الرياضية سواء في القرية او المدينة تعمل على تخفيض مستوى القلق الاجتماعي لدى الرياضيين لأنهم يتشاركون مع بعضهم البعض في المنافسات والتدريبات والمعسكرات التدريبية لفترات طويلة يساعد على زيادة التفاعل والعلاقات الاجتماعية بين اللاعبين وبالتالي تقلل من الحالات النفسية والاجتماعية والانفعالية التي قد يتعرض لها اللاعب، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة كل من (ضبيش، 2022) و(عودة، 2017) التي اكدت عدم وجود فروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين تبعاً لمكان السكن، كما اختلفت مع دراسة كل من (يوسف، 2022) و(حجازي، 2013) التي اشارت نتائجها الى وجود فروق في مستوى القلق تبعاً لمتغير مكان السكن.

10. الاستنتاجات

في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها يستنتج الباحث الآتي:

- لاعبو المنتخب الفلسطيني لا يعانون من القلق الاجتماعي.
- لا تؤثر الخبرة والمؤهل العلمي على مستوى القلق الاجتماعي لدى لاعبي المنتخب الفلسطيني لكرة القدم.
- لا يوجد اختلاف بين لاعبي المنتخب الفلسطيني لكرة القدم في مستوى القلق الاجتماعي بغض النظر عن مكان سكنهم.

11. التوصيات

في ضوء اهداف الدراسة ونتائجها يوصي الباحث بالآتي:

- بضرورة تكثيف البرامج النفسية التي تقلل من القلق بمختلف انواعه للحفاظ على التوازن الانفعالي للاعبين.

- زيادة الاهتمام بالبرامج الترويحية والمعسكرات التدريبية لما لها من أهمية في تقليل وخفض القلق الاجتماعي لدى اللاعبين.
- تعزيز العلاقات الاجتماعية بين اللاعبين والجهاز الإداري لما لها من أهمية في تخفيض القلق الاجتماعي لدى اللاعبين.
- اجراء دراسات مشابهة أخرى تتناول متغيرات أخرى على ألعاب وفئات عمرية مختلفة.

قائمة المراجع

المراجع العربية

- ابو طامع، بهجت احمد. (2021). مستوى الخوف الناجم عن تعلم مهارات السباحة الاساسية وعلاقته بالنوع الاجتماعي لدى طلبة تخصص التربية الرياضية. *مجلة جامعة فلسطين التقنية للأبحاث*، 9(2)، 1-12. <https://arab-scholars.com/bd9086>
- ابو طامع، بهجت احمد. (2008، أبريل 1-3). *القلق الناجم عن تعلم مهارات وأنواع السباحة لدى طلبة قسم التربية الرياضية في جامعة فلسطين التقنية- خضوري* [عرض ورقة]. وقائع المؤتمر العلمي الدولي الاول للتربية البدنية والرياضة والصحة، جامعة الكويت.
- بكر، أيمن صلاح. (2016). *القلق الاجتماعي لدى الرياضيين " دراسة مقارنة". المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*، 77(3)، 117-129. <https://arab-scholars.com/e10680>
- حجازي، علاء. (2013). *القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدة طلبة المرحلة الاعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. الجامعة الإسلامية، غزة.
- الرحماني، سنوسي، وأكلي، بن عكلي. (2018). انعكاس القلق على أداء لاعبي كرة القدم النخبوية أثناء المنافسة الرياضية - دراسة ميدانية لفرق الرابطة المحترفة الثانية صنف أكابر-. *المجلة العلمية لجامعة الجزائر 3*، 6(11)، 104-118. <https://arab-scholars.com/92193c>
- السلي، فهد بن عوض الله. (2008). *ممارسة إدارة الوقت وأثرها في تنمية مهارات الإبداع الإداري لدى مديري مدارس المرحلة الثانوية بتعليم العاصمة المقدسة* [رسالة ماجستير غير منشورة]. أم القرى.
- الشريف، أسامة سالم، العكري، محمد مسعود، والخويلدي، عبد الحكيم عياد. (2022). الرهاب الاجتماعي لدى الرياضيين في بعض الرياضات المائية. *مجلة علوم الرياضة والعلوم التربوية*، 7(29)، 69-79. <https://arab-scholars.com/d1112d>
- ضبش، شيماء عبد الرحيم. (2022). *المساندة الاسرية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى عينة من الشباب الجامعي*. *المجلة العلمية لعلوم التربية النوعية*، ع 16(1)، 1-35. <https://arab-scholars.com/83dca4>
- طه، محمد عبد الحميد، قنديل، محمد جودة، وعطية، عطية جمال. (2022). تأثير برنامج تعليمي باستخدام الاسلوب التعاوني على القلق الاجتماعي والثقة بالنفس لدى المبتدئين في السباحة. *المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة*، 30(10)، 67-105. <https://arab-scholars.com/2ae168>
- العتيبي، ذعار بن فيصل. (2012). *العوامل الاجتماعية والنفسية وعلاقتها بالانتماء الوطني لدى طلبة الجامعات: دراسة ميدانية على طلبة الجامعات في الرياض* [أطروحة دكتوراه غير منشورة]. جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- العجيجي، منصور. (2019). ادمان العاب الانترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين بدولة الكويت. *مجلة كلية التربية جامعة الاسكندرية*، 29(6)، 21-46. <https://arab-scholars.com/c5d7e3>
- علاوي، محمد حسن. (2004). *مدخل في علم النفس الرياضي* (ط. 4). مركز الكتاب للنشر.
- عودة، مراد. (2017). *القلق الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين في ضوء بعض المتغيرات* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة البلقاء التطبيقية.
- يوسف، ولاء. (2022). *القلق الاجتماعي وعلاقته بمستوى التوافق النفسي والاجتماعي لدى عينة من طلبة الدراسات العليا في كلية الآداب والعلوم الانسانية بجامعة دمشق في ظل جائحة كورونا*. *مجلة جامعة دمشق للآداب والعلوم الانسانية*، 38(2)، 82-126. <https://arab-scholars.com/025ca9>

المراجع العربية المترجمة

- Abu Tam'e, B. (2008, April 1-3). "Anxiety Resulting from Learning Swimming Skills and Types among Students of the Physical Education Department at Palestine Technical University - Kadoorie [Paper Presentation]." Proceedings of the First International Scientific Conference on Physical Education, Sports, and Health, Kuwait University.
- Abu Tam'e, B. (2021). "The Level of Fear Resulting from Learning Basic Swimming Skills and Its Relationship with Gender among Physical Education Students." *Journal of Palestine Technical University Research*, 9(2), 1-12. <https://arab-scholars.com/bd9086>
- Al otabi, T. B. (2012). *Social and Psychological Factors and their Relationship with National Affiliation among University Students: A Field Study on University Students in Riyadh* [Unpublished doctoral dissertation]. Naif Arab University for Security Sciences.
- Al silmy, F. B. (2008). *The practice of time management and its impact on the development of managerial creativity skills of secondary school principals in the holy capital* [Unpublished master's thesis]. Umm Al-Qura University.
- Al-Ajami, M. (2019). Internet Gaming Addiction and Its Relationship with Social Anxiety among Adolescents in Kuwait. *Journal of Education, Alexandria University*, 29(6), 21-46. <https://arab-scholars.com/fad10e>
- Alawi, M. (2004). *An Introduction to Sports Psychology* (4th ed.). Al-Kitab Publishing Center. <https://arab-scholars.com/citation.php>
- Al-Rahmani, S, & Akli, B A. (2018). Reflection of anxiety on the performance of elite football players during sports competition - a field study of the second professional league teams, Akaber Class -. *Scientific Journal of the University of Algiers* 3, 6(11), 104-118. <https://arab-scholars.com/92193c>.
- Al-Sharif, O., Al-Akrami, M., & Al-Khuwailidi, A-H. (2022). Social phobia among athletes in some water sports. *Journal of Sports Sciences and Educational Sciences*, 7(29), 69-79. <https://arab-scholars.com/d1112d>.
- Bakr, A. (2016). Social anxiety among athletes - a comparative study. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 77(3), 117-129. <https://arab-scholars.com/e10680>
- Dabash, S. (2022). Family support and its relationship to social anxiety among a sample of university youth. *Scientific Journal of Specific Educational Sciences*, No. (16), 1-35. <https://arab-scholars.com/83dca4>.
- Hegazy, A. (2013). *Social anxiety and its relationship to irrational thoughts among middle school students in government schools in the Gaza governorates* [Unpublished master's thesis]. Islamic University of Gaza .
- Odeh, M. (2017). *Social anxiety among university students in light of some variables* [Unpublished master's thesis]. Balqa Applied University.

- Taha, M., Qandil, M., & Attia, A. (2022). The effect of an educational program using the cooperative method on social anxiety and self-confidence among beginners in swimming. *Scientific Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 30(10), 67-105. <https://arab-scholars.com/2ae168>.
- Youssef, L. (2022). Social anxiety and its relationship to the level of psychological and social adjustment among a sample of postgraduate students at the Faculty of Arts and Human Sciences at the University of Damascus in light of the Corona pandemic. *Damascus University Journal of Arts and Humanities*, 38(2), 82-126. <https://arab-scholars.com/025ca9>.

المراجع الأجنبية

- Atarik ,J., Andari ,N. (2023). Aspek dan Simtom Kecemasan Sosial pada Tokoh Utama Komi Shouko dalam Manga Komi-San Wa .Komyushou Desu Karya Tomohito Oda. *Jurnal Ilmu Bahasa dan Sastra*, 17(1)90-71 . <https://arab-scholars.com/9f5474>.
- Eime, R., Young, J., Harvey, J., Charity, M., & Payne, W. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(98), 1-21. <https://arab-scholars.com/a3a3f0>
- Eskandarnejhad, M., Vakili, J., & Alezadeh, R. (2022). Predicting social anxiety and mental fitness of skilled badminton players by physical fitness. *Sociology and lifestyle management*, 6(16), 114-130. <https://arab-scholars.com/2efc73>
- Gouttebarg, v., Aoki, H., & Kerkhoffs, G. (2015). Symptoms of common mental disorders and adverse health Behaviors in male professional soccer players. *Journal of Human Kinetics*, 49, 277-286. <https://arab-scholars.com/13d75a>
- Hagerty, S., Felizzi, M. (2023). The Impact of Authoritarian Coaching Styles on Athletes' Anxious States. *Sport Social Work Journal*, 3(1):67-76. Doi: 10.33043/sswj.3.1.67-76.
- Kader, M., Pasternak, B., Lim, C., Neovius, M., Forssblad, M., Svanström, H., Ludvigsson, J., & Ueda, P. (2024). Depression and anxiety-related disorders and suicide among Swedish male elite football players: a nationwide cohort study British. *Journal of Sports Medicine*, 58(2), 66-73. <https://arab-scholars.com/c4b13e>
- Khosravi Moradi, L. (2015). *Competitive Sport Anxiety in Athlete* [Paper presentation]. First National Conference on Physical Education and Sport Sciences, Sama Varamin Branch.
- Kirkcaldy, B., Shephard, R., & Siefen, G. (2002). The relationship between physical activity and self-image and problem behavior among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 37(11), 544-550. <https://arab-scholars.com/10c1ef>
- Özyol, F. (2020). The Determinants of Social Anxiety in Lower Secondary Education Student Athletes: A Case of Competitive Swimming Environment. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(2), 98-110. <https://arab-scholars.com/4d5fde>.

Stangier, U. & Heidenreich, T. (1999). Die Soziale Phobie aus kognitiv- behavioraler Perspective. In Kompetenz Soziale Phobie. Hohengehren. Germany. Schneider Verlag, 40-60.