



## Emotional Arousal and Its Relationship to Achievement Motivation Among Tennis Players

Sami hameed mohammed <sup>1</sup>

College of Physical Education and Sports Sciences / University of SAD, Erbil, Iraq.

### Article info.

#### Article history:

-Received: 28/01/2024

-Accepted: 05/05/2024

-Available online: 30/06/2024

#### Keywords:

- Emotional arousal.
- Achievement motivation.
- tennis.
- The competition.
- Sports performance.

© 2024 This is an open access article under the CC by licenses

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>



### Abstract

This investigation attempts to determine the degree to which emotional excitement and tennis player motivation is present in tennis players from tennis clubs in the Erbil Governorate. Additionally, the investigation intended to determine the association between emotional excitement and the desire to achieveletic success in tennis. The researcher used the descriptive approach in the manner relations, which is appropriate to the nature of the research. The investigation's sample included 15 tennis players from clubs in Erbil's governorate for the duration of 2023-1404. The data was collected using two metrics: emotional arousal and athletic goal motivation. The gathered data was then evaluated using various statistical methods such as percentages, means, standard deviation, correlation coefficients, and one-sample t-tests.

The findings of the study demonstrated that the players of Erbil and Al-Qalaa clubs had a lower degree of emotional excitement, as evidenced by the comparison of their average values to the default average on the scale. Additionally, players from other organizations have a lower degree of emotional excitement when their average values differ from the average. It is important to note that the hypotheses associated with the scale showed a significant relationship between emotional excitement and the desire to win in sports among players of Erbil and Al-Qalaa clubs. On the other hand, no significant differences in emotional arousal were observed between players from different clubs in regards to sporting achievement motivation.

<sup>1</sup>Corresponding author: [sami.mohammed@su.edu.krd](mailto:sami.mohammed@su.edu.krd) College of Physical Education and Sports Sciences / University of SAD, Erbil, Iraq.

## الإثارة العاطفية وعلاقتها بدافعية الانجاز لدى لاعبي التنس

م. سامي حميد محمد

جامعة صلاح الدين - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - أربيل - العراق

تاريخ البحث

متوفر على الإنترنت

2024/06/30

الكلمات المفتاحية

الإثارة العاطفية.

دافعية الانجاز.

التنس.

المنافسة .

الاداء الرياضي.

### الخلاصة:

يحاول هذا البحث تحديد مدى وجود الإثارة العاطفية وتحفيز لاعبي التنس لدى لاعبي التنس من أندية التنس في محافظة أربيل. بالإضافة إلى ذلك، يهدف البحث إلى تحديد العلاقة بين الإثارة العاطفية والرغبة في تحقيق النجاح في لعبة التنس. واستخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة الذي يتناسب مع طبيعة البحث. شملت عينة البحث 15 لاعب تنس من أندية محافظة أربيل للمدة 2023-2024. تم جمع البيانات باستخدام مقياسين: الإثارة العاطفية ودافعية الانجاز الرياضي. وتم بعد ذلك تقييم البيانات المجمعة باستخدام الأساليب الإحصائية المختلفة مثل النسب المئوية والمتوسطات والانحراف المعياري ومعاملات الارتباط واختبارات (ت) للعينة الواحدة.

وأظهرت نتائج الدراسة أن لاعبي نادي أربيل والقلعة لديهم درجة أقل في الإثارة العاطفية، بدليل مقارنة متوسط قيمهم بالمتوسط الافتراضي في المقياس. بالإضافة إلى ذلك، يتمتع اللاعبون من المنظمات الأخرى بدرجة أقل من الإثارة العاطفية عندما يختلف متوسط قيمهم عن المتوسط. ومن المهم الإشارة إلى أن الفرضيات المرتبطة بالمقياس أظهرت وجود علاقة معنوية بين الإثارة العاطفية والرغبة في الفوز الرياضي لدى لاعبي نادي أربيل والقلعة. ومن ناحية أخرى، لم يلاحظ وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاستثارة العاطفية بين لاعبي الأندية المختلفة فيما يتعلق بدافعية الإنجاز الرياضي.

### 1 - التعريف بالبحث:

#### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

الإثارة العاطفية هي ظاهرة شائعة في الرياضة ويمكن أن تؤثر بشكل كبير على الأداء والنتائج المحققة. يشير الإثارة إلى الزيادة المؤقتة في التوتر والتحفيز الذي يعاني منه الرياضيون أثناء المنافسة الرياضية. الحوادث التي يواجهها اللاعبون أثناء المباريات، مثل الأخطاء التحكيمية والأحوال الجوية السيئة وضغط الجماهير. وغيرها.

في مجال إعداد اللاعبين، يعد التفاعل بين جوانبهم النفسية والجسدية و المهارية والتكتيكية أمراً في غاية الأهمية. ويؤكد عرب وكاظم أن الاستعداد النفسي يشكل ركيزة أساسية في العملية التدريبية إلى جانب العناصر التدريبية الأساسية الأخرى (عرب وكاظم، 2001، 35). علاوة على ذلك، تتطلب لعبة التنس دراسة عميقة للتحفيز العاطفي للاعب كوسيلة لتعزيز أدائه العام ويواجه اللاعب خلال المنافسة سيناريوهات وحالات نفسية يصاحبها الانفعال والإثارة. لذا فإن الإعداد والتهيئة النفسية أصبحت عملية ضرورية وملحة بالنسبة للاعب لكي يستطيع السيطرة على انفعالاته وضبط تصرفاته وبالتالي زيادة دافعية الانجاز له.

تعد الرغبة في الإنجاز أحد العوامل الأساسية في المنافسة الرياضية حيث أنها تساعد الرياضيين على التدريب المستمر والتحسين وتحقيق أهدافهم. يشمل دافع الإنجاز الرغبة في النجاح والتفوق في المنافسة، وتحقيق الأهداف الشخصية والجماعية، وتحقيق الرضا الذاتي والثقة بالنفس، ويساعد دافع الإنجاز على زيادة الانضباط الذاتي والتحكم في السلوك حيث يسعى الرياضيون لتحقيق الأهداف الرياضية من خلال التدريب الصارم والنظام الغذائي. الانضباط والراحة الكافية. كما يمكن لدافع الإنجاز أن يعزز تصميم الرياضيين ومثابرتهم في مواجهة التحديات والصعوبات..

بالإضافة إلى ذلك فإن دافعية الإنجاز لها تأثير على الأداء الرياضي، حيث يتفرغ الرياضي لتحقيق الأهداف الرياضية وتحسين أدائه. وبالتالي يمكن للدافعية الانجاز ان تساعد الراضيين على تحقيق النجاحات و الانجازات في المنافسات الرياضية وبناء الثقة بالنفس وتعزيز الصحة النفسية والعمل على تحقيق الاهداف الشخصية والجماعية.

خلال مباراة التنس، يتعين على اللاعب التأكد من أنه يتصرف بشكل جيد ويحافظ على تركيزه. إنهم يواجهون الكثير من الأشياء التي قد تجعلهم يشعرون بمشاعر مختلفة أو تغير طريقة تصرفاتهم، لذلك يجب أن يكونوا قادرين على التحكم في مشاعرهم واتخاذ خيارات جيدة. يعد هذا أمرًا مهمًا حقًا للاعب التنس لأنهم بحاجة إلى أن يكونوا جيدين في جميع المجالات - ليس فقط مهاراتهم البدنية والتكتيكية، ولكن أيضًا في كيفية تفكيرهم وشعورهم.

## 1-2 مشكلة البحث

تشير بعض الأبحاث إلى أن الإثارة العاطفية تؤثر على دافع الإنجاز في لعبة التنس. على سبيل المثال، الشعور بالقلق والعصبية أثناء المباراة يمكن أن يؤدي إلى انخفاض الثقة بالنفس والتركيز، مما قد يؤدي إلى انخفاض الأداء، ومن ناحية أخرى، يمكن أن يؤدي الدافع الإيجابي والحماس إلى زيادة دافع الإنجاز. ولمواجهة هذه المشكلة، يمكن للاعب التنس تحسين مهاراتهم العاطفية من خلال التدريب على الاسترخاء والتأمل وتحسين التركيز والثقة بالنفس. يمكن أن تؤثر الظروف الصحية على أدائهم في الألعاب. من المهم أيضًا تحديد مصدر المحفز العاطفي والعمل على حله. لذلك يريد الباحثون أن يفهموا كيف تؤثر مشاعرنا ودوافعنا على بعضها البعض. إنهم يريدون معرفة ما إذا كانت هذه العلاقة يمكن أن تساعدنا في التغلب على المواقف الصعبة وإيجاد الحافز المناسب والإنجازات الجيدة.

**3-1 اهداف البحث:**

- 1- تهدف هذه الدراسة إلى تحديد مستويات الاثارة العاطفية والدافعية الانجاز لدى لاعبي أندية محافظة أربيل.
- 2- تحديد العلاقة الارتباطية بين الاثارة العاطفية ودافعية اللاعبين للإنجاز.

**4-1 فرض البحث:**

هناك علاقة قوية بين الاثارة العاطفية ودافعية الانجاز بين لاعبي التنس في محافظة أربيل

**5-1 مجالات البحث:**

المجال البشري: لاعبي التنس للمتقدمين لنادية محافظة أربيل.

المجال الزمني: الفترة من ( 2023/4/1 ) ولغاية ( 2023/4/12 ) .

المجال المكاني: ملاعب اكوا بارك للتنس - أربيل.

**6-1 المصطلحات الواردة في البحث:****1-6-1 الاثارة العاطفية:**

تتأثر استجابة الشخص للبيئة المحيطة بالدرجة التي يتصرف بها بشكل مكثف.. (راتب ، 1997 ، 272 )

**2-6-1 دافعية الانجاز:**

إنه إجراء التجميع أولاً ثم الحفاظ على السلوك من أجل تحقيق الهدف. (جادو ، 2000 ، 330)

**1- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:-****1-2 منهج البحث :-**

اختار الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات المتبادلة لتوافقه مع طبيعة البحث وهدفه.

**2-2 مجتمع البحث وعينته:-**

تكونت مجموعة البحث من رياضيين ينتمون إلى أندية مختلفة داخل محافظة أربيل. وعلى وجه التحديد، ضمت عينة الدراسة خمسة عشر لاعباً من الأندية البارزة، وهي أربيل ونشتمان والقلعة وهندرين وأكاد، كما هو موضح في الجدول 1.

جدول 1 يبين الأندية وعدد اللاعبين

الاندية	عدد اللاعبين
اربيل	3
اكاد	3
نیشتمان	3
هندرين	3

**2-3 ادوات واجهزة البحث :**

والطريقة تعني المنهج الذي يمكن للباحث من خلاله معالجة القضية، بغض النظر عن الأدوات أو البيانات المتاحة له (محبوب، 2002، ص 16).

**ادوات البحث:-**

-المصادر العربية

-استبيان (مقياس الاثارة العاطفية، دافعية الانجاز)

وفيما يتعلق بالأجهزة المستخدمة

آلة حاسبة يدوية

آلة كومبيوتر

**2-4 اجراءات البحث الميدانية:-****2-4-1 اجراءات اعداد مقياسي البحث:-**

بالاعتماد على الأدبيات العلمية واستخدام مقياس الاثارة العاطفية الذي طوره الرضا (الرضا ، 2002، 38) في سياق العراق المحدد، قمنا بتقييم الاستجابات العاطفية من خلال سلسلة من 31 عنصراً مختبرياً (انظر الملحق 1). وبالمثل، فيما يتعلق بدافع الإنجاز، استخدمنا مقياس دافع الإنجاز الذي حدده عبد الرضا (عبد الرضا، 2005، 42)، والذي تم تطبيقه أيضاً في البيئة العراقية. يتكون هذا المقياس من 31 فقرة وتمت الإجابة عليه من قبل المختبر، كما هو موضح في الملحق 2.

**2-4-2 التجربة الاستطلاعية :-**

في اليوم الثاني من شهر أبريل من عام 2023، انطلق الباحث في تجربة مثيرة، حيث قام باختيار مجموعة من ستة رياضيين ماهرين ينتمون إلى مختلف الأندية الموقرة. طوال هذا المسعى الأسر، فهم اللاعبون بسرعة تعقيدات جهاز القياس، وقاموا بتقييم دقيق لوضوح التعليمات الممنوحة لهم، وتغلبوا بشكل مثير للإعجاب على العقبات العديدة التي واجهوها، كل ذلك في ترقب متحمس للاستخدام الوشيك للمقياس المذكور.

**2-4-3 اسلوب تصحيح المقياس :-**

يحتوي مقياس الإثارة العاطفية على 31 عنصراً ويطلب من المشاركين اختيار أحد الخيارات الثلاثة: غالباً، أو أحياناً، أو نادراً. تحمل كل إجابة وزناً إما 1 أو 2 أو 3، اعتماداً على ما إذا كانت تتعلق بعنصر إيجابي أو سلبي. وبالمثل، يتكون مقياس دافعية الإنجاز أيضاً من 31 فقرة، ويجب على المشاركين

الاختيار من بين أربعة بدائل: ينطبق إلى حد كبير، أو ينطبق على درجة متوسطة، أو ينطبق على درجة صغيرة، أو لا ينطبق على. ثم يقومون بعد ذلك بتعيين درجة 1، 2، 3، أو 4، المقابلة للفقرات الإيجابية أو نظيراتها السلبية.

#### 2-4-4 حساب الدرجة الكلية:-

مقياس الاثارة العاطفية يقيس مدى شعور الإنسان بالمشاعر المختلفة، ويحتوي على 31 سؤالاً. أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الشخص هي 93، وأقل درجة هي 31. في المتوسط، يميل الناس إلى تسجيل حوالي 66.17، لكن بعض الأشخاص يسجلون أعلى أو أقل. الانحراف المعياري هو رقم يخبرنا بمدى انتشار الدرجات، وهو في هذا المقياس هو 6.07. وهناك مقياس دافعية الانجاز يقيس مدى تحفيز الشخص لتحقيق الأشياء، وفيه أيضاً 31 سؤالاً. أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها شخص ما على هذا المقياس هي 124، وأدنى درجة هي 31. في المتوسط، يميل الأشخاص إلى تسجيل حوالي 41.17، لكن بعض الأشخاص يسجلون أعلى أو أقل. الانحراف المعياري لهذا المقياس هو 6.29.

#### 2-4-5 المعاملات العلمية للمقياس:-

##### 2-5-4-1 الصدق:-

فالصدق مطلب أساسي وسمة علمية للاختبار الجيد، لأنه يضمن أن الاختبار يقيس بدقة ما أريد قياسه ولا يقيس أي شيء آخر (الباهي، 1999، 27). وتم التأكد من صدق المقياسين من خلال إثبات صدقهما الظاهري من خلال عرضهما على لجنة من الخبراء والمتخصصين.

##### 2-5-4-2 الثبات:-

ومن المهم بعد إجراء التجربة الاستطلاعية تحديد معامل ثبات المقياس. يقيس هذا المعامل اتساق الدرجات عند إعادة الاختبار باستخدام نفس المقياس والعينة في ظل ظروف مماثلة، بعد أسبوع من الاختبار. أظهر الاختبار الأولي وإعادة الاختبار أن معامل الثبات مرتفع، مما يدل على استقرار مقياس الاثارة العاطفية (84.1) ومقياس الدافعية للإنجاز (82.1). وتم التأكد من ذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون، والذي يوضح أن الاختبار مناسب لأفراد العينة.

##### 2-4-6 التجربة الرئيسية :-

بعد تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من التجربة الأولية، شرع الباحث في تنفيذ التجربة الرئيسية في الفترة من 5 إلى 10 نيسان 2023، في ملاعب التنس أكوا بارك الواقعة في محافظة أربيل. تمت هذه التجربة خلال بطولة محافظة أربيل والتي كانت مخصصة للاعبين

التنس المهرة. تم إعطاء استبيانات لكلا المقياسين لـ 15 مشاركًا بالغًا، وبمجرد الانتهاء منها، قام الباحث بجمع الاستبيانات من أجل جمع نتائج البحث.

## 2-5 الوسائل الإحصائية المستخدمة:-

عمد الباحث الى استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة وبالشكل الذي يخدم البحث وسيستخدم الوسائل الإحصائية للبرنامج الإحصائي الألي (SPSS Version 12.0) الموجود في الحاسوب.

## 3- عرض ومناقشة النتائج :-

### 3-1 التعرف على الاثارة العاطفية ودافعية الانجاز لدى عينة البحث:-

بعد جمع البيانات والتعرف على مستويات الاثارة العاطفية لدى المشاركين في البحث لذا تطلب ذلك استخراج قيمة (t) بين الوسط الحسابي والوسط الافتراضي كما هو مبين في الجدول (2).

### جدول (2) توضيح العلاقة بين المتوسط الحسابي والمتوسط الافتراضي للإثارة العاطفية.

يتضح لنا من الجدول رقم (2) أن المتوسط الحسابي يفوق المتوسط الافتراضي لعينتي نادي أربيل ونادي

الدالة	قيمة p	قيمة T		درجة الحر	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد العينة	الاندية
		الجدولية	المحسوبة						
معنوي	0.048	4.3	4.35	2	62	5.50	64.33	3	اربيل
غير معنوي	0.28	4.3	1.49	2	62	7.57	55.67	3	اكاد
غير معنوي	0.53	4.3	0.73	2	62	4.50	50.67	3	نیشتمان
غير معنوي	0.22	4.3	1.73	2	62	9	53	3	هندرين
معنوي	0.03	4.3	5.59	2	62	4.51	63.33	3	قلعة

القلعة. تشير هذه الملاحظة إلى استجابة عاطفية مرتفعة، خاصة وأن القيم المحسوبة تجاوزت القيمة المجدولة عند درجة حرية (2) ومستوى دلالة (0.005). وبالتالي، يمكن الاستدلال على وجود فوارق كبيرة بين الدرجات المحسوبة والمجدولة.

وبتحليل العينات من نادي أكاد، ونادي نشتمان، ونادي هندرين، أصبح من الواضح أن متوسط القيمة كان أقل من القيمة المتوقعة، مما يشير إلى عدم وجود إثارة عاطفية قوية. وقد تم التوصل إلى هذا الاستنتاج بعد اكتشاف أن القيم المحسوبة كانت أقل من القيم الجدولية، مع الأخذ في الاعتبار درجات الحرية (2)

ومستوى الدلالة (0.005). ومن ثم، يمكن استنتاج أنه لا توجد فروق ملحوظة بين الدرجات المحسوبة والجدولية.

### جدول (3) يوضح العلاقة بين المتوسط الحسابي والمتوسط الافتراضي لدافعية الإنجاز

الدلالة	قيمة p	قيمة T		درجة الحريرة	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد العينة	الاندية
		الجدولية	المحسوبة						
معنوي	0.022	4.3	6.5	2	77.5	4.04	62.33	3	اربيل
غير معنوي	0.2	4.3	1.88	2	77.5	7.50	69.33	3	اكاد
غير معنوي	0.08	4.3	3.28	2	77.5	10.97	53.67	3	نيشتمان
غير معنوي	0.095	4.3	3	2	77.5	7.02	65.33	3	هندرين
معنوي	0.013	4.3	8.59	2	77.5	3.05	62.33	3	قلعة

ومن الجدول رقم (3) يتبين لنا بوضوح أن الوسط الحسابي للعينتين نادي أربيل ونادي كارا أقل من المتوسط المفترض وأقل من المتوسط المفترض مما يدل على وجودهما، ولذلك نجد أن المتوسط الحسابي المتوسطات إن قيمة اختبار T بين والمتوسط المفترض تكون معنوية عند مستوى الدلالة (0.005)، حيث تبدو قيمة T المحسوبة أكبر من القيمة الموجودة في الجدول، مما يدل على وجود فرق بين القيمة المحسوبة والجدولية قيم هذين الفريقين هناك اختلافات كبيرة. أما بالنسبة للفرق الأخرى (نادي أكاد، نادي نختمان، نادي هندرين) فقد نلاحظ أن المتوسط الحسابي أيضا أصغر من المتوسط الافتراضي، مما يدل على عدم وجود دافع لدى اللاعبين للإنجاز، بعد أن وجدنا أن قيمة اختبار t بين وكان الوسط الحسابي والوسط الافتراضي عند غير معنوي عند مستوى دلالة (0.05)، والقيمة المحسوبة أدناه أصغر من قيمة الجدول (t) لكل فريق مشارك (اكاد ، نيشتمان ، هندرين)

### 2-3 اكتشاف العلاقة بين الإثارة العاطفية ودافعية الإنجاز لدى مجتمع البحث:-

لتحديد العلاقة بين الإثارة العاطفية ودافع الإنجاز لدى مجتمع البحث، من المهم حساب معامل الارتباط (بيرسون). وهذا مبين في الجدول (4).

### جدول (4) عرض كلا من معامل الارتباط ومستوى الدلالة.

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	درجة الحرية	قيمة P	مستوى الدلالة



غير معنوي	45.0	14	0.21-	الاثارة العاطفية	1
				دافعية الانجاز	2

ومن الجدول رقم (4) يتبين لنا بوضوح أن هناك علاقة ارتباطية سلبية بين الاثارة العاطفية ودافعية الإنجاز والتي ترجع إلى عوامل متعددة منها ارتفاع الاستثارة لدى العينة مما يؤثر على أداء الرياضيين (عبد الكريم ومحمود، 1996، 45). وهذا يعني أنه يجب على اللاعب أن يكون مستعداً ذهنياً بشكل كامل حتى يتمكن من الحصول على استثارة جيدة وتحقيق دافعية الإنجاز الفعالة، وعلى العكس إذا كان الإعداد النفسي غير جيد يجب أن يكون اللاعب مستعداً ذهنياً كاملاً. كما تعتمد السيطرة إلى حد كبير على خبرة الرياضي وتجاربه السابقة، إذ تلعب الخبرة الرياضية دوراً فعالاً ومهماً في السيطرة على الحالات العاطفية المعاكسة قبل وبعد المنافسة. (خريبط ، 1988 ، 179).

يعد توفير الاثارة العاطفي الإيجابي أمراً بالغ الأهمية في تعزيز دافعية اللاعبين والرياضيين. إن التشويق والإثارة التي يشعر بها اللاعبون أثناء إعدادهم وتدريبهم لها دور فعال في زيادة دافعتهم. يكون المدرب الماهر بارعاً في تنظيم الطاقات الجسدية والنفسية للاعبيه، مما يضمن إدارة أفكارهم وعواطفهم بشكل فعال أثناء المنافسة، مما يؤدي إلى تحسين الأداء (راتب ، 1995 ، 125). بالإضافة إلى ذلك، تعمل الإثارة المتزايدة على تخفيف القلق والتوتر الذي يعاني منه اللاعبون غالباً أثناء المباريات المهمة. إن المستوى الأمثل من الإثارة يعزز السلوك والأداء الفعال (المطاوع، 1977، 107). وبناء على هذه الملاحظات، يمكن الافتراض بأن هناك علاقة بين الاثارة العاطفية ودوافع الإنجاز، بشرط أن تكون هذه الاثارة عند مستوى يمكن التحكم فيه ولا يؤثر سلباً على دافعية اللاعب. ويمكن تحقيق ذلك من خلال الإعداد النفسي الشامل من قبل المدرب، وتدريب اللاعب على التغلب على الظروف الصعبة برباطة جأش ودون عصبية، وفي نهاية المطاف الاستفادة من هذه الإثارة بطريقة إيجابية لتعزيز الدافع وتحقيق نجاح ملحوظ.

#### 4-الاستنتاجات والتوصيات:-

#### 4-1 الاستنتاجات :-

- 1- كان لدى المشاركين في البحث مستويات متفاوتة من الاثارة العاطفية ودافع الإنجاز، بما في ذلك الاثارة العاطفية العالية والمنخفضة ودافع الإنجاز المنخفض والمنخفض جداً..
- 2- توجد لدى عينة الدراسة علاقة عكسية بين دافعية الإنجاز والاثارة العاطفية..

#### 4-2 التوصيات:-

- في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج فإن الباحث يوصي بما يلي:-
- 1- يهتم المدربون بالإعداد النفسي للاعبين للتحكم في انفعالاتهم وتحفيزهم وتعزيزها بهدف تحقيق مستويات عالية من الأداء.
  - 3- اعتماد أساليب التدريب الذهني والعقلي لتقليل مستوى الاثارة العاطفية لدى اللاعب والوصول بها إلى مستوى جيد بعد انتهاء عملية الإحماء وبدء المنافسة..
  - 4- يعطي المدربون الأولوية لتعزيز الإثارة العاطفية والتحفيز للنجاح في لعبة التنس.
  - 5- يمكن للاعبين استخدام تجاربهم السابقة لتحسين الاثارة العاطفية وعدم السماح للفشل بإحباطهم عن تحقيق أهدافهم.

6- إجراء البحوث والدراسات الأخرى المتعلقة بالتعريف بالمتغيرات النفسية الأخرى والعينات الأخرى..  
المصادر العربية والاجنبية:

- 1- ، محمد جسام عرب و موسى جواد كاظم ؛ مقارنة مستوى الاستجابة الانفعالية بين المتقدمين والشباب في لعبة الملاكمة : (مجلة كلية التربية الرياضية ، العدد (1) ، جامعة ديالى ، بعقوبة ، 2001).
  - 2- اسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضة : (ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1997).
  - 3- صالح أبو جادو ؛ علم النفس التربوي: (عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، 2000).
  - 4- وجيه محجوب ؛ البحث العلمي ومنهجه : (بغداد ، دار الكتب للطباعة والنشر ، 2002).
  - 5- عصام محمد الرضا ؛ الامن النفسي وعلاقته بمستوى الاستثارة الانفعالية لدى لاعبي كرة السلة : (كلية التربية الرياضية ، جامعة الموصل ، 2002 ) .
  - 6- حيدر عبد الرضا ؛ بناء وتقنين مقياس دافع الانجاز لدى لاعبي الكرة الطائرة المتقدمين في العراق : (كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2005 ) .
  - 7- مصطفى باهي ؛ المعاملات العلمية و العملية بين النظرية والتطبيق : (ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر، 1999 ) .
  - 8- محمد عبد الكريم و محمود حمدي محمد ؛ الاستثارة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية والأداء المهاري في الكرة الطائرة: المؤتمر العلمي (التنمية البشرية بين التحديات والتطلعات) : (كلية الرياضة للرجال جامعة حلوان، القاهرة ، 1996).
  - 9- رسن خريبط: نظريات هامة في التدريب الرياضي: (عمان، دار الشرق للمطبوعات والنشر، 1998).
  - 10- أسامة كمال راتب، علم النفس الرياضي (مفاهيم وتطبيقات): (الطبعة الأولى، القاهرة، دار الفكر العربي ، 1995).
  - 11- علي محمد المطاوع ؛ سايكولوجية المنافسات : (ج1 ، مصر، مطبعة جريدة السفير ، 1977).
- ملحق (1) مقياس الاثارة العاطفية بصورة النهائية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

عزيزي اللاعب

تحية طيبة

لديك قائمة من العبارات التي يجب عليك الإجابة عليها بالتفصيل والنظر في التعليقات التالية:

- اقرأ كل عبارة، وبمجرد أن تفهم معناها، قم بالإجابة على السؤال مباشرة لأنه يتعلق بك شخصياً، مع العلم أنه لا توجد إجابة صحيحة أو خاطئة.
- يجب أن تكون كل عبارة ذات صلة بك مصحوبة بعلامة (√) في الحقل.
- من المهم معالجة هذه العبارات بأمانة ودقة.
- لا تقلل من شأن أي من العبارات التي أدلى بها المقياس.

- ستبقى إجاباتك سرية ولن تستخدم إلا للبحث العلمي.
- تجنب كتابة الأسماء الشخصية.

اسم النادي:

الباحث

ت	الفقرات	غالباً	أحياناً	نادراً
1	عندما أقوم بتمارين الاسترخاء أشعر بالاستقرار النفسي.			
2	أقوم بأداء أفضل عندما أكون هادئاً.			
3	عندما تكون المنافسة مهمة، أفضل الفوز على الخسارة.			
4	عندما أتأذى، يزداد قلقي.			
5	يزعجني عندما يتخذ الحكام قرارات سيئة.			
6	وقبل المباراة دعوت الله بالتوفيق والنجاح.			
7	أنا منفتح على اقتراحات اللاعبين الآخرين.			
8	عندما أفكر في أهمية المنافسة، أشعر بالتوتر والقلق أكثر.			
9	انتقادات المدرب لي أعافت قدرتي على التركيز خلال المباريات.			
10	هناك رحلات متعددة إلى الحمام قبل بدء اللعبة.			
11	لقد تحملت صيحات فاحشة من اللاعبين.			
12	شعرت بالثقة عندما قرأ المدرب معنا سورة الفاتحة.			
13	أؤدي بشكل أفضل عندما يشجعني مدربي.			
14	أكون أكثر حماساً عندما لا يكون المدير رياضياً.			
15	أتصور خطة اللعبة في ذهني قبل تنفيذها.			
16	عندما أرتكب خطأ، حتى لو كان بسيطاً، ألوم نفسي.			
17	اهتمام المدرب بخطة اللعب جعلني أفكر أكثر في أهمية المباراة.			
18	الصراخ مع زملائي في الفريق قبل المباراة جعلني أقوى.			
19	أشعر براحة نفسية عندما ألعب مع فريق يعرف قواعد اللعبة جيداً.			
20	أداني أفضل عندما ينظر إليّ والداي وإخوتي وأقاربي.			
21	أشعر بالانزعاج عندما لا تنجح تعليمات المدرب.			
22	أشعر بالقلق من أن سوء الإدارة سيؤدي إلى فشل فريقتي.			
23	عندما رأيت أن المسؤولين اهتموا بي قبل وأثناء وبعد المباراة، شعرت بالارتياح.			

			أنا غير مرتاح للتحيز الذي يمارسه المسؤولون ضد بعض اللاعبين.	24
			أشعر بالسعادة عندما أكون في ساحة لعب متساوية.	25
			عندما أرى المشجعين يدعمون فريقنا، فإن ذلك يريحني.	26
			مع اقتراب موعد السباق، يزداد معدل ضربات القلب.	27
			في المباريات المهمة، سأبذل جهدًا خاصًا.	28
			استمتع باللعبة أكثر من التدريب.	29
			أشعر بالندم عندما أرتكب نفس الأخطاء مرارا وتكرارا خلال السباق.	30
			أفكر دائمًا في كيفية الأداء خلال الوقت المخصص.	31

## ملحق (2) مقياس دافعية الانجاز بصورة النهائية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

عزيزي اللاعب

تحية طيبة

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الاجابة عنها بدقة مع مراعاة الملاحظات الآتية:

- أن تجيب بصراحة و وضوح وذلك بوضع علامة واحدة ( ✓ ) أمام كل عبارة ثلاثتك (تنطبق علي بدرجة كبيرة ، تنطبق علي بدرجة المتوسطة ، تنطبق علي بدرجة قليلة ، لا تنطبق علي)
  - لا توجد اجابات صحيحة واجابات خاطئة فكل اجابة تعد صحيحة طالما أنها تعبر عن رأيك في نفسك بصدق.
  - ان اجابتك لا يطلع عليها سوى الباحث وتستخدم لاغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر اسمك.
  - ضرورة عدم الاستعانة بزميل آخر للاجابة.
- اسم النادي:

الباحث

ت	العبارات	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق علي
1	لقد سئمت من التدريب بعد وقت طويل.				
2	أحلام تحقيق مكانة ومكانة عالية في عالم الرياضة.				
3	أحب أن أكون على مقاعد البدلاء عندما نلعب ضد فرق جيدة.				
4	أستمتع بممارسة رياضتي والانخراط فيها أكثر من أي عمل آخر.				
5	أطمح إلى التفوق والإنجاز في التنس				
6	وعلى الرغم من الصعاب ضد الفريق الآخر، كنت مصمماً على الفوز				

				توقعت أن أفشل في كل ما حاولت القيام به.	7
				شعرت أن جميع اللاعبين كانوا ضدي.	8
				عندما أفشل، ألوم الآخرين.	9
				أتوقع أن هذا الإنجاز العالي سيفتح لي الأبواب في المستقبل.	10
				أسعى دائمًا للوصول إلى مستوى اللاعب العظيم.	11
				لا أريد أن أتدرب لفترة أطول أو أصعب من زملائي في الفريق.	12
				أعتقد أن النجاح في الرياضة يعتمد على الكفاح والتضحية.	13
				عندما أودي أمام جمهور كبير، أشعر بالخوف والارتباك.	14
				أعتقد أن التنس أمر مثير ويجب على المرء الاستمرار في التدريب عليه رغم الصعوبات.	15
				أعتقد أن مستقبلي يعتمد على النادي الذي ألعب له.	16
				ابتعد عن الصعوبات التي فشل اللاعبون الآخرون في التغلب عليها.	17
				أنا سعيد عندما يفوز فريقنا بأي مسابقة ندخلها.	18
				أريد أن أقدم التضحيات من أجل تحقيق أهدافي الرياضية.	19
				كنت خائفًا من الفشل قبل وأثناء المباراة.	20
				الانضمام إلى فريق النادي هو هدف مهم في حياتي.	21
				أريد مواصلة اللعب مع فريقنا.	22
				لا تأخذ تدريبك على محمل الجد لتجنب الإصابة.	23
				لدي ثقة في نفسي وفريقي لتحقيق الفوز.	24
				أنا أتحمل مسؤولية الأخطاء التي أرتكبها.	25
				أشعر بالخوف الشديد عندما أواجه خصمًا قويًا.	26
				أنا متفائل جدًا بشأن مستقبلي الرياضي.	27
				أخطط لأنشطتي لتحقيق مستقبلي الرياضي.	28
				أنا من النوع الذي يستسلم بسهولة عندما تصبح الأمور صعبة.	29
				كنت أفترق إلى الثقة في أدائي في المباراة.	30
				لا أهتم بمقارنة مستوى أدائي بمستويات أداء اللاعبين الآخرين.	31