

## قلق الموت وعلاقتها بجودة الحياة لدى لاعبي بعض رياضات المهنزلات

أ.م.د / رامي عمرو جاد

أستاذ مساعد بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية- كلية التربية الرياضية - جامعه بنها

## أولاً: مقدمه البحث:

كان لعلم النفس السبق في تحديد المتغيرات المؤثرة في نوعية حياة الإنسان؛ ويرجع ذلك لكون نوعية الحياة تعبيراً عن الإدراك الذاتي لنوعية الحياة **Quality of Life Perceived** ، فالحياة بالنسبة للإنسان هي ما يدركه منها. حتى أن تقييم الفرد للمؤشرات الموضوعية في حياته: كالدخل والمسكن والعمل والتعليم.. يمثل في أحد مستوياته انعكاساً مباشراً لإدراك هذا الفرد لجودة الحياة في وجود هذه المتغيرات على هذا المستوى، وهو ما يتوقف بدرجة على مدى أهمية كل متغير من هذه المتغيرات بالنسبة لهذا الفرد، وذلك في وقت محدد وفي ظل ظروف معينة.

(٤ : ٢٨)

ويعد القلق جزءاً طبيعياً في كل آليات السلوك الإنساني ويوجد عند جميع الناس في مواقف المنافسة والمواقف التي تتعلق بالوقائع التي يعتبرها الإنسان هامة بالنسبة له، والقلق هو حالة صراع بين الإنسان والطبيعة ويتمثل في ذلك التوتر المستمر بين إرادة الحياة في الإنسان وبين ما تفرضه الطبيعة عليه من ملاسبات العجز والفناء والخوف من الموت. (٢ : ١٠٨).

والإنسان بطبيعته يخشى الموت ويستعيز بالله إذا طرقت أذنه كلمة الموت حتى وإن كان على فراش الموت لأنه يعني نهايته وتوقف السعي نحو الأهداف وبلوغ الآمال وقطع العلاقات الاجتماعية وتوقف المشاعر والأفكار. فالموت خبرة جديدة غير مسبقة ومرتبطة بخبرات الحياة الواقعية كموت قريب أو مرض مزمن. (٢٠ : ٤١)

وقد أهتمت علوم وتخصصات عديدة بدراسة الموت، منها الطب والتمريض، والصحة العامة، والعلوم الاجتماعية والسلوكية وعلى الأخص علم النفس، حيث اهتم علماء النفس حديثاً بمفهوم الموت، وفي العقدين الأخيرين من القرن الماضي درس قلق الموت في إطار واسع من المجالات وتحديد درجاته على مقاييس متعددة، متباينة في ارتباطها بمتغيرات شملت العمر، والجنس، والديانة، والمهنة، والصحة الشخصية، والقدرة العقلية والسلوك الشاذ. (١٤ : ٧٣١)

وكل المدارس الفلسفية، والنفسية أو المادية التي تعرضت لمعنى الحياة، حاولت إيجاد الحل الشافي لعقدة الموت، وما يمثله، وفشلت في إيجاد الحل المقنع لها، إلا أن الإسلام الذي أعطى لها الحل الشافي من خلال القرآن الكريم. (١١ : ١٥٧)

فالشعور بالقلق من الموت يتناقض مع شعور الفرد بالأمن النفسي الذي يعد مطلباً ضرورياً لحياة كل فرد من أفراد المجتمع فالإنسان يسعى إلى الرضا عن الحياة التي يعيشها وينشد الأمن والطمأنينة بعيداً عن الاضطرابات والقلق ولا شك أن عدم الأمن النفسي يؤدي إلى آثار سلبية على الفرد كاضطرابات علاقته بالآخرين وقلة إنتاجه وشعوره بالقلق والاضطراب وأضراراً على المجتمع ككل. (١٦ : ٤٨)

إن خبرة القلق خبرة أليمة، وقلق الموت من خبرات القلق المؤلمة، كما أن القلق بوصفه خاصية وجودية فلا سبيل للتخلص منه، فقط يمكن التعايش معه وابتكار الأساليب التي تجعل من احتمالته والتعايش معه أمراً ممكناً. هذا هو الدور الذي تؤديه استراتيجيات التعامل مع قلق الموت **coping strategies anxiety** (٥ : ١٧).

إن الخوف من الموت أو القلق منه أمر شائع وعام لدى البشر، ذلك أن الموت يقتحم أفكارنا بطرق شتى ولأسباب متعددة (٣ : ٥٠).

ويعتبر قلق الموت أيضاً سمة نفسية تدرس في كل من علم نفس الشخصية وعلم النفس المرضى وعلى الرغم من أن الموت كان موضوعاً لتأملات ميتافيزيقية قديمة قدم الفكر الإنساني ذاته فإن بداية بحثها سيكولوجياً بمنهج إمبريقي على مستوى الاهتمامات العالمية لا يتعدى العقد السادس من هذا القرن.

وجودة الحياة يرتبط بأسلوب حياة الفرد، وبما يقوم به من نشاطات وقدرات للتحكم فيما يدور حوله ومستقبله، وأن هناك العديد من المعوقات التي تمنع الفرد من الوصول إلى الإحساس بجودة الحياة، منها ضغوط الحياة التي يواجهها الفرد- والصراع الداخلي الذي يشعر به من جراء ضعف الإنجاز، وعدم القدرة على التحكم، وأكثر ما يحتاجه الطلاب هو القدرة على الإنجاز والتحصيل الدراسي، ومواكبة المسيرة العلمية، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة إحساسهم بجودة الحياة. (١٨ : ٢٧٧ - ٢٧٨)

ويتناول حبيب جودة الحياة على أنها درجة إحساس الفرد بالتحسن المستمر لجوانب شخصيته في النواحي النفسية والمرضية والإبداعية والثقافية والرياضية والشخصية والجسمية والتنسيق بينهما، مع تهيئة المناخ المزاجي والانفعالي المناسبين للعمل والإنجاز والتعلم المتصل بالعادات والمهارات والاتجاهات، وكذلك تعلم حل المشكلات وأساليب التوافق والتكيف وتبني منظور التحسن المستمر للأداء كأسلوب حياة وتلبية الفرد لاحتياجاته ورغباته بالقدر المتوازن والاستمرارية في توليد الأفكار والاهتمام بالإبداع والابتكار والتعلم التعاوني بما ينمي مهاراته النفسية الاجتماعية (٩ : ٦٥)

جودة الحياة تعتبر مجال مهم، ويرجع ذلك لارتباطها بالصحة البدنية والعقلية والنفسية، وظهور سلوكيات محفوفة بالمخاطر ويعتبر الانتقال من المرحلة الابتدائية إلى المرحلة الثانوية هو الوقت الذي يشكل تهديداً خاصة لجودة الحياة. (٢٥ : ١٤٩)

ولقد ظهر مفهوم جودة الحياة منذ حوالي "ستين عام" وبدأ الاهتمام بجودة الحياة كمفهوم مرتبط بعلم النفس الإيجابي حيث يؤكد أصحاب هذا الاتجاه على أهمية تبني نظرة إيجابية عن الشخص، فأصبح مفهوم جودة الحياة كما يرى من الأهداف الصحية للعديد من المنظمات والهيئات الحكومات، وقد وضعت أمريكا شعاراً بعنوان "أشخاص أصحاء لعام (٢٠١٠)"، وذلك بغرض تحسين نوعية الحياة وتنمية التوقعات الايجابية لديهم. (٢٨ : ١٧٨)

كما إن الشعور بجودة الحياة شيء نسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية؛ استناداً إلى المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومتطلباتها، التي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مكونات جودة تلك الحياة، مثل: القدرة على التفكير، واتخاذ القرارات، والتحكم، وإدارة الظروف المحيطة والصحة، الجسمية، والنفسية، والظروف الاقتصادية، والاجتماعية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية، والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة، والأكثر أهمية، التي تحقق سعادته في الحياة. (١ : ٣)

### ثانياً: مشكلة البحث:

من خلال عمل الباحث في مجال الاعداد النفسي التطبيقي ومع وجود فترة عصيبة مر بها العالم وكانت متمثلة في القلق من الاصابة بفيروس كورونا والذي ادى الي انهاء حياة الاف من الاشخاص والذي بدوره ترك بعض الاثار السلبية النفسية في معظم الاشخاص العاديين والرياضيين والتارك في نفوسهم التفكير في الموت والذي سيطر علي العقول ، ومن الحديث المستمر علي الحالات الموت المفاجئ للرياضيين اصبحت الحياة معقدة وما ترتب علي ذلك لان يكون لدى بعض الرياضيين صعوبات في الاستمتاع بالحياة والتاثير علي جودة الحياة وخاصتا الرياضيين الذين يتعرضون لمواقف عنيفة والتي قد تاتر عليهم فيما بعد وحيث ان معنى الحياة هو الشيء الاساسي الذي يساعد الإنسان على البقاء حتى في أسوأ الظروف، كما يساعده على تجاوز ذاته والتوجه بإيجابية في الحياة والتوجه نحو المستقبل بتفاؤل من خلال اكتشافه للجوانب الإيجابية والقدرات والإمكانات التي بداخله بدلاً من تركيزه على الجوانب السلبية في شخصيته. وتناولت **عبير أحمد أنور، و فتن عبدالصايق (٢٠١٠)** جودة الحياة بأنها تقيم الفرد لمستوى الخدمات المادية والمعنوية التي تقدم له، ومدى قدرتها على إشباع حاجاته الذاتية والموضوعية، وفي سياق الإطار الثقافي والقيمي الذي يعيش فيه، وانعكاس ذلك على حالته الصحية والنفسية وعلاقاته الاجتماعية وتوافقه مع البيئة المحيطة. (١٠ : ٤٥٠)

يعد مفهوم جودة الحياة من المواضيع الحديثة التي كانت محور اهتمام العديد من الباحثين والمهتمين في العالم حيث أشارت نتائج العديد من الدراسات الى انخفاض مستوى جودة الحياة لدى الاعبين، الأمر الذي ينتج عنه العديد من المشكلات: كالقلق، والعزلة الاجتماعية، والوحدة النفسية، وفقدان معنى الحياة، بالإضافة إلى افتقار العلاقات الاجتماعية، وعدم الاتزان الانفعالي، الأمر الذي يعكس بشكل سلبي على فرص مشاركتهم واندماجهم كأعضاء فاعلين في مجتمعاتهم.

وتعد جودة الحياة من المتغيرات المؤثرة في حياة الفرد، والتي تشكل لهم معنى وقيمة للحياة حاضراً ومستقبلاً، فهم يطمحون إلى تحقيق الرضا والسعادة في حياتهم، ويسعون نحو تطوير حياة جيدة تمتاز بالإيجابية والتغيير نحو الأفضل.

وقد لاحظ الباحث من خلال عمله كأخصائي نفسي قصور عند بعض لاعبي المنافسات الغير قادرين على الواجب الوظيفي من متطلبات من الجانب النفسي والبدني على انخفاض جودة الحياه لديهم ، فقد أرجع الباحث ذلك إلى أن المواقف الانفعالية تؤثر علي الحالة النفسية للاعبين أثناء التدريب أو المنافسة لذلك رأى ضرورة محاولة البحث عن الحلول التي من شأنها معرفة مستوى جودة الحياه لدى لاعبي المنافسات حتى نستطيع أن نصل إلى المستوى المطلوب من لاعبين نستطيع تحقيق نتائج جيدة.

تحاول الدراسة الحالية الكشف عن العلاقة بين جودة الحياة التي يعيشها لاعبي كرة القدم وتأثير ذلك على مستقبلهم ومدى شعورهم بالقلق في حياتهم المستقبلية سواء على مستوى الحياة العادية أو على مستوى العمل والتوافق الفردي والاجتماعي.

لذلك فقد أثارت هذه المشكلة وجدان الباحث من خلال احتكاكه الدائم باللاعبين وأيضا ملاحظته الفروق بين اللاعبين وتفاوتها من الاداء التدريبي، وقد ارجع الباحث ذلك التفاوت ناتجا عن بعض الأمور النفسية التي تشغل عقل اللاعبين من مواقف الصعبة للمنافسة وتؤثر على أدائهم. ومن هذا المفهوم اتجه الباحث إلى إجراء هذه الدراسة للتعرف على جودة الحياة وعلاقتها بقلق الموت لدى لاعبي رياضات المنازلات.

### ثالثا: أهمية البحث:

وانطلاقاً مما تقدم يمكن القول أن أهمية البحث والحاجة إليه في عدة اعتبارات يمكن تلخيصها كالآتي:

### الأهمية النظرية:

- أهمية متغير قلق الموت الذي أصبح يلزم كل فئة عمرية في ظل الظروف الراهنة.
- التعرف على جودة الحياة كأحد عوامل الاستقرار النفسي والصحة النفسية.
- التعرف على الظروف والأحوال النفسية والاجتماعية لدى لاعبي بعض رياضات المنازلات، وكذلك تأثيرهم بالظروف الراهنة وما تمخض عنها من حوادث مفاجئة ولربما لها أثر على الشعور بجودة الحياة وقلق الموت.
- يشكل البحث الحالي إضافة متواضعة للجهود المبذولة في ميدان علم النفس نظراً لندرة الدراسات والبحوث التي تناولت قلق الموت وجودة الحياة في المجتمع المحلي في حدود علم الباحث.
- أن هذا البحث سيفتح باباً جديداً لبحوث مستقبلية تزيد من المعرفة على مستوى التنظير ويحقق فوائد عملية على مستوى التطبيق.

### الأهمية التطبيقية:

- أن التعرف لما يتعرض له بعض من لدى لاعبي بعض رياضات المنازلات من أزمات أو أحداث سلبية تؤثر على أمنهم النفسي وتوافقهم الاجتماعي وتشعرهم بالقلق. يمكن أن يكون مدخلاً لتقديم برامج إرشادية لإكسابهم المهارات الفعالة والايجابية لتنمية قدراتهم في التعامل مع هذه الأحداث والأزمات.
- عقد ندوات اجتماعية ونفسية لمعرفة السبل الكفيلة لتحقيق جودة الحياة والحد من الأسباب المثيرة لقلق الموت وخاصة ما يتعلق بالظروف المحيطة.
- تمتد الأهمية التطبيقية للدراسة الحالية في الاستفادة من نتائج الدراسات والبحوث السابقة في تحديد العلاقة المباشرة بين قلق الموت وشعور لاعبي رياضات المنازلات بجودة الحياة.
- ومن خلال ما تقدم نرى أن موضوع البحث الحالي، ذو أهمية تستدعي الدراسة والاهتمام معاً فضلاً عن التتبع وإيجاد الحلول المناسبة.

## رابعاً: هدف البحث:

**يهدف البحث الى التعرف على قلق الموت وعلاقتها بجودة الحياة لدى لاعبي بعض رياضات المنازل من خلال:-**

- بناء مقياس قلق الموت لدى لاعبي بعض رياضات المنازل.
- بناء مقياس لجوده الحياه لدى لاعبي بعض رياضات المنازل.

## خامساً: فروض البحث :

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات مقياسي البحث قلق الموت و جودة الحياة بين الرياضات الثلاثة (الكريك بوكس، الكونغ فو، الكاراتيه).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات محاور مقياسي والدرجة الكلية قلق الموت و جودة الحياة بين اللاعبات والاعبين لصالح اللاعبات.
- توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس و مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس لدى لاعبي رياضات المنازل.

## سادساً: مصطلحات البحث:

## قلق الموت:

يعرف بأنه خبرة انفعالية غير سارة تدور حول الموت والموضوعات المتصلة به.

(١٦ : ٤٥)

جودة الحياة **Quality of Life**:

إن جودة الحياة تتضمن الاستمتاع بالظروف المادية في البيئة الخارجية، والإحساس بحسن الحال وإشباع الحاجات، والرضا عن الحياة، وإدراك الفرد لقوى ومتضمنات حياته، وشعوره بالسعادة، وصولاً إلى العيش في حياة متناغمة متوافقة بين جوهر الإنسان والقيم المساندة في المجتمع. (٢٠ : ٢٠٤)

## الدراسات السابقة:

## أولاً: الدراسات العربية:

١- دراسة **مصطفى على محمود (٢٠١٥)(٢١)** بعنوان "جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالابداع الإداري لدى مسؤولي الأنشطة الترويحية بالجامعات المصرية"، ويهدف البحث الى التعرف على العلاقة بين جودة الحياة الوظيفية والابداع الإداري لدى مسؤولي الأنشطة الترويحية بالجامعات المصرية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، على عينة من مسؤولي الأنشطة الترويحية بالجامعات المصرية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية موجبة بين جودة الحياه والابداع الاداري لدى مسؤلى الأنشطة الترويحية بالجامعات المصرية.

٢- دراسته **شربين احمد عزت (٢٠١٧)(٧)** بعنوان "الإغتراب النفسي وعلاقته بقلق الموت لدي عينة من المعلمين المسنين، هدفت الدراسة إلى تحديد مدى العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق الموت لدى المسنين". واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي لملائمته لطبيعة الدراسة. وتكونت عينة الدراسة من عينة قوامها ٥٦ مسنا مقسمة إلى مجموعتين ٢٨ من الذكور و ٢٨ من الإناث. تراوحت أعمارهم من ٦٥ عاماً إلى ٨٥ عاماً. وتم اختيارها من دار الخلفاء الراشدين وأساتذة من جامعة المنيا ومحافظة دمياط. وتمثلت أدوات الدراسة في مقياس الاغتراب النفسي ومقياس قلق الموت. وأوضحت الدراسة بعض خصائص المسنين واحتياجاتهم في هذه المرحلة العمرية. وتأثير الاغتراب النفسي وقلق الموت على صحتهم النفسية. ومدى تفاعلهم مع البيئة المحيطة بهم. وأكدت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجات

أفراد العينة على مقياس قلق الموت ودرجاتهم على مقياس الاغتراب بأبعاده. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات الذكور ودرجات الإناث على كل من مقياس قلق الموت ومقياس الاغتراب بأبعاده. وعدم وجود فروق دالة إحصائية بين درجات المتزوجين وغير المتزوجين على مقياس الاغتراب ببعض أبعاده وهي العزلة والعجز والتمرد. بينما توجد فروق دالة إحصائية بينهما في بعض أبعاد الاغتراب وهي التنبؤ واللامعنى واللامعيارية.

٣- دراسة **محمد محمد صابر العمر (٢٠١٦) (١٩)** بعنوان "قلق الموت وعلاقته بالأمن النفسي: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق"، هدف البحث التعرف إلى مستوى كل من قلق الموت والأمن النفسي، ومعرفة الفروق بين متوسط درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس قلق الموت والأمن النفسي تبعاً لمتغير السنة الدراسية. تكونت عينة البحث من (٤٦٣) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية بجامعة دمشق، وطبق عليهم مقياس قلق الموت من إعداد الباحث ومقياس الأمن النفسي من إعداد (العوض ٢٠١٣) وذلك بعد التحقق من صدقهما وثباتهما. وأشارت النتائج إلى ما يلي: —انخفاض مستوى قلق الموت لدى أفراد عينة البحث. — ارتفاع مستوى الأمن النفسي لدى أفراد عينة البحث. —وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس قلق الموت ودرجاتهم على مقياس الأمن النفسي. —وجود فروق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس قلق الموت لصالح طلبة السنة الأولى. —وجود فروق بين متوسط درجات أفراد عينة البحث على مقياس الأمن النفسي لصالح طلبة السنة الرابعة.

٤- دراسة **محمد بن عبد الله محمد (٢٠١٩) (١٧)** بعنوان "الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية بالمملكة العربية السعودية"، هدف البحث إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية، وعلاقته بجودة الحياة لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية؛ واستخدم الباحث المنهج الوصفي؛ وبلغت العينة (٨٦) لاعباً من لاعبي الأنشطة الفردية والجماعية، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. واستعان الباحث بمقياس الضغوط النفسية ومقياس جودة الحياة. وتوصل البحث إلى نتائج منها: وجود علاقة دالة عكسية بين مقياس الضغوط النفسية؛ وكل من بعدي: الصحة النفسية والبيئية من أبعاد مقياس جودة الحياة لدى لاعبي الأنشطة الفردية. وبناء عليه قدم الباحث عدة توصيات، منها: العناية بتحقيق أبعاد جودة الحياة لدى لاعبي الأنشطة الفردية والجماعية؛ وتصميم برامج إرشادية للاعبين للتعامل مع الضغوط النفسية، والعمل على تحسين ظروفهم الحياتية.

٥- دراسة **علي عبد الله علي مسافر (٢٠٢١) (١٢)** بعنوان "الذكاء الروحي والأمن النفسي وقلق الموت لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا": دراسة تنبؤية، استهدف البحث الحالي التعرف على مدى انتشار قلق الموت لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا، وإمكانية تنبؤ الذكاء الروحي بكل من الأمن النفسي وقلق الموت، وكذلك إمكانية تنبؤ الأمن النفسي بقلق الموت لديهم، كما استهدف دراسة تأثير متغيرات البحث بمصدر دخل الأسرة في ظل الجائحة. وأجري على (١٧٢) من طلاب الفرقة الثانية، بكلية التربية بالسويس، متوسط عمرهم الزمني (١٩.٥٣)، بانحراف معياري (٠.٢٥٨)، واستخدم مقياس الذكاء الروحي، ومقياس الأمن النفسي، ومقياس قلق الموت، وتحليل البيانات استخدم المتوسط، والانحراف المعياري، والنسبة المئوية، واختبار "ت"، وتحليل الانحدار الخطي، وتحليل التباين واختبار شيفيه. وأظهرت النتائج انتشار قلق الموت لدى نسبة (٤٨.٢٦) من الطلاب قدرة الذكاء الروحي على التنبؤ بالأمن النفسي وقلق

الموت؛ وقدرة الأمن النفسي على التنبؤ بقلق الموت. كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائياً في الذكاء الروحي، والأمن النفسي، وقلق الموت تعزى لمتغير "مصدر دخل الأسرة".

#### ثانياً: الدراسات الاجنبية:

- ١- قام سميث (Smith, 2000) (٣٠) دراسة بعنوان "القلق الموت لدى كبار السن، هدفت إلى اكتشاف القلق من الموت لدى كبار السن". وتكونت عينة الدراسة من (٤٥) طالباً من طلبة علم النفس. واستخدم الباحث مقياس الكآبة الناجمة عن قلق الموت، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن المتدينين سجلوا درجات أدنى على مقياس الكآبة المرتبطة بالموت من الملحدون.
- ٢- قام أردلت (Ardelt, 2000) (٢٤) دراسة بعنوان "العلاقة بين الحكمة والتدين والهدف من الحياة والموقف من الموت"، هدفت إلى فحص العلاقة بين الحكمة والتدين والهدف من الحياة والموقف من الموت على عينة مكونة من (١٢٣) فرداً من كبار السن يعيشون في وسط فلوريدا. وتوصلت النتائج الدراسة إلى وجود تأثير موجب للحكمة على الموقف من الموت وقبول التهرب منه. ووجود ارتباط بين درجة التدين الخارجي والخوف من الموت وتجنب الموت. وعدم وجود ارتباط بين الهدف من الحياة والموقف من الموت. وأظهرت النتائج وجود ارتباط عال نسبياً بين الخوف من الموت وتجنب الموت، كما أكدت على وجود ارتباط سلبي بين الحالة الاجتماعية الاقتصادية وتجنب الموت وقبوله، حيث يميل كبار السن من البيض والذكور إلى قبول الموت كحقيقة من حقائق الحياة أكثر من كبار السن من الإناث والأمريكيين من أصل إفريقي.
- ٣- قام وليم بينتي (William Pitney) (2006) (٣١) دراسة بعنوان "تأثير نظم العمل وقضايا جودة الحياة على التنشئة المهنية للمدربين" والتي هدفت إلى معرفة العلاقة بين بعض متغيرات نظم العمل ( الوقت -الراتب ) وقضايا جودة الحياة على التنشئة الاجتماعية المهنية للمدربين، وتكونت العينة من (١٦) مدرباً (١١) رجلاً (٥) نساء، واستخدم الباحث المقابلة الشخصية والاستبيان، وكانت أهم النتائج أن الوقت الطويل الذي يستغرقه المدرب في العمل يؤثر على جودة الحياة وأن قلة الراتب تؤثر أيضاً على جودة الحياة مما يؤثر على التنشئة المهنية للمدربين.
- ٤- قام مرجان لوكيز (Morgn, et al) (2011) (٢٧) دراسة بعنوان "العلاقة بين ممارسة اليقظة العقلية وجودة الحياة في نظرية السلوك القائم"، هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين ممارسة اليقظة العقلية وجودة الحياة في نظرية السلوك القائم على القبول بالنسبة لاضطرابات القلق العام وذلك لان اغلب العلاجات القائمة على ممارسات اليقظة العقلية بشكل تقليدي تهدف إلي تنمية مهارات اليقظة ومع ذلك قليلا ما يعرف عن العلاقات بين كمية أو حجم الممارسة التقليدية لليقظة والتغيرات في مهاراتها والتغيرات في متغيرات النتيجة ونظريه السلوك، واستخدم الباحث المنهج التجريبي، وأظهرت نتائج هذه الدراسة عن مدي تعقد العلاقة بين ممارسة اليقظة العقلية ومهارات اليقظة العقلية ومتغيرات النتائج وتمت مناقشة حدود الدراسة والإتجاهات المستقبلية
- ٥- قام Lee، (2015) (Lee، Foo، Adames، Morgan، Frewen) (٢٦) بدراسة بعنوان "العلاقة بين قوى الشخصية والتوجهات نحو السعادة وجودة الحياة"، وتكونت عينة الدراسة من ٣٠٤ فرداً، تراوحت أعمارهم ما بين ٣٠ - ٣٩ سنة، واستخدمت الدراسة أربع أدوات من خلال الاستطلاع على الانترنت، تمثلت في قائمة القيم والفضائل العاملة "قوى الشخصية"، ومقياس التوجهات نحو السعادة، ومقياس جودة الحياة، واختبار المشاركة الحياتية، وأظهرت نتائج الدراسة أن الحيوية، والأمل، والفضول، والقدرة على الحب والامتنان هي أهم خمسة قوى، وأن الحب والامتنان من المتنبئات المباشرة لجودة الحياة.
- ٦- قام روباح (Robah) (2017) (٢٩) بدراسة بعنوان "قلق الموت وعلاقتة والانتماء البدني، وهدفت إلى التعرف على مستوى قلق الموت ومعرفة مدى اختلاف قلق الموت باختلاف نوع

الجنس والعمر والانتماء البدني لدى عينة قوامها (٣٨٩) فرداً تتراوح اعمارهم من (١٩- ٨٤) عاماً، وكان معظم المشاركين من طلاب جامعة نداء، ومن اهم المقاييس المستخدمة في الدراسة مقياس قلق الموت ، واشارت النتائج عن وجود مستوى مرتفع من قلق الموت لصالح المشاركين ممن هم في العشرينات من العمر، ووجود فروق بين الذكور والاناث في قلق الموت لصالح الاناث.

٧- قام أجوك وفولوك (Ajoke & Foluke) (2017) (٢٣) بدراسة بعنوان "العلاقة بين تكامل الانا وقلق الموت"، وهدفت الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين تكامل الانا وقلق الموت، وبين حاله الصحية وقلق الموت، لدى عينة من البالغين في ولاية ايكيتي بنيجيريا، وقوامها (٤٦٨) فرداً مم تتراوح أعمارهم من (١٨- ٣٤) عاماً، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي، واشارت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين قوة الانا وقلق الموت، وعدم وجود فروق بين الذكور والاناث في قلق الموت.

#### منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث.

#### مجتمع وعينة البحث:

#### مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي من من لاعبي بعض رياضات المنازل .

#### عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية وقوامها (٦٠٠) لاعب مقسمين الي (٢٠٠) لاعب الكيك بوكس (٢٠٠) لاعب الكونغ فو (٢٠٠) لاعب الكاراتية، تم إجراء الدراسة الاساسية علي عينة قوامها (٦٠٠) لاعب ، كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٦٠) لاعب مقسمين الي ٢٠ لاعب الكيك بوكس ٢٠ لاعب الكونغ فو ٢٠ لاعب الكاراتية من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية.

#### جدول (١)

#### توصيف العينة

| وفقاً للجنس | العينة الكلية | العينة الاساسية | العينة الاستطلاعية |
|-------------|---------------|-----------------|--------------------|
| لاعب        | ٦٠٠ لاعب      | ٣٠٠ لاعب        | ٣٠ لاعب            |
| لاعبة       | ولاعبة        | ٣٠٠ لاعبة       | ٣٠ لاعبة           |

#### أسباب اختيار العينة:

راع الباحث في اختيار العينة ما يلي :

أن تكون ممثلة لمجتمع البحث من حيث التوزيع الجغرافي حيث قام باختيار من مختلف (لاعبي رياضات المنازل) .

أن تكون العينة ممثلة لجميع (لاعبي رياضات المنازل).

أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث في جمع البيانات :-

مقياس قلق الموت "اعداد الباحث"

مقياس جودة الحياة "اعداد الباحث".

خطوات بناء مقياس قلق الموت "اعداد الباحث":

مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة قلق الموت ومراجعة قوائم ومقياس قلق الموت

تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس قلق الموت من خلال الاطلاع على الدراسات المرجعية، وقد بلغ عددها أربع محاور وهى:-

- تقدير الذات
- الإيمان بالاحتمية المطلقة للموت
- وعى الانسان بالموت
- توقعات الموت

تحديد المفهوم النظري الإجرائي لمحاور المقياس المقترحة:

قام الباحث بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس قلق الموت، تمهيداً لعرضها على السادة الخبراء والذين بلغ عددهم (١٠) من الأساتذة المتخصصين في علم النفس، والقياس والتقييم. مرفق (١)

عرض المحاور المقترحة على السادة الخبراء:

قام الباحث بإعداد إستمارة إستطلاع رأى تضم أربع محاور ومفهومهم الإجرائي وذلك لعرضها على الخبراء. مرفق (٢)

جدول (٢)

رأى السادة الخبراء فى مدى مناسبة المحاور المقترحة لمقياس قلق الموت

(ن = ١٠)

| م | المحاور                         | التكرار | النسبة المئوية للموافق |
|---|---------------------------------|---------|------------------------|
| ١ | تقدير الذات                     | ٨       | ٨٠%                    |
| ٢ | الإيمان بالاحتمية المطلقة للموت | ١٠      | ١٠٠%                   |
| ٣ | وعى الانسان بالموت              | ٧       | ٧٠%                    |
|   | توقعات الموت                    | ١٠      | ١٠٠%                   |

يتضح من جدول (٢) أن نسبة موافقة الخبراء على محاور مقياس قلق الموت تراوحت (٧٠%)، (١٠٠%) للمحاور وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، وذلك ارتضى بجميع المحاور .

اقترح عبارات لكل محور من محاور المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور:

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور، وقد استعان الباحث ببعض مقاييس قلق الموت للبحوث السابقة حيث تم الحصول على بعض العبارات منها وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع (لاعبي رياضات المنازلات)، وتم إعداد المقياس في ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور كلاً حسب طبيعته، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٤٨) عبارة. مرفق (٣)

وقد راعت الباحثة في صياغة العبارات ما يلي:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة.
- أن تكون العبارة ايجابية تؤيد موضوع قلق الموت .
- ألا تشتمل العبارة على أكثر من معنى.

إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على المحاور:

قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من (٤٨) عبارة حيث قام الباحث باستبعاد العناوين الدالة على المحاور. مرفق (٤)

حساب المعاملات العلمية للمقياس وهي :

صدق المقياس :

صدق المحكمين:

### جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحاور

| توقعات الموت | وعى الانسان بالموت | الايمان بالتحتمية المطلقة للموت | تقدير الذات |    |
|--------------|--------------------|---------------------------------|-------------|----|
| %٩٠          | %١٠٠               | %١٠٠                            | %٨٠         | ١  |
| %٩٠          | %٩٠                | %٨٠                             | %١٠٠        | ٢  |
| %٧٠          | %٨٠                | %٧٠                             | %٧٠         | ٣  |
| %٧٠          | %١٠٠               | %٩٠                             | %٧٠         | ٤  |
| %٩٠          | %٧٠                | %٨٠                             | %٩٠         | ٥  |
| %١٠٠         | %٨٠                | %٧٠                             | %١٠٠        | ٦  |
| %٨٠          | %٧٠                | %١٠٠                            | %٨٠         | ٧  |
| %٧٠          | %٧٠                | %٨٠                             | %١٠٠        | ٨  |
| %٧٠          | %٩٠                | %١٠٠                            | %٨٠         | ٩  |
| %٧٠          | %٧٠                | %٨٠                             | %١٠٠        | ١٠ |
| %٨٠          | %٨٠                | %٧٠                             | %٩٠         | ١١ |
| %٧٠          | %٩٠                | %٩٠                             | %١٠٠        | ١٢ |

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات مل محور من محاور المقياس قد تراوحت بين (%٧٠ ، %١٠٠) وقد ارتضى الباحث بنسبة %٧٠ .

## صدق الاتساق الداخلي:

- المعاملات العلمية لمقياس قلق الموت:

- أولاً: الصدق

- صدق الاتساق الداخلي:

- تم حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد للتعرف على الاتساق الداخلي للمقياس "بيرسون Person". حيث تم التطبيق على عينة استطلاعية قوامها ٦٠ لاعب ولاعبة كما يوضحه الجدول التالي :

## جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه

(ن = ٦٠)

| م  | تقدير الذات | الايمان بالحتمية المطلقة للموت | وعى الانسان بالموت | توقعات الموت |
|----|-------------|--------------------------------|--------------------|--------------|
| ١  | *.٥٦٩       | *.٤٧٦                          | *.٥٣١              | *.٩٢         |
| ٢  | *.٥٤١       | *.٦٩٩                          | *.٦٧٨              | *.٤٤٨        |
| ٣  | *.٦٥٥       | *.٥٧٨                          | *.٧٨٨              | *.٧٦٤        |
| ٤  | *.٥٧٩       | *.٦٢٣                          | *.٥٤٦              | *.٤٦٦        |
| ٥  | *.٧٤٥       | *.٧١٨                          | *.٥١               | *.٥٧٣        |
| ٦  | *.٦٨٤       | *.٥٣                           | *.٥٨٦              | *.٤٦٢        |
| ٧  | *.٥٧٦       | *.٦٢٢                          | *.٨                | *.٧          |
| ٨  | *.٦٤٢       | *.٦٧٤                          | *.٦٤٧              | *.٧٥١        |
| ٩  | *.٦٢٤       | *.٨٣٧                          | *.٦٧٦              | *.٤٧٢        |
| ١٠ | *.٥١١       | *.٦١٧                          | *.٦٨٥              | *.٦٤٧        |
| ١١ | *.٦٧٨       | *.٧٥٧                          | *.٥٤٦              | *.٦٧٥        |
| ١٢ | *.٤٦٤       | *.٦١١                          | *.٦٧               | *.٩١٥        |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يتضح من جدول (٤) جميع قيم معاملات الارتباط للعبارات على الدرجة الكلية للمقياس داله إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل علي أتساق كل عبارة من العبارات، مما يشير الى صدق المقياس.

## جدول (٥)

معامل الارتباط بين مجموع درجات كل بعد وبين الدرجة الكلية لمقياس قلق الموت

(ن = ٧٥)

| م | أبعاد المقياس                  | معامل الارتباط |
|---|--------------------------------|----------------|
| ١ | تقدير الذات                    | *.٨٤٤          |
| ٢ | الايمان بالحتمية المطلقة للموت | *.٧٣٢          |
| ٣ | وعى الانسان بالموت             | *.٧٩١          |
| ٤ | توقعات الموت                   | *.٧٣٩          |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يتضح من جدول (٥) جميع قيم معاملات الارتباط للبعد على الدرجة الكلية للمقياس داله إحصائياً عند مستوي ٠.٠٥، مما يدل على أتساق كل عبارة من العبارات، مما يشير الى صدق المقياس.

#### ثبات المقياس :

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين وقوامها (٦٠) لاعب ولاعبة من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكورنباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات:-

#### جدول (٦)

#### معامل الفاكورنباخ لمحاور المقياس

ن = ٧٥

| م | المحاور                         | معامل الفاكورنباخ |
|---|---------------------------------|-------------------|
| ١ | تقدير الذات                     | *٠.٩٠١            |
| ٢ | الإيمان بالاحتمية المطلقة للموت | *٠.٧٦٧            |
| ٣ | وعى الانسان بالموت              | *٠.٧٧٨            |
| ٤ | توقعات الموت                    | *٠.٨٤٦            |

يوضح الجدول السابق أن معامل الفاكورنباخ قد تراوح ما بين ( ٠.٧٦٧ ، ٠.٩٠١ ) وهى معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

#### جدول (٧)

#### قيم الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس

ن = ٧٥

| البيان                     | القيمة |
|----------------------------|--------|
| معامل الارتباط بين الجزئين | ٠.٧٥٥  |
| معامل جتمان                | ٠.٧٨٣  |
| معامل الفا للجزء الاول     | ٠.٨٠٤  |
| معامل الفا للجزء الثانى    | ٠.٧٩٦  |

معامل الارتباط بين الجزئين (٠.٧٥٥) ومعامل الفا للجزئين الأول (٠.٨٠٤) ومعامل الفا للجزء الثانى (٠.٧٩٦) وهى قيم مرضية لقبول ثبات المقياس.

#### خطوات بناء مقياس جودة الحياة "اعداد الباحث":

- مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة جودة الحياة ومراجعة قوائم ومقاييس جودة الحياة

- تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس جودة الحياة من خلال الاطلاع على الدراسات المرجعية، وقد بلغ عددها خمس محاور وهى:-

١. الصحة الجسمية
٢. الصحة النفسية
٣. العلاقات الاجتماعية
٤. الصحة العامة والوظائف اليومية
٥. الرضا عن الحياة

## تحديد المفهوم النظري الإجرائي لمحاور المقياس المقترحة:

قام الباحث بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس جودة الحياة، تمهيداً لعرضها على السادة الخبراء والذين بلغ عددهم (١٠) من الأساتذة المتخصصين في علم النفس، والمقياس والتقويم. مرفق (١)

## عرض المحاور المقترحة على السادة الخبراء:

قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى تضم خمس محاور ومفهومهم الإجرائي وذلك لعرضها على الخبراء. مرفق (٥)

## جدول (٨)

رأى السادة الخبراء فى مدى مناسبة المحاور المقترحة لمقياس جودة الحياة

(ن = ١٠)

| م | المحاور                       | التكرار | النسبة المئوية للموافق |
|---|-------------------------------|---------|------------------------|
| ١ | الصحة الجسمية                 | ٩       | ٩٠%                    |
| ٢ | الصحة النفسية                 | ١٠      | ١٠٠%                   |
| ٣ | العلاقات الاجتماعية           | ١٠      | ١٠٠%                   |
| ٤ | الصحة العامة والوظائف اليومية | ٩       | ٩٠%                    |
| ٥ | الرضا عن الحياة               | ٧       | ٧٠%                    |

يتضح من جدول (٨) أن نسبة موافقة الخبراء على محاور مقياس جودة الحياة تراوحت (٧٠%)، (١٠٠%) للمحاور وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% ، وذلك ارتضى بجميع المحاور.

اقترح عبارات لكل محور من محاور المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور:

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور، وقد استعان الباحث ببعض مقاييس جودة الحياة للبحوث السابقة حيث تم الحصول على بعض العبارات منها وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع لاعب، وتم إعداد المقياس فى ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور كلاً حسب طبيعته، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٥٦) عبارة. مرفق (٦)

وقد راع الباحث فى صياغة العبارات ما يلى:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- ألا توحى العبارة بنوع الاستجابة.
- أن تكون العبارة ايجابية تؤيد موضوع جودة الحياة .
- ألا تشتمل العبارة على أكثر من معنى.

وقد توصل الباحث من خلال استطلاع رأى السادة الخبراء إلى ما يلى:

حذف بعض العبارات من المقياس.  
تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات.

إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على المحاور:

قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من ( ٥٦ ) عبارة حيث قام الباحث باستبعاد العناوين الدالة على المحاور. مرفق (٧)

حساب المعاملات العلمية للمقياس وهي :

صدق المقياس :

صدق المحكمين:

### جدول (٩)

#### النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحاور

| الرضا عن الحياة | الصحة العامة والوظائف اليومية | العلاقات الاجتماعية | الصحة النفسية | الصحة الجسمية |    |
|-----------------|-------------------------------|---------------------|---------------|---------------|----|
| %١٠٠            | %٧٠                           | %١٠٠                | %٧٠           | %٨٠           | ١  |
| %٩٠             | %١٠٠                          | %٧٠                 | %٩٠           | %١٠٠          | ٢  |
| %٨٠             | %٩٠                           | %٧٠                 | %٧٠           | %٩٠           | ٣  |
| %١٠٠            | %١٠٠                          | %٨٠                 | %٩٠           | %٨٠           | ٤  |
| %١٠٠            | %٨٠                           | %١٠٠                | %١٠٠          | %٧٠           | ٥  |
| %١٠٠            | -                             | %٩٠                 | %٩٠           | %٧٠           | ٦  |
| %٩٠             | -                             | %٨٠                 | %٧٠           | %٩٠           | ٧  |
| %٨٠             | -                             | %١٠٠                | %٧٠           | %٧٠           | ٨  |
| %١٠٠            | -                             | %٩٠                 | %٩٠           | %٧٠           | ٩  |
| -               | -                             | %١٠٠                | %٧٠           | %٩٠           | ١٠ |
| -               | -                             | %١٠٠                | %٨٠           | %١٠٠          | ١١ |
| -               | -                             | %٨٠                 | %١٠٠          | %٩٠           | ١٢ |
| -               | -                             | %٧٠                 | %١٠٠          | -             | ١٣ |
| -               | -                             | %٩٠                 | %٧٠           | -             | ١٤ |
| -               | -                             | %١٠٠                | %١٠٠          | -             | ١٥ |

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات مل محور من محاور المقياس قد تراوحت بين (٧٠% ، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% .

#### صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة قوامها (٦٠) لاعب من افراد من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لها نفس مواصفات ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط لبيرسون بين:

- كل عبارة من عبارات المقياس ودرجة المحور التي تنتمي اليه.
- الابعاد والدرجة الكلية للمقياس .

## جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المحاور والدرجة الكلية للمحور

ن = ٦٠

| الرضا عن الحياة | الصحة العامة والوظائف اليومية | العلاقات الاجتماعية | الصحة النفسية | الصحة الجسمية |    |
|-----------------|-------------------------------|---------------------|---------------|---------------|----|
| *.٧٦٧           | *.٥٩٥                         | *.٦٢٣               | *.٤٦٨         | *.٧٨٤         | ١  |
| *.٤٦٨           | *.٥٤٧                         | *.٦٢٣               | *.٨٧٥         | *.٧٦٧         | ٢  |
| *.٤٩٧           | *.٦٤٧                         | *.٤٤٧               | *.٧٥١         | *.٦١٥         | ٣  |
| *.٥٨٦           | *.٦٤٢                         | *.٦٥٤               | *.٦٤٣         | *.٥٩٢         | ٤  |
| *.٨٥٠           | *.٥٠٩                         | *.٦٧٣               | *.٥٦٥         | *.٤٦٢         | ٥  |
| *.٧٨٦           | -                             | *.٥٦١               | *.٧٣٧         | *.٦٥١         | ٦  |
| *.٩٠٠           | -                             | *.٨٦٧               | *.٨٦٧         | *.٤٣٠         | ٧  |
| *.٥٨٤           | -                             | *.٥٢١               | *.٥٨٥         | *.٦٥٦         | ٨  |
| *.٥٥٧           | -                             | *.٧٨٧               | *.٦١٧         | *.٧٢٥         | ٩  |
| -               | -                             | *.٦٣٣               | *.٦٣٠         | *.٧١٤         | ١٠ |
| -               | -                             | *.٥٦٦               | *.٥٦٢         | *.٨٤٧         | ١١ |
| -               | -                             | *.٩٢١               | *.٤٤٨         | *.٨٦٢         | ١٢ |
| -               | -                             | *.٤٧٨               | *.٦١٢         | -             | ١٣ |
| -               | -                             | *.٦٤١               | *.٦٨٤         | -             | ١٤ |
| -               | -                             | *.٥٣٢               | *.٦٤٩         | -             | ١٥ |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات كل محور التي تنتمي إليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي للعبارات المرتبطة بالمحور التي تنتمي اليه.

## جدول (١١)

معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

ن = ٦٠

| معامل الارتباط | المحاور                       | م |
|----------------|-------------------------------|---|
| *.٥٧٤          | الصحة الجسمية                 | ١ |
| *.٤٤٨          | الصحة النفسية                 | ٢ |
| *.٧٣٣          | العلاقات الاجتماعية           | ٣ |
| *.٤٨           | الصحة العامة والوظائف اليومية | ٤ |
| *.٨٤٩          | الرضا عن الحياة               | ٥ |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٧٣

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.

## ثبات المقياس :

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين وقوامها (٦٠) لاعب من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكورنباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات:-

## جدول (١٢)

## معامل الفاكربناخ لمحاور المقياس

ن = ٦٠

| معامل الفاكربناخ | المحاور                       | م |
|------------------|-------------------------------|---|
| ٠.٧٨٧            | الصحة الجسمية                 | ١ |
| ٠.٨٥٢            | الصحة النفسية                 | ٢ |
| ٠.٨٤٥            | العلاقات الاجتماعية           | ٣ |
| ٠.٦٤٢            | الصحة العامة والوظائف اليومية | ٤ |
| ٠.٧٤١            | الرضا عن الحياة               | ٥ |

يوضح الجدول السابق أن معامل الفاكربناخ قد تراوح ما بين ( ٠.٦٤٢ ، ٠.٨٤٥ ) وهي معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

## جدول (١٣)

## قيم الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس

ن = ٦٠

| البيان                     | القيمة |
|----------------------------|--------|
| معامل الارتباط بين الجزئين | ٠.٧٣٦  |
| معامل جتمان                | ٠.٧٧٣  |
| معامل الفا للجزء الاول     | ٠.٥٩٦  |
| معامل الفا للجزء الثاني    | ٠.٦٧٦  |

يوضح الجدول السابق معامل الارتباط بين الجزئين (٠.٧٣٦) ومعامل الفا للجزئين الأول (٠.٥٩٦) ومعامل الفا للجزء الثاني (٠.٦٧٦) وهي قيم مرضية لقبول ثبات المقياس. الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى من خلال الفترة ٢٠٢١/٤/٦م الي الفترة ٢٠٢١/٤/٢٥م على عينة عشوائية من لاعبي بعض الرياضات الفردية وقوامها (٦٠) لاعب خارج عينة البحث الأساسية بهدف:

- التأكد من وضوح وفهم العينة لعبارات المقياس.
  - توضيح طريقة الإجابة على عبارات المقياس.
- الدراسة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية بعد حساب المعاملات العلمية لمقياسي البحث من خلال الفترة ٢٠٢١/٥/١٢م الي الفترة ٢٠٢١/٧/٣م على عينة اساسية وقوامها (٦٠٠) لاعب. أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات :

تم تحليل البيانات المستخلصة من هذا البحث وفقاً للأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- النسبة المئوية.
- اختبار تحليل التباين .

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول:

– توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسطات مقياسي البحث قلق الموت و جودة الحياة بين الرياضات الثلاثة (الكيك بوكس ، الكونغ فو ، الكاراتية).

## جدول (١٤)

دلالة الفروق بين في متوسطات مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضات الثلاثة ( الكيك بوكس ، الكونغ فو ، الكاراتية)

ن=٦٠٠

| قيمة ف  | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموع المربعات | مصدر التباين   | المتغيرات المهارية             |
|---------|----------------|-------------|----------------|----------------|--------------------------------|
| ٧٧.٨٢٤  | ١٧٠٤.٩٣٥       | ٢           | ٣٤٠٩.٨٧٠       | بين المجموعات  | تقدير الذات                    |
|         | ٢١.٩٠٧         | ٥٩٧         | ١٣٠٧٨.٧٥٥      | داخل المجموعات |                                |
|         |                | ٥٩٩         | ١٦٤٨٨.٦٢٥      | المجموع الكلي  |                                |
| ٨٧.٥٧٠  | ٢١٢٥.٥٦٢       | ٢           | ٤٢٥١.١٢٣       | بين المجموعات  | الايمان بالحتمية المطلقة للموت |
|         | ٢٤.٢٧٣         | ٥٩٧         | ١٤٤٩٠.٨٥٠      | داخل المجموعات |                                |
|         |                | ٥٩٩         | ١٨٧٤١.٩٧٣      | المجموع الكلي  |                                |
| ٩٩.٦٤٢  | ٣٠٧٧.٧١٢       | ٢           | ٦١٥٥.٤٢٣       | بين المجموعات  | وعى الانسان بالموت             |
|         | ٣٠.٨٨٨         | ٥٩٧         | ١٨٤٣٩.٨٩٥      | داخل المجموعات |                                |
|         |                | ٥٩٩         | ٢٤٥٩٥.٣١٨      | المجموع الكلي  |                                |
| ١١١.٣٧٧ | ٣٥٩٥.٥٨٠       | ٢           | ٧١٩١.١٦٠       | بين المجموعات  | توقعات الموت                   |
|         | ٣٢.٢٨٣         | ٥٩٧         | ١٩٢٧٢.٩٠٥      | داخل المجموعات |                                |
|         |                | ٥٩٩         | ٢٦٤٦٤.٠٦٥      | المجموع الكلي  |                                |
| ١٢٣.٧٩٣ | ٤١٠٥١.٤٩٥      | ٢           | ٨٢١٠٢.٩٩٠      | بين المجموعات  | الدرجة الكلية                  |
|         | ٣٣١.٦١٥        | ٥٩٧         | ١٩٧٩٧٣.٨٧٥     | داخل المجموعات |                                |
|         |                | ٥٩٩         | ٢٨٠٠٧٦.٨٦٥     | المجموع الكلي  |                                |

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٩٩٦

يوضح الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية متوسطات مقياس محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضات الثلاثة ( الكيك بوكس، الكونغ فو،

الكاراتية) ولحساب دلالة الفروق استخدم الباحث معادلة اقل فرق معنوي L S D

## جدول (١٥)

الفروق بين متوسطات المجموعات الثلاثة في محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضات الثلاثة (الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية)

ن=١ ن=٢ ن=٣=٢٠٠

| المحاور                         | المجموعة   | المتوسط | الكيك بوكس | الكونغ فو | الكاراتية |
|---------------------------------|------------|---------|------------|-----------|-----------|
| تقدير الذات                     | الكيك بوكس | ٣٢.٠٨   |            | *٣.٥٢     | *٥.٧٩     |
|                                 | الكونغ فو  | ٢٨.٥٦   |            |           | *٢.٢٧     |
|                                 | الكاراتية  | ٢٦.٢٩   |            |           |           |
| الايمان بالاحتمية المطلقة للموت | الكيك بوكس | ٣٠.٦٠   |            | *٣.٢٨     | *٦.٥٢     |
|                                 | الكونغ فو  | ٢٧.٣١   |            |           | *٣.٢٣     |
|                                 | الكاراتية  | ٢٤.٠٨   |            |           |           |
| وعى الانسان بالموت              | الكيك بوكس | ٣١.٧٨   |            | *٤.٠١     | *٧.٨٤     |
|                                 | الكونغ فو  | ٢٧.٧٧   |            |           | *٣.٨٣     |
|                                 | الكاراتية  | ٢٣.٩٤   |            |           |           |
| توقعات الموت                    | الكيك بوكس | ٣١.٣٩   |            | *٤.٢٧     | *٨.٤٨     |
|                                 | الكونغ فو  | ٢٧.١٢   |            |           | *٤.٢١     |
|                                 | الكاراتية  | ٢٢.٩١   |            |           |           |
| الدرجة الكلية                   | الكيك بوكس | ١٢٥.٨٤  |            | *١٥.٠٨    | *٢٨.٦٤    |
|                                 | الكونغ فو  | ١١٠.٧٦  |            |           | *١٣.٥٥    |
|                                 | الكاراتية  | ٩٧.٢٠   |            |           |           |

يوضح الجدول السابق وجود فروق بين المجموعات الثلاثة (الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية) في محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس حيث جاءت الفروق كالتالي : الكيك بوكس ، الكونغ فو ، الكاراتية.

- ١) هناك فروق دالة إحصائية بين لاعبي الكيك بوكس ولاعبي الكونغ فو لصالح لاعبي الكيك بوكس في محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس.
- ٢) هناك فروق دالة إحصائية بين لاعبي الخماسي ولاعبي الزعانف لصالح لاعبي الكيك بوكس في محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس.
- ٣) هناك فروق دالة إحصائية بين لاعبي الكونغ فو ولاعبي الكاراتية لصالح لاعبي الكونغ فو في محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس.

## جدول (١٦)

دلالة الفروق بين في متوسطات مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضات الثلاثة ( الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية)

ن=٦٠٠

| قيمة ف  | متوسط المربعات | درجة الحرية | مجموع المربعات | مصدر التباين   | المتغيرات المهارية            |             |
|---------|----------------|-------------|----------------|----------------|-------------------------------|-------------|
| ٥٩٢.٢٦٧ | ٣٤٥٧.١٤٥       | ٢           | ٦٩١٤.٢٩٠       | بين المجموعات  | الصحة الجسمية                 | جودة الحياة |
|         | ٥.٨٣٧          | ٥٩٧         | ٣٤٨٤.٧٧٥       | داخل المجموعات |                               |             |
|         |                | ٥٩٩         | ١٠.٣٩٩.٠٦٥     | المجموع الكلي  |                               |             |
| ٤٣٠.٩٨٨ | ٣٢٦٤.٥٠٢       | ٢           | ٦٥٢٩.٠٠٣       | بين المجموعات  | الصحة النفسية                 |             |
|         | ٧.٥٧٤          | ٥٩٧         | ٤٥٢١.٩٥٥       | داخل المجموعات |                               |             |
|         |                | ٥٩٩         | ١١.٠٥٠.٩٥٨     | المجموع الكلي  |                               |             |
| ٢٤٠.١٢٥ | ٣٧٠٧.٧٨٠       | ٢           | ٧٤١٥.٥٦٠       | بين المجموعات  | العلاقات الاجتماعية           |             |
|         | ١٥.٤٤١         | ٥٩٧         | ٩٢١٨.٣٠٥       | داخل المجموعات |                               |             |
|         |                | ٥٩٩         | ١٦٦٣٣.٨٦٥      | المجموع الكلي  |                               |             |
| ٣٧٢.٦٨٢ | ٧٢٣.٩٩٥        | ٢           | ١٤٤٧.٩٩٠       | بين المجموعات  | الصحة العامة والوظائف اليومية |             |
|         | ١.٩٤٣          | ٥٩٧         | ١١٥٩.٧٧٠       | داخل المجموعات |                               |             |
|         |                | ٥٩٩         | ٢٦٠٧.٧٦٠       | المجموع الكلي  |                               |             |
| ٣٢٤.١٤٤ | ١٩٨٨.٨٧٢       | ٢           | ٣٩٧٧.٧٤٣       | بين المجموعات  | الرضا عن الحياة               |             |
|         | ٦.١٣٦          | ٥٩٧         | ٣٦٦٣.٠٥٥       | داخل المجموعات |                               |             |
|         |                | ٥٩٩         | ٧٦٤٠.٧٩٨       | المجموع الكلي  |                               |             |
| ٨٣١.٢٨٢ | ٦١٤٢٨.٠٨٧      | ٢           | ١٢٢٨٥٦.١٧٣     | بين المجموعات  | الدرجة الكلية                 |             |
|         | ٧٣.٨٩٦         | ٥٩٧         | ٤٤١١٥.٦٦٠      | داخل المجموعات |                               |             |
|         |                | ٥٩٩         | ١٦٦٩٧١.٨٣٣     | المجموع الكلي  |                               |             |

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٢.٩٩٦

يوضح الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية متوسطات مقياس محاور مقياس حالة جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضات الثلاثة ( الكيك بوكس ، الكونغ فو ، الكاراتية) ولحساب دلالة الفروق استخدم الباحث معادلة اقل فرق معنوي LSD

## جدول (١٧)

الفروق بين المجموعات الثلاثة في محاور مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس بين الرياضات الثلاثة (الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية)

ن = ١ = ٢ = ٣ = ٢٠٠

| المحاور                       | المجموعة   | المتوسط | الكيك بوكس | الكونغ فو | الكاراتية |
|-------------------------------|------------|---------|------------|-----------|-----------|
| الصحة الجسمية                 | الكيك بوكس | ١٨.٢٣   |            | *٣.٣٨     | *٨.٢٧     |
|                               | الكونغ فو  | ٢١.٦٢   |            |           | *٤.٨٨     |
|                               | الكاراتية  | ٢٦.٥٠   |            |           |           |
| الصحة النفسية                 | الكيك بوكس | ٢١.٢٢   |            | *٣.٤٧     | *٨.٠٥     |
|                               | الكونغ فو  | ٢٤.٦٩   |            |           | *٤.٥٨     |
|                               | الكاراتية  | ٢٩.٢٧   |            |           |           |
| العلاقات الاجتماعية           | الكيك بوكس | ٢٤.٤٠   |            | *٣.٧٧     | *٨.٥٩     |
|                               | الكونغ فو  | ٢٨.١٧   |            |           | *٤.٨٢     |
|                               | الكاراتية  | ٣٢.٩٩   |            |           |           |
| الصحة العامة والوظائف اليومية | الكيك بوكس | ٧.٠٩    |            | *١.٨٦     | *٣.٨٠     |
|                               | الكونغ فو  | ٨.٩٦    |            |           | *١.٩٤     |
|                               | الكاراتية  | ١٠.٩٠   |            |           |           |
| الرضا عن الحياة               | الكيك بوكس | ١٣.٣٧   |            | *٣.٥٤     | *٦.٢٩     |
|                               | الكونغ فو  | ١٦.٩٢   |            |           | *٢.٧٤     |
|                               | الكاراتية  | ١٩.٦٦   |            |           |           |
| الدرجة الكلية                 | الكيك بوكس | ٨٤.٣٠   |            | *١٦.٠٤    | *٣٥.٠١    |
|                               | الكونغ فو  | ١٠٠.٣٤  |            |           | *١٨.٩٧    |
|                               | الكاراتية  | ١١٩.٣١  |            |           |           |

يوضح الجدول السابق وجود فروق بين المجموعات الثلاثة بين الرياضات الثلاثة ( الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية) في محاور مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس حيث جاءت الفروق كالتالي :

- (١) هناك فروق دالة إحصائية بين لاعبي الكيك بوكس ولاعبي الكونغ فو لصالح لاعبي الكونغ فو في محاور مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس.
- (٢) هناك فروق دالة إحصائية بين لاعبي الكيك بوكس ولاعبي الكاراتية لصالح لاعبي الكاراتية في محاور مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس.

٣) هناك فروق دالة إحصائية بين لاعبي الكونغ فو ولاعبي الكاراتية لصالح لاعبي الكاراتية في محاور مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس.

يرى الباحث أن القلق بكل أشكاله المختلفة من الاضطرابات النفسية الشائعة في العصر الحالي في ظل الضغوط النفسية والاجتماعية والاقتصادية الشديدة التي تؤثر على الصحة النفسية للأفراد وقلق الموت نوع من أنواع القلق يعاني منه اللاعبين في حياتهم وذلك عندما يفقدون المعنى للحياة أثناء مواجهه الازمات والصعوبات أثناء التدريب أو المنافسات.

ويعد لاعبين الرياضات الثلاثة (الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية) من الفئات التي تتعرض لكثير من المخاطر والظروف النفسية والاجتماعية القاسية التي تجعلهم يشعرون دائماً بقلق الموت مما يتطلب دراسة مشكلاتهم وحاجاتهم والاستفادة من قدراتهم وأمكاناتهم.

ويرى الباحث أن الانفعالات والضغوط التي يتعرض لها لاعبي المنازلات أصبحت من أخطر الظواهر التي تهدد حياة الفرد في تفاعله وتعامله مع البيئة المحيطة به، وما يترتب عليها من آثار نفسية سلبية، فالحياء العصرية تتميز بتعرض الفرد للعديد من المواقف الصعبة التي تختبره وتجعله ما بين محاولات التحدى والتهديد في تحقيق رغبته واشباع حاجته وانعكاس ذلك على جودة الحياة التي يعيشها، وهذا ما يواجه كثيراً من لاعبي رياضات المنازلات.

إن جودة الحياة مفهوم متعدد الأبعاد ونسبي يختلف من شخص لآخر من الناحيتين النظرية والتطبيقية وفق المعايير التي يعتمدها الأفراد لتقويم الحياة ومطالبها، والتي غالباً ما تتأثر بعوامل كثيرة تتحكم في تحديد مقومات جودة الحياة كالقدرة على التفكير واتخاذ القرار، والقدرة على التحكم، وإدارة الظروف المحيطة، والصحة الجسمية والنفسية والظروف الاقتصادية، والمعتقدات الدينية، والقيم الثقافية والحضارية، التي يحدد من خلالها الأفراد الأشياء المهمة التي تحقق سعادتهم في الحياة. (٦: ١٤٦)

ويرى الباحث ان ممارسة الرياضة بشكل عام والرياضات القتالية بشكل خاص قد تكسب اللاعبين الجودة المناسبة للحياة واخراج الضغوط والقلق واكساب الثقة التي تساعدهم على الحياة الجيدة ، والرياضة بشكل عام تكسب الانسان الحياة لسوية نتيجة التخلص من تراكمات الحياة سواء هذه التراكمات تتمثل للطلبات في النواحي الاسرية أو تتمثل في المذاكرة أو في العلاقات الخاصة الاصدقاء والاقربان.

ويضيف على مهدي كاظم وعبد الخالق نجم البهاديلي (٢٠٠٦) أن بعض الدراسات أوضحت أن السعادة والحياة ينعكسان على دور الإنسان في حياته، وأن معدلات الشعور بالسعادة لدى الراشدين في أوروبا هي الأعلى على مستوى العالم، ويعود ذلك إلى تعاملهم الموضوعي مع جودة الحياة التي يستطيع التعايش معها سكان أوروبا، وبخاصة في المنزل والمهنة، ولكن لا يمكن إهمال الحاجات وتكاليف الحياة والتاريخ الاقتصادي أيضاً. (١٣: ٢٣)

### وبهذا يتحقق الفرض الاول الذي ينص على:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات مقياسي البحث قلق الموت وجودة الحياة بين الرياضات الثلاثة (الكيك بوكس، الكونغ فو، الكاراتية).

## عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات محاور مقياسي والدرجة الكلية قلق الموت و جودة الحياة بين اللاعبين واللاعبات لصالح اللاعبات.

## جدول (١٨)

دلالة الفروق بين في متوسطات مقياسي قلق الموت و جودة الحياة وفقاً للجنس (لاعبات - لاعبين)

$$n_1 = 2 = n_2 = 300$$

| م           | الأبعاد                        | لاعبات |       | لاعبين |       | الفرق بين المتوسطين | قيمة (ت) |
|-------------|--------------------------------|--------|-------|--------|-------|---------------------|----------|
|             |                                | ع      | م     | ع      | م     |                     |          |
| قلق الموت   | تقدير الذات                    | ٢٩.٩٦  | ٥.٣٦  | ٢٧.٩٩  | ٤.٩٥  | ١.٩٦                | ٤.٦٦     |
|             | الايمان بالحتمية المطلقة للموت | ٢٨.٤٩  | ٥.٥٣  | ٢٦.١٦  | ٥.٤٢  | ٢.٣٣                | ٥.٢٢     |
|             | وعى الانسان بالموت             | ٢٩.٤٠  | ٦.٠٩  | ٢٦.٢٥  | ٦.٣٤  | ٣.١٥                | ٦.٢١     |
|             | توقعات الموت                   | ٢٨.٥٥  | ٦.٣١  | ٢٥.٧٢  | ٦.٦٨  | ٢.٨٣                | ٥.٣٣     |
|             | الدرجة الكلية                  | ١١٦.٤٠ | ٢١.٣٤ | ١٠٦.١٣ | ٢٠.٦٩ | ١٠.٢٨               | ٥.٩٩     |
| جودة الحياة | الصحة الجسمية                  | ٢١.٢٩  | ٤.١٨  | ٢٢.٩٤  | ٣.٩٩  | -١.٦٥               | ٤.٩٤     |
|             | الصحة النفسية                  | ٢٤.٢٠  | ٤.٢٧  | ٢٥.٩٢  | ٤.١٥  | -١.٧٢               | ٤.٩٩     |
|             | العلاقات الاجتماعية            | ٢٧.٥٠  | ٥.١٥  | ٢٩.٥٣  | ٥.٢١  | -٢.٠٢               | ٤.٧٩     |
|             | الصحة العامة والوظائف اليومية  | ٨.٣٤   | ٢.٠٥  | ٩.٦٢   | ١.٩٢  | -١.٢٨               | ٧.٨٩     |
|             | الرضا عن الحياة                | ١٥.٨١  | ٣.٥١  | ١٧.٤٩  | ٣.٤٤  | -١.٦٨               | ٥.٩٤     |
|             | الدرجة الكلية                  | ٩٧.١٤  | ١٦.٧٣ | ١٠٥.٤٩ | ١٥.٦١ | -٨.٣٥               | ٦.٣٢     |

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ١.٩٦

يوضح الجدول السابق وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات محاور مقياسي والدرجة الكلية قلق الموت و جودة الحياة بين اللاعبين واللاعبات لصالح اللاعبات.

أن الأفراد الذين يعانون من القلق الصحي الشديد بالإضافة للأحداث المستقبلية المتعلقة بالمرض أو الخوف من الوفاة كانوا أكثر ميلاً للتحقق من الاختلافات والمظاهر الجسدية والتي تتبادر إلى أذهانهم بدون أي أعراض فسيولوجية حقيقية، وكان ذلك أهم التأثيرات المتعلقة بالقلق.

كما أوضحت نتائج دراسة عبود ومحمد (٢٠١٩) (٢٢)، أن من أسباب قلق الفرد وعدم قدرته على التكيف مع المشكلات التي تواجهه نقص الخبرة من أجل بناء أفكار إيجابية .

وأختلفت نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة العدل (٢٠٢١) (٨)، أنه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الذكور والاناث، في درجات أبعاد مقياس القلق.

كما يعزو الباحث وجود فروق بين الذكور والاناث في مستوى قلق الموت وجودة الجياه، أن الاعبات لديها قدراً كبيراً من تحمل المسؤولية، وبالتالي هناك فروق بين الاعبين والاعبات في مستوى جودة الجياه.

### وبهذا يتحقق الفرض الثاني الذي ينص على:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات محاور مقياسي والدرجة الكلية قلق الموت و جودة الحياة بين الاعبين واللاعبات لصالح اللاعبات.

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس و مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس لدى لاعبي رياضات المنازل.

### جدول (١٩)

معامل الارتباط بين مقياسي قلق الموت وجودة الحياة

(ن = ٦٠٠)

| جودة الحياة   |                |                        |                 |                          |                                | المقياس   |
|---------------|----------------|------------------------|-----------------|--------------------------|--------------------------------|-----------|
| الدرجة الكلية | الثقة في الذات | التقبل الايجابي للتغير | الإرادة والتحدي | الكفاءة الشخصية والتماسك | الابعاد                        | قلق الموت |
| *.٠٦٧٤-       | *.٠٥٧٤-        | *.٠٤٨٩-                | *.٠٨٤٥-         | *.٠٨٥٥-                  | تقدير الذات                    |           |
| *.٠٥٩٧-       | *.٠٦٣٥-        | *.٠٥٧٩-                | *.٠٦٢٣-         | *.٠٧١١-                  | الايمان بالحتمية المطلقة للموت |           |
| *.٠٧٨٠-       | *.٠٥٦٨-        | *.٠٦٨٤-                | *.٠٥٣٠-         | *.٠٨٢٥-                  | وعى الانسان بالموت             |           |
| *.٠٥٨٨-       | *.٠٦٠٤-        | *.٠٦٧٢-                | *.٠٩٢٠-         | *.٠٦٦٦-                  | توقعات الموت                   |           |
| *.٠٨٤٢-       | *.٠٥٩٢-        | *.٠٥٤٧-                | *.٠٥٠٠-         | *.٠٧٦٤-                  | الدرجة الكلية                  |           |

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.١٦٥

يوضح الجدول السابق توجد علاقة ارتباطية عكسية بين جميع محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس ومقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس لدى لاعبي رياضات المنازل.

أظهرت نتائج جدول ( ١٩ ) بوجود علاقة عكسية بين قلق الموت وجودة الحياة، حيث أنه كلما ارتفعت جودة الحياة قل القلق والعكس صحيح. وهذا ما أيدته دراسة. محمد أحمد خدام المشاقبة (٢٠١٥) (١٥) من وجود علاقة ارتباطية سالبة بين جودة الحياة والقلق، حيث أن الشخص الذي يستطيع اشباع حاجاته الأساسية والنفسية والعاطفية والاجتماعية والصحية، ويشعر بالرضا عن نفسه، ويتمتع بعلاقات اجتماعية إيجابية وصحة نفسية وجودة العواطف سينخفض القلق والخوف والتردد لديه، والخوف من الأحداث المستقبلية، والخوف من الفشل والخوف من الموت حيث سيكون أكثر ثقة بنفسه، وأكثر وعياً بعواطفه، وأقدر على التعامل مع الضغوطات والأزمات والتوتر، كما أن الشخص الذي ليس لديه مخاوف من الموت، ستكون جودة الحياة مرتفعة لديه.

قلق الموت يؤثر بشكل أو بآخر على نمو الشخصية وعلى قدرة اللاعب على ممارسة ادواره ومهامه في الحياة بشكل طبيعي فضلا عن ما يسببه من اضطرابات وعدم القدرة الا على التواصل والاندماج في الانشطة الاجتماعية.

ان المستوى المرتفع من قلق الموت يجعل اللاعب يستنفز جزءا كبيرا من الطاقة النفسية المتاحة مما يجعلها تضعف او تقل قوتها وتضعف وتفشل في اداء وظيفتها في المحافظة على الذات وتحقيق جودة الحياه والتوافق النفسى للاعب.

وعزوا الباحث نتيجة هذا الفرض إلى تمتع لاعبي بعض رياضات المنازل بروح الحياة، والقدرة على التكيف والموائمة مع ظروف الحياة، وتطلعهم للمستقبل بتفاؤل، من خلال دخولهم في العديد من التجارب والخبرات، بمثابة وتجاوز للإحباطات، سعياً للحصول على الحياة التي يطمحون في عيشها والتمتع بها.

#### **وبهذا يتحقق الفرض الثالث الذى ينص على :**

توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس و مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس لدى لاعبي رياضات المنازل.

## الاستخلاصات والتوصيات:

## أولاً: الاستخلاصات:

- توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات مقياسي البحث قلق الموت وجودة الحياة بين الرياضات الثلاثة (الكريك بوكس، الكونغ فو، الكاراتيه).
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات محاور مقياسي والدرجة الكلية قلق الموت وجودة الحياة بين اللاعبين واللاعبات لصالح اللاعبات
- توجد علاقة ارتباطية بين جميع محاور مقياس قلق الموت والدرجة الكلية للمقياس و مقياس جودة الحياة والدرجة الكلية للمقياس لدى لاعبي رياضات المنازلات.

## ثانياً : التوصيات:

- يوصى الباحث بضرورة تطبيق مقياسي البحث قلق الموت و (جودة الحياة) على جميع اللاعبين واللاعبات بمختلف الرياضات.
- يوصي الباحث المدربين الاهتمام بتأهيل اللاعبين لتحسين مستوى جودة الحياة عندهم.
- توفير أخصائيين نفسيين لكل فريق.
- توفير البرامج الإرشادية النفسية والاجتماعية التي تعنى بإكساب مهارات التوافق النفسي، وخفض القلق من الموت لدى اللاعبين، لما في ذلك من أهمية صحية ونفسية.
- التركيز على تفعيل الخدمات النفسية ضمن منظومة الخدمات الإرشادية المقدمة للاعبين خلال المراحل الانتقالية.
- التأكيد على ضرورة نشر ثقافة التمتع بجودة الحياة، بأبعادها المختلفة، وتحقيق مستويات جيدة من الرفاهية النفسية.
- تصميم برنامج إرشادي لفئة اللاعبين، قائم على مفاهيم علم النفس الإيجابي، بهدف رفع مستويات جودة الحياة لديهم.
- الاهتمام بالسلوك الصحي للرياضيين في كافة الجوانب وتقوية والاستفادة منه بصورة مناسبة.

## المراجع:

## أولاً: المراجع العربية:

- ١- أحمد بن عبد الله بن عبد العزيز الثنيان (٢٠٠٩): جودة الحياة وقلق المستقبل لدى طلاب المرحلة الجامعية. رسالة دكتوراه، (غير منشورة) كلية التربية، قسم علم النفس، جامعة أم القرى.
- ٢- أحمد دهمان (٢٠٠٣): قضايا نظرية ودراسات تطبيقية. دمشق (حمص): منشورات جامعة البعث.
- ٣- أحمد عبد الخالق، عبد الفتاح دويدار، مایسة النیال، شکري کریم، السيد عبد الغني (١٩٩١): الفروق في قلق الموت بين مجموعات عمرية مختلفة من الجنسين، مجلة علم النفس، ع ٢٠، السنة الخامسة.
- ٤- العارف بالله محمد الغندور (١٩٩٩): أسلوب حل المشكلات وعلاقته بنوعية الحياة: دراسة نظرية. المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس،
- ٥- إيمان فوزي سعيد شاهين (٢٠٠٧): استراتيجيات التعامل مع قلق الكمبيوتر وعلاقتها بمستوى قلق الكمبيوتر لدى عينة من الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية (التربية وعلم النفس)، جامعة عين شمس، ٣١ (٣).
- ٦- رغداء على نعيسة (٢٠١٢): جودة الحياة لدى طلبة جامعتي دمشق وتشرين :، كلية التربية ، جامعة دمشق ، المجلد ٢٨ ، العدد الأول ،.
- ٧- شرين احمد عزت (٢٠١٧): الإغتراب النفسي وعلاقته بقلق الموت لدى عينة من المعلمين المسنين، الجمعية المصرية للقراءة والمعرفة - كلية التربية - جامعة عين شمس.
- ٨- عادل محمد العدل (٢٠٢١): ضغوط ما بعد الصدمة وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلاب الجامعة بعد جائحة كورونا كوفيد١٩ (COVID-19). المجلة العربية للآداب والدراسات الإنسانية، ٥(١٦)، ٢٧٥-٢٩٦.
- ٩- عبد الكريم حبيب (٢٠٠٦): فعالية الذات وعلاقتها بمستوى الطموح ودافعية الانجاز عند طلبة الثانوى العام والثانوى الفنى، رسالة ماجستير غير منشورة. معهد الدراسات والبحوث التربوية. القاهرة: جامعة القاهرة.
- ١٠- عبير أحمد أنور، و فاتن عبدالصاڊق (٢٠١٠): دور النتائج والتفاؤل في التنبؤ بنوعية الحياة لدى عينة من طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. دراسات عربية في علم النفس. مجلد ٩. ٣٤ يوليو. ٤٩١-٥٧١.

- ١١- عدنان الشريف (٢٠٠٠): من علم النفس القرآني، ط ٤. بيروت: دار العلم للملايين.
- ١٢- على عبد الله على مسافر (٢٠٢١): الذكاء الروحي والأمن النفسي وقلق الموت لدى طلاب الجامعة في ظل جائحة كورونا: دراسة تنبؤية، بحث منشور، المجلة التربوية، عدد مايو، كلية التربية، جامعه سوهاج.
- ١٣- على مهدي كاظم وعبد الخالق نجم البهادلي (٢٠٠٦): جودة الحياة لدى طلبة الجامعة العمانيين والليبيين، دراسة ثقافية مقارنة، مجلة الأكاديمية العربية المفتوحة، الدنمارك، [www.ao\\_acasemy.org](http://www.ao_acasemy.org).
- ١٤- محمد إبراهيم عسلي (٢٠١٥): الالتزام الديني وعلاقته بكل من قلق الموت وخبرة الأمل لدى طلبة كلية التربية. رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة غزة.
- ١٥- محمد أحمد خدام المشاقبة (٢٠١٥): جودة الحياة كمنبئ لقلق المستقبل لدى طلاب كلية التربية والآداب في جامعة الحدود الشمالية، مجلة جامعة طيبة للعلوم التربوية، ٣٢٨ (٢٢٤٩)، ١-٤١.
- ١٦- محمد العمر (٢٠١٦): قلق الموت وعلاقته بالأمن النفسي. دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية. مجلة جامعة دمشق، المجلد (٣٨)، العدد (٣٨).
- ١٧- محمد بن عبد الله محمد (٢٠١٩): الضغوط النفسية وعلاقتها بجودة الحياة لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية بالمملكة العربية السعودية، بحث منشور، مجلة دراسات نفسية، الجمعية السودانية النفسية، السودان.
- ١٨- محمد عبد الله إبراهيم، وسيدة عبد الرحيم صديق (٢٠٠٦): دور الأنشطة الرياضية في جودة الحياة لدى طلبة جامعة السلطان قابوس. وقائع ندوة علم النفس وجودة الحياة. مسقط: جامعة السلطان قابوس. ١٧-١٩ ديسمبر.
- ١٩- محمد محمد صابر العمر (٢٠١٦): قلق الموت وعلاقته بالأمن النفسي: دراسة ميدانية لدى عينة من طلبة كلية التربية في جامعة دمشق، بحث منشور، مجلة جامعة البعث للعلوم الإنسانية، جامعة البعث، سوريا.
- ٢٠- محمود عامر الغندور (٢٠٠٦): أسلوب حل المشكلات وعلاقته بجودة الحياة. المؤتمر الدولي الحادي عشر لمركز الإرشاد النفسي، التوجيه القومي للقرن الحادي والعشرين. جامعة عين شمس.

- ٢١- مصطفى على محمود (٢٠١٥): جودة الحياة الوظيفية وعلاقتها بالابداع الإداري لدى مسئولي الأنشطة الترويحية بالجامعات المصرية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية ، جامعه أسيوط.
- ٢٢- هيام عبود، محمد كمال(٢٠١٩): قلق المستقبل وعلاقته بأحداث الحياة الضاغطة لدى الممارسات والغير ممارسات للأنشطة الرياضية، مجلة الفتح، (٨٠)، ٣٣٦-٣٤٥.

ثانيا : المراجع الاجنبية:

- 23- **Ajoke, O., & Foluke, O. (2017):** Influence of Ego Integrity and Health Status on Death Anxiety of Adults in Ekiti State, Nigeria. Ife Centre for Psychological Studies, .
- 24- **Ardlet, M., (2000):** Wisdom, Religiosity in Life and Attitudes towards Death. Paper was presented at the International Conference on Searching for Meaning in the New Millennium Vancouver.
- 25- **Cillison, Fiona.; Standage, Martyn.; Skevington Suzzane (2008):** Change in Quality of Life and Psychological Need British. Journal of Edicational Psychology. Vol. 78, No. 1, pp. 149 – 162.
- 26- **Lee, J. N. T., Foo, K. H., Adams, A., Morgan, R., & Frewen, A. (2015):**Strengths of character, orientations to happiness, life satisfaction and purpose in Singapore. Journal of Tropical Psychology, 5.
- 27- **Morgan, L., Graham, J. R., Hayes-Skelton, S., Orsillo, S., & Roemer, L. (2010):** Relationship Between Post-Intervention Frequency of Mindfulness Practice, Symptoms of Anxiety and Worry, and Quality of Life in an Acceptance Based Behavior Therapy for GAD. Poster presented at the annual conference of the Association for Behavioral and Cognitive Therapies, San Francisco, CA.
- 28- **Ring, L. (2007):** Quality of Life: In S. Ayers, A.; Boum, C. Mc Manus, S.; Newman, K. Wallston. J. Weinman, R. West (Eds). Cambridge Handbook of Psychology. Health and Medicine, Cambridge University.

- 29- **Robah, K. (2017):** Determinants of Existential Death Anxiety: A Cross-Sectional Survey Study on the Effect of Age·Gender and Religious Affiliation on Death Anxiety. Bachelor thesis, University Of Twente, Enschede.
- 30- **Smith, A (2000):** Exploring Death Anxiety with Older Adults through Developmental Transformation. The Arts Psychotherpay, 27,(5), 321-331.
- 31- **William A Pitney ;(2006):**Organizational Influences and Quality-of-Life Issues During the Professional Socialization of Certified Athletic Trainers Working in the National Collegiate Athletic Association Division I Setting .; 41(2): 189–195