

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم الادارة والتسيير الرياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر

في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص الإعلام الرياضي السمعي بصري

أثر التحضير الذهني على لاعب كرة القدم في ظل ضغوطات المسابقة الرياضية المكثفة

إشراف:

د. عمرو زوهير

إعداد الطالب:

❖ يحيوي شهرزاد

السنة الجامعية

2015 / 2014

شكر و عرفان

قال الله تعالى: (لَئِنْ شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ) سورة
إبراهيم الآية "07"

نحمد الله حمدا كثيرا ونشكره شكرا جزيلا الذي كان له الفضل وعطاءه كريما
بحمده لأنه سهل لنا المبتغى وأعاننا على إتمام هذا العمل الذي نسأله

أن يكون خالصا لوجهه الكريم

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أستاذنا الفاضل

والمشرف علي : د. عمرو زوهير.

والذي لم يبخل علي بنصائحه وإرشاداته

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أستاذتنا المناقشين لهذا الموضوع وكل أستاذتنا

بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة

وإلى دفعة 2015/2014 ولكل من ساهم في إنجاح هذا العمل من قريب أو من

بعيد

كما أتقدم بجزيل الشكر إلى عمال و إداريي

قسم الادارة والتسيير الرياضي.

محتويات الدراسة		
	- كلمة شكر	
	- الإهداء	
أ	- مقدمة	
	الفصل الأول : الخلفية النظرية والدراسات السابقة	
05	أولا : الخلفية النظرية	
05	01 مفهوم وأهمية الإعلام الرياضي	
06	02 وظائف الإعلام الرياضي	
07	03 أنواع الإعلام الرياضي	
08	04 تأثير الإعلام الرياضي	
17	05 نظريات تأثير الاعلام الرياضي	
23	06 تعريف التحضير النفسي	
24	07 دور وأهمية التحضير النفسي	
25	08 أنواع التحضير النفسي	
26	09 الحالات النفسية المضطربة قبل المنافسة	
27	10 مفهوم تحضير الرياضي نفسيا	
29	11 أهداف تحضير الرياضي نفسيا	
30	12 مراحل تحضير الرياضي نفسيا	
35	13 السلوك النفسي للرياضي في عملية التدريب	
36	14 خطة التحضير النفسي للمنافسة	
36	15 التحضير النفسي الخاص	
39	16 الاختلاف بين المنافسة والتدريب	
40	17 التأثير النفسي لوسائل الإعلام على اللاعبين	
41	18 التأثير النفسي على اللاعبين ومظاهره	
44	19 الروح المعنوية	
52	20 نظريات الدوافع	
	ثانيا : الدراسات السابقة والمشابهة	21
	- دراسات تطرقت للتحضير النفسي والذهني	
55	دراسة إكيوان مراد	
56	دراسة كرينجي	
57	دراسة نبيلة أحمد محمود	
58	دراسة بثينة فاضل	
58	دراسة شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين	
	- دراسات تطرقت للإعلام الرياضي	

59	دراسة قريب إسماعيل وغقاد فهيم	
59	دراسة مبروك إبراهيمي	
60	- تحليل ومناقشة الدراسات السابقة والمشابهة	
	الفصل الثاني : الإطار العام للدراسة	
62	الكلمات الدالة في الدراسة	01
66	إشكالية الدراسة	02
67	أهداف الدراسة	03
67	أهمية الدراسة	04
68	الفرضيات	05
	الفصل الثالث : الإجراءات الميدانية للدراسة	
70	الدراسة الاستطلاعية	01
70	مجالات الدراسة	02
71	المنهج المتبع في الدراسة	03
72	مجتمع وعينة الدراسة	04
72	أدوات جمع البيانات والمعلومات	05
74	إجراءات التطبيق الميداني	06
74	المعالجة الإحصائية	07
	الفصل الرابع : تحليل ومناقشة النتائج	
79	عرض النتائج وتحليلها	01
	الفصل الخامس : الإستنتاجات والإقتراحات	
106	الاستنتاج	
107	الاقتراحات	
	الملاحق	

مفصلة

يلعب التحضير الذهني دورا هاما في التقليل من مختلف الحالات النفسية السلبية التي يعاني منها أغلبية اللاعبين كالقلق والتوتر والضغط والخوف ، وهذا باستعمال وسائل وأساليب مبنية على أسس علمية.

كلنا يدرك أهمية الجانب النفسي والذهني وماله من آثار في جميع المستويات الرياضية ، والضغوط النفسية تعد من بين أهم العوائق التي تحد من الأداء الحركي الجيد للاعب كرة القدم ، ونظرا لأن الصحافة الرياضية المكتوبة الجزائرية تهتم به وأدائه خلال التدريبات والمنافسات من خلال التغطيات المستمرة فإنها في أغلب الأحيان تتسبب في ظهور ضغوط نفسية كبيرة على اللاعبين.

والتحضير الذهني للاعب كرة القدم يشكل أحد العوامل الأساسية للتخفيف والقضاء على الضغوط النفسية التي تسببها وسائل الإعلام المكتوبة ، وواحد من العوامل الأساسية كذلك في التفوق الرياضي والوصول للمستويات العليا و اجتياز الارقام القياسية ، ويعد كذلك عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الايجابية للرياضيين شأنه في ذلك شأن التحضير البدني والتكتيكي ويسرع من عملية تكوين الامكانيات النفسية الضرورية باستعمال إجراءات ووسائل علمية لتطوير القدرات الذهنية للاعب والتخلص من الضغوطات والإضطرابات النفسية السلبية التي تسببها وسائل الإعلام المكتوبة .

من خلال ملاحظتنا الميدانية لفرق البطولة الوطنية الجزائرية المحترفة الذي تتعرض إلى الإنتقاد من خلال الكتابات الصحفية والتقارير الإعلامية مما يسبب للاعبين ضغوط نفسية كبيرة خاصة عند تطرقها للجانب النفسي والمعنوي للاعبين حيث لاحظنا أن الأداء الحركي للاعبين يصبح سلبيا بمرور المباريات ويزداد تضييع الفرص السانحة للتسجيل وأساس هذه الضغوط حسب دراستنا الميدانية وسائل الاعلام .

فمثلا عنوان صحيفة الهداف " لابد من تسريح كل اللاعبين " وعنوان آخر " لماذا يلعب فلان ولا يلعب فلان " ، مما جعل بعض اللاعبين إن لم نقل جلهم تأثروا بمثل هذه العناوين وسببت لهم ضغطا كبيرا أثر على أدائهم الحركي و مسارهم الكروي .

إن الصحفي الرياضي هو الإعلامي الوحيد الذي يعيش كافة أصناف العمل الصحفي خلال فترة وجيزة ، فهو يكتب وينشر المقال، ويعيش لحظات التحقيق والحوار وقد يسن قلمه لنقد حاد وجريء ، ويبيدي آراءه ولو كان لذلك تأثير دون معرفة العواقب

ومن خلال كل ماسبق ذكره تم اختيارنا لموضوع البحث الموسوم بـ: أثر الصحافة الرياضية المكتوبة على الأداء الحركي للاعبين كرة القدم الجزائرية والذي تم تقسيمه الى خمسة فصول مترابطة ومتسلسلة حيث تطرقنا في الفصل الأول إلى الخلفية النظرية والدراسات السابقة والمشابهة أما الفصل الثاني فتطرقنا فيه الى الإطار العام للدراسة والفصل الثالث إلى الإجراءات الميدانية للدراسة أما الفصل الرابع فقمنا فيه بتحليل ومناقشة النتائج وأخير الفصل الخامس فجاءت فيه الاستنتاجات .

الفصل الأول

الخلفية النظرية والدراسات السابقة

- أولا : الخلفية النظرية

1 - مفهوم و أهمية الإعلام الرياضي :

هو عملية نشر الأخبار والمعلومات والحقائق الرياضية ، وشرح القواعد والقوانين الخاصة بالألعاب والأنشطة الرياضية للجمهور، ويهدف لنشر الثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع لتنمية وتوعية الرياضي ،وهو جزء من الإعلام الخاص، لكونه يهتم بقضايا وأخبار الرياضة والرياضيين . (حسن أحمد الشافعي، 2004، ص 37)

يعتبر الإعلام الرياضي قديما وحديثا بمثابة المدرسة العامة التي تواصل عمل المؤسسات الرياضية المختلفة كالأندية ومراكز الشباب، بل والتعليمية بمراحلها المختلفة، وتتجاوز فتقرب الفروق بين الناس عن طريق ما تنشره من خبرات وتعديل من سلوكهم كبارا أو صغارا، بما يتلاءم مع القيم والتقاليد الرياضية السليمة.

وللإعلام الرياضي دور متشعب في المجتمع، ظهر بجلاء بعد انتشاره على نطاق واسع في القرن العشرين لذلك أخذت الحكومات على اختلاف سياساتها الفكرية تخصص لها الصحف والقنوات الإذاعية والتلفزيونية، وتوجهها نحو أهدافا الداخلية، من حيث رفع مستوى الثقافة الرياضية للجمهور، وزيادة الوعي الرياضي لهم، وتعريفهم بأهمية دور الرياضة في حياتهم العامة والخاصة.

واستخدامها أيضا للوصول إلى أهدافها الخارجية من حيث تعريف العالم بحضارة شعوبها الرياضية والذي يعكس بدوره رقي هذه الدول وتقدمها في شتى المجالات، وفي ظل التقدم العلمي والتكنولوجي الكبير والسريع في المجال الرياضي، تبرز أهمية الإعلام الرياضي وضرورة إحاطة الفرد بالمجتمع، وكل ما يدور به من أحداث وتطورات في هذا المجال، وذلك في ظل الزيادة الكبيرة لأفراد المجتمع، وبالتالي صعوبة الاتصال المباشر بمصادر المعلومات وأخبار الرياضيين . (خضور أديب، 1994، ص5) .

ومن هنا تتضح أهمية الإعلام الرياضي في القيام بواجبه، هذا بالإضافة إلى زيادة مصادرها وتشابك المجال الرياضي بالمجالات الأخرى، سواء الاقتصادية أو الاجتماعي أو

السياسية ، وعدم قدرة الفرد على ملاحظة ومتابعة هذا التدفق من المعلومات، والذي يعد أمرا صعبا، فأقل ما يوصف به هذا العصر هو أنه عصر المعلومات، نتيجة للتقدم الذي لحق بالكمبيوتر والأقمار الصناعية وظهور شبكة المعلومات والانترنت. ومن هنا تبرز الحاجة الضرورية والملحة في قيام الإعلام الرياضي بالتغلب على هذه الصعوبات بما يساعد جمهور الرياضة على استيعاب كل ما هو جديد في المجال الرياضي والتجاوب

معه. (خير الدين علي عويس، عطا حسن عبد الرحمن: ، 1998، ص22)

2 - وظائف الإعلام الرياضي:

تختلف وظائف الإعلام باختلاف الظروف الاجتماعية والسياسية والرياضية لكل مجتمع , كما تختلف وظيفة الإعلام من فترة زمنية لفترة زمنية أخرى في نفس المجتمع, فالإعلام بوسائله المختلفة لا يقتصر على التعلم فحسب, وإنما ينشر الثقافة والاتجاهات الحديثة البناءة بين الجماهير ومن أهم وظائف الإعلام الرياضي نجد:

✓ الوظيفة الإخبارية:

وهي المهمة الأساسية التي تقوم بها وسائل الإعلام بشكل دائم وثابت ومستمر, فهي تقوم بتغطية الأحداث الرياضية بشكل دقيق وصحيح وشامل, كما تقدم المعلومات والمعارف والقوانين الخاصة بالرياضة للجمهور عبر وسائلها المسموعة والمقروءة والمرئية, فهي تواكب الحياة الرياضية وترصد النشاطات الرياضية وتغطي الفعاليات الرياضية وتنتشر كل ما هو جديد وأني على الساحة الرياضية.

✓ الوظيفة التثقيفية:

يعني تقديم ثقافة رياضية, فالإعلام الرياضي يسعى إلى تعميق رؤية وتفهم وتذوق الجمهور للأحداث الرياضية وللظواهر الرياضية ولل قضايا الصحية والنفسية والاجتماعية والثقافية ذات الصلة الوثيقة بالرياضة, فالموضوعات التي يقدمها الإعلام الرياضي بمختلف وسائله يسعى إلى تحقيق مهمة التثقيف في المجال الرياضي.

كما تسعى إلى نقل التراث الرياضي من جيل إلى آخر وذلك بتعريف الأجيال بالأبطال الرياضيين الذين أثروا المجتمع الرياضي بإنجازاتهم الرياضية، كما يقوم الإعلام بتعريف الأجيال بالقيم والتقاليد الرياضية التي تساهم في عملية التنشئة الرياضية للأجيال القادمة.

✓ الوظيفة الترويحية والترفيهية:

يقوم الإعلام الرياضي بالترويج والترفيه عن الجمهور وذلك بالتخفيف عن الجمهور من آثار التوتر والمعاناة اليومية ومساعدتهم على قضاء أوقات فراغهم بأسلوب مناسب يحقق لهم المتعة والثقافة الرياضية، وهذا من خلال نشر وبث القصص الرياضية، والمسابقات الخاصة بالمجال الرياضي، وكذا نشر الصور الرياضية الطريفة والمجازفات الرياضية، والرياضات الاستعراضية.

✓ الوظيفة التجارية والخدمية:

فيما يخص الخدمة تتم هذه الوظيفة على أساس تقديم المعلومات والأخبار الرياضية التي تفيد الجمهور مباشرة كذلك تعريف الجمهور بمواعيد المباريات الرياضية وأماكن إقامتها ومواعيد بثها أو إذاعتها، وتقديم بعض الاستفسارات في المجال الرياضي. فهي بهذا تحقق التكامل والترابط بين أفراد المجتمع الرياضي بمختلف انتماءاتهم ورغباتهم من أجل المشاركة بالنهوض بالرياضة على جميع المستويات.

بينما الوظيفة التجارية تتم عن طريق إيلاغ الرسائل الإعلانية لمختلف السلع أو الخدمات أو الأفكار، إذ يعتبر الإعلان بمثابة نشر المعلومات عن السلع وغيرها في وسائل الإعلام المختلفة لخلق حالة من الرضا النفسي في الجمهور بقصد بيعها أو تقبلها أو الترويج لها. فنجد في مختلف وسائل الإعلام الرياضي سواء كان مرئيا أو مقروءا أو مسموعا ومضات إخبارية عن منتجات وبيع، بل هناك بعض المؤسسات والشركات تستثمر في المجال الرياضي للترويج عن منتجاتها. (أييب خضور: الاعلام الرياضي، مرجع سابق، ص:93)

- أنواع الإعلام الرياضي

لقد تعددت أنواع الإعلام الرياضي وتعددت أشكاله، ويمكن تصنيف هذه الأنواع

كالتالي:

✓ الإعلام الرياضي المقروء:

وهو الذي يعتمد على الكلمة المكتوبة مثل الصحف والكتب والمجلات والنشرات والملصقات.

✓ الإعلام الرياضي المسموع:

وهو الذي يعتمد على سمع الإنسان مثل الراديو وأشرطة التسجيل ووكالات الأنباء.

✓ الإعلام الرياضي المرئي:

وهو الذي يعتمد على بصر الإنسان مثل السينما والفيديو وشبكة المعلومات (الانترنت) وأحيانا يطلق عليه اسم الإعلام الرياضي المرئي المسموع لأنه يعتمد على حاستي البصر والسمع في آن واحد.

✓ الإعلام الرياضي الثابت:

وهو الذي يتوجه إليه الناس للاطلاع عليه مثل المعارض والمؤتمرات والمسارح.

4 - تأثير الإعلام الرياضي:

هناك عدة أنواع من التأثيرات يمكن أن يحدثها الإعلام في الجمهور وذلك كالتالي:

أ- تغيير الموقف أو الاتجاه الرياضي:

تشكيل موقف الجمهور ضد جمهور النادي الآخر مستغلا في ذلك على سبيل المثال انتقال احد اللاعبين، ويقصد بالموقف رؤية الإنسان لقضية أو لشخص ما، وشعوره اتجاهه، وبناء على هذا الموقف يبني الإنسان حكمه على الأشخاص الذين يصادفهم، والقضايا التي يتعرض لها.

هذا الموقف قد يتغير سلبا أو إيجابا ، رفضا أو قبولا، حبا أو كرها، وذلك بناء على

المعلومات أو الحثيات التي تقدم للإنسان . (محمد عبد الرحمان الضيف، 1994، ص 30)

والإعلام الرياضي لديه القدرة من خلال ما يبثه من معلومات رياضية على تغيير النظرة الضيقة من جانب البعض للرياضة حيث يعتبرونها مضيعة للوقت، من خلال قدرته على

تغيير مواقفهم تجاه بعض الأشخاص الرياضيين، والقضايا الرياضية المعاصرة، فيتغير بالتالي حكمهم على هؤلاء الأشخاص وتلك القضايا.

فمثلا حين يمدنا الإعلام الرياضي بعشرات الأحداث والمواقف عن إحدى الفرق الرياضية وما يظهره أعضاؤها من عنف داخل الملعب ، كالاعتراض على قرارات الحكام ، أو الاعتداء عليهم ،أو الاعتداء على لاعبي الفريق الآخر ، أو غير ذلك من مظاهر العنف.

تكون النتيجة أن القارئ قد يغير موقفه من هذا الفريق، ويصبح هذا الفريق له سمعة غير طيبة، ويفتقرن اسمه بكل أحداث العنف أو الشغب داخل الملاعب .

ومن الأمثلة على تغيير الموقف ،الانتقال من حال العداء إلى حال المودة أو العكس بين جماهير بعض الأندية ،حيث يقوم الإعلام الرياضي لتلك الأندية والمتمثل في جريدة النادي بدور كبير في الفريق إزاء انتقال اللاعب من هذا النادي إلى النادي الآخر.

كما أن تغيير المواقف والاتجاهات لا يقتصر على الأفراد والقضايا الرياضية فقط ، بل يشمل بعض القيم وأنماط السلوك الرياضية ،فكثيرا ما قبل الناس سلـوكا كانوا يرفضونه ويشمئزون منه ،وكثيرا ما تخلى الناس عن قيم كانت راسخة، واستبدلوها بقيم دخيلة كانت موضع استهجان فيما سبق .

ومن خلال العرض السابق يتبين لنا ضرورة ألا يستقبل الفرد معلوماته من مصدر واحد حتى لا يرى الأمور من خلال وجهة نظر واحدة، والتي قد تكون ناقصة أو منحازة لطرف على حساب الآخر.

ب- تغيير المعرفة الرياضية :

المعرفة الرياضية هي مجموع كل المعلومات الرياضية التي لدى الفرد، وتشمل القيم والمعتقدات والمواقف والآراء التي تخص المجال الرياضي وكذا السلوك الرياضي، فهي بذلك اعم وأشمل من الموقف أو الاتجاه.

إن التغيير في المواقف طارئ وعارض سرعان ما يزول بزوال المؤثر ، أما التغيير المعرفي فهو بعيد الجذور يمر بعملية تحول بطيئة تستغرق وقتا طويلا، فالإعلام الرياضي يؤثر في تكوين المعرفة الرياضية للأفراد من خلال عملية التعرض الطويلة المدى له ، باعتباره مصدرا من مصادر المعلومات الرياضية، فيقوم باجتثاث الأصول المعرفية القائمة لقصة رياضية ، أو موضوع رياضي، أو لمجموعة من القضايا والموضوعات الرياضية لدى الأفراد، وإحلال أصول معرفية رياضية جديدة بدلا منها.

إن تأثير الإعلام الرياضي في طريقة تفكيرنا وأسلوب تقييمنا للأشياء من خلال ما نلتقاه من معلومات رياضية ، يؤدي إلى تحول في قناعاتنا ومعتقداتنا الرياضية ، فالعقائد الرياضية حصيلة المعرفة الرياضية التي اكتسبناها، أي أن عقيدتنا في شيء ، هي نتاج ما علمناه من ذلك الشيء .

فالإعلام الرياضي بما يملكه من إمكانيات يستطيع أن يحدث تغييرا في المعرفة الرياضية لدى الجمهور متى استطاع أن يوظف بعض المتغيرات، كشخصية الإنسان وخبرته في البيئة الاجتماعية والرياضية، وتشكيله الثقافي، ونفوذ قوى الضغط الاجتماعي المضادة في المجتمع ويوجهها على إيقاع واحد متناغم يعجل بتغيير المعرفة الرياضية حسب الاتجاه الذي يريده، أو ضد ما هو قائم ومناهض له أو مع ما هو قائم وداعم له.(الحمد عكاشة، 1976، ص:32)

ج- التنشئة الاجتماعية في المجال الرياضي:

هناك مؤسسات معينة في كل مجتمع قد تقوم بتنشئة الأفراد وتنقيفهم رياضيا وتعليمهم السلوك المقبول اجتماعيا ورياضيا ، إضافة إلى تلقينهم المعارف والعقائد الرياضية التي تشكل بينتهم الثقافية والحضارية نحو الرياضة، ومن هذه المؤسسات: المنزل ، المدرسة ، المراكز الدينية، هذا بالإضافة إلى المؤسسات الرياضية كالأندية ومراكز الشباب والساحات الشعبية وغيرها.

ثم جاء عصر الإعلام الرياضي الذي لم يعد مجرد مساهم صغير في عملية التنشئة، بل أصبح عاملا هاما ومؤثرا في هذه العملية. لقد دخل الإعلام الرياضي كل بيت، وخاطب

النشء والشباب والكبار، واقتحم كل ميدان من ميادين الرياضة المختلفة، مروراً بالتقافة إلى الترويج الرياضي.

لقد تضاعف دور مصادر المعلومات وفرق التلقي الأخرى أمام طوفان الرسائل الإعلامية للإعلام الرياضي التي استخدمت أعظم ما توصل إليه العقل البشري من تكنولوجيا في مجال الاتصال، استهدفت بأسلوب جذاب العقل والوجدان، في المقابل استسلم الإنسان وسلم أطفاله لهذا المربي الذي صار يقوم بدور الأب والأم في بعض الأحيان.

كثيراً من الناس يتعامل مع الإعلام الرياضي على أنه مجرد أداة ترفيه أو مصدر للأخبار الرياضية ليس أكثر، إن هذه النظرة تعد نظرة ضيقة، فليس هناك ترفيه بريء ولا أخبار محايدة، إن كل ما نسمعه أو نراه أو نقرؤه في الإعلام الرياضي لا يخرج عن إزالة قيمة من القيم السلبية في المجال الرياضي وتثبيت أخرى محلها ايجابية أو ترسيخ شي قائم والتصدي لآخر قادم وهذا هو المقصود بالتنشئة الاجتماعية في المجال الرياضي. ويمكن تطبيق ذلك على المثال التالي:

إن مشاهدة الفرد مثلاً لتمثيلية تلفزيونية ساخرة تعرض مواقف مضحكة لشخص متعصب في تشجيعه لفريق ما والفرد المشاهد قد يفرط في الضحك لأن ما يراه فعلاً يثير الضحك لطرفته.

- القيمة المشحونة في رسالة إعلامية كهذه لا يراها ذلك الشخص وهو يتفرج على ما يعتقد أنه تسلية أو ترويح بل يرى تلك القيمة هي التي تنتسل إلى اللاشعور لتشكل موقفاً أو اتجاهها من التعصب.

- إن الفرد سيكون أقل تجاوباً مع الرسالة الإعلامية التي تقول له بشكل مباشر كمقالة في صحيفة مثلاً: أن التعصب أسلوب غير حضاري وأمر مزعج ومثير للسخرية .

إنه من الضروري التنسيق بين أجهزة الإعلام المختلفة بصفة عامة والإعلام الرياضي بصفة خاصة في معالجة القضايا العامة التي تشغل الرأي العام، وتمس الأمن القومي

ووحدة الشعب، حتى لا يحدث تناقض بين ما يقدم في هذه الأجهزة وما يسمعه الفرد في المسجد، فيحدث نوع من البلبلة والتشتت في فكر وسلوك هذا الفرد، قد يصل به إلى حد الاغتراب وفقدان الهوية والانتماء، وبالتالي لجوئه إلى وسائل العنف والإرهاب، واستغلاله للحشود الجماهيرية التي تتواجد لمشاهدة المنافسات الرياضية، لإثارة العنف والقيام بأعمال الشغب.

د- الاثارة الجماعية:

من خصائص الإعلام الرياضي قدرته على الوصول إلى قطاع كبير من الجمهور، هذا يمثل وجها من الأوجه الرياضية للإعلام الرياضي إلا أن الوجه السلبي له يتمثل في استخدام ذلك.

ففي البطولات الرياضية الدولية يقوم الإعلام الرياضي بمهمة الحشد الجماهيري لضمان مؤازرة فرقها الوطنية، حيث يعمل على استنهاض الحس الوطني أو الشعور الوطني للجماهير لدفعها إلى الالتفاف حول الفريق من أجل تحقيق الفوز، هذا ما يسمى بالاثارة الجماعية.

وعملية الاثارة الجماعية التي يقوم بها الإعلام الرياضي يمكن أن تحدث في أي وقت لكنها انجح ما تكون في وقت الأزمات، كالمسخط الجماهيري الذي يحدث نتيجة هزيمة بعض الفرق وخاصة الفرق القومية، وخروجها من إحدى البطولات الدولية، كالتصفيات النهائية لكاس العالم لكرة القدم، الذي كان يعد بمثابة الحلم لكل الجماهير، نتيجة للتقصير الواضح في أداء اللاعبين، والأخطاء الفادحة في التشكيلة، في وقت هم كانوا فيه أقرب للفوز من الفرق الأخرى، وخاصة وان كانت هذه البطولة مقامة على أرضه ووسط جمهوره.

إن حسن التصرف في أوقات الأزمات والقدرة على التعامل مع معطيات وظروف تلك هذه الأزمة يسمى فن إدارة الأزمات يدخل في هذا الفن توظيف الإعلام الرياضي

للتأثير في الجماهير ودفعها في الاتجاه الذي يراد للآزمة أن تسير فيه، أي إثارة الجماهير وتحريكها لتتكيف مع ظروف هذه الأزمة.

وحتى يمكن تجنب مثل هذه الأزمات، لا بد إن يتميز الإعلام الرياضي بالموضوعية في تقديمه للمادة الإعلامية وان يضع الأمور في نصابها الصحيح بعدم المغالاة والمبالغة فيها، وأن يعمل على تهيئة الجماهير لمثل هذه الأزمات على أساس أن الرياضة فوز وهزيمة، وحتى يكون هناك غالب لا بد وأن يكون هناك مغلوب، فالرياضة مجال للتنافس الشريف تحت على الكفاح وبذل الجهد، أما النتيجة فيكون للتوفيق دور كبير فيها، وهذا هو الهدف الأسمى للرياضة.

هـ - الاستثارة العاطفية:

الإنسان في موقفه من المثيرات الحسية أو المنبهات الذهنية التي تواجهه بتنازعه أمران: المشاعر والعواطف، أو المنطق والعقل، ونستطيع أن نتحدث عن عقل ومنطق واحد، وعدة مشاعر وعدد من العواطف، فهناك الحب والكراهية، الحزن والسعادة، الرضا والغضب، وغيرها من المشاعر.

العقل هو عدم الاستجابة التلقائية لما يعترض الإنسان من مثيرات، حيث يخضع السلوك الإنساني استجابة لمثير ما إلى حسابات دقيقة يقدر فيها الربح والخسارة. والعواطف الكامنة داخل الفرد يتم استثارتها حينما يفقد العقل أو المنطق دوره في السيطرة عليها، وكثيرا ما يحدث ذلك، والإنسان مهما بلغ من جهد لا يستطيع دائما السيطرة على عواطفه من خلال تحكيم عقله، فلو استطاع ضبط مشاعر الغضب فإنه لا يستطيع إن يتحكم في مشاعر الحزن أو الكراهية أو الحب على سبيل المثال.

والإعلام الرياضي يتمتع بقدرة فائقة في التعامل مع عواطف الإنسان، من خلال استخدامه لأساليب العرض بما تملكه من إمكانات تخاطب الفكر والوجدان، فمثلا يستطيع الإعلام الرياضي إن يجعلنا نتعاطف مع الضحية، بل ونبكي معها حينما يعرض لنا

مشاهدة المعاناة والألم التي تعرضت لها، كاعتداء الجمهور على حكم إحدى المباريات مما أودى بحياته.

وفي أحيان أخرى نشعر بالحزن والأسى حينما نقرأ في إحدى الصحف عن لاعب أصيب إصابة خطيرة تمنعه من اللعب مدى الحياة، فالإعلام الرياضي بما يقدمه لنا من معلومات يجعلنا نحب أو نكره، نشجب أو نتضامن، ندين أو نؤيد.

فمثلا قد يقدم لنا الإعلام الرياضي مبررات لهزيمة فريقنا القومي وخروجه من بطولة الأمم الإفريقية نتيجة لظلم الحكام على الرغم من أن هذه المبررات لا تقوم على سند صحيح.

ف نجد أنفسنا بناء على تلك المعلومات والمبررات الخاطئة ، نكره حكام هذه المباراة ، ولا نحزن للأذى الذي قد يتعرضون له من الجماهير، ونتجاهل إدانة أو شجب هذا السلوك الغير الرياضي، بحجة أنهم السبب في هزيمة الفريق وخروجه من البطولة.

و-الضبط الاجتماعي في المجال الرياضي:

تمثل عملية الضبط الاجتماعي إلى جانب المؤسسات الأمنية والاجتماعية عنصرا مهما في المحافظة على النظام والاستقرار داخل الملاعب الرياضية، مما يتيح الفرصة للاعبين للتنافس الشريف، وإظهار قدراتهم وإبداعاتهم الرياضية.

ويقصد بالضبط الاجتماعي في المجال الرياضي، السلطة غير المرئية التي يحسب الفرد حسابها، سواء كان لاعبا أو مشاهدا أو مدربا أو غير ذلك أثناء إجراء المنافسة الرياضية، فتجده يتصرف بطريقة متفقة مع النظام القائم، منم بالقواعد والقوانين المنظمة للعبة، بغض النظر عن رضاه أو قناعته بذلك، في ظل عدم رؤية الحكم له إذا كان لاعبا أو مدربا، أو في ظل غياب رجل الأمن بالنسبة للجمهور.

فأحيانا يحدث في مباريات كرة القدم، أن يقوم بعض اللاعبين بالاعتداء بالضرب على

اللاعب المنافس من خلف ظهر الحكم. (خيرالدين علي عويس، عطا حسن عبد الرحيم: الاعلام الرياضي، مرجع سابق، ص: 50)

فالإعلام الرياضي بما يملكه من إمكانيات وقدرات كبيرة تمكنه من التأثير الإيجابي والفعال في الجمهور واللاعبين، يحقق لنا الضبط الاجتماعي المنشود في المجال الرياضي، مما يتيح الفرصة للاعبين للتنافس والإبداع، وللجمهور بالمشاهدة والاستمتاع.

وللضبط الاجتماعي في المجال الرياضي ثلاثة أنواع هي:

النوع الأول:

يتحقق من خلال مراعاة القيم والتقاليد والأعراف الرياضية التي قبلها المجتمع الرياضي على مر تاريخه، فمثلا قيمة ضبط النفس، فإذا تعرض اللاعب لخشونة زائدة من اللاعب المنافس، وجب عليه التحلي بضبط النفس وعدم الرد بالمثل، فهذه القيم التي نقلتها المجتمعات الرياضية الإسلامية، هي من تعاليم الإسلام، كحديث النبي صلى الله عليه وسلم: "ليس القوي بالصرعة لكن القوي من يملك نفسه عند الغضب" (رواه الترمذي عن أبي هريرة رضي الله عنه).

هذه القيمة تأخذ جزءا رفيعا من منظومة القيم الرياضية في تلك المجتمعات، ويندر أن نجد شخصا مهما ضعف دينه، أن يتجاهل هذه القيمة، ولا يقيم لها اعتبار.

النوع الثاني:

يتحقق على ضوء المعايير والقيم الرياضية التي يلزم الفرد بها نفسه مثلا: قد يتبنى لاعبو إحدى الفرق الرياضية في كرة القدم طريقة أو أسلوبا للتعامل مع الفرق الأخرى، كإخراج الكرة خارج خط التماس لإعطاء الفرصة لعلاج لاعب أصيب من الفريق المنافس، فيعرفون بها حتى تصير نوعا من القيم الرياضية. فالضبط الاجتماعي في المجال الرياضي يمارسه اللاعب على نفسه مهما اختلفت الظروف والمواقف، بمعنى أنه يمكن أن يمارسه وهو في حالة الفوز والهزيمة.

النوع الثالث:

يتحقق من خلال التزام الإنسان بالتصرف بالطريقة نفسها التي يتصرف بها الآخرون، حيث لا يستطيع أن يخالفها، وإلا اعتبر خارجا عن التقاليد والأعراف الرياضية.

والإعلام الرياضي بما يملكه من إمكانات، أصبح من أهم أدوات عملية الضبط الاجتماعي في المجال الرياضي، أولا لكونه ذو طبيعة جماهيرية وثانيا لاعتماد الناس عليه كمصدر قد يكون هو الوحيد للكثير من المعلومات الرياضية لقطاع كبير من الجمهور، جعله قادرا على أن يجمع الناس، إن لم يحدد لهم ما يصح وما لا يصح القيام به من سلوكات رياضية، وخاصة فيما يتعلق بالقيم و المعتقدات الرياضية .

إن ترويج الإعلام الرياضي لآراء أو أفكار رياضية معينة ، و التعظيم على ما يخالفها يجعله يخلق ما يشبه العرف الرياضي الذي يتفق الجمهور على قبوله ، بل و يحذر الناس من مخالفة ما عمل الإعلام الرياضي على أن يجعله إجماعا فمثلا كرة القدم النسائية و اهتمام الإعلام الرياضي بها ، وإبرازها ، وإلقاء الضوء عليها ، واحتلالها لمساحات كبيرة سواء في

الصحافة أو الإذاعة ، للإعلان عنها والدعاية لها، وذلك من أجل تشكيل رأي عام وإجماع يقبل ممارسة الفتاة لكرة القدم.

ز - صياغة الواقع:

حيث يقوم الإعلام الرياضي بصياغة الواقع الرياضي، ويقدمه للجمهور كما هو، ويقصد بالواقع : ذلك الجزء الذي يعرضه أو ينشره الإعلام الرياضي حول الأحداث والقضايا والموضوعات الرياضية المعاصرة داخل المجتمع الرياضي، حيث يبدو وكأنه واقعي وطبيعي ومعبر عن الحقيقة، وهذا ما يجب أن يكون عليه الإعلام الرياضي، ولكن في أحيان أخرى قد يتجاهل الإعلام الرياضي صياغة هذا الواقع، فمثلا قد يكون عدم اهتمام الناس بنوع من الرياضة هو السمة السائدة في مجتمع ما، لكن الإعلام الرياضي من خلال تركيزه على جزء صغير من المجتمع يهتم بهذا النوع من الرياضة، يعطي انطبعا

مختلفا عن الواقع الحقيقي السائد في هذا المجتمع. ومثل هذا النوع من السياسة الإعلامية الرياضية تكون عواقبه وخيمة ومثال ذلك: عندما يصوغ لنا الإعلام الرياضي واقع الفريق القومي، وكيف أنه فريق لا يقهر وتسخر إمكاناته في إبراز قدرات هذا الفريق الفنية والبدنية والخطبية، ولكن وفي أول احتكاك رسمي له في بطولة ما انهزم الفريق هزيمة ثقيلة، وكان أداء لاعبيه سيئا، وبذلك اكتشفت الجماهير أن ما قيل عن واقع هذا الفريق لم يكن صحيحا، صاغه الإعلام الرياضي، وبالتالي يفقد الإعلام الرياضي مصداقيته لدى الجماهير التي تتصرف عن متابعة ما يقدمه من رسائل إعلامية بل وقد يفسد اهتمامها بالرياضة عموما وبشكل نهائي.

وبالتالي يكون الإعلام الرياضي قد اضر بالرياضة، وخرج بها عن نطاق تحقيق رسالته، فلذا يجب على القائمين على الإعلام الرياضي أن يقوموا بصياغة الواقع كما هو دون مزايدة أو نقصان، حتى لا يصيب الجمهور بالتمزق، ويفقد الثقة في المجتمع الرياضي بصفة خاصة، والمجتمع الأصلي بصفة عامة.

5 - نظريات تأثير الاعلام الرياضي:

تعتبر هذه النظريات بمثابة نتائج لدراسات أجريت في الميدان وتلخص في:

✓ **نظرية التأثير المباشر أو قصير المدى:** ترى هذه النظرية أن علاقة الفرد

بمضمون المواد الإعلامية للإعلام الرياضي هي علاقة تأثير مباشر وتلقائي

فاللاعب الذي يتعرض إلى أي مادة إعلامية في الإعلام الرياضي سواء كانت

صحيفة أو تلفزيون أو إذاعة فإنه يتأثر مباشرة بمضمونه وخلال فترة وجيزة

، ويعتبرها خبرة سلبية ومصدر للتوتر والإحباط وال فشل وفقدان الثقة

✓ **نظرية التأثير على المدى الطويل أو التراكمي:** يرى هذا الاتجاه أن تأثير ما

تعرضه وسائل الاعلام في المجال الرياضي على اللاعبين يحتاج إلى خبرة طويلة

حتى تظهر آثاره من خلال عملية تراكمية ممتدة زمنيا تقوم على تغيير المواقف

وسلوك ومعتقدات اللاعب

إن اللاعب يحتاج إلى فترة طويلة حتى يغير نمط تفكيره وطريقة تعامله مع الأشياء الموجودة في البيئة المحيطة به واستمرار تعرضه عبر وسائل الاعلام إلى أفكار تختلف وأسلوب حياته متأثراً نفسياً وبدرجة تختلف من فرد لآخر حسب تركيبة شخصيته وحالته النفسية والبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها وكذلك نوع الوسيلة الاعلامية التي يتعرض لها ومضمون وأهداف وسياسة كل منها .

✓ نظريات التطعيم أو التلقيح: اشتق اسم هذه النظرية وفكرتها من الفكرة نفسها التي يقوم على أساسها التطعيم ضد الأمراض، فالجرعات المتتالية التي يتلقاها اللاعب من الإعلام الرياضي تشبه الأمصال التي تحقن بها لكي تقل أو تنعدم قدرة الجراثيم على التأثير في أجسامنا، ويتوقف ذلك عادة على مقومات الشخصية وعوامل الدافعية التي يتميز بها اللاعب ، إضافة إلى دور المدرب المؤهل أو الأخصائي النفسي الرياضي الذي يعرف الأساليب الملائمة للتقليل من تأثير اللاعبين . (إيلي داود، 1992، ص31)

5 - 1 - مفهوم الصحافة المكتوبة:

هي وسيلة من وسائل الإعلام تقوم بدور كبير داخل المجتمع وهي قوة مؤثرة تستمد قوتها من قوة الكلمة التي تسنقر في العقول والأذهان، إنها الكلمة المؤثرة التي تصنع حياة الجماهير نفسياً واقتصادياً وفكرياً، فهي مورد من موارد تغذية الأفراد بالمفيد والنافع من المعلومات من ناحية ومصدر ترفيه وتسلية من ناحية أخرى كما يعرفها لزلّي سنفتنر "أن تكتب مقابل اجر في شؤون أنت تجهلها" كما يعرفها ايريك هودجتر فيقول "إن الصحافة هي نقل المعلومات من هنا وهناك بدقة وسرعة وتبصر وبطريقة تخدم الحقيقة وتجعل الصواب من الأمور يبرز ببطء حتى ولو يبرز فوراً". (محمد حسين، 1996، ص15)

5 - 2 - أهداف الصحافة الرياضية:

لقد وضعت الصحافة المكتوبة نصب أعينها تحقيق عدة أهداف يمكن تلخيصها حسب ما أشار إليها الدكتور خير الدين علي عويس وعطا حن عبد الرحيم في النقاط التالية:

- 1- الأخبار والإعلام حيث تقوم بتزويد الجماهير بالأخبار اللازمة لها لتكون حكمها على الموضوعات العامة.
- 2- التعليق على الأنباء الرياضية.
- 3- تعكس آراء الآخرين في الموضوعات والأحداث الرياضية والتعليق عليها من خلال عرض آراء ووجهات نظرهم.
- 4- التغطية الكاملة للبطولات والأحداث الرياضية والتعليق المحلية والعالمية.
- 5- التعريف بالأبطال والمثاليين في المجالات الرياضية المختلفة والتركيز على الناشئين.
- 6- توضيح مفهوم السلوك الرياضي والروح الرياضية.
- 7- العمل على نشر الروح الرياضية والبعد عن التعصب والكرهية بين أبناء الوطن.
- 8- التعريف بالقواعد المختلفة للألعاب الرياضية.
- 10- التوجيه والإرشاد للأفراد والنادي والهيئات والاتحادات الرياضية والجهات الحكومية والأهلية، ويضيفان أنه كي تحقق الصحافة الرياضية أغراضها يجب أن تتميز ببعض الصفات منها:

- 1- حسن اختيار أفراد القسم الرياضي مما تتوفر فيهم صفات الصحفي الرياضي الناجح
- 2- أن يكون المخبر أو الناقد أو المحرر الرياضي في ماضي رياضي ويفضل أن يكون من خريجي كليات التربية الرياضية وعلى دراية بالملاعب والشؤون الرياضية وقوانين الألعاب والروح الرياضية وتقاليدها، فالصحفي الرياضي يحس بإحساس الرياضيين بصفة خاصة والجمهور الرياضي بصفة عامة.
- 3- تحري الصدق وعدم التسرع في كتابة ونشر الأخبار الرياضية.

4- أن يكون الصحفي الرياضي موضوعيا فيما يكتب وأن يصب كلامه عن الموضوع نفسه لغرض الوقاية والعلاج وتحقيق التقدم في مختلف الميادين الرياضية وعليه ألا يتأثر بآرائه وميوله واتجاهاته الشخصية.

5- أن يقدر أهمية وخطورة رسالة الصحافة والمهمة التي يقوم بها.

6- مساعدة القارئ على فهم دلالة الأخبار الرياضية وإدراك ما وراء هذه الأخبار.

7- مساعدة الصحيفة نفسها على الاقتناع بالأخبار الرياضية بحيث تتماشى هذه الأخبار مع سياسة الصحيفة.

8- العمل على نشر وعي صحفي رياضي في المجتمع وخاصة عن طريق نشر التعليقات التي تفيد القارئ والصحيفة في وقت واحد.

9- التعليق المستفيض للعمل على حماية القارئ من الأغراض الخبيثة لبعض وكالات

الأنباء . (خير الدين علي عويس، عطا حسن عبد الرحيم، مرجع سابق، ص: 105) .

ومن هنا يمكن لنا أن نستشف أن معظم أهداف الصحافة الرياضية ذات دلالة تربوية تقويمية لجمهور القراء بدءا من الأخبار والإعلام إلى نشر السلوك الرياضي والروح الرياضية ونبذ العنف والتعريف بالفوائد الكامنة وراء ممارسة الرياضة إلى تثقيف وتوعية وإرشاد وتوجيه الجمهور الرياضي وصولا إلى الشروط التي وجب التقيد بها ، سواء للصحفي الرياضي أو للصحافة الرياضية ككل سواء في الصحف المتخصصة أو غير المتخصصة وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على الرسالة النبيلة التي تسعى لنشرها الصحافة الرياضية.

5 - 3 - وظائف الصحافة الرياضية:

يرى الدكتور محمود علي الدين أن وظائف الصحافة المكتوبة تختلف من مجتمع إلى مجتمع آخر ومن زمن إلى زمن آخر وعلى ضوء هذا يمكن تحديد بعض وظائف الصحافة الرياضية كما يلي:

- الإخبار والإعلام: ويتم الإخبار والإعلام من خلال تغطية الأحداث الرياضية بشكل دقيق وصحيح وشامل بما يعطيها معناها الحقيقي، وأن تقدم الصحافة في نفس الوقت دائرة واسعة من المعلومات والمعارف والقوانين الرياضية، ومن المبادئ الهامة في الخبر الموضوعية وعدم خلطه بالرأي حتى لا تتحول عملية تغطية الأحداث الرياضية إلى عملية نشر لأنصاف الحقائق والافتراءات.

- الشرح والتفسير والتحليل: إن الدور الذي يلعبه الشرح والتفسير والتحليل هو إعطاء مدلول واضح للمعلومات والأخبار المقدمة للقراء وإزالة الغموض ومساعدتهم على فهم وإدراك وتكوين وجهة نظر أو رؤية حول الموضوع وهذا من خلال وضع هذه الأحداث أو تلك الموضوعات الرياضية في البناء العام للأحداث وباستخدام أشكال صحفية مختلفة.

- النقد والتعليق وطرح الرأي:

تتعلق هذه الوظيفة بمقدار ما تتمتع به الصحافة الرياضية من الحرية والمجال المفتوح من أجل القدرة على النقد والتعليق على المواقف والموضوعات والأحداث الموجودة في الساحة الرياضية بطريقة تعكس مختلف الاتجاهات الرياضية في المجتمع الرياضي وتناقش كافة القضايا والمشكلات الرياضية المثارة في المجتمع وإبداء الرأي لا يعني صحة أو خطأ الرأي المعاكس.

- تحقيق التكامل والترابط بين أفراد المجتمع الرياضي:

يمكن أن يحدث التكامل والترابط والتماسك بين أفراد المجتمع الرياضي من خلال الصحافة الرياضية من خلال حبهم للانتماء إلى المجال الرياضي ورغبتهم بالنهوض به والارتقاء به إلى أعلى المستويات.

- نقل التراث الرياضي من جيل لآخر:

تكون هذه المهمة من خلال التعريف بالأبطال والنجوم الرياضيين الذين اثروا في المجتمع الرياضي بما حققوه من إنجازات رياضية هذا بالإضافة إلى تعريف هذه الأجيال

بالقيم والتقاليد الرياضية السائدة حتى يمكن المساهمة في عملية التنشئة الرياضية للأجيال القادمة.

- التوثيق والتاريخ:

تعتبر الصحافة الرياضية موثق يقوم بجمع الأحداث الرياضية اليومية وتوثيقها في صحيفة يومية تجمع كل الأحداث والوقائع الرياضية المتلاحقة والمتابعة مما يجعلها مصدر يمكن التزود بالمعلومات الرياضية منه في أي وقت.

- التسلية والترفيه والترفيه:

تقوم الصحافة الرياضية بهذه الوظيفة من خلال التخفيف عن القراء من آثار التوتر والمعاناة اليومية ومساعدتهم على قضاء أوقات فراغهم بأساليب مناسبة تحقق لهم المتعة والثقافة الرياضية من خلال نشر القصص الرياضية والكلمات المتقاطعة والمسابقات والألغاز ونشر الصور الرياضية الطريفة ورسوم الكاريكاتورية الساخرة.

5 - 4 - مبادئ الصحافة الرياضية:

من اجل أن يتمكن الصحفي الرياضي من ممارسة مهنته ضمن قواعد عادلة وسليمة عليه إتباع المبادئ الصحفية التالية:

- المسؤولية: إن التفاني في العمل وخدمة القراء بالنسبة للصحافة الرياضية ومساهمتها في الحفاظ على مصالح الجمهور يحمل الصحيفة وكل العاملين بها مسؤولية كبرى تعود بالفائدة على الكل سواء الصحفيين أو القراء .

- حرية الصحافة: بما أن الصحافة الرياضية جزء من الصحافة العامة وجب المحافظة على حريتها باعتبارها حق من حقوق الصحفيين والجمهور أولاً وهذا حسب القوانين المنصوص عليها باعتبارها حق من حقوق الإنسان عامة ولذلك وجب على الصحفي الذي يتمتع بالحرية التامة أن يعمل على خدمة مصالح بلده وأداء مهامه كصحفي وكمواطن عادي.

- **استقلال الصحافة:** يجب أن تكون الصحافة ككل والصحافة الرياضية بشكل خاص حرة وغير مقيدة نحو أي منحى أو اتجاه سواء كان معنوي أو عادي باستثناء جمهورها الرياضي، فهي مكلفة ومسؤولة اتجاهه بالعمل على خدمته وخدمة مصالحه وذلك في حدود الأمانة الصحفية مع اشتراط التحقق من مصادر الأخبار ومصداقيتها.

- **الولاء والصدق والذمة:** من المعلوم أن الصحافة الرياضية تدين بالولاء لجمهورها فقط دون غيره كان من كان وهي مكلفة أن تكون معه صادقة في كل ما تنشره من معلومات وموضوعات مع اشتراط أن تكون الأخبار المنشورة ذات علاقة بالموضوع أو بما وقع حقا دون تحريف أو زيادة أو نقصان.

- **عدم التحيز:** حيث يجب أن نفرق بين الخبر و الرأي، فالإخبار عادة ما تكون خالية من وجهات النظر مجردة من الرأي أما التعبير عن الرأي فله مكانة في بعض الفنون الصحفية الأخرى كالمقابلة التي تحرر وتوضع دفاعا عن وجهة نظر معينة أو قضية معينة تهتم جمهور القراء وتشغل بال الرأي العام الرياضي.

- **الصراحة في القول:** حيث لا يجوز للصحافة الرياضية الاتهامات غير الرسمية التي تمس سمعة بعض الأفراد في المجال الرياضي دون أن تعطي الفرصة للمتهم من إبداء دفاعه، كخبر رشوة بعض الحكام وقد جرت العادة أن تعطي الصحافة الرياضية فرصة للمتهم في جميع أحوال الاتهام التي لا يتناولها.

6 - تعريف التحضير النفسي:

- تعريف فورينوف: التحضير النفسي هو عبارة عن مجموعة المراحل والوسائل والمناهج التي من خلالها يصبح الرياضي مستعد نفسيا ، ودائما حسب فورينوف، نجد أن التشخيص السيكولوجي كان دائما ينظر إليه وكأنه جزء من التحضير النفسي ، وهذا الأمر في الحقيقة غير صحيح ، ذلك أن التحضير بهذه الصفة يمثل جملة من التأثيرات التي تؤثر على الرياضي الذي تأخذ منه المعلومات التي تأتي من المحيط الرياضي .

- تعريف فيليب مويست عام 1982: التحضير النفسي يمثل التقدم في التكوين والتحسين في الصفات النفسية للرياضي.

- تعريف مارك لفاك : أنه يجب الاهتمام بالتحضير النفسي إذ هو عبارة عن وحدة موحدة من الطرق المباشرة أو غير المباشرة المتمكنة في تحسين القدرات النفسية للرياضي. (Philippe Mort , 1982, P12.)

يعتبر التحضير النفسي أحد واجبات المدرب، كما أنه عملية مكملة لا تتفصل عن الأداء المتكامل للاعب، فهو يمثل أهمية كبيرة لكونه يساعد اللاعب في التغلب على المؤثرات المختلفة التي يتعرض لها أثناء المنافسة ،لذلك فالتحضير النفسي للاعب يجب أن يخطط له المدرب أثناء الموسم كما يخطط تماما للنواحي التدريبية الأخرى .

- فالتحضير النفسي عملية مكملة لا تتفصل عن الإعداد المتكامل للاعب والتي تتضمن كل من الإعداد المهاري ، الخططي والبدني وكذلك المعرفي والخلقي ، كما أنه من الضروري التخطيط له على المدى الطويل والقصير .(وجدي مصطفى ،محمد لطفي السيد ،2002، ص252)

- كذلك التحضير النفسي هو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحدودة موجهة نحو التكوين النفسي الرياضي .

7 - دور وأهمية التحضير النفسي :

التحضير النفسي يسرع من عملية تكوين الإمكانيات النفسية الضرورية باستعمال إجراءات ووسائل في تطوير القدرات التالية :

- طموح التحسين الذاتي للنشاط .

- تكوين إرادة لتطوير القدرات النفسية .

- تعلم التحكم في الحالات النفسية خلال التدريب والمنافسة .

- اكتساب إمكانيات الاسترجاع دون مساعدة ولا سيما التركيز على نشاط التحضير

النفسي أو السيكولوجي على مستوى تطوير القدرات النفسية الموجودة لدى الرياضي

وبعض الخاصيات للشخصية الرياضية ، التي تشترط للإنهاء الجيد والمناسب للأنشطة

الرياضية في شروط المنافسة أو التدريب .

8- أنواع التحضير النفسي :

يمكن تقسيم التحضير النفسي إلى: (محمد بسيوني ، باسم فاضل ، 1994 ، ص47)

من حيث المدة : – التحضير النفسي طويل المدى

– التحضير النفسي قصير المدى

من حيث النوعية : – التحضير النفسي العام

– التحضير النفسي الخاص

- التحضير النفسي طويل المدى :

يسعى التحضير النفسي طويل المدى إلى خلق وتنمية الدوافع و الاتجاهات الإيجابية، التي تركز على أن تكون الاقتناعات الحقيقية و المعارف العلمية و القيم الخلقية الحميدة ، ومن ناحية أخرى العمل على تشكيل و تطوير السمات الإرادية العامة و الخاصة لدى اللاعبين ، الأمر الذي يسهم في قدرتهم على مجابهة المشاكل التي تعترضهم ، و القدرة على حلها حلا سلميا .

- التوجيهات المتبعة في التحضير النفسي طويل المدى:

فيما يلي بعض التوجيهات العامة التي يجب على المدرب الرياضي مراعاتها في غضون عملية الإعداد النفسي طويل المدى:

- يجب على العمل في الزيادة في الدافعية لدى الفرد الرياضي للاستمرار في ممارسة

النشاط الرياضي و محاولة الوصول لأعلى المستويات الرياضية. (نزار مجيد طالب و كمال الويس : ، 1980 ،

ص 249)

- يجب أن يقتنع الفرد الرياضي بصحة طرق و نظريات التدريب المختلفة ، وأن يثق

تمام الثقة في الأساليب التي يقوم باستخدامها المدرب الرياضي .

- ينبغي تعويد الفرد الرياضي على تركيز كل اهتمامه لحل الواجبات التي يكلف بها،

وعدم التأثير والتأثر بالمشيرات الخارجية سواءا أثناء التدريب الرياضي أو أثناء المنافسة

الرياضية.

- يراعى تعويد الفرد الرياضي على الكفاح الجدي تحت منطلق أسوأ الظروف ، أو في حالة تفوق مستواه على مستوى منافسيه .

- يجب تقوية الثقة بالنفس لدى الفرد الرياضي مع مراعاة الحذر من المغالاة في ذلك ، وإلا انقلبت الثقة بالنفس إلى غرور مع ضرورة تقدير الفرد لمستواه، و مستوى المنافس على أسس موضوعية..

- التحضير النفسي قصير المدى :

يقصد به التحضير النفسي المباشر للفرد قبل إشتراكه الفعلي بهدف التركيز على تهيئته و إعداده و توجيهه بصورة تسمح بتعبئة كل قواه، و طاقته لكي يستطيع استغلالها لأقصى مدى ممكن أثناء المباريات

ويرى علماء النفس أن حالة ما قبل المنافسة ، ما هي إلا ظاهرة طبيعية يمر بها كل فرد رياضي و تهدف أساسا إلى العمل على انتقال الفرد من حالة الراحة إلى حالة العمل، أي من حالة الانتظار السلبي إلى حالة الاشتراك الفعلي ، أو الممارسة الفعلية ، وتسهم بدرجة كبيرة في إعداد الفرد بما سيقوم به من جهد .

9 - الحالات النفسية المضطربة قبل المنافسة :

- **القلق :**

يعرف سبيلبرجر " SPLIELPERGER " حالة القلق بأنها : « حالة انفعالية ذاتية يشعر فيها الفرد بالخوف و التوتر و يمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت إلى آخر

» . (أسامة كامل راتب ، 1976 ، ص 271)

- **التوتر :**

يعتبر التوتر النفسي من أهم المشكلات التي تواجه معظم الرياضيين وله العديد من الآثار السلبية مثل : تبديد الطاقة البدنية و الحرمان من لحظات الاستمتاع بممارسة الرياضة كذلك فإن التوتر قد يضعف من ثقة الرياضي في نفسه عندما يمتلكه الاعتقاد أو التفكير

بأنه غير كفى إضافة إلى أنه قد يسبب حدوث الصراع الداخلي ، كما قد يسبب حدوث

الإصابة البدنية ، وفي الغالب يكون سببا رئيسيا للعزوف أو الاعتزال المبكر في

الممارسة. (حسن السيد أبو عبده ، ، 2000 ، ص 270 .)

- الضغط النفسي :

الضغط النفسي هو « عدم توازن الواضح بين المتطلبات (البدنية و النفسية) والمقدرة على الاستجابة تحت ظروف عندما يكون الفشل في الاستجابة لتلك المتطلبات يمثل نتائج هامة ». «

- الخوف :

إن الخوف عبارة عن حالة نفسية شعورية وبدنية يصاحبها انفعال نفسي وبدني تتتاب الشخص عندما يسبب مؤثر خارجي في إحساسه بالخطر ، وقد ينبعث هذا المؤثر من داخل الشخص ويعد انفعال الخوف واحد من أحد ميكانيزمات الحفاظ على الذات، وبقائه وكلما كانت درجة الخوف كبيرة تتعذر السيطرة ، كما أن الفرد يعاني من اضطراب نفسي يكون من مؤثراته ، إصدار سلوك شاذ يهدف إلى الابتعاد عن مصدر الخوف فعندما يبدي خوفا مرتبط بموضوعات أو مواقف لا تتطوي على تهديد حقيقي أو خطر واقعي فإنه

بذلك هو خوف مرضي . (زكريا الشريف ، بدون سنة نشر ، ص 36)

10 - مفهوم تحضير الرياضي نفسيا:

لقد أصبح من المسلم به علميا بعد الدراسات المستفيضة في السلوك الإنساني في شتى مجالات الحياة، أن أي أداء حركي يصدر من أعضاء جسم الإنسان منفردة أو مجتمعة ليس نتيجة لعمل بدني فقط، ولكن أيضا نتيجة لمجموعة من العمليات العقلية والانفعالية التي لا نلاحظها بطريقة مباشرة، ولكن نستطيع أن نلاحظها عن طريق طبيعة وأهداف هذه الحركات البدنية الصادرة.

فلاعب كرة السلة عندما يصور الكرة نحو الهدف أو يمررها لزميله أو يحاور بها، فإن هذا الأداء الحركي الرياضي لا يصدر عن أعضاء جسمه فقط، ولكن يصدر بعد عملية تفكير قرر على أثرها هذا النوع من الأداء، وهذا التفكير سبقه انتباه وإحساس

وإدراك لطبيعة الموقف وسبقه أيضا تذكر للخبرات السابقة المرتبطة به، وهذا الأداء الحركي الرياضي أيضا هو نتيجة لنشاط انفعالي كالرغبة القوية والحماس والإصرار، في معالجة الموقف أو الخوف والقلق وغير ذلك من العمليات الانفعالية التي يبدو أثرها واضحا في طبيعة هذا الأداء الحركي الصادر عن اللاعب.

فإذا اقتصررت إجراءات الإعداد الرياضي للاعب على تنمية قدراته المهارية و الخطئية و البدنية، فقط فإنها بذلك تكون قد تعاملت مع تنظيمه البدني وجزء من تنظيمه المعرفي وتجاهلت جزء هام من التنظيم المعرفي كما تجاهلت أيضا التنظيم الانفعالي للاعب ،كاملا بالرغم من أن الأداء الحركي الرياضي لا يصدر إلا من خلال تفاعل النظم الثلاث الفرعية للشخصية الرياضية (البدني-العقلي-الانفعالي).

وبالرغم من أن التدريب و المنافسات الرياضية التي يشترك فيها اللاعب في مجال طبيعي لنمو و تطور دوافعه ومهارته العقلية و سماته الانفعالية المساهمة في ممارسته الرياضية ، إلا أن المخطط الواعي لبرامج تحضير الرياضيين، هو الذي يضع التحضير النفسي موضع التقدير و الاهتمام ومن ثم يكلف الأخصائي النفسي الرياضي بتحديد البرامج و الإجراءات العملية التربوية الواجب تنفيذها خلال فترات التحضير الرياضي لتنمية دوافعه الرياضية وتطوير مهاراته العقلية وسماته الانفعالية المطلوبة للممارسة الرياضية عامة ، ولنوع النشاط الممارس ، وذلك بدلا من ترك الصدفة و المواقف العارضة أثناء التدريب و المنافسات لتنميتها و تطويرها.

من هذا المنطلق احتل التحضير النفسي للرياضي مكانة هامة في تحضيره تحضيراً يؤهله تأهيلا متكاملا، لتحقيق النتائج الرياضية المرجوة حسب استعداداته، وأقصى قدراته الشخصية، ولقد حرصت الدول التي تسعى إلى تحقيق مراكز رياضية متقدمة في المحافل الدولية على تعيين أخصائي نفسي رياضي، من أجل اختيار اللاعبين ذوي الاستعدادات النفسية للنشاط، وتحديد الأهداف المناسبة لهم من التدريب والمنافسات وتحديد الإجراءات التربوية الواجب إتباعها مع كل لاعب من أجل تحضيره النفسي ليكتمل ذلك، بدلا من

الوقوف عند حد تنمية قدراته البدنية والمهارية والخطية التي كانت في عهد قريب، هي فقط مجالات تحضير الرياضي لخوض غمار المنافسات وتحقيق النتائج الرياضية.

ويتمثل التحضير النفسي الرياضي في مجموعة الإجراءات العلمية التربوية المحددة سلفاً، عن طريق الأخصائي النفسي الرياضي تبعاً للمتطلبات النفسية للممارسة الرياضية بصفة عامة، والممارسة النوعية للنشاط الرياضي التخصصي من جهة واستعدادات الرياضي وبر وفيله النفسي من جهة أخرى، وذلك بهدف تطوير دوافعه وتنمية مهاراته العقلية وسماته الانفعالية، لتحمل الأعباء البدنية والنفسية للتدريب والتكيف مع ظروف التنافس، من أجل استطاعة الرياضي تحقيق أفضل مستوى ممكن له من الإنجاز الرياضي..

11 - أهداف تحضير الرياضي نفسياً:

حسب رأي الأخصائيين النفسانيين للرياضة فإن الأهداف تتمثل فيما يلي:

- بناء وتشكيل الميول والاتجاهات الإيجابية للرياضي نحو الممارسة الرياضية عامة والنشاط النوعي خاصة. (أحمد أمين فوزي: ، 2003 ، ص 162)
- تطوير دوافع الرياضي نحو التدريب المنتج والتنافس الفعال.
- تنمية مهارات الرياضي العقلية الأساسية للممارسة الرياضية والتخصصية لنوع النشاط.
- تطوير وتوظيف سمات الرياضي الانفعالية تبعاً لمتطلبات التدريب والمنافسات في النشاط الرياضي الممارس.
- تنمية قدرة الرياضي على تعبئة وتنظيم طاقاته البدنية والنفسية خلال التدريب والمنافسات.
- تحضير الرياضي المؤهل نفسياً لخوض غمار المنافسات في تخصصه الرياضي والقادر على التكيف مع المواقف الطارئة التي تظهر خلالها والنتائج المتباينة التي يتم تحقيقها.

- تنمية انتماء الرياضي لمؤسسته الرياضية وزملائه في اللعبة أو الفريق بهدف التماسك الاجتماعي ورفع الروح المعنوية خلال التدريب والمنافسات.
- توجيه الرياضي وإرشاده نفسيا لمساعدته على المواءمة النفسية بين الأحمال البدنية، والنفسية في التدريب والمنافسات مع حياته العملية والاجتماعية لتجنب الضغوط النفسية المرتبطة بالممارسة الرياضية التنافسية. (عزت محمود كاشف ، 1991 ، ص65)

12- مراحل تحضير الرياضي نفسيا

- مرحلة الرضا عن الممارسة الرياضية:
هي المرحلة التي يتم خلالها اكتساب السمات الانفعالية والمهارات العقلية الأساسية للممارسة الرياضية.
وتبدأ هذه المرحلة بعد فترة من معايشة الفرد للمجال الرياضي والاندماج فيه، وغالبا ما تكون هذه المرحلة خلال الفترة الأخيرة من تكوين الميل نحو النشاط الذي يمارسه الفرد، أو بعد تكوينه مباشرة، وتستمر هذه المرحلة حتى وصول الفرد إلى مرحلة متقدمة من الممارسة الرياضية، وحتى يتم الاطمئنان إلى تمتعه بالسمات والمهارات النفسية الأساسية للممارسة الرياضية.
ولقد أصبح من المسلم به علميا أن الممارسة الرياضية تختلف في طبيعتها ومتطلباتها البدنية والنفسية عن كثير من الممارسات الإنسانية الأخرى، كما أصبح من المسلم به أيضا في علوم التربية البدنية والرياضية أن الممارسة الرياضية أيا كان نوعها، فإنها تتطلب سمات بدنية ومهارات حركية أساسية، كما تتطلب ممارسة كل نشاط رياضي سمات بدنية ومهارات حركية خاصة تبعا لطبيعته ومتطلباتها، وعلى نفس المنوال فإن الممارسة الرياضية أيا كان نوعها فإنها تتطلب مجموعة من السمات والمهارات النفسية الأساسية تلك التي تؤهل الفرد وتساعد على التكيف النفسي مع المتطلبات البدنية. والحركية العامة للممارسة الرياضة أيا كان نوعها ، كما تساعده في التغلب على ما يواجهه من الصعاب أثناء التدريب الرياضي ومنافساته.

ومع وجود اتجاه فكري يشير إلى أن أصحاب السمات والمهارات النفسية الأساسية، لممارسة الرياضة التي تم اكتسابها من خلال الممارسة الحياتية داخل قطاع الأسرة أو المدرسة أو غيرها هم الذين يتجهون نحو الممارسة الرياضية، وأن الممارسة الرياضية المنتظمة تعمل على تدعيم هذه السمات والمهارات إلا أن الأمر يجب ألا يتوقف عند حد الاعتماد وعلى الانتظام في النشاط الرياضي، بل يجب التدخل بخطة موضوعة وإجراءات هادفة إلى تطوير هذه السمات والمهارات، إذا كانت موجودة لدى الفرد، ومحاولة استظهار باقي السمات والمهارات النفسية الأساسية التي تتطلبها وترتكز عليها الممارسة الرياضية.

ولقد أسفرت الدراسات والبحوث الهادفة إلى التعرف على الأساس الانفعالي للتدريب والممارسة الرياضية، بصرف النظر على نوع النشاط، إن الرياضي لكي يتوافق نفسياً مع المتطلبات البدنية والحركية، للتدريب والممارسة الرياضية يجب أن يتصف بالسمات الانفعالية الأساسية التالية:

- 1- الهادفية.
- 2- الاستقلالية.
- 3- الإصرار.
- 4- الجرأة.
- 5- الضبط الذاتي
- 6- الثقة بالنفس.
- 7- المسؤولية .

أما من حيث جانب المعرفي فقد أشار بعض علماء النفس الرياضي إلى مجموعة من المهارات العقلية التي تساهم في مساعدة الرياضي على سرعة التعلم، و إتقان المهارات الحركية الرياضية وخطط اللعب، ومساعدته على التحكم في الضغوط المرتبطة بالتدريب الرياضي .

ولقد أسفرت بعض الدراسات التي أجريت على العلاقة الارتباطية، بين مجموعة كبيرة من المهارات العقلية والتفوق في المجال الرياضي بصفة عامة، إن إمكانية وصول الناشئ إلى المستويات الرياضية العليا تتوقف على مدى امتلاكه للمهارات العقلية التالية:

- الاسترخاء البدني والعقلي.

• الانتباه.

• الإدراك الحس حركي.

• التصور الحركي.

وهذه المجموعة هي المهارات العقلية هي الأساس المعرفي للممارسة الرياضية وذلك لإسهاماتها فيما يلي :

• سرعة التعلم وإتقان المهارات الحركية الرياضية.

• سرعة إدراك وتعلم خطط اللعب.

• القدرة على حل المشكلات الحركية أثناء اللعب.

• القدرة على التحكم في الاستجابات الانفعالية.

• القدرة على التقويم الموضوعي للأداء.

• إمكانية وسهولة التدريب العقلي.

- مرحلة التحضير النفسي العام للتنافس الرياضي

بعد أن يتم التحقق من تمتع الرياضي بمجموعة السمات الانفعالية والمهارات العقلية، الأساسية للممارسة الرياضية، يجب أن يتقدم التحضير النفسي نحو محاولة إكسابه مجموعة السمات والمهارات النفسية التخصصية المطلوبة لنوع النشاط الرياضي ولنوع الواجبات الحركية المطلوبة.

فكما تختلف السمات البدنية والمهارات الحركية بين لاعبي الوثب الطويل والوثب العالي وبين لاعبي كرة اليد وكرة السلة وبين لاعبي كل لعبة أخرى، تختلف أيضا السمات الانفعالية والمهارات العقلية بين ممارسي كل نشاط رياضي تنافسي وآخر تبعا لمتطلباته النفسية.

وبالرغم من ضرورة وحتمية الاختلاف في الجانب النفسي بين ممارسي كل نشاط وآخر، إلا أن هناك اتفاقا بين المتطلبات النفسية للألعاب الفردية من جهة والألعاب الجماعية من جهة أخرى، وبين لاعبي الألعاب الفردية التي يكون النزاع فيها بالالتحام مع

الخصم وتلك الألعاب الفردية التي لا تتطلب ذلك، حتى هذه الرياضات الفردية التي تتطلب الالتحام بعضها يتطلب العنف و الشراسة في الأداء و بعضها لا يتطلب ذلك وبعضها يتطلب تركيزا والأخرى تتطلب توزيعا للانتباه، وهكذا يختلف ممارس كل لعبة عن الأخرى تبعا لطبيعتها ومتطلباتها البدنية والحركية والمعرفية والنفسية.

وبالرغم من ضرورة تميز كل نشاط رياضي بسمات وبمهارات نفسية خاصة، إلا أن ممارسي النشاط الرياضي الواحد وخصوصا في الألعاب الجماعية يجب أن يتميزوا بسمات ومهارات نفسية خاصة باللعبة وأخرى خاصة بمراكزهم ،وواجباتهم في الملعب، فلاعبوا الهجوم في كرة السلة يجب أن يتميزوا بسمات ومهارات نفسية تختلف عن تلك السمات والمهارات التي يجب أن يتميز بها لاعبو الدفاع، ونفس الحال في كرة القدم واليد والهوكي وغيرها من الألعاب الجماعية، فلكل مركز من مراكز اللعب واجبات تختلف عن واجبات المراكز الأخرى، وهذا الاختلاف الواضح من طبيعة الأنشطة والتباين بين واجبات لاعبي كل مركز في الملعب يفرض سمات ومهارات نفسية متباينة حتى بين لاعبي النشاط الرياضي الواحد.

وهذه السمات والمهارات الخاصة لكل نشاط ولكل مركز من مراكز اللعب يجب ألا يكتسبها الرياضي نتيجة لتفاعله مع ظروف التدريب والتنافس فقط، ولكن يجب أن تكون من خلال مجموعة من الإجراءات الهادفة أثناء التدريب للتعامل مع الجانب النفسي من الشخصية، حتى يكون محضرا تحضيرا نفسيا يؤهله لخوض غمار التنافس وتحقيق الإنجاز الرياضي المنشود.

وهكذا يتضح دور الأخصائي النفسي الرياضي للفريق في تحديد السمات والمهارات النفسية الخاصة باللعبة، وكذلك الخاصة بكل مجموعة من الواجبات الحركية أو كل مركز من مراكز اللعب ثم التعاون مع الإدارة الفنية للفريق من أجل تطوير بعض إجراءاتهم مع اللاعبين وتحديد مجموعة الواجبات التي يجب تنفيذها مع اللاعبين، كمجموعة وكأفراد والتي لا تخرج جميعها عن الخطة الفنية الموضوعية للفريق، بحيث

يخدم هذا التطور وهذه الإجراءات التتمية المطلوبة لمجموعة السمات والمهارات النفسية الخاصة بنوع النشاط وبنوع الواجب الحركي المطلوب من كل فئة من لاعبي المركز الواحد.

ونظرا لكثرة عدد الأنشطة الرياضية وتعدد واجبات اللاعبين في النشاط الواحد، تبعا لتعدد وظائفهم، فقد أصبح من مسؤوليات الأخصائي النفسي الرياضي التعاون مع مراكز البحوث العلمية الرياضية ليكون على معرفة معمقة بالخصائص النفسية للنشاط الرياضي، الذي يعمل فيه ومن ثم المتطلبات النفسية الخاصة بلاعبيه.

- مرحلة التحضير النفسي الخاص للتنافس في النشاط:

تختلف الأنشطة فيما بينها من حيث متطلباتها النفسية خلال التنافس، فطبيعة التنافس في الألعاب الجماعية تختلف في متطلباتها وخبراتها النفسية عن التنافس في الألعاب الفردية، وكما تختلف الألعاب الجماعية فيما بينها في طبيعتها تختلف كذلك الألعاب الفردية، فطبيعة التنافس في العدو والجري وفي السباحة تختلف عن طبيعة التنافس في التنس وتنس الطاولة، كما يختلف التنافس في رياضات النزال التي تتطلب التحاما مباشرا مع الخصم عن ذلك التنافس الذي لا يتطلب هذا الالتحام وهذا العنف، ومن ثم فإن التنافس في كل نشاط رياضي يتطلب مهارات نفسية خاصة وخبرات نفسية متميزة عن المهارات والخبرات النفسية في الأنشطة الأخرى. (محمد حسن علاوي ، 1987 ، ص54)

من هذا المنطلق أصبح التحضير النفسي الخاص للمتنافس في النشاط الممارس مطلباً أساسياً في تحضير الرياضي لخوض غمار التنافس في نشاطه، هذا من جهة ومن جهة أخرى فإن اللاعب خلال الموسم الرياضي كثيراً ما يكون على وشك مواجهة بعض المواقف التنافسية الجديدة عليه، والتي لم يتعرض لها من قبل، مثل التنافس على البطولة لأول مرة في تاريخه الرياضي، أو التنافس مع خصم جديد مشهود له بالكفاءة، أو مع خصم مجهول المستوى، أو أن التنافس سوف يكون على ملعب وأمام جمهور غريب عليه.

عليه. أو وسط مشجعي الخصم المشهود لهم بفراط الحماس والتشجيع المبالغ فيه للخصم، وغير ذلك من المواقف التنافسية التي لم تتوافق مع خبراته التنافسية.

كل هذه المواقف قد تؤدي إلى زيادة حدة انفعالات اللاعب، ومن ثم قد تبعده عن المستوى الأمثل من الاستشارة، الأمر الذي يؤثر بالسلب على مستوى أدائه أثناء التنافس، وفي مثل هذه الظروف التي غالبا ما تختلف من منافسة إلى أخرى يجب أن يحدد لها تحضير نفسي خاص تبعا لنوع وعدد متغيرات الموقف التنافسي الجديد، وهذا التحضير يهدف إلى محاولة اكتساب اللاعب الخبرة النفسية الخاصة بنوع الموقف التنافسي الجديد، الأمر الذي يساعده على إظهار كل ما لديه من قدرات بدنية و معرفية و انفعالية . وهكذا يقف التحضير النفسي الخاص للتنافس في النشاط ، وكذلك التحضير النفسي الخاص لكل منافسة على قدم المساواة مع التحضير البدني و المهاري و الخطط لنوع

النشاط. (ناهد ريسان سكر ، بدون سنة ، ص 58)

13- السلوك النفسي للرياضي في عملية التدريب:

تعتبر الحالات النفسية الحادة في الرياضة ،جملة من الانفعالات والممارسات الذاتية للاعب الناتجة عن سلسلة العوامل الخاصة بالأعداد والاشتراك في المباريات ومن بين هذه العوامل ، الجهد الكثيف جدا القريب من الأقصى والصراع الصعب للتغلب على الخصم ،لأجل الفوز .

وقد تخلق لدى اللاعب حالة نفسية جد متوترة إلى حد عدم التحمل وفي مثل هذه الحالة يعمل الرياضي بصورة واعية على التنظيم والتأقلم الذاتي للتغلب على المصائب التي

يواجهها . (حسن السيد أبو عبده ، 2001 ، ص 199)

إن الحالات النفسية الحادة تتطلب إظهار كامل لقدرة اللاعب النفسية والبدنية لبلوغ النتائج الجيدة في الرياضة ،و لا يمكن تحقيقها دون اجتياز هذه الحدود ،كما يستوجب على اللاعب أن يتبع برنامجا معقولا في التدريب معتمدا أساسا على الجانب النفسي مع تربية الوظائف الفكرية والعاطفية والإرادية .

14 - خطة التحضير النفسي للمنافسة :

يقتضي التحضير النفسي للمنافسة قيام كل من المدرب والأخصائي النفسي واللاعب بوضع خطة يوضح فيها الجوانب التالية : ظروف المنافسة المزمع قيامها : وتشمل ما يلي

— طبيعة المنافسة وهل هي (أولمبية ، عالمية ، دولية ، قارية ، وعلى أي مركز) .

— وقت إجراء المنافسة (صيفا ، شتاءا) .

— التوقيت الزمني بالتحديد .

— مكان إجراء المنافسة (الملعب ، القاعة ، المضمار ، الحلقة ، البساط) .

يجب هنا التنويه إلى ضرورة تهيئة اللاعب نفسه بضرورة معرفة مكان المنافسة، وتصوره بشكل جيد قصد التكيف معه بعبارات مناسبة : (لا أشعر أنني غريب على هذا الملعب ، وسيكون أدائي متميزا) .

بيانات عن المنافسين : وتشمل : (أعمارهم، مستواهم الفني ،إنجازاتهم المحلية والدولية والعالمية إن وجدت)، أفضل لاعبيهم وخصائصهم ، قياساتهم الجسمية ، جوانب الضعف فيهم .

إذ يجب هنا على المدرب عند القيام بتقدير مستوى المنافسين ألا يهول أو يقلل من قدراتهم أو إمكاناتهم ، عدم زعزعة ثقة لاعبيه في أنفسهم وخبراتهم وكفاءاتهم .

15 - التحضير النفسي الخاص :

ويهدف إلى تهيئة الحالة النفسية المتزنة للاعب في مسابقة رياضية يعينها بحيث يكون تحضير ذلك قبل المنافسة بدرجة تضمن له الفاعلية والثبات والتحكم الذاتي في أفعاله وسلوكه بما يضمن تحقيقه لأقصى مستوى من الإنجازات الرياضية ، وذلك عن طريق توفير مستوى معين من الانفعالات العاطفية التي تسهم في تحقيق أهداف اللاعب

من الاشتراك في المنافسة . (محمد حسن علاوي ، 1992 ، ص170)

15 - 1 - التزام الرياضي بنظام محدد قبل المنافسة :

يقصد بذلك اعتياد الرياضي القيام ببعض الأعمال بطريقة محددة ، وتجري على وتيرة واحدة قبل المنافسة ، الأمر الذي يزيد من سيطرة الرياضي ويصبح أكثر ألفة بالمتغيرات المرتبطة بالمنافسة .

ويعرف النظر عن نوع نمط السلوك الذي يميز اللاعب خلال هذه الفترة أو دوافع هذا السلوك ، فإنه يمكن الاستفادة من ذلك بأن يصبح الرياضي أكثر ألفة بالأشياء التي يفعلها قبل المنافسة ، ومن ثم يصبح أكثر ألفة وسيطرة على العوامل المرتبطة بالمنافسة . فالواقع أن الرياضي بنمط معين من السلوك قبل المنافسة يؤثر بشكل لاشعوري في التهيئة النفسية للرياضي ، حيث يسهم بدور المثير أو المنبه لتهيئته من الجوانب البدنية والذهنية والانفعالية.

فعلى سبيل المثال إذا اعتاد الرياضي أن يكون في مكان المباراة قبل أن تبدأ بزمن محدد ساعة واحدة فقط فإن هذا التوقيت يكون بمثابة المنبه لحواس الرياضي المختلفة باقتراب موعد المباراة ومن ثم تتهيأ أجهزة الجسم المختلفة لعمل ما هو مطلوب منها .

ومن أمثلة ما يسترشد به الرياضي خلال 24 ساعة التي تسبق المنافسة ما يلي :

الزمن : ويعتبر من أفضل و أكثر المؤشرات استخداما لتهيئة الرياضي للمنافسة .

النوم : بصرف النظر عن نظام النوم الخاص بالرياضي ، فإنه من الأهمية أن يحصل على ساعات النوم التي يعتاد عليها ، وأن يستيقظ في موعد محدد للساعات التي تسبق المنافسة الوجبات الغذائية : ربما لا توجد قواعد ثابتة يجب أن يتبعها الرياضي عند تناول الوجبات الغذائية قبل المباراة ، ولكن هناك إرشادات عامة يجب مراعاتها ، ومن ذلك تحديد الوقت المناسب لتناول الوجبات الغذائية ، وخاصة الوجبة الغذائية التي تسبق المباراة ، كذلك معرفة أنواع الطعام الملائمة .

الوصول إلى مكان المنافسة : بالرغم من تفاوت المسافات ، وتباين الأماكن التي تعقد فيها المنافسات ، فإنه يراعي أن يصل الرياضي إلى مكان المنافسة في موعد ثابت قبل بدايتها بما يسمح باستكمال الأعمال الروتينية الأخرى في مواعيد منتظمة .

– وتزداد حاجة الرياضي إلى إتباع نظام محدد مع اقتراب وقت بداية المباراة ، وقبلها مباشرة مع الأخذ بعين الاعتبار أنه لا يوجد نظام مثالي يصلح لجميع الرياضيين في هذه الحالة ، ولكن النظام المثالي هو الذي يساعد الرياضي على تحقيق أفضل استعداد وبلوغ قمة الأداء .

ونستعرض بعض العناصر الهامة المساعدة على تحديد ذلك .

1 – يتضمن النظام معرفة إمارات معينة تتبها الرياضي للاستعداد لبداية المباراة ومثال ذلك :

تحديد الزمن الذي سبق المنافسة بمدة محددة (خمس دقائق) .

أو تحديد بعض الأحداث في المنافسة أو بعض الأنشطة التي يؤديها الرياضي مثل الإحماء .

2 – يمارس الرياضي خلال جلسة قصيرة جدا التصور الذهني لكيفية أداء الواجبات المطلوبة منه في المسابقة مع التركيز على الإحساس البصري والحس – حركي للأداء على النحو الجيد .

3 – بعد أداء الرياضي التصور الذهني ينتقل الى التركيز على الشعور الإيجابي للأداء الجيد حيث ان ذلك يمثل نوعا من التثبيت والتأكيد على الدعم النفسي الإيجابي وتقوية الثقة بالنفس .

4 – بعد ذلك يراجع الرياضي على نحو سريع قائمة الأنشطة التي يؤديها : فحص الأدوات ، الملابس ، أماكن المنافسين ، أي شيء يبدو مفيدا في التحضير لتنفيذ المباراة . والهدف هو مساعدة الرياضي وتركيز انتباهه على الواجبات التي في متناول يده .

5 - بعد ان يستكمل الرياضيون مراجعة قائمة الأنشطة بوجه الاهتمام كاملا نحو بعض العلاقات الملائمة التي سبق ان تعلمها خلال تدريب التحكم في الانتباه .
وهذه العناصر التي تسبق المنافسة من حيث التعرف على إمارات معينة والتصور الذهني ، تأكيد الثقة ، مراجعة قائمة الأنشطة ، وأخيرا تركيز الانتباه تستغرق على الأقل خمس عشر ثانية ولا تتجاوز خمس دقائق ، ويتوقف ذلك على طبيعة الرياضي وخصائص المسابقة الرياضية ، ولكن هذه العناصر بمثابة توجيهات يسترشد بها الرياضي بحيث يحتفظ بنظام خاص به في غضون اللحظات القليلة التي تسبق المنافسة مباشرة .

16 - الاختلاف بين المنافسة والتدريب :

الاختلاف بين المنافسة والتدريب : وتختصر فيما يلي :

تحتل المنافسة أهمية كبرى تفوق أهمية التدريب لدى اللاعب نتيجة لأن المنافسة يحضرها في الغالب جمهور من المشاهدين يفوق الجمهور الموجود خلال التدريب ، وهذا بالإضافة إلى أن المنافسة يتم نقل وقائعها بواسطة التلفزيون والراديو ويكتب او ينشر عنها في الصحف والمجلات ووسائل الإعلام الأخرى ، كما تعتبر المنافسة ذات شعبية جماهيرية أكبر ومن ثم فان أداء المشتركين فيها يحتل أهمية وتقديرا اجتماعيا عاما .
تعتبر المنافسة المجال الحقيقي لاختيار صحة وطريقة التحضير وتقنين عمليات التدريب الرياضي.

نتائج المنافسات تسجل بشكل رسمي بخلاف عمليات التسجيل التي تحدث او التي تدون أثناء عمليات التدريب الرياضي .
يترتب على الأداء في المنافسات الحصول على لقب او درجة ، الأمر يظهر القيمة الشخصية للمنافسة .

يوجد دائما في المنافسات خصم او منافس سواء أكانت المنافسات فردية أم جماعية .
يشارك في إدارة المنافسات الحكام المعتمدون الذين تتحصر مهمتهم في تقسيم أداء اللاعبين في ضوء قواعد المنافسات .

تتم المنافسات في ظروف غير عادية مناخية (جوية) ،أو نفسية من جانب المنافسين او الحكام والزملاء في الفريق والجمهور، وعلى ملاعب لم يتم عليها التدريب مسبقا (أحيانا) وبأجهزة جديدة في بعض الحالات .

وبناء على تلك المؤثرات او الظروف المحيطة بالمنافسات، فمن الممكن أن يتعرض لها اللاعب غالبا في ظروف المنافسات وبنسبة أقل في ظروف التدريب .
كما يمكننا القول بان هدف التحضير النفسي للاعبين يقصد الاشتراك في المنافسات يتحدد في تهيئة حالة نفسية تساعد في القيام بما يلي :

1 – الاستخدام المكثف والأقصى لطاقت اللاعب (البدنية ، المهارية والوظيفية) للأداء بأعلى مستوى إنجاز ممكن .

2 – تجسيد وفرملة كل العوامل المؤثرة بشكل سلبي على اللاعب (قبل ، أثناء ، بعد) المنافسات، الأمر الذي يحقق ثبات الأداء الرياضي للاعب خلال تلك المنافسات .
ثبات الأداء الرياضي خلال المسابقات :

يعتبر ثبات الأداء الرياضي للاعب أحد المؤثرات الهامة المعبرة عن ارتفاع وازدهار كافة الجوانب تحضيره إذ يتأثر هذا الثبات بجملة عوامل منها :

– درجة الثبات الانفعالي والعاطفي في المنافسة .

– كيفية الضبط أو التحكم في انفعالات اللاعب خلال المنافسة.

– الدوافع المرتبطة باشتراك اللاعب في المنافسة .

وتعتبر المنافسات الرياضية مجالا حقيقيا وخصبا للحكم على ثبات أداء اللاعب، الذي يحتمل ان يتعرض لبعض المواقف التي تؤثر على مستواه في مختلف الظروف أو المواقف .

17 – التأثير النفسي لوسائل الإعلام على اللاعبين :

التأثير النفسي هو التغيير في شي من الأشياء من ناحية السلب أو الإيجاب بواسطة عدة عوامل مادية كانت أو معنوية، فالمادية تتمثل في الوسائل الملموسة التي تراه العين

المجردة ، وتستعمل في عدة ميادين كالميدان الاقتصادي أو السياسي، أما المعنوية في استعمال الأساليب المشجعة أو المحفزة لانجازها أو وظائف متنوعة أو استعمالها لتحط من قيمة الشيء وتستعمل في المجال التربوي والمجال الإعلامي . (ابراهيم ايمام، 1990، ص:129)

ولما كان تأثير وفعالية هذه الوسائل كما توضحه النظريات المختلفة، الدراسة لها وتطورها وقدرتها على احتكار توصيل المعلومات والأخبار وجعلها تكتسب قوة وفعالية منقطعة النظير والسحر لا يقاوم مما يزيد من فعالية وتأثير ما تثبته أفكار ومعلومات.

18 - التأثير النفسي على اللاعبين ومظاهره:

لقد ساهمت وسائل الإعلام الرياضي في تطوير الرياضة بقدر كبير وخاصة كرة القدم حيث ساعدت على تألقها من بين مختلف الرياضات الأخرى، واهتمت بجميع المشكلين لها من لاعبين وجمهور وحتى مسيرين لكونهم الركيزة الأساسية لأي فريق، لكل فريق طموح كما أن فوزه أو انهزامه يرجع طبعاً إلى التأثير الحاصل بينهما قد يؤثر عليهما بحدة وتظهر عدة أعراض لهذا التأثير ومنها نجد:

- القلق:

يمكن اعتبار القلق بأنه إحساس ليس له هدف، ولكنه يعكس ضعفاً عاماً وشعوراً بعدم الكفاءة أو العجز وفقدان لقيمة الذات والتقليل من شأنها، وقدرتها على مواجهة أغلب المواقف. (احمد عزت: ، 1996، القاهرة، ص:65)

✓ أنواع القلق في المجال الرياضي:

النوع الأول: عندما يكون القلق مسيراً يلعب دور المحفز والمساعد للرياضيين في معرفته وإدراكه لمصدر القلق وبالتالي يهيئ نفسه بدنياً ونفسياً للتغلب عليه.

النوع الثاني: عندما يكون القلق معرقل حيث يعمل على إعاقة الرياضيين والتأثير سلباً على نفسيته.

✓ عوامل القلق:

من أهم العوامل التي ينتج عنها القلق في المجال الرياضي:

خبرة اللاعب السابقة ، حالة التدريب، مستوى المنافسة، مكان المنافسة، قوة الخصم، علاقة اللاعب بالمتفرجين.

- الضغط النفسي:

✓ مفهوم الضغط النفسي:

يعرفه ماك جرات **M.Grath 1977** بأنه عدم التوازن الواضح بين المتطلبات البدنية أو النفسية والمقدرة على الاستجابة تحت ظروف معينة، وعندما يكون فشل في الاستجابة لتلك المتطلبات يمثل نتائج هامة . (اسامة كامل راتب ، 2009 ، ص29)

أما تعريف معجم علم النفس فهو كالاتي: (الضغط صراع، وحالة من التوتر النفسي الشديد) .

- أسباب الضغوط النفسية:

يمكن التمييز بين نوعين من الأسباب التي تولد الضغوط وهما أسباب داخلية وخارجية:

أ- الأسباب الداخلية: وهي التي تتعلق بذات الفرد الرياضي أي أسباب شخصية نتيجة لخبرات فاشلة ومن أمثلة ذلك نجد:

✓ حينما لا يؤدي الفرد أداء جيد في أداء سابق ممارسته.

✓ حينما تحدث أخطاء في الأداء أو الخوف من حدوث هذه الأخطاء.

ب- الأسباب الخارجية: وهي أسباب تتعلق بالبيئة الرياضية ومن أمثلتها ما يلي:

✓ ما يصدر من تعليقات الجمهور أو الوالدين وخاصة الصحافة.

✓ درجة قوة المنافس

✓ بيئة اللعب (كاختلاف سطح الملعب، وسائل الانتقال).

- آثار الضغوط النفسية:

✓ الآثار النفسية: وتشمل التعب والإرهاق والملل وانخفاض الميل للعمل والقلق ، وانخفاض تقدير الذات.

✓ الآثار الاجتماعية: وتشمل إنهاء العلاقات والعزلة والانسحاب وانعدام القدرة على قبول وتحمل المسؤولية والفشل في أداء الواجبات اليومية.

✓ الآثار السلوكية: وتشمل اضطرابات النوم، ونقص الميول والحماس والشك في الزملاء.

✓ الآثار المعرفية: وتشمل اضطراب في الانتباه وزيادة الأخطاء.

ويشير طلعت منصور وفيولا البيلوي 1980 إلى أن الآثار السلبية للضغط النفسي تستعمل في الاختراق النفسي والتوتر الشديد والشعور بالضيق والمشاعر غير السارة واللامبالاة وعدم الاكتراث وقلة الدافعية للإنجاز في العمل .

- النظريات المفسرة للضغط النفسي:

اهتمت جميع النظريات في علم النفس بالإشارة إلى طبيعة الضغط النفسي ، و تفسير الانفعالات ذات العلاقة والارتباط معه، وأكدت هذه النظريات على اثر الضغط النفسي على الجوانب الوظيفية السيكولوجية والمعرفية والانفعالية والسلوكية ورغم الاختلاف ما بين اتجاهات كل نظرية من هذه النظريات إلا أن هناك اتفاق عام ما بينهما على اثر الضغط النفسي على صحة الفرد وتوازنه وتكيفه.

ويعتبر اتجاه المدرسة المعرفية أحد الاتجاهات الرئيسية في تفسير الضغط النفسي، إذ تتميز النظرية المعرفية على أهمية التفكير في التعامل مع الضغط النفسي ،وتستند في تفسير الاستجابة للضغط النفسي إلى الفكرة التي تنادي بأن المعنى الخاص لموقف ما هو الذي يحدد الاستجابة الانفعالية اتجاهه، فطبيعة الاستجابة الانفعالية تتوقف على مدى إدراك الذات .

وحيث أن الانفعالات عبارة عن نواتج المفاهيم وأفكار حول الذات ومحيطها ، فإنه هناك إمكانية لضبط هذه العوامل التي تحدث اضطراب انفعالي، ويشير نموذج جلاس وسنجل 1981 أن أي موقف يشير للضغط النفسي يتطلب من الفرد إدراك الأحداث المثيرة ومستوى شدتها واستمرارها .

أما نظرية العوامل الاجتماعية في تفسيرها للضغط النفسي ترى بعضها أن علاقة الفرد في بيئته الاجتماعية قد تشعره بالاعتراب ، وهذا يؤدي بدوره إلى الشعور بالخسارة والعزلة و اللامعنى مما يشكل ضغط نفسي عليه، وبذلك فان البيئة الاجتماعية تؤثر مباشرة في الخبرة الشخصية، وينتج عن هذا التفاعل ما بين الفرد والبيئة مشكلات تؤدي إلى حدوث الضغط النفسي

أما نظرية الوظائف الانفعالية فالضغط النفسي يفسر في اغلبها على الاستجابة الانفعالية فالإحباط الناتج عن تعرض الفرد للضغط النفسي، يؤدي إلى حدوث مشكلات انفعالية كالغضب والعدوان، والانزعاج، ويؤكد العالمان دولارد وميلر 1950 أن الفرد الذي يواجه الضغط النفسي لا يساعد الآخرين ولا يشارك بشكل ايجابي في الأمور الاجتماعية مما يؤكد أهمية الانفعالات في حياة الفرد .(احمد نايل الغريز : ، 2010 ص: 40)

19 - الروح المعنوية:

مفهوم الروح المعنوية: يدل مصطلح الروح المعنوية على حالة غير ملموسة، فلا يمكن ملاحظته إلا عن طريق آثاره ونتائجه، مما أدى إلى تعدد التعريفات من قبل الباحثين .
(الزهراني علي صالح: ، 1993، ص35)

يقصد بالروح المعنوية: الجو العام الذي يسيطر على الجماعة، ويواجه سلوكها، وتعتبر الروح المعنوية، محصلة لكثير من العوامل التي تسود المدرسة أو المنظمة . (مرسي محمد منير، 1988، ص:134)

كما أن الروح المعنوية تعبر وتشير إلى المشاعر النفسية التي يشعر بها الفرد نحو عمله ونحو إدارة هذا العمل، وهو الإحساس المبهم لدى العاملين، وهو الإحساس الايجابي الذي يرفع العاملين إلى العمل والنظرة المتفائلة والود نحو الجماعة، أو الإحساس السلبي والميل إلى النقد والتشاؤم.(مجموع هشام ،1989، ص:194)

ونجد الكثير من كتاب الإدارة وعلم النفس يفرقون بين مصطلحي الإشباع الوظيفي والروح المنوية، حيث أنهم يرون أن الإشباع الوظيفي يتعلق بالفرد أكثر، بينما تتناول

المعنوية وصفا للمجموعة، إلا إن العوامل المؤثرة فيهما هي عوامل مشتركة بينهما. (علاقي مني عبد القادر ، 1999، ص:362)

وترتبط الحالة المعنوية بالدافعية، لأنها تمثل اتجاهات الفرد في عمله والمنظمة التي يعمل بها حيث يؤدي العاملون أعمالهم إذ كان لديهم شعور أفضل وذلك من خلال تحقيق الشروط الآتية(العدالة، الشفافية، التقدير، الاستجابة، المشاركة) .

ويعتبر المدير مسؤول عن تحفيز المرؤوسين عن العمل بكفاءة وفاعلية وضمان ارتباطهم بأهداف المدرسة وسياستها والإخلاص لها، وذلك من خلال رفع معنوياتهم، حيث أن رفع الروح المعنوية ركيزة أساسية والتوجيه الفعال بجانب ركيزتي الاتصال والقيادة.

ومن التعاريف الشاملة للمعنويات نستنتج أنها :مقدرة مجموعة من الأفراد على التكاتف بإصرار ومثابرة وثبات لتحقيق هدف مشترك وتعتمد الروح المعنوية على عوامل رئيسية وهي:

1-مدى ثقة الموظف بهدف التنظيم الذي يعمل فيه والذي يساهم مع مجموع العاملين لتحقيقه

2-مدى ثقة الموظف في قيادته

3-مدى الثقة المتبادلة بينه وبين زملائه في العمل

4-كفاءة التنظيم ونشاطه

5-حالة الموظفين الجسمية والعقلية والنفسية

وفي بعض الحالات يكون من العسير تحقيق التوازن بين هذه العوامل الرئيسية جميعا ، كما أن ضعف احد هذه العوامل الخمسة لا يعني انخفاض الروح المعنوية بالكلية للمرؤوسين، إذ أن التنظيم السليم يمكنه أن يحقق زيادة الروح المعنوية لدى أعضائه بباقي العناصر

والواقع أن التعريفات العديدة للمعنويات نقودنا إلى استخلاص عدة نتائج منها:

أ-إن الروح المعنوية حالة نفسية أو عاطفية يصعب تحديدها بعامل واحد، حيث أن عامل واحد لا يؤدي إلى ارتفاع الروح المعنوية، حيث أنها تخضع في انخفاضها وارتفاعها إلى متغيرات متعددة.

ب-إن الروح المعنوية للموظف لا تأتي بالحوافز المادية، أو عن طريق السلطة الرسمية بل عن طريق احتواء جو العمل المحيط وتحسين الظروف الملائمة التي تمكنه من أداء عمله وذلك بخلق الثقة والاحترام والتفاهم بين القائد والمرؤوسين.

ويترتب من خلال ما سبق أن القادة الإداريين هم المسؤولين بالدرجة الأولى عن توافر الروح المعنوية لدى مرؤوسيه، وهم الذين يقومون بدور أساسي في ارتفاعها وانخفاضها

• (كنعان نواف: ، 1995، ص:176)

ولقد كان هدف حركة العلاقات الإنسانية رفع المعنويات للأفراد وتوليد الشعور بالرضا لديهم، عن طريق جعل الأفراد في الفريق يشعرون بأنهم يقومون بدور مهم ومفيد في

المجهود الكلي. (الشنواني صلاح، 1999، ص:81)

ثانيا: أهمية الروح المعنوية:

لقد كشفت الأبحاث والدراسات في مجال الروح المعنوية عن أهمية العامل الإنساني في الإدارة، وأن كفاية العوامل الإنتاجية تتأثر إلى حد كبير بالروح المعنوية للأفراد، وأن العلاقات الإنسانية هي تلك العلاقات التي تتضمن وتتطوي على إيجاد الثقة والتعاون والتفاهم التام بين الإدارة وأفراد القوى العاملة، وأظهرت أن الطاقات الكامنة للعاملين تنطلق وتتكشف عندما تتحسن علاقات العمل بالمشروع، وأن من أكبر المشكلات التي تواجهها الإدارة هي تنمية التعاون الاختياري بين الأفراد، وبث روح الفريق فيهم حتى تتظافر الجهود والطاقات والقوى لتسيير المشروع بنجاح.

ونجد أن الكثير من الإداريين تأثروا إلى حد كبير بأهمية الروح المعنوية بين العاملين، فهم ينظرون إليها كمقياس لمدى تأثيرهم في عملية التحفيز، كما أنهم يعتقدون أن

الروح المعنوية هي عنصر من عناصر التحفيز، وأن الاحتفاظ بالروح المعنوية العالية لا يقل أهمية عن إعطاء أجور عالية أو تقديم الربح والخدمات للعاملين .

ولقد أثبتت بعض الدراسات أن قوة المشروع الحقيقية هي في أفرادها، فإذا كان المشروع قادرا على رفع الروح المعنوية للأفراد، فهو بالتالي قادر على تدعيم مركزه التنافسي، ومقابلة التحديات التي تواجهه حيث يزيد من الإنتاج، ويصبح الأفراد أكثر قدرة على الابتكار، وهذا يؤكد الأثر الكبير للروح المعنوية، لذلك بدأت الإرادة في وضع البرامج التي تهدف إلى تنمية الوسائل والأساليب التي تؤدي بدورها إلى معرفة مشاعر الأفراد، وأيضا وضع البرامج التي تهدف إلى خفض ردود الفعل السلبية والمحافظة على الروح المعنوية العالية لدى الأفراد .

كما أثبتت الدراسات أن الأفراد يحتاجون إلى فرص للتعبير عن أنفسهم وعن حريتهم في العمل، وعن تحررهم من السلطة التحكمية، وكذا الفرص المتاحة لهم لتنمية مهارتهم ومواهبهم الشخصية، حتى يشعروا بالمسؤولية تجاه عملهم إذا عملوا كأشخاص مسؤولين، وهم يرغبون في التعاون عندما تعطيم الإدارة الفرصة لهذا التعاون.

وبتعبير آخر فقد أكدت هذه الدراسات صحة وحقيقة ما رده علماء السلوك الإنساني منذ فترة طويلة من أن جهود الفرد تتأثر إلى حد كبير باتجاهاته أكثر مما تتأثر بالبيئة الطبيعية والمادية. ودور الإدارة هنا - ومشكلتها كذلك - وهو اكتشاف هذه الاتجاهات والتنبؤ بها، والتأثير فيها وتوجيهها الوجهة المرغوبة. (البيتي صلاح الدين، 2003، ص: 30)

فروح المعنوية مرتبطة ارتباطا مباشرا ووثيقا بالإشباع الوظيفي، ويشير العمارة أنه حتى تكون المدرسة مكان تسوده السعادة والبهجة والمودة، لا بد أن يحترم القائد جميع العاملين، ويهتم بمشكلاتهم ويقدم العون لهم، ويشعر كل فرد بأنه محور اهتمامه، ويجب عليه أن يبني علاقات ودية سلمية مع الجميع، وأن يتعامل مع الجميع بطريقة واحدة منطلقا من الود والاحترام المتبادل، فكل هذا يجعل الروح المعنوية لدى الأفراد مرتفعة لأن هذه المعاملة تؤثر ايجابيا في سلوكهم. (العمارة محمد حسن، 1999، ص: 119)

وعليه تعتبر الروح المعنوية من أهم العوامل التي تساعد على وجود عمل تعاوني مما يؤدي إلى ارتفاع مستوى الأفراد، وبالتالي زيادة الإنتاج للمجموعات.

ثالثاً: مؤشرات ومظاهر الروح المعنوية:

تعد الروح المعنوية انعكاساً لمشاعر الفرد والجماعة نحو المؤسسة ونحو العمل الذي يقومون به، ومؤشراً مهم لمدى نجاح المؤسسة وفاعلية القيادة بها، ومن الأهمية التعرف على أهم مؤشرات ومظاهر الروح المعنوية من أجل تنمية هذه الروح والمحافظة عليها عالية

وعلى ذلك فإن التقديرات الخاصة بمستويات الروح المعنوية تعتمد على بعض الظواهر، مثل الأفعال والتعبيرات والتعليقات الشفوية والانتقادات

وتتمثل الروح المعنوية العالية لدى الفرد والجماعة نحو المنظمة والذي يظهر تصرفاتهم، فإذا اهتم مدير المدرسة بإيجاد الجو الذي يشعر فيه كل مدرس بالرضا، والميل نحو العمل مع الآخرين لتحقيق أهداف المدرسة، فإنه بذلك يعمل على رفع الروح المعنوية لدى العاملين، ومن هذه الأمور التي تساعده على تحقيق ذلك:

1- توفير ظروف عمل سارة في المدرسة.

2- المعاملة العادلة في العمل

3- انخفاض الشكوى والتذمر من العمل.

4- تماسك الأفراد واتحادهم لتحقيق هدف مشترك.

5- ارتفاع كمية الإنتاج

فالروح المعنوية هي دليل واضح على نوع العلاقات الإنسانية السائدة حيث أن انخفاض أو ارتفاع الروح المعنوية يدل على سوء أو جودة العلاقات، وهناك مظاهر رئيسية يمكن أن يستدل بها على مستوى الروح المعنوية، وأهم هذه المظاهر:

1- مستوى الأداء والإنتاج

2- مدى استمرار واستقرار العاملين

3- مدى غياب العاملين أو انقطاعهم عن العمل

4- مدى ما يسود الأفراد من شقاق أو نزاع أو خلاف بينهم

5- مدى كثرة الشكوى والتظلمات

ومن المؤشرات التي تدل على انخفاض الروح المعنوية:

1-فقدان الاهتمام : حيث أن عدم الاهتمام العام بالعمل هو من أكثر العوامل التي تسبب عدم استقرار الأداء ، وكثيرا ما يعبر ذلك عن التعب والملل ، وبذلك يدخل التعب والملل كعاملين من عوامل التأثير على الروح المعنوية

2-دوران العمل : وهو من أقدم أشكال عدم استقرار الأداء ، حيث أن استخدام الأفراد والاستغناء عنهم وإحلال بعضهم محل بعض ، يؤدي إلى عدم الاستقرار

3-المظالم والشكاوي: وهي مؤشر يدل على عدم الرضا ووسيلة للتقليد منه، والمظالم تمثل مواقف يشعر فيها الأفراد بعدم العدالة، فهي في هذه الحالة تعتبر مؤشرا مباشرا لانخفاض الروح المعنوية الفردية.

4-التوقف عن العمل: تعتبر الإضرابات أكثر مظاهر عدم الاستقرار في الإنتاج، وليس كل توقف عن العمل إضرابا، فهناك الاعتصام وهو عادة ما يكون مقدمة الإضراب

5-الغياب: يعتبر ازدياد معدل الغياب مظهر من مظاهر انخفاض الروح المعنوية، ففي الأحوال العادية يكون الغياب العادي هو 6 أيام في السنة بالنسبة للأفراد الذين يتقاضون أجورهم بالساعة، ويمثل ذلك نسبة 3% وهذا المعدل يتنوع بتنوع الصفات الشخصية ونوع العمل والصناعة والطقس ولكن إذا زاد الغياب عن المعدل المتوقع، يتوجب على إدارة الأفراد دراسة الأسباب التي أدت إلى زيادة المعدل.

6-مشاكل النظام: حيث أن كثرة هذه المشكلات تشير إلى انخفاض الروح المعنوية، ومرتكبي تلك المشكلات والمخالفات يبدوون عصبيين ولا يشعرون بالتفاؤل تجاه المنظمة، وقد يبدو أحيانا أن مخالفة التعليمات ناشئ عن عدم توجيهه أو عدم المعرفة بهذه التعليمات أو نقص الإشراف، ولكن الكثير منها يرجع إلى أسباب أكثر عمقا من ذلك مثل سوء الاختيار أو النقل الخاطئ للفرد من وظيفة لأخرى. وتتأثر معنويات الأفراد بالقواعد

التنظيمية نفسها وبطريقة الالتزام بهذه القواعد، فبعض هذه القواعد غير مقبولة منطقياً، وبعضها الآخر مجحف، وقد لا يكون الجزاء متناسباً مع الذنب، كما أن عدم دراية وكفاية الرؤساء في فرض التعليمات قد يؤدي إلى عدم الرضا بين العاملين.

7-تقييد الإنتاج: حيث أن تعمد خفض الإنتاج هو دليل على شعور الأفراد بانخفاض الروح المعنوية بينهم، ومعنى تقييد الإنتاج هو أن ينتج الفرد كمية أقل مما يستطيع إنتاجه وهم بذلك يضعون معدلات للإنتاج يلزمون زملائهم بها، وبذلك فهم يضعون قواعد تحول دون كفاءة العمل ويمكن دراسة ذلك عن طريق مراجعة الإنتاج بين حين وآخر

وذكر نشوان أن الأدب المتصل بالدوافع والروح المعنوية يشير إلى ما يلي

لا يحتمل وجود نوعية عالية من الإنتاج مع روح معنوية منخفضة، ولكن ليس بالضرورة أن تتضمن المعنويات العالية نوعية جيدة من الإنتاج. (نشوان يعقوب حسين ، 1991، ص 74)

✓ المعنويات عملية معقدة ومتغيراتها متداخلة، أي أن المعنويات لا تأتي من مصدر واحد، فهي مختلفة ومتفاوتة ومن وقت لآخر.

✓ المعنويات عملية مرتبطة بتحقيق الذات.

✓ يميل الإداريون دائماً إلى المبالغة في تقدير درجة المعنويات لدى الأفراد، ويميل الأفراد كذلك إلى المبالغة في درجة انخفاضها.

والواقع أن الأفراد في العمل يزيد ميلهم نحو تكوين مجموعة واحدة أو عدة مجموعات فرعية سواء علم بذلك رجال الإدارة أم لا، ومن الدلائل القوية أن جو العمل لا يصبح جواً مثالياً إلا إذا توافرت فيه حالة يتحقق فيها مستوى عالي من الروح المعنوية متى انصهر الأفراد وأصحاب الأعمال أو ممثلهم في مجموعة واحدة، ولقد أصبح من العسير على إدارة الأفراد أن تتجاهل أمر وجود الكيان الاجتماعي للأفراد في المنظمة، وإذا فعلت ذلك فهي إنما تتجاهل حقائق الأمور وخاصة إذا أصرت على أن هؤلاء الأفراد إنما يعملون من أجل الحصول على مقابل ما فقط.

فينبغي أن تهدف المؤسسة التربوية إلى تنمية روح معنوية عالية عند جميع العاملين فيها، فيشعر كل واحد منهم أنه مسؤول عن نجاح المؤسسة، حيث أن ذلك يزيد من تماسك الجماعة وتعزيز انتماء العاملين فيها.

20 - نظريات الدوافع:

هناك عدة نظريات تطرقت في تحليلاتها وتفسيراتها إلى المفاهيم النفسية والاجتماعية للدوافع حيث حاولت في مجملها إعطاء صورة كاملة عن مفهوم الدافع محاولة منها في مساعدتنا على فهم أعمق لهذا السلوك الإنساني وتكوين تصور واضح عنه ومن أهم النظريات نجد:

نظرية التحليل النفسي: تنسب هذه النظرية إلى العالم الشهير "فرويد سيغموند" حيث ترى هذه النظرية أن أي نشاط للإنسان يكون مدفوعا بدافعين هما: الجنس والعدوان ، كما تفسر مفهوم الدافعية بأنه يعود أساسا للاشعور فيما يقوم به الفرد من أفعال و سلوكات كما أن للكبت دور في قدرتنا على تحديد ومعرفة الدوافع الكامنة وراء أي سلوك سواء كان ذلك الفعل والسلوك سوي أو غير سوي .(سيغموند فرويد، 1986، ص30)

✓ **نظرية مفاهيم الحاجة:** ترجع أصولها إلى العالم: "موراي" سنة 1938 وحسب هذه النظرية فان القوة الدافعة للفرد تنطلق أصلا مما لديه من حاجات والحاجة هي التي تجعل الفرد ينتقل من المواقف المشبعة إلى مواقف تحقق له إشباع هذه الحاجات. كما يعرف زكي صالح 1972 الحاجة بأنها تنشأ عن الشروط البيولوجية الحيوية المثلى اللازمة لحفظ أو بقاء الإنسان.(أسامة كامل راتب ، 1990، ص17)

✓ **النظرية المعرفية:** يرجع أصل هذه النظرية إلى العالم اتيكينسون سنة 1958 وتفسر هذه النظرية الدافع على أن الإنسان ليس مجبرا على تصرفاته بل مخير، فنشاط الفرد الفعلي يزوده بدافعية ذاتية متأصلة فيه مؤدية بذلك إلى النشاط الذي هو غاية وليس وسيلة للنجاح، ويكون نتاج ذلك مجموعة من العمليات المعالجة للمعلومات والمدركات الحسية المتوفرة لدى الفرد في الوضع المثير الموجود فيه وبذلك يتمتع بدرجة عالية من الضبط الذاتي.(MC dougall , 1923, p16).

✓ **نظرية التعلم الاجتماعي:** يشير فيدي 1989 إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصادر الدافعية فالنجاح أو الإخفاق لاستجابة معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي

تؤدي إلى نتائج ايجابية أو سلبية ومن ثم الرغبة في تكوين السلوك الناجح كما أن أصحاب هذه النظرية يرجعون أصول الدافعية إلى العمليات الاجتماعية وحدها. وانطلاقاً من أن الحاجة هي مفهوم افتراضي يختلف من فرد إلى آخر ولا يمكن قياسه ، فقد حدد "موراي" خمسة معايير يمكن من خلالها تقييم فعالية هذه الحاجات وسلوك الفرد وهي:

- تراجع السلوك ونتيجته.

- نمط السلوك المتبع للوصول إلى تلك النتيجة.

- الإدراك الانتقالي لمجموعة من الموضوعات والاستجابة لمؤثرات محددة .

- التعبير بصراحة عن الانفعالات والمشاعر التي تتصل بتلك الحاجة.

- إبداء الرضا عن تحقيق الحاجة وعدم الرضا عند الإخفاق للوصول إلى نتائج مرجوة.

- أبعاد التأثير النفسي:

هناك عدة أبعاد يمكن أن يحدثها الإعلام الرياضي في التأثير النفسي وذلك كالآتي:

✓ **تغيير النظرة اتجاه اللاعبين:** يقصد بالموقف رؤية المتابع لقضية ما وشعوره تجاهه وعلى هذا الموقف يبني الجمهور على أساسه حكمه على اللاعبين الذين يصادفهم والقضايا التي تعرضوا لها. هذا الموقف قد يتغير سلباً أو إيجاباً رفضاً أو قبولاً حبا أو كرها وذلك بناء على المعلومات أو الحثيات التي تقدم للجمهور.

والإعلام الرياضي له القدرة من خلال ما يبينه من معلومات رياضية على تغيير النظرة الضيقة من جانب بعض "اللاعبين" كما له القدرة على تغيير مواقفهم اتجاه البعض والقضايا الرياضية فيتغير بالتالي حكمهم على هؤلاء اللاعبين وتلك القضايا كما أن تغيير المواقف والاتجاهات لا يقتصر على الجمهور المتابع بل قد يصل إلى المحيط الذي

يحوده. (ليلي داود ، 1992 ص: 31)

✓ **ضعف الاتصال بين المدرب واللاعبين:** يؤدي أسلوب الاتصال السلبي للمدرب مع

الرياضي إلى زيادة الضغوط النفسية وتكوين اتجاهات سلبية للرياضي نحو المدرب،

حيث عبر كثير من اللاعبين وخاصة الناشئين على أن أسلوب المدرب يعتبر احد المصادر الهامة لزيادة الضغوط النفسية والسلبية.

واهم خصائص المدرب الذي يستخدم الأسلوب السلبي في الاتصال مع الرياضيين انه كثير النقد ، نادرا ما يقدم التشجيع وحتى إذا قدمه للرياضي يتبعه بتعليقات سلبية، عندما يخطئ الرياضي فانه يلومه أكثر من تزويده بالمعلومات حول تصحيح أخطائه، يتميز بعدم انسياق السلوك ، نظراته إلى اللاعب أن يستمع للمدرب وليس مطلوباً من المدرب أن يستمع إلى اللاعب، عدم فهم أسس استخدام المكافئة. والخاصة أن المدرب الذي يستخدم أسلوب الاتصال السلبي يضعف من ثقة الرياضي في نفسه، ويفقد الثقة والمصداقية من قبل اللاعبين في التعامل معه والتعبير عن مشاكلهم ، فضلا عن تحول خبرة ممارسة الرياضة إلى خبرة سلبية .

✓ **الخوف من الفشل وعدم الكفاءة:** إن للإعلام الرياضي دور فعال في التقليل من ثقة اللاعب وبالتالي يولد الخوف والفشل .

يعتبر الخوف من الفشل من أهم مصادر القلق ومن ثم الضغوط النفسية ويحدث الخوف المباشر نتيجة توقع خسارة المباراة، أو فقدان بعض النقاط أثناء المسابقة أو ضعف الأداء أثناء المنافسة ويحدث الخوف من عدم الكفاءة عندما يدرك الرياضي أن هناك نقصا معيناً في استعداداته سواء من الجانب البدني أو الذهني في المنافسة أو المسابقة ويتركز هذا النوع من المخاوف على أن الرياضي يشعر بوجود قصور أو خطأ محدد تؤدي إلى عدم الرضى عن نفسه الواقع أن كل من الخوف من الفشل أو الخوف من عدم الكفاءة يمثلان نوعاً من الضغط النفسي حيث أنهما يعكسان عدم شعور الرياضي في الأماكن لمفهومه لذاته أو تقديره لذاته وتبدو مظاهر ذلك في سيطرة التفكير السلبي على الرياضي مثل: ماذا يقول الآخرون عندما اخسر هذه المباراة؟ انه يصعب علي مواجهة مدربي وزملائي إن لم لعب جيداً؟

✓ الانسحاب والخضوع: يرى بعض اللاعبين أن أسهل طريقة في مواجهة حالة الضغط والتوتر هي الانسحاب، ذلك أن الانسحاب قد لا يتطلب جهدا كبيرا فاللاعب في الانسحاب ما عليه إلا إن يبعد نفسه عن مسرح الصراع وقد يستخدم اللاعب العقاقير المنومة ويشرب الخمر لكي يفقد عقله القدرة على التركيز والتذكير في مشكلة تجلب التوتر والصداع.

و يكمن ضرر الانسحاب أيضا في انه من الممكن أن يصبح أسلوب الفرد في مواجهة أي مشكلة مما يجعله سلبيا خاضعا ومنعزلا. (حنان عبد الحميد العناني، 2000، ص181)

ثانيا : الدراسات السابقة والمشابهة

1- دراسات تطرقت للتحضير النفسي والذهني

- دراسة إكيوان مراد 2001 / 2002 موضوع الدراسة "تقنيات الاسترخاء و تسيير التوتر النفسي المرتبط بالمنافسة الرياضية عند اللاعبين الجزائريين لكرة القدم".
فرضية الدراسة:

لتقنيات الاسترخاء أهمية كبيرة في تسيير التواتر النفسي المرتبط بالمنافسة الرياضية عند اللاعبين الجزائريين لكرة القدم كونها تعمل على ضبط درجة الشد العضلي، تخفيف الانفعالات و تراجع حد اليقظة الأمثل.
الإجراءات الميدانية وأدوات الدراسة :

عينة البحث: 26 لاعبا في كرة القدم صنف الآمال، قام الباحث تدريبهم على التقنيات الاسترخائية و وزع عليهم استبيان أجابوا عليه، كم قام بتمرير شبكة تقييم ذاتي في شكل اختبار إسقاطي و استعمل مقياس نفسي (اختبار قائمة سلوك المنافسة).
تقديم الاختبار:

- شبكة التقييم الذاتي: و هي في شكل اختبار إسقاطي إلى تقييم الدافعية و الحالة البدنية العامة و كذا دراسة الطبع (قياس الانفعالات).

- اختبار قائمة سلوك المنافسة: تكون من خمسين (50) بندا يهدف إلى قياس الشعور الداخلي للاعبين و كذا سلوكياتهم أثناء المنافسة.

- الاستبيان: و يتكون من 22 سؤالاً يهدف إلى إبراز أهمية التقنيات الاسترخائية بالنسبة للاعبين من ناحية شعورهم و ضبطهم لانفعالاتهم و تحكمهم في سلوكياتهم.

الاستنتاج:

- إظهار نتائج شبكة التقييم الذاتي أن لتقنيات الاسترخاء تأثيرا إيجابيا على كل المركبات الدافعية الحالة البدنية العامة، الطبع ...

- نتائج اختبار قائمة سلوك المنافسة أشارت نتائج هذا الاختبار إلى أن التدريب المتواصل و المنظم على تقنيات الاسترخاء أثرت إجابا على حالة الشد العضلي، عملية التنفس، التحكم في الأفكار السلبية.

- نتائج الاستبيان: الاستبيان المتكون من 22 سؤالا لقد تمت معالجة نتائج هذا الاستبيان من خلال اختبار (K^2 أين أظهرت النتائج فروقا ذات دلالة إحصائية فقد أكد جميع المفحوصين الدور الإيجابي لهذه التقنية بالإجابة على كل البنود بـ (غالبا).

- دراسة كرينجي

موضوع الدراسة "دراسة مدى نجاعة مهارة التصور العقلي في تكوين و بناء اتجاهات سلبية أو إيجابية نحو الأداء"
فرضية الدراسة :

إن مهارة التصور العقلي تساعد في بناء و تكوين اتجاهات سلبية أو إيجابية في الأداء عن طريق الإيحاء.

الإجراءات الميدانية وأدوات الدراسة :

عينة البحث: في الحالة العادية طلب من هؤلاء الرياضيين الثلاثة حمل ثقل معين يقدر بـ 48 كغ فنجح الجميع في حمله، في المرحلة الثانية قام بتتويمهم مغناطيسيا و قال لهم عن طريق الإيحاء بأنهم ضعفاء بدنيا.

النتيجة: لم يستطع كل واحد منهم أن يحمل أكثر من 13 كغ فقط.

أما المرحلة الثالثة فقد قام بتتويمهم مغناطيسيا مرة أخرى و قال لهم عن طريق الإيحاء أنهم في كامل لياقتهم البدنية.

النتيجة: استطاع كل واحد منهم أن يحمل ثقل يقدر بـ 65 كغ.

الاستنتاج:

استنتج هذا الباحث أن تدريب مهارة التصور العقلي يكون اتجاهات سلبية أو إيجابية حسب ما يبينه المدرب في ذهنية اللاعب أو ما يبينه اللاعب في ذهنه شخصيا نحو الأداء، مما يؤثر على نتيجة الأداء بل أكثر من ذلك إذا ما كان الإيحاء إيجابيا فقد

يضاعف في نتائج الأداء أكثر من المتوقع و ينمي قدرات نفسية كثيرة أخرى كالثقة في النفس و ضبط الانفعالات وتسييرها.

-دراسة نبيلة أحمد محمود

موضوع الدراسة " المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة وعلاقتها بالسمات الدافعية الرياضية"

تهدف الباحثة من خلال هذه الدراسة إلى :

- تحديد المهارات النفسية المميزة للاعبات كرة السلة.
 - تحديد السمات الدافعية المميزة للاعبات كرة السلة.
 - التعرف على العلاقة بين المهارات النفسية والسمات الدافعية للاعبات كرة السلة.
- فرضيات الدراسة :

- التعرف على المهارات النفسية التي تميز لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية متمثلة في نادي سموحة وسبور تتج الرياضى.
- التعرف على السمات الدافعية الرياضية التي تميز لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية متمثلة في نادي سموحة وسبور تتج الرياضى.
- هناك علاقة دالة إحصائياً بين المهارات النفسية والسمات الدافعية الرياضية لدى لاعبات كرة السلة بمنطقة الإسكندرية.

الإجراءات الميدانية وأدوات الدراسة :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي (الدراسة المسحية) وذلك لملاءمته لأهداف البحث وفروضه.

تم تطبيق أدوات القياس على عينة عمدية قوامها (45) لاعبة من لاعبات كرة السلة من نادي سموحة الرياضى ونادى سبور تتج الرياضى المشاركين فى دورى الدرجة الأولى للموسم (2001/2000) وقد بلغ متوسط العمر 18.11 سنة بانحراف معيارى 90.76، والعمر التدريبي بمتوسط 6.33 وبانحراف معيارى 20.40 والجدول التالى رقم (1) يوضح عدد أفراد فريق كرة السلة بالناديين.

وإستخدمت الأدوات التالية :- مقياس الاستخبارات المهارات النفسية. - تقدير السمات الدافعية الرياضية تصميم.

الاستنتاج:

توصلت الباحثة من خلال هذه الدراسة إلى مايلي:

- تتميز لاعبات كرة السلة "قيد الدراسة" بالمهارات النفسية الآتية : مهارة دافعية الإنجاز الرياضي، مهارة القدرة على التصور، الثقة بالنفس، القدرة على الاسترخاء ، القدرة على تركيز الانتباه و القدرة على مواجهة القلق.

- تتميز لاعبات كرة السلة "قيد الدراسة" بسمات الدافعية الرياضية الآتية : الحالة التدريبية ، الضمير الحي ، المسؤولية ، الثقة بالآخرين ، الحافز ، التصميم ، الصلابة، الثقة بالنفس، القيادة ، التحكم الانفعالي.

أظهرت النتائج وجود علاقات إيجابية عند مستوى (0.01) ، (0.05) بين المهارات النفسية وأبعاد السمات الدافعية الرياضية فيما عدا مهارة القدرة على التصور والقدرة على تركيز الانتباه، فقد أظهرت النتائج عن وجود علاقة سلبية بين هاتين المهارتين وسمة العدوان حيث أنه كلما زادت قدرة اللاعبة على استخدام مهارة التصور ومهارة تركيز الانتباه أثناء أدائها أدى ذلك إلى قدرتها على المواجهة والسيطرة على انفعالاتها وتقدير قدرتها البدنية والمهارية ،مما يقلل من إظهار سمة العدوان التي تعتبر رد فعل للإحباط والأداء غير الموفق.

- دراسة بثينة فاضل - 1999

موضوع الدراسة " الفروق في المهارات العقلية لدى ناشئات كرة اليد طبقا لنتائج المباريات "

ومن أهم نتائجها التعرف على المستوى الكمي للمهارات العقلية لدى المستويات الثلاثة لناشئات كرة اليد ووجود فروق دالة إحصائية بين المستويات الثلاثة لناشئات في المهارات العقلية لصالح المستوى المتقدم (المستوى الأول).

- دراسة شعبان إبراهيم وطارق بدر الدين 2001

موضوع الدراسة " العوامل النفسية المساهمة في الإنجاز الرياضي للاعبى كرة السلة " ومن أهم نتائجها أن ممارسة كرة السلة بانتظام ولسنوات طويلة تؤدى إلى تنمية وتطوير العوامل النفسية (طموح الإنجاز - التحمل النفسى - هادفية الاستجابة - القبول أو الانتماء الاجتماعي) وأنه لا توجد فروق فى العوامل النفسية بين لاعبي المراكز المختلفة.

2- دراسات تطرقت للإعلام الرياضي

- دراسة قريب إسماعيل وغقاد فهيم حول دور الإعلام الرياضي في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم كان الهدف منها إبراز الدور الذي تلعبه وسائل الإعلام الرياضي في التأثير النفسي السلبي على اللاعبين وقد حدد الباحث مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:
 - هل للإعلام الرياضي المرئي دور في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم؟
 - هل للإعلام الرياضي المسموع دور في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم؟
 - هل للإعلام الرياضي المقروء دور في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم؟
- متبعا في ذلك المنهج الوصفي حيث تم إجراء البحث على 05 فرق من القسم الوطني الأول بالجزائر العاصمة باختيار 5 لاعبين من كل فريق اختيارا عشوائيا مستخدما في ذلك أداة الاستبيان وكان من أهم النتائج أن للإعلام الرياضي بكافة وسائله دور سلبي في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم.

وأوصى الباحث بـ:

- وجوب وجود إحصائي نفسي في كل فريق مع الأخذ بعين الاعتبار الحالة النفسية للاعب قبل توجيه أية انتقادات له .

-دراسة مبروك إبراهيمي: حول "دور الاعلام الرياضي في التأثير على اتخاذ القرارات داخل أندية كرة القدم الجزائرية"

كان الهدف منها معرفة دور وتأثير وسائل الاعلام الرياضي على اتخاذ القرار داخل الأندية الرياضية، وقد حدد الباحث مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

- ماهي أكثر وسائل الاعلام تأثيرا على اتخاذ القرار داخل الأندية الرياضية؟
- ماهي الطبيعة الفعلية لمواقف الاعلام الرياضي اتجاه القضايا الرياضية المهمة والمطروحة واقعيا؟

- هل الدور الذي يلعبه الاعلام الرياضي كافي إلى حد يجعل من الأندية قادرة على اتخاذ القرارات؟

متبعا في ذلك المنهج الوصفي، حيث تم اجراء البحث على خمس نوادي رياضية من القسم الوطني الأول لكرة القدم بالجزائر، وتمثلت في الطاقم الاداري لكل نادي رياضي باختيار 3 أشخاص من كل نادي اختيارا قصديا مستخدما في ذلك أداة الاستبيان.

3 - تحليل ومناقشة الدراسات السابقة والمشابهة

أوضحت الدراسات السابقة أن هناك مؤشرات إيجابية تدل على أثر الصحافة الرياضية المكتوبة على الأداء الحركي للاعب كرة القدم الجزائرية ، لكن الشيء الملاحظ في هذه الدراسات أنها لم تتطرق إلى واقع الصحافة الرياضية المكتوبة في الجزائر و لم تلم بمختلف العناصر المؤثرة في شخصية اللاعب أثناء ممارسة الرياضة وعدم التطرق للشخصية بمختلف مراحل تكوينها لكونها طرفا مؤثرا على مردود اللاعب سلبيا وإيجابيا كذلك عدم التطرق إلى الفائدة التحضير النفسي بالنسبة للاعبين والدور الكبير الذي يلعبه في حياته .

إن النقاط التي تم ذكرها أخذت منا حيزا من التفكير ووقتا وجهدا كبيرين، من اجل القيام بهذه الدراسة التي إن شاء الله ستكون سندا ودفعا قويين للبحث في مجال النشاط البدني الرياضي .

- لقد تمكنا من الاستفادة من هذه الدراسات في تنظيم بحثنا بحيث :

- الإستفادة من البحوث العربية التي ركزت على الأنشطة الرياضية والاعلام الرياضي المكتوب التي يهتم بها الإنسان العربي وتجنب بعض هفواتها خاصة تكييفها وتعديلها .
- الاستفادة من هذه البحوث فيما يتعلق بالجانب المنهجي للدراسة في تصميم البحث وتحديد المنهج وأدوات جمع البيانات وتحديد أسئلة الاستبيان .
- الاستعانة ببعض نتائج هذه الدراسات في ظل الأفكار النظرية المتعلقة بموضوع الدراسة، ومقارنة نتائج هذه الدراسات بالنتائج المتوصل إليها من خلال هذا البحث.

الفصل الثاني

الإطار العام للدراسة

1 - الكلمات الدالة في الدراسة:

من خلال موضوع بحثنا يمكن تحديد مفاهيم الكلمات الدالة في الدراسة وهي كما يلي:

- الإعلام:

✓ لغة: مشتق من (أعلم) ويقال أعلم إعلاما بمعنى: أخبر إخبارا. (حسن أحمد الشافعي، دون سنة، ص 307)
✓ اصطلاحا: عرفه عبد اللطيف حمزة: "الإعلام هو تزويد الناس بالإخبار الصحفية والمعلومات السليمة والحقائق الثابتة".

وعرفه فرنان تيرو "الإعلام هو نشر الوقائع والآراء في صيغة مناسبة بواسطة ألفاظ وأصوات أو صور، وبصفة عامة بواسطة جميع العلامات التي يفهمها الجمهور". (زهير احندان، 2007، ص 14)

✓ اجرائيا: إن الإعلام تعبير موضوعي يقوم على الحقائق والأرقام والإحصاءات ويستهدف تنظيم التفاعل بين الناس من خلال وسائله العديدة ومنها الصحافة والإذاعة والتلفزيون وغيرها.

- الإعلام الرياضي:

✓ اصطلاحا: هو عملية نشر الأخبار والمعلومات والحقائق الرياضية، وشرح القواعد والقوانين الخاصة بالألعاب والأنشطة الرياضية للجمهور بهدف نشر الثقافة الرياضية بين أفراد المجتمع وتنمية وتوعية الرياضي.

كما أن الإعلام الرياضي هو جزء من الإعلام الخاص يتميز عنه في كونه إعلاما خاصا يهتم بقضايا وأخبار الرياضة والرياضيين ويعتبر الرياضيون هم هدفه وأدواته فهو يهدف قبل كل شيء إلى إيصال كل المعلومات والأخبار إلى الرياضيين والعاملين في المجال الرياضي بشكل عام. (شافعي محفوظ وآخرون، 2004، ص 88)

✓ اجرائيا: الإعلام الرياضي جزء من الإعلام الخاص، يهتم بوصف الحياة الرياضية من خلال نقله ونشره لأخبار الرياضة والرياضيين في مختلف الأنشطة الرياضية بهدف زيادة وتثقيف الجمهور بالمعرفة الرياضية.

- كرة القدم:

✓ لغة: كرة القدم هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرونها بما يسمى عندهم بالـ "Regby" أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "Soccer"

✓ اصطلاحاً: "كرة القدم رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع". (رومي جميل: ، 1986م، ص50)

إجرائياً: كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا ، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط ، وحكام للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة 90دقيقة ، مقسمة لشوطين بينهما فترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت المباراة بالتعادل "في حالة مقابلات الكأس" فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة ، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

- الروح المعنوية:

✓ اصطلاحاً: ويقصد بالروح المعنوية الجو العام الذي يسيطر على الجماعة ويواجه سلوكها، وتعتبر الروح المعنوية محصلة لكثير من العوامل التي تسود المدرسة أو المنظمة.

✓ إجرائياً: تشير في هذه الدراسة إلى درجة إحساس اللاعب بقيمته الذاتية المرتفعة، وثقته بنفسه، وتقديره لذاته ومستواه في الأداء وكلها مؤشرات وضعت في الاستبيان، الموجه إلى اللاعبين الممثلين لأفراد عينة هذه الدراسة.

- التحضير النفسي :

✓ تعريف فورينوف : التحضير النفسي هو عبارة عن مجموعة المراحل والوسائل والمناهج التي من خلالها يصبح الرياضي مستعد نفسياً ، ودائماً حسب فورينوف، نجد أن التشخيص السيكولوجي كان دائماً ينظر إليه وكأنه جزء من التحضير النفسي ، وهذا الأمر في الحقيقة غير صحيح ، ذلك أن التحضير بهذه الصفة يمثل جملة من

التأثيرات التي تؤثر على الرياضي الذي تأخذ منه المعلومات التي تأتي من المحيط الرياضي (محمد حسن علاوي ، 1985 ، ص22)

✓ **التعريف الإجرائي :** هو تكوين وتحضير نفسية اللاعب عن طريق استعمال وسائل ومناهج علمية معينة للوصول إلى الهدف المحدد ، وهو سيرورة التطبيق العلمي لوسائل ومناهج معينة ومحدودة موجهة نحو التكوين النفسي الرياضي .

- **القلق :**

✓ **إصطلاحا :** يعرف سبيلبرجر حالة القلق بأنها حالة انفعالية ذاتية يشعر فيها الفرد بالخوف و التوتر و يمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت إلى آخر .
يعتبر القلق أحد الانفعالات الهامة ، حيث ينظر إليه على أساس انه من أهم الظواهر النفسية التي تؤثر على أداء الرياضيين ، وان هذا التأثير قد يكون ايجابيا يدفعهم لبذل المزيد من الجهد أو بصورة سلبية تعوق الأداء .

✓ **اجرائيا:** شعور ذاتي بالخوف أو التهديد يلزمه أحيانا ارتفاع الاستشارة الفسيولوجية يشبهه ولكن ليس هو الخوف ، يختلف القلق عن الاستشارة في كونه يشمل بالإضافة إلى درجة من التنشيط حالة انفعالية غير سارة ، لذا يستخدم مصطلح القلق في وصف مركب مكون من شدة السلوك واتجاه الانفعال في القلق سلبي يصف أحاسيس ذاتية غير سارة .

- **تركيز الانتباه :**

✓ **اصطلاحا :** عرف كل من وينبرج و جولد تركيز الانتباه بأنه " تضيق الانتباه نحو المثيرات (الرموز) ، ويتضمن هذا التعريف :

-- تضيق الانتباه نحو المثيرات (الرموز) المرتبطة بالبيئة .

-- الاحتفاظ بالانتباه نحو تلك المثيرات (الرموز) المرتبطة بالبيئة.

✓ **التعريف الإجرائي :** يعتبر تركيز الانتباه أحد المهارات النفسية الهامة للرياضيين ، وهو أساس نجاح عملية التعلم والتدريب ، ويعتبره كثير من اللاعبين بسبب الانهزامات في كثير من الأحيان

- **الثقة بالنفس :**

✓ **إصطلاحا :** الثقة بالنفس لا تتطلب بالضرورة تحقيق المكسب ، فالبرغم من عدم تحقيق المكسب أو الفوز فإنه يمكن الاحتفاظ بالثقة بالنفس وتوقع تحسن الأداء

كثيرا من اللاعبين، حيث أن معظم اللاعبين يعتقدون أنه يمكن أن يصبح لديهم الثقة في النفس عندما يحققون الفوز فقط ، وذلك شيء غير صحيح ، حيث يمكن أن يشعر اللاعب بالثقة في النفس حقا عندما يستطيع أن يؤدي أي مهارة حركية بنجاح، فالثقة بالنفس هي توقع النجاح ، والاعتقاد بأنه يمكنه أن يحسن من أدائه .

✓ إجرائيا : هي شعور اللاعب أن أدائه سوف يكون جيد بصرف النظر عن النتائج حتى وإن كان المنافس متفوق عليه ، لذا فإن الأداء الجيد المقرون بالثقة بالنفس ليس من الضروري أن يؤدي حتما دائما إلى تحقيق المكسب .

- الاسترخاء :

✓ إصطلاحا : الاسترخاء يقصد به عدم أداء أي شيء مطلقا باستخدام العضلات و هذا يعني "إطلاق سراح" أي إنقاص أو توتر في العضلات و عدم وجود نشاط عضلي تماما أو الوصول إلى درجة الصفر تقريبا في النشاط العضلي ، كما أن الاسترخاء يندرج ضمن المهارات النفسية التي تساعد على تعديل السلوك و تعد تقنيات الاسترخاء ملتقى علم النفس الفيزيولوجي عند الإنسان، و هذا بفضل تدخلها على الجسم من خلال استعمالها للتفاعلات العضوية بمساعدة أساليب نفسية خاصة بها .

(BOUSINGEN RD: . 1996. P124

2 - إشكالية الدراسة:

ان وسائل الإعلام لها فضل كبير في تطوير الرياضة وإيصالها إلى العالمية ففكرة الاحتراف وجدت في الدول الغربية الرأسمالية وكانت متناقضة مع فكرة الهواية المنتشرة في الدول الشرقية الشيوعية، لأن هذه الدول كانت تولي الاهتمام بالرياضة في حد ذاتها وتطويعها وفق توجهات إيديولوجية.

إن أي مجتمع لا يمكنه العيش والاستقرار دون وجود أدوات تواصل بينه ، وبين المجتمعات الأخرى ومن بين هذه الوسائل: الإعلام، الذي يعتبر روح المجتمعات فلو تطرقنا إلى التطور التاريخي لوسائل الإعلام نجدها مرت بعدة مراحل عبر التاريخ حتى وصلت إلى الصورة التي هي عليها الآن في وقتنا الحاضر وهذا راجع إلى تغير هذه الوسائل من عصر لآخر.

لا أحد منا ينكر التأثير الفعال الذي تمارسه وسائل الإعلام المرئية منها والمسموعة والمقروءة على مختلف فئات المجتمع الرياضي، خاصة وما أحدثته وسائل الإعلام الرياضي أثناء إجراء مقابلة الجزائر ومصر ضمن تصفيات مونديال جنوب إفريقيا 2010 لخير دليل على ذلك، أين كادت أن توصف بعلاقات تاريخية بين بلدين كبيرين كبر مصر والجزائر.

ونحن في إطار انجاز هذه المذكرة سنتطرق إلى التأثير الخاص للإعلام الرياضي المكتوب لكن على الرياضيين أنفسهم، اخترنا لذلك ممارسي كرة القدم، وذلك لمعرفة الأثر الايجابي أو السلبي الذي تتركه هاته الوسيلة على نفسية الرياضيين الذين يعتبرون كأفراد اجتماعيين في حياتهم الاجتماعية، وكذا قابلون للتأثير والتأثر النفسي، حتى بإمكان وسائل الإعلام المقروءة أن تصبح نعمة على بعض اللاعبين ، ونقمة على البعض الآخر بحيث أن وسائل الإعلام الرياضية في بلادنا، التي يشتهر فيها الإعلام الرياضي المكتوب أكثر، قد ترفع من شأن بعض اللاعبين وانعكاس ذلك عليهم ، وذلك لأغراض تجارية لا غير، وفي نفس الوقت قد تحط من قيمة اللاعب أو حتى بعض الأحداث.

وانطلاقا من هذه الأفكار يمكننا أن نطرح السؤال العام الآتي:

▪ هل للتحضير الذهني للاعب كرة القدم دور في خفض ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

وينطوي هذا السؤال على ثلاث تساؤلات فرعية:

▪ هل للتحضير الذهني دور في رفع الروح المعنوية للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

▪ هل للتحضير الذهني دور في زيادة دافعية الإنجاز للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

3- أهداف الدراسة:

هذا البحث يملأ فراغا في مكتبتنا، فمن الملاحظ أن البحوث من هذا النوع شبه منعدمة، وبالتالي لم تأخذ دورها المنشود من التقدم في بلادنا، وبالمقابل نجد أن مثل هذه البحوث في المجتمعات المتقدمة حظيت بالعناية اللازمة، على ضوء ما ذكرنا تتجلى أهداف الدراسة فيما يلي:

- تنبيه القائمين على وسائل الإعلام الرياضي المقروء للدور الذي يمكن أن تلعبه في التأثير النفسي السلبي على لاعبي كرة القدم.

- معرفة مدى متابعة اللاعبين واطلاعهم على ما ينشر في الصحافة الرياضية المكتوبة.

- معرفة مدى مساهمة الجمهور بكل أنواعه عبر وسائل الإعلام الرياضي في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم.

4- أهمية الدراسة:

موضوع لم يسبق وان طرح للدراسة، فرضه واقع الملاحظات الميدانية انطلاقا من أهميته البالغة، كونه دراسة إعلامية تحليلية نفسية، لأنه يهتم بدراسة التأثير النفسي الذي تخلقه الصحافة الرياضية المكتوبة خاصة على نفسية اللاعبين كما يحتل مكانة كبيرة في العصر الحالي كونه مركب من شقين "نفسى - إعلامي رياضي" فلهما من الأهمية ما يجعل البحث يستحق للانتباه والمتابعة.

فالجانب النفسي هو الذي يقع تحت لواء علم النفس، الذي يعتبر من أرقى العلوم وأكبرها قيمة ، لأنه يبحث في ميدان النشاط النفسي والحالات التي يتصف بها الإنسان من حين لآخر، والجانب الإعلامي الرياضي الذي يقترن بالرياضة والإعلام ، هذا الأخير الذي يعتبر همزة وصل بين الجمهور واللاعبين ووسيلة دفاع وهجوم في آن واحد.

لذا كما أسلفنا ذكرا، فالموضوع فرض مطروح من واقع الملاحظة الميدانية ومن خلاله نسعى إلى:

- دراسة مسؤوليات وسائل الإعلام المكتوب خاصة في تعمدتها في التأثير النفسي على اللاعبين وما ينجر عن ذلك من نتائج.

- دراسة ارتباط التأثير النفسي بوسائل الإعلام المقروء دراسة علمية مختصة في إبعاد هذا الملف عن التناول الشعبي ونقله إلى المختصين وتناول الموضوع والتحكم في وسائله بالطريقة العلمية.

- تبيين نقل الرسالة الإعلامية في دفع الحياة الرياضية في ظل معطيات العصر ومحاولة تغييرها بانتقاء المادة الإعلامية، وإتباع المنهج العلمي الصحيح ورفع مستوى الرياضة وهذا عن طريق الترصد الايجابي لوسائل الإعلام الرياضي المقروء خاصة بالنظر إلى الجانب النفسي للاعب.

▪ هل للتحضير الذهني للاعب كرة القدم دور في خفض ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

وينطوي هذا السؤال على ثلاث تساؤلات فرعية:

▪ هل للتحضير الذهني دور في رفع الروح المعنوية للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

▪ هل للتحضير الذهني دور في زيادة دافعية الإنجاز للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

5- الفرضيات:

5-1- الفرضية العامة:

▪ للتحضير الذهني للاعب كرة القدم دور في خفض ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة؟.

5-2- الفرضية العامة:

▪ للتحضير الذهني دور في رفع الروح المعنوية للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة.

▪ للتحضير الذهني دور في زيادة دافعية الإنجاز للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة.

الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية:

قبل الشروع في الدراسة الميدانية والتي تتمثل في توزيع استمارة الاستبيان على لاعبي كرة القدم لفريق أمل بوسعادة ارتأينا القيام باستطلاع أولي تمثل في زيارتنا الميدانية لأمل بوسعادة بهدف إتاحة الفرصة لنا كباحثين لمعرفة بعض الجوانب المحيطة بموضوع الدراسة ومن أهمها:

- التعرف على المكان ومدى إمكانية إجراء هاته الدراسة.
- تحديد العينة وطريقة اختيارها ومعرفة الأجواء المحيطة بتا.
- التقرب أكثر من أفراد العينة.

وكون موضوع الدراسة متعلق بأثر الصحافة الرياضية المكتوبة على الأداء الحركي للاعبي كرة القدم الجزائرية ودورها في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم ، فان مجتمع البحث يمثل جميع لاعبي أمل بوسعادة في صنف الأكاير والذي يبلغ عددهم 25 لاعب حسب المعلومات المتحصل عليها من رئيس النادي.

2- مجالات الدراسة:

2 - 1 - المجال المكاني:

أجريت هذه الدراسة في فريق أمل بوسعادة الذي يلعب في البطولة الوطنية المحترفة موبيليس لكرة القدم صنف الأكاير.

2 - 2 - المجال الزمني:

يتمثل المجال الزمني للدراسة في المدة التي استغرقتها، ولقد كانت الانطلاقة الفعلية في هذه الدراسة شهر جوان 2014 بالبحث عن كل ما تعلق بالجانب النظري وبعد ذلك إجراء الدراسة الاستطلاعية وكذا تحديد الموضوع تحديدا دقيقا وطرح الإشكالية وهذا في شهر سبتمبر 2014 ، أما مرحلة البحث الميداني فكانت بداية من شهر فيفري من خلال صياغة استمارة الاستبيان، وقد استغرقت مدة توزيع الاستبيان واسترجاعه مدة معتبرة أما عملية تفرغ البيانات فقد بدأت مع نهاية شهر أبريل .

2 - 3 - المجال البشري:

وهو يمثل مجتمع البحث والمتمثل في جميع لاعبي فريق أمل بوسعادة صنف الأكاير أما عن الصعوبات التي صادفتنا في الجانب الميداني كانت:

- الوقت الضيق لهذا الجانب مع صعوبة ضبط استمارة نظرا لآراء ووجهة نظر المحكمين المختلفة ضف إلى ذلك صعوبة توصيلها إلى اللاعبين واسترجاعها في وقتها المحدد نظرا لارتباطات اللاعبين برزنامة المباريات.

3- المنهج المتبع في الدراسة:

من المؤكد أن البحث العلمي ما هو إلا سلسلة منظمة من المراحل المضبوطة بجملة من القواعد، والتي تسعى وفي كل العلوم إلى الوصول إلى حقيقة سمتها الموضوعية والدقة والترتيب ولقد تعددت المناهج العلمية للبحث تبعا لتعدد مواضيع الدراسة في العلوم الإنسانية والاجتماعية وذلك من أجل الوصول إلى حقائق بطريقة علمية دقيقة ويعرف المنهج بأنه "مجموعة من العمليات والخطوات التي تتبعها الباحث بغية تحقيق بحثه". (رشيد زرواتي ، 2007 ، 119)

وتماشيا مع طبيعة موضوع الدراسة تم استخدام "المنهج الوصفي" الذي يهدف إلى جمع بيانات وأوصاف دقيقة علمية للظواهر الاجتماعية في وضعها الراهن والى دراسة العلاقات التي توجد بين الظواهر الاجتماعية ومن أهم طرق المنهج الوصفي، الملاحظات العلمية، التي تعتبر موردا خصبا للحصول على معلومات وبيانات دقيقة. (محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب ، 1987 ص 217)

في هذا المنهج يهتم الباحث بدراسة الوضع الحالي للظاهرة التي لا بد وان توفر للباحث أوصاف دقيقة للظاهرة التي يدرسها، قبل إن يشرع في الدراسة الفعلية التي تتطلب تطبيق وسائل دقيقة لتسجيل وتحديد الملاحظات.

كما يعرف المنهج الوصفي بأنه احد أشكال التحليل والتعبير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها كميًا عن طريق جمع بيانات ومعلومات مقننة عن الظاهرة أو المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة. (سامي محمد ملحم ، 2006 ، 370)

وقد تم تطبيق مختلف إجراءات الدراسة عبر مرحلتين رئيسيتين:

المرحلة الأولى:

وهي المرحلة الاستكشافية وشملت جمع البيانات والمعلومات النظرية وكل ماله علاقة بموضوع الدراسة من دراسات سابقة ومفاهيم بهدف تكوين نظرة شاملة حول الموضوع.

المرحلة الثانية:

وهي مرحلة التحديد والوصف المعمق للدراسة، وقد شملت الدراسة التطبيقية والنظرية من خلال طرح الإشكالية والفرضيات، تحديد مجتمع وعينة البحث والأدوات الملائمة للدراسة، ثم جمع المعلومات المتعلقة بأبعاد الدراسة وأخيرا تحليل النتائج وتفسيرها.

4- مجتمع وعينة الدراسة:

إن مجتمع الدراسة في لغة العلوم الانسانية هو مجموعة منتهية أو غير منتهية من العناصر المحددة مسبقا التي تركز عليها الملاحظات. (موريس أنجرس، ترجمة بوزيد صحراوي وآخرون ،2004، ص209)

وبما أن مجتمع بحثنا هو فريق أمل بوسعادة وبالنظر إلى عدده الذي لا يتجاوز 25 لاعب وهذا حسب المعلومات المحصل عليها من رئيس النادي، لذلك ارتأينا اعتماد المسح الشامل، موزعين حسب سمة الأقدمية وفق الجدول التالي:

عدد الفريق	عدد المواسم في المجموع
عدد اللاعبين	25

5- أدوات جمع البيانات والمعلومات:

يعتبر المحور الذي ينشد إليه البحث وتوظيفه يكون قصد الوصول إلى كشف الحقائق التي تبني عليها الدراسة وقد تم الاعتماد على:

5 - 1 - طريقة التحليل البيبليوغرافي:

وهي أول الطرق المستعملة وتتمثل في جمع المعلومات النظرية من المراجع التي لها صلة بموضوع الدراسة وذلك لإعطائها صيغة علمية.

5 - 2 - استمارة الاستبيان:

والتي تعرف بأنها نموذج يضم مجموعة أسئلة توجه إلى الأفراد من أجل الحصول على معلومات حول موضوع أو مشكلة أو موقف، ويتم تنفيذ الاستمارة إما عن طريق المقابلة الشخصية أو إن ترسل إلى المبحوثين عن طريق البريد. (محمد علي محمد ، 1980، ص:339).

ويستخدم الاستبيان لجمع البيانات الميدانية التي لا يتيسر على الباحث جمعها عن طريق أدوات البحث الأخرى، وكانت استمارة الاستبيان هي الملائمة لإجراء هذه الدراسة وتضم مجموعة من الأسئلة قد تكون مقيدة (مغلقة) أو مفتوحة أو مقيدة مفتوحة:-
البيانات: تتضمن ثلاث محاور تخدم فصول البحث وفرضياته:

5 - 2 - 1 - الخصائص السيكومترية للأداة :

للتحقق من صلاحية أداة الدراسة، والتأكد من توفرها على الخصائص السيكومترية تم تطبيقها على عينة تتكون من 25 لاعب وذلك بعد الصياغة النهائية لاستمارة الاستبيان تم الشروع في توزيعها على عينة البحث ابتداء من 02-02-2015 وقد دامت العملية حوالي أسبوع وقد تم التوزيع بالمقابلة الشخصية لكل الاستمارات وذلك للإجابة على أي استفسار أو غموض يكتنف الأسئلة.

*صدق الأداة:

يعد أهم الشروط الواجب توفرها في أدوات القياس وهو من أهم معايير جودة الاختبار.

- عرفه أنستاي "إن صدق الاختبار يعني ما الذي يقيسه الاختبار وكيفية صحة هذا القياس".

- وعرفه ليند كويت" هو الدقة التي يقيس بها الاختبار ما وضع من أجله". (محمد نصر الدين رضوان، 2006، ص:177)

ومن أجل التأكد من صدق الأداة اعتمد الباحثون على أكثر وسيلة وهي كالتالي:

** الصدق الظاهري:

يشير هذا النوع من الصدق إلى ما إذا كانت أداة الدراسة تبدو كما لو كانت تقيس أو لا تقيس ما وضعت من أجل قياسه، وحسب: احمد سعاف صالح: "يعد الاختبار صادقا إذا كان يقيس ما اعد لقياسه فقط، أما إذا اعد لسلوك ما وقاس غيره لا تطبق عليه صفة الصدق.

** صدق المحتوى:

هو قياس لمدى تمثيل لأداة الدراسة لنواحي الجانب المقاس، عن طريق تحليل عناصر الاستبيان تحليلا منطقيا لتحديد الأبعاد والمحاور ، والجوانب المتمثلة فيه، وسنة كل منها إلى الاستبيان بأكمله، وقد اعتمد الباحث على ما يلي لتقنين هذا النوع من الصدق:

**** حكم الخبراء والمتخصصين :**

من اجل معرفة مدى التوفيق بين أسئلة الاستمارة الإستبائية وإشكالية وفرضيات البحث، وبغية تحري الصدق وموضوعية الأداة العلمية قمنا بعرض الاستمارة على بعض أساتذة معهد التربية البدنية وأساتذة علم النفس الذين اعتبروا كمحكمين، وبعد موافقة الأستاذ المشرف والأخذ بالاعتبار ملاحظات وتوجيهات الأساتذة المحكمين قمنا بعملية توزيع الاستمارة الإستبائية على أفراد العينة.

5 - 3 - إجراءات التطبيق الميداني للأداة:

بعد توزيع أسئلة الاستبيان على الأساتذة المحكمين، ابدوا أراهم في تلك الأسئلة بالإضافة إلى إعادة الصياغة لبعضها مع التركيز على عدة نصائح وإرشادات وبعد الصياغة النهائية لاستمارة الاستبيان والحصول على ترخيص من المعهد، اتجهنا مباشرة لتوزيعها شخصيا على أفراد العينة بهدف شرح أي غموض قد يلف أسئلة الاستمارة بالنسبة لأفراد العينة وكان ذلك ابتداء من منتصف شهر فيفري إلى غاية نهاية شهر أفريل وبعد الانتهاء من توزيع الاستمارات والحصول على الإجابات، تم الشروع مباشرة في عملية تفرغ البيانات وتحليل نتائجها.

6- المعالجة الإحصائية:

إستعنا ببعض الأسس الإحصائية لمعالجة نتائج بحثه، و ما سيتوصل إليه من درجات خام تعبر عن أداء أفراد العينة، على أدوات البحث المختلفة المطبقة في هذا البحث، و ستتضمن خطة المعالجة ما يلي:

- حساب المتوسطات و الانحرافات المعيارية لجميع المتغيرات على العينة الكلية، و ذلك لاختبار فروض البحث.

6 - 1 - المتوسط الحسابي:

و الهدف منه لاستخراج الانحراف المعياري، بالإضافة إلى مقارنة النتائج بين العينات(الشاهدة و التجريبية) و بين الاختبارات القبلية و البعدية، و على ذكر المتوسط الحسابي فمعادلته كالتالي:

$$\bar{س} = \frac{\text{مجم س}}{ن}$$

حيث:

- س: المتوسط الحسابي للدرجات

- مج س: مجموع القيم

- ن: عدد أفراد العينة

6 - 2 - الانحراف المعياري:

يعتبر الانحراف المعياري من أهم مقاييس التشتت و أكثرها دقة، حيث هو عبارة عن الجذر التربيعي لمتوسط مجموع انحرافات القيم عن وسطها الحسابي، إذن فهو يبين مدى ابتعاد درجة المفحوص عن النقطة المركزية، إذ سيفيد في حساب المعادلات الإحصائية:

$$30 \leq n \quad \frac{\sqrt{\frac{\text{مج}(س-س)^2}{n}}}{\bar{س}} = \epsilon$$

$$30 < n \quad \frac{\sqrt{\frac{\text{مج}(س-س)^2}{n-1}}}{\bar{س}} = \epsilon$$

حيث

-ع: الانحراف المعياري

-س: الدرجة الخام

- $\bar{س}$: المتوسط الحسابي

-ن: عدد أفراد العينة

-مج: المجموع

6 - 3 - حساب معامل الارتباط البسيط (كارل بيرسون):

يحسب من خلال القانون التالي: (فؤاد أبو حطب أمال الصادق ، 1991م، ص254)

$$r = \frac{\text{مج}(ح س \times ح ص)}{\sqrt{\text{مج}(ح س)^2 \text{مج}(ح ص)^2}}$$

حيث

-ر: قيمة معامل الارتباط

-ح س: انحراف القيم الأولى عن متوسطها

-ح ص: انحراف القيم الثانية عن متوسطها

و سيستعان بهذا الاختبار (معامل الارتباط) في الدراسات الاستطلاعية لمعرفة ثبات اختبار المهارات النفسية .

6 - 4 - الصدق الذاتي:

و يطلق عليه مؤشر الثبات و هو صدق الدرجات التجريبية للاختبار بالنسبة للدرجات الحقيقية التي خلصت من أخطاء القياس، و بذلك تصبح الدرجات الحقيقية للاختبار هي المحك الذي ننسب إليه صدق الاختبار. (محمد حسن علاوي و محمد نصر الدين رضوان، 2000م، ص275)

ويقاس الصدق الذاتي بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار على النحو التالي:

معامل الصدق الذاتي = $\sqrt{\text{معامل الثبات}}$

6 - 5 - اختبار التجانس (النسبة الفئوية) "ف":

سيطبق هذا الاختبار لأن تجانس العينة يعتبر أحد شروط تطبيق اختبار "ت" و بالتالي سيكون لزاما قياس مدى التجانس في متغيرات البحث ما بين العينة الشاهدة و العينة التجريبية، و ذلك باستخدام النسبة الفئوية "ف" على النحو التالي : (غريب سيد أحمد ، 1995م، ص 283)

$$ف = \frac{\text{التباين الأكبر}}{\text{التباين الأصغر}} = \frac{ع_1^2}{ع_2^2}$$

6 - 6 - النسبة المئوية:

الهدف منها حساب نتائج الإجابات للاعبين المعاقين الممارسين لكرة السلة على الكراسي المتحركة . (قيس ناجي عبد الجبار و كامل محمد ، 1988م، ص43)

النسبة المئوية(%)=(عدد أفراد كل مستوى×100)/العدد الإجمالي للعينة.

$$\% = \frac{س \times 100}{ن}$$

حيث:

- س: عدد التكرارات

- ن: عدد العينة الكلية(حجم العينة)

6 - 7 - اختبار الدلالة الإحصائية "ت" ستيودنت:

يوظف هذا الاختبار لقياس دلالة الفروق بين المتوسطات المرتبطة و غير المرتبطة و للعينات المتساوية و غير المتساوية، و في هذا الصدد سيستخدم الباحث المعادلتين التاليتين:

- المعادلة الأولى: ستطبق هذه المعادلة لمعرفة دلالة الفروق بين الاختبارات القبلية و الاختبارات البعدية لنفس العينة.

$$t = \frac{\text{مجم ح}^2 \text{ ف}}{1-n}$$

حيث:

- م ف: متوسط الفروق

- مج ح² ف: مجموع مربع الانحرافات عن متوسط تلك الفروق

- درجة الحرية: ن-1

- المعادلة الثانية: ستطبق للكشف عن دلالة الفروق بين عينتي البحث التجريبية و الشاهدة في الاختبارات البعدية، بعد تحقق شرط التجانس بين العينتين و:

$$t = \frac{|\bar{s}_1 - \bar{s}_2|}{\sqrt{\frac{e_1^2 + 2e_2}{1-n}}}$$

حيث:

- س₁: المتوسط الحسابي للعينة الأولى

- س₂: المتوسط الحسابي للعينة الثانية

- ع₁: الانحراف المعياري لدرجات العينة الأولى

- ع₂: الانحراف المعياري لدرجات العينة الأولى

- درجة الحرية = ن₁ + ن₂ - 2

و في حالة ن₁ = ن₂

- فإن: درجة الحرية = 2ن₂ - 2

6- 8 - التباين :

التباين = (الانحراف المعياري)²

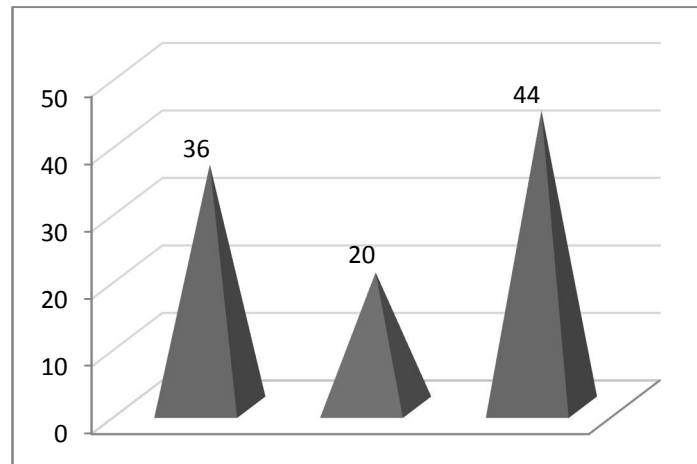
الفصل الرابع

تحليل ومناقشة النتائج

عرض النتائج وتحليلها:

السؤال الأول: أثناء قراءتك لمقال صحفي ينتقد فريقك ما هو شعورك بدقة ؟
الهدف من السؤال: هو معرفة شعور اللاعبين عند انتقاد فريقهم في المقالات الرياضية المكتوبة.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	11	05	09	09.32	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	%44	%20	%36				



عرض وتحليل النتائج:

بناء على نتائج الجدول رقم "01" يبين أن هناك فرق ذات إحصائية لصالح القيمة الكبرى، إذ بلغت قيمة كا² المحسوبة (15.36) وهي أكبر من قيمة كا² المجدولة المقدره بـ (5.99) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة الحرية (02)،
التحليل:

من الجدول رقم 01 يتضح لنا إن أغلبية اللاعبين المستجوبين يشعرون بالقلق أثناء انتقاد فريقهم بالمقالات الرياضية و ذلك بنسبة %44 ونسبة %36 لا يباليون بها، في حين نجد نسبة %20 من اللاعبين يرتاحون لمثل هاته الانتقادات ، ويمكن إرجاع هذا التباين في

الاستجابة إلى عاملي الخبرة و الأقدمية بالفريق ، مقارنة بالعناصر والوجوه المتعاقد معها حديثاً من للاعبين .

الاستنتاج: نستنتج من خلال الجدول أعلاه أن المقالات الصحفية الرياضية وما تحمله من انتقادات إزاء اللاعبين تساهم بدور كبير في ظهور القلق على اللاعبين وذلك لتطرقها إلى مواضيع قد تكون حساسة دون الاستعانة في معظم الأحيان بخبراء، لتحديد المشاكل وعلاجها هذه المشاكل والتأثيرات تظهر أكثر لدى العناصر الوافدة الجديدة التي لم يمضي على انضمامها للفريق سوى موسم وموسمين، هو ما يفسر دور الخبرة والاقدمية في الفريق للتكيف مع مختلف الانتقادات والآراء.

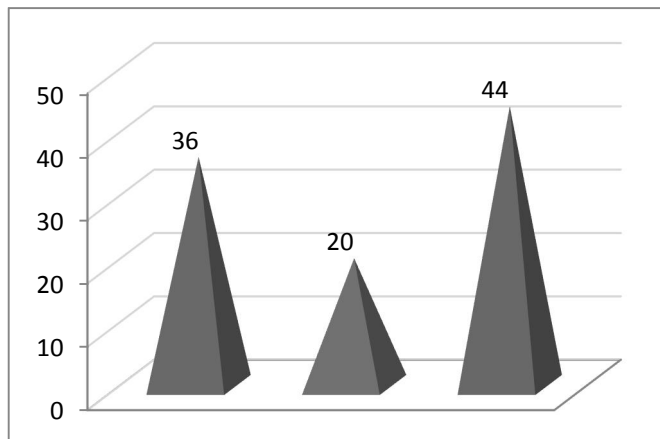
السؤال رقم 02:

هل تتوتر بسبب التحليل الصحفي في الصحافة الرياضية المكتوبة؟

الغرض من السؤال: دور التحليل الصحفي في شعور اللاعبين بالتوتر.

الجدول رقم 02: يمثل دور التحليل الصحفي في شعور اللاعبين بالتوتر.

الأجوبة	نعم	لا	نوعاً ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	11	05	09				
النسبة المئوية	%44	%20	%36	09.32	5.99	دال	0.05



التحليل:

من خلال الجدول رقم 02 يتبين لنا أن نسبة 68% من اللاعبين أجابوا بالجواب الثاني والمتمثل في لا بمعنى إن التحليلات الصحفية في الصحافة الرياضية المكتوبة بشأن اللاعبين لا تثير لدى معظمهم أي نوع من التوتر مقارنة بنسبة 32% من اللاعبين أجابوا بنعم وهو ما يدل على تأثر الأقلية منهم بالتوتر نتيجة التحليلات الصحفية الرياضية

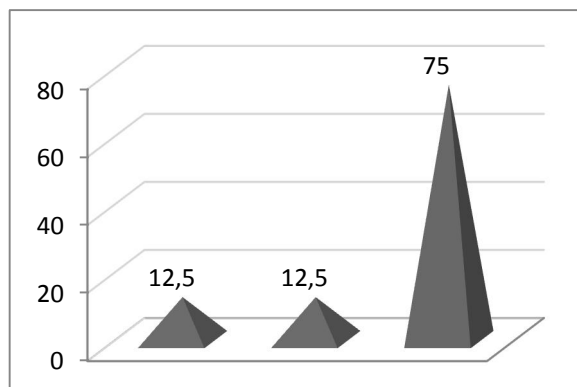
الاستنتاج:

نستنتج من خلال الجدول أعلاه أن أغلبية اللاعبين يعرفون كيفية التعامل مع مختلف التحليلات الصحفية الرياضية سواء لخبرة اللاعب أو توجيهات تلقاها مسبقا وهو ما يعني عدم فاعلية التحليلات الصحفية بالصحافة الرياضية المكتوبة في زيادة العبء والتوتر على نفسية اللاعب.

السؤال رقم 03:

هل تتقبل الانتقادات من شخصيات رياضية معروفة؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى تقبل اللاعب للانتقادات.
الجدول رقم 03: يوضح تقبل اللاعب للانتقادات

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	15	05	05	13.22	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	% 70	% 12.5	% 12.5				



التحليل:

من خلال نتائج الجدول رقم 03 نلاحظ أن أغلبية اللاعبين يأخذون بمحمل الانتقادات من مختلف الشخصيات الرياضية المعروفة وذلك بنسبة 80% نظرا لحدائهم بالفريق وتبقى نسبة 20% رافضة لمثل هذه الانتقادات.

الاستنتاج:

نستنتج أن للشخصيات الرياضية المعروفة دور فعال في التأثير على نفسية اللاعب بإبداء مختلف الانتقادات والتوجيهات البناءة خاصة للاعبين الذين لا يملكون الخبرة والتجربة مثلما هو موضح بالجدول وبالتالي تدعيم الممارسة الرياضية.

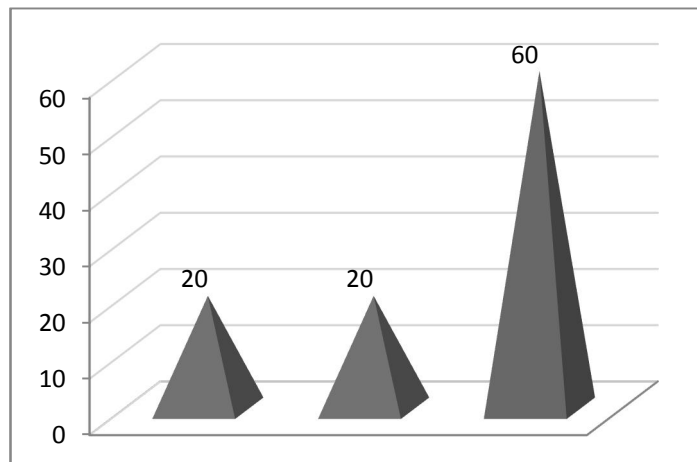
السؤال رقم 04:

هل تمر بحالات من الإحباط عند الاطلاع على أخبار مزعجة في الصحافة الرياضية المكتوبة؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة الأخبار الصحفية المزعجة في إحباط اللاعب.

الجدول رقم 04: يوضح مدى مساهمة الأخبار الصحفية المزعجة في إحباط اللاعب

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	16	12	12	11.64	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	60 %	20 %	20 %				



التحليل:

من خلال الجدول رقم 04 نلاحظ أن جل اللاعبين يمرون بحالات من الانهيار والإحباط بمجرد اطلاعهم على الأخبار الرياضية خاصة المزعجة منها وهو ما دلت عليه النسبة 60% من إجاباتهم وهذا بحكم التجربة غير الكافية في الميادين وفي المقابل نجد نسبة 40% ممن أجابوا بلا نتيجة لتجربتهم المتواضعة بالميادين.

الاستنتاج:

نستنتج أن الصحافة الرياضية المكتوبة وما تتناوله من أخبار مزعجة تساهم إلى حد كبير في ظهور حالات الإحباط لدى اللاعبين وفي حالات تتوقف بمدى ما اكتسبه اللاعب من تجربة وخبرة داخل ميادين كرة القدم وطريقة تناوله وتعامله مع وسائل الإعلام المكتوبة.

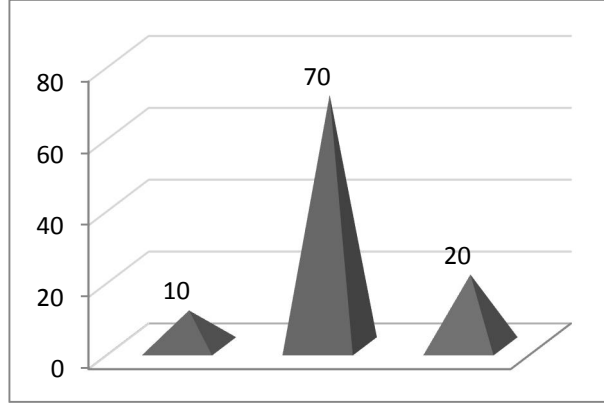
السؤال رقم 05:

هل تشعر بالخوف عندما تقرا مقالا صحفيا ينتقد أداءك؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة المقالات الصحفية الناقدة في ظهور مشاعر الخوف لدى اللاعبين.

الجدول رقم 05: يمثل مدى مساهمة المقالات الصحفية الناقدة في ظهور مشاعر الخوف لدى اللاعبين.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرارات	05	18	02	04.66	5.99	دال	0.05	2
النسبة المئوية	% 20	% 70	10					



من خلال الجدول رقم 05 يتضح لنا أن أغلبية اللاعبين لا يشعرون ولا يتأثرون بالخوف أثناء قراءتهم لمقال صحفي ينتقد فيه أداءهم وذلك بنسبة 72% وان نسبة 28% ينتابهم الخوف من خلال قراءتهم لمقالات ناقدة لأدائهم.

الاستنتاج:

على ضوء نتائج الجدول رقم 05 نستنتج إن الإعلام الرياضي المكتوب وما يتناوله من موضوعات تنتقد أداء اللاعبين ليس بمقدوره إن يؤثر نفسيا على اللاعبين خاصة ما تعلق بجانب الخوف الذي يدخل تحت عامل الضغط النفسي.

السؤال رقم 06:

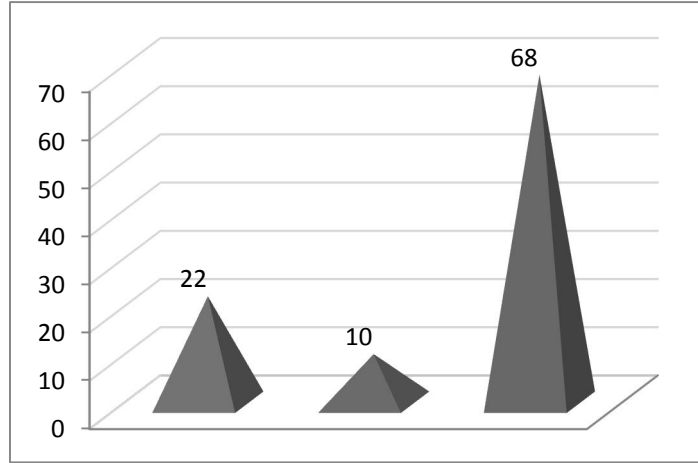
هل ينتابك الشعور بنقص الانجاز عند انتقادك في الصحافة الرياضية المكتوبة ؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى ودور الانتقادات الصحفية في الشعور بنقص الانجاز لدى اللاعب.

الجدول رقم 06: يوضح دور الانتقادات الصحفية في الشعور بنقص الانجاز لدى اللاعبين.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	17	03	05	16.13	5.99	دال	0.05
النسبة	68%	10%	22%				

							المئوية
--	--	--	--	--	--	--	---------



التحليل:

من خلال الجدول رقم 06 يتبين لنا أن جل اللاعبين ينتابهم الشعور بنقص الأداء والانجاز وهذا بمجرد تعرضهم للانتقادات بالصحافة الرياضية المكتوبة وهو ما عبر عليه بنسبة 68%، في المقابل نجد ما نسبته 32% لا يشملهم هذا الانتقاد وما ينجر عنه من نقص الانجاز.

الاستنتاج:

من خلال ما سبق نستنتج إن للصحافة الرياضية المكتوبة تساهم إلى حد بعيد في التأثير النفسي على زيادة الضغوطات النفسية على اللاعبين من خلال الانتقادات اللاذعة وما ينجر عليها وهو ما يشعر اللاعب ويؤدي به إلى هبوط في مستوى الأداء ونقص في الانجاز.

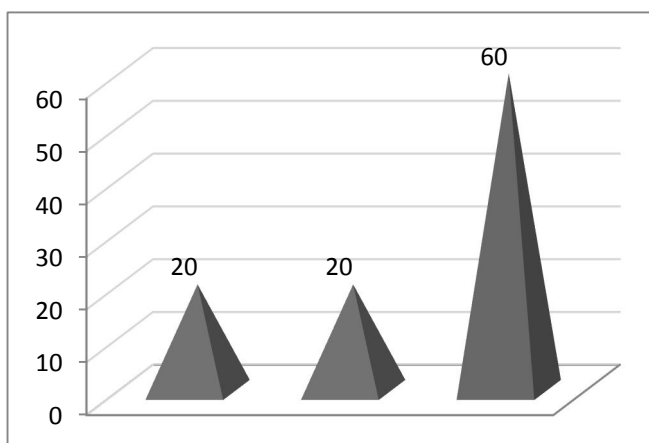
السؤال رقم 07:

هل يشعر ما يثار في الصحافة الرياضية المكتوبة بعدم الأمن داخل الفريق؟

الغرض من السؤال: معرفة درجة شعور اللاعب بعدم الأمن نتيجة الأخبار الصحفية.

الجدول رقم 07: يوضح معرفة درجة شعور اللاعب بعدم الأمن نتيجة الأخبار الصحفية

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	المحسوبة	المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	17	04	04	14.25	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	60 %	20 %	20 %				



التحليل:

من خلال الجدول رقم 07 نلاحظ

- نسبة 60% من اللاعبين لديهم شعور بالأمن داخل الفريق نتيجة ما يثار في الصحافة الرياضية المكتوبة من أخبار وإشاعات وخاصة ما تعلق منها بالفريق.

- في حين نجد 40% من اللاعبين لديهم شعور بالأمن والراحة داخل الفريق رغم الإشاعات والأخبار المثارة في الصحافة المكتوبة حول الفريق.

الاستنتاج:

من خلال النتائج المحصل عليها نستنتج إن الصحافة الرياضية المكتوبة وحدها المسؤولة عن وجود الأمن من عدمه داخل الفريق، انطلاقاً من المواضيع التي تثيرها هاته المواضيع من شأنها إن تساهم في زعزعة الاستقرار داخل الفريق وزرع الشك في نفوس اللاعبين.

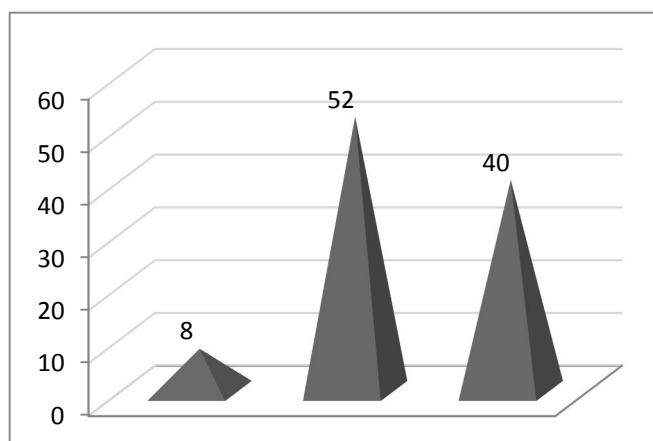
إن الصحافة الرياضية المكتوبة وحسب النتائج المحصل عليها تساهم في التأثير النفسي السلبي على اللاعبين من خلال اللأمن الذي تصنعه داخل الفريق.

السؤال رقم 08:

هل ترى إن الصحافة الرياضية المكتوبة هي مصدر لعدم الاتزان الانفعالي لديك؟
الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة الصحافة المكتوبة في شعور اللاعب بعدم الاتزان الانفعالي.

الجدول رقم 08: يوضح مدى مساهمة الصحافة المكتوبة في شعور اللاعب بعدم الاتزان الانفعالي.

الأجوبة	نعم	لا	نوعاً ما	ك ² المحسوبة	ك ² الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	10	13	02	04.65	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	40 %	52 %	08 %				



التحليل:

من خلال الجدول رقم 08 يتضح لنا:

-نسبة 40% من آراء اللاعبين الذين كانت إجابتهم بنعم ، في كون الصحافة الرياضية المكتوبة تعتبر مصدر الانفعالات وعدم الاتزان.

-ونسبة 52% كانت إجابتهم بلا بمعنى إن الصحافة الرياضية المكتوبة لا تساهم في ممارسة التأثير والضغط على اللاعبين

الاستنتاج:

نستنتج من خلال الجدول إن الصحافة الرياضية المكتوبة ليست المسؤولة عن الانفعالات والاختلالات الانفعالية التي قد تصيب اللاعبين وإنما قد تكون هناك مصادر أخرى مسببة لهذه الانفعالات .

المحور الثاني : دور الإعلام الرياضي المكتوب في التأثير على معنويات اللاعبين.

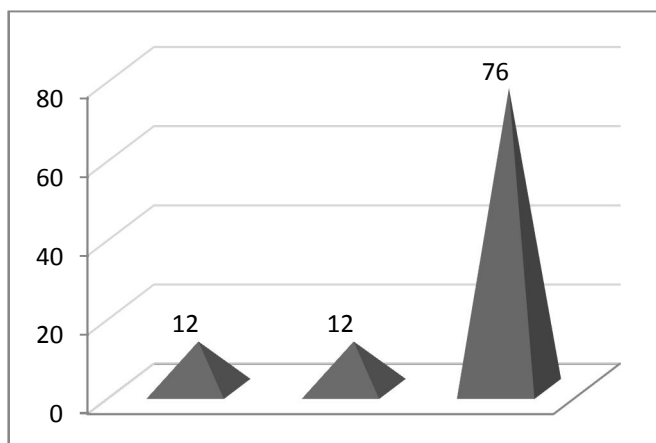
السؤال رقم 09:

هل ترى إن الصحافة الرياضية المكتوبة تحسن صورتك عن ذاتك؟

الغرض من السؤال: معرفة دور الصحافة الرياضية في التأثير على صورة الذات لدى اللاعب .

الجدول رقم 09: يوضح معرفة دور الصحافة الرياضية في التأثير على صورة الذات لدى اللاعبين.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	19	03	03				
النسبة المئوية	% 76	%12	%12	17.24	5.99	دال	0.05



التحليل:

من خلال الجدول رقم 09 نلاحظ إن أغلبية اللاعبين لهم وجهة ورؤية واحدة مفادها أن الصحافة الرياضية المكتوبة تلعب دور كبير في تحسين الصورة عن الذات، وهو ما أشارت إليه النسبة %76 مقارنة بنسبة %24 ترى غير ذلك.

الاستنتاج:

الصحافة الرياضية المكتوبة تساهم بقدر كبير في التأثير على الروح المعنوية للاعبين من خلال تحسين صورتهم عن ذاتهم، وهو مكسب بالنسبة للاعبين.

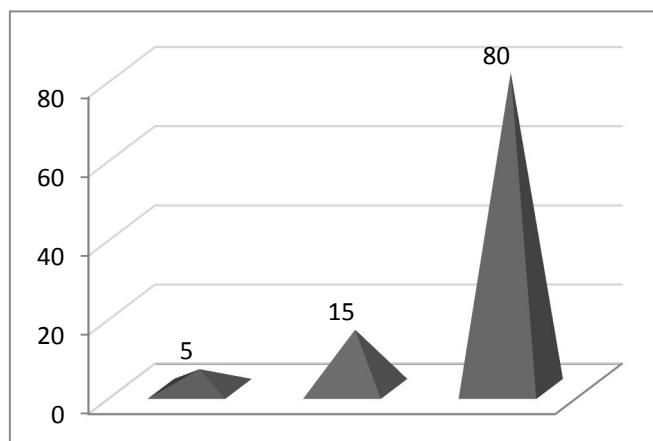
السؤال رقم 10:

هل تزيد المقالات الصحفية الرياضية من ثقتك بنفسك.؟

الغرض من السؤال: معرفة دور المقالات الرياضية في تدعيم مشاعر الثقة بالنفس لدى اللاعب.

الجدول رقم 10: يوضح معرفة دور المقالات الرياضية في تدعيم مشاعر الثقة بالنفس لدى اللاعبين.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	20	04	01	16.58	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	% 80	%15	%05				



التحليل:

من ملاحظتنا للنتائج المحصل عليها في الجدول رقم 10 نرى إن النسبة المقدره ب72% من اللاعبين يرون إن للمقالات في الصحافة الرياضية المكتوبة تلعب دور كبير في زيادة الثقة بأنفسهم وبالتالي دفعهم إلى العمل أكثر على عكس ذلك نجد ما نسبته 28% من اللاعبين لهم وجهة نظر مخالفة أي إن المقالات الصحفية لا تزيد بالثقة في النفس بالنسبة لهم.

الاستنتاج:

نستنتج أن الصحافة الرياضية المكتوبة تساهم بقدر كبير في الرفع من معنويات اللاعبين وبث الروح المعنوية بأنفسهم ودعمها بالثقة أكثر بالنفس عن طريق ما تطرحه وتتناوله من مواضيع رياضية تكون لها أثر في تدعيم الجانب المعنوي للاعب.

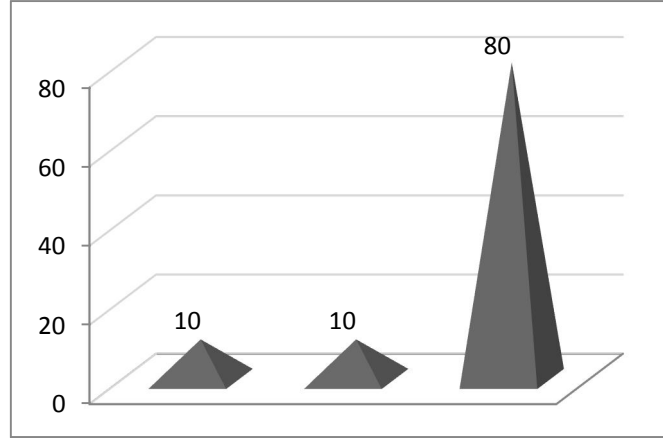
السؤال رقم 11 :

هل تلجأ إلى حيل دفاعية لتحافظ على اتزانك النفسي.؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى شعور اللاعب بالاتزان النفسي.

الجدول رقم 11 :. يوضح معرفة مدى شعور اللاعب بالاتزان النفسي.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة	درجة الحرية
التكرارات	20	03	02					
النسبة المئوية	% 80	%10	%10	16.32	5.99	دال	0.05	2



التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها بالجدول رقم 11 نلاحظ أن أغلبية لاعبي الفريق وبغية الحفاظ على توازنهم النفسي يلجؤون إلى مختلف الحيل الدفاعية وهذا بنسبة 76% في حين نجد أن ما نسبة 24% من اللاعبين لا يلجئون إلى استخدام مثل هذه الأساليب.

الاستنتاج:

ما يمكن إن نستخلصه إن جل اللاعبين يتأثرون بالصحافة الرياضية المكتوبة ويحاولون اللجوء إلى حيل دفاعية للمحافظة على توازنهم النفسي مرة بتبرير موقفهم وإنكارها مرة أخرى.

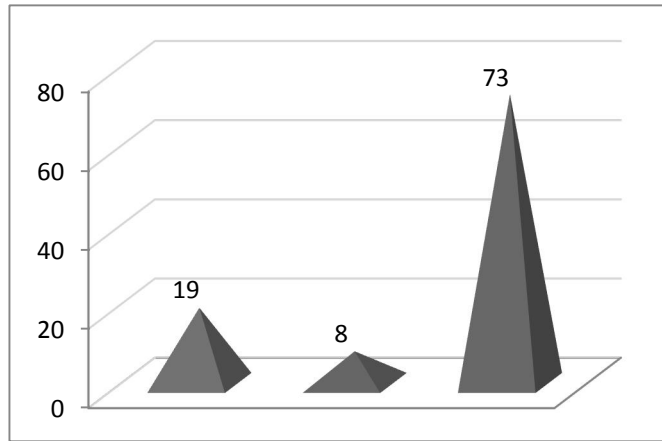
السؤال رقم 12 :

إذا كانت إجابتك بنعم فكيف ذلك.؟

الغرض من السؤال: معرفة الطرق المستعملة من قبل اللاعب للمحافظة على توازنه النفسي.

الجدول رقم 12 : يمثل الطرق المستعملة من قبل اللاعب للمحافظة على توازنه النفسي.

الأجوبة	التبرير	الإنكار	اللامبالاة	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	19	02	04	15.36	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	% 73	%08	% 19				



التحليل:

من خلال الجدول نلاحظ أن 73% من اللاعبين يلجؤون إلى التبرير كحيلة دفاعية بهدف المحافظة على الاتزان النفسي فيما نسجل إن ما نسبته 8% يتهربون إلى الإنكار. ونجد 19% من اللاعبين غير مباليين بالحيل الدفاعية ومتأكدين من اتزانهم النفسي.

الاستنتاج:

نجد أن أغلبية اللاعبين يلجئون إلى التبرير كطريقة دفاعية للهروب مما تكتبه الصحافة الرياضية المكتوبة خاصة الوافدين الجدد.

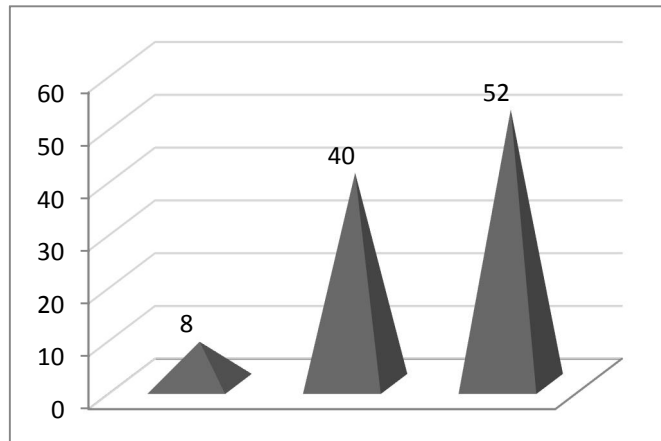
السؤال رقم 13:

هل الانتقادات في الصحافة الرياضية تشعرك بعدم التوازن داخل الفريق.؟

الغرض من السؤال: معرفة أثر الصحافة الرياضية المكتوبة في موقع اللاعب داخل الفريق.

الجدول رقم 13: يوضح نسب لدور الصحافة الرياضية المكتوبة وأثرها في موقع اللاعب داخل الفريق.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	13	10	02	11.35	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	52 %	40 %	08 %				



التحليل:

من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول رقم 12 نلاحظ أن معظم اللاعبين وبنسبة 52 % يتأثرون بالانتقادات الموجهة لهم عبر الصحافة الرياضية المكتوبة وهو ما يزيد لديهم الشعور بعدم التوازن والاستقرار داخل الفريق على خلاف ذلك نجد إن ما نسبته 48 %

من اللاعبين لا يتأثرون بهاته الانتقادات التي تطالهم عبر الصحافة المكتوبة.

الاستنتاج:

نستنتج إن الصحافة الرياضية المكتوبة وما تحمله في طياتها من انتقادات تساهم إلى حد بعيد في ضرب توازن الفريق واستقراره وهو ما يؤثر على معنويات اللاعبين خاصة والفريق عامة.

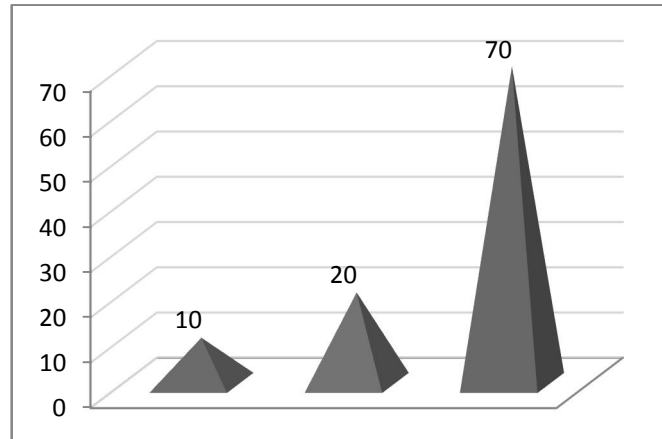
السؤال رقم 14:

هل الموضوعات المقدمة في الصحافة الرياضية المكتوبة ترفع مشاعر الرضا لديك.؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى شعور اللاعبين بالرضا نتيجة الصحافة الرياضية المكتوبة ومواضعها المقدمة.

الجدول رقم 14: يوضح معرفة مدى شعور اللاعب بالرضا نتيجة الصحافة الرياضية المكتوبة ومواضعها لمقدمة.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	18	05	02	12.56	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	% 70	%20	%10				



من خلال النتائج المحصل عليها في الجدول رقم 13 نلاحظ: إن ما نسبته 68% من اللاعبين أكدوا على إن الموضوعات المقدمة في الصحافة الرياضية المكتوبة تزيد من شعورهم بالرضا وترفع هذا الشعور لديهم في حين نجد إن 32% يرون عكس ذلك.

الاستنتاج:

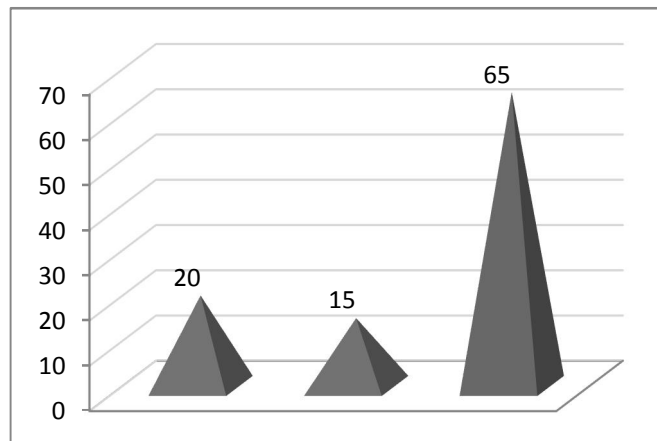
الصحافة الرياضية المكتوبة ومن خلال الموضوعات التي تقدمها تساهم في التأثير على معنويات اللاعبين، وهذا من خلال رفع مشاعر الرضا وبالتالي رفع الجانب المعنوي والروح المعنوية للاعب وتدعيمه.

السؤال رقم 15:

هل تساهم الصحافة الرياضية المكتوبة في زيادة الإحساس بتقدير الذات لديك؟
الغرض من السؤال: معرفة تأثير الصحافة الرياضية المكتوبة على تقدير الذات لدى اللاعب.

الجدول رقم 15: يوضح معرفة تأثير الصحافة الرياضية المكتوبة على تقدير الذات لدى اللاعب

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	17	03	05	13.54	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	65%	15%	20%				



التحليل:

من خلال نتائج الجدول رقم 15 نلاحظ:

نسبة 64% من اللاعبين يرون إن الصحافة تساهم في زيادة الإحساس بتقدير الذات بالنسبة لهم .

نسبة 36% من اللاعبين يرون إن الصحافة لا تساهم في زيادة الإحساس بتقدير الذات بالنسبة لهم .

الاستنتاج:

الصحافة الرياضية تساهم في التأثير على ذوات اللاعبين وزيادة الإحساس وتقديرها وبالتالي الإحساس بالقدرة والنجاح والقيمة في الحياة وبالتالي اكتساب اللاعب التقدير لذاته وإعجابه بها وإدراكه لنفسه على انه شخص ذو قيمة جدير بالاحترام وتقدير الآخرين.

المحور الثالث: دور الإعلام الرياضي المكتوب في زيادة دافعية الإنجاز الحركي لدى اللاعبين

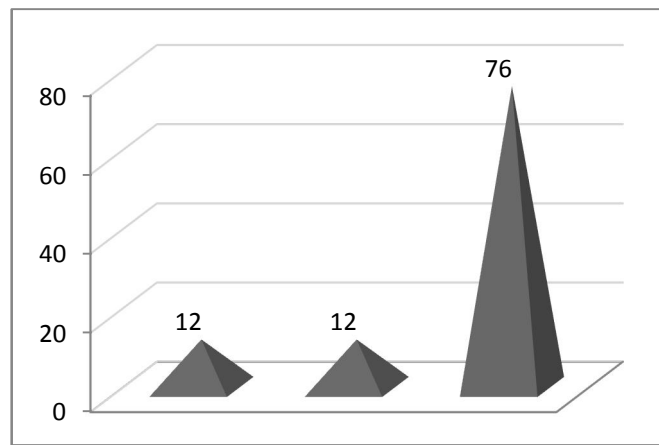
السؤال رقم 16:

هل تثير الصحافة الرياضية المكتوبة حاجتك لتحقيق النجاح.؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة الصحافة الرياضية المكتوبة ودورها في تحريك دافع النجاح لدى اللاعب.

الجدول رقم 16: يوضح معرفة مدى مساهمة الصحافة الرياضية المكتوبة في تحريك دافع النجاح لدى اللاعبين.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	16	03	03	14.78	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	% 76	%12	%12				



من خلال النتائج المحصل عليها بالجدول 16:

نلاحظ إن نسبة 76% من اللاعبين أكدوا بنجاح الصحافة الرياضية المكتوبة في إثارة وإشارة حاجياتهم في تحقيق النجاح على غرار 24% منهم عبروا عن فشل الصحافة وعدم تمكنها من تحريك حاجاتهم نحو النجاح

الاستنتاج:

نستنتج إن الصحافة الرياضية المكتوبة قد نجحت إلى حد كبير في تحريك حاجات اللاعبين للدفع بهم إلى النجاح وهذا من خلال عامل الأقدمية في الفريق أين نجد إن 11 لاعبا أجابوا بنعم وهم من لديهم الخبرة والأقدمية متبوعين باللاعبين الذين لم يمتص على انضمامهم سوى عام 1 وفي المرتبة الثالثة والأخيرة اللاعبين الذين كانت لهم سنتين وهم في الفريق.

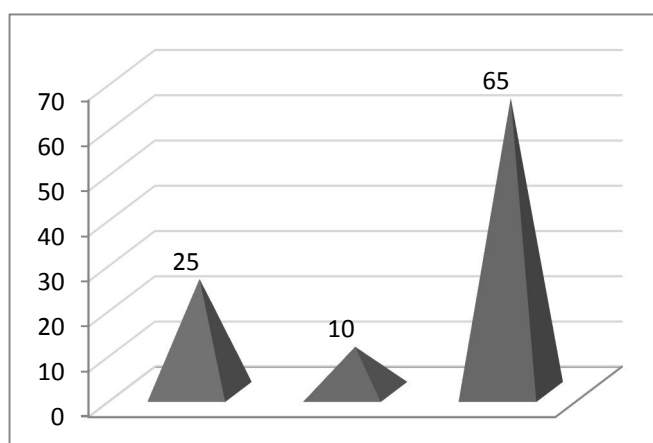
السؤال رقم 17:

هل الإطراء الذي تتلقاه من الصحف يحرك رغبتك في التميز؟

الغرض من السؤال: معرفة دور الثناء والمدح الإعلامي في تحفيز اللاعب نحو التميز.

الجدول رقم 17: يوضح معرفة دور الثناء والمدح الإعلامي في تحفيز اللاعب نحو التميز.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	17	02	06	13.57	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	%65	%10	%25				



التحليل:

من خلال الجدول نلاحظ إن ما نسبته 60% من اللاعبين أجابوا بنعم بمعنى إن الإطراء والمدح والثناء عليهم من قبل الصحافة المكتوبة كان له الأثر الايجابي في حين نجد نسبة 40% كانت إجاباتهم عكس ذلك.

الاستنتاج:

الثناء والمدح والشكر الذي تقدمه الصحافة الرياضية المكتوبة من شأنه إن يحرك اللاعبين لإبداء الرغبة في التميز والانفراد وهو تأثير ايجابي على نفسية اللاعب.

السؤال رقم 18:

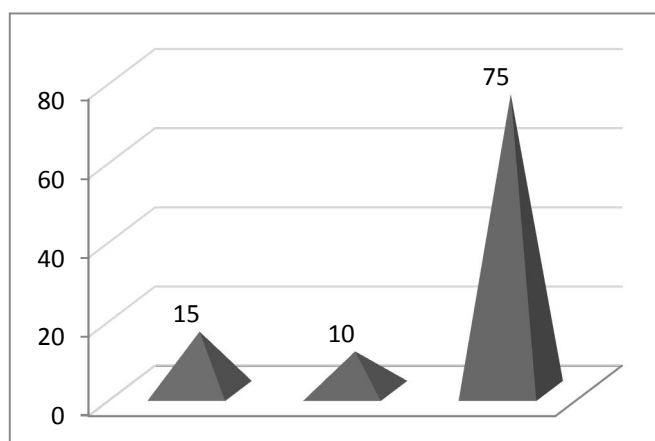
هل مشاهدة صورتك عبر الجرائد يحفزك أكثر للأداء.؟

الغرض من السؤال: معرفة تأثير الجرائد على توجيه الأداء الحركي للاعب.

الجدول رقم 18: يوضح نسب مدى معرفة تأثير الجرائد على توجيه الأداء

الحركي للاعب

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	15	02	08	13.25	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	75%	10%	15%				



التحليل:

من الجدول 18 نلاحظ:

أن أغلبية اللاعبين المستجوبين أكدوا على إن مشاهدتهم لصورهم عبر الجرائد يدفعهم ويحفزهم أكثر للأداء وهو ما دلت عليه النسبة 72% في حين نجد ما نسبة 28% منهم عبروا غير ذلك.

الاستنتاج:

الصحافة الرياضية المكتوبة ومن خلال نشرها لصور اللاعبين المختلفة من شأنها إن تولد نوع من التحفيز من نفسية اللاعب وتدفع به إلى بذل أكبر المجهودات من أجل أداء أفضل وهو شيء ايجابي على نفسية اللاعبين .

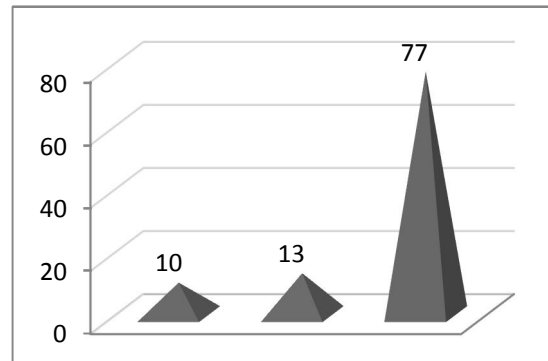
السؤال رقم 19:

هل تعتقد إن الصحافة الرياضية المكتوبة تساهم في زيادة حماسك في اللعب.؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة الصحافة الرياضية المكتوبة في درجة الحماس لدى اللاعب.

الجدول رقم 19: يوضح معرفة مدى مساهمة الصحافة الرياضية المكتوبة في درجة الحماس لدى اللاعب.

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	19	04	02	16.32	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	77%	13%	10%				



التحليل:

من الجدول 19 نلاحظ:

-نسبة 78% من اللاعبين عبروا عن آرائهم في كون الصحافة تساهم في إثارة حماسهم في لعب الكرة.

-نسبة 24% من اللاعبين عبروا عن رأي مغاير في كون الصحافة تساهم في إثارة حماسهم في لعب الكرة.

الاستنتاج:

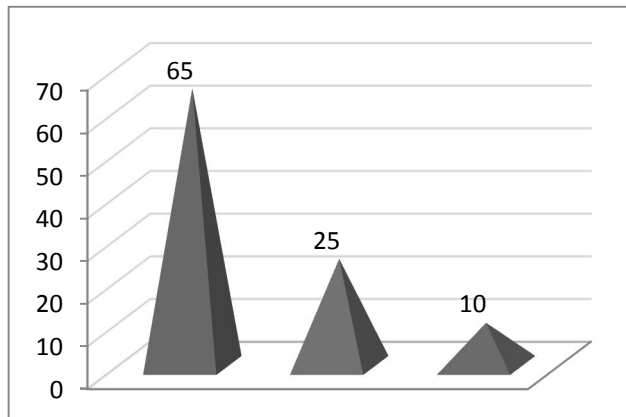
الصحافة الرياضية المكتوبة ومن خلال تطرقها إلى لاعبي الفريق بصفة عامة وطريقة لعبهم بصفة خاصة تؤثر في خلق حماس اكبر لدى اللاعب بتتويج اللعب وإبراز اكثر التقنيات الخاصة به.

السؤال رقم 19:

ما هي الأشياء التي تثير دافعتك للأداء الحركي الجيد أكثر؟
الغرض من السؤال: معرفة محفزات الأداء عند اللاعب.

الجدول رقم 20: يوضح معرفة محفزات الأداء عند اللاعب

الأجوبة	تماسك الفريق	الرغبة في الفوز	التألق الإعلامي	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	02	06	17	04.56	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	%10	%25	%65				



التحليل: نلاحظ من الجدول 20 ما يلي:

إن الرغبة في الفوز تأتي في صدارة إثارة الدوافع لدى اللاعب وهذا بنسبة 76% متبوعة بكل من التآلق الإعلامي وتماسك الفريق على الترتيب بنسبة 12%

الاستنتاج:

الرغبة في الفوز كانت السمة الأكثر استثارة للدافعية لدى اللاعبين متبوعة بكل من التآلق

الإعلامي وتماسك الفريق.

وهذا يدل على إن اللاعبين كان دافعهم هو الفوز في المباريات فوق كل اعتبار آخر على غير ذلك تماسك الفريق والتآلق الإعلامي.

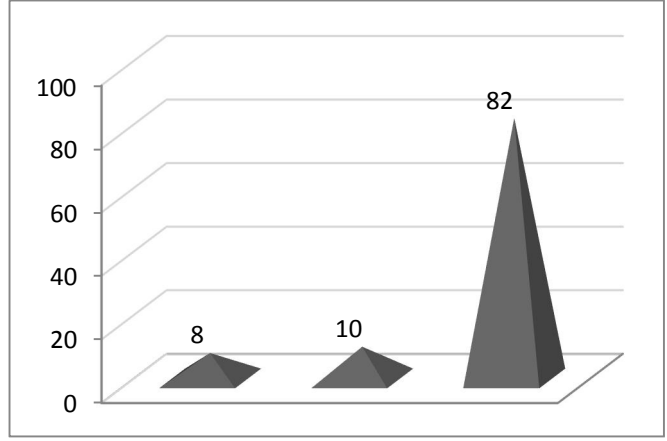
السؤال رقم 21:

هل الانتقادات التي توجهها الصحافة الرياضية المكتوبة لك ولفريقك تقلل من أدائك الحركي؟

الغرض من السؤال: معرفة مدى مساهمة الانتقادات الصحفية الرياضية المكتوبة في التقليل من الأداء عند اللاعب .

الجدول رقم 21: يوضح مدى مساهمة الانتقادات الصحفية الرياضية المكتوبة في التقليل من الأداء عند اللاعب .

الأجوبة	نعم	لا	نوعا ما	كا ² المحسوبة	كا ² المجدولة	الدلالة	مستوى الدلالة
التكرارات	21	03	02	19.32	5.99	دال	0.05
النسبة المئوية	%82	%10	%08				



التحليل:

من الجدول رقم 21 نلاحظ إن ما نسبته 52% من اللاعبين أكدوا على أن الانتقادات التي تطالهم من الصحافة المكتوبة قد تضعف من مستوى الأداء لديهم. في حين عبر 48% منهم بالنفي إن الصحافة المكتوبة وانتقاداتها لهم لا تساهم في ضعف وهبوط مستوى الأداء لديهم.

الاستنتاج: الصحافة الرياضية المكتوبة وما تحمله من انتقادات لأدعة نحو اللاعبين تولد هبوط في الأداء الرياضي للاعب وتقلل من مستواه الرياضي ولفريقه.

الفصل الخامس

الاستنتاج

من خلال الدراسة والبحث والتحليل وكل ما تضمنته المذكرة من فصول وعناوين بالإضافة إلى ذلك نتائج الدراسة الميدانية نخلص في الأخير إلى استنتاج مفاده أن الاعلام الرياضي المكتوب له دور كبير وفعال في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم، وهو دور ذو وجهين لعملة واحدة وجه ايجابي وآخر سلبي في التأثير النفسي حيث يبرز وجهه الإيجابي من خلال دوره في شحذ إرادة اللاعبين وشحن بطارياتهم وخلق الثقة والعزيمة في نفسياتهم والتحلي بالإرادة الفولاذية بالتصميم على الفوز والتشبث بالصعود، وتوليد التحفيز والرغبة الجامعة بالتعويض وتفجير الطاقات لإبراز القوة والصمود، ويكون هذا نتاجا للمواضيع التي تتناولها الصحافة الرياضية المكتوبة وتناولها بشيء من التفصيل والتركيز على جانبيين أساسيين الجانب النفسي والجانب المعنوي فالأول وما يشمله من دوافع ورغبات وسبل إثارتها وتحريكها سواء عن طريق العناوين المحفزة والممجة أو الإطراء وبث الصور بهدف زيادة حماسية اللعب، والثاني وما يشمله من مشاعر الرضا والثقة بالنفس وزيادة الاحساس بتقدير الذات وبالتالي تمسك اللاعبين ومعرفة طريقة التفاوض مع المباراة وتقديم المستوى الجيد وبالتالي إعادة الانسجام والروح للفريق والعودة بقوة إلى الواجهة ولفت الاهتمام والتألق وبالتالي تشريف راية الفريق واستعادة الثقة للجمهور.

في المقابل نجد وجه سلبي للإعلام الرياضي المكتوب من خلال دوره في ممارسة مختلف الضغوطات النفسية وما ينجر عنها من قلق وخوف وتوتر وربما الاحباط وهذا دائما انطلاقا مما تتناوله الصحف الرياضية سواء في طريقة التحليل الصحفي وما تتخللها من انتقادات اتجاه اللاعبين وهو ما يؤدي إلى زيادة الضغط والتأثير على معنويات اللاعبين وبالتالي انخفاض في الدافعية و هبوط في مستوى الأداء والدخول في دوامة من القلق والصراع.

لنقول في الأخير أن للصحافة الرياضية المكتوبة أثر على الأداء الحركي للاعبين ، حيث تبرز الحاجة إلى دراسة أعمق حول هذا المجال وهذا ما تعتمده حاليا كبريات الأندية من خلال إخضاع اللاعبين إلى دورات إعداد نفسي متخصصة.

الاقتراحات:

على ضوء دراستنا لنتائج كل الاستبيان الخاص باللاعبين والدراسة المفصلة لهذا الجانب والتي اثبتت أن الاعلام الرياضي المكتوب وبكافة أشكاله له دور إيجابي في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم لذلك ارتأينا أن نقدّم مجموعة من التوصيات والاقتراحات:

يجب على كل فريق أن يضم في إطاره الفني اخصائي ومحضر نفسي يعمل على تهيئة الفريق وتحضيره بسلوكيات ووفق طرق منهجية وأسس علمية سيكولوجية تعمل على تعبئة وتطوير قدرات اللاعب وبالتالي التخلص من كل ما يمكن أن يعرقله .

على وسائل الاعلام الرياضي المكتوب بمختلف أنواعها العمل بأكثر موضوعية وشفافية لتفادي أي انحياز.

يجب على الصحافة الرياضية المكتوبة مواصلة النهج والثناء على اللاعبين دون إيقاعهم في فخ الغرور.

على الصحافة الرياضية المكتوبة مواصلة القيام بدفع الرياضة بالوسط الاجتماعي من خلال نقل الواقع الرياضي كما هو بهدف تعزيز الايجابيات والقضاء على السلبيات .

ضمان التكوين النوعي والمتخصص للإعلاميين الرياضيين من خلال الاستفادة من تربصات وتغطيات إعلامية ميدانية خارج الوطن تكسبهم الخبرة اللازمة للإبداع في ميدان عملهم .

على المدرب أن يحاول معرفة بعض أبعاد التحضير النفسي حتى يكون عمله بمنهج صحيح وسليم مع اللاعبين.

ضرورة إدخال المدربين واللاعبين في دورات تأهيلية خاصة، تبين لهم أحدث ما وصلت إليه الأبحاث في مجالات التأثير النفسي وطرق التكيف معها.

على الطاقم الإداري للفريق القيام بدفع مستحقات اللاعبين لتشجيعهم وتحفيزهم وبالتالي الرفع من مردودهم خلال المنافسة.

إعطاء بعض الحرية للاعبين في اللعب واتخاذ القرار.

الاسراع في معالجة الوضع الحالي للإعلام الرياضي وكذا الوضع المحيط به الذي من شأنه أن يساهم في رفع مستوى الرياضة

كما نأمل أن تكون هناك دراسات أخرى تطويرية لموضوع بحثنا بهدف إظهار الدور الحقيقي للإعلام الرياضي.

على المدربين عدم إغفال الجانب الإعلامي لدى فريقهم ولاعبهم من حيث حثهم على التعاطي مع وسائل الإعلام باحترافية وإيجابية حتى يستفيد اللاعبون من هذه الوسيلة الاعلامية أو تلك ايجابيا ومن ثم تكون سببا في تألقهم.

على وسائل الاعلام الرياضية المكتوبة المتخصصة - إن رامت النجاح والبروز أن تتتهج النزاهة والحيادية في التعاطي مع الأحداث الرياضية وفي تعاملها كذلك مع عقل اللاعب الرياضي، ذلك أن رياضيي هذا العصر اضحوا يميزون أكثر من أي وقت مضى بين ماهو عاطفي وما هو موضوعي حيادي ويقدررون كذلك مهنية وكفاءة كل وسيلة اعلامية ، إذ في الاخير هم الحكم الحقيقي والفعلي لنجاح أي وسيلة إعلامية تعنى بالشأن الرياضي.

حث اللاعبين على متابعة الأحداث الرياضية جماعة لا فرادى إن أمكن ذلك لأن من شأن ذلك اكسابهم اللحمة الجماعية والولاء لفريقهم.

وفي الأخير بقي القول أن هذه الدراسة تبقى جد متواضعة، ونأمل أن لا تتوقف مثل هذه البحوث الهامة عند هذا الحد لأن البحث العلمي حلقة متسلسلة متواصلة وغير منتهية وذلك بغية الوصول إلى نتائج غير تلك التي توصلنا إليها ومن ثم إبراز أدوار أخرى من الممكن أن يلعبها الاعلام الرياضي المكتوب وغيره مستقبلا في الحياة الرياضية

المراجع المعتمدة في الدراسة

قائمة المراجع باللغة العربية:

1. إبراهيم إمام: الإعلام الإذاعي و التلفزيوني، ط2، دار المعرفة لبنان، 1990.
2. إبراهيم امام: الاعلام الرياضي، دار المعارف، لبنان، 1990.
3. أحمد السعاف صالح: مدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، دون جهة نشر، دون طبعة، السعودية، 1989.
4. احمد عزت: راجح اصول علم النفس، دار القومية للطباعة والنشر، 1996، القاهرة.
5. احمد عكاشة: الطب النفسي المعاصر، دار المعارف، القاهرة، 1976، ص:32-33.
6. احمد نايل الغرير: برنامج ارشاد نفسي، ط1، دار الشرق للنشر، الاردن، 2010.
7. أسامة كامل راتب: النشاط البدني والاسترخاء، ط1، دار الفكر العربي، مصر.
8. أسامة كامل راتب: تدريب المهارات النفسية، دار الفكر العربي، 2000.
9. أسامة كامل راتب : دوافع التفوق في النشاط الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1990.
10. الحويل سليمان بن عبد الرحمان: الادارة المدرسية وتعبئة قواها البشرية في المملكة العربية، دار الشبل، ط8، الرياض، 1997.
11. الشنواني صلاح: ادارة الافراد والعلاقات الانسانية مدخل للأهداف، الاسكندرية، 1999 .
12. العمارة محمد حسن: مبادئ الادارة المدرسية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 1999.
13. بن عبد السلام محمد: نمط شخصية أستاذ التربية البدنية والرياضية وعلاقته بدافعية الانجاز لدى التلاميذ المرحلة الثانوية، سيدي عبد الله، 2004، 2005.
14. ججموم هشام محمد نور: سيكولوجية الادارة، دار الشروق للنشر والتوزيع، ط1، جدة، 1989 .
15. حسن أحمد الشافعي: الاعلام في التربية البدنية والرياضية، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر ، الاسكندرية، 2004.
16. حنان عبد الحميد العناني، الصحة النفسية، دار الفكر للطباعة والنشر، 2000.
17. حنفي محمد مختار: أسس تخطيط برامج التدريب الرياضي، دار زمران ، القاهرة، 1988.
18. خضور أديب: الاعلام الرياضي، دراسة علمية للتحليل الرياضي في الصحافة ، الاذاعة والتلفزيون، ط1، المكتبة الاعلامية ، دمشق، 1994.
19. خير الدين علي عويس، عطا حسن عبد الرحمن: الاعلام الرياضي، مركز الكتاب للنشر، ط1، الجزء الأول، القاهرة 1998.
20. راتشمان دفيد: الادارة المعاصرة، ترجمة محمد رفاعي وآخرون، دار المزج للنشر، الرياض، 2001 .
21. رشيد زرواتي: مناهج وادوات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية، دار الهدى للطباعة والنشر والتوزيع ط1، الجزائر 2007.
22. رومي جميل: كرة القدم، دار النقائض، بيروت(لبنان)، ط1، 1986.
23. زهير احدادن :مدخل لعلوم الاعلام والاتصال، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر ، ط4، 2007.
24. سامي محمد ملحم: مناهج البحث في التربية وعلم النفس، ط4، دار المسيرة النشر والتوزيع والطباعة، عمان، 2006.
25. سيغموند فرويد: ترجمة محمد عثمان، علم التحليل النفسي، ط6 مكتبة التحليل والعلاج النفسي، القاهرة، 1986.
26. شافعي محفوظ وآخرون: الاعلام الرياضي وترقية اللعب الشريف عند لاعبي كرة القدم، قسم التربية البدنية والرياضية، دالي ابراهيم، 2004.
27. صالح محمد علي ابو جادو: علم النفس التربوي، دار الميسرة، ط1، الاردن ، بدون سنة.

28. صدقي نور الدين: علم النفس الرياضي، ط1، المكتب الجامعي الحديث، مصر، 2004.
29. علاقي مدني عبد القادر: الادارة دراسة تحليلية للوظائف والقرارات الادارية، مكتبة دار جدة، ط9، جدة، 1999.
30. كنعان نواف: القيادة الادارية، دار الثقافة للنشر والتوزيع، ط5، عمان، 1995.
31. ليلي داود: وسائل الإعلام وأثرها في المجتمع العربي المعاصر، المنظمة العربية للتربية والثقافة، تونس، 1992.
32. محمد حسن علاوي، أسامة كامل راتب: البحث العلمي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، مصر 1987.
33. محمد حسن علاوي: مدخل في علم النفس الرياضي، ط4، مركز الكتاب للنشر، مصر، 2004.
34. محمد حسن باهي، أمينة ابراهيم شلبي: الدافعية نظريات وتطبيقات، مركز الكتاب والنشر.
35. محمد حسين: الصحافة نشأتها وتطورها(نظرة على واقع التحرير الصحفي) ،جامعة الازهر ،ط1، 1996.
36. محمد شمعون: التدريب العقلي في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
37. محمد عبد الرحمان الضيف: تأثير وسائل الاعلام، دراسة في النظريات والأساليب ،مكتبة العبيكان، الرياض، 1994.
38. محمد علي محمد: علم الاجتماع ومنهج العلمي، ط1، دار المعرفة الجامعية، القاهرة، 1980، ص:339.
39. محمد نصر الدين رضوان: مدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر القاهرة، 2006.
40. محمد نصر الدين رضوان: الاحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية والرياضية، دار الفكر للطباعة والنشر، ط1، 2003.
41. مصطفى عشوي: مدخل الى علم النفس، المكتب الجامعي الحديث، ط1، مصر، 2004.
42. مرسى محمد منير: الادارة التعليمية أصولها وتطبيقاتها، القاهرة، 1988.
43. نشوان يعقوب حسين: الإدارة والإشراف التربوي، دار الفرقان للنشر، عمان، 1991.

قائمة المراجع باللغة الأجنبية:

1. MC dougall : Wanouthine of psychlogue, meth won, london, 1923.
2. Murroy H.A : Expleration in oxford, university pressrypers molty, 1938.
3. Tomas. R : Preparation psychlogique du sportif, ed, vigot, 1991.

قائمة الاطروحات والرسائل العلمية:

1. الزهراني علي صالح: السلوك القيادي لدى رؤساء الاقسام الاكاديمية وعلاقته بالروح المعنوية لأعضاء هيئة التدريس، جامعة الملك بالرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، الرياض، 1993.
2. الغامدي سعيد مريسي: السلوك القيادي لمديري المدارس الثانوية في منطقة الباحة وعلاقته بالروح المعنوية للمعلمين، رسالة ماجستير غير منشورة، مكة المكرمة، 1999.
3. عقاد فهيم وقريب اسماعيل: دور الاعلام الرياضي في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم ،مذكرة ليسانس،جامعة الجزائر، 2008.
4. مبروك إبراهيمي: دور الاعلام الرياضي في التأثير على اتخاذ القرارات داخل أندية كرة القدم الجزائرية، مذكرة الليسانس ، معهد التربية البدنية والرياضية، الجزائر، 2007.

قائمة الدوريات والمجلات العلمية:

1. الهيبي صلاح الدين: أثر الروح المعنوية في رضا العاملين ، مجلة جامعة دمشق للعلوم الاقتصادية مجلد رقم20 العدد2 ، دمشق، 2003.

قائمة القواميس والمعاجم:

1. أحمد العايد وآخرون: المعجم العربي الأساسي، المنظمة العربية للثقافة والتربية والتعليم.
2. راتب أحمد قبيعة: المتقن القاموس العربي المصور، دار الراتب الجامعية، لبنان.

الملاحق

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -
معهد علوم وتقنيات النشاطات
البدنية والرياضية
قسم الإدارة والتسيير الرياضي

تخصص الإعلام الرياضي السمعي بصري

أخي العزيز إن هذه الاستمارة وضعت
لغرض علمي ، وهو الوقوف على الصحافة
الرياضية المكتوبة وإنعكاسها على
الأداء الحركي للاعب كرة القدم
الجزائرية

وهذه الإستمارة تحتوى على مجموعة من
الأسئلة تتم الإجابة عليها بوضع علامة
(X) في الخانة المناسبة .

مع العلم أن هذه الاستمارة هدفها
علمي بحت وليس هناك إجابات صحيحة
وأخرى خاطئة فالرجاء منك أخي اللاعب
ملئ هذه الاستمارة بكل جدية وصدق.

وشكرا مسبقا

نوعا ما	لا	نعم	السؤال
			1. أثناء قراءتك لمقال صحفي ينتقد فريقك ما هو شعورك بدقة ؟
			2. هل تتوتر بسبب التحليل الصحفي في الصحافة الرياضية المكتوبة؟
			3. هل تتقبل الانتقادات من شخصيات رياضية معروفة.؟
			4. هل تمر مجالات من الإحباط عند الاطلاع على أخبار مزعجة في الصحافة الرياضية المكتوبة؟
			5. هل تشعر بالخوف عندما تقرا مقالا صحفيا ينتقد أداءك؟
			6. هل ينتابك الشعور بنقص الانجاز عند انتقادك في الصحافة الرياضية المكتوبة ؟
			7. هل يشعر ما يثار في الصحافة الرياضية المكتوبة بعدم الأمن داخل الفريق.؟
			8. هل ترى إن الصحافة الرياضية المكتوبة هي مصدر لعدم الاتزان الانفعالي لديك.؟
			9. هل ترى إن الصحافة الرياضية المكتوبة تحسن صورتك عن ذاتك؟
			10. هل تزيد المقالات الصحفية الرياضية من ثقتك بنفسك.؟
			11. هل تلجأ إلى حيل دفاعية لتحافظ على اتزانك النفسي.؟
			12. إذا كانت إجابتك بنعم فكيف ذلك.؟
			13. هل الانتقادات في الصحافة الرياضية تشعرك بعدم التوازن داخل الفريق.؟
			14. هل الموضوعات المقدمة في الصحافة الرياضية المكتوبة ترفع مشاعر الرضا لديك.؟
			15. هل تساهم الصحافة الرياضية

			المكتوبة في زيادة الإحساس بتقدير الذات لديك.؟
			16. هل تثير الصحافة الرياضية المكتوبة حاجتك لتحقيق النجاح.؟
			17. هل الإطار الذي تتلقاه من الصحف يحرك رغبتك في التميز.؟
			18. هل مشاهدة صورتك عبر الجرائد يحفزك أكثر للأداء.؟
			19. هل تعتقد إن الصحافة الرياضية المكتوبة تساهم في زيادة حماسك في اللعب.؟
			20. ما هي الأشياء التي تثير دافعيتك للأداء الحركي الجيد أكثر؟
			21. هل الانتقادات التي توجهها الصحافة الرياضية المكتوبة لك ولفريقك تقلل من أدائك الحركي؟

ملخص الدراسة

عنوان البحث : أثر التحضير الذهني على لاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على :

- تبيينه القاتمين على وسائل الإعلام الرياضي المقروء للدور الذي يمكن أن تلعبه في التأثير النفسي السلي على لاعبي كرة القدم.
- معرفة مدى متابعة اللاعبين واطلاعهم على ما ينشر في الصحافة الرياضية المكتوبة.
- معرفة مدى مساهمة الجمهور بكل أنواعه عبر وسائل الإعلام الرياضي في التأثير النفسي على لاعبي كرة القدم.

مشكلة الدراسة :

_____ هل للتحضير الذهني للاعب كرة القدم دور في خفض ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة ؟.

التساؤلات الجزئية:

_____ هل للتحضير الذهني دور في رفع الروح المعنوية للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة ؟.

_____ هل للتحضير الذهني دور في زيادة دافعية الإنجاز للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة ؟.

الفرضية العامة:

- للتحضير الذهني للاعب كرة القدم دور في خفض ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة.

فرضيات الجزئية:

_____ للتحضير الذهني دور في رفع الروح المعنوية للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة .

_____ للتحضير الذهني دور في زيادة دافعية الإنجاز للاعب كرة القدم في ظل ضغوطات الصحافة الرياضية المكتوبة.

إجراءات الدراسة :

العينة : عينة تتكون من 25 لاعب.

المجال الزماني : تمت الدراسة الميدانية في شهر بداية فيفري الى نهاية شهر أفريل 2015.

المجال المكاني : تمت هذه الدراسة في فريق أمل بوسعادة على ملعب مختار عبد اللطيف.

المنهج المتبع : المنهج العلمي المستخدم في إنجاز هذه المذكرة هو المنهج الوصفي.

الأدوات المستعملة : تم استعمال طريقة التحليل البيليوغرافي و استمارة الاستبيان.

النتائج المتوصل إليها : بعد قيامنا بتحليل نتائج لنقول في الأخير أن للصحافة الرياضية المكتوبة أثر على الأداء الحركي للاعبين

، حيث تبرز الحاجة إلى دراسة أعمق حول هذا المجال وهذا ما تعتمده حاليا كبريات الأندية من خلال إخضاع اللاعبين إلى

دورات إعداد نفسي متخصصة.

الاقتراحات:

- على وسائل الاعلام الرياضي المكتوب بمختلف أنواعها العمل بأكثر موضوعية وشفافية لنفادي أي انحياز.

- يجب على الصحافة الرياضية المكتوبة مواصلة النهج والثناء على اللاعبين دون إيقاعهم في فخ الغرور.

- على الصحافة الرياضية المكتوبة مواصلة القيام بدفع الرياضة بالوسط الاجتماعي من خلال نقل الواقع الرياضي كما هو بهدف تعزيز الإيجابيات

والقضاء على السلبات .

- على المدربين عدم إغفال الجانب الإعلامي لدى فريقهم ولاعبهم من حيث حثهم على التعاطي مع وسائل الإعلام

باحترافية وإيجابية حتى يستفيد اللاعبون من هذه الوسيلة الاعلامية أو تلك ايجابية ومن ثم تكون سببا في تألقهم.