



وزارة التعليم العالي و البحث العلم
جامعة محمد بوضياف - المسيلة



القسم: التدريب رياضي
الشعبة: تدريب رياضي
التخصص: تحضير بدني رياضي

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة ماستر في ميدان
علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

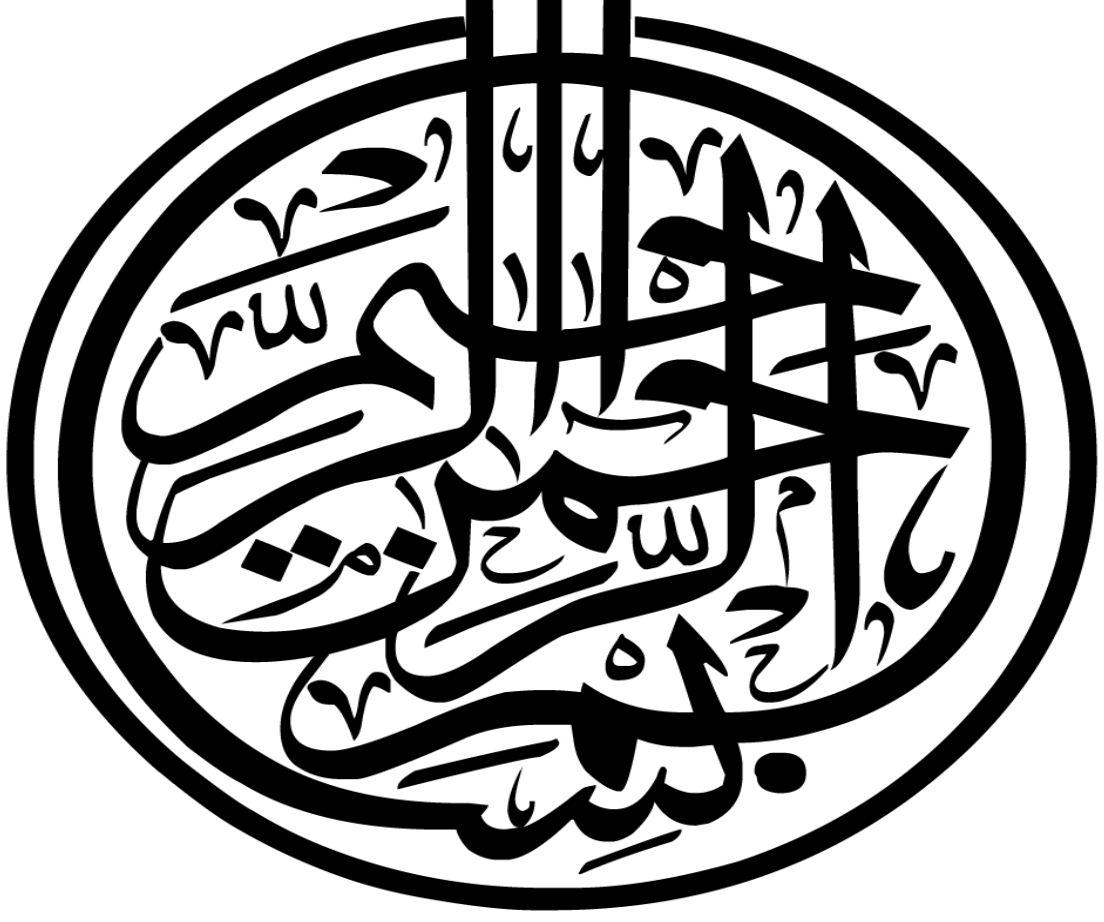
تأثير استخدام قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة
في البطولة الوطنية لكرة القدم في ضل جائحة كورونا

إشراف البروفيسور:
كبوية محمد

إعداد الطالب:
كبوية مسعود
جلال بلال

السنة الجامعية 2020/2021

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ



شكر و عرفان

أول ما نشكر الله عز وجل الذي وفقنا لإتمام هذا العمل كما نتقدم بالشكر الجزيل إلى الأستاذ المشرف " البروفيسور محمد كبوية " الذي تقاسم معنا مشقة كبيرة في إنجاز هذا البحث المتواضع. وأخيرا نشكر كل من شجعنا أو أسمعنا كلمة طيبة والي كل من ساعدنا على إتمام هذا العمل من قريب أو بعيد ولو بكلمة. فجازى الله الجميع خير الجزاء ووفقنا إلى ما يحبه ويرضاه.

إهداء

{ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ الَّتِي أَنْعَمْتَ عَلَيَّ وَعَلَى وَالِدَيَّ وَأَنْ أَعْمَلَ صَالِحًا تَرْضَاهُ وَأَدْخِلْنِي بِرَحْمَتِكَ

فِي عِبَادِكَ الصَّالِحِينَ } الآية 19 منصوره النمل أهدي هذا العمل المتواضع:

إلى التي حملتني وسهرت على تربيتي إلى التي لا تكون الحياة إلا بها ومعها إلى من يهواها القلب
والعين ترتاح لرؤيتها إلى من غمرتني بعطفها وحنانها إلى فاتحة باب الجنة أمي الغالية حفظها الله إلى
من رسم لي طريق الفلاح وعلمني أن المرء لا ينال ما يتمنى إلا بالكد والجد والعمل إلى من منحني
الأمل والإرادة والعمل إلى من تعب لأجلي وكان لي المرشد في الأزمات ودفع بي إلى معارج العلم ولم
يبخل علي بشيء إلى من قاسى وتحمل متاعب الدنيا لأجلنا أبي العزيز حفظه الله إلى سنابل عائلتي
الذين قاسموني حلو الحياة ومرها الدرر الأعزاء أخوتي وأخواتي حفظهم الله إلى روح جدي الطاهرة
إلى كل الأهل والأقارب إلى أصدقاء الدرب ومن جمعني بهم الأيام إلى كافة الذين قضيت معهم
أحسن وأحلى الأيام وأطيب الأوقات إلى كل هؤلاء

أهدي ثمرة

جهدي.



الطالب: مسعود كبروية

إهداء

الحمد لله الذي أتم علينا فضله وهدانا إلى الطريق الساطع و أنعم علينا نعمة الرادة لطلب العلم والتعلم وزادنا إنشاء الله معرفة وعلم.

أهدي ثمرة هذا الجهد المتواضع إلى :

التي راني قلبها قبل عينها وحضنتني أحشاءها قبل يدها" أمي العزيزة. " إلى قدوتي ا
لولى إلى من أعطاني ولم يزل يعطيني بلا حدود" أبي."
إلى من هم أقرب إلي من روحي إلى من شاركوني حزن ألم وبهم أستمد عزتي و إصراري "
إخوتي."

إلى من شاركني أعباء هذه المذكرة.

و أخيراً إلى كل الأوفياء والمحبين، إلى كل من عرفهم قلبي ولم يذكرهم قلمي.



الطالب: جلال بلال

قائمة المحتويات

	شكر
	إهداء
	قائمة المحتويات
	الملخص باللغة العربية
	الملخص باللغة الإنجليزية Abstract
أ	مقدمة
	الجانب المنهجي
الصفحة	الفصل الأول: الإطار العام للدراسة
4	1-1 - إشكالية الدراسة
5	1-2 - فرضيات الدراسة
5	1-3 - أهمية الدراسة
5	1-4 - أهداف الدراسة
6	1-5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة
7	1-6 - الدراسات السابقة
9	1-7 - مميزات الدراسة الحالية
	الجانب النظري
	الفصل الثاني: القياسات النفسية
11	2-1- تعريف القياس
11	2-2- معنى القياس
12	2-3- تطور القياس النفسي
13	2-4- طبيعة ووظيفة القياس في علم النفس
14	2-5- مستويات القياس

16	6-2- تحليل المحتوى
12	7-2- تعريف الاختبار النفسي
19	8-2- الحاجة إلى الاختبارات
21	9-2- اختبارات القدرات الخاصة
22	1-1-2- اختبارات الذكاء
23	2-1-2- اختبارات الصفات الشخصية و الاجتماعية
23	3-1-2- اختبارات التحصيل الدراسي
23	4-1-2- شروط الاختبار الجيد
24	5-1-2- تصنيف الاختبارات النفسية
24	6-1-2- اختبارات فردية
24	7-1-2- اختبارات جماعية
24	8-1-2- اختبارات الأداء
25	9-1-2- اختبارات الورقة و القلم
25	1-2-2- الاختبارات اللفظية
25	2-2-2- الاختبارات غير اللفظية
25	3-2-2- اختبارات السرعة
25	4-2-2- اختبارات القدرة
25	5-2-2- التصنيف على أساس الوظيفة
26	6-2-2- التصنيف حسب شروط الإجراء
26	7-2-2- تصنيف الاختبارات حسب طبيعة مادتها
27	8-2-2- مجالات استعمال الاختبارات
29	9-2-2- عيوب و مخاطر الاختبارات
30	1-3-2- تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم
31	2-3-2- المهارات العقلية

32	2-3-3- القدرة على التخيل
32	2-3-4- الأعداد العقلي
34	2-3-5- القدرة على التركيز
35	2-3-6- القدرة على الاسترخاء
35	2-3-7- الدافعية
الفصل الثالث : المنافسة الرياضية في ضل جائحة كورونا	
39	3-1- المنافسة الرياضية
39	3-2- الضبط الانفعالي
39	3-3- المنافسات السابقة
39	3-4- الاستعداد للمنافسة
39	3-5- مستوى المنافسة
40	3-6- غموض المنافسة
40	3-7- نظام المنافسة
40	3-8- ترتيب المنافسة
40	3-9- أهمية المنافسة
40	3-2-1- موقع المنافسة
40	3-2-2- اختلاف أدوات المنافسة
41	3-2-3- اختلاف مناخ المنافسة
41	3-2-4- جمهور المشاهدين
41	3-2-5- خلاصة
الجانب التطبيقي	
الفصل الرابع: منهجية الدراسة	
43	4-1- الدراسة الاستطلاعية
43	4-2- منهج الدراسة

44	3-4 - متغيرات الدراسة
45	4-4 - مجتمع وعينة الدراسة
الفصل الخامس: عرض و تحليل و مناقشة النتائج	
48	1-5 - تحليل الدراسة الميدانية للدراسات السابقة ومقارنتها مع دراستنا الحالية
48	2-5 - الدراسات السابقة
51	3-5 - الاقتراحات
53	4-5 - خاتمة
55	قائمة المصادر والمراجع
59	قائمة الملاحق

مقدمة:

في العقدين الماضيين، أصبحت كرة القدم الرياضة الأكثر شعبية في العالم مع زيادة كبيرة في المشاركة من طرف الرجال، النساء والأطفال، مع مختلف مستويات الخبرة لديهم في ممارسة هذا النشاط. وقد اظهر استطلاع للرأي أجراه الإتحاد الدولي لكرة القدم (فيفا) في عام 2006 بأن حوالي 4% من سكان العالم يشاركون مباشرة في كرة القدم، كلاعبين وحكام أو مسؤولين (Althoff, 2010).

ويشير الباحث هنا إلى أن كرة القدم في يومنا الحالي لا تعتبر مجرد لعبة ترفيهية فحسب إذ هي تعتبر مفتاح النجاح لكثير من الدول والأندية واللاعبين، لهذا أصبح وجودها اليوم من العوامل الأساسية والمعبرة عن التفوق والنجاحات على الأصدقاء الوطنية والعالمية عند الدول المتقدمة سواء من الناحية المادية والمعنوية، وكذا الكثير من الأمور الاقتصادية التي تفتح وتنحج فقط باسم أو بسبب كرة القدم.

مع اقتراب موعد استئناف الدوري الألماني لكرة القدم (بوندسليغا)، تزداد التحذيرات من أن يكون هذا الاستئناف على حساب صحة اللاعبين. الطبيب الرياضي الألماني فيلهيلم بلوخ حذر في حوار مع DW من تأثير الفيروس على صحة اللاعبين. يتطلع عشاق وجماهير كرة القدم الألمانية إلى استئناف مباريات بوندسليغا يوم السبت المقبل (16 أيار/مايو 2020). ورغم أن المباريات ستقام بدون جمهور و"بأخذ الاحتياطات اللازمة"، إلا أن خبراء يحذرون من مخاطر إصابة لاعبين بالفيروس وتأثيره البعيد عليهم.

الطبيب الرياضي فيلهيلم بلوخ من جامعة الرياضة الألمانية في مدينة كولونيا يعتقد أن اللاعبين غير مستعدين على النحو الأمثل، ويضيف في حوار مع DW: "علينا أن نفترض أنه لم يتدرب جميع اللاعبين بشكل جيد في مجموعات التدريب الصغيرة أو في التدريب المنزلي"، ويتابع: "التحضير البدني غير الجيد يحمل بالفعل مخاطر أعلى".

ويرى بلوخ، الذي يشغل منصب الرئيس المشترك لمعهد أبحاث الدورة الدموية والطب الرياضي، أن التعب يزيد من خطر إصابة اللاعبين بالفيروس، ويوضح: "عندما يكون المرء في مرحلة التعب، عندها لا يكون التنسيق العضلي مثالياً، كما يكون هناك إجهاد شديد في العضلات والأنسجة الأخرى، وهذا قد يؤدي إلى تسلسل مختلف للحركة"، ويضيف: "الرياضي المتعب في وضع غير مناسب ولذلك فهو ببساطة أكثر عرضة لخطر الإصابة".

اللاعبون المتعافون يواجهون أيضاً مخاطر صحية!

وأشار بلوخ إلى تداعيات الإصابة بالفيروس حتى على اللاعبين الذين تعافوا منه، ويقول: "لا نعرف الضرر الدائم الذي قد تسببه العدوى، لكنني أتذكر إعلان طبيب (في النمسا) فحص ستة غواصين بعد إصابتهم بالفيروس والمرور بدورة مرض معتدلة، وفي وقت لاحق لم يكن أي منهم قادراً على الغوص"، ويتابع: "برأيي بعد انتهاء الإصابة، يجب تقليل التدريب (للاعبين) بشكل كبير لمدة أربعة أسابيع أو إيقافه تماماً. "تأثيرات بعيدة المدى على اللاعبين".

ويوضح: "يمكن أن تتأثر الرئتان دون أن يلاحظ اللاعب ذلك، وقد تكون هناك نديبات صغيرة في الرئتين، والتي لا تشفى على المدى القصير."

كما لا يستبعد الطبيب الرياضي اختفاء أجزاء صغيرة جداً من الأنسجة بعد الإصابة بالفيروس، ويشرح: "قد لا يكون لهذا تأثير على حياتك اليومية، ولكنه يؤثر في الألعاب الرياضية التي تتطلب أداءً عالياً". كما قد يؤدي الفيروس إلى تلف أنسجة القلب والكبد والكلية، كما يقول الخبير.



الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1 - 1 - إشكالية الدراسة:

إن كرة القدم تعتبر إحدى الرياضات التي لها وزنها على الساحة العالمية والمحلية، لذا فإن إعداد الرياضي في كرة القدم يتأسس على تبادل المعلومات بين المدرب واللاعب، حتى يتمكن من كسب الأسس الفنية والبدنية التي تسهم في الارتقاء بمستواه.

ولأن المنافسة الرياضية تعتبر عاملاً هاماً وضرورياً لأي نشاط رياضي خاصة كرة القدم، إذ يتطلب ضرورة استخدام الفرد لأقصى قواته وقدراته النفسية والبدنية، تتمحور مشكلة الدراسة في التعرف قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في البطولة الوطنية لكرة القدم في ضل جائحة كورونا.

يمر لاعبو كرة القدم المحترفون بوضع غير مسبوق نتيجة توقف المنافسات الذي فرضه فيروس كورونا، من "الضيق" إلى "القلق" و"التوتر" و"الاشتياق"، لدرجة أن واحداً من أصل عشرة بينهم مصاب بالاكتئاب النفسي بحسب الاتحاد الدولي للاعبين المحترفين "فيفيرو".

كان اللاعبون "في فقاعتهم والآن أصبحوا تائهين لأنهم اعتقدوا بأن فترة الحجر لن تكون طويلة"، بحسب ما رأى (فيليب غودين)، عالم النفس الرياضي في جامعة لوفان البلجيكية ووضح الرجل الذي يعتني بالوضع النفسي لأهم رياضيي العالم أنه "يُقال أن الكسل هو أم جميع الرذائل. نحن هناك"، لتفسير حالة اللاعبين، مضيفاً لوكالة الأنباء الفرنسية بأنه لم يفاجأ بسماعه شهادات مختلفة عن لجوء اللاعبين إلى الألعاب والكحول والجنس...

و من خلال هذه الأخيرة سوف نتعرف على نقص قياسات النفسية و علاقتها بظهور القلق التنافسي لدى لاعبي كرة القدم الجزائرية . و من خلال دراسة استطلاعية على مستوى بعض نوادي الدوري المحترف الأول وجدنا غياب تام للمحضرين المختصين في الإعداد النفسي وقيام المدرب ذا الدور الذي يتطلب العلم و الفكر و الاختصاص . مما ينعكس سلبي على قياسات النفسية للاعبين و عدم القدرة على مواجهة القلق أثناء المنافسة الرياضية الأمر الذي يثر الاهتمام و محاولتنا لتسليط الضوء على إبراز أهمية التحضير النفسي من طرف مختصين و محاولة اقتراح إدراج محضر نفسي للقيام بالإرشاد النفسي كعملية مساندة للتدريب الرياضي و المهاري خاصة في مجال كرة القدم يعتبر القلق أحد الانفعالات الهامة، التي ينظر إليها على أساس أنه من أهم الظواهر النفسية المصاحبة لنشاط اللاعبين، وتعتبر رياضة كرة القدم من أهم النشاطات.

التساؤلات:**التساؤل العام:**

هل هناك علاقة بين قياسات النفسية و ظهور قلق المنافسة في ضل فيروس كورونا لدى لاعبي كرة القدم ؟

التساؤلات الجزئية:

❖ هل هناك علاقة بين قياسات النفسية و ظهور القلق كحالة في ضل فيروس كورونا لدى لاعبي كرة القدم؟

1-2- الفرضياتالفرضية العامة:

توجد علاقة بين قياسات النفسية و ظهور قلق المنافسة الرياضية في ضل فيروس كورونا لدى لاعبي كرة القدم.

الفرضيات الجزئية:

❖ توجد علاقة بين قياسات النفسية و ظهور القلق كحالة في ضل فيروس كورونا لدى لاعبي كرة القدم.

❖ توجد علاقة بين نقص تنمية المهارات النفسية و ظهور القلق كسمة في ضل فيروس كورونا لدى لاعبي

كرة القدم

1-3 - أهمية الدراسة :

تكمل أهمية هذه الدراسة في الحصول على كم هائل من المعرفة العلمية و التطبيقية للمدربين و اللاعبين على

حد سواء في مجال بين قياسات النفسية, كما تحمل كما هائلا من المعلومات حول و ظهور القلق كحالة في

ضل فيروس كورونا لدى لاعبي كرة القدم. قياسات النفسية وهي جد مفيدة لمدربي .

1-4 - أهداف الدراسة :

❖ توعية قياسات النفسية بأهمية في ضل فيروس كورونا لدى لاعبي كرة القدم

❖ التعرف على واقع الإرشاد النفسي في النوادي الرياضية لكرة القدم

❖ اقتراح بعض الحلول للاهتمام بالرعاية النفسية للاعبي كرة القدم الجزائرية

❖ التعرف على العلاقة الارتباطية بين نقص تنمية المهارات النفسية و ظهور القلق التنافسي لدى

لاعبي كرة القدم الجزائرية في ضل فيروس كورونا .

1-5 - تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة :

القلق:

القلق حالة من الخوف الغامض الذي يمتلك الإنسان، ويسبب له الكثير من الكدر الضيق، الألم والقلق يعني الإزعاج، والشخص القلق يتوقع الشر دائما ويبدو متشائما متوتر الأعصاب، كما أن الشخص القلق يفقد الثقة في نفسه، ويبدو مترددا عاجزا عن البحث في الأمور، ويفقد القدرة على التركيز.
(فاروق السيد عثمان, 2001, ص18)

الدوافع:

يختلف الأفراد في تعريفهم لمفهوم الدافعية حيث خلق كل فرد لنفسه تعريفا خاصا يتلائم مع ما يجده فيها من مضمون و جرت العادة أن تدخل في تعريفاتهم كلمات متنوعة نذكر منها الرغبات، المطالب، الأمنيات، المرامي، الأهداف، الحاجات، الحوافز، الدوافع. ومن ناحية المعنى الفني فإن مصطلح الدافعية ناشئ من كلمة دافع، وهو ما يحرك الفرد للقيام بعمل يظهر عنه سلوك معين . إلا أن كتاب علم النفس الإداري قد أشاروا إلى الدافع على أنه " الدافع حالة داخلية تنشط تتفاعل و تحرك و توجه أو تسيير السلوك نحو الأهداف".

كرة القدم :

كرة القدم (foot ball) هي كلمة لاتينية و تعني "ركل الكرة بالقدم " ، فالأمريكيون يعتبرون

(foot ball) ما يسمى عندهم (ريقبي) أو كرة القدم الأمريكية ، أما كرة القدم المعروفة و التي سنتحدث عنها تسمى (soccer) (رومي جميل, 1986, ص05)

المنافس :

المنافسة مصدر لفعل "نافس"، و نافس في الشيء أي بلغ، و نافس فلان في كذا أي سبقه وبارزه من غير أنيلحق به الضرر.(كمال الدين عبد الرحمان درويش وقدرى سيد مرسي و عماد الدين عباس ابو زيد, 2002, ص345)

المنافسة الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية وعقلية وانفعالية، من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات وتمييزها .
عن القدرات من ينازلهم.(د.امد امين فوزي, 2003, ص221 .)

1 - 6 - الدراسات السابقة :

بعد إطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة بالرياضة، وجدنا بعض الدراسات المشابهة ومن بينها:

❖ مذكرة تحت عنوان "الضغط النفسي و تأثيره على أداء الرياضي خلال المنافسة لدى لاعبي كرة القدم"

الجهة التي قامت بالدراسة : منصورى مصطفى

إشكالية الدراسة : ماهي العوامل التي تساهم في حدوث الضغط النفسي و ما مدى تأثيره على الرياضي.

أهداف الدراسة : معرفة تأثير الضغط النفسي على أداء الرياضي.

- تبين دور التحضير البيكولوجي في المجال الرياضي.
- التوصيل إلى حقائق عملية الاستفاد منها مستقبلا.

الدراسة : من خلال هذا البحث استخلصنا ان كل منافسة كروية لها ضغط خاص بها و كل ضغط يتميز على الأخر وذلك لعدة عوامل كقلة الخبرة لبعض اللاعبين و كذا قلة التحضير النفسي إلى جانب اختلاف درجة المنافسة بين الفرق .

❖ مذكرة تحت عنوان: "تأثير القلق لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة أواسط"

إشكالية الدراسة: ماهي أسباب و مصادر ظهور القلق و ما نو تأثيره لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أواسط.

أهداف الدراسة: هدف هذه الدراسة معرفة مدى تأثير القلق على اللاعبين و هو أهم الأسباب المؤدية لهذا الشكل و كيفية معالجتها.

نتائج الدراسة : بالنسبة للاستيبيان اتضح أن لكل عناصر الموجودة فيها لها تأثير بشكل أو بآخر , و ظهرت بأنها عوامل و أسباب معرقة بمجهود الرياضي و أكد على تأثيره على معنويات اللاعبين.

❖ مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان: "تأثير القلق والضغط النفسي على فعالية اللعب في كرة اليد

عند لاعبات فرق النخبة لولاية الجزائر."

- الجهة التي قامت بالدراسة : من إعداد الطلبة: عيساوي رضا، أدري وهيبة.
- إشكالية الدراسة : إلى مدى يؤثر القلق والضغط النفسي على فعالية ومردود لاعبات كرة اليد في فرق النخبة ؟

- أهداف الدراسة:

- معرفة إذا كان القلق والضغط مقاسان في المنافسة أو لا.
- معرفة ما إذا كان القلق الحاد يؤثر على التوازن البسيكولوجي.
- مدى تأثير القلق والضغط على فعالية المردود واضطراب في سلوكيات اللاعبات.

الدراسة:

تأكيد الفردية العامة والمتمثلة في القلق والضغط النفسي يعاملان على تخفيض مردود اللاعب، ويؤثر على فعاليته ، كما تمكنوا من إثبات صحة الفرضية الجزئية الأولى من إظهار العلاقة بين الضغط النفسي ومردود اللعب، أما الفرضية الجزئية الثانية تأكد لنا وجود علاقة بين القلق كحالة ومردود اللعب، كما هو الحال في الفرضية الجزئية الثالثة ، حيث تم إثبات العلاقة بين القلق كسمة ومردود اللعب، وفيما يخص الفرضية الرابعة والأخيرة، تأكد لنا إثبات وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبات ذات المردود الجيد وذو المردود المنخفض، هذا فيما يخص درجة القلق والضغط.

❖ مذكرة لنيل شهادة ماجستير تحت عنوان: "مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة

اليد قبل وأثناء المنافسات الرسمية."

- الجهة التي قامت بالدراسة: الأستاذ: إسماعيل مقران.
- إشكالية الدراسة:

1- إلى أي مدى يمكن اعتبار القلق ذو التأثير سلمي على الأداء الجيد للاعبين قبل وأثناء المنافسات الرسمية ذات المستوى العاوي؟.

2- ما هي مستويات ومصادر ودرجة القلق ذات التأثيرات السلبية على أداء اللاعبين قبل وأثناء المنافسات الرسمية العالية المستوى؟.

- أهداف الدراسة:

يمكن حصر أهداف هذا البحث الخاصة في كونه عبارة عن دراسة للجانب النفسي للفرد بصفة عامة وتدهور مردود الرياضي، بالخصوص إذا لم يتمكن من السيطرة على متغيراته التي يمكن حصرها فيما يلي:

- كيفية إثبات وجود المصادر المختلفة للقلق لدى اللاعبين ومعالجتها.

الدراسة:

البحث هو تبيان أن لاعبي كرة اليد للفريق الوطني أكابر رجال لم يكونوا في كل مستواهم خلال مشاركتهم في الألعاب الإفريقية، وهذا راجع إلى عامل الضغط النفسي خلال المقابلات، وخاصة إهمال الجانب السيكولوجي إلى جانب التحضير التقني في الملعب.

1 - 7 - مميزات الدراسة الحالية :

من خلال الدراسات التي تم عرضها وما لفت انتباهنا وجعله منطلقاً لدراستنا خلال تطلعاتنا حول الموضوع هو أنه هناك من تكلم عن مستوى ودرجات القلق وكذا الأسباب والمصادر التي أدت إلى ظهوره ونحن في هذه الدراسة سوف نتطرق إلى العمل القائم داخل الفرق للتقليل أو التخفيف من حدة القلق من خلال تبيان أهمية التحضير النفسي الذي بواسطته نستطيع أن نواجه كل الضغوطات التي يتعرض لها اللاعب في ضل جائحة كورونا وهذا من خلال معرفة فعالية التحضير المقدم خلال الحصص التدريبية والذي يستدعي وجود مختص في المجال النفسي لتدعيمه والرفع من خدماته.



الفصل الثاني:
القياسات النفسية

1- تعريف القياس⁽¹⁾:

يقصد بالقياس تعيين أرقام على بعض الخصائص أو الأشياء بناء على قانون أو معيار محدد و قانون تعيين الأرقام خاصة يتضمن مقياس، فالمقياس الطول مثلا هو المتر و مقياس الوزن هو الكيلوغرام و هكذا فإذا أردنا أن نقيس طول السبورة فإننا نحتاج إلى مقارنة طول السبورة بمقياس الطول "متر" ثم نقرأ الرقم الذي يمثل ذلك الطول و تعتبر هذه الطريقة بسيطة لأننا نستعمل معيار معروفا و محدد، و توجد موافقة عامة على المقياس المستعمل كمقياس طول السبورة سواء كان ذلك المقياس هو المتر أو القدم كوحدة للقياس مع الإشارة إلى أن هناك اختلافات بين من يقيس بالمتر و من يقيس بالقدم فكلاهما يعطي أرقاما مختلفة وعليه فلا بد من الاتفاق على المقياس المستعمل.

- يتضمن القياس في علم النفس و التربية تعيين درجات على سلوكيات الفرد بتطبيق المقياس المدرجة التي تسمى عادة الاختبارات.

أن القياس في التربية و علم النفس ليس دقيق مثلما هو عليه في العلوم الفيزيائية و تتوقف دقة القياس على شرطين:

1- أن توجد موافقة عامة على المقياس.

2- أن توجد موافقة عامة على الصفة المقاسة.

وتكمن مشكلة القياس في علم النفس على عدم توفر هذين الشرطين بالدقة المطلوبة مثلا: فمقاييس الذكاء مازالت مع موضع نقد و شك من حيث موضوعيتها و صدقها في قياس صفة الذكاء.

2- معنى القياس⁽²⁾:

القياس هو عملية وصف المعلومات و وصف كميا أو بمعنى آخر استخدام الأرقام في وصف و ترتيب و تنظيم المعلومات أو البيانات في هيئة سهلة موضوعية يمكن فهمها و من ثم تفسيرها في غير صعوبة و يمكن أن نقول أيضا أن القياس كما يقول "كامبل" إنما هو عملية تحويل الأحداث الوصفية إلى أرقام بناء على قواعد و قوانين معينة- ومعنى ذلك هو أن القياس عبارة وصف و ظواهر إلى ما هو أسهل من حيث التعامل و أكثر قابلية إلى التحويل من حالة إلى أخرى إلا وهو الرقم.

(1)- القياس النفسي:

النظرية و التطبيق. د. سعد عبد الرحمان. ط2/1991. دار الفكر العربي. ص18. البلاد ؟

(2)- المرجع السابق نفسه ص ؟

3- تطور القياس النفسي⁽¹⁾:

في نهاية القرن 19 و بداية القرن 20 بذلت التطورات الحديثة جهود لقياس وظائف أكثر تعقيدا كاختبارات القراءة، و التداعي اللفظي، الذاكرة، الحساب البسيط، ففي ألمانيا مثلا اهتم **كريبلين Kreepline** بالفحص الإكلينيكي لمرضى العقول وقد انشأ بطاريات من اختبارات القياس ما كان يعتقد عوامل أساسية في تشخيص الفرد، و استخدمت هذه الاختبارات أو العمليات الحسابية لقياس اثر التدريب و التذكر و القابلية للتعب و التشتت، في ايطاليا اهتم **فيراري Ferrari 1896** باستخدام الاختبارات على المرضى بالأمراض النفسية و أنشأ لهذا الغرض عددا من الاختبارات لقياس ما كان يعتقد عوامل أساسية في تشخيص الفرد، و استخدمت هذه الاختبارات بعضها مقاييس فسيولوجية و البعض الآخر اختبارات في الفهم و تفسير الصور، أما في فرنسا فيعتبر **بنيه Binet** و زملائه **سيمون هنري** و من المساهمين الأوائل في قياس الذكاء لهذا الغرض جميع الوسائل و المناهج حتى قياس السمات الجسمية و تحليل العقلية المنحدرة بطريقة مباشرة.

وفي سنة 1904 كلفة وزارة المعارف الفرنسية كلا من **بيني و سيمون** بدراسة خطوات تعليم الأطفال المتأخرين دراسيا و في سنة 1905 اخرجوا مقياسا يعرف بالمقياس **بيني-سيمون** يتكون من 30 بندا متدرجا في الصعوبة للأطفال ما بين 3 و 11 سنة للتمييز بين العادين و الشواذ في الذكاء وكانت البنود تشمل على وظائف متعددة مع التأكيد على الحكم و الفهم و الاستدلال التي اعتبرها **بيني** مكونات أساسية للذكاء وكان الاختبار في اقله لفظيا، عدل هذا الاختبار عدة مرات و ترجم إلى عدة لغات و من بين أهم التعديلات على ذلك الذي قام **تيرمان و تشايلدز Terman And Childs 1914** في جامعة **ستانفورد** في و.م.أ حيث أصبح منذ ذلك التاريخ يعرف باسم اختبار **ستانفورد بيني** و حسب فيه نسبة الذكاء وهي النسبة بين العمر العقلي و العمر الزمني التي سبق أن اقترحها **شترن Stenrn 1914** في ألمانيا

عرف القياس النفسي خلال الحرب العالمية الأولى دفعا جديدا حيث اتجهت أنصار العلماء إلى إنشاء اختبارات خاصة للانتقاء الجنود و الضباط الصالحين للخدمة العسكرية و استبعاد غير الصالحين منهم و من بين أشهر الاختبارات التي أعدت لهذا الغرض اختبار "**ألفا**" و اختبار "**بيتا**" في أمريكا و قد وضع الأول للجنود الذين يعرفون القراءة و وضع الثاني للاميين و الأجانب الذين لا يعرفون اللغة الإنجليزية.

(1) - الإحصاء و القياس النفسي التربوي. د. مقدم عبد الحفيظ ط/2003. ديوان المطبوعات الجامعية - الجزائر - ص 18.
(2) - المرجع السابق نفسه ص 18-19.

ولقد كان من نتيجة نجاح تطبيق الاختبارات النفسية أثناء الحرب العالمية الأولى أن اكتسبت سمعة طيبة مما ساعد على انتشارها بعد الحرب في دوائر الأعمال و الصناعة حيث تستعمل في اختيار و توجيه الأفراد نحو الأعمال التي تناسب قدراتهم وميولهم وهذا في كل من أوروبا و أمريكا.

و عندما جاءت الحرب العالمية الثانية ركز العلماء جهودهم مرة ثانية على الاختبارات و مدت المصالح العسكرية أخصائيين في علم النفس و ذلك لوضع الاختبارات المناسبة لاختيار الأفراد الصالحين و القادرين على أداء الخدمة العسكرية وقد نجم عن هذا التحسين في وسائل الاختبارات التي أصبحت تشمل مقاييس الذكاء و القدرات الخاصة و بعض السمات الشخصية كصفة القيادة و الاتزان العاطفي و الاستعداد للتعب و غير ذلك من السمات النفسية ذات الأثر الظاهر على الروح المعنوية للجنود.

و استمرت الاختبارات تسير التطور الذي يحدث في العلوم التقنية بصورة عامة و علم النفس بصورة خاصة حيث أصبحت تستعمل في ميادين عديدة و لأغراض متعددة و بتقنيات آلية عالية في الدقة كاختبارات المهارات الحركية و القدرات الحس-حركية بالإضافة إلى استعمال*** اختبارات الاستعدادات التي أصبحت تستعمل بشكل واسع في عمليات الاختبار التوجيه المهني و المدرسي و كذا إنشاء المعايير و تطوير طوق التسجيل و التحليل و استعمال الإعلام الآلي في القياس و التحليل.

4- طبيعة ووظيفة القياس في علم النفس⁽¹⁾:

إنّ الإنسان في حاجة لأن يفهم طبيعته فقد أصبح من نافلة القول أن المشكلات الرئيسية التي يواجهها عالمنا اليوم إنما هي مشكلات بشرية وفضلا عن ذلك فإن المجتمع إذ قد تطور الآن إلى نظام معقد من العلاقات و الأدوار المتخصصة فقد أصبح الناس في حاجة إلى أدوات جديدة لتساعد الأفراد لكي يجدوا أماكن ملائمة لهم في هذا البناء الكلي، وهذه الحاجات الملحة في هذا العصر التي تجعل بالضرورة أن يصبح علم النفس علما فالأوصاف الأدبية و الفلسفية لطبيعة الإنسان التي كانت تكون نواة علم النفس في الحقب الماضية قد حلت محلها في هذا العصر التعديلات و التفسيرات التي تقوم على البحث التجريبي و لكي يقوم علماء النفس لما يريدون من بحوث فإن عليهم أن يعالجوا متغيرات الدراسة بصورة كمية وهكذا أصبح القياس علامة مميزة لعلم النفس الحديث وهذه الحقيقة لا ترضي الكثيرين من طلاب علم النفس.

(1) - الاختبارات و المقاييس/ سعد عبد الرحمان/ ديوان المطبوعات الجامعية الساحة المركزية بن عكنون- الجزائر ص17.
*** الاختبارات و المقاييس "المرجع السابق" ص "23-24".

و لأنهم اقبلوا على دراسة هذا العلم ليزيد و فهمهم للأسباب التي تفسر لماذا هم و الناس الذين يعرفونهم يشعرون و تتصرفون على هذا النحو ولكنهم يجدون أنفسهم في مواجهة بعض المفاهيم التي تبدوا بعيدة كل البعد عن الاهتمامات الإنسانية مثل الاختلافات المعيارية و التوزيعات التكرارية، و الاحتمالات، وليس من المستغرب أن يفترض الطلاب ويشكون من المتطلبات التي توضع المقررات علم النفس التي يختارونها للدراسة فهم يتساءلون عن علاقة و أهمية المفاهيم الرياضية و القوانين الكمية لشخص يهدف إلى الحصول على المعرفة المفيدة في علم النفس.

مستويات القياس:

ينظم ستيفنز و يرتب مستويات القياس هذه بناء على مدى تطبيق العمليات الحسابية المألوفة.

المستوى الأول: أو الأدنى في هذه السلسلة هو مقياس التصنيف، وفي هذا النوع من المقاييس نستخدم الأرقام للدلالة فقط على الفئات التي ينتمي إليها الأفراد و الأشياء وهذه يمكن أن تكون تصنيفا للأفراد نوع واحد مثل ترقيم ملابس لاعبي كرة القدم لتمييزهم أو قد تكون تصنيف لمجموعة من الأفراد مثل عطاء مجموعة الرجال الرقم "1" و مجموعة النساء رقم "2" و العمليات الحسابية الوحيدة التي يمكن أن تطبق في مقاييس التصنيف هي عملية العد أي مجرد تعداد الأفراد في كل صنف أو مجموعة و هذه الأعداد المميزة لا يمكن أن تجرى عليها أي من العمليات الحسابية الأربع، الجمع، الطرح، الضرب، القسمة.

المستوى الثاني: هو مقياس الترتيب نستخدم هذا النوع عندما نريد أن نرتب الأفراد في سلسلة تبدأ من الأقل و تنتهي بالأعلى بناء على الخاصة المطلوب قياسها و لكن لا يمكننا أن نقول بدقة كم يكون الفرق بين أي اثنين من هؤلاء الأفراد فعندما تقوم لجنة ما بترتب خمسة من المقدمين للمنح الدراسية بناء على تقديرهم الهام فإنها تستخدم في ذلك مقياس الترتيب و كثيرا ما تستخدم الدرجات المبنية في التعبير عن نتائج اختبار الطلاب و أن هذه الدرجات هي نوع من الترتيب فإنها تمثل مقياس ترتيب و العمليات الحسابية المعروفة، الجمع الطرح الضرب القسمة لا يمكن أن نستخدم على وجه صحيح في حالة مقياس الترتيب، و لكن الطرق الإحصائية التي تقوم على فكرة الترتيب تكون صالحة للاستخدام فمن الممكن على سبيل المثال أن تعيين ما إذا كانت هنالك علاقة بين رتب مجموعة من الأطفال مقياس للتبعية دريتهم على مقياس للاعتماد على الغير.

المستوى الثالث: هو مقياس بين الوحدات المتساوية أن ما نميز مقياس الوحدات المتساوية من مقياس الترتيب هو أنه يمكننا من معرفة مقدار المسافة بين شيئين أو شخصين و معظم الاختبارات المدرسية هي من هذا النوع.

المستوى الرابع⁽¹⁾: هو أعلى مقياس هو مقياس النسبة و فيه يمكن استخدام جميع العمليات الحسابية: الجمع، الضرب، القسمة الطرح ومقاييس النسبة لها جميع خصائص مقاييس الوحدات المتساوية بالإضافة خاصة مميزة و هي وجود صفر حقيقي وربما كان هذا النوع من المقاييس مألوف لدينا أكثر من الأنواع الأخرى لأن كل الأبعاد الطبيعية المعروفة الطول، الوزن، الحجم إنما تقاس هذه المقاييس فعلى ميزان القصاب الأمين يعني أنه لا يوجد أي لحم على الإطلاق في كفة الميزان و عندما نشترى منه نكون على ثقة من أن قطعة اللحم زنة ستة أرطال ثقل المقدار أربع أرطال من قطعة أخرى وزنها رطل فقط و يمكن أن نقول أيضا أن القطعة الأولى تعادل فرق القطعة الأولى تعادل وزن القطعة الثانية ثلاث مرات ومقياس النسبة حسب التسمية يدل على أنه لا يمكننا أن نقسم عددا آخر أو نغير *** في صيغة نسبة.

بناء المقاييس التقنية:

تحتاج عملية بناء المقاييس إلى عدة خطوات و هي:

1. تحديد الهدف.
2. تحليل المحتوى.
3. إعداد الفقرات و تجربتها.
4. تحليل الفقرات.
5. اختيار المحك.
6. التقنين ووضع المعايير.

1. تحديد الهدف: قد يكون الهدف هو:

- قياس مدى تحصيل التلاميذ في مادة دراسية معينة أو مدى تحصيل الفرد في مهنة معينة أو لتشخيص الأفراد أو التنبؤ بمدى قدرة الفرد على النجاح في دراسة أو مهنة معينة.
- إنشاء اختبار فردي أو جماعي، لفظي أو أدائي.
- إنشاء اختبار للأطفال أو الراشدين.

إن تحديد الهدف يوضح الخطوط العريضة لبناء المقاييس و يشير تورندايك و هايغن 1977

Thorndike and hajen إلى أن الأهداف الجيدة يجب أن تتوفر على الخصائص التالية:

(1) - مرجع سابق " سعد عبد الرحمان" ص 24-26.
 (2) - مقدم عبد الحفيظ مرجع سابق ص 124-125.

- يجب أن توضع الأهداف في عبارات السلوك المراد قياسه، فإذا أردنا أن يبنى مقياس لقياس مدى تحصيل الطالب في المحاضرات التي استمع إليها حول بناء المقاييس فإن الهدف المبني على أساس السلوك تكون مثلاً كما يلي يستدعي مراحل المقاييس
- يجب أن تبدأ بجملة فعلية تشير إلى السلوك المراد إبرازه، هذا يساعد التركيز على الفرد وما يفعله فالهدف يستدعي مراحل بناء المقاييس يبدأ بفعل ويركز على ما يفعله الفرد.
- يجب أن توضع الأهداف بطريقة محددة ودقيقة "فالهدف" يفهم بناء المقاييس هو هدف غامض و يحمل أكثر من معنى و بدلا من هذا يمكن وضع هدف أكثر تحديدا كان نقول مثلاً يحدد مراحل بناء المقاييس.
- يجب أن توضع الأهداف بطريقة وحدوية أي أن كل هدف يرتبط بعملية واحدة فقط فالهدف يحدد مجالات استعمال الاختبارات ويذكر اتجاهه نحوها يتضمن عمليتين:
- الأولى معرفية، الثانية عاطفية أو وجدانية تتعلق بمشاعره نحو الاختبارات ففي هذه الحالة يجب تحويل هذه العبارة إلى عبارتين مستقلتين بحيث تعكس كل عبارة هدف واحد فقط.
- يجب أن تتميز الأهداف بدرجة ملائمة من العمومية أي أنه لا يوجب أن تكون عامة جدا ولا محصورة و محددة جدا.
- يجب أن تتمثل الأهداف مباشرة النواتج المتوقعة من الخبرات التعليمية.
- يجب أن تكون الأهداف واقعية و هذا من حيث الوقت المتوفر للتعليم أو من حيث خصائص المفحوص "فالهدف" يفهم الأسباب التي تجعل بعض الأفراد مدمنين هو هدف غير واقعي لأننا نعرف الأسباب التي تجعل بعض الأفراد مدمنين و عليه فإن من غير الممكن تحقيق هذا الهدف عن طريق التعليم.

2. تحليل المحتوى Content Analysis (1) :

بعد تحديد الهدف الذي يرمي إليه الاختبار يقوم مصمم الاختبار بتحليل سلوك الأفراد في المهام التي يقومون بها ويهدف تحليل المحتوى إلى معرفة واجبات و متطلبات المهنة أو الدراسة و تحديد ما يجب توفر في القائم بها فإذا كاد الهدف من الاختبار هو قياس التحصيل في موضوع دراسي معين فإننا نقوم بتحليل المنهج الدراسي و إذا كان الهدف هو قياس كفاءة المهنة أو التنبؤ بقدرة مهنية فإننا نقوم بتحليل العمل، أما إذا كان الهدف هو قياس سماته الشخصية كالانطواء أو القلق مثلاً فإنه ينبغي تحديد لغويا و سلوكيا.

• في تحديد الأوزان المختلفة للفقرات:

- (1) - مقدم عبد الحفيظ مرع سابق ص 126-127.
- (2) - مقدم عبد الحفيظ مرع سابق ص 127-131.

يساعد تحليل العمل أو المنهج الدراسي على تحديد الأوزان المختلفة و عدد الفقرات اللازمة لكل مادة دراسية أو لكل مهنة من المهن و من المعروف أن المواد الدراسية تختلف في أهميتها ولذلك يحدد لكل مادة أو موضوع في الامتحان معامل خاص به ففي امتحان البكالوريا الشعبة العلمية تتضمن المواد الأوزان التالية حسب أهميتها في هذه الشعبة:

الرياضيات-5، الفيزياء و الكيمياء-5، العلوم الطبيعية-5، الفلسفة-3، الأدب-2، اللغة-1.

و تجدر الإشارة إلى أن معامل الفلسفة و الأدب في الشعبة الأدبية هو العكس 5 ليعكس أهمية هاتين المادتين في هذه الشعبة.

و ما ينطبق على الموضوعات الدراسية ينطبق على الأعمال المهنية.

إن تحديد أوزان الفقرات يتطلب تصنيف المهام و ترتيبها حسب أهميتها ثم توزع عليها عدد فقرات الاختبار حسب الأهمية فكلما كان الموضوع مهما زاد عدد الفقرات أو زاد وزنها، وكلما كان قليل الأهمية قل عدد الفقرات فيه أو قل وزنها.

4. عدد الفقرات:

بعد تحديد عدد الفقرات ليشعر الباحث في إعداد وكتابة الفقرات و يجب عليه أن يكون ملما بالأشكال المختلفة التي تكتب بها صيغة الفقرة و توجد عدة أشكال من بينها اختيار **إجابة من إجابتين**: تتطلب من المفحوص إجابة واحدة من إجابتين وذلك بوضع خط الإجابة الصحيحة.

الاختيار المتعدد: تعتبر الأسئلة المتعددة الاختبار من أكثر الأسئلة مرونة وأكثرها استعمال نظر لأنها تتناسب مع معظم الموضوعات يتكون هذا النوع من الفقرات من جزئين الأول يتضمن السؤال الأول أو الشكل و الثاني هو الاختيار التي تتراوح عادة بين 3 و 5 و التي يختار منها القرد الإجابة الصحيحة.

المزاوجة: تتكون كل من عنصرين وتطلب من المجيب أن يصل كل سؤال أو كل عنصر من عناصر العمود الأول بالإجابة التي تناسبه في العمود الثاني.

التكملة: تتطلب من المجيب أن يكمل جملة أو إجابة مختصرة.

الاستدعاء البسيط: وتطلب من المجيب أن يجيب إجابة مختصرة للسؤال.

التناظر الوظيفي: يستعمل هذا النوع في اختبارات الذكاء غالبا، و يتميز بفائدة خاصة لأن درجة صعوبته يمكن تعديلها بالزيادة أو النقصان حسب العمر بالإضافة إلى أنه يستعمل في عدة موضوعات.

إعادة الترتيب: تقدم للمجيب جملة أو إعداد غير مرتبة و يطلب منه ترتيبها.

اختبار المقال: تقيس قدرة الفرد على تنظيم معلومات وربطها و تركيبها.

1. تعريف الاختبار النفسي:

يقول **كرونباخ (1984)** أنه لا يوجد هناك تعريف مقنع للاختبار و كلمة اختبار عادة ما توحى في الذهن أنه عبارة على سلسلة من الأسئلة المقننة التي تعرض على شخص معين و يطلب منه الإجابة عنها كتابة أو شفويا، إلا أن هناك بعض الاختبارات التي لا تتطلب من المفحوص إجابة معينة وإنما تتطلب منه أداء حركيا أو مجموعة من الأداءات الحركية على آلة معينة. كاختبار قيادة السيارة في الشارع.

فاختبار القيادة لا يتضمن الأسئلة و كما أن تعليماته و توجيهاته تختلف باختلاف المفحوص و باختلاف الشوارع و حركة المرور، و في ما يلي نستعرض بعض التعاريف التي تنطبق على مختلف أنواع الاختبارات و الاستبيانات:

- عرف **اناستازي 1976** الاختبار النفسي بأنه مقياس موضوعي مقنن لعينة من السلوك، وكلمة سلوك هنا قد تعكس قدرة الفرد اللفظية أو الميكانيكية أو قد تعكس سمة من سماته الشخصية، كالانبساطية و الانطوائية، أو قد تعكس مجموعة من الاداءات الحركية على أعمال أو أجهزة معينة، كالكتابة على الآلة الراقنة لقياس مهارة الأصابع مثلا.
- يعرف بين **Bean 1953** الاختبار بأنه مجموعة من المثيرات أعدت لتقيس بطريقة كمية أو بطريقة كيفية العمليات العقلية و السمات أو الخصائص النفسية، وقد يكون المثير هنا أسئلة شفاهية أو أسئلة كتابية أو قد تكون سلسلة من الأعداد أو الأشكال الهندسية أو النغمات الموسيقية أو صوراً أو رسوماً، و هذه كلها مثيرات تؤثر عن الفرد و ستثير استجاباته.

- أما جون انيات **Annette 1974** و يعرف الاختبار بأنه مهارة أو مجموعة من المهارات التي تقدم للفرد في شكل مقنن و التي تنتج درجة أو درجات وقيمة حول شيء تطلب من المفحوص لكي يحاول أداءه⁽¹⁾.

2. الحاجة إلى الاختبارات:

تطبيق الاختبارات في مدارس أمريكا على نطاق واسع، ويبلغ عدد الأطفال الذين تطبق عليهم هذه الاختبارات حوالي **25 مليون كل عام**. و لا يكاد يوجد طفل في أمريكا إلا وقد اجري عليه واحد من هذه الاختبارات. و من هنا نجد أن القياس النفسي في الوقت الحاضر يلعب دورا كبيرا في الجهود الذي يبذله المربون، لكي يفهموا نفسية الأطفال و لكي يمكنوهم من فهم أنفسهم.

أهداف جديدة للتربية:

كان اهتمام المدارس في السنوات الماضية متجها في اغلب الأمر نحو تلقين الحقائق للأطفال و تنمية مهاراتهم المختلفة وكان الغرض من الاختبارات التي كانت تستخدم و معرفة ما إذا كان التلميذ قد حفظ هجاء كلمة معينة أو حفظ درس في التاريخ... ثم في آخر السنة يرسلون تقريرا سنويا لأولياء التلميذ و الأولياء يشعرون بالألم لإخفاق ابنهم و في غالب الأحيان لم يكن الأبوين و المدرسين يعرفون سبب الإخفاق و لكن في السنوات الأخيرة التي قضاها الباحثون في دراسة نمو الأطفال و حاجاتهم المختلفة في كل مرحلة من مراحل نموهم و أدت إلى أحداث تغيرات هامة في أهداف التربية، و أصبح علماءها في الوقت الحاضر مقتنعين بأن الأطفال يختلفون في ميولهم و يتفاوتون في قدراتهم و يؤكد الدارسون بأنه لا بد من دراسة شخصية الطفل و العوامل التي شكلتها⁽¹⁾.

إشباع حاجات الأطفال:

وقد أدى الأخذ بهذه الأهداف إلى تحول اهتمام المدارس عن تلقين المعلومات لأطفالها إلى محاولة تعرف حاجات هؤلاء الأطفال و إشباعها، كما أدى الاهتمام المتزايد بتوجيه التلاميذ و إرشادهم إلى حث العلماء على وضع اختبارات جديدة أفضل من الاختبارات القديمة حتى نستطيع أن نعرف عن أطفالنا أكثر مما كنا نعرف من قبل و قد وضعت اختبارات لقياس كل الناحية من حياة الأطفال تقريبا و

(1) - الدكتور مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء و القياس النفسي و التربوي - ديوان المطبوعات الجامعية- بن عكنون الجزائر - ط2 - 2003، ص21-22.

(1) - وين راتيتون الاختبارات النفسية ودلالاتها، ترجمة: الدكتور عطية محمود هنا. مؤسسة فرنك لين للطباعة و النشر القاهرة نيويورك ص12 (بتصرف).

يمكن أن تكون لهذه الاختبارات قيمة عظيمة لو أحسنا استعمالها فعن طريقها نستطيع أن نعلم الكثير عن أطفالنا مثل التحصيل الدراسي، شخصية الطفل، الصحة الجسمية، القدرات الخاصة و نواحي الضعف، القدرة الدراسية⁽²⁾.

3. ما تقيسه الاختبارات: كثيرا ما يتساءل الناس:

- هل ليلي من المواهب ما يجعلها تستفيد من دروس الموسيقى؟.
 - هل لسليمان من الذكاء ما يجعله ينجح في الجامعة؟.
 - و سمير، هل هو طفل عادي على الرغم من النوبات التي تتأبه؟.
 - وزكي، هل تتفق قدراته في القراءة مع عمره؟.
 - وسوسن، هل يجب أن نحولها إلى فصل التلميذات المتأخرات في دراستهن؟.
- إننا نستخدم الاختبارات النفسية لكي نستطيع الإجابة على الأسئلة التي تتعلق بقدرات أطفالنا و سلوكهم و مهاراتهم الخاصة.
- و تتكون الاختبارات النفسية من مجموعة من الأسئلة وضعت خصيصا لكي تقيس بعض المظاهر للسلوك الإنساني و هذه الأسئلة يجب أن تختار بعناية تفوق العناية التي نوليها معظم الاختبارات العادية.
- و في هذا الجدول الآتي فكرة موجزة عن الأنواع المختلفة من الأسئلة التي سنناقشها:

(2) - المرجع السابق نفسه، ص 13-14. (بتصرف)

النواحي التي يستخدم فيها الاختبار	الغرض من الاختبار	الأنواع الشائعة من الاختبارات
- القدرات الخاصة	قياس قدرة الإنسان أو موهبته للقيام بنشاط معين.	- اختبار القدرة الموسيقية. - اختبار القدرة الفنية. - اختبار القدرة الميكانيكية. - اختبار القدرة الكتابية
- الذكاء	قياس قدرات الإنسان على القيام بالعمل المدرسي أو الأكاديمي.	- اختبارات تقيس عاملا عاما. - اختبارات تقيس عوامل متعددة.
- التكيف الشخصي والاجتماعي.	قياس قدرة الإنسان على مواجهة مشكلات الحياة اليومية، وتحديد صفاته الشخصية.	- تسجيل النواحي - المزاجية. - اختبارات الميول. - التقديرات. - المشكلات الشخصية. - قوائم المشكلات.
- التحصيل الدراسي.	قياس درجة الإنسان في تحصيل المواد الدراسية المختلفة.	- اختبارات المطالعة. - اختبارات التاريخ. - الحساب. - الجغرافيا. - أخرى.

وين راتيتون الاختبارات النفسية ودلالاتها، ترجمة: الدكتور عطية محمود هنا. مؤسسة فرنك لين للطباعة والنشر القاهرة نيويورك ص 17-18.

اختبارات القدرات الخاصة:

لنعد الآن إلى السؤال الأول الذي طرحناه، إذا أردنا أن نقرر ما إذا كان من الضروري أن تدرس ليلي الموسيقى، فإن في استطاعتنا أن نجري عليها اختبار من اختبارات القدرة الموسيقية. ومن المحتمل أن تقيس هذا الاختبار دقة إدراكها لدرجة الأصوات، ومدتها وذكرتها الخاصة بالنغمات أو قدرتها على التفرقة بين الألحان و إدراكها للأوزان الموسيقية فإذا تفوقت ليلي في هذا الاختبار فات من المرجح أن نقرر إعطاءها دروسا في الموسيقى.

و الاختبارات الجيدة للقدرات لا تبين لنا مستوى الشخص فحسب، إنما تشير كذلك إلى المستوى الذي يستطيع الوصول إليه، إذا ما أعطي فرصة إعداد نفسه و لهذا كانت اختبارات القدرات من الوسائل التي يقاس بها الاستعداد للقيام بعمل ما في المستقبل.

اختبارات الذكاء:

من الحقائق التي قل ما ندركها في دقة أو ذكاء قدرة خاصة، فهو القدرة على التعلم، و الواقع أن اختبارات الذكاء لم تخرج عن كونها اختبارات خاصة تساعدنا على الإجابة عن الأسئلة المتعلقة بالقدرة على التعلم.

و يوجد نوعان من اختبارات الذكاء:

1. اختبارات تعطينا درجة واحدة تدل على نسبة الذكاء.
2. اختبارات تقيس العوامل المختلفة التي يتكون منها الذكاء فتعطينا درجة لكل عامل من هذه العوامل. و نسبة الذكاء عبارة عن قيمة عددية تعبر في يسر كما نطلق عليه الذكاء، وهذه القيم العددية تعبر عن الذكاء في شيء من الوضوح و الدقة أكثر مما تفصح عنه عبارات مثل: (ذكي و متوسط الذكاء و متأخر في ذكائه) و لذلك نستخدم نسبة الذكاء عندما نتحدث عن ذكاء شخص ما. و المعروف أن اختبارات الذكاء تجمع بدرجة واحدة ما يحصل عليه الطفل من درجات في أسئلة المفردات و التفكير اللفظي و الأعداد و ملاحظة أوجه الشبه أو الاختلاف بين الأشكال الهندسية. أما النوع من الاختبارات "الذكاء" هي التي تقيس العوامل المتعددة المكونة للذكاء فإنها موضوعية على أساس النظرية التي تذهب⁽¹⁾.

إنّ الذكاء ليس صفة عقلية واحدة ولكنه يتكون من عدة قدرات متباينة. و هذان النوعان من الاختبارات يتطلبان من المختبر أن يبرهن على قدرته على التفكير المنطقي، و من دراسة الدرجات التي يحصل عليها التلميذ نستطيع أن نحدد بقدر كبير من الدقة ما إذا كان باستطاعته أن ينجح في دراسته أم لا. و من الواضح أن النجاح في الاختبارات لا *** نجاحا في الدراسة إذ أن بعض من الطلبة الشديدي الذكاء قد أخفقوا في دراستهم الجامعية إخفاقا تاما وربما كان هذا راجعا إلى عدم ميلهم للدراسة التي تابعوها أو إلى أن الدافع للنجاح كان أمرا يعوزهم و على العكس من هذا نجح في الدراسة الجامعية طلاب كانوا متوسطين أو أقل من المتوسط في ذكائهم و ذلك بسبب قوة الدافع للنجاح عندهم.

(1) - المرجع السابق نفسه ص 20-21 (بتصرف).

2- المرجع السابق نفسه ص 24-25 (بالتصرف).

اختبارات الصفات الشخصية و الاجتماعية:

يمكن أن نطلق من السؤال الذي طرحناه في البداية وهو: هل نعتبر سمير من الأسوياء إذا وجدنا أن النوبات العصبية تتابه في الكثير من الأحيان؟ هذا السؤال ليس من الإجابة عنه على الرغم من وضعنا الاختبارات التي تساعدنا على الإجابة عن هذه الأسئلة و ذلك لأن بعض هذه الصعوبة يرجع إلى تحديد الألفاظ و قد وجد علماء النفس أنه لا يمكن تحديد الشخصية السوية بطريقة محسوسة، فالسلوك الذي يؤدي بأصحابه إلى مستشفيات الأمراض العقلية ليس في الواقع إلا حالات متطرفة من الحالات السوية مثل: الخوف، الابتئاس.

و عندما نتساءل هل سمير طفل سوي؟، فإننا في الواقع نتساءل عن شخصيته. و من المحتمل إلا يوجد اختبار واحد يقيس جميع مظاهر الشخصية و لكن إذا نحن أعطينا سمير اختبارا أو أكثر مما يكشف لنا عن نواحي الشخصية. فإننا نسأله في المواقف المختلفة عما إذا كان يفضل أن يكون في وسط مجموعة من الناس أو ينفرد بنفسه فإذا كانت الدرجات المحصل عليها قريبة من الدرجات التي يحصل عليها الشخص المتوسط فإننا نقول بأن سمير شخص "سوي" أما إذا اختلفت درجاته اختلافا كبيرا فإننا قد نطبق عليه عدد كبيرا من الاختبارات .

اختبارات التحصيل الدراسي:

اختبارات التحصيل الدراسي هي الأكثر استخداما في المدارس فهي اختبارات تبين مدى معرفة التلميذ للقراءة و الكتابة و الحساب و كذلك مدى معرفته للعلوم الاجتماعية و الطبيعية، فإذا أراد المدرس أن يعرف ما إذا كان " زكي " يقرأ بالجودة التي تتفق مع سنه فإنه يجد أن هناك اختبارات معدة لذلك و هي اختبارات القراءة التحصيلية، و مثل هذه الاختبارات تقيس محصولة من المفردات و سرعته في القراءة. و قد يتضمن الاختبار بعض القصص القصيرة أو الفقرات التي تتبعها أسئلة التي تبين ما إذا كان "زكي" يفهم ما يقرأ، و تبين ما إذا كانت درجة فهمه قد وصلت إلى المستوى المرتقى. و توضح اختبارات التحصيل للمدارس ما حصله التلميذ من حقائق و ما اكتسبه من مهارات و ما وصل إليه من فهم و إدراك⁽¹⁾.

4. شروط الاختبار الجيد:

يذكر بلام و خايلر **Blumand nyier1968** ثلاث شروط للاختبار الجيد و هي:

(1) – وين راتيتون الاختبارات النفسية ودلالاتها، ترجمة: الدكتور عطية محمود هنا. مؤسسة فرنك لين للطباعة و النشر القاهرة نيويورك ص27. (بتصرف).

1. أن يكون الاختبار متقنا: و هذا يعني أنه حتى و أن استخدم الاختبار من طرف أفراد مختلفين فإنهم يحصلون على نتائج مماثلة و يتطلب هذا بالطبع توحيد إجراءات تطبيق الاختبار و تصحيحه .
2. أن تكون عينة السلوك واسعة بدرجة كافية و ممثلة بدرجة كافية للسلوك الذي نريد قياسه حتى تمكننا من النتائج التي نتحصل عليها من التعميم و التنبؤ.
3. أن يكون للاختبار درجة معتبرة من الصدق و الثبات و أن تكون له معايير خاصة. فالصدق يعني أن الاختبار يقيس ما افترض أن يقيسه و هناك طرق كثير لتحديد الصدق. أم الثبات فيعني استقرار الدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد في عدد مرات الإجراء بنفس الصورة أو بصورة مكافئة من نفس الاختبار. وهناك عدة طرق لحساب ثبات الاختبار⁽²⁾.

5. تصنيف الاختبارات النفسية:

1. اختبارات فردية: و هي الاختبارات التي تستخدم بصورة فردية حيث يتم تطبيقها عادة في مقابلة شخصية بين الفاحص و المفحوص و نحتاج بطبيعة الحال إلى تعليمات من نوع خاص إلى توضيح دائم إلى هذه التعليمات و قد يتطلب هذا النوع من الاختبارات إلى ملاحظة الفاحص لأداء المفحوص في بعض المواقف و القيام بتسجيل هذه الملاحظات و تقييم هذا الأداء و من أمثلة الاختبارات الفردية اختبار بينية في قياس الذكاء.

2. اختبارات جماعية: وهي الاختبارات التي يمكن تطبيقها على مجموعة من الأفراد دفعة واحد دون الحاجة إلى جلسة خاصة في مقابلة شخصية، وعلى ذلك فإن من المتوقع أن تكون تعليمات هذا النوع من الاختبارات بسيطة وواضحة كما أن أداء الأفراد ليس من الداعي ملاحظته أو تقييمه أثناء تأدية الاختبارات الجماعية، اختبارات التحصيل المدرسي، اختبارات الذكاء العالي.

3. اختبارات الأداء Performance:

و هي الاختبارات التي تتطلب القيام بعمل ما أو أداء محدد لحل مشكلة معينة، وذلك مثل: اختبارات القدرة الميكانيكية و معالجة الأشكال الهندسية، اختبارات بناء المكعبات، أو اختبارات القدرة الموسيقية، أو الإزاحة،...

(2) - دكتور مقدم عبد الحفيظ الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ص22-23.

4. اختبارات الورقة و القلم و paper and pencil:

و هي الاختبارات التي لا يستدعي تنفيذها القيام بعمل يدوي و لكن تحتاج لتسجيل الاستجابات في صحيفة الإجابة أو الاختبار باستعمال القلم بمعنى الإشارة إلى الإجابة أو كتابة الإجابة الصحيحة.

5.الاختبارات اللفظية verbal:

و هي الاختبارات التي تعتمد على استخدام الرمز اللفظي سواء كان الحرف (اللغة) أو الرقم (الرياضيات).

6. الاختبارات غير اللفظية now verbal:

و هي الاختبارات التي تعتمد في تكوينها على الصور و الأشكال و تستخدم خاصة في حالات غير القادرين على القراءة و من أمثلة هذه الاختبارات تلك التي تعتمد على الأشكال الهندسية أو لصور الناقصة أو الصور المختلفة وغير ذلك.

7.اختبارات السرعة speed tests:

و هي الاختبارات التي يكون المطلوب فيها معرفة أكبر عدد ممكن من الإجابات الصحيحة في زمن معين.

8.اختبارات القدرة power tests:

و هي الاختبارات التي تهتم بقياس القدرة بغض النظر عن الزمن⁽²⁾

❖ و هناك من يصنف الاختبارات النفسية حسب: 1. الوظيفة أو ما تقيسه، 2. شروط الإجراء، 3. كيفية الأداء، 4. مادة الاختبار.

1. التصنيف على أساس الوظيفة: و يمكن أن نصنف الاختبارات النفسية حسب وظيفتها إلى

الأنواع التالية:

أ/ اختبارات التحصيل: و هي تقيس مدى أداء الفرد أو مدى تحصيله في موضوع ما.

ب/ اختبارات الذكاء: و هي تقيس القدرة العقلية العامة التي تنعكس في سرعة الفهم، القدرة على التعلم، الكفاءة العامة، سرعة إدراك المواقف و المشاكل، القدرة على التكيف...

(1) - د/ سعيد عبد الرحمان القياس النفسي ص160.

2- د/ سعيد عبد الرحمان القياس النفسي ص161

ج/ اختبارات القدرات الخاصة: وهي تتنبأ بمدى قدرة الفرد على التعلم أو التدريب على مهنة معينة، كالقدرة الميكانيكية و الموسيقية و الحسابة...
 ه/ اختبارات الميول: و هي تقيس اهتمامات الأفراد و ميولهم نحو أنشطة أو مهنة معينة.
 و/ اختبارات الاتجاهات و القيم: يقيس هذا النوع من الاختبارات طبيعة وأبعاد الاتجاهات و المعتقدات التي يتمسك بها الأفراد إزاء أفراد آخرين أو إزاء مختلف قضايا المجتمع و أنشطته.
 ي/ اختبارات الشخصية: وهي تقيس الجوانب الانفعالية من السلوك كمقياس للتوافق الانفعالي و التي تعرف بقوائم الشخصية و مقاييس السمات كالخضوع و السيطرة و الانطواء و الانبساط....

2. التصنيف حسب شروط الإجراء:

و نجد فيها نوعين من الاختبارات:

أ. الاختبارات الفردية: و هي الاختبارات التي تطبق على مفحوص في مرة واحدة بمعنى موقف القياس يكون فرديا (الفاحص و المفحوص) و يتطلب هذا النوع من أخصائين مدربين ذوي مهارات كبيرة في تطبيقها.
 ب. الاختبارات الجمعية: و هي الاختبارات التي تطبق على عدد من الأفراد في وقت واحد و لهذه الاختبارات فائدة كبيرة في ميادين التربية، الجيش، الصناعة...⁽¹⁾.

3. تصنيف الاختبارات حسب طبيعة مادتها:

إنّ الاختبارات النفسية التي تعتمد على اللغة يصعب تطبيقها في كل المجتمعات و ذلك لتأثرها بالثقافة، حيث أن الاختبار الذي وضع في محيط اجتماعي ما لا يصلح للتطبيق في محيط آخر، و للتخلص من هذه المشكلة وضع الباحثون بعض الاختبارات اعتبرت متحررة من الثقافة إلى حد كبير و من ذلك اختبار "بيتا" الذي وضع أثناء الحرب العالمية الأولى بهدف تطبيقه على الجنود الذين ينتمون إلى ثقافات أخرى.

4. كيفية الأداء:

المقصود بكيفية لأداء هو التنوع في النشاط الذي يصدر عن المفحوص أثناء الإجابة على مختلف فقرات الاختبار إذ نميز بين اختبارات الورقة و القلم و الاختبارات العلمية، ففي النوع الأول يفكر المفحوص في المشكلات التي تفرض عليه تفكيرا ضمنيا ثم تسجيل نتائج تفكيره أو النوع الثاني فيقوم

(1) - د. مقدم عبد الحفيظ. الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ص23-24.

المفحوص بمعالجة المواد التي يتألف منها الاختبار معالجة صريحة كبناء المكعبات و تفكيك الأجهزة أو وضع الدراغي في ثقب صغيرة أو الرقن على الآلة الراقنة إلى غير ذلك⁽²⁾.

6- مجالات استعمال الاختبارات:

1. في التربية و التعليم:

تعتبر المؤسسات التربوية و التعليمية (المدارس و مراكز التكوين المهني) من أكثر المؤسسات استعمالاً للاختبارات النفسية و التربوية. فهي تستعمل الاختبارات للأغراض التالية:

أ. الكشف عن المتخلفين في الدراسة و معرفة أسباب هذا التخلف بمعرفة جوانب حياته النفسية.

ب. تستعمل الاختبارات لاختيار الطلبة الجدد أو اختيار المواد الدراسية التي تناسب أعماراً معينة.

ج. تستعمل الاختبارات في توجيه التلاميذ أو المتكويين إلى الدراسات أو المهن التي تناسب وقدراتهم و استعداداتهم.

د. الإرشاد التربوي و يعني إرشاد الطلبة و التلاميذ الذين يجدون مشاكل في دراستهم و الذين يتعرضون لبعض الأزمات. فاستعمال الاختبارات يمكننا من معرفة بعض الأعراض المرضية أو الأسباب التي أدت إلى هذه الأزمات.

هـ. برامج الاختبار تستعمل الاختبارات أيضاً في تقويم تحصيل التلاميذ و مدى فعالية برامج التعليم و مناهجه.

و. تصنيف التلاميذ: تساعد الاختبارات في تصنيف التلاميذ حسب قدراتهم إلى أقسام أو مستويات بحيث يكون كل قسم أو مستوى متجانس من حيث القدرات و الاستعدادات الشيء الذي يساعد المؤسسة التعليمية على أداء مهمتها بنجاح.

2. في الصناعة و الإدارة:

أ. الاختبار المهني: وهذا للكشف عن الأفراد الذين تتلاءم قدراتهم مع متطلبات العمل و توظيفهم في حين يستبعد الأفراد الذين لا تتماشى متطلباتهم مع قدرات العمل. كما تستعمل في تصنيف أو تعيين الأفراد على الأعمال المختلفة أو في الترقية إلى المراكز العليا⁽¹⁾.

(2)- د. مقدم عبد الحفيظ. الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ص24.

(1)- د. مقدم عبد الحفيظ. الإحصاء و القياس النفسي و التربوي ص25-26.

- ب. التقييم: تستخدم الاختبارات النفسية في تقييم أداء العمال و مدى فعالية طرق العمل و نظم الإشراف.
- ج. التدريب أو التكوين المهني: تستعمل الاختبارات في الكشف عن الأفراد الصالحين للتدريب أو اللذين لهم استعدادات كاملة للتدريب لتحسي مهاراتهم و زيادة الفعالية كما تستعمل في تقييم برامج التدريب و طرقه و القائمين به.
- د. التوجيه المهني: ساعد الاختبارات الأفراد على اطلاعهم على قدراتهم و استعداداتهم كما تساعدهم على الاطلاع على المهن التي تناسب قدراتهم حتى يتم اختيار المهنة المناسبة لهم.
- هـ. الحوادث: تستعمل الاختبارات في الكشف عن الأفراد الذين يتعرضون للحوادث أكثر من غيرهم فيتم استبعادهم من الأعمال الخطيرة.

3. في الجيش:

لقد عرفنا أن حركة القياس النفسي شهدت تطوراً كبيراً بعد الحربين العالميتين. وقد استعملت الدول خلال الحربين الاختبارات النفسية لاختيار الجنود الصالحين و تصنيفهم على مختلف المهام حسب قدراتهم.

4. في علم النفس العيادي:

تستخدم الاختبارات في المجال العيادي في تشخيص الأمراض و تصنيفها و علاجها و بناء على نتائج الاختبارات تختار طرق العلاج الأكثر مغالية، و ق جاء في كتاب "دليل المقاييس المتدرجة في الطب النفسي (1981)" الوظائف التالية للمقاييس في الطب النفسي:

- أ. التنبؤ بمدى فعالية المخدر (الدواء) على بعض الأنواع الخاصة لمرض الفصام.
- ب. تحديد أنواع الكآبة و الفصام.
- ج. بحث المشاكل المتعلقة بمعنى التشخيص و عملياته.
- د. تقييم اثر العلاج النفسي.
- هـ. توفير قاعدة للتنظيم الآلي لسجلات المستشفى.
- و. ربط المؤشرات البيولوجية بالوظيفة السلوكية عند المكتئبين.
- ي. اكتشاف تأثير الثقافة في تشكيل الذهان.

و خلاصة القول أن مقاييس الاختبارات النفسية تستخدم في عدة مجالات و الأغراض الوصف التنبؤ و التشخيص و العلاج.

7. عيوب و مخاطر الاختبارات⁽¹⁾:

بالرغم من الفوائد المتعددة التي تقدمها الاختبارات في عدة مجالات، فإن لها بعض العيوب والمخاطر و هذا سواء في محدودية قدرتها على التشخيص و التنبؤ أو في إساءة استعمالها، ونظرا لكون الاختبارات النفسية أدوات لقياس عدد من الصفات الذهنية و الشخصية تتميز بحساسية خاصة لدى الفرد فإنها يمكن أن تسيء إلى نفسية الفرد إذا السيئ استعماله و تفسيرها أو كشف نتائجها دون موافقة المعني بالأمر نظرا لهذه أصدرت الجمعية الأمريكية لعلم النفس ميثاقا يتضمن المعايير الأخلاقية لعلماء النفس. و يتكون من عدد من المبادئ الأخلاقية التي تلزم المطبقين للاختبارات النفسية و الباحثين في مجالات علم النفس، ويتكون من عدد من المبادئ الأخلاقية التي تلزم المطبقين للاختبارات النفسية و الباحثين في مجالات علم النفس مراعاتها و ستتعرض فيما يلي بعض الانتقادات التي وجهت إلى الاختبارات النفسية و بعض المبادئ الأخلاقية التي يجب أن يلتزم بها في استعمال الاختبارات:

1. قد تستعمل الاختبارات لكشف أسرار الفرد. فالمختص في علم النفس قد يطبق بعض الاختبارات النفسية على بعض الأفراد دون علمهم أو موافقتهم وهذا بغرض الحصول على بعض المعلومات حول شخصيتهم و قدراتهم الذهنية وقد يسعى إلى كشفها أو نشرها مما يشكل خرقا صارخا لكرامة الفرد و حرمة و هذا ما يؤدي بدوره إلى عدة عواقب نفسية و اجتماعية.

2. أن الاختبارات تسبب القلق و تعرقل التعلم: أنه بالرغم من أن القلق الحفيف يسهل عملية التعليم إلا أنه بالنسبة لبعض الأفراد يكون معرقل خاصة حينما يتطلب منهم أداء بعض المهام تحت شروط معينة أو حينما يشعرون بأن الاختبار يقيس بعض الجوانب الحساسة من شخصيتهم فالشخص المتوتر القلق أثناء أداء الاختبار يرتبك في إجابته ومن هنا فإن نتائج الاختبار لا تعكس في الواقع الصفة المراد قياسها و عليه فإن تفسير النتائج كما هي يعتبر غير صحيح.

3. يجب أن يأخذ بعين الاعتبار أنه مهما كانت فائدة الاختبارات مقارنة بالطرق الأخرى فإنها ليست صادقة تماما فهناك دوما جانب للخطأ في التشخيص أو في التنبؤ بالنجاح و عادة ما يتم توظيف أفراد غير مؤهلين عن طريق الاختبارات و العكس صحيح حيث يتم رفض أفراد مؤهلين بناء على نتائج الاختبارات.

و عليه يستحسن دوما الاعتماد على أكثر من اختبار لضمان مصداقية النتائج.

(1) - د. مقدم عبد الحفيظ: الإحصاء و القياس النفسي، ص. 27.

من بين الانتقادات التي توجه إلى الاختبارات النفسية هي إنها تميز **** الأقييات في أمريكا مثلاً نجد أن السود ز الهنود يكونوا عادة سطحية في مستوى اقتصادي و اجتماعي ضعيف و كما أن مستواه اللغوي و التعليمي ضعيف و عليه فإن نتائجها على الاختبارات النفسية التي تتطلب مستوى معيناً من اللغة يكون أيضاً ضعيف.

و في ما يلي بعض المبادئ الأخلاقية التي يجب أن يلتزم بها مستعملها الاختبارات النفسية:

1. يجب على المطبقين و المستعملين النفسية أن يكونوا واعين بمبادئ القياس النفسي و بالصدق و بمحدودية تفسير الاختبار. يجب أن يتجنبوا كل تمييز في عملهم.

2. أمن الاختبارات تعتبر الاختبارات أدوات مهنية للمتخصصين في علم النفس، و عليه يجب أن تكون محصورة فقط على أولئك الذين يمتلكون الكفاءة اللازمة لاستعمالها و يجب ألا تنشر أسئلتها على الصحف و المجالات.

3. تفسير الاختبار: يجب أن يقوم بتفسير نتائج الاختبار المتخصصون المؤهلون لذلك و يجب أن تفسر النتائج للمفحوصين أو أوليائهم بطريقة تضمن إساءة استعمالها أو إساءة تأويله.

4. نشر الاختبار: يجب أن ينشر الاختبارات التقنية مصحوبة بالدليل التقني الذي يشرح هدفها و كيفية استعمالها و درجة صدقها و ثباتها.

تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم :

تخطيط التدريب هو أولى الخطوات التنفيذية في عملية توجيه و تعديل مسار مستوى الانجاز في كرة القدم للوصول للاعب إلى أعلى المستويات الفنية من خلال الإعداد المتكامل في جميع الجوانب البدنية و مهارية و الخططية و النفسية و الذهنية و لا يمكن فصل أي جانب من هذه الجوانب عن الآخر بل يعتبر التخطيط لهم جميعاً بالغ الأهمية في ظل إطار و نهج علمي سليم يضمن الوصول بعملية التدريب إلى أفضل النتائج و أرقى المستويات و من هنا تأتي أهمية التخطيط للإعداد النفسي للاعب كرة القدم بهدف تنمية الظواهر النفسية الهامة برفع درجة استعدادده و تجهيزه للمسابقة من خلال خطة زمنية تت اروح ما بين التخطيط للإعداد النفسي طويل المدى أو الإعداد النفسي قصير المدى و يتم تنفيذ هذين النوعين من التخطيط من خلال أنواع خططية يندرج فيها الإعداد

النفسى و يتم تقسيمها إلى خطة التدريب للوحة التدريبية اليومية ثم خطة التدريب النصف سنوية ثم خطة التدريب السنوية ثم خطة التدريب طويلة المدى. (حسين السيد أبو بدو : ص 284).

ويجب أن يشمل الإعداد النفسى خلال التخطيط له بناء وتطوير السمات الشخصية والإدارية خلا الم ارحل النفسية المختلفة لعملية الإعداد النفسى وكذلك بناء وتطوير الدافعية.

ويجب أن يشمل التخطيط للإعداد النفسى العمل على تحقيق أهداف بناء وتطوير السمات الشخصية الإدارية والدافعية لاستخدامها لمعالجة مواقف الضغوط النفسية والتوتر من خلال برامج تدريب المهارت النفسية وتطوير الأداء أثناء الإعداد النفسى العام والإعداد النفسى الخاص بالمباريات وقت الدورة التدريبية.

كما يجب أن ي اعري المدير الفنى للفريق مع الإحصائي النفسى الرياضى أثناء التخطيط للإعداد النفسى متطلبات الأداء والأسس النفسية للبناء الحركى لنشاط كرة القدم من حيث الإعداد البدنى و المهارى و الخططى أثناء البرنامج التدريبى السنوى فتراته الثلاثة:

الفترة التأسيسية ، وفترة المسابقات ، و الفترة الانتقالية وطبيعة العلاقة بين هذه الفترات و متطلبات الإعداد النفسى كيفية الربط بينهما فى إطار تنظيمى ومنهجي من خلال خطة زمنية توزع فيها واجبات التدريب بما يناسب مع طبيعة المسابقة و مستواها و إمكانية الفريق و المتطلبات التى تحدد للوصول إلى الفورمة الرياضية.

كذلك يجب أن تكون هناك مراقبة عميقة للاعبين و تشخيص لحالتهم النفسية و الانفعالية خلال اشتراكهم فى التدريب و المباريات من خلال ديناميكية الأداء وحمل والعلاقات الاجتماعية داخل الفريق والرقية اليومية لقياس حالات التوتر الانفعالى والدافعية وردود الأفعال المنعكسة ومدى التركيز والانتباه والثقة بالنفس ومن خلال ذلك يمكن تعديل خطة الإعداد النفسى للاعب ولتحسين الصفات والعمليات النفسية والعقلية العليا والعمل على دفع الروح المعنوية وبث روح الألفة والصدقة بين اللاعبين داخل الفريق وبينهم وبين الجهاز الفنى إذ استدعت الضرورة ذلك. (حسين السيد أبو بدو ، ص 189).

المهارات العقلية:

تعد المهارات العقلية التى يتميز بها الإنسان من بين أهم العوامل والمحددات فى عملية تعلم وتدريب المهارات الحركية التى اهتم بها العاملون فى المجال الرياضى لغرض دراسة ومعرفة الفروق الفردية بين الأشخاص. ويرى (مصطفى حسين باهى وسمير عبد القادر) بأن "المهارة العقلية ذات أهمية فى أداء المهارات الرياضية، فهى التى تمكن الرياضى من الوصول إلى حالة عقلية تمنع دخول الأفكار السلبية والمشتتة إلى نشاط الرياضى".

فإذا استطاع الرياضى تنفيذ مهارة عقلية تنفيذاً ناجحاً مرة فهذا يعنى انه يمتلك القدرة البدنية لتحقيق ذلك كلما حاول ، ولكنه قد لا يفضل لأن عقله يتداخل على نحو غير سليم ويفسد هذا التأزر والتوافق الجسمى والعضلى ولا يعززه. وتماثل عملية تطوير المهارة العقلية فى الرياضيين الناشئين عملية تطوير المهارات التقنية ، ففي

التطوير التقني نوضح لكل واحد منهم أكثر الأساليب كفاءة في أداء مهارة خاصة مع تقديم النصح له بشأن استخدامها ومع تحسن أداء الرياضي يتكيف هذا الأسلوب الكلاسيكي بما يتناسب مع نمط الجسم والقوة وطول الأطراف والشخصية بما يختص بالرياضي معين .

التخيل ما هو إلا قدرة بشرية قد يختار البعض منا عدم استخدامها في حين يستغلها بعض الرياضيين ويطورونها بحيث يستفيدون من إمكانياتها بقدر الإمكان . فقبل اختراع اللغة كان التخيل هو الوسيلة الوحيدة للتفكير . ومع زيادة استخدام اللغة تناقص استخدام البشر لخاصية التخيل "التخيل هو حاسة مثل الحواس الأخرى كالسمع والرؤية والشعور غير أنها حاسة تظهر في غياب المؤثر المعتاد ، فأنت لا ترى الكرة أو تسمع وق وعها فوق الأرض أو تشعر بلمسها ، حيث انك تمارس كل ذلك داخل ذهنك ، وتلك الممارسات ماهي إلا نتاج للذاكرة تم ممارستها داخليا عن طريق الاسترجاع أو اختراع الأحداث القادمة ." فالاستخدامات الأساسية لمهارة التخيل هي (مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر جاد، ص 92)

- مساعدة الرياضيين على اكتساب أو التدريب على المهارات حركية معقدة "التخيل الحركي "

- التدريب على الاستراتيجيات التي يتم إتباعها في مسابقة معينة .

- اكتساب بعض المهارات النفسية.

ويتم هذا عن طريق مساعدة الرياضيين على تنمية الوعي لديهم بأنفسهم وأدرك مشاعرهم الحقيقية عند التدريب على الرياضات المختلفة ، وتنمية القوة النفسية وزيادة القدرة على التركيز ، وأيضا عن طريق مساعدتهم على تنمية الثقة بالنفس عندما يرى الرياضيون أنفسهم وقد بلغوا أهدافهم .

الأعداد العقلية:

إن الأعداد العقلية من أهم المواضع الذي له علاقة بالأداء المهاري إذ إن إعداد اللاعب الجيد لأي نشاط رياضي له متطلباته من حيث الكفاءة البدنية والعقلية والنفسية والفسولوجية والتشريحية وغيرها والتي لا بد من توافرها لدى اللاعب حتى يستطيع أن يقوم بالجهد المطلوب منها على أكمل وجه ، إذ تعد عاملا حاسما في وصوله لأعلى مستوى في الأداء المهاري.

ويرى (مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر) بأن "الإعداد العقلي من أهم عناصر التدريب ، لتحقيق أفضل أداء رياضي حيث يتعلم الرياضي أن يتحمل ساعات التدريب الطويلة الشاقة دون ملل أو ضجر وان يتعلم كيف يتعامل مع حالات الحظ العاثر من إصابة غير متوقعة ، أو عوامل غير قابلة للتحكم فيها ذات تأثير على نشاطه الرياضي حسب برنامجه التدريبي (مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر جاد ، ص 59) أي إن هذا

الإعداد العقلي يتمكن من تجاوز تلك الهزائم والنكسات ، ومن ثم تحمل الضغوط التي ترتبت على زيادة حمل التدريب المكثف . كما يتمكن من التعامل مع وسائل الإعلام الحديثة التي لا تكف عن التدخل في خصوصيات الرياضي وما تسبب له من إزعاج وتطفل ومضايقه ألحقت ضرار بالغاً بكثير من الرياضيين .
وأما (معيون ذنون حنتوش) يرى بأنه "ينبغي أن يدرك الآباء المعلمون الخاصة للنمو وان القدرة العقلية وسمات الشخصية لدى الأطفال تختلف عنها لدى الكبار ، وهم يلحقون بالطفل ضرار إذا ما توقعوا ان تكون مهاراتهم الحركية أو عملياتهم العضلية كمهارات الكبار وخصائصهم " (معيون ذنون حنتوش ص 137)

الثقة بالنفس :

إن الثقة بالنفس حالة شعورية يمتلكها اللاعب ترفعه نحو الأداء الجيد بقدرة وثبات عالية بعيدا عن الخوف أو التردد في الأداء .ويرى (محمد أبو علام العادل) بأنها "عامل أساسي في تكوين مظاهر الشخصية .
(محمد أبو علام العامل 1978، ص 18).

ويرى كثير من الرياضيين أن الثقة بالنفس هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز وهذا الاعتقاد خاطئ ربما يؤدي إلى مزيد من الافتقاد إلى الثقة أو الثقة الزائدة ، المفهوم الصحيح لها يعني توقع اللاعب الواقع بتحقيق النجاح ، فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل أن يفعل الرياضي ولكن ما الأشياء الواقعية التي يتوقع عملها وقد يكون من المناسب أن نفرق بين العمل بثقة وتوقع النتائج ، فتوقع النتائج يعني إلى أي مدى يتوقع اللاعب تحقيق المكسب أو الخسارة في المنافسة، في حين إن الثقة بالنفس هي شعور اللاعب أن أداءه سيكون جيدا بصرف النظر عن النتائج حتى إن كان المنافس متفوقا عليه، ويعرف (أسامة كامل ارتب).

الثقة بالنفس بأنها "درجة تأكد أو اعتقاد اللاعب بقدرته على تحقيق النجاح. (أسامة كامل ارتب 1990، ص 345).

وأما (ثامر محسن) فيعرفها بأنها "شعور اللاعب بأنه قادر على القيام بعمل معين بنجاح. (ثامر محسن بغداد ، 1990). فالثقة بالنفس مفهوم نفسي يتطور عند الرياضي بفعل معرفة النواحي الفنية و الخطئية بفاعلية كفاءته البدنية وخبرته وممارسة الرياضة بشكل مستمر.

التعامل مع القلق:

القلق من الظواهر النفسية التي يجب أن يركز كل مدرب على معرفة مدى وجودها لدى لاعبيه ، لأنه يؤدي دور في التأثير على أداء اللاعبين إذ إن الانفعالات النفسية قد تؤدي إلى نقص الجرة والإقدام والفشل في أداء المهارات الحركية والتي تؤدي بالفرد إلى الاختلال في توافقه العضلي العصبي مما يؤثر بدرجة ملحوظة على مستوى أدائه المهاري.

والقلق كما يعرفه (محمد حسن علاوي) "انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله" (محمد حسن علاوي 1998، ص 379) وأما (مصطفى عبد السلام) ويعرفه بأنه "عبارة عن مشاعر وأحاسيس غريبة ومؤلمة تنتج عن سوء تكيف وعدم انسجام وتوافق هذه المشاعر على المرء حينما لا يستطيع التوفيق بين دوافعه وحاجاته الأساسية من جهة وبين الواقع الذي يعيشه من جهة أخرى" (مصطفى عبد 1985، ص 150). إذن فالقلق هو عبارة عن عملية اضطراب تصيب الفرد مؤدية إلى حدوث تغيرات فسيولوجية ونفسية تؤثر في سلوك وقدرة الفرد على الأداء أو القيام بالعمل المطلوب بصورة غير طبيعية ويكون القلق أما مؤقتاً أو مستمر وهذا ما يؤكد (أسامة كامل ارتب) بقوله أن "حالة القلق صفة مؤقتة تتغير من وقت لآخر وهي تعبر عن درجة القلق التي يشعر بها الفرد في وقت معين" قلق المنافسة هي "الميل لإدراك مواقف المنافسة كمهدد والاستجابة لهذه المواقف بحالة القلق."

القدرة على التركيز:

إن التركيز اصطلاح بشاربه إلى تراكم الطاقة العقلية وتوجيهها المركز صوب فكرة معينه أو إلى موضوع معين بحيث تنصب الطاقة العقلية عليه أو تتجه صوبه ، وتلعب صفة التركيز دوار مهما في المجال الرياضي إذ إنها احد العوامل المهمة في مستوى الأداء المهاري ، وتعد من الاستعدادات العقلية التي تلعب دوار كبيرا في وصول الفرد إلى أعلى مستوى ممكن علما بان تطور الحركات المختلفة مقترن بقابلية الفرد على تركيز الانتباه . ويعرف (مصطفى حسين باهي وسمير عبدالقادر) التركيز بأنها "حالة من حالات الاستعداد الرياضي ، فيجب أن يكون الرياضي قادرا على طرد كل ما يشته الانتباه وان يركز على أساسيات الأداء المطلوبة منه) مصطفى حسين باهي وسمير عبد القادر جاد : ص 139. وهذه هي اللحظات الحرجة في الأداء التي يلزم عندها أن يكون الرياضي قادرا على أن يركز على المفاتيح الضرورية للتنفيذ الناجح للمهارة ، والتركيز مهارة من المهارات العقلية التي يجيدها البعض إجادة تامة والبعض الآخر يحتاج إلى التدريب عليها ولكن النجاح في هذا المجال لا يتم إلا على أساس منظم، ويصنف التركيز إلى تركيز الانتباه الضيق وتركيز الانتباه الواسع وتختلف درجة أهمية هذين النوعين تبعا لمتطلبات الأداء الرياضي ، وعلى سبيل المثال فان تركيز الانتباه ذات المجال الضيق يعني أن يكون الرياضي يقضا أو واعيا بشيء واحد أو منطقة صغيرة نسبيا ، ويتضح ذلك في رياضات الرماية، أو عند أداء الرمية الحرة أو التصويب في كرة السلة ، أما تركيز الانتباه ذات المجال الواسع فانه يناسب اغلب الألعاب الجماعية ، حيث المطلوب أن يكون اللاعب يقضا وواعيا بتحركات المنافسين وفي نفس الوقت تابعا لتحركات زملائه "كذلك يجب أن يتميز بمقدرة على تحويل الانتباه في المجال الواسع إلى المجال الضيق ثم العودة مرة أخرى إلى المجال الواسع. الأمر الذي يوضح أهمية أن يتعلم لاعبو رياضات الفريق القدرة على التكيف وتغير مجال تركيز انتباههم (أسامة كامل ارتب : ص 362).

القدرة على الاسترخاء :

إن تعلم المهارات المختلفة يتعزز عندما يكون المتعلم في حالة استرخاء كان ، أو إذا كان هناك تناوب بين التعلم والاسترخاء ، وهذه حقيقة سواء بالتعلم الأكاديمي أو بالتدريس الرياضي" ، إذ يلاحظ إن الكثير من الرياضيين يفشلون في تحقيق أفضل مستويات أدائهم بسبب التوتر لعصبي والقلق الذي يصاحب الاشتراك في المنافسات الهامة الذي يؤدي إلى تقلص عضلات الجسم كافة بدلاً أن يحصل التقلص في العضلات المشتركة في أداء المهارات فقط.

ولأهمية الاسترخاء يذكر "بان يستوجب أثناء عملية التعليم أن يحتوي التدريب على المهارات الاسترخاء وبشكل منظم مثل أي المهارات الاسترخاء فعليه أن يبدأ وحدته التدريبية بأوقات استرخاء قصيرة للتخلص من الاستثارة الزائدة في الدفاع" إن مهارة الاسترخاء جزءا مهما من المهارات العقلية، ويحدد بان قبل أداء أي تمرين للتصور الذهني يجب أن يكون الرياضي بحالة استرخاء تام، لكن ليس بشكل كلي لكي لا يحسب بأنه نائم «.من هذا يرى الباحثان بان عند استخدام أي نوع من الاسترخاء على المدرب أو المعلم أن يكون ملما في ونوع الاسترخاء الذي يستخدمه.

الدافعية:

تتميز الدافعية المرتبطة بالنشاط الرياضي بتعدد المجالات المختلفة لأنواع الأنشطة الرياضية ونظار لتعدد الأهداف التي يمكن تحقيقها عن طريق ممارسة النشاط الرياضي سواء بصورة مباشرة أو غير مباشرة . ويعرف (محمد حسن علاوي) الدافعية بأنها "هو حالة من التوتر الداخلي تعمل على إثارة السلوك وتوجيهه ، كما ينظر إليها على انه حالة أو قوى داخلية تسهم في تحريك السلوك وتوجيهه لتحقيق هدف معين" (محمد حسن علاوي ، ص212) . وانها طاقة كامنة في الكائن الحي تعمل على استثارته ليسلك سلوكا معيناً في العالم الخارجي . ويتم ذلك عن طريق اختبار الاستجابة المفيدة له وظيفيا في عملية تكيفه مع بيئته الخارجية ووضع هذه الاستجابة في مكان الأسبقية على غيرها من الاستجابات المحتملة مما ينتج عنه إشباع حاجة معينة أو الحصول على هدف معين. أما (أسامة كامل ارتب) يعرف الدافعية في النشاط الرياضي ببساطة بأنه "اتجاه وشدة الجهد الذي يبذله الناشئ في التدريب أو المنافسة" (أسامة كامل ارتب 1997 ، ص139) .

في حين يرى (معيون ذنون حنتوش) "الدافعية النفسية للرياضي هي فعل منظم ومستمر للحصول على الفوز والصحة البدنية" (معيون ذنون حنتوش ، ص21). وهناك من يرى بأن "الدافع يشتمل على جميع العوامل التي تسبب فعالية أو سلوكا" (كامل طه الويس ، ص51) . وهذا التحديد يشمل النشاط الرياضي كذلك.

التحمل النفسي Psychological Tolerance

معنى التحمل لغوياً تحمّل الأمر: احتمله، وتحمّل الرجل: تجلّد. احتمالاً لأمر: صبر عليه (المنجد في اللغة والإعلام: 1986 ص 156).

أما التعريفات النظرية للتحمل النفسي فهو ما ذكره (بهاء مرقس) عن (كود) بأنه "استعداد أو قدرة الفرد على تحمل ما لا يرغب من المواقف والأحداث، أو إبدائه لأراء أو قيامه بمواقف لا يكون متعاطفاً معها على نحو تام (بهاء متيرو فائيل مرقس: التحمل النفسي لدى المرهقين وعلاقته بالعمر والجنس.

وكذلك هو "القدرة على تحمل الألم والصعوبة والضغط دون عواقب تكيفيه سيئة وهو استعداد عقلي لمواجهة معتقدات وأفكار وعادات تختلف أو تتناقض مع معتقدات هذا الشخص , وهو مصطلح يصف مواقف سلوكيات الفرد تجاه المواقف الغامضة أو المحبطة والتي لا تتفق مع وجهة نظره دون إظهار العداء أو الشكوى أو التذمر". (معيون ذنون حنتوش: ص 22) وهو أيضاً " قدرة الفرد على تحمل الاختلاف في الأفكار والمعتقدات والسلوك بين الناس" (كامل طه الويس, ص 23)

نظرية فرويد والتحليل النفسي)تحمل الأنا (يميل فرويد إلى التقسيم الهرمي، ويقسم الشخصية إلى ثلاثة أنظمة) أهو، الأنا، الأنا الأعلى (تك و ن معا الجهاز النفسي، وهذه الانسقة أو الأنظمة منفصلة ومتصلة في آن واحد ويؤكد فرويد على الجزء المنظم للشخصية الأنا) .

من خلال هذا الجزء يقدم تحليلاً لمفهوم التحمل النفسي أي تحمل الأنا، تحمل الذات ويرى فرويد "إن اضطراب الصحة النفسية ونشوء العُصاب (Neurosis) يحدث بسبب الصراع بين نظم الشخصية ومكوناتها الثلاث بسبب ضعف تحمل (الأنا) Ego وعدم قدرته على التوفيق أو الوصول إلى حل للصراع الذي يحدث بين هذه النظم ومطالب الواقع إن فشل (الأنا) وعدم قدرته على التوفيق أو حل الصراع الذي يحدث بين نظم الشخصية من شأنه أن يهدد الأمن النفسي للفرد لذا يلجأ (الأنا) إلى الوسائل الدفاعية (Defense Mechanismy) في محاولة لتقليل الخطر وخفض التوتر والإحباط وزيادة تحمل الأنا، ويعتقد فرويد إن تجنب الألم وابتغاء اللذة دافع أساسي يوجه سلوك الفرد، وفي الوقت نفسه يشعر كل فرد بتهديد أمنه النفسي، وتأتي مصادر هذا التهديد من أهو و الأنا الأعلى، على (الأنا) إن يتحملهم ويوفق بينهم، لذلك يصبح (الأنا) مركزاً للصراع فيشعر بالقلق والإحباط ولكي يقوم (الأنا) بحماية نفسه ضد تهديدات وضغوط (أهو) و (الأنا الأعلى) يلجأ إلى العمليات الدفاعية ليبعد عنه القلق والخوف، وهذه العمليات بمثابة استراتيجيات يلجأ إليها (الأنا) للدفاع ضد ضغوط (أهو) و (الأنا الأعلى) . مبدأ الأنا الذي يسيطر على عملياته هو مبدأ الواقع، لان تعامله مع الواقع، أي يتميز بالتفكير الواقعي وحل المشكلات وهو يجهد أن يؤجل تحقيق رغبات أهو وتحصيله للذة إلى أن يجد الموضوع المناسب للرغبة .

(الأنا) هو ملتقى مطالب (أهو) ومطالب (الأنا الأعلى)، وله هو نفسه مطالبه، ولكي يوفق بين هذين المطلبين عليه أن يكون جهاز إدارياً تنظيمياً فيدبر هذه المطلب جميعها وينسق بينها فلا تتعارض ولا تتواجه وتحمل الأنا

فيما يخص ألهو ضروري لان الأنا تقوم بإضفاء الشرعية على مطالب ألهو فيقننها ويجعلها تسير مع المعطيات الاجتماعية بحيث يرضى عنها المجتمع وأيضاً عمله ضروري فيما يتعلق الأنا لأعلى (فرويد، سيجموند، 1966، ص497)

نظرية كوباسا (قوة التحمل النفسي) Hardiness

"انبتق مفهوم قوة التحمل النفسي من كوباسا (Kopasa, 1979) وقد اعتمدت في صياغته وتحديد مكوناته على مبادئ الفلسفة الوجودية، وتنظير علماء النفس الوجوديين مثل فرانكل (Frankle) الذي مهدت أفكاره إلى العديد من البحوث والدراسات التي قامت بها كوباسا وغيرها من الباحثين، وتعني الوجودية محاولات الشخص ليحس بوجوده، من خلال إيجاد معنى لهذا الوجود، ثم يتولى مسؤولية أعماله الخاصة، كلما حاول أن يعيش طبقاً لقيمه ومبادئه" (بهاء متي روفائيل مرقس ص29).

"ويرى فرانكل أن الأفراد الذين يتمكنون من مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وتحديها وتحويلها إلى منفعتهم الخاصة هم الذين يتمسكون بإرادة الحياة، ويجعلون لحياتهم هدفاً ومعنى والذي لا يستطيع أن يجعل لحياته هدفاً ومعنى فانه سيعيش خبرة الإحباط الوجودي (Existential Frustration) التي تعد من وجهة نظر فرانكل المصدر الرئيسي للسلوك الشاذ.

ولغرض التعامل مع الإحباط الوجودي هذا، ابتكر فرانكل لإستراتيجية علاجية أطلق عليها علاج الفكر (Logo therapy) وتعتمد على دور المعالج النفسي في مواجهة المريض لمسؤولياته تجاه وجوده ومساعدته على متابعة تحقيق القيم المتأصلة في الحياة" (فرويد، سيجموند ص 30).

الفصل الثالث:

**المنافسة الرياضية في ظل جائحة
كورونا**

المنافسة الرياضية

المتغيرات المؤثرة في انفعالات المنافسة الرياضية:

من الخصائص السيكلوجية للمنافسة الرياضية أنها ترتبط بمجموعة من انفعالات السلبية مثل الخوف والقلق مما يتعرض لها اللاعب قبل المنافسة وفي بدايتها وفي أثنائها وقد تمتد حتى بعد انتهاء من المنافسة.

وترتبط المنافسة بمجموعة من المتغيرات التي قد تزيد في حدة انفعالات اللاعب ومن ثم قد تحيده عن المستوى الأمثل له من التوتر واستشارة الأمر الذي يؤثر على مستوى أدائه أثناء المنافسة ، ومن هذه المتغيرات مايلي:

الضبط الانفعالي:

إن اللاعب الذي يتمتع على الضبط انفعاليات يتعرض لدرجة التوتر التي تحيده عن إظهار أفضل أداء رياضي ممكن، بينما اللاعب الذي لا يتمتع بهذه القدرة النفسية يزداد مقدار توتره على المستوى الأمثل له عندما يتعرض للمواقف التنافسية.

المنافسات السابقة:

يؤثر عدد ومستوى المنافسة السابقة التي اشترك فيها اللاعب تأثيرا بالغا في مستوى توتره في المنافسة اللاحقة، فكلما اشترك اللاعب في منافسات من نفس المستوى قل تعرضه للحالات التوتيرية غير المناسبة. (أحمد أمين فوزي، مرجع سابق، ص 215-216).

الاستعداد للمنافسة:

إن إحساس اللاعب بأنه قد أعد إعدادا جيدا للمنافسة من النواحي البدنية والمهارية والخطوية يحميه من الخوف والقلق الزائد من المنافسة ، ومن ثم لا يتعرض المستوى غير مناسب من التوتر النفسي.

مستوى المنافسة:

كلما ارتفع مستوى المنافس أو أدرك اللاعب أن قدرات المنافس تفوق قدراته الشخصية، أدى ذلك باللاعب إلى ارتفاع مستوى قدرته. (أحمد أمين فوزي ، مرجع نفسه، ص 216-217).

غموض المنافسة:

تؤدي عدم معرفة اللاعب بمستوى منافسه إلى مزيد من العبء النفسي الأمر الذي يزيد من تأثيره.

نظام المنافسة:

يؤثر نظام المنافسة على حدة الانفعالات ومن ثم مستوى التوتر الذي يتعرض له اللاعب، فالمنافسة التي يتم تنظيمها بطريقة خروج المغلوب من مرة واحدة، تختلف عن تلك التي يتم تنظيمها بطريقة خروج المغلوب من مرتين أو بطريقة الدوري من دور واحد أو من دورين.

ترتيب المنافسة:

تختلف حدة الانفعالات المرتبطة بالمنافسة حسب أهميتها، فالانفعالات المرتبطة بمنافسات الدور الأول، تختلف عن حدة الانفعالات المرتبطة بمنافسات الدور قبل النهائي وكذلك منافسة الدور النهائي.

(أحمد أمين فوزي، مرجع سابق، ص 216-217)

أهمية المنافسة:

تختلف أيضا حدة الانفعالات المرتبطة بالمنافسة حسب أهميتها، فالانفعالات المرتبطة بالمنافسة الودية تقل حدتها عن المنافسة الرسمية، وكذلك الانفعالات المرتبطة بالمنافسة المحلية تقل حدتها عن المنافسة الدولية وهكذا.

موقع المنافسة:

تختلف حدة الانفعالات وبالتالي مستوى التوتر النفسي للاعب تبعا موقع المنافسة ومكانها، المنافسة التي تقام بنفس موقع التدريب تختلف عن المنافسة التي تقام بموقع آخر، وكذلك المنافسة التي تقام في ملعب الخصم تختلف عن المنافسة التي تقام على ملعب الفريق أو ملعب محايد، والمنافسة التي تقام في دولة الفريق أو اللاعب تختلف عن المنافسة التي تقام في دولة آخر هي دولة الفريق أو اللاعب المنافس.

اختلاف أدوات المنافسة:

يؤثر اختلاف الأدوات التي تستخدم في المنافسة عن التدريب تأثيرا واضحا في الانفعالات اللاعبين خاصة قبل وأثناء المنافسة، فاللاعب الذي تعود التدريب على العشب الطبيعي يخاف من المنافسة على العشب الاصطناعي، ونفس الحال بالنسبة لنوعية الأدوات وجودتها خصوصا في الجمباز.

(أحمد أمين فوزي، مرجع نفسه، ص 217).

اختلاف مناخ المنافسة:

يؤثر الاختلاف مناخ عن مناخ التدريب في الانفعالات اللاعبين تأثيرا سلبيا، وهذا غالبا ما يصيب اتعي مصر عند تنافسهم في مناطق يختلف مناخها اختلاف واضحا عن مناخنا، وهذا أيضا ما يمكن أن يصيب أي اتعب عند تقلب المناخ في وقت المنافسة أو قبلها عن المناخ الذي تعود عليه. (أحمد أمين فوزي ، مرجع نفسه ، ص 218).

جمهور المشاهدين:

يؤثر على المشاهدين وانتمائهم للفريق وأسلوب تشجيعهم تأثيرا بالغا على اللاعبين، إذا تختلف انفعالات اللاعب وحدتها تبعا لهذه المتغيرات، فاللاعب الذي يشاهده عشرات أو مئات من المشاهدين يختلف عن ذلك الذي يشاهده الآلاف واللاعب الذي ينافس وسط مشجعيه يختلف عن ذلك الذي ينافس أمام مشجعي الخصم، وكذلك تختلف انفعالات اللاعب الذي ينافس أمام جمهور متعصب له أو ضده وأمام جمهور يتميز بالأسلوب الرياضي في التشجيع أو بأسلوب غير مقبول رياضيا. (أحمد أمين فوزي ، مرجع سابق، ص 223).

الخاتمة:

من خلال عرض هذا الفصل يمكن أن نصل به على غرار ما وصلت إليه البحوث الأخرى إلى أن اللاعب في فئة الناشئة ين يكون في فترة حرجة من عمره، وهي مرحلة أمراقة، فهي من أبرز فترات وجوده في الحياة الاجتماعية، في هذه المرحلة يطور و يفجر اللاعب كل قدراته التي يتمتع بها. و اللاعب في فئة الناشئة ين إما أن يكون ايجابيا أي ذو شخصية فذة مستوية السلوكات متزنة الخلاق و إما أن يكون سلبيا فيؤدي ذلك الى انحراف و الخروج عن المنهج التربوي السليم، لذلك اللاعب المراهق بحاجة إلى التقدير و استقلال الذاتي، والى طريقة التعامل التي تعتمد على التهديد و العقوبات و الصخرية من الآخرين. لهذا وجب أن نشير إلى دور المدرب في فئة الناشئة ين بالاهتمام بجميع أمور اللاعبين حتى يتسنى له أن يدرك مشاكلهم و أسباب تصرفاتهم و مساعدتهم على تجاوز هذه المرحلة بنجاح.

الفصل الرابع: منهجية الدراسة

قبل الشروع في التجربة التي أردنا إجرائها قام الباحث بخطوات تمهيدية تهدف إلى تحضير قاعدة جيدة للقيام بدراسة الظاهرة المرجوة وذلك انطلاقاً من استخراج وثيقة تسهيل المهمة من الإدارة من أجل السماح لنا بإجراء الدراسة الميدانية إلى غاية زيارة الفريق الرياضي وكان من المفروض أن أقوم بعدة خطوات في هذه المرحلة.

الزيارة الاستطلاعية: 2020 /12 /21

بعد أخذ وثيقة تسهيل المهمة إلى زيارة الملعب البلدي من أجل التحدث المدرب بغية الشرح موضوع الدراسة وأخذ رأيه في طريقة العمل المراد تطبيقها على العينة (لاعبي الأكاير من البطولة الوطنية)، فتعذر على المدرب عدم الموافقة بإجراء الدراسة الميدانية على العينة المراد إجراء الدراسة الميدانية عليها معللاً ذلك بكثافة المنافسة وتطبيق الحجر الصحي المفروض على المجموعة تجاه (كوفيد 19).

وكان من المفروض أن يقوم الباحث باستكمال خطوات هذه المرحلة وهذا راجع إلى الظروف التي صادفت الباحث ومن هنا توقفت دراستنا الاستطلاعية.

4-2 - المنهج المتبع في الدراسة :

إن نجاح أي دراسة علمية تتوقف على حسن اختيار المنهج الذي يخدم الدراسة حيث يذكر عوض صابر أن: "المنهج التجريبي هو اقرب منهج البحوث لحل المشاكل بالطريقة العلمية كما يعد منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الاختبار الحقيقي لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو الأثر"، وقد أستخدم الباحث المنهج التجريبي الدراسة من أجل تحقيق أهداف البحث والتحقق من فروضه بإتباع خطوات منهجية علمية وذلك وفق مجموعتين متكافئتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة (مع قياس قبلي وبعدي)، (صابر وخفاجة، 2002، ص61) متغيرات الدراسة :

ويتطلب من الباحث بدراسته ضبط المتغيرات لان المتغير التابع قد يتأثر بعوامل متعددة أخرى فقد ضبط متغيرات البحث يصبح التحكم فيها أكثر سهولة لأنه ثم عزل جميع المتغيرات التي قد تؤثر على الدراسة الميدانية، وقد تضمن بحثي هذا على المتغيرات التالية:

4-3- المتغير المستقل:

وهي المتغير أو المتغيرات التي يختارها الباحث ويعالجها بطريقة معينة ليحدد أثرها على متغير آخر. (أبوعلام، 2004، ص226).

تحديد المتغير المستقل: إنطاقاً من التعريف اعلاء فان المتغير المستقل فيحشنا هذا بتحديث:

استخدام قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في ضل جائحة كورونا.

المتغير التابع:

يتغير المتغير التابع وفقا لأثر المتغير المستقل، فإن مهمة المتغير التابع عي تحديد إذا ما كان هناك أي تأثير للمتغير المستقل وإذا كان هناك تأثير فلا بد للمتغير التابع من إظهار كمية هذا التأثير .
(أبو علام، مرجع سابق، ص 228).

تحديد المتغير التابع: يتمثل في المنافسة في كرة القدم في ضل جائحة كورونا .

4-4- مجتمع و عينة الدراسة :

لكي يكون البحث مقبولا وقابل للإيجاز وفق المنهج التحريبي و المناسب لابد من تحديد مجتمع البحث الذي نريد فحصه أن نوضح المقاييس المستعملة من أجله.

مجتمع الدراسة :

كان من المفروض أن يكون المجتمع الأصلي لدارستنا هذه هو فريق (نجم مقرة وبرج بوعريريج) أكابر الناشط في دوري الأربطة المحترفة الأول . و عدد لاعبي الفريق حوالي 25 لاعب في هذه الفئة.

عينة الدراسة :

هي مجموعة الدراسة التي تجمع من البيانات الميدانية ، وتعتبر جزء من الكل ، و احترام للأسس المنهجية في الجراء البحوث العلمية و حتى تكون أكثر صدقا و موضوعية ، تم اختيار عينة البحث من المجتمع الأصلي و اشتملت 50 لاعب من الفريق (نجم مقرة وبرج بوعريريج) أكابر الناشط في دوري الأربطة المحترفة الأول.

تعريف مجتمع الدراسة:

يعرف مجتمع البحث بأنه : جميع الأفراد أو الإحداث أو الأشياء الذين يكونون مجتمع البحث (الصيرفي،2009،ص185) .

وفي دراستنا هو: جميع لاعبي فريق (نجم مقرة وبرج بوعريريج) وعددهم 50.

تعريف عينة الدراسة:

تعرف العينة على أنها جزء من المجتمع الأصلي يحتوي على بعض العناصر التي تم اختيارها منه بطريقة معينة وذلك بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي. (الصيرفي ،مرجع سابق،ص186).

قام الباحث باختيار العينة التي هي أساس العمل بطريقة قصديه وذلك لأنها ابسط طرق اختيار العينة، بعدما حدد الباحث المجتمع الأصلي المتمثل في الفريق (نجم مقرة وبرج بوعريريج) أكابر الناشط في دوري الأربطة المحترفة الأول ، اختيرت العينة بطريقة قصديه والتي تتمثل في 50 لاعب تم تقسيمهما الى عينتين متكافئتين من حيث الطول والوزن كالآتي:

بما أن الباحث لم يتسنى له إجراء الدراسة الميدانية له اللازمة لعنوان البحث المتمثل في قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في البطولة الوطنية لكرة القدم في ضل جائحة كورونا. والمتمثلة في الإجراءات الوقائية من كوفيد19 وكثافة البرمجة (رزمانة البطولة) وبالتشاور مع الأستاذ المشرف الذي اقترح في الأخير أن تتم عملية الدراسة الميدانية بتحليل الدراسات السابقة والمشاهدة للموضوع.

المنهج المتبع:

المنهج هو الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشيد البحث من بدايته حتى نهايته قصد الوصول إلى النتائج. (محمد أزهري السماك وآخرون 1980 :،ص42) وقد اعتمدنا في حثنا هذا على المنهج الوصفي التحليلي، وهذا المنهج يرتبط بوصف تحليلي لمركبات الواقع الذي يقو الباحث بدراسته ويعتمد على استقراء أجزاء الموضوع المدروسة وقياس الارتباطات القائمة بهذه الأجزاء. باستعمال أرقام وبيانات إحصائية، فهو الأنسب لمعرفة قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في ضل جائحة كورونا لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة الرياضية، وإذ يمكننا من الوقوف على الوقائع المختلفة التي تتصل بموضوع البحث.

4-5- أساليب وطرق البحث:

جمع المعلومات وكيفية تطبيقها:

إن حصولنا على المعلومات الكافية والبيانات المهمة المتعلقة بالدراسة تسهل علينا الإمام بأغلب جوانب الدراسة، وتأتي هذه العملية مباشرة بعد تحديد العينة المراد دراستها، وتختلف طرق جمع المعلومات والبيانات حسب اختلاف الموضوع، كما تختلف كيفية تطبيق هذه الطرق على حسب المجال الذي تمت فيه الدراسة ولقد لجأنا في حثنا هذا إلى استعمال مجموعة من الطرق والمتمثلة في:

4-6- طريقة التحليل السبيلوغرافي:

تتميز هذه الطريقة بكونها تساعد على جمع المعلومات من المكتبات والمراجع التاريخية ثم بعد ذلك تحلل هذه البيانات ونستخلص منها النتائج.

4-7- طريقة الاستبيان:

يعتبر وسيلة لجمع المعلومات، يستعمل كثيرا في البحوث العلمية، وعن طريق الاستبيان تستمد المعلومات مباشرة من المصدر الأصلي، ويتمثل في جملة من الأسئلة والتي تكون بدورها إما مغلقة أو نصف مغلقة أو مفتوحة أو اختيارية.

ويقو الباحث بتوزيعها على العينة المختارة، ثم يقو بجمعها فدرستها وتحليلها ثم استخلاص النتائج منها،

وقد قمنا باختيار الاستبيان لكونه يسمح لنا بعملية جمع المعلومات وتحليلها بسهولة. ويكون تعريف هذه الأنواع من الأسئلة كما يلي:

أ - الأسئلة المغلقة:

وهي أسئلة بسيطة في أغلب الأحيان تطرح على شكل استفهامي تكمن خاصيتها في تحديد مسبق للأجوبة من نوع موافقة أو عد الموافقة وقد تتضمن أجوبة محددة وعلى المستجوب اختيار واحدة منها.

ب - الأسئلة المفتوحة:

في هذه الأسئلة أعطيت الحرية الكاملة للمستجوبين في إبداء رأيهم والتعبير عن المشكلة، وهذا النوع من الأسئلة له درجة كبيرة في تحديد آراء في المجتمع.

ج - الأسئلة الاختيارية:

هذا المبحث يجد جدولا عريضا للأجوبة المفتوحة وما عليه إلا اختيار واحد منها دون أن يتطلب منه جهدا فكريا، كما هو الحال في الأسئلة الأخرى إلا أنه في هذه الأسئلة يفتح المجال إلى إضافات أخرى ممكنة.

د - الأسئلة النصف مفتوحة:

يحتوي هذا النوع من الأسئلة على نصفين، النصف الأول يكون مغلقا أي الإجابة عليه مقيدة "نعم أو لا" والنصف الثاني تكون فيه الحرية للمستجوبين للإدلاء برأيهم الخاص.

4-8- الطريقة الإحصائية:

تساعد هذه الطريقة على تحويل البيانات والنتائج من حالتها الكمية إلى نسب مئوية، وقد اعتمدنا في تحليلنا للمعطيات العددية للاستبيانات على القاعدة الثلاثية، وذلك لاستخراج والحصول على نسب مئوية لمعطيات كل سؤال، وفيما يلي قانون القاعدة الثلاثية:

ن: النسبة المئوية.

س: العدد الفعال.

ت: المجموع التكراري.

$$ت / X = ن = 100$$

واعتمدنا كذلك على نفس الطريقة "الطريقة الثلاثية" وهذا لتحويل النسب المئوية إلى دوائر نسبية للنتائج المحصل عليها.



الفصل الخامس:

معرض وتطيل ومناقشة النتائج

5-1- تحليل الدراسة الميدانية للدراسات السابقة ومقارنتها مع دراستنا الحالية:

تهدف الدراسة إلى (تأثير استخدام قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في البطولة الوطنية لكرة القدم في ضل جائحة كورونا) حيث تكونت العينة من 50 لاعب كرة القدم ، وتم استخدام المنهج الوصفي بطريقة وكانت مدة البرنامج المقرر ب 12 أسبوع ونظرا للضرر وف التي يمر بها والبلاد خاصة جراء وباء كورونا (كوفيد 19) وبرمجة البطولة التي تتمثل في كثافة المنافسة حسب الرزنامة المسطرة من طرف الرابطة المحترفة للقسم المحترف الأول حيث تحتوي خلال هذا الموسم 38 جولة ما تعذر علينا إجراء الدراسة الميدانية على المجموعة .

ومنه بعد الاستشارة للأستاذ المشرف وإعطاء طريقة الاستدلال ببعض الدراسات السابقة والتي حددت

بدراستي

5-2- الدراسات السابقة :

بعد إطلاعنا على الكثير من المواضيع في مختلف المعاهد خاصة بالرياضة، وجدنا بعض الدراسات المشابهة

ومن بينها:

❖ مذكرة تحت عنوان "الضغط النفسي و تأثيره على أداء الرياضي خلال المنافسة لدى لاعبي كرة القدم"

الجهة التي قامت بالدراسة : منصورى مصطفى

إشكالية الدراسة : ماهي العوامل التي تساهم في حدوث الضغط النفسي و ما مدى تأثيره على الرياضي.

أهداف الدراسة : معرفة تأثير الضغط النفسي على أداء الرياضي.

- تبين دور التحضير البيكولوجي في المجال الرياضي.
- التوصيل إلى حقائق عملية الاستفادة منها مستقبلا.

الدراسة : من خلال هذا البحث استخلصنا أن كل منافسة كروية لها ضغط خاص بها و كل ضغط يتميز على الأخر وذلك لعدة عوامل كقلة الخبرة لبعض اللاعبين و كذا قلة التحضير النفسي إلى جانب اختلاف درجة المنافسة بين الفرق .

❖ مذكرة تحت عنوان: "تأثير القلق لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة
أواسط"

إشكالية الدراسة: ماهي أسباب و مصادر ظهور القلق و ما نو تأثيره لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة صنف أواسط.

أهداف الدراسة: هدف هذه الدراسة معرفة مدى تأثير القلق على اللاعبين و هو أهم الأسباب المؤدية لهذا الشكل و كيفية معالجتها.

نتائج الدراسة : بالنسبة للاستبيان اتضح أن لكل عناصر الموجودة فيها لها تأثير بشكل أو بآخر , و ظهرت بأنها عوامل و أسباب معرقة بمجهود الرياضي و أكد على تأثيره على معنويات اللاعبين.

❖ مذكرة لنيل شهادة ليسانس تحت عنوان: "تأثير القلق والضغط النفسي على فعالية اللعب في كرة اليد
عند لاعبات فرق النخبة لولاية الجزائر."

- الجهة التي قامت بالدراسة : من إعداد الطلبة: عيساوي رضا، أدري وهيبة.
- إشكالية الدراسة : إلى مدى يؤثر القلق والضغط النفسي على فعالية ومردود لاعبات كرة اليد في فرق النخبة ؟

- أهداف الدراسة:

- معرفة إذا كان القلق والضغط مقاسان في المنافسة أو لا.
- معرفة ما إذا كان القلق الحاد يؤثر على التوازن البيولوجي.
- مدى تأثير القلق والضغط على فعالية المردود واضطراب في سلوكيات اللاعبات.

الدراسة:

تأكيد الفردية العامة والمتمثلة في القلق والضغط النفسي يعملان على تخفيض مردود اللاعب، ويؤثر على فعاليته ، كما تمكنوا من إثبات صحة الفرضية الجزئية الأولى من إظهار العلاقة بين الضغط النفسي ومردود اللعب،

أما الفرضية الجزئية الثانية تأكد لنا وجود علاقة بين القلق كحالة ومردود اللعب، كما هو الحال في الفرضية الجزئية الثالثة، حيث تم إثبات العلاقة بين القلق كسمة ومردود اللعب، وفيما يخص الفرضية الرابعة والأخيرة، تأكد لنا إثبات وجود فروق دالة إحصائية بين لاعبات ذات المردود الجيد وذو المردود المنخفض، هذا فيما يخص درجة القلق والضغط.

❖ مذكرة لنيل شهادة ماجستير تحت عنوان: "مستويات ومصادر القلق لدى لاعبي المنتخب الوطني لكرة

اليد قبل وأثناء المنافسات الرسمية."

- الجهة التي قامت بالدراسة: الأستاذ: إسماعيل مقران.

- إشكالية الدراسة:

3- إلى أي مدى يمكن اعتبار القلق ذو التأثير سلبي على الأداء الجيد للاعبين قبل وأثناء المنافسات الرسمية ذات المستوى العاي؟.

4- ما هي مستويات ومصادر ودرجة القلق ذات التأثيرات السلبية على أداء اللاعبين قبل وأثناء المنافسات الرسمية العالية المستوى؟.

- أهداف الدراسة:

يمكن حصر أهداف هذا البحث الخاصة في كونه عبارة عن دراسة للجانب النفسي للفرد بصفة عامة وتدهور مردود الرياضي، بالخصوص إذا لم يتمكن من السيطرة على متغيراته التي يمكن حصرها فيما يلي:

- كيفية إثبات وجود المصادر المختلفة للقلق لدى اللاعبين ومعالجتها.

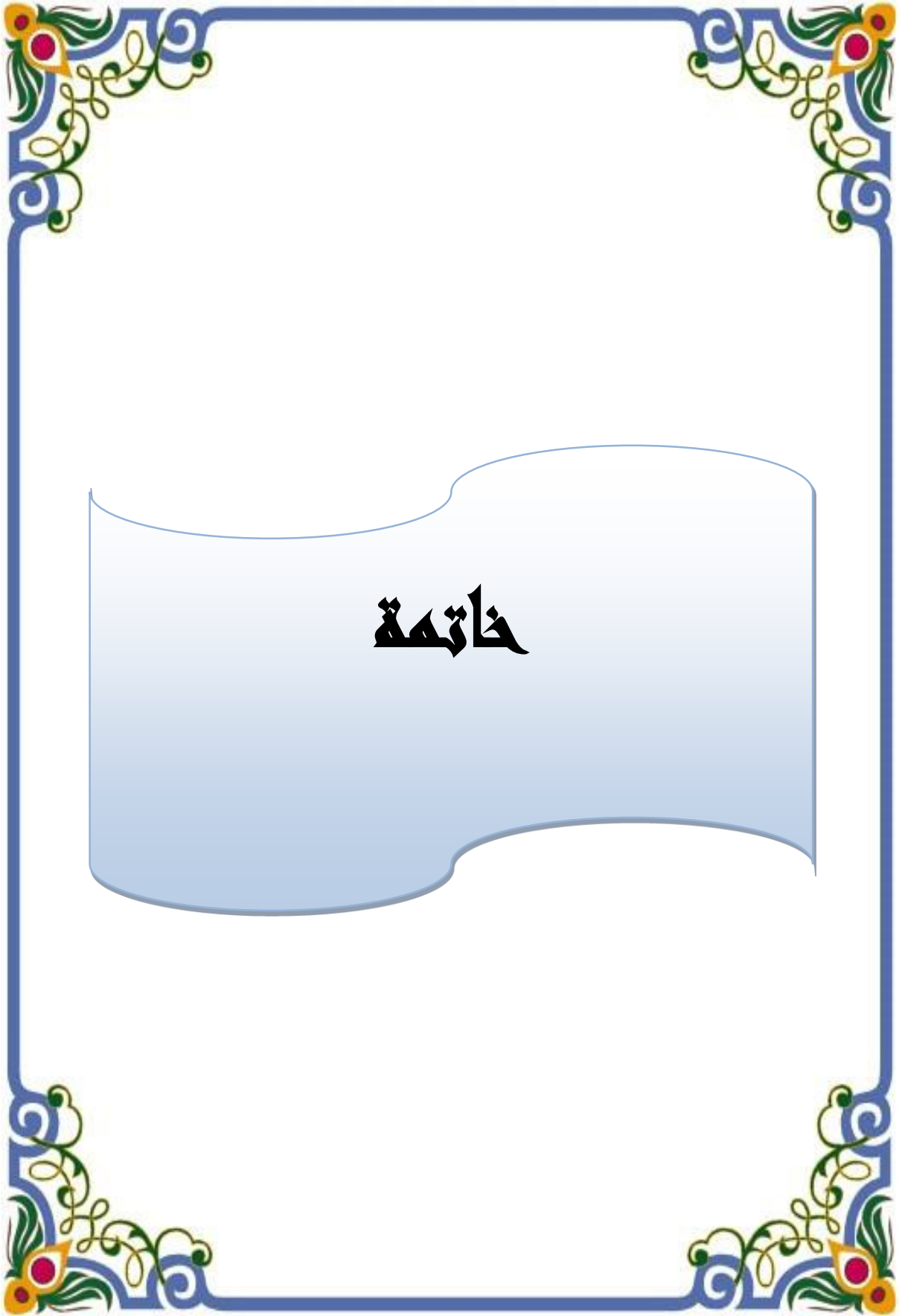
الدراسة:

البحث هو تبيان أن لاعبي كرة اليد للفريق الوطني أكابر رجال لم يكونوا في كل مستواهم خلال مشاركتهم في الألعاب الإفريقية، وهذا راجع إلى عامل الضغط النفسي خلال المقابلات، وخاصة إهمال الجانب السيكولوجي إلى جانب التحضير التقني في الملعب.

5-3- الاقتراحات:

إن هذه الدراسة ماهي إلا محاولة بسيطة لتسليط الضوء على دوافع القلق عند لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة الرياضية، وفي ضوء النتائج المسجلة من خلال تحليل أسئلة الاستبيان الموجهة لمختلف اللاعبين والتي نأمل أن تكون لها فائدة في المستقبل، فارتأينا إلى تقديم وطرح بعض الاقتراحات والتي نأمل من خلالها حل بعض المشاكل التي تعيق اللاعبين في تحقيق أهدافهم ومن بين هذه الاقتراحات:

- ❖ ضرورة توفير للأندية مختصين نفسانيين .
- ❖ ضرورة التسيير الجيد قبل المنافسات الرياضية من خلال إعطاء المسؤولية لدوي الاختصاص و الخبرة في تسيير الهياكل و تنظيم المنافسات و البطولات.
- ❖ ينبغي على المدربين إدراج جانب الإعداد النفسي في برامجهم التدريبية جائحة كورونا .
- ❖ توفير البيئة الملائمة لتحضير المنافسات و البطولات وتجنب جائحة كورونا.
- ❖ إتباع الطرق العلمية في التحضير النفسي .
- ❖ على المدرب توجيه وإرشاد اللاعبين خلال الحصص التدريبية من جائحة كورونا.
- ❖ خلق جو المنافسة بنفس وتيرة المنافسات الرسمية .



خاتمة

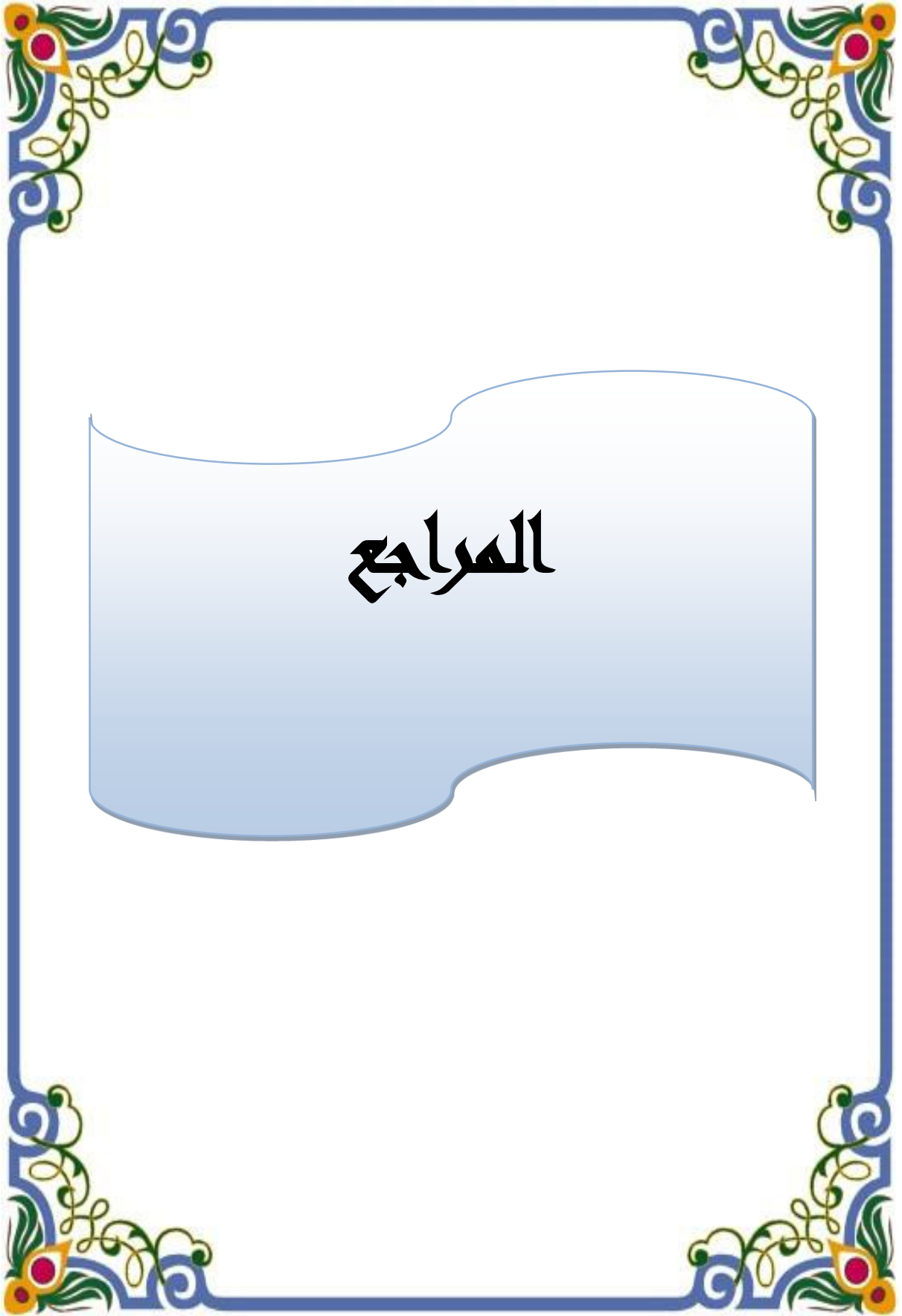
خاتمة:

كرة القدم لها مكانة مرموقة تفوق جميع الرياضيات الأخرى، ومهاراتها الأساسية تعتبر مهارات كل الأنشطة الرياضية، ونظرية التدريب الحديث تتطلب الإلمام بأصول التدريب والتكامل في جميع الجوانب. لقد حاولنا جاهدين من خلال هذا الموضوع ، الذي يعتبر من بين أهم المواضيع ذات الشأن الكبير في العالم و في المجال الرياضي بصفة عامة، ومجال كرة القدم بصفة خاصة، أن نبين ما إذا كان استخدام قياسات النفسية مع واقع المنافسة في البطولة الوطنية لكرة القدم في ظل جائحة كورونا.

الإعداد النفسي يلقي العناية من طرف المدربين ومسؤولية الفرق من جهة، ومن جهة أخرى نريد التعرف على أهمية الإعداد النفسي في تقليل ظواهر القلق لدى لاعبي الدوري المحترف و يعتبر من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة و اهتمام الناس به جميعا، بالخصوص في ظل جائحة كورونا .

وحاولنا من خلال دراستنا أن نصل إلى نتائج أكثر دقة عن طريق الدراسة الميدانية التي قادتنا إلى ووضع بعض الأسئلة بين أيدي اللاعبين، كان الهدف منها التعرف على دوافع ظهور القلق لدى لاعبي كرة القدم أثناء المنافسة الرياضية، وتم التوصل بذلك إلى نتائج حققت فرضيات دراستنا الجزئية والفرضية العامة.

وفي الختام نأمل أن تساهم هذه الدراسة في تحسين وتطوير الرياضة الجزائرية وخاصة كرة القدم و من الضروري توفير مختصين نفسانيين و التعامل معهم يمكنهم تقديم الكثير لكرة القدم في بلادنا.

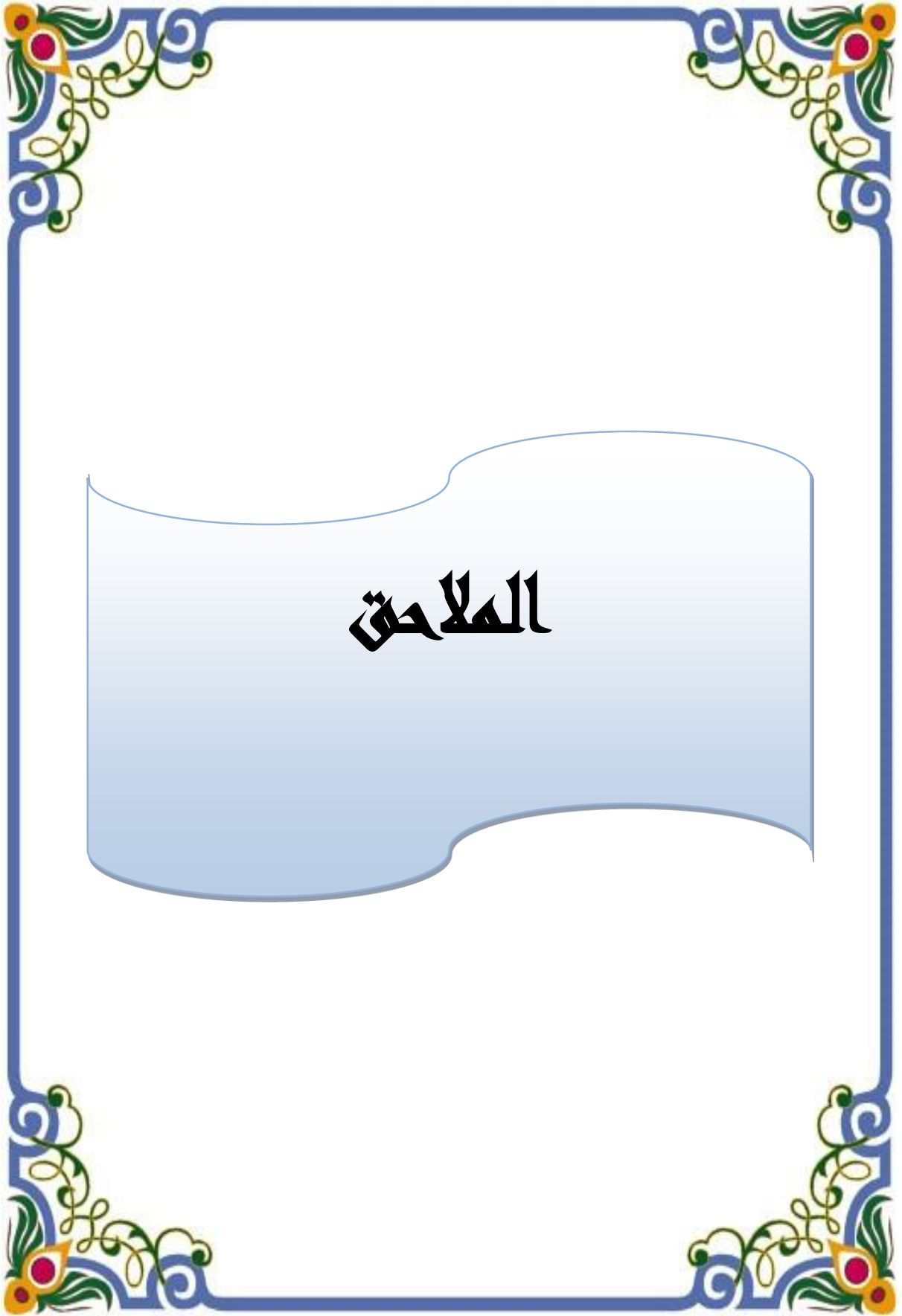


المراجع

المرجع

- 1- صلاح الدين غنيم: القياس والتقويم التربوي والنفسي - أساسياته - وتطبيقاته وتوجيهاته المعاصرة, ط 1, دارا لفكر العربي, القاهرة, 2000م
- 2- علي سلوم جواد الحكيم؛ الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي، جامعة القادسية، كلية التربية الرياضية، 2004.
- 3- كاظم جابر أمير؛ الاختبارات والقياسات الفسيولوجية في المجال الرياضي، ط2، الكويت، ذات السلاسل للطباعة والنشر، 1999.
- 4- مروان عبد المجيد ومحمد حاسم الياسري؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ط1، عمان، مؤسسة الوراق، 2002.
- 5- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان؛ القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000.
- 6- محمد صبحي حسانين؛ القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضية، ج1، ط3، القاهرة، دار الفكر العربي، 199
- 7- مصطفى باهي وصبري عمران : الاختبارات والقياس في التربية الرياضية ,مكتبة الانجلو المصرية القاهرة -2007م.
- 8- محمد نصر الدين: القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، 1979 م.
- 9- إبراهيم أحمد سلامة : الاختبار اتو القياس في التربية البدنية ،دار المعارف، 1980 م .
- 10- محمد صبحي حسانين : التقويم والقياس في التربية البدنية، دار الفكر العربي، 1979 م .
- 11- جابر عبد الحميد: التقويم التربوي والقياس النفسي، ط3، دار النهضة العربية، القاهرة، 1993م.
- 12- أحمد عبد اللطيف أبو السعد : دليل المقاييس والاختبارات النفسية والتربوية، ط1 ، ديونو للطباعة والنشر . والتوزيع، عمان، الأردن، 2009.
- 13- احمد أبو السعد : دليل المقاييس النفسية و التربوية-الجزء الأول-مقاييس الصحة النفسية مقاييس المشكلات و الاضطرابات، ط3 ، الناشر مركز ديونو لتعليم التفكير ، عمان ، الأردن، 2014
- الرياضي، ط4 ، دار الكتاب الحديث القاهرة، 3 □ احمد محمد خاطر علي فهمي البيك :القياس في ا 1996.
- 14-إسماعيل محمد الفقي :التقويم و القياس النفسي و التربوي، دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع، القاهرة، 2005 .
- 15-بوسنة محمد: علم النفس القياسي -المبادئ الأساسية -، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر،

- 2007.
- 16- حنفي محمود مختار : كرة القدم للناشئين ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر ،1997
- 17- زكريا محمد الطاهر و آخرون : مبادئ القياس و التقويم في التربية، ط1 ، الدار العلمية الدولية للنشر و التوزيع و دار الثقافة للنشر و التوزيع ،عمان، الأردن2002
- 18- سامي محمد ملحم :القياس و التقويم في التربية و علم النفس، ط 5 ، دار المسيرة للنشر و التوزيع و الطباعة ، عمان، الأردن، 2011 ال الرياضي، مطبعة المهيمن، بغداد.
- 19- علي سموم الفرطوسي و آخرون:القياس و الاختبار و التقويم في المجال الرياضي.مطبعة المهيمن، بغداد، 2014
- 20- أبو العلاء عبد الفتاح، التدريب الرياضي :الأسس الفيزيولوجية، دار الفكر العربي، القاهرة،1997
- 21- أبو العلاء عبد الفتاح، أحمد نصر الدين سيد :فسيولوجيا اللياقة البدنية، دار الفكر العربي، القاهرة،2003
- 22-أمر الله أحمد البساطي :قواعد وأسس التدريب الرياضي وتطبيقاته، منشأة المعارف، الإسكندرية،1998.
- 23-أحمد خاطر، علي البيك، القياس في المجال الرياضي، القاهرة، دار المعارف، 1976
- 24- آرثر جينمن وآخرون، علم النفس التربوي، ترجمة إبراهيم حافظ،1958
- 25- ايلاء رياض المسدي :مساهمة بعض القياسات الجسمية و الصفات البدنية في مهارة الضربة الساحقة بالكرة الطائرة.العدد الثاني -مجلة علوم وفنون -جامعة حلوان،1994 .
- 26- بسطويسي أحمد : (سباقات المضمار ومسابقات الميدان)، دار الفكر العربي،.1997
- 27- بسطويسي أحمد :أسس نظريات الحركة، دار الفكر العربي، ط 2. 1996.
- 28- بولجاكوف، ن، ج وآخرون :السباحة، موسكو -دار الثقافة البدنية والرياضية، ترجمة أبو العلاء أحمد عبد الفتاح،1986 .
- 29- بولجاكوف، ن، ج وآخرون :السباحة، انتقاء وإعداد السباحين الناشئين، موسكو، 1978 ،ترجمة أبو العلاء أحمد عبد الفتاح،.1986
- 30- جوجافيسكي،ف.م :أسس القياس الرياضي، موسكو، 1979 ، ترجمة أبو العلاء أحمد عبد الفتاح،1986 .
- 31- ريبسات خريبط، إبراهيم رحمة :طرق إختيار الرياضيين، مطبعة الموصل،1988 .
- 32-رمزي الغريب :القياس و التقويم النفسي و التربوي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة،1970 .
- 33- زكي محمد محمد حسن :التفوق الرياضي، المكتبة المصرية، ط 1 ، الإسكندرية،2006
- 34-عصام عبد الخالق :التدريب الرياضي، نظرية تطبيقا، دار المعارف، الإسكندرية،1999
- 35-عزت محمود كاشف :الأسس في الإنتقاء الرياضي، النهضة المصرية، القاهرة،1987
- 36-عماد الدين أبو زيد :التخطيط و الأسس العلمية لبناء و إعداد الفريق في الألعاب الجماعية، منشأة المعارف، الإسكندرية، ط2 . 2005.



الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم و تقنيات النشاطات التربوية البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان

لتحضير مذكرة ماستر في تخصص: تحضير البدني رياضي

العنوان

تأثير استخدام قياسات النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في
البطولة الوطنية لكرة القدم في ضل جائحة كورونا

بحث وصفي اجري على لاعبي كرة القدم من البطولة الوطنية

عزيزي الرياضي:

قصد معرفة بعض الدوافع النفسية وعلاقتها مع واقع المنافسة في البطولة الوطنية لكرة القدم في ضل
جائحة كورونا ، المطلوب منك عزيزي اللاعب الإجابة بكل موضوعية وصراحة على الأسئلة التالية : بوضع علامة
(X) .

أمام العبارات التي تفضلها وتراها صائبة ومناسبة حسب رأيك من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد
دراستنا . وشكرا لكم على تفهمكم ومساعدتكم .

أسئلة عامة

- كم عمرك؟

- كم من سنة مارست كرة القدم؟

1- كيف هي شخصيتك؟

عصبية

هادئة

أحيانا

2- عندما ترتكب بعض الأخطاء في بداية المنافسة، هل ترتبك لفترة طويلة؟

نعم

لا

3- هل تخشى من الأداء السيئ تحت ضغط المنافسة؟

نعم

لا

عندما تكون عصبيا قبل المنافسة، هل هذا يفقدك التركيز والانتباه أثناء المنافسة؟

نعم

لا

5- عندما تزداد دقات قلبك بتنفس أسرع من المعتاد، فهل ذلك لا يساعدك على بذل

أقصى جهد في المنافسة؟

نعم

لا

6- كيف تكون حالتك أثناء لعب مباراة رسمية؟

غير مبالي

مرتبك وقلق

حسب أهمية المباراة

7- في مباراة رسمية، حدث أن تعرض فريقك للعديد من الاقصاءات في أوقات متتالية فكيف

كانت حالتك حينها؟

يتضاعف جهدي

متأثر وقلق

مرتبك وخائف

كيف يكون رد فعلك عندما يكون الخضم متقدما عليك في النتيجة أثناء اللحظات

الحاسمة من المنافسة المصرية عالية المستوى؟

عدم التحكم في الأداء

يقل تركيزي

استجيب بسرعة

9- كيف ترى عدم الاستقرار والنظام في برنامج وبرنامج المنافسات لفريقك؟

عادية

مقلقة نوعا ما

غير مساعدة تماما

10- كيف ترى مستوى التكوين في التحضير النفسي؟

ضعيف

متوسط

فوق المتوسط

11- في رأيك هل يعتبر الإعداد النفسي أحد مكونات التدريب في كرة القدم؟

نعم

لا

12- هل تقومون بالإعداد النفسي للمباراة؟

نعم

لا

13- هل يهتم المدرب براتك الشخصية؟

نعم

لا

14- هل يوجد في الفريق أخصائي نفسي يقوم بإعدادكم نفسياً؟

نعم

لا

15- هل تفشل أحياناً في تحقيق الإنجاز عندما لا تتلقى إعداداً نفسياً من طرف المدرب؟

نعم

لا