



جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم: التدريب الرياضي

تخصص: تحضير بدني وذهني

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

## التوجيه و الإرشاد النفسي ودوره في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسة

" دراسة ميدانية لبعض أندية برج بوعريريج "

إعداد الطالب:

✓ طاوي صدام حسين

أعضاء لجنة المناقشة :

المشرف: د.قارة سعيد

الرئيس .....

المناقش .....

السنة الجامعية: 2016/2015



## كلمة شكر وعرفان

"رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدينا و أن نعمل صالحا ترضاه و  
أدخلنا برحمتك في عبادك الصالحين"  
إلى الذي لما أعطى ما نزل ، و لما وهب ما قطع ، ولما سئل ما منع ، إليك سبحانه تعالى  
شأنك.

نحمدك بمنك و إنعامك علينا و توفيقك لنا بإتمام هذا البحث الذي هو بين أيديكم.  
و اقتداء بسنة نبينا محمد صلى الله عليه وسلم: " من لم يشكر الناس لم يشكر الله".  
عرفانا وامتنانا ، معان صادقة لا حروف زائفة ، نتقدم بالشكر الجزيل إلى:  
الأستاذ المحترم "قارة سعيد" و الأستاذ وليد شلابي الذي كانا شرفا لنا أن ننجز البحث تحت  
إشرافهم ومساعدتهم ، علما أن معنى العمل فكانوا المصححين و الموجهين حين الخطأ ، و  
المساندين و المشجعين حين الصواب و نود أن نهدي باقة ورد، أخصها لاحترام ،  
وأوراقها تقدير. إلى كافة أساتذتنا الشموخ التي لا تذوبو النبع الذي لا ينفذ ، و  
خاصة أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة .  
إلى كل أستاذ حمل شمعة في يده و جال بها في شوارع تنعدم فيها الأضواء .  
كما نتوجه بالشكر إلى كل من قدم يد المساعدة ماديا أو معنويا من قريب أو من  
بعيد. إلى كل عمال المكتبة الذين لن ننسوا مساعدتهم لنا.

و شكرا

# المحرس

الصفحة	الموضوع
...	شكر وعرهان
...	الإهداء
أ/ب	مقدمة
<b>الباب الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة</b>	
04	- تمهيد
05	1- التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي
05	1-1- مفهوم التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي
06	1-2- أهداف التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي
07	1-3- أسس التوجيه والإرشاد النفسي
13	1-4- نظريات الإرشاد النفسي الرياضي
16	1-5- أنواع الإرشاد والتوجيه
20	1-6- برنامج التوجيه والإرشاد النفسي
21	1-7- خطوات إعداد برنامج التوجيه والإرشاد
24	2- الاستجابة الانفعالية
24	2-1- تعريف الاستجابة الانفعالية
24	2-2- جوانب الاستجابة الانفعالية
25	2-3- العناصر المكونة للاستجابة الانفعالية
25	2-4- تقسيمات الاستجابة الانفعالية
26	2-5- خصائص الاستجابة الانفعالية
26	2-6- مسئوليات الاستجابة الانفعالية
27	2-7- تصنيف أمطاط الاستجابة الانفعالية
27	2-8- تصنيف الاستجابات الانفعالية أثناء المنافسة الرياضية
28	2-9- المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسات الرياضية
29	3- المنافسة
29	3-1- تعريف المنافسة
29	3-2- أنواع المنافسة

30	3-3- الخصائص السيكولوجية للمنافسات الرياضية
31	3-4- أبعاد المنافسة
32	3-5- المتغيرات المؤثرة في انفعالات المنافسة الرياضية
34	4- كرة القدم
34	4-1- تعريف كرة القدم
35	4-2- نبذة تاريخية عن لعبة كرة القدم
36	4-3- كرة القدم في الجزائر
37	4-3-1- تطور كرة القدم في الجزائر
39	4-3-2- مكانة كرة القدم في الجزائر
40	5- الدراسات السابقة
45	5-1- مناقشة الدراسات السابقة
45	5-2- توظيف الدراسات السابقة بالدراسة الحالية
<b>الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة</b>	
47	تمهيد
48	1- تحديد المصطلحات والمفاهيم
49	2- الاشكالية
50	3- أهداف الدراسة
51	4- أهمية الدراسة
51	5- فرضيات الدراسة
<b>الفصل الثالث: الاجراءات الميدانية للدراسة.</b>	
53	تمهيد
54	1- الدراسة الاستطلاعية
54	2- المنهج المتبع
54	3- مجتمع وعينة البحث
55	4- مجالات البحث
55	5- متغيرات الدراسة
55	6- أدوات جمع البيانات و المعلومات
56	7- الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأداة الدراسة
60	8- إجراءات التطبيق الميداني

60	9- الأساليب الاحصائية
61	خلاصة
<b>الفصل الرابع: عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها</b>	
63	تمهيد
64	1- عرض وتحليل وتفسير النتائج
64	1-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة
64	1-1-1 تحليل وتفسير نتائج استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي
65	1-1-2 تحليل وتفسير نتائج مقياس الاستجابة الانفعالية
66	1-2 عرض ومناقشة الفرضيات الجزئية
69	2- مناقشة النتائج وربطها بالفرضيات
69	2-1 مناقشة نتائج الفرضية العامة
70	2-2 مناقشة الفرضيات الجزئية
<b>الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات</b>	
72	1- استنتاجات
73	2- اقتراحات
73	3- الأفاق المستقبلية
..	3- الخاتمة
..	4- المراجع المعتمدة في الدراسة
..	5- الملاحق
الصفحة الأخيرة	6- ملخص الدراسة

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
56	يوضح الدرجات الممنوحة لكل اختيار في استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي	01
56	يوضح الاتساق الداخلي لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي	02
58	يوضح الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي	03
58	يوضح أبعاد مقياس الاستجابة الانفعالية	04
59	يوضح الاتساق الداخلي لأسئلة بعد الرغبة	05
59	يوضح الاتساق الداخلي لأسئلة بعد المسؤولية الشخصية	06
60	يوضح الاتساق الداخلي لأسئلة بعد الضبط الذاتي	07
60	يوضح الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الاستجابة الانفعالية	08
64	يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي	09
65	يوضح المتوسط الحسابية و النسبة المئوية لأبعاد الإستجابة الإنفعالية	10
66	يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين بعد الرغبة	11
67	يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين بعد المسؤولية الشخصية	12
68	يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين بعد الضبط الذاتي	13

## قائمة الأشكال

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
25	يوضح تقسيمات الاستجابة الانفعالية	01
26	يوضح خصائص الاستجابة الانفعالية	02
26	يوضح مستويات الاستجابة الانفعالية	03
27	يوضح تصنيف أنماط الانفعالات	04

## المقدمة:

لقد كثر الحديث في الآونة الأخيرة في المجال الرياضي التنافسي خصوصا حول الاهتمام بالجانب النفسي في عملية الإعداد والتدريب، ولما لهذا الجانب من أهمية ودور وتأثير على حياة الأفراد والفرق، حيث يقول الدكتور فاروق عبدالوهاب في إحدى مداخلاته حول تجاهل الجانب النفسي في الإعداد هو خطأ كبير بأن " أصبح ضرورة من ضروريات التدريب لأن اللاعب هو جسد وعقل وحالة نفسية ... ولا بد أن يكون المدرب واعيا مدركا لأهمية الحالة النفسية للاعبين والعمل على تهيئة اللاعب نفسيا للمشاركات المختلفة. " حقا أصبح الاهتمام باللاعب من حيث توفير سبل الراحة البدنية والنفسية قصد تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والانفعالي وبذلك الصحة النفسية أمر مهم، هذا من جهة ومن جهة أخرى وضع برامج متكاملة تساهم بالارتقاء بمستوى الوظائف العقلية والانفعالية والبدنية للرياضيين، وهذا من خلال الوضع في الحسبان أن رياضة المستويات العليا لها نمط خاص في الحياة اليومية للرياضي من أجل تحقيق التوازن النفسي الذي يعكس على الحالة الفنية والبدنية للاعبين، فهو يساهم في إدخال روح المنافسة والطموح إلى الفوز وتحدي المواقف الصعبة لدى اللاعبين، وإذا كان مستوى اللاعب لا يثبت على أداء معين أو الفريق ككل يعاني من اللا استقرار في المستوى والأداء أثناء المشاركات في المباريات خلال الموسم الرياضي يجعل المدرب يسعى إلى معرفة أسباب عدم الاستقرار والثبات، حيث يهمل إلى إدراك أن القدرات البدنية والمهارة للاعبين سليمة فيرجع ذلك لبعض المشاكل والصراعات الناتجة عن القلق الزائد والخوف من الفشل وعدم القدرة على التركيز في الأداء مما يتطلب ضرورة التدخل للتعامل مع اللاعب نفسيا وهذا بالتحكم في انفعالاته بشرط تقديم خدمات التوجيه والإرشاد النفسي وكذلك الاتصال والتقرب أكثر من اللاعب قصد نجاح الاتصال وتبليغ المساعدة المطلوبة، وكذا منحه الفرصة للتعبير عن مشاعره وأدائه في بعض المواقف وحتى البرامج التدريبية كون المعنى الأول وهذا ما يدعم له روح المسؤولية، وفي الحقيقة يجب أن يتواجد مختص نفسي للقيام بعملية التوجيه والإرشاد النفسي الرياضي وهذا بشكل مستمر ومتواصل ضمن الفريق، ولكن وبحكم الاحتكاك الطويل بين اللاعبين والمدرب فإنه يمكن لهذا الأخير أن يقوم مقام المرشد المختص، وهذا شريطة أن يمتلك المهارات الأساسية للإرشاد النفسي الرياضي، والمتعلقة أساسا بإلمام المدرب بالمعلومات الكافية حول الفريق والتخصص ومختلف الجوانب ومتطلبات التدريب، واقتراح موضوعات مهمة للنقاش بين اللاعبين ومحاولة ربط كل المجالات التي لها علاقة بحياة اللاعبين في الفريق وحول المنافسة قصد الاستفادة منها، والتحلي بروح المسؤولية أثناء التعامل مع اللاعبين.

وكذلك الاهتمام بالجانب النفسي ينعكس إيجاباً على طبيعة النتائج المحققة، ولذلك سوف يتركز هذا البحث الذي بين أيدينا حول التوجيه والإرشاد النفسي من طرف المدرب وأثره على الاستجابة الانفعالية للاعبين أثناء المنافسة وهذا من حيث الخدمات التي تقدم من طرف المدربين ومدى توافر المهارات الأساسية للتوجيه والإرشاد النفسي الرياضي، ولهذا الغرض قسمنا بحثنا إلى خمسة فصول :

**الفصل الأول :** الخلفية النظرية و الدراسات السابقة الذي تناولنا فيه الإطار النظري لمتغيرات الدراسة، المتمثلة في التوجيه و الإرشاد النفسي و المتغيرات الإيجابية للإستجابة الإنفعالية وكرة القدم و المنافسة الرياضية وكرة القدم والدراسات السابقة.

**الفصل الثاني:** الإطار العام للدراسة وتناولنا فيه الكلمات الدالة في الدراسة و إشكالية الدراسة و أهداف و أهمية وأهداف الدراسة وفرضيات الدراسة

**الفصل الثالث:** الدراسة الميدانية حيث تناولنا فيها الدراسة الاستطلاعية و متغيرات الدراسة و منهج الدراسة، مجتمع وعينة البحث، أدوات جمع البيانات و المعلومات، إجراءات التطبيق الميداني.

**الفصل الرابع:** عرض النتائج وتحليلها تفسيرها و مناقشتها، مناقشة النتائج وربطها بالفرضيات.

**الفصل الخامس:** إستنتاجات وإقتراحات و أفاق مستقبلية.

# الفصل الأول

## الخلفية النظرية

## والدراسات السابقة

1- التوجيه و الإرشاد النفسي

2- الاستجابة الانفعالية

3- المنافسة

4- كرة القدم

5- الدراسات السابقة

6- مناقشة الدراسات السابقة و ربطها بالدراسة الحالية

## تمهيد:

يعتمد علم التدريب الرياضي في العصر الحديث على الأسس العلمية التي تحقق النمو الشامل لمختلف عناصر الإعداد المختلفة ، ومن بين هذه العلوم علم النفس الرياضي ، وهو علم يدرس شخصية الرياضي وتحليل وتبيان العوامل التي تؤثر في نفسيته وتحرك انفعالاته ومزاجه ، فظهر الإعداد النفسي الذي بفضلته يتم إيجاد الحلول لجميع المشاكل النفسية والتي يعاني منها الفرد المتعلقة بالشخصية والسلوك أثناء اللعب أو التدريب ،ومن أشكاله التوجيه و الإرشاد النفسي الذي يقدمه المدرب للاعبين قبل وأثناء وبعد المنافسة بحيث يجب على المدرب وضع برنامج يهدف إلى إرشاد اللاعبين نفسياً حتى يتمكن من تحقيق الأهداف المسطرة .ويحاول الطالب الباحث في هذا الفصل عرض الجانب النظري لمتغيرات الدراسة وأهم النظريات المفسرة لهم والمتمثلة في: التوجيه والإرشاد النفسي الاستجابة الانفعالية، المنافسة ،كرة القدم.

## 1- التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي

### 1-1- مفهوم التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي:

يرتبط كل من التوجيه والإرشاد ارتباطاً وثيقاً، وهناك العديد من التعريفات للتوجيه والإرشاد، وبالنظر إلى هذه التعريفات نجد أنها جميعاً تتفق على تحقيق أهداف واحدة.

فالتوجيه Guidance عبارة عن مجموعة الخدمات التي تهدف إلى مساعدة الفرد على فهم نفسه على نحو أفضل، وأيضاً فهم المشكلات التي يعاني منها، وتزويده بالمهارات اللازمة التي تمكنه من استغلال ما لديه من إمكانيات ومهارات واستعدادات وقدرات وكذلك مساعدته على تحديد أهدافه في ضوء إمكانياته الشخصية والبيئية، واختيار الطرق المناسبة لتحقيق تلك الأهداف مما يمكنه من حل مشكلاته بأسلوب علمي وعملي الأمر الذي يؤدي إلى توافقه مع نفسه ومع مجتمعه ويمتعه بالصحة النفسية. (نبيل ، 2003 ، ص. 194 ) .

والإرشاد Counseling عبارة عن علاقة دينامية بين المرشد ( الأخصائي النفسي ) والمسترشد ( المبحوث ) ولها هدف واضح محدد وهو مساعدة الفرد على تغيير سلوكه وفهم نفسه على نحو أفضل وتفهم ظروفه الحالية والمتوقع منه مستقبلاً وحل مشكلاته وتنمية إمكانياته المختلفة بما يحقق له مطالبه الذاتية في ضوء متطلبات المجتمع. وهكذا نجد أن هناك تطابق في أهداف كل من التوجيه والإرشاد وفيما يلي عرض موجز لبعض تعريفات التوجيه والإرشاد في المجال الرياضي.

• التوجيه والإرشاد عبارة عن عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين في التغلب على المشاكل والصعوبات التي تعوق تقدمهم من أجل تحقيق أقصى نمو لإمكاناتهم البدنية والمهارية والنفسية.

• التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على اختيار ما يناسبهم على أسس علمية سليمة، لكي يتحقق لهم التوافق في جميع مجالات الحياة.

• التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على التخطيط لمستقبلهم بكل دقة في ضوء إمكانياتهم الشخصية وقدراتهم البدنية والمهارية.

• التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على وضع مستويات طموح واقعية لأنفسهم في ضوء قدراتهم وإمكاناتهم.

• التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على تنمية إمكانياتهم وقدراتهم والاستخدام الأمثل لتلك الإمكانيات والقدرات.

• التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على تحديد أهدافهم في ضوء إمكانياتهم الرياضية المختلفة،

ووضع الخطط المناسبة لتحقيق هذه الأهداف.

- التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على فهم وتحليل استعداداتهم وقدراتهم وميولهم وحاجاتهم وإمكاناتهم المختلفة ومشكلاتهم واستخدام تلك المعرفة في اتخاذ القرارات المناسبة بما يحقق لهم التوافق.
- التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على تحقيق أقصى درجات النمو النفسي والعقلي والاجتماعي والبدني كذلك تنمية استعداداتهم وقدراتهم وميولهم وطاقتهم وتعديل اتجاهاتهم مما يحقق لهم التوافق والتوازن مع البيئة التي يعيشون فيها.

ومن خلال التعريفات السابقة يتضح أن التوجيه والإرشاد في المجال الرياضي هو تلك العملية المخططة التي تهدف إلى مساعدة الفرد الرياضي لكي يفهم نفسه على نحو أفضل وذلك من خلال التعرف على شخصيته واتجاهاته واستعداداته وقدراته وخبراته وميوله وقيمه وعاداته واستجاباته السلوكية اتجاه المواقف المختلفة، وأيضاً مساعده على تحديد مشكلاته وتنمية إمكاناته المختلفة الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية والحركية، وتزويده بالمهارات التي تمكنه من حل مشكلاته في ضوء إمكاناته الشخصية وظروفه البيئة مما يحق له التوافق في مختلف المجالات. ( شمعون و ماجدة، 2002، ص. 08).

### 1-2- أهداف التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي:

هناك العديد من الأهداف التي يمكن تحقيقها من خلال عملية التوجيه و الإرشاد في المجال الرياضي يمكن تلخيصها فيما يلي :

- تنمية المفهوم الايجابي للرياضي نحو ذاته.
- مساعدة الرياضي على توجيه حياته الرياضية بنفسه بذكاء وبصيرة في حدود قدراته وإمكاناته. (شمعون و ماجدة ، ص. 41).
- العمل على إشباع دوافع الرياضي وتحقيق مطالبه وتلبية احتياجاته المختلفة الأمر الذي يحقق له التوافق الشخصي.
- مساعدة الفرد على الاختيار المناسب للرياضة التي تناسب وقدراته وإمكاناته المختلفة.
- مساعدة الرياضي على الالتزام بالخلق الرياضي الحميد وقواعد الضبط الاجتماعي، ومسايرة المعايير الاجتماعية، و التفاعل الاجتماعي السليم.
- إثارة دافعية الأفراد وتشجيعهم على ممارسة الرياضة واستخدام أساليب الثواب والتعزيز.
- التعرف على الفروق الفردية بين الرياضيين ومساعدتهم على النمو في ضوء قدراتهم.
- تزويد الرياضيين بقدر مناسب من المعلومات التخصصية والاجتماعية مما يساهم في زيادة معرفتهم لذاتهم وتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية لديهم. (إخلاص ، 2002، ص. 21).

- توجيه الرياضيين إلى أفضل الطرق للتدريب لتحقيق أقصى درجات النجاح .
  - مساعدة الرياضي على أن تتكامل شخصيته بمساعدته على فهم نفسه ومشاكله.
  - مساعدة الرياضي على استغلال قدراته البدنية والمهارية واستعداداته الشخصية وإمكانيات بيئية إلى أقصى حد تؤهله له هذه الإمكانيات، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة توافقه مع نفسه ومع مجتمعه.
  - مساعدة الرياضي على حل مشكلاته بنفسه عن طريق التعرف على أسباب المشكلات وأعراضها .
  - مساعدة الرياضيين المصابين على مواجهة الآثار النفسية السلبية الناتجة عن الإصابة.
  - العمل على التغيير والتعديل في السلوك والبيئة الاجتماعية للرياضي المصاب حتى يحدث توازن بينه وبين بيئته.
- (حسن وإيمان ، 2004 ، ص. 13).

### 1-3- أسس التوجيه والإرشاد النفسي :

لقد تعددت الآراء بالنسبة للأسس التي يقوم عليها التوجيه والإرشاد النفسي ، فيرى "يوسف القاضي وآخرون " 1981، أنّ تلك الأسس تشمل الأسس النفسية ، والأسس التربوية ، والأسس العلمية والسلوكية للشخص الذي يقوم بعملية التوجيه كما أوضح "سعد جلال " (1992) أنّ أسس التوجيه والإرشاد يمكن تلخيصها في : الفلسفة الاشتراكية والأسس النفسية ، كما يذكرها "حامد زهران" ( 1998) أنّ أسس التوجيه والإرشاد يمكن تحديدها في : الأسس العامة ، الأسس الفلسفية ، الأسس النفسية التربوية ، الأسس الاجتماعية ، والأسس العصبية والفسولوجية ، وفي ما يلي أهم هذه الأسس :

#### الأسس العامة :

يرى "حامد زهران 1998" أنّ تلك الأسس تتعلق بالسلوك الإنساني والمسترشد والعملية الإرشادية ، وهي تتمثل في عدد من المسلمات والمبادئ التي يمكن تلخيصها في النقاط التالية :

#### أ- الثبات النسبي للسلوك الإنساني وإمكان التنبؤ به :

وهو أنّ السلوك عبارة عن أي نشاط يقوم به الفرد نتيجة تفاعله مع البيئة المحيطة به ، أي أنّ السلوك هو استجابة الفرد لمثيرات معينة في البيئة ، وقد يكون هذا السلوك عقليا أو جسميا أو اجتماعيا أو انفعاليا... إلخ(إخلاص ، ص.26).

#### ب- مرونة السلوك الإنساني :

على الرغم من الثبات النسبي للسلوك الإنساني إلاّ أنّه يمكن تعديله وتغييره من خلال عمليات التعليم والتدريب ولا يقصد بالمرونة التغيير في السلوك الظاهري فقط بل تشمل المرونة أيضا كل جوانب الشخصية الإنسانية الأمر الذي يؤثر في السلوك، ويرى البعض أنّ هناك صعوبة كبيرة في تعديل السلوك نظرا لثباته النسبي ولكن هذا الأمر مردود عليه فعلى

سبيل المثال الشخص الذي يتميز بالسلوك العدواني عندما نقوم بتدريبه وتهذيب سلوكه من خلال العمليات التربوية كتمارس الأنشطة الرياضية التي تتطلب التلاحم مثل: المصارعة و الجيدو والكاراتيه والملاكمة وغيرها من أنشطة المنازل، فإن ممارسته لأي من هذه الأنشطة وفقا لقوانينها سوف يؤدي لاستنفاد طاقته العدوانية في نشاط تربوي يقره المجتمع، وبذلك نجد أنّ سلوك هذا الشخص العدواني تحول إلى سلوك سوي تربوي نتيجة لعمليات التدريب والتعليم. (نبيل، ص. 200).

### ج- السلوك الإنساني فردي -جماعي :

إنّ السلوك الإنساني فردي -جماعي، فسلوك الفرد وهو بمفرده يتضح فيه تأثير الجماعة، كما أنّ سلوكه وهو مع الجماعة تتضح فيه آثار شخصيته وفرديته. والمعايير الاجتماعية تعتبر مقياس السلوك الاجتماعي، وهي التي تحدد سلوك الفرد والجماعة، وأيضاً تحدد السلوك المتوقع في المواقف الاجتماعية المختلفة.

كذلك فإنّ الفرد يلعب العديد من الأدوار الاجتماعية والتي يتعلم من خلالها المعايير السلوكية المختلفة، كما يكتسب الفرد الاتجاهات الاجتماعية نحو الأشياء والموضوعات المختلفة وذلك من خلال عملية التنشئة الاجتماعية، وهكذا فإننا نجد أنّ الجماعة هي منظم السلوك الفردي؛ أي أنّ السلوك الإنساني فردي -جماعي. (Jean, 2000, p. 29).

### د- استعداد الفرد للتوجيه:

لكي تؤتي عملية التوجيه والإرشاد النفسي النتيجة المرجوة منها فلا بد أن يكون الفرد مستعداً للتوجيه والإرشاد ويشعر بالحاجة إليه، ويقبل عليه ويثق في العملية الإرشادية ويتوقع الاستفادة منها. ففي الظروف العادية نجد أنّ هناك العديد من الأفراد يلجئون إلى الأخصائيين النفسيين طلباً للمشورة والإرشاد وذلك في حالة وجود حاجة أساسية لديهم للتوجيه والإرشاد .

وفي المجال الرياضي يجب على الأخصائي النفسي الرياضي العمل على استثارة دافعية اللاعبين نحو الاستفادة من الخدمات الإرشادية، فعلى سبيل المثال نجد أنّ هناك بعض الرياضيين يشعرون بفقد الثقة في قدراتهم الرياضية، أو يواجهون ضغوطاً عديدة، وأيضاً الرياضيين المصابين الذين يعتزلون الرياضة بسبب الإصابة، فكل هؤلاء في حاجة إلى الحصول على الاستشارات النفسية ولذلك يجب تشجيعهم على الاستعانة بالأخصائيين النفسيين والتعاون معهم . ولكي تؤتي هذه الاستشارات النتيجة المرجوة منها فيجب أن يكون استعانة الرياضي بالأخصائي النفسي بمحض إرادته وبدافع شخصي منه وتوفر لديه الإرادة والرغبة في التغيير حيث أنّ هذا يعتبر من أهم الأسس التي تقوم عليها عملية الإرشاد. (الخالدي، 2002، ص. 200).

### ه- حق الفرد في التوجيه والإرشاد :

أنّ التوجيه والإرشاد حق لكل فرد وفقاً لحاجته، لذلك يجب على الدولة أن توفر للأفراد خدمات التوجيه والإرشاد في جميع مراحل حياتهم، فهي حق لمن ينمو في تطوره العادي، ومن يمر بمراحل حرجة، ومن يتعرض لمشكلات شخصية أو تربوية أو مهنية... إلخ. إنّ خدمات التوجيه والإرشاد يجب أن تتوفر لكل الأفراد بما فيهم الأفراد الرياضيين، فالرياضيون في حاجة إلى هذه الخدمات حتى تتحقق لهم السعادة في ميادين حياتهم الشخصية والرياضية . (علاوي، 2002، ص. 112).

### و- حق الفرد في تقرير مصيره :

إنّ عملية الإرشاد ليست عملية إجبارية ولكنها عملية اختيارية يلجأ إليها الفرد عندما يحتاج إليها، فهي عملية الهدف منها مساعدة الفرد على تحقيق ذاته وتمتعته بالصحة النفسية وتحقيق التوافق له في جميع مجالات الحياة، كما أنها تساعد الفرد أيضاً على حل مشكلاته بالطريقة التي يراها مناسبة، ومن أهم أسس الإرشاد الثقة في الفرد واحترامه وإتاحة الفرصة أمامه لكي ينمو ويستغل إمكانياته وإمكانيات بيئته إلى أقصى حد تؤهله له هذه الإمكانيات. إنّ للفرد الحق في أن يدرس ما يشاء وأن يعمل في العمل الذي يفضله أو يمارس النشاط الرياضي الذي يميل إليه. إنّ الأخصائي النفسي لا يقدم للفرد حلولاً أو قرارات أو خططاً جاهزة، ولكنّه يساعده في اقتراح الحلول ورسم الخطط واتخاذ القرارات بنفسه كذلك في المجال الرياضي يجب على المدرب إتاحة الفرصة للاعب لاختيار الوسائل المساعدة على حل المشكلة التي يعاني منها ومعاونته في ذلك، وعليه أن يحترم إرادة اللاعب في تنفيذ الخطط التي يضعها لنفسه مع قيامه بتوضيح الاحتمالات المختلفة ويترك للاعب حرية الاختيار، فالعملية الإرشادية ليست إجبارية ولكنها تقوم على رغبة اللاعب نفسه في التوجيه والإرشاد بالإضافة إلى العلاقة الجيدة مع المدرب (إخلاص، ص. 28).

### ز- التقبل :

لتحقيق الثقة المتبادلة بين الأخصائي النفسي والفرد يجب أن يتقبل الأخصائي النفسي الفرد كما هو وبدون شروط مهما كان سلوكه. فعندما يلجأ الفرد إلى الأخصائي النفسي فأنّه يلجأ إليه طلباً للمساعدة والحماية ولكي بالاطمئنان النفسي والراحة وله حق التقبل وسعة الصدر والشعور بالأمن .

### ح- استمرار عملية الإرشاد :

إنّ الإرشاد عملية مستمرة ما دام الفرد ينمو، فهو عملية مستمرة طوال عمر الإنسان، أي أنّها عملية من المهد إلى اللحد، فالوالدان يقومان بعملية الإرشاد للطفل في المرحلة الأولى من حياته، وفي المرحلة الثانية تشترك المدرسة مع الوالدان في تلك العملية من خلال المدرسين، وفي جميع المجالات نجد أنّ الفرد في حاجة إلى الخدمات الإرشادية حتى يتمكن من

التغلب على المشكلات التي تواجهه، وفي المجال الرياضي نجد أنّ هناك العديد من الرياضيين والذين تتطلب حالاتهم خدمات الإرشاد النفسي مثل الرياضيين الذين يتعرضون للإصابة لفترات طويلة، أو الذين يتعرضون للعديد من الضغوط النفسية بسبب تذبذب مستوى أداءهم، أو الرياضيين الذين يشعرون بفقد الهوية بسبب نتائجهم السيئة فكل هؤلاء وغيرهم ممن يحتاجون للخدمات الإرشادية يجب الاهتمام بهم ومتابعة تلك الخدمات بمعنى أن تكون الخدمات الإرشادية مستمرة. (الخالدي، ص. 201).

#### ط-الدين ركن أساسي :

إنّ المعتقدات الدينية تعتبر ضوابط السلوك الإنساني، لذلك فإنّها ركن هام وأساسي لكل من الأخصائي النفسي والفرد لأنّها تعتبر معايير مقدسة محددة، كما أنّها تؤثر بشكل كبير في العلاقة الإرشادية (إخلاص، ص. 29).

#### الأسس النفسية والتربوية :

هناك العديد من الأسس النفسية والتربوية التي يجب مراعاتها في عملية التوجيه والإرشاد، ويمكن تلخيص تلك الأسس في النقاط التالية :

#### أ-الفروق الفردية :

أنّ الأفراد يختلفون فيما بينهم في جميع مظاهر الشخصية جسميا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا، ولذلك فليس من المنطقي أن يتم التعامل مع جميع الأفراد بنفس الأسلوب، ولكن يجب مراعاة الفروق الفردية بينهم. فعلى سبيل المثال نجد في المجال الرياضي تباين في مستوى أداء اللاعبين وسماقتهم الشخصية وقدراتهم البدنية وبالتالي فلا يمكن أن تكون البرامج التدريبية لهم واحدة، ولا بد من وضع هذه الفروق الفردية في الاعتبار عند تدريبهم .

وكل لاعب له شخصيته التي تميزه عن باقي اللاعبين، فحاجات اللاعب وقدراته وميوله واتجاهاته وقيمه ودوافعه وطموحاته تختلف من لاعب لآخر بسبب العوامل الوراثية والخصائص المكتسبة من البيئة الاجتماعية والبيئة الرياضية التي يوجد بها .

لذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي أن يضع في الاعتبار الفروق الفردية بين اللاعبين عند وضع البرامج الإرشادية، وعليه أن يتعرف على أسباب المشكلات النفسية حتى يتعامل معها بالأسلوب المناسب، حيث لا توجد طريقة واحدة تناسب مع جميع اللاعبين، ولذلك يجب أن تتعدد طرق الإرشاد في ضوء الفروق الفردية بين اللاعبين .

### ب-الفروق الجنسية :

من المتعارف عليه علمياً أنّ هناك فروق بين الذكور والإناث من النواحي الجسمية والفيسيولوجية والانفعالية والاجتماعية والحركية. فنجد أنّ هناك فروق بين الجنسين في القدرات البدنية والمهارية والاتجاهات والميول وفي المعايير الاجتماعية بالملبس وتكوين العلاقات. (شمعون. د ماجدة ، ص. 58)

لذلك يجب على الأخصائي النفسي مراعاة الفروق بين الجنسين عند وضع البرامج الإرشادية، لأنّه لا يمكن أن تكون عملية الإرشاد واحدة لكل منهما نظراً للفروق الواضحة بينهما .

### ج-مطالب النمو :

يمر الإنسان بمراحل مختلفة للنمو، فمنذ مرحلة الطفولة وحتى الشيخوخة نجد أنّ هناك مطالب للنمو لكل مرحلة، وتحقيق مطالب النمو يؤدي إلى سعادة الفرد ويسهل تحقيق مطالب النمو الأخرى، إنّ تحقيق مطالب النمو يحتاج إلى تعلم واتخاذ قرارات، ولذا فإنّ ذلك يعتبر واجب أساسي في عملية الإرشاد النفسي وفي العملية التربوية بوجه عام، كما أنّ عدم تحقيق مطالب النمو يؤدي إلى تعاسة الفرد وشقائه.

إنّ مطالب النمو في جميع مراحلها يمكن تلخيصها في النمو الجسمي السليم، والاستغلال الأمثل للإمكانات الجسمية، وتحقيق الصحة النفسية، والنمو العقلي واستخدام القدرات العقلية إلى أقصى الحدود، والنمو الاجتماعي، وتنمية المهارات الاجتماعية المختلفة بما يحقق للفرد التوافق مع نفسه ومع الآخرين، والنمو الانفعالي، وتحقيق دوافع الفرد للتفوق والتحصيل، وإشباع الحاجة إلى الأمن والتقدير والحب والمكانة. (الخالدي، ص. 199).

### الأسس الاجتماعية :

يمكن تلخيص الأسس الاجتماعية لعملية التوجيه والإرشاد النفسي في النقاط التالية :

#### أ-الاهتمام بالفرد كعضو في الجماعة :

إنّ الفرد كائن اجتماعي يعيش في مجتمع له قيمه ومعاييره المختلفة، فهو لا يعيش منفرداً بل يعيش وسط جماعة لها كيانها الاجتماعي الذي يؤثر في الفرد .

يقوم داخل الجماعة بدور اجتماعي، وقد يشترك في جماعات كثيرة، ويكون له فيها أدوار اجتماعية. ويتأثر سلوك الفرد بالجماعة التي ينتمي إليها وخاصة الجماعة المرجعية Reference Group وهي الجماعة التي يرجع إليها الفرد عند تقييم سلوكه الاجتماعي، والتي يلعب فيها الفرد أحب الأدوار الاجتماعية إلى نفسه كما أنّها تشبع حاجاته، ويشارك أعضاؤها الاتجاهات والقيم والمعايير والدوافع والميول، كذلك فهي تحدد مستوى طموحه وإطاره المرجعي للسلوك، كما

يتأثر بالثقافة الاجتماعية التي ينتمي إليها وما فيها من عادات وتقاليد وأخلاقيات؛ لذلك يجب على الأخصائي النفسي أن يراعي عند تعامله مع الفرد أنه عضو في جماعة ويعيش في مجالها الاجتماعي بكل ما يحيط به من متغيرات . والفرد الرياضي يعيش في بيئة رياضية وسط فريق رياضي، وكل لاعب في الفريق له دور محدد داخل الفريق، ويتأثر سلوك اللاعب بقيم ومعايير الجماعة الرياضية التي ينتمي إليها، كما يشارك زملاء الفريق الدوافع والميول والطموحات الرياضية، وعلى ذلك فإنّ الأخصائي النفسي الرياضي يجب عليه مراعاة أنّ اللاعب كعضو في الجماعة الرياضية (الفريق الرياضي) لا بد وأن يتأثر بالبيئة الرياضية التي يوجد بها وما يحيط بها من متغيرات (شقيير، 2002، ص. 147).

#### ب- الاستفادة من كل مصادر المجتمع :

يجب على جميع العاملين في التوجيه والإرشاد النفسي الاستفادة من جميع المساعدات التي يمكن أن تقدمها مختلف المؤسسات التربوية والاجتماعية بالدولة حتى يمكن تقديم أفضل الخدمات الإرشادية لمن يحتاجون إليها . وفي المجال الرياضي يجب على الأخصائي النفسي الرياضي الاستفادة من الخدمات التي يمكن أن تقدمها المؤسسات الرياضية المختلفة كالأندية والاتحادات الرياضية واللجنة الأولمبية ووزارة الشباب وغير ذلك من المؤسسات التربوية حتى يمكن تقديم أفضل الخدمات الإرشادية للاعبين الذين يحتاجون إليها . (إخلاص، ص. 31).

#### الأسس العصبية والفيسيولوجية :

يمكن تلخيص الأسس العصبية والفيسيولوجية للتوجيه والإرشاد في النقاط التالية :

#### أ- الناحية الجسمية والنفسية :

لكل فرد عدد من الأجهزة الحيوية مثل الجهاز التنفسي والجهاز الدوري والجهاز العصبي والجهاز الهضمي والجهاز التناسلي وجهاز الغدد وغير ذلك من الأجهزة، وكل جهاز له وظيفة محددة . (فايزة ، 1977، ص. 36). والفرد عندما يسلك في محيطه البيئي فإنه يسلك كوحدة نفسية جسمية، فالحالة النفسية تؤثر في الحالة الجسمية والعكس صحيح، فعلى سبيل المثال نجد أنّ هناك بعض الرياضيين الذين تنتابهم حالة حمى البداية قبل الاشتراك في المنافسات فتظهر عليهم بعض الأعراض النفسية السلبية مثل شدة الاستثارة والنفرة، والاضطراب والارتباك وضعف التذكر والشعور بالخوف من المنافس، وفقد الثقة في القدرات الذاتية، وتشتت الانتباه، وعدم ثبات الحالة الانفعالية، وكل هذه الأعراض النفسية التي تؤثر على الناحية الفسيولوجية حيث تزداد سرعة التنفس، وسرعة نبضات القلب، وزيادة إفراز العرق، وارتعاش الأطراف، والحاجة الماسة للتبول... إلخ. (الزنادي و الخطيب، 2001، ص. 66).

والأخصائي النفسي يجب أن يكون لديه معرفة وافية عن وظائف الأجهزة الحيوية للفرد وتكوين تلك الأجهزة، كذلك يجب أن يعرف العلاقة بين تلك الأجهزة وسلوك الفرد .

## ب - الجهاز العصبي :

وهو الجهاز الرئيسي الذي يسيطر على أجهزة الجسم الأخرى من خلال الرسائل العصبية الخاصة التي تقوم بنقل المثيرات الداخلية والخارجية ويستجيب لها في شكل تعليمات إلى أعضاء الجسم ، مما يؤدي إلى تكيف نشاط الجسم و ملاءمته لوظائفه المختلفة الإرادية واللاإرادية الضرورية للحياة ، فعن طريق الجهاز العصبي يستطيع الفرد أن يتفاعل مع بيئته الداخلية والخارجية .

### 1-4- نظريات الإرشاد النفسي الرياضي:

يقوم الإرشاد النفسي في المجال الرياضي على نظريات معروفة في علم النفس العام وهي:

#### نظرية التحليل النفسي (سيجموند فرويد):

إن الاعتماد الكبير على التواصل الانفعالي بين المرشد والمسترشد يبين الأهمية التي تحتلها نظرية التحليل النفسي لفرويد في الإرشاد النفسي الرياضي .

"ويعتبر سيجموند فرويد أول المؤسسين لنظرية التحليل النفسي إذ انشأ نظريته في واقع ممارسته لعلاج المرضى بالأعصاب ومن خبراته في مجال التنويم المغناطيسي كما أن هذه النظرية تقوم على ثلاث مسلمات" (الزغي، 2001، ص. 43).

- السنوات الأولى في حياة الإنسان ذات تأثير في سلوكه المستقبلي سواء كان سلوك سوي أو مضطرب .

- سلوك الفرد تحكمه طاقة غريزية تعرف بالليدو . الجانب الأكبر من سلوك الفرد تحكمه عوامل لاشعورية .

- " أن إقحام نظرية التحليل النفسي في جوانب الحياة المهنية لا يكون إلا من خلال احترام مبادئ هذه النظرية والمتمثلة في مجال اللاشعور والمكبوتات والطاقة الغريزية" (Dominique, 1997, p.22)

#### نظرية الذات:

وتسمى كذلك هذه النظرية بنظرية الإرشاد المتمركز حول العميل وصاحبها هو كارل روجرز، وتظهر الفائدة من

توظيف نظرية الذات في الإرشاد النفسي الرياضي من خلال السؤال الجوهرى لهذه النظرية وهو :

كيف أستطيع أن اوجد علاقة ومناخا نفسيا يستطيع فيه العميل أن يحقق أفضل نمو نفسي ؟

ويتضمن الإرشاد النفسي في ظل نظرية الذات محورين دراسة الذات ومفهوم الذات. " تؤدي عملية الإرشاد إلى فهم

واقعي للذات وإلى زيادة التطابق من مفهوم الذات المدركة ومفهوم الذات المثالية ،ويجب أن يدرك المرشد النفسي الرياضي

أن الرياضي هو أفضل مصدر للمعلومات حوله ،لذا يجب تهيئة الجو المناسب للتعبير عن الذات بكل حرية ،مع ضرورة

استخدام. التقرير الذاتي ،بالإضافة إلى التركيز على الجانب الانفعالي أكثر مقارنة بالسلوك" (إخلاص ، ص. 48).

### النظرية السلوكية:

"يعتبر سكينر رائد هذه النظرية، تعرف هذه النظرية باسم النظرية السلوكية لأن موضوعها (SR) الأساسي هو السلوك الإنساني ويطلق عليها في بعض الكتب نظرية المثير والاستجابة وكذلك نظرية التعلم، نظرا لكون العملية التعليمية أساسا تتركز على التعبير في السلوك جراء التفاعل بين الفرد وبيئته. (شمعون. د ماجدة ، ص. 126).

ولهذه النظرية دور مهم بحيث "يرتكز الإرشاد النفسي في المجال الرياضي على نقاط تتمثل فيتعزز الأداء الصحيح والمساعدة في تعلم سلوك أو أداء مرغوب فيه والتخلص من الأداء السيئ وتوظيف المحاكاة لتعلم أداء رياضي و مفيد (جودت وسعيد ، 1999، ص. 41).

### نظرية المجال :

يعود الفضل في ظهور هذه النظرية إلى - كيرت ليفين- وتعتبر السلوك وحدة كلية غير قابلة للتحليل، وأن مبدأ تحليل السلوك إلى وحداته البسيطة يفقده معناه فالكل سابق عن الجزء. " وتؤكد هذه النظرية على أن السلوك هو وظيفة المجال الذي يوجد في الوقت الذي يحدث فيه. السلوك " (شمعون و ماجدة ، ص. 128)

من خلال هذه الفقرة يتضح الاتفاق بين أنصار نظرية المجال والمدرسة الجشطاطية ومناهضة كلاهما للمدرسة السلوكية، فالإقرار بضرورة النظر إلى السلوك الإنساني كوحدة موحدة فيه إيمانا بوجود تفاعل بين الرياضي وفريقه وبيئته، وبذلك تصبح الشخصية في نظر أنصار نظرية المجال ليست مجموعة استجابات ناتجة عن مثيرات معينة .

" نلاحظ في نظرية المجال على أنها كانت مرتبطة بالإرشاد النفسي بطريقة غير مباشرة حيث طبقت مفاهيمها على دراسة السلوك في الطفولة والمراهقة ودينامكية الجماعة وحل الصراع. الاجتماعي(صبحي، 2003 ، ص. 128).

تتجلى نظرية المجال في الإرشاد النفسي الرياضي من خلال النقاط التالية توضيح أهمية الإدراك فالسلوك الشخصي للفرد يكون وظيفة لحالة مجاله الإدراكي أثناء لحظة الإدراك.

- يتأثر الإدراك بعامل الوقت.
- تؤثر قيم الفرد وأهدافه على إدراكه .
- مساعدة الفرد على وضع مستويات الطموح واقعية.

### نظرية السمات:

" يطلق عليها الإرشاد النفسي المباشر أو النظرية الذاتية (صبحي، ص. 280)

" يفترض أصحاب هذه النظرية أن الناس يختلفون في عدد من الخصال بحيث يمثل كل منها سمة. كالأستقرار الانفعالي، العدوان، السيطرة...". ويرى العلماء المهتمين بالسّمات أن السمة تمثل جانب من الخصائص الشخصية له ثبات نسبي، ويمكن أن تكون سمة جسمية أو معرفية أو انفعالية وبالتالي يمكن تقسيمها إلى :

- السمات السلوكية.
- السمات المورفولوجية.
- السمات الفيزيولوجية. (القذافي، 1997، ص. 244).

بين خصائص السلوك الظاهري أو السطحي والتي أطلق عليها سمات Cathel " يميز كاتل وصفية وما يقع تحتها من خصائص عميقة لا يمكن ملاحظتها كالدوافع الكامنة، والتي أطلق عليها سمات أساسية أو أولية" من خلال ما سبق يمكن الوصول إلى أن هناك تعدد في السمات، وتمثل السمة جانب من جوانب الشخصية، إذا يمكن أن نقول شخصية عدوانية، شخصية مسيطرة وذلك على حسب السمة السائدة، إذا يجب استخدام الإرشاد المناسب لكل شخصية وكذلك إقحام القياسات والاختبارات لتقدير كمية ومستويات السمات وهذا يكون مفيد جدا في عملية الإرشاد النفسي. (المليحي، 2001، ص. 192).

#### نظرية الانتباه:

يرجع الفضل في ظهور نظرية الانتباه لروبرت ندفرد 1996 وقد قام بتأسيسها بناء على النقد الذي تم توجيهه للنظريات السابقة، وكذا خبرته في الإرشاد النفسي الرياضي حيث شارك في الطاقم الذي رافق البعثة الأمريكية في الدوريتين الأولمبيتين لوس أنجلوس 1984 وسيول 1988.

تعتمد هذه النظرية على أن "الانتباه يمكن أن يستخدم للتكامل بين الوظائف العقلية والجسمية... تفهم العلاقة بين الانتباه وزيادة الاستثارة والأداء يمكن أن يؤدي إلى تنبؤ أفضل وإلى التحكم في السلوك (شمعون، ص. 131)

من خلال الشرح الذي قدمته الدكتوراه ماجدة محمد إسماعيل حول توظيف هذه النظرية في المجال الرياضي يمكن أن نستشف بعنصرين مهمين وهما:

- أن ملاحظة كيفية استجابات الفرد في الانتباه.

معرفة المواقف التي تؤثر في التحكم في الانتباه.

## 1-5- أنواع الإرشاد والتوجيه:

**الإرشاد والتوجيه الفردي Individual Counseling.**

وهو الذي يتم لفرد واحد فقط وجها لوجه ،وهو عبارة عن علاقة مخططة بين الأخصائي النفسي والفرد ،ويتوقف نجاحه على نوع العلاقة الإرشادية التي تنشأ بينهما ،وفي هذا النوع من الإرشاد يتم تبادل المعلومات ،ويقوم الأخصائي النفسي بإثارة دافعية الفرد ،ووضع خطط العمل المناسبة ،وتفسير المشكلات التي يعاني منها الفرد ،ويستخدم الإرشاد الفردي في الحالات التي تتميز بالطابع الفردي والتي لا يمكن بحثها في شكل جماعي .

**الإرشاد و الإرشاد الجماعي Group Counseling.**

إنّ الفرد كائن اجتماعي بطبعه ،فهو لا يعيش بمعزل عن الجماعة ،بل يشترك معها في الكثير من الخصائص والأنماط السلوكية فالفرد له أنماط معيّنة من السلوك تميزه عن غيره من الأفراد ،في حين أنّه يتشابه مع الأفراد الآخرين في أنماط سلوكية أخرى .وفي هذا النوع من الإرشاد يتم اختيار الأفراد ذوي المشكلات المتشابهة مما كوّن عاملاً مشتركاً بينهم يؤدي إلى تماسكهم ويتم تقسيمهم إلى جماعات صغيرة العدد ،وتتم عملية الإرشاد مع الجماعة كوحدة ،لذلك يجب أن يعرف كل فرد في الجماعة أهداف العملية الإرشادية وأسلوب العمل ومسؤوليات كل منهم .

ويجب على الأخصائي النفسي تهيئة المجال للتفاعل الاجتماعي بين أعضاء الجماعة ،وعليه مراعاة عدم احتكار المناقشة ،بل يجب عليه تشجيع الأعضاء على النشاط والمشاركة الإيجابية ،وأن يكون على علم ودراية بسيكولوجية الجماعة وديناميتها (Jean , p29).

**الإرشاد الموجه Directive Counseling:**

وهو عبارة عن الإرشاد الممركز حول الأخصائي النفسي Counsrlor- Centred أو الممركز حول الحقيقة Fact- Centred ويستخدم هذا النوع من الإرشاد مع الأفراد الذين تنقصهم المعلومات ويطلبونها لاحتياجهم إليها .ويقوم الأخصائي النفسي في الإرشاد الموجه بتحمل جانب كبير من المسؤولية الإرشادية على أساس افتراض أنّ لديه خبرة واسعة ومعلومات وافية وقدرة على كشف الصراعات وتفسير السلوك .

ويقوم الأخصائي بدور إيجابي في تلك العملية ،فهو يقدم للفرد المعلومات التي يحتاج إليها ،كما أنّه يستثير حاجاته ودوافعه ،ويقدم له الحلول والنصائح المباشرة ،ويضع له الخطط ،ويناقشه في القرارات الخاصة به ،وهو يقوم بذلك مستخدماً خبراته وعلمه .

**الإرشاد غير الموجه : Nondirective Counseling :**

ويطلق عليه "الإرشاد الممرکز حول العميل Client-Centred Counseling أو الإرشاد الممرکز حول الذات Self-Centred Counseling ويرجع الفضل لهذه الطريقة في الإرشاد إلى "كارل روجرز" Rogers صاحب نظرية الذات ،حيث يرى أنّ هدف تلك الطريقة هو مساعدة الفرد على النمو النفسي السليم ،وذلك عن طريق مساعدته على فهم نفسه على نحو أفضل ،والعمل على تغيير مفهومه عن ذاته بحيث يتطابق مع الواقع ،وكذلك تغيير المفهوم السلبي للفرد نحو ذاته إلى مفهوم إيجابي .

ويتطلب هذا النوع من الإرشاد أن يكون الفرد على درجة عالية من النضج وتكامل الشخصية بحيث يتمكن من الإلمام الجيد بمشكلاته ،ويتحمل مسؤولية حلها وذلك تحت إشراف الأخصائي غير المباشر حيث يعمل على تهيئة كل ما يتيح للفرد القيام بدوره الإيجابي النشط في العملية الإرشادية .

فالأخصائي النفسي الذي يوجه كل اهتمامه للفرد ويشجعه ويتقبله م هو ويفهم وجهات نظره ،ويقدم له بعض النصائح في مناخ إرشادي صادق تسود فيه العلاقات الودية والتسامح يكون كالمراة التي يستطيع الفرد أن يعكس عليها مشاعره واتجاهاته وانفعالاته ،وهذا يؤدي بدوره إلى وضوح الرؤية لدى الفرد بالنسبة لشخصيته ويزداد استبصاره لها(سفيان،ص.194).

**الإرشاد و التوجيه النفسي الديني : Religious Counseling .**

يعتبر الدين ركن أساسي في التوجيه والإرشاد ، فالعملية الإرشادية هدفها الأساسي تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي للفرد ،والإرشاد النفسي الديني يقوم على أسس ومفاهيم ومبادئ روحية وأخلاقية كما يهتم بتكوين حالة نفسية متكاملة بحيث يكون سلوك الفرد متمشياً مع المعتقدات الدينية الأمر الذي يؤدي إلى توافقه وتمتعه بالصحة النفسية . ويهدف الإرشاد النفسي الديني إلى تحرر الفرد من الشعور بالإثم والخطيئة التي تهدد أمنه النفسي ،ومساعدته على تقبل ذاته وتحقيق وإشباع حاجته إلى الشعور بالأمن والسلام النفسي ،وهذا النوع من الإرشاد يقوم على مساعدة الفرد على فهم نفسه على نحو أفضل ومعرفة القيم والمبادئ الدينية والأخلاقية .(القاضي وآخرون، 2002،ص. 71).

**الإرشاد و التوجيه السلوكي : Behavioural Counseling.**

إنّ الإرشاد السلوكي يهدف إلى تغيير وتعديل وضبط سلوك الفرد ،ويتم هذا النوع من الإرشاد على أسس ومبادئ نظريات التعلم بوجه عام ،والتعلم الشرطي بوجه خاص ،ويطلق عليه أحياناً "إرشاد التعلم" ،ويرى "إيزنك" Eysenck أنّ الإرشاد السلوكي يتضمن إعادة التعليم والتعلم ،إنّ السلوك المتعلم يمكن تعديله ،فالفرد يوجد لديه

العديد من الدوافع منها ما هو أولي ،ومنها ما هو ثانوي يكتسب عن طريق التعلم ،وقد يكون تعلم الفرد لتلك الدوافع غير سليم ويرتبط بأساليب غير توافقية في إشباعها ،وفي هذه الحالة يحتاج إلى تعلم جديد يكون أكثر توافقا .

### الإرشاد و التوجيه خلال العملية التربوية :Educational Counseling.

ويقصد به تقديم الخدمات الإرشادية من خلال العملية التربوية ككل في إطار برنامج محدد ،بحيث تتفق أهداف العملية الإرشادية مع أهداف العملية التربوية ككل ،ومما هو معروف فإنّ العملية التربوية تهدف إلى نمو الفرد في كافة الجوانب وإعداده ليكون مواطنا صالحا قادرا على تحمل أعباء مسؤولياته ومواجهة مشكلاته وحلها وتزويده بالمهارات الاجتماعية المختلفة ،كما تهدف عملية التربية أيضا إلى تحقيق التوافق النفسي للفرد ،وذلك من خلال تعليم كيفية التوازن بينه وبين البيئة التي يعيش فيها الأمر الذي ينعكس على صحته النفسية .

والإرشاد النفسي يهدف إلى تحقيق السعادة للفرد ،والعمل على أن تتكامل شخصيته ،وذلك بمساعدته على فهم نفسه ومشاكله ،كما يهدف أيضا إلى إشباع دوافع الفرد وتحقيق مطالبه وتلبية احتياجاته المختلفة الأمر الذي يحقق له التوافق النفسي ،وهكذا نجد أنّ هناك تشابها كبيرا بين كل من عملية الإرشاد النفسي والعملية التربوية .

وفي المجال التربوي نجد أنّ هناك حاجة ملحة إلى البرامج الإرشادية ،فعلى سبيل المثال قد نجد أنّ ممارسة الأنشطة الرياضية المدرسية ليست على المستوى المطلوب ولم تحقق الأهداف المنشودة ،ففي هذه الحالة نحتاج إلى برامج التوجيه والإرشاد النفسي لزيادة مشاركة التلاميذ الإيجابية في الأنشطة الرياضية المدرسية سواء في دروس التربية الرياضية أو الأنشطة الداخلية والخارجية ،ويمكن تحقيق ذلك عن طريق إثارة دافعية التلاميذ وتشجيعهم على الممارسة الرياضية وذلك باستخدام أسلوب الثواب والتعزيز .

كذلك يستخدم الإرشاد النفسي في المجال التربوي للتعرف على الفروق الفردية بين التلاميذ ومساعدتهم على النمو التربوي في ضوء قدراتهم ،وأیضا توجيههم إلى أفضل الطرق التي تحقق لهم أقصى درجات النجاح .

( شمعون وماجدة ،ص. 134 )

### الإرشاد و التوجيه بالقراءة :Biblio Counseling.

وهو عبارة عن قيام الفرد بقراءة المواد المكتوبة مثل الكتب والمجلات والنشرات وغيرها من المواد التي تقرأ، ثم يتفاعل مع محتويات المادة التي يقرأها ويستفيد منها في العملية الإرشادية .

إنّ هذه العملية تساعد الفرد على اكتساب العديد من المعلومات التي ترتبط بمشكلاته ،وتكسبه القدرة على التفكير بشكل إيجابي بناء ،وتزيد من كفاءته في التعرف على اتجاهاته وسلوكياته وتحديدها بكل دقة ،وتهيئ له الفرصة لوضع حلول بديلة ،وتشجعه أيضا على التوافق مع مشكلاته .

**الإرشاد و التوجيه بالواقع :Reality Counseling.**

وفي هذا النوع من الإرشاد يقوم الفرد بتحمل المسؤولية لتغيير سلوكه الخاطيء ، ليحل بدلا منه السلوك الصحيح والذي يحقق له الإشباع في ضوء الواقع ، ويشير "ويليام جلاسر " (1965)glasser إلى أنّ الفرد يستطيع تحسين واقعه وذلك عن طريق ضبط تصرفاته ضبطا داخليا فعلا يكون مسئولا عنه

**الإرشاد والتوجيه باللعب :Play Counseling.**

ويستخدم هذا النوع من الإرشاد مع الأطفال نظرا لأنه يفيد في تعليم الطفل، وتشخيص مشكلاته ، وفي علاج اضطرابه السلوكي ، أي أنه يستخدم لضبط وتوجيه وتصحيح سلوك الطفل ، فاللعب يعتبر من الوسائل الهامة التي يعبر بها الطفل عن نفسه ، ومن خلال اللعب يستطيع الطفل أن يفهم العالم من حوله ، كذلك فإنّ اللعب نشاط ضروري وهام لكل المراحل السنية ، فهو حاجة نفسية اجتماعية لا بد من إشباعها ، ويختلف اللعب من مرحلة سنية لأخرى ، فنجد أنّ اللعب في مرحلة الطفولة المبكرة يغلب عليه الطابع الفردي ويتميز ببساطته ثمّ يتجه بعد ذلك إلى المشاركة الجماعية مع أصدقاء اللعب ، وفي مرحلة الطفولة المتأخرة يبدأ ظهور ميل الطفل إلى الارتباط بالجماعة ، وتظهر الألعاب الجماعية ، وتتضح الميول والاهتمامات ، وفي مرحلة المراهقة المبكرة تتضح روح الجماعة ، والميل للعب الاجتماعي ، والاشتراك في المباريات ، كذلك نجد في المراهقة المتأخرة ظهور التمسك بقواعد اللعبة وقانونها .

ويستخدم اللعب لإشباع حاجات الطفل المختلفة مثل الحاجة إلى الحركة والنشاط ، والحاجة إلى السيطرة ، والحاجة إلى التملك ، والحاجة إلى الاستقلال ، والحاجة إلى التفوق ، والحاجة إلى المكانة ، كذلك فإنّ اللعب يتيح الفرصة لتفريغ الانفعالات لدى الطفل ، أي أنّ اللعب يعتبر نشاط هادف يساعد على التنفيس الانفعالي عن القلق والتوتر الذي ينشأ نتيجة للصراع والإحباط الذي يتعرض له الطفل . ( عويس و الهلالي ، 1998، ص. 83).

**الإرشاد و التوجيه لوقت الفراغ :Leisure –Time Counseling.**

إنّ من أكثر المشكلات التي تواجهنا في العصر الحالي هي كيفية التخطيط لشغل وقت الفراغ بأنشطة هادفة بناءة ، ولقد ازداد وقت الفراغ نتيجة التقدم التكنولوجي والعلمي الأمر الذي يستلزم التخطيط بكل دقة وعناية لكيفية استغلاله على نحو سليم ومرضي .

والإرشاد لوقت الفراغ يعني استخدام ذلك الوقت في عملية الإرشاد وذلك باستغلاله في نشاط إيجابي بناء ، فإذا ما أحسن تنظيم هذا الوقت وتمّ شغله بالأنشطة التي يميل إليها الفرد فإنّ ذلك سيؤدي بطبيعة الحال إلى راحة الفرد وسعادته ويحقق له التوافق والتوازن المطلوب ويزيد من إنتاجيته وكفاءته في العمل .

ويقوم الأخصائي النفسي بدور هام في ترشيد وقت الفراغ ؛ أي استغلال وقت الفراغ في عملية الإرشاد ،فهو يشترك في النشاط بهدف العمل على تكامل نشاط وقت الفراغ مع أنشطة الحياة بصفة عامة ، كما يجب أن يهتم بتوجيه النشاط بحيث يكون بناء يحقق الأهداف المحددة للعملية الإرشادية .

### الإرشاد والتوجيه المختصر **Brief Counseling**.

ويطلق عليه أحيانا "الإرشاد المصغر " **Micro Counseling**، أو "الإرشاد قصير الأمد" **short-term Counseling**، وهذا النوع من الإرشاد يكون مكثف ومحدود الوقت، ويركز على المهارات المطلوب إتقانها، ويتناول واحدة في كل مرة، وذلك من أجل مساعدة الفرد على تعديل وتغيير وضبط سلوكه لكي يصبح سلوكه فعالا.

### الإرشاد و التوجيه العرضي: **Incidental counseling**.

وهو عبارة عن الإرشاد الذي يتم مصادفة وبشكل عابر وسريع، كما أنه غير مخطط ويتم بطريقة سطحية، ويهدف إلى مساعدة الفرد على الشعور بالراحة والطمأنينة، كما أنه لا يحاول التعمق في فهم ديناميات الشخصية والصراعات التي تعاني منها.

ويستخدم هذا النوع من الإرشاد في اضطرابات الشخصية العابرة والمواقف الطارئة، وفي حالة عدم توافر الإمكانيات اللازمة للعملية الإرشادية، ويستخدم أيضا عندما يكون وقت الأخصائي محدودا .

### الإرشاد و التوجيه الذاتي: **Self Counseling**.

وهو عبارة عن قيام الفرد بإرشاد ذاته ؛ أي أنه عبارة عن عملية توجيه ذاتي للسلوك يقوم به الفرد بنفسه بشكل إيجابي وفعال دون الحاجة إلى اللجوء المباشر أو المستمر إلى الأخصائي، وليس معنى ذلك أنّ الأخصائي ليس له دور في ذلك النوع من الإرشاد، بل يلجأ إليه الفرد عند الضرورة وفي الحالات التي تستدعي ذلك .

### الإرشاد والتوجيه الخياري: **Electic- Counseling**.

وهو طريقة يقوم فيها الأخصائي باختيار بعض طرق الإرشاد مع التوفيق بينها، مع مراعاة عدم الانحياز لطريقة معينة، بل يجب عليه أن يختار بينها ما يناسب الحالة والمشكلة وظروف عملية الإرشاد، كذلك يستطيع الأخصائي الجمع بين عدة طرق، فيقوم باختيار أفضل شيء في كل طريقة، ويوفق بينها ويدمجها معا بحيث يمكن تحقيق أكبر قدر من الاستفادة (Laurent et Haver ,2003,p244)

### 1-6- برنامج التوجيه والإرشاد النفسي :

إنّ برنامج التوجيه والإرشاد لا غنى عنها في جميع المجالات، ولكل الفئات ولكي تحقق تلك البرامج الهدف منها فلا بد أن يتم تصميمها في ضوء العديد من الأسس. ويرى حامد زهران 1998 " أنّ هذه الأسس تتمثل في الأسس السابق

ذكرها وعلى الرغم من ضرورة مراعاة الأسس السابقة الذكر عند وضع برنامج التوجيه والإرشاد إلا أنه يجب بالإضافة إلى ذلك ضرورة العمل على توفير كافة الإمكانيات اللازمة لتنفيذ البرنامج، وإتباع الأسلوب السليم في تخطيطه وتنظيمه وتمويله وتنفيذه وتقييمه، كذلك يجب تحديد مسؤوليات كل من لهم صلة بالعملية الإرشادية سواء كانوا الأخصائيين المسؤولين عن تلك العملية أو الأفراد المستفيدين منها. (حسن و إيمان، 2004، ص. 32).

### 1-7- خطوات إعداد برنامج التوجيه والإرشاد :

توجد العديد من الخطوات التي يجب على القائمين بالعملية الإرشادية إتباعها عند إعداد برنامج التوجيه والإرشاد ويمكن تحديد تلك الخطوات في النقاط التالية :

#### تحديد الأهداف :

إنّ الهدف الأساسي لعملية التوجيه والإرشاد في المجال الرياضي هو مساعدة الرياضي على مواجهة مشكلاته ومساعدته على حلها، وفهم ذاته على نحو جيد، كذلك تحقيق التوافق النفسي، وتحسين السلوك والتمتع بالصحة النفسية، ويجب أن يكون كل من الأخصائي النفسي الرياضي أو المدرب واللاعب على علم تام بطبيعة الهدف وكيفية تحقيقه ودور كل منهم في تلك العملية الإرشادية .

ويجب أن يتم تحديد أهداف البرنامج الإرشادي بما يتفق مع الفلسفة العامة، والظروف الخاصة بالمؤسسة الرياضية أو المكان الذي ينفذ فيه، فعلى سبيل المثال إذا كان البرنامج خاص بطلاب الجامعات فيجب أن يراعى في تخطيطه أن يتماشى مع الأهداف التربوية بالجامعة، وأن يؤدي إلى إشباع حاجات الطلاب النفسية والاجتماعية والرياضية والترويحية والثقافية .

فالشباب الجامعي وخاصة الملتحقين بها حديثا يحتاجون إلى خدمات التوجيه والإرشاد فهم في مرحلة انتقال حرجة ونقطة تحول هامة في حياتهم، وهي المرحلة التي تحدد مصيرهم المهني مستقبلا، كذلك فإنّ الشباب في هذه المرحلة يتطلعون إلى إشباع حاجاتهم النفسية والاجتماعية والصحية والبدنية، ولذلك فهم في حاجة شديدة إلى برامج التوجيه والإرشاد حتى يتمكنوا من إشباع تلك الحاجات في ضوء المعايير التي يرضيها المجتمع

#### تخطيط البرنامج :

لنجاح البرنامج الإرشادي يجب الاهتمام بتخطيطه، فالتخطيط الجيد المبني على أسس علمية سليمة يؤدي إلى نتائج إيجابية وملموسة، وعلى قدر النجاح في تخطيط البرنامج على قدر ما نصل إليه من تحقيق للأهداف، وعند التخطيط للبرنامج الإرشادي لطلاب كليات التربية يجب مراعاة أن تكون الأهداف متماشية مع الأهداف التربوية بالجامعة، وأن تتم عملية التخطيط بشكل تعاوني بحيث يتم التعاون مع مختلف المؤسسات التربوية والرياضية والتي تتعامل مع الشباب

مثل مكاتب رعاية الشباب بالجامعة، والأندية الرياضية، ومراكز الشباب، كذلك يجب أن يكون التخطيط واقعيًا وفي حدود الإمكانيات المتاحة، ويقوم على الأسس النفسية والتربوية، ويتم في ضوء احتياجات الطلاب المستفيدين من البرنامج، كما يجب أن يراعى في التخطيط أن يكون للطلاب دورًا إيجابيًا في عملية تخطيط وتقييم البرنامج

**تحديد الإمكانيات :**

يجب أن يراعى عند تخطيط البرنامج تحديد الإمكانيات المادية المطلوبة والعمل على توفير الإمكانيات الناقصة حتى يحقق البرنامج الأهداف المحددة له. ولا يقتصر الأمر على الإمكانيات المادية فقط، بل يجب تحديد الإمكانيات البشرية والتي تتمثل في المسؤولين عن العملية الإرشادية، وتحديد مسؤوليات كل منهم حتى يمكن تنفيذ البرنامج على نحو مرضٍ، ومن الإمكانيات المادية التي يحتاجها البرنامج: السجلات، الاختبارات والمقاييس و استمارات التقييم، أما الإمكانيات البشرية فتتمثل في الأخصائيين العاملين بمكتب رعاية الشباب وأعضاء هيئة التدريس بالكلية .

**تحديد الميزانية :**

إنّ البرنامج الإرشادي يتطلب القيام بدراسات مسحية ودراسات للتقييم والمتابعة، لذلك فهو يتطلب توافر إمكانيات معينة من أجهزة وأدوات مختلفة كالسجلات والاختبارات والمقاييس وغيرها، وتوفير تلك الإمكانيات يتطلب تحديد الميزانية اللازمة لإعداد وتجهيز تلك الإمكانيات، كذلك يجب تحديد مصادر تمويل البرنامج، وعمّا إذا كان التمويل سيتم من ميزانية الجامعة فقط، أم أنّ هناك مصادر أخرى خارجية "مثل أولياء الأمور، رجال الأعمال".

كذلك يمكن للمسؤولين توفير مصادر أخرى لتمويل البرنامج مثل إقامة عروض فنية أو إقامة مباريات أو معارض، ويخصص الدخل لتوفير احتياجات البرنامج الإرشادي، بالإضافة إلى ما توفره الجامعة من ميزانية للصرف على البرنامج ويجب مراعاة نقطة هامة عند تحديد ميزانية البرنامج وهي عدم المغالاة فيها حتى لا تقف حائلًا دون تنفيذ البرنامج .

**تحديد الخدمات :**

إنّ البرنامج الإرشادي لطلاب كليات التربية الرياضية يتضمن العديد من الخدمات، فهو يقدم للطلاب الخدمات النفسية والتربوية والاجتماعية والصحية والرياضية وغيرها مما يحتاجه هؤلاء الطلاب في ضوء حالتهم، ويجب مراعاة أن تكون تلك الخدمات مستمرة ومتكاملة مع بعضها حتى تحقق الأهداف المنشودة .

### تنفيذ البرنامج :

بعد الانتهاء من تخطيط البرنامج وتحديد إمكاناته وميزانيته والخدمات التي يتضمنها يبدأ تنفيذ البرنامج، ويراعى في تلك الخطوة أن يتم تحديد موعد بدء التنفيذ بكل دقة حيث يتوقف عليه النجاح في الخطوات التالية، كذلك يجب الاهتمام بالتنسيق بين خطوات التنفيذ حتى لا يحدث تعارض بينها مما يؤدي إلى إعاقة العملية الإرشادية .

### تقييم البرنامج :

إنّ من المسلم به أنّ التقييم عملية ضرورية للتعرف على مدى نجاح البرنامج في تحقيق أهدافه، وتحديد فعالية الطرق والأساليب المستخدمة، ولكي من الحكم على مدى ما حققه البرنامج من أهداف لابد من إجراء عملية تقييم للبرنامج من خلال أساليب موضوعية مقننة وفي ضوء معايير محددة، لذلك يجب وضع خطة منظمة للتقييم تعتمد على الأسلوب العلمي حتى يمكن من خلالها التعرف على نقاط الضعف في الخدمات التي يتضمنها البرنامج وأساليبه وطرقه وبذلك يمكن تقويم البرنامج في ضوء نتائج التقييم، وذلك عن طريق تحديد عناصر البرنامج التي تحتاج إلى تدعيم أو تعديل أو تغيير مما يساهم في تحقيق أقصى استفادة من البرنامج .

### فاعلية التنظيم الرياضي :

إنّ البيئة الرياضية معقدة للغاية، وفهمها الدقيق والتعرف على تأثيراتها يحتاج إلى فريق متكامل من الأخصائيين النفسانيين لوضع حلول لمشاكلها الدقيقة، لذلك فإنّه يجب علينا أن نوجه اهتمامنا للتعرف على فاعلية التنظيم الرياضي والدراسات التي أجريت عليه في مجال علم النفس الرياضي .

ومن الأهمية بمكان أن يتفهم الأخصائيون النفسيون الرياضيون أنّهم يعملون داخل التنظيم، ولذلك فهم في حاجة إلى فهم كامل لقواعد التنظيم، والأنظمة الإدارية، والأهداف، والقيم، والبناء المعرفي . إنّ التفاعلات داخل التنظيم يشار إليها حديثاً بالثقافة التنظيمية وهي تعتبر أمر حيوي وهام لنجاح أو فشل الأخصائي النفسي الرياضي للفريق كذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي أن يكون ملماً بالقواعد التي تحكم التنظيم، والعلاقات مع الإدارة العليا، وجهاز التدريب، والجهاز الطبي الرياضي، ومسئولي الإعلام وغيرهم . ولكي يصل الفريق إلى أعلى المستويات فإنّ الأخصائي النفسي الرياضي يحتاج إلى النقاط التالية :

- أهداف الفريق ومهام العمل .

- العلاقة بين الفريق والإدارة العليا للتنظيم .

- مصادر الضغوط الشخصية (وسائل الإعلام، المشجعين) .

- تاريخ الفريق أو التنظيم . (NathainParis,France ,1994, P34)

## 2- الاستجابة الانفعالية :

إنّ الاستجابة الانفعالية تتصل بحياة الفرد اتصالاً مباشراً ولها أهمية ودور كبير فيها ، فالانفعالات عندما تكون في حالتها الطبيعية المتزنة تثير وتدفع الإنسان إلى العمل والمواصلة ، وتعطي السلوك قوة وزخماً ، كما أنّها تساعد في تنظيم خبراته وتساعد في زيادة خصوبة خياله وتنشيط أفكاره وتشكيل إدراكه لذاته والآخرين والاستجابة الانفعالية تساعد على تحديد وتوجيه السلوك الذي يسهم في استمرارية الإنسان في الحياة ، ومن مميزات أنّها تنمو وأنّها قابلة للتطوير والتعديل والتغيير من خلال التعليم والتدريب .

وإنّ الانفعالات المرتبطة بالاستجابة تحدث للفرد عند استثارة دافع في الإنسان عندما يتم إشباع بعض دوافع الإنسان بصورة مفاجئة ولا يرتقبها ، أو تتحقق بعض آماله بغية إعاقة دافع أساسي بحيث يمنع الدافع من الوصول إلى هدفه ، ويكون المثير الذي يسبب الاستجابة الانفعالية إمّا أن يكون داخلياً في الإنسان أو جانب شعوري شخصي ذاتي في تكوين الإنسان نفسياً ... فهو يشع باضطراب انفعالي ويكون هذا الاضطراب شعورياً يحسه الفرد ، أمّا إذا تطرف الانفعال فقد يفقد الفرد الوعي الكافي أو التوازن الإدراكي كجانب تعبيرية ظاهري مما يصدر عن المنفعل من كلمات وحركات وإشارات وتعبيرات. (عماد ، 2014 ، ص. 47).

## 2-1- تعريف الاستجابة الانفعالية :

الاستجابة الانفعالية خاصة أساسية وطبيعية لكل موجود إنساني ، وتتيح له أن يستجيب إلى سائر المنبهات الخارجية أو الداخلية ، ويمكن أن نسمي جميع هذه المنبهات : الظروف الانفعالية واستجابة أولية تثيرها المتغيرات المفاجئة أو المباشرة ، وتظهر الاستجابة الانفعالية في متغيرات سيكولوجية وعصبية وعضلية وتعبيرية. (داكوبيير ، 2012 ص. 12) وتعرف أيضاً بأنّها " حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصطحبها تغيرات فيسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية قد تعبر غالباً على نوع الانفعال " .

كما يمكن تعريفها بأنّها: " استجابة وجدانية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغيرات جسمية تتوقف شدتها تبعاً لنوع المثير وشدته ، وهي تعبر عن حالة الاستثارة التي ي كون عليها الفرد عندما يواجه موقفاً ما من المواقف التنافسية كما تعرف بأنّها : " رد فعل الذي يقفه الكائن الحي من الإثارة " .

## 2-2- جوانب الاستجابة الانفعالية :

- استجابة انفعالية شعورية واعية إيجابية أو سلبية تبعاً لطبيعة المثير الذي يدركه الفرد .
- استجابة انفعالية حركية ، يتوقف نوعها وشدتها تبعاً لطبيعة المثير وشدته .
- استجابة فيسيولوجية لا إرادية ، تتوقف حدتها تبعاً لقوة المثير .

- استجابة وجدانية تعمل كمثير تساعد على انطلاق الطاقة الحيوية الكامنة لدى الفرد . ( مصطفى،ص ص. 36-37)

### 2-3- العناصر المكونة للاستجابة الانفعالية :

أ-الإنسان: يتوقف انفعال الإنسان على أربعة عوامل هي :

-المثير :لا يكفي أن يكون المثير مخيفاً أو مغضباً في ذاته ، بل لابد من توافر عنصر المعرفة بأنّ هذا المثير يتطلب ذلك

-حساسية الشخص:وهي التي نعبر عنها بقولنا إنّه سريع الاستجابة الانفعالية أو بطيء ويسمى وذلك بالطبع .

-استعداده للانفعال :ويتوقف على حالته العصبية ويسمى ذلك بالمزاج .

-اعتياده على الانفعال :الاعتیاد على المظاهر والمناظر مما يسهل لهم الاستجابة .

ب-المثير :

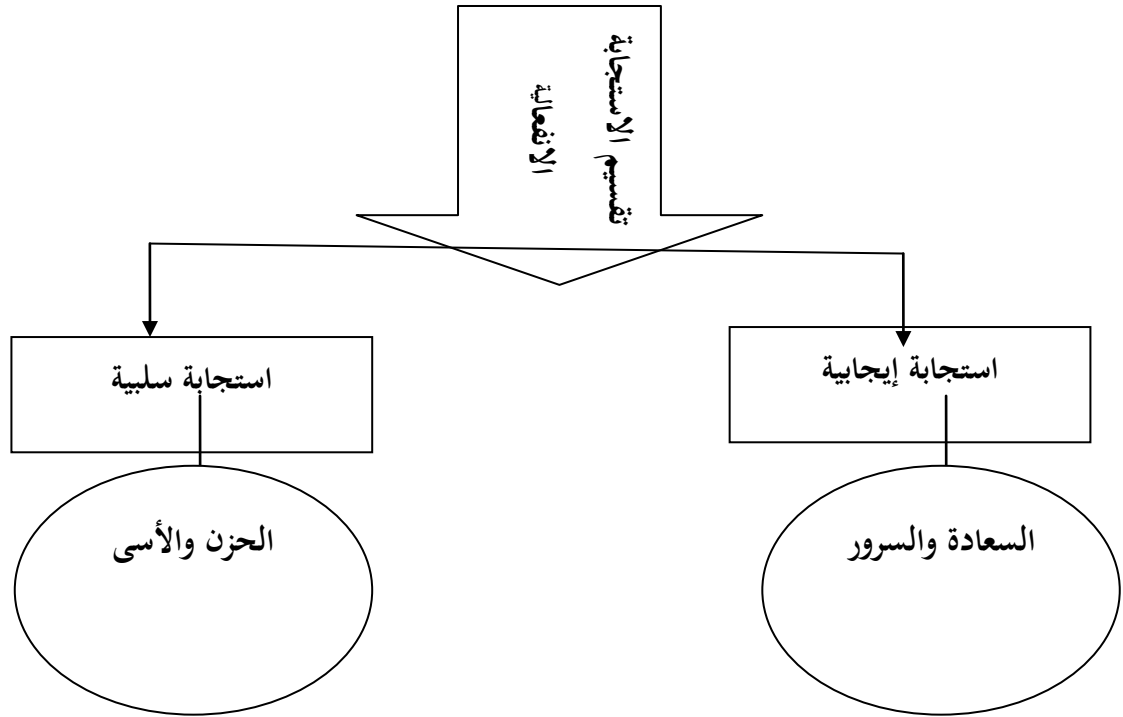
يكون خارجياً كروية منظر مخيف ، كما يكون داخلياً كتوقع أمر يخشى وقوعه ،فعدم الشعور بالأمن يولد انفعالي

الخوف والغضب .

ج-الاستجابة :

وهي رد الفعل الذي يقفه الكائن الحي من الإثارة .

### 2-4- تقسيمات الاستجابة الانفعالية :يعرض الطالب الباحث مخطط لتقسيم الإستجابة الإنفعالية



الشكل رقم 01: يوضح تقسيمات الاستجابة الانفعالية

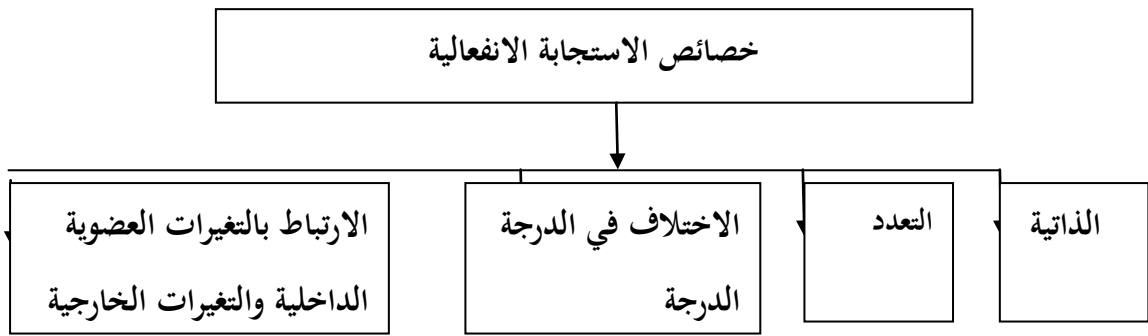
أ- الاستجابة الانفعالية الإيجابية "السعادة والشعور"

السعادة هي نتاج إرضاء دافع ما، وكلما كان الدافع قويا أو عميقا بالنسبة للفرد كان أكثر كفاءة على بعض السرور عليه .

ب- الاستجابة الانفعالية السلبية :

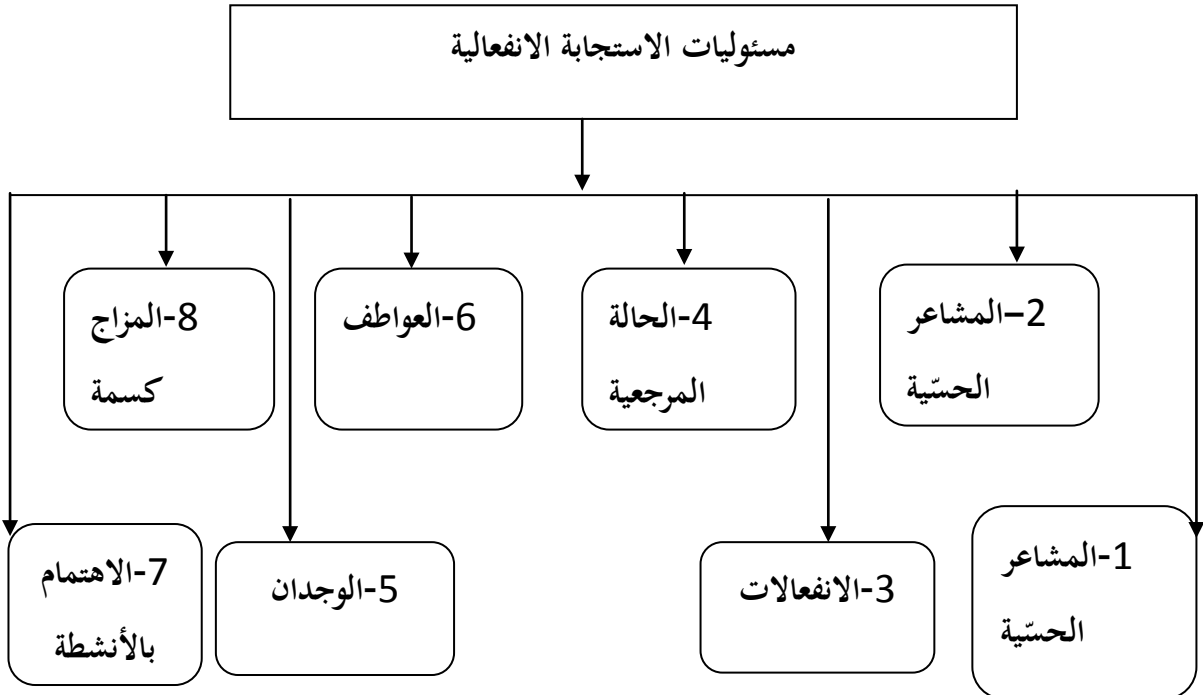
وينتج الأسس عند فقدان هدف ما أو موضوع مرغوب فيه، ولا يتحقق وقد يصل هذا النوع من الاستجابة الانفعالية بالفرد إلى حالة سيئة تؤدي به إلى الإصابة بالاكتئاب .

2-5- خصائص الاستجابة الانفعالية :



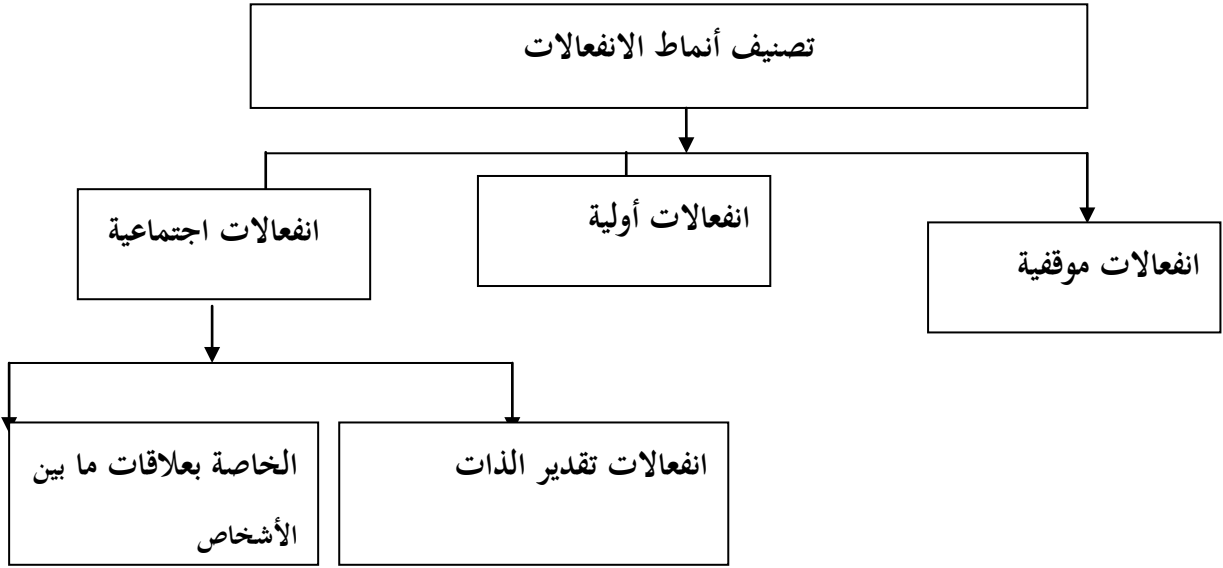
الشكل رقم 2: يوضح خصائص الاستجابة الانفعالية

2-6- مستويات الاستجابة الانفعالية:



الشكل رقم 3: يوضح مستويات الاستجابة الانفعالية

2-7- تصنيف أنماط الاستجابة الانفعالية:



الشكل 04: يوضح تصنيف أنماط الانفعالات (عماد ،ص. 115).

2-8- تصنيف الاستجابات الانفعالية أثناء المنافسة الرياضية :

أ- الانفعالات البسيطة والمركبة :

الانفعالات البسيطة :

هي تلك الاستجابات القائمة بذاتها والمحدد مثيراتها مثل الخوف من المباراة أو الغضب من الخسارة أو الفرح بعد الفوز

الانفعالات المركبة :

هي تلك الاستجابات المعقدة في تكوينها بحيث تقوم على امتزاج انفعاليين أو أكثر من مركب انفعالي مثل: الدهشة من موقف يتضمن مجموعة من المتغيرات الواضحة في الموقف التنافسي .

ب- الاستجابات الإيجابية والسلبية:

الاستجابات الإيجابية:

تتمثل في الفرح والسرور والسعادة والنجاح والمكسب وتحقيق الهدف وغيرها.

الانفعالات السلبية:

تتمثل في استجابات الحزن والخوف والقلق والغضب والانزعاج.

ج- الاستجابات الانفعالية القوية والضعيفة :

الانفعالات القوية:

هي تلك الاستجابات التي تتميز بالاستثارة العالية وتظهر في صورة تغيرات فيسيولوجية ومظاهر خارجية على درجة عالية من الشدة والوضوح .

الانفعالات الضعيفة :

هي تلك الاستجابات التي تتميز بالاستثارة المنخفضة ويصعب تحديدها لقلة وعدم وضوح أعراضها الفسيولوجية والخارجية .

د- الاستجابات الانفعالية الميسرة والمعيقة :

الانفعالات الميسرة :

هي تلك الاستجابة الانفعالية المعتدلة والمناسبة الشدة بصرف النظر على كونها إيجابية أو سلبية والتي تساعد الرياضي على التفكير الصحيح وبذل الجهد المطلوب لمواجهة المواقف التنافسية وتحقيق الأهداف .

الانفعالات المعوقة :

هي تلك الانفعالات التي تتصف بالشدة العالية فتؤثر بالسلب على العملية العقلية للرياضي الأمر الذي يؤدي إلى ارتباك أدائه وتفقد القدرة على المواجهة الصحيحة للموقف التنافسي. (راجع ،1999، ص ص. 158-162).

2-9- المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسات الرياضية :

أ- الرغبة :

هي الرغبة الشخصية لمزاولة النشاط الرياضي أو هي الرغبة للنجاح والكفاح من أجل التفوق والامتياز وتعتبر مقياساً على مدى محاولة اللاعب أن يكون الأفضل ويؤدي ما عنده.

ب- الإصرار :

هو شعور اللاعب أنه يستطيع أن يفعل في مباراته شيئاً ما يحدث تغييراً وتشير إليه المخاطر المنقولة التي يجازف بها اللاعب وعدم لجوئه الدائم إلى الطرق السهلة، والإصرار السليم يتضمن معرفة اللاعب لحدوده مع عدم السماح للاعبين ولا لصعوبة المنافسة بتحديد طريقة أدائه .

ج- الحساسية : هي القدرة على الحصول على المتعة من الأداء الرياضي من غير أن ينتاب اللاعب الاكتئاب الشديد

عندما يخطئ أو حتى عندما يرتكب سلسلة من الأخطاء، وهي المرح والنشاط والقدرة على التوافق مع الآخرين أو التكيف مع الظروف المحيطة .

د-التحكم في التوتر :

وهي القدرة على التغلب بفاعلية على ما يعتري اللاعب من قلق ومعالجة الضغوط والانفعالات القوية بطريقة إيجابية .

ه-الثقة :

هي إيمان اللاعب بقدرته وثقته في مواهبه وتقبل التحديات التي تختبر صموده ،وهي معرفته بنواحي قوته وضعفه واستخدامها جميعا في الوصول إلى أفضل النتائج ،وهي تعني أنّ هناك استعدادا لمواجهة أي عقبات في حدود قدرات اللاعب

و-المسؤولية الشخصية :

هي تحمل المسؤولية الشخصية عن أداء اللاعب في المباراة وهي الإرادة في مواجهة اللاعب لأخطائه بشجاعة ،وبذل الجهد في المحاولة الجادة لتصحيح هذه الأخطاء .

ز-الضبط الذاتي :

هو الاستعداد لتطوير "خطة اللعب " والالتزام بها والاندماج فيها والوصول بها إلى مستوى الإتقان مع الاحتفاظ طوال الوقت بالمرونة الكافية لتغييرها ،والثبات الذي يعكس هذه القدرة ،وتمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على "خطة اللعب " طالما كانت صالحة (علاوي، 1998، ص ص.34- 35).

3- المنافسة:

3-1-تعريف المنافسة:

الرياضي بكل ما لديه من قدرات بدنية وعقلية وانفعالية من أجل تأكيد امتلاكه لهذه القدرات وتميزها عن قدرات من ينافسه.المنافسة الرياضية هي موقف نزال فردي أو جماعي مشروط بقواعد تحدد السلوك، وهذا الموقف يتعامل فيه ( مروان ، 2002، ص. 09).

3-2- أنواع المنافسة:

قام كل من "كمال الدين عبد الرحمان درويش" و"قديري سيد مرسي" و"عماد الدين عباس أبو زيد" بتصنيف المنافسة إلى عدة أنواع هي:

التنافس الجماعي: "فريق ضد فريق".

وهنا يلعب التعاون والانسجام بين أفراد المجموعة دورا رئيسيا وهاما للنجاح والاقتراب من تحقيق أهداف المشاركة، حيث تنصهر قدرات ومهارات الأفراد معا لخدمة بعضهم البعض بما يعود أثره على الفريق كمجموعة، وغالبا ما تعود ال نتيجة لأفراد الفريق حيث يتأثر الهدف العام للفريق بإمكانية كل فرد بالتعاون مع باقي الفريق. (درويش، 2002، ص. 34).

### التنافس الفردي: "لاعب ضد آخر".

وتلعب هنا الوسائل المختلفة لإظهار القدرات والمهارات الفردية لكل لاعب بما يحقق له الاقتراب أو التساوي أو التغلب على منافسه، وهنا غالبا ما تعود النتيجة على اللاعب نفسه.

### تنافس الفرد مع نفسه:

وهنا يكون الهدف هو تحقيق أفضل مستوى للاعب نفسه، مقارنة بكل مع نفسه وقدراته هو، وتشمل جميع خبرات الحياة وجميع نواحي العمل، وبالرغم من أن التنافس الجماعي يعتمد على التعاون إلا أن كل لاعب في الفريق يحاول تحقيق أفضل أداء لنفسه للمحافظة على المكانة التي اكتسبها فهو يحاول كل فرد تحقيق أفضل مستوى من السابق لتحقيق مركز أفضل ومستوى أحسن. (درويش، ص. 347)

### 3-3- الخصائص السيكولوجية للمنافسات الرياضية:

#### الخصائص السيكولوجية العاملة:

يتعامل الفرد خلال المنافسات الرياضية بقدراته البدنية والعقلية والانفعالية المرتبطة بنوع النشاط الذي يتنافس فيه، ويتوقف إظهار هذه القدرات على قوة دوافعه.

#### الخصائص السيكولوجية الإيجابية:

تعمل المنافسات الرياضية على تنمية الدوافع الشخصية والاجتماعية لدى الفرد مما يؤثر بصورة إيجابية على سلوك الشخص في الحياة.

تسهم المنافسات الرياضية في تنمية وتطوير قدرات الفرد لما تتطلبه من أعمال بدنية وعقلية وانفعالية يصعب توافرها أثناء التدريب الرياضي.

قد تؤثر المنافسات الرياضية التي تتم في حضور مشاهدين ومشجعين تأثيرا إيجابيا أو سلبيا على أداء الرياضي وذلك تبعاً لما يتميز به من سمات وخصائص نفسية، ومع ذلك فإن المحصلة النهائية التي يمكن أن يجنبها الرياضي من جراء اشتراكه في مثل هذه المنافسات، إنها تساعد على اكتساب الكثير من السمات المميزة التي تساعد على مواجهة مواقف خاصة من الحياة.

تعتبر المنافسات الرياضية من أفضل الوسائل الإجرائية للكشف عن الجوانب الشعورية واللاشعورية من الشخصية، هذا بالإضافة إلى إمكانية استخدامها في علاج كثير من اضطرابات الشخصية.

### الخصائص السيكولوجية السلبية للمنافسات الرياضية:

وبالرغم من كل الخصائص الإيجابية للمنافسات الرياضية، إلا أن البعض قد يرى أن التنافس ما هو إلا صراع ضد خصم بهدف التفوق عليه، أو هو السباق لتسجيل الأرقام دون الاستيعاب الفلسفة التي تعتنقها المجتمعات من الممارسة الرياضية.

كما أن هناك فئة أخرى من العاملين بالمجال الرياضي قد يلهمهم حماس المنافسات أو قد يببالغون في شدتها إثر رغبتهم الشديدة في إشباع دوافعهم المادية أو الاجتماعية أو كلاهما، مما ينعكس بالتالي على سلوك لاعبيهم أثناء المنافسة، وأحيانا يكون التنافس بين قدرات غير متكافئة مما يجعل الفوز محدد مسبقا للاعب أو لفريق معين. (أحمد ، ص. 212-215).

### 3-4- أبعاد المنافسة:

تحقق المنافسة تحريك دوافع اللاعب أو الفريق نحو الوصول إلى أقصى مستوى ممكن بهدف الفوز أو تحقيق أفضل نتيجة. **المنافسة كموقف:**

تعتبر المنافسة دائما موقف محدد الأبعاد وتتجمع فيه الفرص المتاحة للأداء والتفوق في وقت معين، وكما يتجمع فيها مجموعة من العقبات والصعوبات ، التي قد تتعرض هذا التقدم والتفوق وبذلك فإن في أي منافسة لا بد من تحقيق واكتشاف العناصر الإيجابية الفعالة والمعينة على النجاح والتفوق.

وكذلك تحديد العناصر السالبة التي قد تعوق العمل والأداء مع التغلب عليها، ويجب على المدرب تحليل الموقف التنافسي، والتخطيط للتدريب من أجل الكشف عن العناصر الإيجابية والسلبية لوضع أنسب الخطط وأساليب المنافسة، والتغيير والتحول في طبيعة المواقف التنافسية وتركيب عناصرها يؤدي إلى ضرورة أن تكون الخطط على حد كبير من المرونة والقابلية للتغير، وتشمل المنافسة كموقف على عناصر ومعلومات بعضها تحت السيطرة وأخرى خارج السيطرة، وكلما أمكن وضع أنسب الخطط للمنافسة.

### المعلومات :

تمثل المعلومات أمرا هاما ومؤثرا في جميع عمليات الأعداد والاشتراك واختيار المنافسات وهي ضرورية في جميع أجزاء التدريب، ويقصد بالمعلومات كل الصور والأشكال والمعارف التي يمكن تحديدها حول حقيقة العمل بذاته، كما أن للمعارف والمعلومات دورا رئيسيا وهاما في اتخاذ القرارات المناسبة للمواقف المختلفة، حيث تسهم دقة وحداثة المعلومات في توفير المتطلبات الآتية:

- وصف الموقف العام والمواقف التنافسية المؤثرة في اتخاذ القرارات.

- تحليل تلك المواقف التنافسية وتفسيرها للوصول إلى العوامل والمحددات المطلوب التدريب عليها لتحقيق الأهداف المحددة.

- المساعدة على اتخاذ القرارات يؤثر في المفاضلة بين الأساليب والطرق المستخدمة لكل موقف وشكل ومنافسة.

- توفير تنبؤات عن المواقف المستقبلية والإعداد لها والتخطيط لمواجهةها.

- المساعدة على تقويم العمل والإنجاز وإظهار جوانب الضعف والقوة لتحقيق النتائج المستهدفة (درويش وآخرون، ص. 348).

### الأساليب والطرق:

ويتضمن هذا البعد العديد من العمليات التعليمية والتدريبية والتنظيمية والتخطيطية، وكذلك تحديد الأساليب والطرق التي تعتبر المحرك الذي يستخدم في تحريك الموقف الحالي إلى موقف مستقبلي وفقا للأهداف المحددة والمعلومات المتاحة، وتعد الأساليب والطرق أحد الأبعاد الحيوية في استراتيجية المنافسات.

حيث تعتبر المعبر الحقيقي الذي يستخدم في تحريك الموقف الحالي إلى موقف مستهدف وفقا للمعلومات المتاحة والأهداف المحددة وتبنى فكرة الاشتراك أو تنظيم مسابقة على عدد الطرق والوسائل الضرورية لإمكانية تحقيق الأهداف.

### التقويم:

بالرغم من أن عملية التقويم نضعها كأحد الأبعاد الاستراتيجية للمنافسات إلا أنها ممكن أيضا أن تندرج تحت بعض الطرق والأساليب حيث أنها وسيلة هامة للوقوف على مدى كفاءة تحقيق الأهداف سواء كان هذا التقويم مرحليا أي خلال مراحل التنفيذ أو نهائيا أي بعد انتهاء التنفيذ، ويعتبر التقويم عملية ديناميكية تبدأ من مرحلة التفكير المصاحبة لمراحل التنفيذ وتستمر لما بعد التنفيذ، ومن ثم يمكنها من تصحيح وتطوير أساليب التنفيذ لتأمين الوصول إلى الأهداف المنشودة، وغالبا ما يتم وفقا للأهداف المحددة والمعلومات المتاحة. (درويش وآخرون ، ص. 348).

### 3-5- المتغيرات المؤثرة في انفعالات المنافسة الرياضية:

#### الضبط الانفعالي:

إن اللاعب الذي يتمتع على الضبط الانفعالي لا 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.

### الاستعداد للمنافسة:

إن إحساس اللاعب بأنه قد أعد إعدادا جيدا للمنافسة من النواحي البدنية والمهارية والخططية يحميه من الخوف والقلق الزائد من المنافسة، ومن ثم لا يتعرض لمستوى 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.

### 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.

### 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 لموقع المنافسة ومكانها، فالمنافسة 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 أخرى هي دولة الفريق أو اللاعب المنافس.

#### اختلاف أدوات المنافسة:

يؤثر اختلاف الأدوات التي تستخدم في المنافسة عن التدريب تأثيرا واضحا في انفعالات 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 الجميز.

#### اختلاف مناخ المنافسة:

يؤثر اختلاف مناخ عن مناخ التدريب في انفعالات اللاعبين تأثيرا سلبيا، وهذا غالبا ما يصيب لاعبي مصر عند تنافسهم في مناطق يختلف مناخها اختلافا واضحا عن مناخنا، وهذا أيضا ما يمكن أن يصيب أي لاعب عند تقلب المناخ في وقت المنافسة أو قبلها عن المناخ الذي تعود عليه.

#### 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 ، ص. 216-217).

#### 4- كرة القدم:

#### 4-1- تعريف كرة القدم:

كرة القدم قبل كل شيء هي لعبة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع، فبعد أن صارت رياضة جماعية انعدمت المناظر التي ميزت طفولتنا حين كنا نمارس هذه اللعبة، فأصبحت أماكن اللعب أكثر ندرة (الشارع، الأماكن العمومية، الساحات الخضراء)، هذه الأماكن التي تعتبر المحيط الساحر لهذه اللعبة الأكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء، ولقد رأى ممارسو هذه اللعبة أن تحول كرة القدم إلى رياضة ، واتخذوها حجة لبعث المسابقات واللقاءات المنظمة انطلاقا من قاعدة أساسية أنشئوها آنذاك ثم استخدام الأيدي والسواعد باستثناء حارس المرمى

إن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين، يتألف كل منهما على 11 لاعبا يستعملون كرة منفوخة فوق أرضية ملعب مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيه مرمى، يحاول كل من الفريقين تسجيل أكبر عدد من الأهداف في مرمى خصمه

ليكون هو الفائز، ويتم تحريك الكرة بالأقدام، ولا يسمح إلا لحارس المرمى بإمساك الكرة بيديه داخل منطقة الجزاء هي لعبة جماعية الهدف منها تسجيل أكبر عدد من الأهداف في شباك الخصم والمحافظة على شباكه نظيفة من الأهداف، وتلعب بين فريقين، كل فريق يتكون من 11 لاعبا وتلعب هذه الرياضة بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد، وتدوم المباراة 90 دقيقة بشوطين لكل شوطين 45 دقيقة، يتخللها وقت راحة ب 15 دقيقة تجرى المباراة بين فريقين يرتديان لباسا مختلف اللون، وتكون متكونة هذه الأخيرة من "الألبسة" من شتر، قميص، جوارب، حذاء، وتجري المباراة فوق أرضية مستطيلة الشكل، بالإضافة إلى مرمى لكل جهة محددة القياس والنوعية (جميل، 1986، ص. 09).

#### 4-2- نبذة تاريخية عن كرة القدم:

بقدر سنوات التقويم الميلادي أو أكثر تعود البدايات الأولى لجذور كرة القدم في حضارات العالم القديمة كحضارة الصين وعرفت بها لعبة كرة القدم آن ذاك باسم "تسوتشو" منذ ألفين وخمسمائة عام بكرة مستديرة الشكل مصنوعة من الجلد ومحمشة بالشعر وكما هو الحال سميت لعبة كرة القدم في الحضارة الإغريقية "الهار باستم" حيث كان يمارسها الرجال فقط في المدن والأرياف وكانت الكرة عبارة عن جلد حيوان وقد اختلف العلماء والمؤرخون عن تاريخ هذه اللعبة أو مكان نشأتها لأول مرة ولا تحتاج إلى تفسير ودلائل واضحة لتفسير هذه النشأة التي مر عليها أكثر من خمسة آلاف سنة، ولا يختلف اثنان أن الحضارات القديمة في الغرب والعالم العربي الذي كانوا يمارسون شتى الممارسات الرياضية والألعاب لخدمة جيوشهم وتقوية رجالهم، وقد مرت لعبة كرة القدم في بريطانيا الدور النهائي لمراحل تطور اللعبة حتى وصلت إلى الحالة التي نعرفها بها الآن وشأن كرة القدم كشأن غيرها من الألعاب الرياضية، فقد ظهرت بدائية دون تحديد لقواعدها وأصولها فلم يكن هناك وقت محدد للمباراة ولا عدد معين لأفراد الفريق الواحد ولا مواصفات خاصة للكرة أو الملابس ولا تحديد لأطوال الملعب ومقاييس الأهداف بل كانت تلعب بين أهالي قريتين تستمر أياما عديدة، وفي بداية القرن 18 بدأ العمل على تنظيم لعبة كرة القدم وتم وضع قواعد وأسس لها وباتت أقرب للعبة التي تمارس اليوم والإنجليز لهم الفضل الكبير في تنظيم قواعد اللعبة وتطوير أسس لاعبيها وكذلك في انتشارها في أرجاء المعمورة ففي القرن 19 كان البحارة الإنجليز ينقلون اللعبة إلى أي بلد يحلون به وتبقى القواعد الثلاث عشر التي وضعتها جامعة "كمبردج" سنة 1845 هي اللبنة الأولى للقانون الحديث للعبة كرة القدم.

وبدأت كرة القدم تخرج من وسط اللعب في المدن والقرى والمدارس والجامعات وظهرت الأندية الرياضية التي تمارس اللعبة وفق القوانين والأنظمة، وكان في عام 1855م تأسس أول نادي في بريطانيا ثم تأسس عدة أندية وفي مناطق مختلفة حتى عام 1863م اجتمع أحد عشر مندوبا من الأندية والجمعيات والمؤسسات الرياضية في بريطانيا للبحث في كيفية وضع القوانين الخاصة بلعبة كرة القدم والغاية من ذلك هو تأسيس أول اتحاد دولي لهذه اللعبة، وفي عام 1882م

تم إنشاء الإتحاد الويلزي وبنفس السنة أنشأ اتحاد أسكوتلندا ومن ثم الايرلندي وهذه الاتحادات الأربعة حظيت بشرف تنظيم لعبة كرة القدم في أنحاء العالم.

ومع نهاية القرن 19 انتشرت لعبة كرة القدم في مختلف أرجاء العالم حيث تم نشرها من قبل البحارة والتجار البريطانيين ومن مختلف المسافرين الأوربيين من أستراليا إلى البرازيل ومن البحر إلى روسيا ثم أنشأت الاتحادات والأندية والمسابقات وأدى ذلك النمو الشامل إلى تكوين الاتحاد الدولي لكرة القدم عام 1904م بعدما تم إنهاء دور الاتحاد السابق من قبل فرنسا وبمشاركة ستة دول أوربية وأصبحت كرة القدم لعبة عالمية.

وفي بداية القرن 20 ابتدأ التنظيم الدولي والعالمي لكرة القدم حيث اجتمعت كل من فرنسا وهولندا وبلجيكا وسويسرا والدنمارك عام 1904م في تشكيل الاتحاد الدولي لكرة القدم "فيفا" وفي عام 1908م أقيمت أول بطولة أولمبية شاركت بها 06 دول فازت بها إنجلترا على الدنمارك ( 2-0) وفي عام 1930م أقيمت أول بطولة لكأس العالم في الأوروغواي وريحت البطولة الدولة نفسها وفي عام 1955م أقيمت أول بطولة للأندية الأوربية(محمود، 2011، ص.17-20).

#### 4-3- كرة القدم في الجزائر :

تعتبر كرة القدم من بين أولى الرياضات الجماعية التي ظهرت في الجزائر، والتي اكتسبت شعبية لا نظير لها، وهذا بفضل الشيخ "عمر بن حمود بن ريس" الذي قام بتأسيس أول فريق رياضي عام 1895م، تحت اسم "طلبة الحياة الهواء في الكبير" وقد أسس أول فرع للجمعية للفريق السابق ذكره عام 1917م وفي 07/08/1921م، تأسس أول فريق رسمي لكرة القدم في الجزائر وهو عميد الأندية الجزائرية (مولودية الجزائر) غير انه هناك من يقول بأن النادي القسنطيني (شباب قسنطينة) هو أول نادي جزائري تأسس قبل 1921م.

بعد تأسيس العميد مولودية الجزائر تم تأسيس عدة فرق أخرى منها غالي معسكر، الاتحاد الإسلامي لوهران والاتحاد الرياضي الإسلامي للبيدة، والاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر، وأثناء فترة الاستعمار كانت حاجة الشعب الجزائري ماسة لكل قوى أبنائها من أجل الانضمام والتكامل ضد الاستعمار، وقد ركزت الجمعيات والحركات الوطنية على كرة القدم كإحدى الوسائل لتحقيق التكامل لصد الاستعمار، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الأندية الجزائرية الإسلامية التي تعمل على زيادة وزرع الروح الوطنية، مع هذا تفتنت السلطات الفرنسية إلى المقابلات التي تجري لأنها تعطي الفرصة للشعب الجزائري في التجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث وقعت اشتباكات عنيفة بعد مقابلة مولودية الجزائر وفريق أورلي سنة 1956م والتي تم على إثرها اعتقال مجموعة من الجزائريين، مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م، وقد عرفت فترة الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18 فيفري 1958م، مشكلا من أحسن اللاعبين

الجزائريين أمثال: زوبا، رشيد مخلوفي، كرمالي... الخ وحقق هذا الفريق عدة نتائج إذ كان يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والعالمية (علال وآخرون، 2007-2008، ص. 14-15).

### تطور كرة القدم في الجزائر:

يقسم المختصون والمتابعون لتطور مشوار كرة القدم في الجزائر إلى أربعة مراحل رئيسية هي:

#### أ - قبل الاستقلال:

##### المرحلة الأولى (1895-1962):

عرفت انطلاقة جزئية في ظل ظروف محبة "تعتبر رياضة كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت واكتسبت شعبية كبيرة لا نظير لها وهذا بفضل الشيخ عمر بن محمود علي إدريس الذي أسس عام 1895م أول طليعة الحياة في الهواء الكبير (AGVAG)، وظهر أول فريق رسمي لكرة القدم يتمثل في عميد الأندية الجزائرية مولودية الجزائر، غير أن هناك من يقول أن النادي الرياضي لقسنطينة (CSC) هو أول فريق تأسس قبل سنة 1921م، وبعد تأسيس مولودية الجزائر في أوت 1921، تأسست عدة فرق أخرى منها غالي معسكر، الاتحاد الإسلامي لوهران، الاتحاد الإسلامي الرياضي الجزائري (المذكورة الرياضية، 1998، ص. 5-6).

ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة إلى قوى أبنائه من أجل الانضمام والتكتل لصد الاستعمار، كانت كرة القدم إحدى هذه الوسائل المحققة لذلك، حيث كانت المقابلات تجمع الفرق الجزائرية مع فرق المعمرين، وبالتالي أصبحت فرق المعمرين ضعيفة نظرا لتزايد عدد الفرق الجزائرية الإسلامية التي تسعى إلى مضاعفة وزرع الروح الوطنية. مع هذا لم تتفطن السلطات الفرنسية إلى أن المقابلات التي تجري تعطي الفرصة لأبناء الشعب للتجمع والتظاهر بعد كل لقاء، حيث في سنة 1952م وقعت اشتباكات عنيفة بعد المقابلة التي جمعت مولودية الجزائر بفريق أورلي من سانت أوجين (بولوغين حاليا) والتي أعتقل على إثرها الكثير من الجزائريين، مما أدى بقيادة الثورة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11-03-1956م تجنباً للأضرار التي تلحق بالجزائريين (المذكورة الرياضية، 1998، ص. 01).

وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فريق جبهة التحرير الوطني في 18-04-1958، الذي كان مشكلاً من أحسن اللاعبين الجزائريين، أمثال رشيد مخلوفي الذي كان آن ذاك يلعب في فريق سانت إتيان، زوبا كرمو، إيدير... الخ، وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية.

#### ب - بعد الاستقلال:

المرحلة الثانية (1962-1976): مباشرة بعد استرجاع السيادة الوطنية، شهدت كرة القدم في بلادنا مرحلة جديدة،

حيث نظمت أول دورة كروية بتاريخ 31-10-1962، وهذا بمناسبة تأسيس مجلس الرياضة تحت إشراف الدكتور

محمد معوش، وقد شاركت في هذه الدورة أندية الوداد البيضاوي من المغرب، الترجي التونسي، اتحاد طرابلس الليبي. ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر 111 ألف فرد يشكلون ما يقارب 1410 جمعية رياضية ضمن 48 ولاية، و 6 رابطات جهوية وقد نظمت أول بطولة جهوية جزائرية لكرة القدم خلال موسم 1962-1963، إذ فاز بها الاتحاد الرياضي الإسلامي للجزائر، ومثلها أحسن تمثيل في منافسات الكؤوس الإفريقية و الأفرو آسيوية، وكانت أول مقابلة للفريق الوطني الجزائري سنة 1963م ضد المنتخب البلغاري انتهت ب 2-1 لصالح المنتخب الوطني الجزائري وفي شهر سبتمبر 1962م كانت أول انطلاقة للبطولة الوطنية، أما على مستوى المنافسات الرسمية فقد لعب المنتخب الوطني أول لقاء رسمي له سنة 1964 ضد المنتخب التونسي، كما تحصل على أول ميدالية ذهبية سنة 1975م في إطار ألعاب البحر الأبيض المتوسط بفوزه على المنتخب التونسي بنتيجة 3-2 وفيما يتعلق بالأندية الوطنية، فإننا نسجل أول تتويج لفريق مولودية الجزائر بكأس إفريقيا للأندية البطلة سنة 1976م (منصوري، 26-11-1993، ص. 24).

### المرحلة الثالثة(الفترة الذهبية)1976-1990:

بعد فترة الستينات جاءت مرحلة الإصلاح الرياضي سنة 1976 إلى 1990 التي شهدت قفزة نوعية من تاريخ كرة القدم الجزائرية، بفضل ما توفر لديها من إمكانيات مادية كالتجهيزات الضرورية، وتشبيد الملاعب في مختلف ولايات الوطن، كملاعب 05 جويلية الذي دشن في جوان 1972م. وفي هذه المرحلة من تاريخ كرة القدم الجزائرية باشر المسؤولون على مستوى الكرة المستديرة سياسة التغيير في أسلوب التأطير الرياضي، إذ تم إدماج جل الأندية في مؤسسات اقتصادية وطنية كبرى، ونذكر على سبيل المثال ضم مولودية الجزائر إلى شركة سوناطراك حيث تحولت إلى مولودية نفط الجزائر(MCA) هذا من ناحية، أما من ناحية أخرى فقد تم إدماج بعض الأندية الوطنية إلى سلطة المجالس الشعبية البلدية، وقد كان الهدف من هذا التحول توفير الإمكانيات المادية للرياضة الجزائرية النخبوية. ونتيجة للدعم الكبير الذي عرفته الأندية الجزائرية من قبل هذه المؤسسات الاقتصادية الكبرى، توج فريق مولودية نفط الجزائر بالكأس الإفريقية للأندية البطلة سنة 1976 وكذلك فوز شبيبة القبائل بنفس الكأس 1981، 1990 وبالكأس الممتازة سنة 1983، إضافة إلى ذلك فاز الفريق الوطني الجزائري في الدورة 17 لكأس إفريقيا للأمم التي احتضنتها الجزائر سنة 1990 بعد فوزه على نظيره النيجيري بنتيجة (1-0) (منصوري، 1993، ص. 24).

### المرحلة الرابعة: (1990 إلى 2002)

هذه المرحلة تمثل فترة ما بعد 1991 أين عرفت كرة القدم الجزائرية تدهورا خطيرا انعكس سلبا على الرياضة في الجزائر وبالخصوص المنتخب الوطني على الصعيدين الدولي والقاري معا، حيث ظهر المنتخب الوطني أثناء دورة كأس إفريقيا للأمم سنة 1992 بالسنغال بمستوى متواضع، فانهزم بأول مقابلة له أمام كوت ديفوار وهو ما خيب أمل

الجمهور والمتبعين للكرة المستديرة بالجزائر، وفي سنة 1994 أي في الدورة 19 لكأس إفريقيا للأمم المقامة بتونس أقصى المنتخب الوطني الجزائري، والسبب هو قضية "كاروف" لاعب شبيبة القبائل الذي أدرج ضمن المقابلة الرسمية التي جمعت الجزائر بنضيرتها السنيغال المقامة يوم 10-01-1993 في إطار تصفيات كأس إفريقيا للأمم (تونس 194)، حيث أن اللاعب كان معاقبا من طرف الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم وهو الأمر الذي تسبب في إقصاء وحرمان الفريق الوطني من المشاركة في هذه الدورة، بالإضافة إلى إقصائه من تصفيات كأس العالم لسنة 1994 بالولايات المتحدة الأمريكية كما أن المنتخب الوطني خرج من الدور الربع النهائي لنهائيات الدورة 20 لكأس أمم إفريقيا 1996 وكذلك الإقصاء من تصفيات كأس العالم سنة 1998 بفرنسا، إلى جانب المشاركة الجدل سلبية في الدورة 21 لكأس أمم إفريقيا ببوركينا فاسو سنة 1998، وفي سنة 2000 أي في الدورة 22 لكأس أمم إفريقيا سجلنا خروج منتخبنا الوطني في الدور الربع النهائي بانحزامه أمام منتخب الكاميرون (2-1)، وفي سنة 2002 بكأس أمم إفريقيا بمالي خرج المنتخب الوطني مبكرا في الدور الأول. أما فيما يتعلق بالأندية فمشاركتها كانت سلبية على العموم، إذ عرفت إقصاء كل من مولودية وهران من كأس الأندية العربية سنة 1998م، وفريق شباب قسنطينة من كأس إفريقيا للأندية البطلة سنة 1998م، وإقصاء شباب بني ثور من كأس الكؤوس سنة 2001م، وشباب بلوزداد الذي هو الآخر أقصي من كأس الأندية البطلة لسنة 2001م، وفريق اتحاد العاصمة الذي أقصي من كأس الكؤوس الإفريقية سنة 2002م، باستثناء إحرار شبيبة القبائل للكأس الإفريقية البطلة وكأس الكؤوس الإفريقية سنة 1995م، وكأس الكونفيدرالية الإفريقية لكرة القدم لسنوات 2000، 2001، 2002 وإحرار مولودية وهران كأس الأندية العمرية في أوت 1997م (المجلة الفصلية للجنة الأولمبية الجزائرية، 1999، ص. 09).

لكن على العموم فإن النتائج المسجلة سواء من طرف الفريق الوطني الجزائري أو الأندية الجزائرية تعتبر جد سلبية خلال هذه الفترة، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على أن الكرة المستديرة ببلادنا تعاني من أزمة كبيرة والأسباب في ذلك متعددة.

### مكانة كرة القدم في الجزائر:

تعتبر من أشهر الرياضات على الإطلاق وأحسن دليل على ذلك جمهورها الواسع والذي يضم جميع شرائح المجتمع، كما اهتمت الدولة بهذه الرياضة، وجعلت لها منشآت هامة مثل ملعب 05 جويلية بالعاصمة، ملعب عنابة، ملعب البلدية، وهران، مستغانم، كما أننا نجد تقريبا في كل الولايات ملعبا لكرة القدم ونجد أيضا تنسيقا خاصا ومنظما في مختلف المنافسات الخاصة بكرة القدم، عبر عدة مراحل من البلدي إلى الجهوي حتى تصل إلى القسم الوطني الأول، ومع دخول الألفية الثالثة ستدخل البطولة الوطنية سجل الاحتراف (المجلة الفصلية للجنة الأولمبية الجزائرية، 1999، ص. 09).

5- الدراسات السابقة :

الدراسة الأولى :

صاحب الدراسة : فاتح عبدلي (سيدي عبد الله ، الجزائر ) 2005-2006.

عنوان الدراسة : أثر خدمات ومهارات الإرشاد النفسي الرياضي للمدرب في تحسين النتائج الرياضية في كرة القدم .

هدف الدراسة : تقييم واقع الإرشاد النفسي الرياضي في أواسط الفرق الجزائرية وهذا من حيث الخدمات المقدمة والمتوفرة

مشكلة الدراسة :

تساؤلات الدراسة :

- ما هي أبرز العوامل التي تتحكم في نتائج فرق كرة القدم الجزائرية للقسم الوطني الأول ؟.

- هل يمكن إرجاع طبيعة النتائج إلى موعية خدمات الإرشاد النفسي الرياضي المقدمة ؟.

- أم يرجع ذلك إلى مدى توفر مهارات الإرشاد النفسي الرياضي ومدى تحكم المدربين فيها ؟.

المنهج : المنهج الوصفي .

مجتمع الدراسة : لاعبي أندية (إتحاد العاصمة ،شبيبة القبائل ،حسين داي ،قسنطينة ).

لاعبي أندية (إتحاد العاصمة ،شبيبة القبائل ،حسين داي ،قسنطينة ).

عينة الدراسة : 80 لاعب عينة عشوائية بسيطة .

الأدوات المستعملة :

مقاييس نفسية (مقياس تقييم خدمات الإرشاد النفسي ، مقياس تقييم مهارات الإرشاد النفسي).

النتائج :

1- إنّ عملية الإرشاد النفسي مسؤولية مشتركة بين المدرب واللاعبين .

2- يمثل الإرشاد النفسي القاعدة الأساسية للتدريب على اكتساب وتنمية المهارات النفسية والعقلية والتدريب على

التغذية الرجعية بأنواعها .

3- يحكم المدرب في خدمات الإرشاد النفسي من خصائص إرشادية وكذا القدرة على التأثير بها على الفريق بشكل

فردى أو جماعي من العوامل الأساسية لرفع المستوى الأدائي لدى اللاعبين .

4- لا يجب الاعتماد على الكم في الاتصال على حساب المحتوى ؛لأنه كلما كان الاتصال كثير وفقير من حيث

المعلومات والخدمات كان له الأثر السلبي .

5- كلما كان المدرب ملما بالمعلومات الأساسية المتعلقة بالتخصص والمجالات النظرية وكل ماله علاقة بالفريق ويقدمها في الأوقات المناسبة كان ذلك إيجابياً ومفيداً في تحسين النتائج .

#### الاقتراحات :

- 1- يجب إقحام الإرشاد النفسي المبني على أسس علمية وبشكل ضروري في إكمال العملية الإرشادية .
- 2- أن الاستعانة بمختصين في تقديم المساعدة للمدربين قصد إفادة اللاعبين بخدمات الإرشاد النفسي أمر مهم .
- 3- يجب تقديم الخدمات الإرشادية النفسية للاعبين حتى لا يكون الاهتمام بالفوز على حساب صحته النفسية .
- 4- إقحام ما يعرف بالإرشاد النفسي العملي كوحدة ضمن برنامج تكوين المدربين في كل المستويات .
- 5- بداية تقديم الإرشاد النفسي للناشئين .

#### الدراسة الثانية :

##### صاحب الدراسة :

عنوان الدراسة : ألماني أحمد زهير (2012/2013) مذكرة لنيل شهادة الماجستير .

محددات عملية الإرشاد النفسي على ضوء المقومات الجوهرية للرياضي الجزائري بين النظري والتطبيقي .

##### هدف الدراسة :

معرفة واقع محددات عملية الإرشاد النفسي الرياضي لفرق النخبة لكرة القدم الجزائرية ومقارنة الواقع التطبيقي السائد في هذه الفرق بالنظري الأكاديمي الموضوعي الموجود في كتب الإرشاد النفسي الرياضي مع مراعاة الخصائص النفسية الاجتماعية والثقافية .

##### مشكلة الدراسة :

التساؤل العام : ما هو واقع محددات التوجيه و الإرشاد النفسي (الأسس النظرية ) في ضوء المقومات الميدانية للرياضي الجزائري ؟.

##### التساؤلات الجزئية :

- هل البعد الروحي للمجتمع الجزائري يمكن أن يحسن من عملية الإرشاد النفسي لدى لاعبي كرة القدم للفرق النخبوية الجزائرية ؟.

- كيف يمكن تفعيل البعد المادي في تفعيل عملية التوجيه و الإرشاد النفسي لدى لاعبي كرة القدم للفرق النخبوية الجزائرية ؟.

- هل هناك اختلاف بين واقع التدريب والمرجعية النظرية لعملية الإرشاد النفسي الرياضي أثناء الإعداد العام للاعب كرة القدم؟

المنهج : المنهج الوصفي .

مجتمع الدراسة : جميع لاعبي النخبة في كرة القدم الجزائرية .

عينة البحث : 32 لاعبا ينتمون إلى 4 أندية من مجموع أندية الرابطة المحترفة الأولى وهي عينة فرضية .

32 لاعبا ينتمون إلى 4 أندية من مجموع أندية الرابطة المحترفة الأولى وهي عينة فرضية .

الأدوات المستعملة : استمارة الاستبيان .

النتائج :

- 1- البعد الروحي يكتسي أهمية بالغة في عملية التحفيز و الإرشاد النفسي الرياضي النخبوي لفرق كرة القدم الجزائرية .
- 2- البعد المادي يساهم في تحسين الدافعية ،الثقة بالنفس وتماسك الفريق .
- 3- فرق كرة القدم النخبوية لا تعطي أهمية للعامل النفسي أثناء المرحلة الإعدادية بل ولا تتوفر على مرشد نفسي .
- 4- هناك اختلاف بين الأسس النظرية والواقع العلمي التطبيقي لعملية الإرشاد النفسي الرياضي المعتمد في ضوء المقومات الجوهرية للرياضي الجزائري في كرة القدم .

الاقتراحات والتوصيات :

- 1- ضرورة الاهتمام بالعامل النفسي في العملية التدريبية؛ فهو جانب مهم ويصاحب الإعداد البدني والمهاري والخططي .
- 2- ضرورة التركيز على البعد الروحي في إعداد برامج الإعداد النفسي .
- 3- تكييف القوانين الرياضية النخبوية وإلزام هذه الفرق بإدراج مرشد نفسي رياضي في كل فريق .
- 4- تنمية الوعي بالجانب النفسي في كل الرياضات ووجوب التفريق بين (المختص النفسي) والطبيب العقلي .

الدراسة الثالثة

عنوان الدراسة: فاعلية برنامج تدريبي لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين بقطاع غزة\* رسالة ماجستير

2008

صاحب الدراسة: محمد جدوع أبو يوسف -فلسطين-.

هدف الدراسة:

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين و التعرف على مدى فاعلية برنامج مقترح لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين.

مشكلة الدراسة :

التساؤل العام:

ما مدى فاعلية البرنامج التدريبي المقترح لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين؟.

التساؤلات الجزئية:

- 1- ما مستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين بمراكز التدريب بغزة؟.
- 2- هل توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية في كل من القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لمتغير الجنس؟.
- 3- هل توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية في كل من القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لمتغير التخصص؟.
- 4- هل توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية في كل من القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لمتغير سنوات الخبرة؟.

إجراءات الدراسة الميدانية:

المنهج: المنهج التجريبي الإكلينيكي.

العينة: 11 مرشد نفسي.

الأدوات المستعملة في الدراسة: برنامج مقترح -اختبارات-.

النتائج المتوصل إليها:

- 1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لصالح القياس البعدي.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لمتغير الجنس.
- 3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لصالح المختصين .
- 4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 بين القياس القبلي و البعدي لمستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين تعزى لمتغير سنوات الخبرة.

الاقتراحات:

- تقديم دراسات ذات علاقة ببرامج تدريبية تخص مجموعات أخرى من المهارات الإرشادية.
- تقديم دراسات تختص بتقييم أداء المرشدين النفسيين و التربويين و كيفية تطوير قدراتهم و مهاراتهم.
- تقديم دراسات للمعوقات المهنية لدى المرشد النفسي و أثرها على تطبيقه للمهارات الإرشادية في الجلسات.
- تقديم دراسات توضح دور مؤسسات الصحة النفسية و المشرفين و المدربين في تطوير و تنمية المهارات الإرشادية لدى العاملين في مجال الإرشاد النفسي و التربوي

**5-1- مناقشة الدراسات السابقة:**

لا معنى لذكر الدراسات السابقة من دون مناقشتها و إيضاح أوجه التشابه و الاختلاف بينهما و بين الدراسة الحالية، من هذا الإطار جاء هذا الجزء للبحث في الدراسات السابقة حيث ركزت الدراسة الأولى على إيضاح أثر خدمات ومهارات الإرشاد النفسي الرياضي للمدرب في تحسين النتائج الرياضية في كرة القدم وذلك من خلال تقييم واقع الإرشاد النفسي الرياضي في أواسط الفرق الجزائرية وهذا من حيث الخدمات المقدمة والمتوفرة

أما الدراسة الثانية ركزت على محددات عملية الإرشاد النفسي على ضوء المقومات الجوهرية للرياضي الجزائري بين النظري والتطبيق وهذا بهدف معرفة واقع محددات عملية الإرشاد النفسي الرياضي لفرق القدم الجزائرية ومقارنة الواقع التطبيقي السائد في هذه الفرق بالنظري الأكاديمي الموضوعي الموجود في كتب الإرشاد النفسي الرياضي مع مراعاة الخصائص النفسية الاجتماعية والثقافية .

أما بالنسبة للدراسة الثالثة: هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين والتعرف على مدى فاعلية برامج مقترحة لتنمية المهارات الإرشادية لدى المرشدين النفسيين

**5-2- توظيف الدراسات السابقة بالدراسة الحالية :**

إن نقطة الاختلاف بين الدراسات السابقة و الدراسة الحالية و بحثنا هي فإن الدراسة الأولى هي حول أما أثر خدمات ومهارات الإرشاد النفسي الرياضي للمدرب في تحسين النتائج الرياضية أي أن الخدمات الإرشادية للمدرب لها دور فعال في تحقيق النتائج الإيجابية أما الدراسة السابقة الثانية التي كانت حول على محددات عملية الإرشاد النفسي بين النظري و التطبيقي أما الدراسة السابقة الثالثة فكانت حول تقييم مستوى المهارات لإرشادية لدى المرشدين النفسيين أي أن الاختلاف الظاهر هو كل دراسة ركزت على متغير من متغيرات التوجيه و الإرشاد النفسي : مهارات التوجيه و الإرشاد النفسي , الإرشاد النفسي من الناحية النظرية ومن الناحية التطبيقية، مستوى المرشدين النفسيين

أما نقطة التشابه بين الدراسات السابقة و دراستنا الحالية فان كل الدراسات تحاول أن تفهم و تحدد فعالية الإرشاد النفسي للاعبين من جهة و تطوير المهارات النفسية بصفة عامة والسمات النفسية التنافسية بصفة خاصة و مساهمتها في تطوير لاعبي كرة القدم من كل النواحي . و في هذا البحث ركزنا على دراسة لم تركز عليها الدراسات السابقة و عليه يكون بحثنا مكتملا لها في تطرقنا التوجيه و الإرشاد النفسي و دوره في تحسين بعض الاستجابات الانفعالية خلال الظروف التنافسية.

## الفصل الثاني

# الإطار العام للدراسة

1- الكلمات الدالة في الدراسة.

2- إشكالية الدراسة.

3- أهداف الدراسة.

4- أهمية الدراسة.

5- فرضيات الدراسة.



تمهيد :

في هذا الفصل قمنا بتحديد إشكالية البحث بحيث تمت صياغتها وضبطها ضبطا دقيقا ومن ثمّ حددنا تساؤلاتها الجزئية التي تعتبر أسئلة تحتاج إلى تفسير، واتّبعنا بفرضيات جزئية التي تعتبر إجابات احتمالية للأسئلة المطروحة التي دارت حولها إشكالية البحث ولعدها ذكرنا أهداف وأهمية البحث .

## 1- تحديد المفاهيم و المصطلحات:

من خلال إطلاع الطالب الباحث على الجانب النظري للدراسة استنتج التعريفات التالية:

**التعريف الإجرائي:**

**التوجيه و الإرشاد النفسي:**

عملية واعية ومتواصلة وخدمات مخططة ترمي إلى تطوير مستوى الأداء الرياضي، والتغلب على مواجهة الضغوط النفسية، والتأهيل النفسي بهدف تحقيق الانجازات الرياضية وتحقيق الذات والتوافق والصحة النفسية.

**الاستجابة الانفعالية:**

هي حالة نفسية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغيرات جسمية تتوقف شدتها تبعاً لنوع المثير وشدته، وهي تعبر عن حالة الاستثارة التي يكون عليها الفرد عندما يواجه موقفاً ما من المواقف التنافسية سواء كانت هذه استثارة إيجابية أم سلبية.

**المنافسة:**

المنافسة الرياضية هي موقف نزاع 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 وتميزها عن قدرات من ينازلهم. هي صراع بين شخصين أو مجموعة من الأشخاص تدوم مدة طويلة أو قصيرة يتنافس فيها المشاركون لنيل الهدف المنشود أو لتحقيق نتيجة معينة ويتم داخل إطار مسابقة مقننة وفق شروط مطبقة من طرف المنظمين

**كرة القدم:**

هي رياضة جماعية تتطلب طرق معينة في الممارسة ذات قوانين خاصة فهي تلعب في مساحة وحسب قوانين متفق عليها، وهي عبارة عن جلد منفوخ مستدير وهي تلعب بين فريقين كل فريق مكون من 11 لاعب ويحاول كل فريق تسجيل أكبر عدد من الأهداف كي يكون الفائز وهي تعد لعبة شعبية ذات انتشار واسع.

## 2- الإشكالية:

تعد المنافسات الرياضية مصدرا لكثير من المواقف الانفعالية المتغيرة أثناء المنافسات الرياضية لارتباطها بمواقف النجاح، الفشل، الفوز أو الخسارة وهذه النواحي الانفعالية فائدتها، إذ تبين أن اللاعب الذي لا يمتلك قدرا كافيا من السمات الشخصية و المثابرة و الثقة بالنفس وغيرها من هذه الصفات الإرادية تحت ظروف التنافس الصعبة ، كما أن الوصول إلى المستويات الرياضية العليا لم يكن وليد الصدفة أو بطريقة عشوائية و إنما هو نتاج لاستخدام أحدث و أفضل الأساليب العلمية في التخطيط و الإعداد الرياضي بالشكل السليم حيث أن التفوق الرياضي تحدده أربعة محاور أساسية هي: الجانب البدني و المهاري و الخططي و الجانب النفسي(ملحم، 2001، ص. 8).

إن الإعداد النفسي ركن أساسي في إعداد اللاعب المتكامل و أن تطوير المهارات النفسية للاعبين لا يقل أهمية عن تطوير المهارات البدنية و الحركية ، و إنها تضيف قوة و أهمية للعملية التدريبية باعتبار الجانب النفسي يدرس تأثير النشاط الرياضي على متغيرات من أجل مساعدة الرياضيين على تحقيق أقصى درجات النمو النفسي والعقلي والاجتماعي والبدني كذلك تنمية استعداداتهم وقدراتهم وميولهم وطاقاتهم وتعديل اتجاهاتهم مما يحقق لهم التوافق والتوازن مع البيئة التي يعيشون فيها(رضوان، 2002، ص. 23).

وتعد مناهج التوجيه و الإرشاد النفسي التوجيه والإرشاد عبارة عن عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين في التغلب على المشاكل والصعوبات التي تعوق تقدمهم من أجل تحقيق أقصى نمو لإمكاناتهم البدنية والمهارية والنفسية والتوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على اختيار ما يناسبهم على أسس علمية سليمة، لكي يتحقق لهم التوافق في جميع وهو عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على التخطيط لمستقبلهم بكل دقة في ضوء إمكاناتهم الشخصية وقدراتهم البدنية والمهارية .ومساعدة الرياضيين على وضع مستويات طموحات واقعية لأنفسهم في ضوء قدراتهم وإمكاناتهم . وعملية التوجيه و الإرشاد النفسي من الأساليب المستخدمة في التدريب الرياضي لأجل إيجاد اتجاهات جديدة لدى الرياضيين من خلال تعديل السلوك لكي يحقق المستوى المطلوب منه للنجاح في الفاعلية الرياضية، فلن يسلوك الفرد سلوكا معيناً لا بد من وجود دوافع تحركه و البيئة الخارجية تحكم كيفية تحقيق هذا الدافع ، و إن التوجيه و الإرشاد النفسي هو نوع من التوجيه الذي يتعامل مع المشكلات الانفعالية بالدرجة الأولى إذ لا يتعامل مع المشكلة التي يظهرها صاحبها وإنما يهتم بالفرد نفسه (زهران، 2003، ص. 19).

،ومن الأهمية في هذا المجال ركز التوجيه و الإرشاد النفسي على كيفية التأثير في سلوك الفرد و انفعالاته ، وكل هذا سعياً إلى تحقيق التوافق الشخصي و الاجتماعي والانفعالي هذا ما أشارت إليه دراسة أحمد زهير في مذكرة ضمن متطلبات شهادة

الماجستير تحت عنوان محددات عملية الإرشاد النفسي على ضوء المقومات الجوهرية للرياضي الجزائري بين النظري والتطبيقي بحث متمحور حول : البعد النفسي - الاجتماعي - الثقافي - لفرق كرة القدم النخبوي. وحتى لا تكون تلك المحطات سببا في تراجع مردود اللاعب و الفريق وهذا من عدة جوانب سواء من حيث تحكمه في الانفعالات وتوجيهها و تسييرها لما هو إيجابي أو من حيث التصور العقلي وتحقيق الاتصال بشكل سليم ، وفي كل هذا تكون عملية التوجيه و الإرشاد النفسي للرياضي مرتبطة أساسا بتحقيق استجابات انفعالية متناسبة مع ظروف التدريب التنافس حيث تعتبر الاستجابة الانفعالية خاصة أساسية وطبيعية لكل موجود إنساني ، وتتيح له أن يستجيب إلى سائر المنبهات الخارجية أو الداخلية ، ويمكن أن نسمي جميع هذه المنبهات : الظروف الانفعالية واستجابة أولية تثيرها المتغيرات المفاجئة أو المباشرة ، وتظهر الاستجابة الانفعالية في متغيرات سيكولوجية وعصبية وعضلية وتعبيرية وهي رد فعل الذي يقفه الكائن الحي من الإثارة.

ومن هذا المنطلق عن مدى أهمية التوجيه و الإرشاد النفسي الرياضي في إيضاح التباين الذي يترجم الفرق بين الأندية في نفس المنافسة ونفس المستوى من حيث الاستجابة الانفعالية الإيجابية مع المواقف و التباين في النتائج ومن هذا نجد أنفسنا نطرح التساؤل العام التالي:

هل للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسة؟.

ومن التساؤل العام ندرج التساؤلات الجزئية التالية:

\*هل للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الرغبة أثناء المنافسة؟.

\*هل للتوجيه والإرشاد النفسي دور في تنمية المسؤولية الشخصية أثناء المنافسة؟.

\*هل للتوجيه والإرشاد النفسي دور في تنمية الضبط الذاتي أثناء المنافسة؟.

**3- أهداف الدراسة:**

\*بيان دور التوجيه و الإرشاد النفسي في تنمية المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية.

\*التعرف على العلاقة الموجودة بين التوجيه والإرشاد النفسي وزيادة الرغبة.

\*التعرف على العلاقة الموجودة بين التوجيه والإرشاد النفسي وزيادة المسؤولية الشخصية.

\*التعرف على العلاقة الموجودة بين التوجيه والإرشاد النفسي وزيادة الضبط الذاتي.

\*الوصول إلى تحقيق التوافق النفسي من خلال امتلاك المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية.

**4- أهمية الدراسة:**

\*محاولة إثراء هذا الموضوع قصد التعمق في البحث.

- \* إبراز أهمية التوجيه و الإرشاد النفسي أثناء التدريب و أثرها على المنافسة.
- \* بيان فاعلية التوجيه و الإرشاد النفسي في تحسين وتطوير المهارات النفسية للاعبين من اجل تحقيق الأهداف.
- \* التعرف على المتغيرات الايجابية للاستجابة الانفعالية وعلاقتها بتحديد أفضل مستوى يحققه اللاعب.

#### 5- فرضيات الدراسة:

##### الفرضية العامة:

للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسة.

##### الفرضيات الجزئية:

- \* للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الرغبة أثناء المنافسة.
- \* للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية المسؤولية الشخصية أثناء المنافسة.
- \* للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الضبط الذاتي أثناء المنافسة.

## الفصل الثالث

# الإجراءات الميدانية للدراسة

1- الدراسة الاستطلاعية

2- المنهج المتبع في الدراسة

3- مجتمع وعينة البحث

4- أدوات جمع البيانات والمعلومات

5- إجراءات التطبيق الميداني

6- الأساليب الإحصائية

## تمهيد:

تعتبر الدراسة الميدانية وسيلة هامة للوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة عن الميدان يصبح بالإمكان جمع البيانات و تحليلها لتدعيم الجانب النظري و تأكيدها، وفي هذا الفصل سنتطرق للإجراءات المنهجية التي اتبعناها وذلك بإعطاء فكرة حول المجال الجغرافي و البشري و الزمني، بالإضافة إلى ذكر الأدوات المستعملة في جمع البيانات، حيث أن الهدف من الدراسة الميدانية هو الوصول إلى الغاية التي تسعى إليها البحوث عموماً. وبذلك الوصول إلى الأهداف المسطرة.

### 1- الدراسة الاستطلاعية

تعد الدراسة الاستطلاعية الأولية التي تساعد الباحث في إلقاء نظرة من أجل الإلمام بجوانب دراسته الميدانية . بما أننا بصدد إجراء دراسة ميدانية لا بد من إجراء دراسة استطلاعية كانت بدايتها:

- التعرف على المكان و مدى إمكانية إجراء الدراسة ( بعض أندية برج بوعريريج ) .
- التعرف على ما يمكن عرقلة عملنا ومختلف الصعوبات المحتمل مواجهتها.
- تحديد العينة ومعرفة الأجواء المحيطة بها.
- التقرب من أفراد العينة (أخذ معلومات من نوعية الدراسة).
- التقييم للمستوى المعرفي لأفراد العينة، ومدى مطابقتها لموضوع الدراسة.
- تحديد العينة الاستطلاعية وتمثلت في 10 % من مجتمع الدراسة أي 12 لاعب من 05 أندية.

### 2- المنهج المتبع في الدراسة :

#### تعريف المنهج العلمي :

يعتبر المنهج العلمي الوسيلة و السند الذي لا يمكن الاستغناء عنه في أي بحث علمي أو عمل ميداني في العلوم و المجالات الأخرى فهو عبارة عن "مجموعة قواعد و العمليات الخاصة التي تتيح الحصول على المعرفة السليمة في طريق البحث عن الحقيقة لعلم من العلوم.

#### تعريف المنهج المتبع في الدراسة :

نظرا لطبيعة موضوع البحث وسعيا من الباحث إلى إيجاد دخل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة " نختار المشكلة المراد دراستها من منهج علمي معين يكون مرافقا لطبيعتها وتحليل أبعادها (رضا. 1991 ص. 29). لذا اعتمدنا في هذه الدراسة المنهج الوصفي كمنهج ملائم لموضوع الدراسة الذي يعرف بأنه "استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية ،قصد تشخيصها وكشف جوانبها و تطويرها كمنهج علمي عن طريق جمع معلومات مقنعة عن مشكلة البحث وتصنيفها وتحليلها و إخضاعها لدراسة دقيقة (علاوي. 2003. ص. 122).

كما يرى محمد زيان "إن البحوث الوصفية تقوم على تقرير وتحليل الحقائق تحليلا دقيقا وهي تتميز بكونها تنصب على الوقت الحاضر أي أنها تتناول أشياء موجودة بالفعل وقت إجراء الدراسة(علاوي. 1983. ص 188). ويشاطره هويتني " الذي يعتبرها دراسة للحقائق الراهنة المتعلقة بطبيعة ظاهرة أو موقف أو مجموعة من الناس أو مجموعة من الأحداث أو مجموعة من الأوضاع(منير. 2002. ص. 78).

### 3- مجتمع وعينة الدراسة :

لعل أهم خطوة يمر بها الباحث خلال دراسته هو اختياره للعينة المتمثلة تمثيلا دقيقا لمجتمع الدراسة وتعرف العينة بأنها اختيار جزء من مجموعة المادة بحيث يمثل هذا الجزء المجموعة كلها وهي تعد طريقة سليمة في منطقتها وليس في أسلوها(زيان، 1983، ص. 182).

تكون مجتمع الدراسة من 120 لاعب موزعة على 5 أندية الناشطة في القسم الثاني الممتاز (أهلي البرج) و القسم الثاني هواة (إتحاد البرج) و الجهوي الثاني (نجم البرج) و (أولمي بلدية مجانة) والقسم الولائي (ترجي البرج).

وتم اختيار عينة غرضية متكونة من 40 لاعب تمثل 30% من مجتمع الدراسة موزعة على الأندية السالفة الذكر

#### 4- مجالات البحث :

تقسم مجالات البحث إلى ثلاثة أقسام ، وهي المجال المكاني و البشري و المجال الزماني .

- **المجال المكاني** : أي المنطقة التي يجري فيها البحث (بعض أندية برج بو عريريج: أهلي برج بو عريريج ،إتحاد البرج، نجم البرج، أهلي البرج، أولمي بلدية مجانة).

- **المجال البشري**: أي الأفراد التي أجريت عليهم الدراسة المتكونة من 40 لاعب موزعة على الأندية المذكورة أعلاه تمثل نسبة 40% من مجتمع الدراسة.

- **المجال الزمني** : أي المدة التي يستغرقها البحث الميداني ( من 24 مارس 2016 إلى 25 أفريل 2016).

#### 5- متغيرات الدراسة :

- **المتغير المستقل**: وهو عبارة عن تلك العوامل التي تؤثر على المتغير التابع، حيث يكون هو السبب في الدراسة

- **المتغير التابع**: هو الظاهرة التي توجد وتختفي وتتغير حينما يطبق الباحث المتغير المستقل أو يبدله (سوزان 1999. ص 57).

وفي بحثنا هذا لا يمكن متغيرات الدراسة تسمية متغيرات الدراسة نظرا لطبيعة المنهج المتبع الذي يعتبر منهج وصفي علائقي.

#### 6- أدوات جمع البيانات و المعلومات :

نجاح أي بحث يقوم أساسا على دقة البيانات المتحصل عليها و الموظفة فيه ولعل هذا يتطلب من الباحث التحكم

في الأدوات المسخرة لجمع البيانات و المعلومات باختيار أدقها و أنسبها للمنهج المستخدم في الدراسة " وتعتبر الأداة الوسيلة التي تشكل نقطة اتصال من الباحث و المبحوث التي تمكنه من جمع المعلومات (إحسان. ص. 57) وتستدعي دراستنا استخدام أداة الاستبيان ومقياس نفسي.

- **استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي**:

#### تصحيح الإستبيان:

من أجل قياس و الإرشاد النفسي لدى لاعبين كرة القدم لبعض أندية برج بو عريريج استخدم الطالب الباحث استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي مصمم من طرف الباحث حيث يتكون الاستبيان من 25 فقرة . وتم تطبيقها على الدراسة الحالية، حيث يتكون سلم الإجابة للاستبيان من 5 .

وعند تصحيح عبارات الإستبيان يتم منح الدرجات التالية:

جدول (01): يوضح الدرجات الممنوحة لكل اختيار في استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي .

دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
5 درجات	4 درجات	3 درجات	درجتين	1 درجة

### 7- الخصائص السيكو مترية (الصدق والثبات) لأداة الدراسة

- صدق الاستبيان:

عندما يريد الباحث استخدام أداة فإن السؤال الذي يمكن أن يتبادر إلى ذهنه هو أن الأداة التي بصدد استعمالها كوسيلة للبحث تقيس فعلا الظاهرة المراد دراستها أو أنها غير ذلك؟ حيث يجد الباحث نفسه ملزم بإثبات صدق الأداة التي يريد استعمالها، وهناك عدة طرق يمكن له الاستعانة بها من أجل تحقيق ذلك نذكر أهمها على النحو التالي:

صدق الاتساق الداخلي: استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي

لحساب المقياس تم الاعتماد على صدق الاتساق الداخلي :

وهو معرفة مدى ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس، و تستخدم هذه الوسيلة الإحصائية كمحك داخلي لقياس مدى صلاحية العبارات ومعرفة ما يقيسه الاختبار أو بمعنى آخر صدق المضمون (سمارة، 1989، ص145).

جدول رقم(2) يوضح الاتساق الداخلي لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي

السؤال	معامل الارتباط	Sig (مستوى المعنوية)	النتيجة
1-اعتبر التوجيه و الإرشاد بالنسبة إلي هو عملية حل مشكلة تعرضت لها	0,811**	0,01	دال
2-أعتقد أن بإمكان المدرب القيام بالتوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي	0,781**	0,01	دال
3-أرى أن دور الإرشاد النفسي هو من اختصاص مختص في علم النفس الرياضي	0,877**	0,01	دال
4-يتعامل معي المدرب بأسلوب إنساني و لبق	0,820**	0,01	دال
5-أرى أن الإرشاد النفسي الجيد قبل المباراة يساعد على اللعب بأريحية	,702**0	0,01	دال
6-يكسبنا المدرب تقنيات عديدة لتجاوز ضغط المنافسة الرياضية	0,567*	0,05	دال
7-تعتبر تقنية الاسترخاء الأسلوب الإرشادي الأمثل	0,614*	0,05	دال

دال	0,01	0,765**	8-تعامل المدرب معي بإنصاف قبل المباراة يزيد من عزيمتي على النجاح
دال	0,05	0,604*	9-الإرشاد النفسي قبل المباراة يقوى ثقتي بنفسي
دال	0,05	0,525*	10-ارتاح حين استمع لنصائح المدرب
دال	0,01	0,811**	11-يخاطبنا المدرب بين الشوطين بعبارات محفزة
دال	0,01	0,781**	12-يستطيع المدرب في كثير من المرات قلب النتيجة بمجرد التحدث معنا
دال	0,01	0,877**	13-يمتص المدرب توتر المجموعة في حالة تلقينا بطاقة صفراء أو حمراء
دال	0,01	0,820**	14-اشعر أن المدرب يتحمل العبء الأكبر في حالة الخسارة
دال	0,01	,702**0	15-أشعر بثقة أكبر حينما يطالبنا المدرب بالأداء وليس النتيجة
دال	0,05	0,567*	16-اعتبر أن الإرشاد أثناء المنافسة أمر مفيد جيدا
دال	0,05	0,614*	17-أستحضر تعليمات الإرشاد التي تلقيتها في حالة ما إذا حدث اندفاع بيني وبين اللاعب الخصم
دال	0,01	0,765**	18-يحسن المدرب نسج العلاقات الودية مع اللاعبين
دال	0,05	0,604*	19-مع تعامل المدرب تجعلنا نعتبر أنفسنا أسرة واحدة
دال	0,05	0,525*	20-في حالة الإصابة أشعر أن المدرب أكثر قرب مني
دال	0,05	0,567*	21-ترتفع معنوياتي حينما يثني على المدرب
دال	0,05	0,567*	22-استعيد الثقة بالنفس عندما يقوم المدرب بتشجيعي
دال	0,05	0,614*	23-الإرشاد النفسي بعد المنافسة يعزز ثقتي في نفسي
دال	0,01	0,765**	24-أرى أن الإرشاد و التوجيه الدور الأكبر في تحسين مردود الفريق
دال	0,01	0,877**	25-تحتاج المجموعة إلى إرشاد نفسي في حالة الخسارة

من خلال تحليل الجدول رقم (2) نجد أن جميع معاملات الارتباط للبنود دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ( 0,01 إلى 0,05) لان معامل الارتباط لكل بند مع الدرجة الكلية للبعد اكبر من 0,5 و هذا ما يثبت أن هذا البعد يتمتع بصدق و اتساق داخلي جيد.

ثبات الاستبيان : بعد التأكد من صدق الأدوات المستعملة و اعتمادهما بشكلهما النهائي :  
 الثبات: هو لو أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فإنه يعطي النتائج نفسها لو كررت مرة أخرى ويمكن أن يقصد به الاستقرار أي أنه لو أعيد تطبيق الاختبار نفسه على الفرد الواحد فإنه يعطي شيئاً من الاستقرار في النتائج، ومعامل ثبات الاختبار هو معامل ارتباط بين نتائج المرات المختلفة لإجرائه أي بين الاختبار نفسه ويقصد بالثبات دقة المقياس أو اتساقه. ( عبد المجيد ،1999، ص 429)

الجدول رقم (3) يوضح الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي

اسم الاستبيان	معامل الثبات
التوجيه و الإرشاد النفسي	0,70

نلاحظ من خلال الجدول أن معامل الثبات بالنسبة لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي وصل إلى ( 0,70) وهو معامل ثابت ومقبول

مقياس الاستجابة الانفعالية:

من أجل قياس الاستجابة الانفعالية لدى لاعبين كرة القدم لبعض أندية برج بو عريريج استخدام الطالب الباحث مقياس الاستجابة الانفعالية لدى لاعبين كرة القدم الذي صممه توماس تتكو حيث يتكون المقياس من 42 فقرة موزعة على 7 أبعاد ، حيث أخذ الطالب الباحث 18 عبارة من أصل 05 أبعاد وتم تطبيقها على الدراسة الحالية، حيث يتكون سلم الإجابة للمقياس من 5 درجات .

وعند تصحيح عبارات المقياس يتم منح العبارات التي في إتجاه البعد الدرجات التالية:

دائما= 5 درجات، غالباً= 4 درجات، أحياناً= 3 درجات، نادراً= 2 درجة، أبداً= درجة واحدة

كما يتم منح العبارات السالبة التي في عكس إتجاه البعد الدرجات التالية: دائماً= درجة واحدة, غالباً= درجتان أحياناً= 3 درجات، نادراً= 4 درجات، أبداً= 5 درجات.

جدول رقم (4): يوضح أبعاد مقياس الاستجابة الانفعالية

لرقم	أبعاد المقياس	أرقام الفقرات	إتجاه البعد	عكس إتجاه البعد	عدد فقرات المجال
1	الرغبة	6-1	3_1	6-4	6
2	المسؤولية الشخصية	12-6	9-7	12-10	6
3	الضبط الذاتي	18-12	15-13	18-15	6

الجدول رقم (5): يوضح الاتساق الداخلي لأسئلة بعد الرغبة

السؤال	معامل الارتباط	Sig (مستوى المعنوية)	النتيجة
لا أعتبر لعبي له قيمة ما لم يقترب منة أحسن مستوى لي	0,811**	0,01	دال
أريد أن أكون أحسن لاعب في الملعب	0,781**	0,01	دال
لا أشعر بالميل للعب إلا في وجود التحدي	0,877**	0,01	دال
أمارس اللعب أساسا بقصد الترويح	0,820**	0,01	دال
أفضل اللعب مع اللاعبين الذين لا يجعلون من المباراة صراعا	,702**0	0,01	دال
أستمتع باللعب في المباراة على الرغم من ارتكابي العديد من الأخطاء	0,567*	0,05	دال

من خلال تحليل الجدول رقم (5) نجد أن جميع معاملات الارتباط للبيانات إحصائية عند مستوى دلالة (0,01 إلى 0,05) لأن معامل الارتباط لكل بند مع الدرجة الكلية للبعد أكبر من 0,5 و هذا ما يثبت أن هذا البعد يتمتع بصدق و اتساق داخلي جيد.

الجدول رقم (6): يوضح الاتساق الداخلي لأسئلة بعد المسؤولية الشخصية

السؤال	معامل الارتباط	Sig (مستوى المعنوية)	النتيجة
أعتذر عندما أخطأ أو حينما أكون غير موفق في اللعب	,702**0	0,01	دال
أخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام	0,567*	0,05	دال
أشعر بالضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح	0,614*	0,05	دال
لا أهتم بما ارتكبه من أخطاء أثناء المباراة	0,765**	0,01	دال
أفكر في الأخطاء التي يقع فيها المنافس أكثر من تفكيري في اللعب	0,604*	0,05	دال
يضايقني أن المنافس يمكن أن يهزمني	0,525*	0,05	دال

من خلال تحليل الجدول رقم (6) نجد أن جميع معاملات الارتباط للبيانات إحصائية عند مستوى دلالة (0,01 إلى 0,05) لأن معامل الارتباط لكل بند مع الدرجة الكلية للبعد أكبر من 0,5 و هذا ما يثبت أن هذا البعد يتمتع بصدق و اتساق داخلي جيد.

الجدول رقم: (7) يوضح الاتساق الداخلي لأسئلة بعد الضبط الذاتي

السؤال	معامل الارتباط	Sig (مستوى المعنوية)	النتيجة
أفكر في خطة اللعب قبل المباراة	,702**0	0,01	دال
ألتزم بنظام ثابت سواء في المباراة أو التدريب	0,567*	0,05	دال
عصيتي (نرفزتي) تؤثر على أدائي في المباراة	0,614*	0,05	دال
ألعب ارتجاليا دون أن تكون خطة اللعب في ذهني	0,765**	0,01	دال
أعجل من الانتقال من طريقة الأداء إلى أخرى محاولا تحسين مستواي الرياضي	*0,604	0,05	دال
لا أعرف ما الذي ينبغي علي عمله حتى تبدأ المباراة	0,525*	0,05	دال

من خلال تحليل الجدول رقم (7) نجد أن جميع معاملات الارتباط للبيانات إحصائية عند مستوى دلالة (0,01 إلى 0,05) لان معامل الارتباط لكل بند مع الدرجة الكلية للبعد أكبر من 0,5 وهذا ما يثبت أن هذا البعد يتمتع بصدق و اتساق داخلي جيد.

ثبات المقياس:

الجدول رقم (8) يوضح الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لمقياس الاستجابة الانفعالية

اسم البعد	معامل الثبات
الرغبة	0,70
المسؤولية الشخصية	0,69
الضبط الذاتي	0,70

نلاحظ من خلال الجدول أن معامل الثبات بالنسبة لمقياس الاستجابة الانفعالية وصل إلى (0,698) وهو معامل ثابت ومقبول.

8- إجراءات التطبيق الميداني :

في يوم 24-03-2016 تم تحديد عينة الدراسة، وإجراء بعض المقابلات في العينة وهذا كتمهيد للدراسة التي نحن بصدد تطبيقها، وفي يوم 15-04-2016 تم تحديد أسئلة الاستبيانات.

بعد تحديد أسئلة الاستمارات وصياغتها بالشكل الأخير قمنا بفرزها وتفرغ بياناتها وتحليل نتائج الأسئلة التي طرحناها في استمارة الاستبيان، ولقد قمنا بوضع جداول لهذه الأسئلة تحتوي على عدد الإجابات وتكرارها وفي الأخير نقوم بالاستنتاج وتوضيح مدى صدق الفرضيات التي تضمنتها الدراسة

9- الأساليب الإحصائية:

برنامج التحليل الإحصائي

(SPSS V23).

## خلاصة:

من خلال هذا الفصل بينا الخطوات المنهجية التي يتبعها الباحث من أجل ضبط الإجراءات الميدانية الخاصة بالدراسة، وكذا توضيح أهم الطرق والأدوات المستعملة في جمع المعلومات وتنظيمها، كما قمنا بعرض هذه الطرق والأدوات بالتفصيل وتوضيح كيفية استعمالها، بالإضافة إلى المجالات التي تمت فيها الدراسة من مجال المكاني وزماني، كما أننا حددنا كل من مجتمع وعينة البحث التي تمحورت حوله الدراسة، كل هذه الإجراءات تعمل على جمع المعلومات في أحسن الظروف وعرضها في أحسن الصور ولكن جمع هذه المعلومات ليس هو الغاية وإنما الغاية هي الوصول إلى نتائج مصاغة بطريقة علمية تساعد على إيجاد حلول للمشكلة المطروحة سابقا.

وهذا الفصل ذو أهمية كبيرة في البحوث العلمية حيث أنه لا يخلو أي بحث من وجود هذا الفصل من بين فصول الدراسة، لأنه يعتبر الركيزة المنهجية التي يعتمد عليها الباحث لرسم خريطة عمل واضحة المعالم والأبعاد، أضف إلى ذلك فإنه يحدد الإطار المنهجي والعلمي الذي يجب على الباحث أن يلتزم به ليعطي مصداقية علمية لبحثه. وفي الأخير يمكن القول أن الباحث الذي يتبع هذه الخطوات والإجراءات أثناء إنجازه لبحثه يكون قد حقق خطوة كبيرة في إثبات صدق عمله وكذا توضيح الركائز العلمية التي اعتمدها للوصول إلى نتائج علمية ودقيقة يمكن الاعتماد عليها مستقبلا وحتى إمكانية تعميمها.

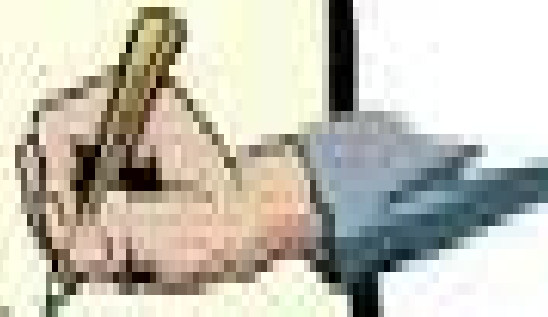
## الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

ومناقشتها

1- عرض النتائج ومناقشتها و تفسيرها

2- مناقشة النتائج في ضوء الفرضيات



تمهيد :

من خلال قيامنا بجمع بيانات الاختبارات وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها من أجل الوصول إلى تحقيق الفرضية العامة التي قمنا بطرحها ومن خلال هذه العمليات التي تتم خلال الدراسة الميدانية التي ستجرى في بعض فرق لكرة القدم من خلال القيام بتوزيع مقاييس نفسية على اللاعبين والتي سنحاول تحليلها وتفسيرها للوصول إلى نتائج علمية وهذا لا يتأتى إلى باستعمال الجانب الإحصائي " الذي يستعمل في مثل هذه الحالات والهدف الأسمى لهذا الفصل هو تحويل النتائج إلى نتائج علمية يستفاد منها مستقبلا

1- عرض وتحليل وتفسير النتائج :

التذكير بالفرضية العامة :

للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسة.

1-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة :

1-1-1- تحليل وتفسير نتائج استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي :

طريقة حساب المتوسط الحسابي للتوجيه و الإرشاد النفسي:

- نعطي درجات مختلفة لكل اختيار من الاختيارات الممكنة في الاستبيان.

جدول (09) يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين لاستبيان التوجيه و الإرشاد النفسي

عدد اللاعبين	المتوسط الفرضي المحسوب	النسبة المئوية لمجموع درجات البعد	مجموع درجات اللاعبين p	المتوسط الحسابي لدرجات اللاعبين	النسبة المئوية للمتوسط الحسابي
40	75	%100	4444 درجة	111,1	%88,88

لدينا:

- عدد اللاعبين = 40

- عدد الأسئلة = 25

المتوسط الفرضي = أكبر بديل + أصغر بديل x عدد الأسئلة ÷ 2

أي:  $75 = 25 \times 6 \div 2$

- التوجيه و الإرشاد النفسي أصغر من 75 هي ضعيف

- التوجيه و الإرشاد النفسي أكبر من 75 جيد

- التوجيه و الإرشاد النفسي تساوي 75 هي متوسط.

ومنه نعطي درجة التوجيه و الإرشاد النفسي على النحو التالي:

التوجيه و الإرشاد النفسي = مجموع درجات عدد اللاعبين P: عدد اللاعبين.

$111,1 = 40 \div 4444$  تمثل %88,88 و بالتالي : 111,1 أكبر من 75.

ومنه نستنتج أن الفريق تلقى التوجيه و الإرشاد النفسي بصفة جيدة من طرف المدرب .

1-1-2- تحليل و تفسير نتائج مقياس الاستجابة الانفعالية :

طريقة حساب المتوسط الحسابي و النسب المئوية للاستجابة الانفعالية:

- نعطي درجات مختلفة لكل اختيار من الاختيارات الممكنة في الاستبيان.

جدول (10) يوضح المتوسط الحسابية و النسبة المئوية لأبعاد الاستجابة الانفعالية

أبعاد مقياس الاستجابة الانفعالية	بعد الرغبة	بعد المسؤولية الشخصية	بعد الضبط الذاتي
مجموع درجات اللاعبين P	1091	1066	1033
المتوسط الحسابي M	27.27	26,65	25,82
النسبة المئوية P	%90,90	%88.83	%86.06
المتوسط الحسابي للاستجابة الانفعالية MG	26,58		
النسبة المئوية للاستجابة الانفعالية PG	%88.6		

لدينا:

$$26,82=3\div(25,82+26,65+27,27)=MG$$

$$\%88,88=3\div(86,06+88,33+90,9)=PG$$

المتوسط الفرضي = أكبر بديل + أصغر بديل  $\times$  عدد الأسئلة  $\div 2$

$$\text{أي: } 18=2\div 6\times 6$$

الاستجابة الانفعالية = مجموع درجات عدد اللاعبين  $\div$  عدد اللاعبين

26,58 تمثل %88,6 و بالتالي : 26,58 أكبر من 18.

ومنه نستنتج أن الفريق لديه استجابة جيدة أثناء المنافسة أي أن الفرضية العامة تحققت .

1-2- عرض ومناقشة الفرضيات الجزئية :

الفرضية الجزئية الأولى:

التذكير بالفرضية الجزئية الأولى :

التوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الرغبة أثناء المنافسة.

جدول ( 11) يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين لبعده الرغبة

عدد اللاعبين	المتوسط الفرضي المحسوب لبعده الرغبة	النسبة المئوية لمجموع درجات البعد	مجموع درجات اللاعبين P	المتوسط الحسابي لدرجات اللاعبين	النسبة المئوية للمتوسط الحسابي
40	18	100%	1091 درجة	27.27	90,9%

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم(11)

- عدد اللاعبين = 40

- عدد أسئلة البعد = 6

المتوسط الفرضي = أكبر بديل + أصغر بديل x عدد الأسئلة ÷ 2

أي:  $18 = 2 \div 6 \times 6$

ومنه:

- الرغبة أصغر من 18 هي رغبة ضعيفة.

- الرغبة أكبر من 18 هي رغبة جيدة.

- الرغبة تساوي 18 هي رغبة متوسطة.

ومنه نعطي درجة الرغبة على النحو التالي:

بعده الرغبة = مجموع درجات عدد اللاعبين P: عدد اللاعبين

$1091 \div 40 = 27,27$  تمثل 90.9% و بالتالي : 27.27 أكبر من 18

ومنه نستنتج أن اللاعبين لديهم رغبة جيدة، أي أن الفرضية الجزئية الأولى تحققت .

الفرضية الجزئية الثانية:

التذكير بالفرضية الجزئية الثانية :

للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية المسؤولية الشخصية أثناء المنافسة.

جدول (12) يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين لبعء المسؤولية الشخصية

عدد اللاعبين	المتوسط الفرضي المحسوب لبعء المسؤولية الشخصية	النسبة المئوية لمجموع درجات البعد	مجموع درجات اللاعبين P	المتوسط الحسابي لدرجات اللاعبين	النسبة المئوية للمتوسط الحسابي
40	18	100%	1066 درجة	26.65	88.83%

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم(12)

- عدد اللاعبين = 40

- عدد أسئلة البعد = 6

المتوسط الفرضي = أكبر بديل + أصغر بديل x عدد الأسئلة: 2

أي:  $18 = 2 \div 6 \times 6$

- المسؤولية الشخصية أصغر من 18 هي مسؤولية الشخصية ضعيفة.

- المسؤولية الشخصية أكبر من 18 هي مسؤولية الشخصية جيدة.

- المسؤولية الشخصية و تساوي 18 هي مسؤولية الشخصية متوسطة.

ومنه نعطي درجة الرغبة على النحو التالي:

بعء المسؤولية الشخصية = مجموع درجات عدد اللاعبين P: عدد اللاعبين

$1066 \div 40 = 26,65$  تمثل 88.83% و بالتالي : 26.65 أكبر من 18

ومنه نستنتج أن اللاعبين يمتلكون بعء المسؤولية الشخصية بصفة جيدة ،أي أن الفرضية الجزئية الثانية تحققت .

الفرضية الجزئية الثالثة:

التذكير بالفرضية الجزئية الثالثة :

للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الضبط الذاتي أثناء المنافسة.

جدول ( 13 ) يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لإجابات اللاعبين لبعء الضبط الذاتي

عدد اللاعبين	المتوسط الفرضي المحسوب لبعء الضبط الذاتي	النسبة المئوية لمجموع درجات البعء	مجموع درجات اللاعبين P	المتوسط الحسابي لدرجات اللاعبين	النسبة المئوية للمتوسط الحسابي
40	18	%100	1033 درجة	25.82	%86.06

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم(13)

- عدد اللاعبين = 40

- عدد أسئلة البعء = 6

المتوسط الفرضي = أكبر بديل + أصغر بديل x عدد الأسئلة: 2

أي:  $18 = 2 \div 6 \times 6$

- الضبط الذاتي أصغر من 18 هي ضبط ذاتي ضعيف.

- الضبط الذاتي أكبر من 18 هي ضبط ذاتي جيد.

- الضبط الذاتي و تساوي 18 هي ضبط ذاتي متوسط.

ومنه نعطي بعد درجة الضبط الذاتي على النحو التالي:

بعد الضبط الذاتي = مجموع درجات عدد اللاعبين P ÷ عدد اللاعبين

$26,65 = 40 \div 1033$  تمثل %86.06 و بالتالي : 25.82 أكبر من 18

ومنه نستنتج أن اللاعبين يمتلكون بعد الضبط الذاتي بصفة جيدة ،أي أن الفرضية الجزئية الثالثة تحققت .

2- مناقشة النتائج وربطها بالفرضيات :

2-1- مناقشة نتائج الفرضية العامة : من خلال النتيجة المتحصل عليها من الجداول رقم (9) و(10) تم التأكد من صحة الفرضية العامة وذلك بواسطة حساب المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لمجموع درجات استبيان التوجيه و الإرشاد النفسي في الجدول رقم (9) فكانت النتائج كالتالي: المتوسط الحسابي = 111,1 وبنسبة 88,88% وهذه النتائج تؤكد أن أندية ولاية برج بو عريريج تتلقى التوجيه و الإرشاد النفسي بصفة جيدة من طرف المدربين و الجدول رقم (10) يوضح المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لمجموع درجات مقياس الاستجابة للاعبين وكانت النتائج كالتالي: المتوسط الحسابي = 26,58 و بنسبة 86,6% وبواسطة هذه النتائج تم التعرف على أن لاعبي أندية برج بو عريريج يتلقون التوجيه و الإرشاد النفسي بصفة جيدة و يتميزون باستجابة انفعالية إيجابية أثناء المنافسة وهذا ما يؤكد لنا صحة الفرضية العامة وظهر مدلول الإرشاد النفسي في الخلفية النظرية وفي التعاريف التالية:

- التوجيه والإرشاد عبارة عن عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين في التغلب على المشاكل والصعوبات التي تعوق تقدمهم من أجل تحقيق أقصى نمو لإمكاناتهم البدنية والمهارية وال نفسية.
- التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على اختيار ما يناسبهم على أسس علمية سليمة، لكي يتحقق لهم التوافق في جميع مجالات الحياة.
- التوجيه والإرشاد عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على التخطيط لمستقبلهم بكل دقة في ضوء إمكاناتهم الشخصية وقدراتهم البدنية والمهارية.

وتمثلت أهداف التوجيه و الإرشاد النفسي حسب رأي محمد العري شمعون في:

- مساعدة الرياضي على أن تتكامل شخصيته بمساعدته على فهم نفسه ومشاكله.
  - مساعدة الرياضي على استغلال قدراته البدنية والمهارية واستعداداته الشخصية وإمكانيات بيئية إلى أقصى حد تؤهله له هذه الإمكانيات، الأمر الذي يؤدي إلى زيادة توافقه مع نفسه ومع مجتمعه.
  - أما الاستجابة الانفعالية ظهر مدلولها في عدة تعريفات ما يتطابق مع فرضيات الدراسة في:
- هي خاصية أساسية وطبيعية لكل موجود إنساني، وتتيح له أن يستجيب إلى سائر المنبهات الخارجية أو الداخلية، ويمكن أن نسمي جميع هذه المنبهات: الظروف الانفعالية واستجابة أولية تثيرها المتغيرات المفاجئة أو المباشرة، وتظهر الاستجابة الانفعالية في متغيرات سيكولوجية وعصبية وعضلية وتعبيرية.

وتعرف أيضا بأنها "حالة شعورية ذاتية في الكائن الحي تصطحبها تغيرات فيسيولوجية داخلية ومظاهر تعبيرية قد

تعب غالبا على نوع الانفعال".

كما يمكن تعريفها بأنها: " استجابة وجدانية شعورية تصاحبها حركات تعبيرية وتغيرات جسمية تتوقف شدتها تبعاً لنوع المثير وشدته، وهي تعبر عن حالة الاستثارة التي ي كون عليها الفرد عندما يواجه موقفاً ما من المواقف التنافسية . وكان تقسيم الاستجابة الانفعالية إلى استجابات إيجابية و استجابات إيجابية.

## 2-2- مناقشة الفرضيات الجزئية :

### مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى :

من خلال النتيجة المتحصل عليها من الجدول رقم ( 11 ) كانت النتائج بعد الرغبة كالتالي: المتوسط الحسابي = 27.7 وبنسبة 90.9% و بالتالي اللاعبين يمتلكون رغبة قوية أثناء المنافسة و هذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الأولى و استناداً للجانب النظري لتوضيح أهمية الرغبة أثناء المنافسة كان تعريف الرغبة كالتالي: هي الرغبة الشخصية لمزاولة النشاط الرياضي أو هي الرغبة للنجاح والكفاح من أجل التفوق والامتياز وتعتبر مقياساً على مدى محاولة اللاعب أن يكون الأفضل ويؤدي ما عنده. وتصنف الرغبة من متغيرات الاستجابة الانفعالية الإيجابية .

### مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

من خلال النتيجة المتحصل عليها من الجدول رقم ( 12 ) كانت النتائج بعد المسؤولية الشخصية كالتالي: المتوسط الحسابي = 26.65 وبنسبة 88.83% و بالتالي اللاعبين يمتلكون المسؤولية الشخصية بصفة جيدة أثناء المنافسة و هذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الثانية وظهرت فائدة المسؤولية الشخصية في التعريف النظري هي تحمل المسؤولية الشخصية عن أداء اللاعب في المباراة وهي الإرادة في مواجهة اللاعب لأخطائه بشجاعة وبذل الجهد في المحاولة الجادة لتصحيح هذه الأخطاء

### مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

من خلال النتيجة المتحصل عليها من الجدول رقم ( 13 ) كانت النتائج بعد الضبط الذاتي كالتالي: المتوسط الحسابي = 25.82 وبنسبة 86,06% و بالتالي اللاعبين يمتلكون الضبط الذاتي بصفة جيدة أثناء المنافسة و هذا ما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الثالثة.

وظهرت فائدة الضبط الذاتي في التعريف النظري هو الاستعداد لتطوير "خطة اللعب" والالتزام بها والاندماج فيها والوصول بها إلى مستوى الإتقان مع الاحتفاظ طوال الوقت بالمرونة الكافية لتغييرها، والثبات الذي يعكس هذه القدرة، وتمثل هذه السمة القدرة على الحفاظ على "خطة اللعب" طالما كانت صالحة

# الفصل الخامس

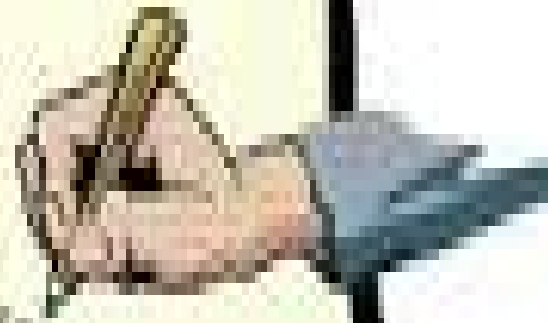
استنتاجات واقتراحات

وآفاق مستقبلية

1- استنتاجات

2- اقتراحات

3- آفاق مستقبلية



## 1- استنتاجات :

إن للتوجيه و الإرشاد النفسي أهمية كبيرة حيث يعتبر أحد أهم عناصر التدريب كما أنها تقي اللاعبين من الأثر السلبي للمشكلات النفسية التي يتعرض لها اللاعبين وتساهم في رفع وتنمية الثقة بالنفس لدى اللاعب وتساعد اللاعبين للوصول إلى أحسن إنجاز ممكن وتساعد أيضا على تجاوز الظروف الصعبة من التنافس وهو ما يبيّن أن التوجيه و الإرشاد النفسي له أهمية كبيرة للاعبين فرياق كرة القدم، كما أن كفاءة المدرب تساعد في وضع الحالة النفسية للاعبين ويكون ذلك في رفع الحالة النفسية للاعبين وهذا من خلال الاستماع الجيد للاعبين والقيام بتنمية الصفات النفسية للاعب واختيار أسلوب يتماشى مع اللاعبين.

من خلال ما درسناه في موضوعنا هذا توصلنا إلى الاستنتاجات التي لها أهمية كبيرة وهي:

- 1- إن نجاح عملية الإرشاد النفسي مسؤولية مشتركة بين المدرب واللاعبين.
- 2- يمثل الإرشاد النفسي القاعدة الأساسية للتدريب على اكتساب وتنمية المهارات النفسية والعقلية، والتدريب على التغذية الرجعية بأنواعها.
- 3- يحكم المدرب في خدمات الإرشاد النفسي من خصائص إرشادية وكذا القدرة على التأثير في الفريق بشكل فردي أو جماعي من العوامل الأساسية لرفع المستوى الأدائي لدى اللاعبين.
- 4- عدم تلقي المدرب المعلومات حول كيفية تقديم التوجيه و الإرشاد النفسي للاعب أثناء فترة التكوين .
- 5- كلما كان المدرب ملما بالمعلومات الأساسية المتعلقة بالتخصص و المجالات النظرية وكل ماله علاقة بالفريق ويقدمها في الأوقات المناسبة كان ذلك إيجابيا ومفيدا في تحسين النتائج.
- 6- إن قيام المدرب بمسؤولياته الإرشادية من حيث تشخيص المشاكل ونقاط القوة والضعف لدى اللاعبين وإضفاء جو الجدية في التعامل من أهم العوامل في نجاح عملية التوجيه و الإرشاد النفسي ورفع مستوى الفريق.
- 7- إنّ تسهيل عملية الاتصالات وإشراك اللاعبين وفتح المجال لهم لإبراز آرائهم والاستماع الجيد لهم وتقديم المساعدة حسب الحاجة يؤدي إلى خلق جو مناسب لظهور علاقات جيدة تسمح بتماسك الفريق وقلة الصراعات وبالتالي تحسين النتائج.
- 8- بالرغم من بذل الجهود لنجاح عملية الإرشاد النفسي إلا أن قدرة المدرب على التحكم في القيام بمهنة الإرشاد تبقى ضرورة ملحة.

## 2- اقتراحات :

إنّ هذه الدراسة ما هي إلا محاولة بسيطة ومحصورة في إمكانياتنا المتوفرة، ورغم ذلك أردنا أن نعطي نقطة بداية لبحوث أخرى في هذا المجال بتوسع أو تعمق أكثر، و التي يفتقر إليها باللغة العربية ، وعلى النتائج نتقدم ببعض الاقتراحات إلى مل من يهّمه الأمر سواء كانوا مدربين أو مسئولين ، و التي نأمل أن تسهل عليهم تجنب العديد من المشاكل التي يجدها خلال عملهم ونستطيع أن نتقدم أن نتقدم بالاقتراحات التالية:

- 1- يجب إقحام التوجيه و الإرشاد النفسي المبني على أسس علمية وبشكل ضروري في إكمال العملية التدريبية.
- 2- استعانة المدربين بمختصين في الإرشاد النفسي للمدربين قصد إفادة اللاعبين بخدمات تجنبهم المشاكل النفسية
- 3- يجب تقديم الخدمات الإرشادية النفسية للاعبين حتى لا يكون الاهتمام بالفوز على حساب صحته النفسية.
- 4- إقحام ما يعرف بالإرشاد النفسي العملي كوحدة ضمن برنامج تكوين المدربين في كل المستويات.
- 5- بداية تقديم خدمات الإرشاد النفسي في سن مبكر للاعبين.

- 6- وضع برامج منظمة فيما يتعلق بالتوجيه والإرشاد النفسي والتخلي عن العمل غير المبرمج.
- 8- توفير الإمكانيات والوسائل اللازمة لتخطيط وتنفيذ عملية الإرشاد النفسي.

## 3- الآفاق المستقبلية :

- 1- ضرورة قيام المدربين بتشخيص المتطلبات النفسية للاعبين للاشتراك في المباراة .
- 2- يجب على المدربين أن يسهروا على تكوين أنفسهم جيدا في مجال علم النفس الرياضي حتى يتسنى لهم التعامل مع اللاعبين بشكل جيد .
- 3- نطلب من جميع المدربين إعداد معلومات خاصة عن سيرة حياة اللاعبين لأنّ ذلك مهم جدا في كرة القدم فرما هذا اللاعب يكون منحرفا أو يعيش في ظروف عائلية سيئة وهذا يؤثر على أداء اللاعب.
- 4- ضرورة إعداد معلومات خاصة عن الحالة النفسية لكل لاعب .
- 5- يتوجب على جميع المدربين أن تكون لديهم دراية عن الحالة الاجتماعية للاعبين لأنّ هذه الأخيرة لها تأثير كبير على مردود اللاعب .
- 6- يجب توفير أطباء نفسانيين للاعبين، ولهذا نرجو ا من الجهات المعنية والرابطات ورؤساء النوادي ضرورة أخصائين نفسيين في المجال الرياضي.

## خاتمة:

لقد توصلنا من خلال هذا البحث إلى أن للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في التحكم في الانفعالات و تنمية الاستجابات الانفعالية الإيجابية ، وهذا فيما يتعلق بتوفر خدمات التوجيه الإرشاد النفسي ومهاراته لدى المدربين، من أجل القدرة على التعامل مع مشكلات اللاعبين المختلفة بالكيفية اللائقة وإشراك المدرب كطرف فعال في عملية التوجيه والإرشاد النفسي، فكلما توفرت خدمات الإرشاد النفسي ومهاراته ضمن المنظومة التدريبية وبشكل فعال ، كان لها الأثر الإيجابي على اللاعبين وعلى الفريق ككل، مما يؤدي إلى تحكم أفراد الفريق في قدراتهم البدنية والانفعالية وإحساسهم بالتماسك وبناء علاقات قوية بينهم، وكذا مع المدرب والإدارة، وذلك ليس على حساب صحتهم النفسية بل بالعكس، كل هذا يكلل طبعاً بالنجاح إذا تمكن المدرب من تقديم نموذج لا ثقل للقيام بمهنة أو دور المرشد النفسي .

ولقد أوصينا في الأخير وذلك في حدود ما توصلنا إليه من استنتاجات و كذلك حدود البحث إلى ضرورة الاتصال بالمختصين في مجال علم النفس الرياضي، وهذا قصد التنسيق مع المدربين لوضع برامج التوجيه و الإرشاد النفسي والسهر على تنفيذها وبشكل علمي ومنهجي، لتحسين الوضعية التي تعيشها الرياضة الوطنية عامة وكرة القدم لما لها من صدى ومكانة شعبية بشكل خاص.

الملاحق



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة -المسيلة-

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

قسم التدريب الرياضي

استمارة استبيان للاعبين

إلى لاعبي كرة القدم:

في إطار تحضير مذكرة تخرج ضمن متطلبات شهادة ماستر بمعهد العلوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، فإننا في حاجة ماسة لمساهمتم لكي ننجز عملنا بنجاح.

يدور موضوع مذكرتنا حول "التوجيه و الإرشاد النفسي ودوره في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للإستجابة الإنفعالية أثناء المنافسة\*دراسة ميدانية لبعض أندية برج بوعريريج\*", فإذا تفضلتم بالإجابة عن الأسئلة نتعهد أن كامل البيانات المجمعة بواسطة هذه الاستمارة ستستخدم لغرض علمي فقط و شكرا على تعاونكم وتفهمكم.

ملاحظة:

الرجاء وضع علامة (X) أمام الإجابة التي تفضلها وتراها صائبة ومناسبة حسب رأيك من أجل التوصل إلى نتائج دقيقة تفيد دراستنا.

شكرا على تفهمكم ومساعدتكم.

من إعداد الطالب:

➤ طاوي صدام حسين

السنة الجامعية 2015-2016

- استمارة استبيان حول التوجيه والإرشاد النفسي					
أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	العبارات
					1- اعتبر التوجيه و الإرشاد بالنسبة إلي هو عملية حل مشكلة تعرضت لها
					2- أعتقد أن بإمكان المدرب القيام بالتوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي
					3- أرى أن دور الإرشاد النفسي هو من اختصاص مختص في علم النفس الرياضي
					4- يتعامل معي المدرب بأسلوب إنساني و لبق
					5- أرى أن الإرشاد النفسي الجيد قبل المباراة يساعد على اللعب بأريحية
					6- يكسبنا المدرب تقنيات عديدة لتجاوز ضغط المنافسة الرياضية
					7- تعتبر تقنية الاسترخاء الأسلوب الإرشادي الأمثل
					8- تعامل المدرب معي بإنصاف قبل المباراة يزيد من عزيمتي على النجاح
					9- الإرشاد النفسي قبل المباراة يقوى ثقتي بنفسي
					10- ارتاح حين استمع لنصائح المدرب
					11- يخاطبنا المدرب بين الشوطين بعبارات محفزة
					12- يستطيع المدرب في كثير من المرات قلب النتيجة بمجرد التحدث معنا
					13- يمتص المدرب توتر المجموعة في حالة تلقينا بطاقة صفراء او حمراء
					14- اشعر أن المدرب يتحمل العبء الأكبر في حالة الخسارة
					15- أشعر بثقة أكبر حينما يطالبنا المدرب بالأداء وليس النتيجة
					16- اعتبر أن الإرشاد أثناء المنافسة أمر مفيد جيدا
					17- أستحضر تعليمات الإرشاد التي تلقيتها في حالة ما إذا

					حدث اندفاع بيني وبين اللاعب الخصم
					18-يحسن المدرب نسج العلاقات الودية مع اللاعبين
					19-مع تعامل المدرب تجعلنا نعتبر أنفسنا أسرة واحدة
					20-في حالة الإصابة أشعر أن المدرب أكثر قرب مني
					21- ترتفع معنوياتي حينما يثني على المدرب
					22- استعيد الثقة بالنفس عندما يقوم المدرب بتشجيعي
					23- الإرشاد النفسي بعد المنافسة يعزز ثقتي في نفسي
					24- أرى أن الإرشاد و التوجيه الدور الأكبر في تحسين مردود الفريق
					25- تحتاج المجموعة إلى إرشاد نفسي في حالة الخسارة

مقياس الاستجابات الانفعالية في الرياضة تصميم توماس تتكو ترجمة محمد حسن علاوي ومحمد العربي شمعون					
العبارات					
أبدا	نادرا	أحيانا	غالبا	دائما	
بعد الرغبة					
					1 لا أعتبر لعبي له قيمة ما لم يقترب منة أحسن مستوى لي
					2 أريد أن أكون أحسن لاعب في الملعب
					3 لا أشعر بالميل للعب إلا في وجود التحدي
					4 أمارس اللعب أساسا بقصد الترويح
					5 أفضل اللعب مع اللاعبين الذين لا يجعلون من المباراة صراعا
					6 أستمتع باللعب في المباراة على الرغم من إرتكابي العديد من الأخطاء
بعد المسؤولية الشخصية					
					7 أعتذر عندما أخطأ أو حينما أكون غير موفق في اللعب
					8 أخطائي في المباراة تجعلني في حالة سيئة لعدة أيام
					9 أشعر بالضيق عند الفشل أكثر من شعوري بالفرح عند النجاح
					10 لا أهتم بما أرتكبه من أخطاء أثناء المباراة
					11 أفكر في الأخطاء التي يقع فيها المنافس أكثر من تفكيري في اللعب
					12 يضايقني أن المنافس يمكن أن يهزمني
بعد الضبط الذاتي					
					13 أفكر في خطة اللعب قبل المباراة
					14 ألتزم بنظام ثابت سواء في المباراة أو التدريب
					15 عصبيتي (نرفزتي) تؤثر على أدائي في المباراة

					16	أَلعب ارتجاليا دون أن تكون خطة اللعب في ذهني
					17	أَتعجل من الانتقال من طريقة الأداء إلى أخرى محاولا تحسين مستواي الرياضي
					18	لا أعرف ما الذي ينبغي علي عمله حتى تبدأ المباراة

# قائمة المصادر والمراجع



قائمة المراجع:

- 1- إبراهيم مروان عبد المجيد : **الأسس العلمية و الطرق الإحصائية للإختبارات و القياس في التربية الرياضية** ، دار الفكر للطباعة و النشر ،عمان، الأردن،1999.
- 2- إحسان محمد حسن: **"الأسس العلمية للبحث الإجتماعي**، دار الطليعة للنشر ، بيروت ، الاردن 1983
- 3- أحمد الزنادي. د هشام الخطيب : **مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي**، ط 1، دار الثقافة،عمان، الأردن، 2001
- 4- أحمد أمين فوزي: **مبادئ علم النفس الرياضي** دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر 2001
- 5- أحمد محمد الزغيبي: **الإرشاد النفسي**، ط 1، دار زهران،عمان،الأردن، 2001
- 6- إخلاص محمد عبد الحفيظ: **الإرشاد والتوجيه النفسي في المجال الرياضي** ، ط 1، مركزالكتاب،مصر،. 200
- 7- أديب الخالدي: **المرجع في الصحة النفسية**، ط 2، دار العربية للنشر والتوزيع، ليبيا، 2002
- 8- حسن أحمد الشافعي و سوزان علي مرسي " **مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية** "، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، مصر 1999
- 9- حسن المنسي .أ. إيمان منسي: **التوجيه والإرشاد النفسي ونظرياته** ، ط 1، دار الكندي، عمان، الأردن، 2004.
- 10- خير الدين علي عوييس. عصام الهلالي: **علم الاجتماع الرياضي**، ط 1، دار الفكر العربي،مصر، 1998
- 11- زينب محمود شقير: **علم النفس العيادي والمرضي للأطفال والراشدين** ، ط 1، دار الفكر،الأردن، 2002
- 12- جودت عزت عبد الهاد. سعيد حسني العزة: **مبادئ التوجيه والإرشاد النفسي**، ط 1، دارالثقافة،الأردن،. 1999
- 13- داكوبيير ، **الانتصارات المذهلة لعلم النفس الحديث** ، ط 2،ترجمة: وجيه أسعد ،مؤسسة الرسالة ،بيروت2012
- 14- راجح أحمد عزت ،**أصول علم النفس** ،دار المعارف ،القاهرة ،مصر ،1999
- 15- رمضان محمد القذافي: **الشخصية(نظريات.اختبارات،طرق قياسها)**، ط 2، دار الكتب الوطنية، 1997
- 16- حلمي المليجي : **علم النفس الشخصية**، ط 1 ،دارالنهضةالعربية،بيروت،لبنان، 2001
- 17- رومي جميل: **"كرة القدم"** ، دار النقائص، بيروت (لبنان)، ط 1، 1986م
- 18- زينب محمود شقير: **علم النفس العيادي والمرضي للأطفال والراشدين**، ط 1، دار الفكر،الأردن، 2002
- 19- سامي محمد ملحم : **الإرشاد والعلاج النفسي**، ط 1، دار المسيرة ،الأردن،. 2001
- 20- سمارة عزيز **مبادئ القياس و التقويم في التربية** ، ط 2، دار الفكر للنشر و التوزيع،عمان،الأردن،1989.
- 21- سيد صبحي: **الإنسان وصحته النفسية**، ط 1، مكتبة الأسرة، مصر، 2003
- 22- عزيز رضا **"مناهج البحث في العلوم السلوكية"** مكتبة الأنجلو مصرية 1991
- 23- عماد سمير الحكيم ،**الإعداد النفسي في المجال الرياضي** ، ط 1، دار الفكر العربي،القاهرة ،مصر،2014
- 24- غازي صالح محمود، **"علم النفس الرياضي"**، ط 1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن،2011.

## قائمة المراجع والمصادر

- 25- فاروق مصطفى ،مدخل إلى الاضطرابات السلوكية والانفعالية ،ط1،دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ،عمان 2014
- 26- فايزة محمد علي الحاج: الصحة النفسية، ط 1،الرياض،العربية السعودية، 1977
- 27- كمال الدين عبد الرحمان درويش و آخرون " القياس و التقويم وتحليل مباراة كرة القدم نظريات وتطبيقات " مصر , 2002
- 28- محمد العربي شمعون : د ماجدة محمد إسماعيل : التوجيه والإرشاد النفسي في ا لمجال الرياضي، ط 1 ،مصر،2002
- 29- محمد حسن علاوي " علم التدريب الرياضي " ط 2 , مصر, 1994
- 30- محمد حسن علاوي " موسوعة الإختبارات النفسية للرياضيين " ط 1, مصر, 1998
- 31- محمد حسن علاوي , أسامة كامل راتب " البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي " , علم المعرفة للنشر , القاهرة, مصر, 2003
- 32- محمد حسن علاوي: علم النفس التدريب والمنافسة الرياضية ،بجون ط ،دار الفكر العربي،القاهرة،مصر، 2002
- 33- محمد زيان عمر " البحث العلمي مناهجه وتقنياته "، دار الشروق للنشر و التوزيع , السعودية 1983
- 34- محمد حسن علاوي موسوعة الإختبارات النفسية, ط 1, مركز الكتاب للنشر, مصر, 1998
- 35- مروان عبد المجيد إبراهيم: إدارة البطولات والمنافسات الرياضية ، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، ط1، عمان، 2002
- 36- نبيل صالح سفيان:المختصر في الشخصية و الإرشاد النفسي،ط1، إيتراك للطباعة،مصر، 2003
- 37- يوسف مصطفى القاضي وآخرون:الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي،دار المريخ العربية السعودية،. 2002
- الرسائل و الأطروحات العلمية:
- 1- أحمد منصوري ،الكرة الجزائرية فوز مستحق ،الشباك، العدد 26 نوفمبر 1993.
- 2- علال خالد وآخرون ،المسؤولية القانونية في تأمين الحكام في منافسات كرة القدم، مذكرة لنيل شهادة ليسانس في التربية البدنية والرياضية، قسم الإدارة والتسيير الرياضي ،جامعة المسيلة،2007، 2008
- 3- المجلة الفصلية للجنة الأولمبية الجزائرية، 1999

قائمة المراجع بالفرنسية:

1-Dominique Fua: Le Metier de Psychologique Clinicien, ED1, Nathan édition Paris, France, 1997.

2-édition Revus EPS, paris, France, 200Jean Pierre REY:Le groupe, SED

3-Laurent Guido et Gianni Haver: Images de la femme sportive  
,SED,Georgéditeur, paris,France,2003.

4-Jean Luise Pidinielle : Introduction à La Psychologie Clinique, SED,  
éditionNathain, Paris, France, 1994

## Summery

**Theme:** *Guidance, psychological counseling and its role in the development of some positive variables in the emotional response during the competition. A field study on some sportive clubs in the willaya of BordjBouArreridj*

**Objective of the study:** Highlighting of the role of guidance, psychological counseling in the development of positive variables in the emotional response during the competition, in addition to the trainers role through their counseling services to the players, control their behaviors and emotive cases.

**Problematic:** Is there any role for the guidance and psychological counseling in the development of the positive variables in the emotional response during the competition?

**Sub-questions:**

- Could the guidance and psychological counseling increase the desire during the competition?
- Is there any role for the guidance and psychological counseling in the development of the personal responsibility during the competition?
- Is there any role for the guidance and psychological counseling in the development of the self-control during the competition?

**Procedures of the field study:**

**Sample:** The target sample included 40 players for some clubs from the willaya of BordjBouArreridj.

**Temporal and spatial areas:** the study was conducted on some sportive clubs in the willaya of BordjBouArreridj, during the period : from March 24, 2016 to April 25, 2016.

**Method:** Descriptive method.

**Tools of the study:** Questionnaire on the guidance and psychological counseling, and a psychological measure for the emotional response.

**Results achieved :** the guidance and psychological counseling has a main role in the emotionality response during the competition.

1. There is a role for guidance and psychological counseling in the development of desire during the competition.
2. The guidance and psychological counseling play a role in the development of the personal responsibility during the competition.
3. The self-control during the competition could be growing-up because of the guidance and psychological counseling.

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

## ملخص الدراسة:

**عنوان الدراسة:** التوجيه و الإرشاد النفسي ودوره في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسة-

دراسة ميدانية لبعض أندية ولاية برج بوعريريج.

**هدف الدراسة:** إبراز دور التوجيه و الإرشاد النفسي في تنمية المتغيرات الإيجابية للإستجابة الإنفعالية أثناء المنافسة ودور المدربين من خلال تقديم الخدمات الإرشادية للاعبين و التحكم في سلوكياتهم و التحكم في حالاتهم الإنفعالية.

**مشكلة الدراسة:** هل للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية بعض المتغيرات الإيجابية للاستجابة الانفعالية أثناء المنافسة؟.

### التساؤلات الجزئية التالية:

\*هل للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الرغبة أثناء المنافسة؟.

\*هل للتوجيه والإرشاد النفسي دور في تنمية المسؤولية الشخصية أثناء المنافسة؟.

\*هل للتوجيه والإرشاد النفسي دور في تنمية الضبط الذاتي أثناء المنافسة؟.

### إجراءات الدراسة الميدانية:

**العينة:** عينة غرضية شملت 40 لاعب لبعض أندية ولاية برج بوعريريج

**المجال الزمني والمكاني:** تم إجراء الدراسة على مستوى بعض أندية ولاية برج بوعريريج 24 مارس 2016 إلى غاية 25 أبريل 2016 .

**المنهج:** المنهج المتبع هو المنهج الوصفي.

**الأدوات المستعملة في الدراسة:** إستمارة إستبيان في التوجيه و الإرشاد النفسي، مقياس نفسي في الإستجابة الإنفعالية

**النتائج المتوصل إليها:** التوجيه والإرشاد النفسي له دور كبير في تنمية الاستجابة الانفعالية للاعبين أثناء المنافسة.

1-للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الرغبة أثناء المنافسة.

2-للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية المسؤولية الشخصية أثناء المنافسة.

3- للتوجيه و الإرشاد النفسي دور في تنمية الضبط الذاتي أثناء المنافسة.