

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة جيلالي بونعامة خميس مليانة



النشاطات البدنية

معهد علوم وتقنيات

والرياضية

قسم التدريب الرياضي

مذكرة تخرج من متطلبات نيل شهادة الماستر في ميدان علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

اختصاص: التحضير البدني الرياضي

العزو السببي الرياضي وعلاقته ببعض المهارات النفسية لدى  
لاعبي كرة القدم صنف أكابر  
دراسة ميدانية لنوادي ولاية عين الدفلى

دراسة وصفية ارتباطية مطبقة على لاعبي كرة القدم صنف أكابر  
بولاية عين الدفلى.

إشراف:

أ.ب.ن حاج الطاهر عبد القادر

من إعداد:

❖ كمال بلهادي

❖ أحمد وزين

السنة الجامعية: 2018-2019

# إهداء

إلى من علمني النجاح و الصبر... إلى من علمني العطاء بدون انتظار... أبي.

إلى من علمتني و عانت الصعاب لأصل إلى ما أنا فيه... إلى من كان دعاؤها سر نجاحي و حنانها بلسم جراحي... أمي.

إلى جميع أفراد أسرتي الصغيرة و الكبيرة كل باسمه أينما وجدواخص بالذكر أولادي حفظهم الله

إلى أصدقائي رفقاء دربي من داخل الجامعة و خارجها.

إل جميع أساتذة و تلاميذ متوسطة عبد الحميد بن باديس "عين الدم"

إلى الأستاذ المشرف الدكتور بن حاج الطاهر عبد القادر ، إلى أساتذتي الكرام الذين أناروا دروبنا بالعلم و المعرفة.

إليكم أهدي ثمرة هذا العمل المتواضع.

شكر وتقدير

نرى لزاما علينا تسجيل الشكر وإعلامه ونسبة الفضل لأصحابه،  
استجابة لقول النبي: «من لم يشكر الناس لم يشكر الله».  
و كما قيل:

علامة شكر المرء إعلان حمده فمن كتم المعروف منهم فما  
شكر

فالشكر أولا لله عز و جل على أن هدانا لسلوك طريق البحث و  
التشبه بأهل العلم و إن كان بيننا و بينهم مفاوز.

كما نخص بالشكر أستاذنا الكريم و معلمنا الفاضل المشرف على  
هذا البحث الدكتور بن حاج الطاهر عبد القادر ، فقد كان حريصا  
على قراءة كل ما نكتب ثم يوجهنا إلى ما يرى بأرق عبارة و أطف  
إشارة، فله منا وافر الثناء و خالص الدعاء.

كما نشكر السادة الأساتذة و كل الزملاء و كل  
من قدم لنا فائدة أو أعاننا

بمرجع، نسأل الله أن  
يجزيهم عنا خيرا و أن  
يجعل عملهم في ميزان  
حسناتهم.



(( رَبَّنَا آتِنَا مِنْ لَدُنْكَ رَحْمَةً وَهَيِّئْ لَنَا  
مِنْ أَمْرِنَا رَشَدًا ))

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

صدق الله العظيم

# قائمة المحتويات

## قائمة المحتويات :

الصفحة	المواضيع
	- شكر و تقدير
	- الإهداء
أ، ب، ج، د، هـ	- قائمة المحتويات
و	- قائمة الجداول
ز	- قائمة الأشكال
ح	- قائمة الملاحق
ط	- ملخص الدراسة باللغة العربية
ي	- ملخص الدراسة باللغة الإنجليزية
3-2-1	- مقدمة
<b>الجانب التمهيدي: التعريف بالبحث</b>	
5-4	1- الإشكالية
6	2- التساؤلات
6	3- الفرضيات
6	4- أهداف البحث
6	5- أهمية البحث
8-7	6- مصطلحات البحث
9-10-11-12-13-14-15-17-16	7- الدراسات السابقة
<b>الباب الأول: الجانب النظري</b>	
<b>الفصل الأول: العزو السببي في المجال الرياضي</b>	
18	- تمهيد
19	1- مفهوم العزو السببي
20	2- أهمية العزو السببي في المجال الرياضي
21	3- النظريات و النماذج التي فسرت العزو السببي
22-21	3-1 نموذج العزو السببي لهايدر
23-22	3-2 نظرية جونزودافيز

24-23	3-3 نظرية كيلي
26-25-24	4-3 نظرية واينر
27	4- التفسير العلمي و الخرافي للتعليل السببي في المجال الرياضي
27	5- التأثيرات النفسية لأبعاد العزو السببي على الرياضيين
28	1-5 تأثير أبعاد العزو على توقعات الرياضيين
28	2-5 تأثير أبعاد العزو السببي على إنفعالات الرياضيين
29	6- وجهة الضبط
29	1-6 أنواع وجهة الضبط
29	1-1-6 وجهة الضبط الداخلي
29	2-1-6 وجهة الضبط الخارجي
30	2-6 الخصائص و السمات المميزة لذوي الضبط الداخلي
31-30	1-2-6 الخصائص و السمات المميزة لذوي الضبط الداخلي
32-31	2-2-6 السمات و الصفات المميزة لذوي الضبط الخارجي
32	6- تفسير اللاعب لعزو التفوق و الفشل الرياضي
33	- خلاصة
<b>الفصل الثاني: المهارات النفسية في المجال الرياضي</b>	
34	- تمهيد
35	1- المهارات النفسية في الرياضة
35	1-1 ماهية المهارات النفسية وأهميتها
36	2-1 المسؤول عن تدريب المهارات النفسية
37-36	3-1 أسباب عدم الاهتمام بالمهارات النفسية
37	1- المهارات النفسية قيد الدراسة
37	1-2 الثقة بالنفس
38-37	1-1-2 ماهية الثقة بالنفس
39-38	2-1-2 أهمية الثقة بالنفس
40-39	3-1-2 أنواع الثقة بالنفس
41-40	4-1-2 مظاهر الثقة بالنفس في الرياضة
42-41	5-1-2 نظريات الثقة بالنفس
42	2-2 دافعية الإنجاز الرياضي
42	1-2-2 الدافعية

43-42	1-1-2-2 مفهوم الدافعية
43	2-1-2-2 العوامل المؤثرة في الدافعية
44-43	3-1-2-2 نظريات الدافعية
44	4-1-2-2 وظائف الدافعية
45	5-1-2-2 أنواع الدافعية
46	2-2-2 دافعية الإنجاز
47-46	1-2-2-2 مفهوم دافعية الإنجاز
48-47	2-2-2-2 النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز
49-48	3-2-2-2 مميزات الأفراد ذو الدافع للإنجاز
49	3-2-2 دافعية الإنجاز الرياضي
49	1-3-2-2 تعريف دافعية الإنجاز الرياضي
50	2-3-2-2 المكونات الشخصية لدافعية الإنجاز الرياضي
52-51	3-3-2-2 مستويات دافعية الإنجاز الرياضي
53	- خلاصة
<b>الفصل الثالث : الإعداد النفسي في كرة القدم</b>	
54	- تمهيد
55	1- علم النفس الرياضي
55	1-1 مفهوم علم النفس الرياضي
56-55	2-1 دور علم النفس الرياضي
56	3-1 مهام علم النفس الرياضي
56	1-3-1 الرفع في مستوى الإنجاز الرياضي
57-56	2-3-1 تنمية الصفات والاتجاهات النفسية
57	3-3-1 توطيد مستوى الإنجاز
57	4-3-1 تنمية الإهتمامات والحاجيات النفسية
58	2- الإعداد النفسي
58	1-2 تعريف الإعداد النفسي
59-58	2-2 أهداف الإعداد النفسي
59	3-2 أنواع الإعداد النفسي
60-59	1-3-2 الإعداد النفسي من حيث المدة
60-59	1-1-3-2 الإعداد النفسي طويل المدى

61-60	2-1-3-2 الإعداد النفسي قصير المدى
62	2-3-2 الإعداد النفسي من حيث النوعية
62	1-2-3-2 الإعداد النفسي العام
63-62	2-2-3-2 الإعداد النفسي الخاص
64-63	3-3-2 التوجيهات العامة
64	4-2 أغراض الإعداد النفسي
64	5-2 الخصائص النفسية للاعب كرة القدم
65-64	1-5-2 الصفات والقدرات النفسية لدى لاعبي كرة القدم
65	2-5-2 الحالات الإنفعالية والعقلية للاعب كرة القدم
65	6-2 واجبات التحضير النفسي للاعب كرة القدم
66	7-2 تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم
67-66	8-2 علاقة الإعداد النفسي بالنواحي التدريبية الأخرى
68-67	9-2 العلاقة بين التفوق والفشل الرياضي لدى لاعبي كرة القدم
69	- خلاصة
<b>الباب الثاني : الجانب التطبيقية</b>	
<b>الفصل الرابع : إجراءات البحث</b>	
70	1- الدراسة الإستطلاعية
70	1-1 أهداف و أهمية الدراسة الإستطلاعية
70	2-1 عينة الدراسة الإستطلاعية
71	3-1 زمن و ظروف تطبيق الدراسة الإستطلاعية
71	2- المنهج المتبع
71	3- عينة البحث
72	4- الأدوات المستخدمة في الدراسة
72	1-4 مقياس العزو السببي
73	1-1-4 تصحيح المقياس
76-75-74-73	2-1-4 الخصائص السيكومترية لمقياس العزو السببي
76	2-4 مقياس المهارات النفسية
77	1-2-4 تصحيح المقياس
79-78-77	2-2-4 الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات النفسية
79	5- الوسائل الإحصائية المستعملة

80	خلاصة
<b>الفصل الخامس : عرض و مناقشة النتائج</b>	
81	- تمهيد
82	-1 عرض النتائج
84-83-82	1-1 الفرضية الأولى : عرض نتائج الفرضية الأولى
86-85-84	2-1 الفرضية الثانية: عرض نتائج الفرضية الثانية
89-88-87-86	3-1 الفرضية الثالثة : عرض نتائج الفرضية الثالثة
90	-2 مناقشة و تفسير النتائج
90	1-2 من حيث الإجابة على الأسئلة
91	2-2 تفسير و مناقشة نتائج الفرضيات
91	1-2-2 تفسير نتائج الفرضية الأولى
93-92	2-2-2 تفسير نتائج الفرضية الثانية
95-94-93	3-2-2 تفسير نتائج الفرضية الثالثة
96	- الاستنتاجات
97	- التوصيات
98	- خاتمة
<b>المراجع و المصادر</b>	
102-101-100-99	- المراجع العربية
100	- المراجع الأجنبية
<b>الملاحق</b>	

## قائمة الجداول :

الصفحة	العنوان	رقم الجدول
71	يوضح عينة البحث .	الجدول رقم (01)
72	يوضح رقم العبارات لكل بعد من أبعاد العزو السببي في الرياضة.	الجدول رقم (02)
73	يوضح العزو الداخلي لكل عبارة من عبارات مقياس العزو السببي في الرياضة.	الجدول رقم (03)
74	يوضح الفروق بين المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والمجموعة العليا لكل بعد من أبعاد مقياس العزو السببي.	الجدول رقم (04)
78	يبين العزو بين المجموعة ذات الدرجات الأعلى والمجموعة ذات الدرجات الأدنى في بعدي الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز الرياضي.	الجدول رقم (05)
82	يوضح درجات أبعاد العزو السببي لدى اللاعبين.	الجدول رقم (06)
83	يوضح مستويات أبعاد العزو السببي لدى اللاعبين.	الجدول رقم (07)
84	يوضح درجات بعدي دافعية الإنجاز والثقة بالنفس.	الجدول رقم (08)
85	يوضح مستويات بعدي دافعية الإنجاز والثقة بالنفس.	الجدول رقم (09)
86	يوضح الفروق في دافعية الإنجاز ما بين مرتفعي ومنخفضي العزو السببي .	الجدول رقم (10)
88	يوضح الفروق في الثقة بالنفس ما بين مرتفعي ومنخفضي العزو السببي.	الجدول رقم (11)

## قائمة الأشكال :

الصفحة	العنوان	رقم الشكل
22	يوضح التصور النظري للعزو في ضوء نظرية لهايدر.	الشكل رقم (01)
26	يوضح أثر عامل الثبات المدرك لأسباب نتائج الأداء في التوقعات المستقبلية للنتائج .	الشكل رقم (02)
46	يوضح مصادر الدافعية للسلوك الرياضي.	الشكل رقم (03)
68	يمثل الحالات الأربعة المحتملة في ضوء عاملي النتيجة و الأداء بالنسبة للاعب الرياضي .	الشكل رقم (04)
75	يوضح الفروق بين المتوسط الحسابي للمجموعة العليا و المجموعة الدنيا لكل بعد من أبعاد مقياس العزو السببي .	الشكل رقم (05)
78	يبين الفروق بين المجموعة ذات الدرجات الأعلى و المجموعة ذات الدرجات الأدنى بين بعدي الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الرياضي .	الشكل رقم (06)
82	رسم بياني يوضح النسبة المئوية لدرجات أبعاد العزو الرياضي .	الشكل رقم (07)
83	يوضح مستويات أبعاد العزو السببي لدى اللاعبين .	الشكل رقم (08)
85	رسم بياني يوضح النسبة المئوية لدرجات بعدي دافعية الإنجاز و الثقة بالنفس .	الشكل رقم (09)
86	رسم بياني يوضح مستويات بعدي دافعية الإنجاز و الثقة بالنفس	الشكل رقم (10)
87	يوضح متوسط حسابي في دافعية الإنجاز المنخفض و مرتفعي العزو النسبي .	الشكل رقم (11)
88	يوضح قيم المتوسط الحسابي في الثقة بالنفس لمنخفضي و مرتفعي العزو السببي .	الشكل رقم (12)

## قائمة الملاحق :

مقياس العزو السببي في الرياضة

مقياس المهارات النفسية

شهدت السنوات الاخيرة اهتماما متزايدا بالإعداد المتكامل للاعب كرة القدم و يتضح ذلك من خلال العلاقة التكاملية بين جوانب التدريب المختلفة و التي تشمل الجانب البدني و المهاري و الخططي بالإضافة إلى الجانب النفسي حيث إن الوصول للمستويات الرياضية العالية يتطلب من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدرته البدنية و مهارية و الخططية و النفسية بصورة متكاملة و ذلك لمحاولة احراز افضل مستوى ممكن.

و يعد التدريب الحديث لمختلف الألعاب الجماعية و الفعاليات الرياضية عملية تربوية منظمة مبنية على أسس علمية هدفها الوصول باللاعبين الى أرقى المستويات بالأداء المتكامل و المتطور و السريع الذي يسعى اليه دول العالم, و قد حرصت معظم هذه الدول على اعداد منتخباتها و تزويد مدربيها بفكر جديد لتمثيل بلادهم في البطولات الدولية. (علاوي, 2002, ص12).

لقد تقاربت طرق الإعداد البدني و المهاري و الخططي و مبادئه إلى درجة كبيرة خلال السنوات الاخيرة و لذا فقد ظهرت الحاجة إلى المزيد من الإهتمام بالناحية النفسية, (راتب و مرسي, 1991, ص331) التي تعتبر من أهم العوامل التي تلعب دورا هاما و حيويا في تحقيق أفضل المستويات الرياضية, إذ يعد الجانب النفسي أحد الركائز الأساسية في عملية التدريب الرياضي الحديث لما له من اهمية كبيرة في تعزيز الفوز و الاداء الجيد.

و تعتمد الأنشطة الرياضية في أغلب مجالاتها التنافسية على العديد من العلوم البيولوجية و العلوم الاجتماعية و النفسية في دراسة و تحليل المشكلات و المعوقات التي تكون سببا في تحقيق أفضل المستويات و الانجازات, و التفوق الرياضي, و هذا الاخير الذي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدرتهم النفسية على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية, فالقدرات النفسية تساعد اللاعبين على تعبئة قدراتهم و طاقاتهم البدنية لتحقيق اقصى و افضل أداء رياضي, و يمكن تطويرها من خلال تدريبات و برامج خاصة لذلك الغرض. (راتب, 2000, ص03).

يعد علم النفس الرياضي من اهم العلوم الانسانية التي يعتمد عليها التدريب الرياضي, حيث يأتي في مقدمة العلوم المساعدة في نجاح المدرب و تطوير الاداء الرياضي, و نتيجة لذلك اخذ خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف النواحي النفسية المرتبة بالتدريب الرياضي و المنافسات الرياضية. (علاوي, 2002, ص12).

كما ان تطور علم النفس الرياضي أدى إلى ظهور مفاهيم جديدة لها تأثير مباشر على مستوى اللاعبين, و من هذه المفاهيم مفهوم العزو السببي (Attribution Causale) أو التعليل السببي لنتائج السلوك أو الأداء أو نتائج النجاح أو الفشل, و في المجال الرياضي يلاحظ كثرة حدوث عمليات (التعليل السببي) أو كثرة عمليات العزو التي يقوم بها اللاعبون او المدربون او الاداريون او المتفرجون او النقاد و غيرهم عقب المنافسات الرياضية او عقب حدوث الانتصارات او الهزائم للفرق الرياضية او اللاعبين الرياضيين. (علاوي, 2007, ص303).

و في السنوات الاخيرة اهتم علم النفس الرياضي بموضوع العزو (التعليل السببي) في المجال الرياضي نظرا لاثره الواضح على دافعيه الانجاز و على مستوى الحالة الانفعالية و على توقع مستوى الاداء المستقبلي بالنسبة للاعبين .

يؤدي الإعداد النفسي دورا مهما و مباشرا في المجال الرياضي إذ يعتبر التعليل السببي واحدا من الموضوعات المهمة في عملية الإعداد النفسي الرياضي بوجه عام, و كرة القدم بوجه الخصوص و ذلك لما له من تأثير حيوي في المستوى المهاري للاعبين و كذلك توقع المستوى الذي يتمناه اللاعب لنفسه مستقبلا, و قد اشارت نتائج العديد من الدراسات التي اجريت في مجال العزو إلى أن الافراد ذوي التحكم الداخلي يبذلون جهدا في التحصيل و الانجاز سواء في التدريب او في المنافسات و ذلك لاعتقادهم بأن نجاحهم يعتمد على جهودهم,

بينما نجد أن الأفراد ذوي التحكم الخارجي لا يبذلون جهدا لاعتقادهم بأن نجاحهم يرجع إلى عوامل شخصية داخلية كالخط و الصدفة. (علاوي, 2007, ص375).

فاعتقاد اللاعب بأن فشله ناتج عن عوامل شخصية داخلية ثابتة نسبيا لا يمكن ان تتغير, تقود اللاعب الى توقع الفشل في مهامه, كما أن اعتقاد اللاعب بأن نجاحه ناتج عن اسباب و عوامل ليست مرتبطة به, أي عوامل خارجية غير ثابتة و هي قابلة للتغير و التبديل , و لذلك فإن توقع اللاعب للنجاح في المستقبل يقل, و على النقيض من ذلك فإن اعتقاد اللاعب بأن مصدر التفوق و الفشل يكمن في ذاته , و ان قدرته الذاتية الداخلية ثابتة نسبيا و بذله للجهد من الضروريات لانجاز العمل يجعله أكثر توقعا للنجاح في مهمات الانجاز اللاحق.

يعد موضوع المهارات النفسية من المواضيع المهمة التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالشخصية و ذلك لاهميتها للاعب كرة القدم لأنها تعبر عن افضل تهيئة نفسية للاعبين.(راتب,1994,ص22).

و ترجع اهمية دراسة الثقة بالنفس إلى أن اللاعب يمكنه ان يشعر بالثقة بالنفس حقا عندما يستطيع أن يؤدي أي مهارة حركية بنجاح, فالثقة بالنفس هو توقع النجاح و الإعتقاد بتحسين الاداء, (راتب, 1994, ص299) في حين ترجع اهمية دراسة دافعية الانجاز لدى الرياضيين إلى ان هناك أنماط من دافعية الانجاز تختلف من لاعب لآخر منها ما يحقق الصحة النفسية , و منها ما يحقق الاداء الاقصى و الأفضل في المنافسات.

و من هنا تبرز أهمية الدراسة الحالية التي سنتناول فيها معرفة العلاقة بين العزو السببي و بعض المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم, و من هذا المنطلق فقد شملت دراستنا جانبين و هما:

**الجانب النظري:** و يحتوي على ثلاث فصول حيث:

الفصل الاول: العزو السببي الرياضي.

الفصل الثاني: المهارات النفسية قيد الدراسة (الثقة بالنفس و دافعية الانجاز الرياضي).

الفصل الثالث: الاعداد النفسي في كرة القدم.

**الجانب التطبيقي:** و يحتوي على:

الفصل الرابع: اجراءات البحث.

الفصل الخامس: عرض و تفسير النتائج.

الجانب التمهيدي

التعريف بالبحث

## 1\_ الإشكالية :

تعتبر الرياضة سلوك إنساني يرقى بالعلاقات الاجتماعية و يستطيع الفرد من خلالها اكتساب الشخصية السليمة للوصول إلى أهدافه و طموحاته في الحياة, فهي تؤثر على المجتمع ككل من خلال تأثيراتها على الفرد الواحد حيث تؤدي إلى التنمية النفسية و الجسمية على حد سواء, و هذا لكي يكون الفرد صالحا و منتجا في المجتمع فأصبح لهذه الظاهرة الاجتماعية مكانة في جميع المستويات.

إن من بين أهم الرياضات التي فرضت نفسها على أنواع الأنشطة الرياضية نجد رياضة كرة القدم و هي الأكثر شعبية في العالم و الأكثر اقبالا على ممارستها و الأكثر رواجاً في السوق الاعلامية, حيث تتميز بإهتمام متزايد للجماهير و وسائل الاعلام, و قد شهدت كرة القدم تطورا كبيرا, فيما يخص القوانين و طرق التدريب و التكوين, ما أدى إلى ظهور بحوث عديدة تهتم باللعبين و العوامل المؤثرة على ادائهم فنيا و بدنيا و نفسيا و التي تعكس مردودهم في المنافسات, و تعتبر الجوانب النفسية من أهم المتغيرات التي يسعى العاملون في المجال الرياضي إلى التعرف على مكوناتها لما تلعبه من دور هام و حيوي في شخصية الرياضي.(ليك, 2008, ص41)

و كثيرا ما يسبق تصرفات الاشخاص أو احكامهم في المواقف الاجتماعية بعض العمليات المعرفية, منها أساليب معينة من التفكير للخروج بانطباعات ذاتية عن الآخرين و أحيانا عن أنفسهم إزاء هذه المواقف, و تعرف هذه الأساليب بالعزو "Attribution" أو العزو السببي لنتائج السلوك أو نتائج النجاح أو الفشل, و لم تحظ هذه العمليات المعرفية باهتمام علماء النفس الا في أوائل الستينات, شأنها في ذلك شأن بعض الظواهر المعرفية, خاصة ما يتعلق بالخبرة الفينومولوجية الانسانية.(Richard h. 2005.p54)

و في السنوات الأخيرة اهتم علم النفس بموضوع التعليل السببي في المجال الرياضي, و أبرزت تعليقات مختلفة للإدراك الذاتي لعوامل القدرة و الجهد و مدى صعوبة العمل نظرا لآثاره الواضحة على دافعية الإنجاز و كذا مستوى الحالة الانفعالية للاعبين.

و ما يلاحظ في المجال الرياضي كثرة حدوث التعليل السببي, و هذا ما يعكس عمليات العزو التي يقوم بها اللاعبون أو المدربون أو الإداريون أو المتفرجون أو النقاد أو غيرهم, عقب حدوث الانتصارات أو الهزائم للفرق أو اللاعبين أثناء المنافسات الرياضية. (علاوي, 2007, ص303).

و لكل لاعب في مجال الانجاز الرياضي أسلوب العزو المميز له , و الطريقة او العادة التي يميل فيها اللاعب لتفسير النتائج و التي تكون في المواقف المعتادة أو المألوفة شبه الثابتة , و يمكن النظر إليها كسمة شخصية مميزة للاعب.

و رياضة كرة القدم لا تتطلب التحضير و التدريبات البدنية فقط بل تحتاج أيضا إلى مجموعة من المهارات النفسية و التي تلعب دورا هاما في تطوير العمليات العقلية و النفسية للاعبين, فالمهارات النفسية عبارة عن قدرة يمكن تعليمها و اتقانها عن طريق التعليم و التدريب, و من بين اهم المهارات النفسية مهارة الثقة بالنفس و كذا مهارة دافعية الإنجاز الرياضي حيث من شأن هذه المهارات الرفع من رغبة اللاعبين و حاجياتهم للإنجاز للوصول بهم إلى المستويات الرياضية المرجوة حيث يعتبر الدافع أو الحاجة للإنجاز من بين اهم الامور التي يمكن للاعبين أو الرياضيين من بلوغ مستويات عالية من الاداء لتحقيق أفضل النتائج .

تشير دراسة أحمد العايب(2014م) و التي هدفت الى انعكاس المهارات العقلية و النفسية على آلية الاداء الرياضي لدى لاعبي كرة القدم و التي كانت من أهم نتائجها أن للمهارات العقلية و النفسية إنعكاس ايجابي و مساهمة فعالة في تحسين الاداء الرياضي, و إعداد اللاعب يتطلب التكامل بحيث يكون تطوير القدرات البدنية و مهارية إلى جانب المهارات النفسية حتى يمكن الاستفادة من هذه المهارات في المجال التنافسي .

و كثيرا ما يستخدم مفهوم دافعية الانجاز في مجال الرياضة حيث يختلف الرياضيون في قوة الدافعية نحو الانجاز فبعض اللاعبين يتسمون برغبة شديدة في النجاح و التفوق, بينما قد يبدو على البعض الآخر اللامبالاة و عدم الاهتمام و قد يرجع فشل هؤلاء إلى إنخفاض في دافعية الانجاز, و لكن إذا ما توفرت لهم العوامل التي تزيد من حاجاتهم للإنجاز الرياضي, ربما تتغير نتائجهم إلى نجاح مستمر بدلا من التعثر و الفشل.

و على ضوء هذه المعطيات كان موضوع دراستنا الحالية على النحو الآتي: " العزو السببي و علاقته ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم".

و من خلال هذه الطرح يتبادر إلى أذهاننا الاستفسار التالي:

هل توجد علاقة بين أبعاد العزو السببي الرياضي والمهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم؟

## 2 - التساؤلات :

- 1- هل يوجد اختلاف في درجات و مستويات ابعاد العزو السببي الرياضي لدى لاعبي كرة القدم؟.
- 2- هل يوجد اختلاف في درجات و مستويات ابعاد المهارات النفسية قيد البحث "الثقة بالنفس و دافعية الانجاز الرياضي" لدى لاعبي كرة القدم؟.
- 3- هل توجد علاقة بين أبعاد العزو السببي الرياضي و المهارات النفسية قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم؟.

## 3 - الفرضيات :

## الفرضية الأولى :

يوجد اختلاف في درجات و مستويات أبعاد العزو السببي لدى لاعبي كرو القدم.

## الفرضية الثانية :

يوجد اختلاف في درجات و مستويات أبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم.

## الفرضية الثالثة :

توجد علاقة بين أبعاد العزو السببي الرياضي و المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم, و تنفرع عن هذه الفرضية فرضيتين جزئيتين:

- ✓ توجد فروق في دافعية الانجاز الرياضي بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي الرياضي.
- ✓ توجد فروق في الثقة بالنفس بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي الرياضي.

## 4 - أهداف البحث :

يهدف هذا البحث إلى التعرف على العلاقة الموجودة بين أبعاد العزو السببي الرياضي و المهارات النفسية عند لاعبي كرة القدم, و معرفة الاختلاف في درجات و مستويات أبعاد العزو السببي لدى لاعبي كرو القدم, و معرفة الاختلاف في درجات و مستويات أبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم.

## 5 - أهمية البحث:

تكمن في :

- محاولة إثراء هذا الموضوع قصد التعمق في البحث أكثر.
- ابراز أهمية المهارات النفسية في العملية التدريبية.
- بيان فعالية العزو السببي في تحسين و تطوير أداء اللاعبين من خلال التخلي عن السلبيات و العمل على تحقيق الإيجابيات.
- دراسة الخصائص النفسية المرتبطة بالتفوق و الفشل الرياضي من منظور الخبرات الذاتية للاعبين .

## 6 - مصطلحات البحث :

## 6\_1\_ العزو السببي :

**العزو لغويا:** كلمة عزا (عزو) كما جاء في مختار الصحاح هي من عزت - يعزوا- (عزاه) إلى أبيه, و يقال عزاه إلى أبيه أي نسبه إليه, فالعزو أن تنسب الشيء إلى سببه. (القادر, 1984م).

**العزو اصطلاحا:** مصطلح العزو بصفة عامة يقصد به الاسباب أو التعديلات المدركة لنتائج أداء أو سلوك ما, و في المجال الرياضي يقصد به الاسباب المدركة لنتائج الاداء في المنافسة الرياضية و بصفة خاصة في حالات الاداء الجيد و الاداء السيئ أو في حالات الفوز أي التفوق و الهزيمة أي الفشل (علاوي, 2002م)

العزو السببي (AttributionCausale) : هو الاسباب التي تحاول تفسير أو شرح أو فهم نتائج سلوك ما في ضوء افتراضات و قيم (wriener) إلا أنه عقب حدوث نتيجة معينة لانجاز أو سلوك ما فإن الفرد ينشغل في محاولة التعرف على سبب حدوث هذه النتيجة أو محاولة تفسيرها. (علاوي, 2007م, ص322).

العزو السببي إجرائيا: هو عملية ينسب إليها اللاعب فوزه أو هزيمته أو أداءه الجيد أو أداءه السيئ إلى عوامل داخلية أو خارجية , كما بقباس بإستجابة اللاعب على المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

**التعريف الإجرائي:** الدرجة التي يحصل عليها اللاعبون من خلال المقياس الموزع (مقباس العزو السببي) الذي تم استخدامه في دراستنا و الذي يقبس أربع أبعاد للعزو السببي الرياضي.

## 6 \_ 2\_ المهارات النفسية:

**لغة :** المهارة النفسية لأي عمل من الأعمال أو السلوك ترتبط إرتباطا وثيقا بالنجاح في اداء هذا العمل أو السلوك. **إصطلاحا:** هي عبارة عن قدرة يمكن تعلمها و إتقانها عن طريق النعلم و التدريب, فاللاعب الرياضي لن يستطيع اكتساب و تعلم المهارات الحركية إلا إذا تعلمها, و تدرّب عليها لدرجة الإتقان, و ينطبق ذلك أيضا على المهارات النفسية , فلن يستطيع اللاعب الرياضي إتقانها إلا إذا تعلمها و تدرّب عليها (علاوي, 2002, ص71).

**التعريف الإجرائي:** هي تلك القدرات النفسية و العقلية التي يمكن تعلمها و إتقانها عن طريق التعلم و التدريب كما يقصد بها أيضا الدرجة التي يحصل عليها اللاعبون من خلال الاستبيان الموزع (مقباس المهارات النفسية) الذي تم استخدامه في دراستنا و الذي يقبس ستة مهارات نفسية , و في دراستنا تم التركيز على مهارتين هما :

### - الثقة بالنفس:

هي الاعتقاد أو درجة التأكد و اليقينية بأن الفرد يملك القدرة لكي يكون ناجح في الرياضة و قد تكون الثقة الرياضية مميزة للاعب كما قد تكون حالة تختلف من موقف الى آخر.(علاوي, 1982, ص340).

### - دافعية الانجاز الرياضي:

يقصد بها استعداد اللاعب الرياضي بموقف من مواقف الانجاز الرياضي, في ضوء معيار و مستويات الامتياز للتفوق الرياضي و تجنب الفشل الرياضي, في مواقف المنافسة الرياضية التي ينتج عنها نوعا معين من النشاط و الفاعلية و المثابرة, كتعبير عن الرغبة في الكفاح و النضال من التفوق و الامتياز.(علاوي, 1982, ص340).

## 6 \_ 3\_ كرة القدم :

**لغة :** هي كلمة لاتينية و تعني ركل الكرة بالقدم .

**اصطلاحا:** هي لعبة جماعية تتم بين فريقين , كل فريق من أحد عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة مستديرة ذات مقباس عالمي, في ملعب مستطيل ذو أبعاد محددة في كل طرف من طرفيه مرمى الهدف و يحاول كل فريق إدخال الكرة فيه على حارس المرمى للحصول على هدف (آل سلمان, 1998, ص09).

**التعريف الإجرائي:** هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الاصناف كما تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا, تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة , و يتم تحريك الكرة بواسطة الاقدام و لا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين, و يشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط و حكمين على التماس و حكم رابع لمراقبة وقت المباراة و هو 90 دقيقة و فترة راحة مدتها 15 دقيقة و إذا انتهت بالتعادل في حالات الكأس فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة, و في حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

## 7 \_ الدراسات السابقة :

تعتبر الدراسات السابقة القاعدة الأساسية التي يبني عليها الباحث التأسيس العلمي لدراسته ، حتى يستطيع معالجة البيانات التي تم جمعها مقارنة بالتراكم المعرفي الذي تم التوصل إليه في مجال علمي معين . حيث قمنا بإجراء دراسة مسحية شاملة للدراسات و البحوث العربية و الأجنبية التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية و من أجل بناء أساس نظري و منهجي ، قاما الباحثان بتصنيف الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة الحالية إلى ثلاث محاور أساسية كما إعتدنا في عرض تلك الدراسات و فقا لتاريخ إجرائها من الأقدم إلى الأحدث :

- المحور الأول : الدراسات الجزائرية .
- المحور الثاني : الدراسات العربية .
- المحور الثالث : الدراسات الأجنبية .
- التعليق على الدراسات السابقة.

## 1-الدراسات الجزائرية :

## 1-1 دراسة السعيد يحيوي (2009م) :

هدفت الى معرفة العلاقة بين عزو التفوق و الفشل الرياضي و دافعية الإنجاز لدى لاعبي منتخبات الوطنية لكرة القدم فئة أقل من 17 سنة ، و كانت عينة الدراسة تضم 79 لاعب لمنتخبات تونس ، الجزائر ، المغرب و ليبيا و استخدم الباحث المنهج الوصفي في الدراسة و كانت أهم نتائج الدراسة أن اللاعبين يعززون تفوقهم و فشلهم إلى العوامل الداخلية أكثر من الخارجية ، فيما كشفت النتائج أيضا على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) بين المنتخب الجزائري و الفريق التونسي في عزو الأداء الجيد لصالح الفريق الجزائري ، بالإضافة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) بين المنتخب المغربي و كل من الفريق الليبي و التونسي في عزو الهزيمة لصالح الفريق المغربي ، في حين تكشف الدراسة على فروق ذات دلالة إحصائية تذكر في الأبعاد الأخرى ، كما توجد علاقة ارتباطية موجبة بين عزو الفوز و دافع إنجاز التفوق و بين عزو الأداء السيئ و بعد دافع تجنب الفشل عند مستوى (0,05) لدى أفراد العينة بينما لم تظهر علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين المتغيرات الأخرى .

## 1-2 دراسة حمودة مريم(2016 م) :

هدفت الى معرفة العزو السببي التحصيلي و علاقته بالفاعلية الذاتية حيث شملت عينة الدراسة 60 تلميذ ( 30 ناجح و 30 فاشل ) و استخدمت المنهج الوصفي و كانت أهم نتائجها ، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العزو السببي التحصيلي و مستوى الفاعلية الذاتية ( منخفضة و مرتفعة ) ،توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الفاعلية الذاتية (مرتفعة و منخفضة) .

## 1-3 دراسة عابد خديجة و زايدي و داد(2016 م) :

هدفت الدراسة الى التعرف على الثقة بالنفس و تأثيرها على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكاراتيه ، دراسة ميدانية للنوادي الرياضية المعتمدة لرياضة الكاراتيه بولاية أم البواقي (من 12 إلى 15 سنة) و قد استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي و كانت أهم نتائجها ،وجود علاقة ارتباطية قوية بين الثقة بالنفس و دافع إنجاز النجاح ،وجود علاقة ارتباطية قوية بين الثقة بالنفس و دافع تجنب الفشل .

## 1-4 دراسة غرغوط عاتكة (2016 م) :

هدفت الدراسة الى التعرف على الثقة بالنفس و علاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة ( جامعة حامة لخضر بالوادي نموذج ) سعت هذه الدراسة للكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس و الدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة ، حيث تكونت العينة من ( 155 ) طالب و طالبة تم إختيارهم بصفة عشوائية ، و قد توصل إلى النتائج التالية : وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الثقة بالنفس و الدافعية للإنجاز ، و عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور و الإناث في الثقة بالنفس .

## 2- الدراسات العربية:

### 2-1 دراسة عز الدين عويس و سليمان حبز (1985م) :

هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في مركز التحكم بين لاعبي سباقات الميدان و المضمار بالدول المتقدمة و الدول النامية "ألمانيا ، أمريكا ، مصر ، باكستان " و أجريت على عينة قوامها (160 ) لاعب ، كما أخذ (40) لاعبا من ل دولة ، و قد إنتهج الباحثان المنهج الوصفي ، و إعتدما على مقياس "لينفسون" لقياس مركز التحكم و الذي عربه " خير الدين عويس " و قد أشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين لاعبي الدول المتقدمة و الدول النامية في مركز التحكم لصالح الدول المتقدمة ، كما أن لاعبي الدول المتقدمة يعززون نجاحهم إلى عوامل داخلية مقارنة بالدول النامية.

### 2-2 دراسة وفاء محمد فياض (1994 م) :

قدمت وفاء فياض دراسة بهدف وضع اختبار لقياس مركز التحكم للاعبي الجمباز من (9 إلى 12 ) سنة بطريقة عمدية من لاعبي الجمباز للأندية بور سعيد و الإسكندرية ، و تمثلت العينة في (95) رياضي ، منها (68) لاعبا و (28) لاعبة ممارسين للجمباز و قد أستخدمت اختبار مركز التحكم من اعداد الباحثة ، في حين كانت أهم نتائج الدراسة توجه لاعبي الجمباز إلى الوجهة الداخلية في التحكم ، و كذا وجود فروق دالة إحصائياً بين البنين و البنات في وجهة الضبط . (يحيوي، 2009 صفحة 24)

### 2-3 دراسة مصطفى سامي مصطفى عميرة (1996 م) :

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على "العلاقة بين مركز التحكم و مفهوم الذات و الإنجاز الرقمي لسباحي المسافات القصيرة " ، و أجريت على عينة قوامها (48 ) سباحا في المرحلة العمرية من (15 إلى 18 ) سنة و المسجلين في الإتحاد المصري للسباحة ، و قد انتهج الباحث في دراسته المنهج الوصفي ، في حين اعتمد الباحث على اختبار مركز التحكم و اختبار مفهوم الذات كأدوات لجمع البيانات ، و كانت أهم النتائج التي أسفرت عليها الدراسة أن ذوي الإنجاز العالي من السباحين يميلون إلى التحكم الداخلي ، و هم أعلى في تقديرهم لمفهوم ذاتهم الواقعية و الإدراكية و البدنية و الأخلاقية و الشخصية من ذوي الإنجاز المتوسط و المنخفض ، و قد بينت كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين سباحي الإنجاز ( العالي ، المتوسط ، المنخفض ) في أبعاد مفهوم الذات لصالح الانجاز الأعلى ، في حين وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة بين مركز التحكم و الإنجاز الرقمي لسباحي المسافات القصيرة . (الشرقاوي، 2001 صفحة 245) .

### 2-4 دراسة علي عزي علي البياتي (1996م) :

هدفت هذه الدراسة الى معرفة " العزو السببي للفوز و الخسارة لدى لاعبي كرة الطائرة في الأردن " ، حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على التعليقات السببية للفوز و الخسارة بشكل عام ، و قد استخدم الباحث في دراسته المنهج الوصفي بطريقته المسحية ، في حين تم اختيار العينة بطريقة الحصر الشامل كما بلغت عينة الدراسة (68 ) لاعبة ، و قد روعي تمثيلهم في حالة الفوز (59 ) لاعب ، و (58) لاعب في حالة الخسارة ، و اعتمد الباحث على استبيان في صورتيه في حالة الفوز و حالة الخسارة ، و قد استخدم الباحث المعالجات الإحصائية منها تحليل التباين الأحادي ، الاختبار التائي و اختبار (ك تربيع ) ، و قد أظهرت نتائج هذه الدراسة الفائزين يعززون فوزهم إلى الأسباب الداخلية أكثر من الخارجية ، و يعززون فوزهم إلى أسباب غير مستقرة أكثر من

المستقرة أما الخاسرون فيعززون خسارتهم إلى الأسباب الخارجية أكثر من الأسباب الداخلية و يعززون خسارتهم إلى أسباب مستقرة أكثر من الغير مستقرة . (يحيوي، 2009 صفحة 26\_27)

## 2-5 دراسة مايسة محمد البنا(2001 م) :

قدمت الباحثة دراسة بهدف مقارنة التعليل السببي "العزو الرياضي" بين لاعبي بعض الألعاب الجماعية بالنسبة للاعبين الدرجة الأولى و الناشئين ، حيث شملت عينة تتكون (112) لاعب ، و اعتمدت على المنهج الوصفي ، و قد استخدمت الباحثة اختبار العزو في الرياضة تصميم محمد حسن علاوي ، و قد أسفرت أهم النتائج إلى أن لاعبي الدرجة الأولى لكرة اليد يعززون أداءهم الجيد أو فوزهم إلى عوامل داخلية ، في حين لاعبي الدرجة الأولى في كرة السلة يعززون أداءهم السيئ لبعض العوامل الخارجية ، أما لاعبي الكرة الطائرة فيعززون أداءهم الجيد إلى بذل الجهد و التدريب "عوامل داخلية". (الحوالة، 2004 صفحة 40) .

## 2-6 دراسة محمد احمد عبد الغني الحوالة (2004 م) :

هدفت الدراسة الى التعرف على "العزو في الرياضة و علاقته بأنماط تقدير الذات للاعبين بعض الأنشطة الرياضية بكلية التربية الرياضية "بجامعة طنطا" إلى التعرف على العلاقة بين أبعاد العزو و أبعاد تقدير الذات للاعبين بعض الأنشطة الرياضية (كرة السلة ،كرة اليد ، الكرة الطائرة ) و ذلك من خلال التعرف على درجات أبعاد العزو للاعبين الأنشطة الرياضية المختارة قيد البحث ، كل نشاط على حدى و كل الأنشطة مجتمعة هذا من جهة ، و من جهة أخرى على درجات أبعاد أنماط تقدير الذات للاعبين الأنشطة الرياضية المختارة في الدراسة ، كل نشاط على حدى و كل الأنشطة مجتمعة ، و اعتمد على مقياسي أسلوب العزو الرياضي و مقياس تقدير الذات كأدوات جمع البيانات ، كما اتبع المنهج الوصفي للأسلوب المسحي لملائمته لطبيعة هذه الدراسة ، و قد اعتمد الباحث على عينة عمدية بواقع (75) لاعبين مقسمين على لاعبي كرة السلة ، كرة اليد، الكرة الطائرة ، بواقع (25) لاعب لكل نشاط من نادي غزل المحلة بمدينة المحلة الكبرى ، خلال الموسم الرياضي (2002-2003) ، التي أسفرت أهم نتائجها إلى أن اللاعبين مرتفعوا تقدير الذات يعززون نجاحهم إلى عوامل داخلية ، أما منخفضوا تقدير الذات فيعززون نجاحهم إلى عوامل خارجية كما بينت الدراسة أن لاعبي كرة السلة أفضل من حيث أسلوب العزو السببي مقارنة بلاعبي كرة اليد و الكرة الطائرة ، و لاعبي كرة اليد أفضل من حيث أسلوب العزو السببي مقارنة بلاعبي الكرة الطائرة .

## 2-7 دراسة إسراء قحطان العبيدي (2008م) :

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجات المهارات النفسية و العزو للاعبين المتقدمين بالمبارزة في بغداد ، و قد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي على عينة من لاعبي المتقدمين بالمبارزة في بغداد و بلغ عددها (12) لاعبا ، و خرجت الباحثة بالنتائج التالية:وجود تباين في مستوى المهارات النفسية و العزو لدى لاعبي المبارزة ،وجود علاقة إرتباط معنوي بين المهارات النفسية و العزو الرياضي ،لا توجد علاقة إرتباط معنوي بين المهارات النفسية (القلق ، تركيز الانتباه و العزو الرياضي).

## 2-8 دراسة عبد الكاظم جليل حسان (2008م):

هدفت الدراسة إلى وجود قياس بعض المهارات النفسية و علاقته بالعزو السببي ( داخلي و خارجي ) لدى لاعبي الملاكمة ، توصلت نتائجها إلى : وجود علاقة إرتباط عكسية دالة إحصائيا بين القلق و عزو الفوز و عزو الأداء الجيد و علاقة إيجابية بين القلق و عزو الهزيمة و عزو الأداء السيئ بسبب عامل القلق الذي يتحرك كلما زادت الضغوطات على الملاكم مما يثير فيه القلق و العكس صحيح .علاقة إرتباط عكسية دالة إحصائيا بين المهارات النفسية المتمثلة بالتركيز و الإستعداد العقلي و الثقة بكل من عزو الهزيمة و عزو الأداء السيئ ، الأمر الذي يؤدي إلى توجه الملاكم إلى وضع الأسباب الإيجابية كمبررات لهذا الوضع الذي يمثل دعما لطبيعة العلاقة الارتباطية الإيجابية و العكس صحيح .

**2-9 دراسة محمد حسام عرب و مها صبري حمد عفات رشيد (2011 م):**

هدفت هذه الدراسة إلى العزو السببي و علاقته بسمة الثقة الرياضية لدى لاعبي المنتخبات الرياضية بجامعة بغداد للألعاب الفردية والفرقية، و شملت عينة البحث (173) لاعب و لاعبة و كانت أهم الاستنتاجات وجود علاقة ارتباطية موجبة بين العزو السببي و الثقة الرياضية و علاقة سالبة بين العزو و الثقة الرياضية .

**2-10 دراسة مكرم حميد الرفاعي (2011م) :**

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العزو في الرياضة و علاقته في بعض المتغيرات النفسية لدى لاعبي منتخبات جامعة الموصل في الألعاب الجماعية لـ ( 40 ) لاعب ، التي بينت النتائج التالية : وجود فروق معنوية بين مجالي العزو الداخلي و العزو الخارجي و لصالح العزو الداخلي، لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المهارات النفسية، وجود علاقة ارتباط سالبة معنوية بين العزو الداخلي و العزو الخارجي، وجود علاقة ارتباط موجبة بين العزو الداخلي و المهارات النفسية، وجود علاقة ارتباط سالبة معنوية بين العزو الخارجي و الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الرياضي، وجود علاقة ارتباط معنوية بين الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الرياضي.

**11-2 دراسة حسين محمد حسين يوسف (2018 م):**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة للضفة الغربية فلسطين ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي و أجريت الدراسة على عينة قوامها (113) لاعب و كانت أهم النتائج : لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة في مجالات ضبط القلق و الإستعداد النفسي و تركيز الإنتباه بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.05) في مستوى المهارات النفسية في مجالات الدافعية للإنجاز و الثقة بالنفس .

**3- الدراسات الأجنبية :****1-3 دراسة كوكلا Kukla. A (1972 م) :**

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة عزو النجاح و الفشل و علاقته بدافعية الإنجاز لدى الطلبة ، و قد اعتمد على المنهج الوصفي كما استعمل مقياس العزو و مقياس دافعية الإنجاز كأداة للدراسة على عينة من الطلبة قوامها (212) بين الذكور و الإناث ، حيث تبين من هذه الدراسة أن عزو الطلبة للنجاح و الفشل يختلف باختلاف دافع الإنجاز ، فالطلبة ذوي دافع الإنجاز المنخفض يعزون فشلهم إلى نقص قدراتهم ، على عكس ذوي الدافع المرتفع للإنجاز يرجعون فشلهم إلى نقص في الجهد المبذول من جانبهم و هو عامل يمكن التحكم فيه و تعديله ، مما جعلهم يصرون على الإستمرار لإعتقادهم بأنهم سوف ينجحون إذا ما بذلوا الجهد اللازم و هذا رغم فشلهم المتكرر . (محمد خالد الطحان، 1989 صفحة 284)

**2-3 دراسة موري Moore (1981م) :**

هدف الدراسة إلى التعرف على الفروق في مركز التحكم لدى الإناث بالنسبة للرياضات الفردية و الجماعية و كذلك التعرف على الفروق بين مركز التحكم قبل الأداء التنافسي بين المتفوقات و الأقل تفوقا ، و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، و قد شملت العينة من (146) طالبة جامعية ، منها (73) في الألعاب الجماعية و (73) في الألعاب الفردية كما استخدم الباحث اختبار " بيلر " لقياس مركز التحكم كأداة لجمع البيانات ، في حين تشير أهم النتائج إلى أن اللاعبات ذوات التحكم الداخلي يعتقدون أن جهدهن ذو تأثير مباشر في تفوقهن. (فياض، 1994 صفحة 39)

**3-3 دراسة هامستيورث Hamsewerth. S.D (1983 م) :**

هدفت الدراسة للتعرف على " الإسهامات لدافعية و التعليلات السببية لنتائج الأداء في المنافسة الرياضية " ، و قد استخدم الباحث المنهج الوصفي ، كما اشتملت عينة البحث على عينة من السباحين و لاعبي الغطس

قوامها (121) لاعب منهم (55) لاعبة ، كما تضمنت أدوات جمع البيانات على مقياس دافعية المنهاج و اختبار قاق المنافسة الرياضية ، و قد أشارت أهم النتائج إلى ان اللاعبين الذين يتميزون بدرجات عالية في دافعية الإنجاز يعزرون نتائجهم إلى عوامل داخلية كالمهارة و القدرة ، في حين يميل اللاعبون الذين يتميزون بدرجات منخفضة في دافعية الإنجاز إلى عزو نتائجهم إلى عوامل خارجية مثل الحظ و الصدفة. (hamsewerth.s.d, 1986 p. 93)

### 4-3 دراسة سبنك Spink.S (1987م):

هدفت هذه الدراسة للتعرف على "العلاقة بين دافعية الإنجاز الرياضي و التعلل السببي للاعبين كرة السلة " ، كما استخدم الباحث المنهج الوصفي ، و اشتملت عينة البحث على عينة قوامها (72) من لاعبي كرة السلة ، و اعتمد على مقياس دافعية الإنجاز و مقياس التعليل السببي كأدوات لجمع البيانات في دراسته ، في حين أشارت أهم النتائج التي توصل إليها الباحث إلى أن أفراد عينة البحث يعلنون أسباب فوزهم إلى عوامل داخلية ، في حين يعلنون أسباب الهزيمو إلى عوامل خارجية بغض النظر عن دافعية الإنجاز. (spink.k.s, 1987 p. 03)

### 5-3 دراسة بيرسون pearson (1987م):

هدفت هذه الدراسة للتعرف على فروق عزو دافعية الإنجاز بين المهندسين و المهندسات ، و قد اعتمد على المنهج الوصفي ، كما استعمل مقياس العزو و مقياس دافعية الإنجاز كأداة للدراسة على عينة المهندسين و المهندسات قوامها (23) مهندس ، حيث اتضح من هذه الدراسة أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في عزو النجاح و الفشل بين المهندسين و المهندسات ، و كما بينت أيضا نتائج هذه الدراسة أنه توجد فروق دالة بين المهندسين و المهندسات مرتفعي و منخفضي دافع الإنجاز في العزو حيث يعزرون نجاحهم إلى عوامل داخلية. (محمد خالد الطحان، 1989 صفحة 284)

### 6-3 دراسة دابرويسكا Dabrowaska.H (1991م) :

قامت الباحثة بدراسة استهدفت التعرف على " العزو الداخلي و الخارجي لأسباب حالات النجاح و الفشل في الألعاب الرياضية المختلفة " ، و قد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي ، كما تمثلت عينة البحث (74) لاعبا ، اعتمدت على الإستبيان كأداة لجمع البيانات في بحثها ، و قد أشارت أهم النتائج إلى حافز انجاز الهدف الداخلي لدى اللاعبين أثناء حالات الفوز حيث يكون أعلى من حالات الفشل بينما تعزى أسباب الفشل إلى عوامل خارجية . (بجياوي، 2009 صفحة 39)

### 7-3 دراسة بنسي و كاترين Painset .G et Catherine (1992م):

و قام الباحثان بدراسة " العزو السببي و مكانة اللاعب في الفريق " ، و تهدف هذه الدراسة إلى ابراز البعد الاجتماعي للعزو السببي من خلال معرفة ما إذا كانت التعليلات السببية من نفس النوع و النمط بالنسبة للاعب القيادي الموجه نحو المهمة و القيادي الموجه نحو العلاقات في المجموعة و الغير قيادي إثر الفوز أو الهزيمة ، و قد اعتمد على المنهج الوصفي في الدراسة ، كما طبق الباحث الإستبيان كأداة لجمع البيانات ، على عينة من التلاميذ قوامها (16) تلميذ من السنة السادسة من التعليم الابتدائي ، متوسط سنهم (11,8) سنة مقسمين إلى عينة طبقية مكونة من ثلاث طبقات ( القيادي الموجه إلى مهمة ، القيادي الموجه إلى الجماعة ، الغير قيادي ) تم تحديد هذه الطبقات بالإعتماد على اختبار سوسيو-متر ي ، و توصلت نتائج الدراسة إلى أنه في حالة الهزيمة العناصر الغير قيادية لا تعزو الإنهزام إلى مسؤولية الفريق ، على عكس الآخرين القيادي الموجه إلى المهمة و القيادي الموجه إلى الجماعة الذين يعزرون الهزيمة إلى مسؤولية الفريق ، أما فيما يتعلق بالمسؤولية التي يتحملها الفرد في تفسير نتائج الفريق أبرزت هذه الدراسة ما يلي : في حالة الفوز القيادي الموجه إلى الجماعة يعزرون نجاحهم إلى عوامل خارجية غير متحكم فيها ، بصفة نسبية من غير القياديين الذين يعزرون ذلك إلى أسباب خارجية بنسبة أكبر ، في حالة الهزيمة القيادي الموجه إلى المهمة يعزونها إلى أسباب غير متحكم فيها على عكس القيادي الموجه إلى الجماعة حيث يرفض التعليلات غير المتحكم فيها . (الشرقاوي، 2001 صفحة 401)

### 3-8 دراسة بند Band (1996م) :

توصل الباحث في دراسته لعزو النجاح و الفشل و علاقته بدافعية الإنجاز ، أجراها على عينة من الطلبة الجامعين قوامها ( 498 ) طالب و انتهج المنهج الوصفي في دراسته ، و اعتمد على مقياس العزو السببي و مقياس دافعية الإنجاز كأداة لجمع البيانات في الدراسة ، و أسفرت الدراسة على أن الطلبة ذوي دافع الإنجاز العالي يرجعون نجاحهم إلى عوامل داخلية مقارنة بذوي دافع الإنجاز المنخفض ، كما أبرزت كذلك أن الطلبة ذوي دافع الإنجاز المنخفض يعززون فشلهم لعوامل داخلية على عكس الطلبة ذوي دافع الإنجاز المنخفض الذين يعززون فشلهم لعوامل خارجية ، في حين أظهرت أن العوامل الداخلية لعزو النجاح كان لها ارتباط دال إحصائيا لدافعية الإنجاز. (يحيوي، 2009 صفحة 40)

#### 4- التعليق على الدراسات السابقة:

من خلال عرض الدراسات السابقة يتضح أن هناك تباين في نتائج بعضها البعض و قد يرجع ذلك الى استخدام أدوات مختلفة في القياس أو اختلاف البيئة و طبيعة العينات التي أجريت عليها الدراسات, و الاجراءات المنتهجة في كل منها و هذا الاختلاف أفاد البحث الحالي في نواحي عديدة فيما يتعلق بتحديد خطة و منهج و عينة البحث و اعداد المقياس و تقنيه على عينة الدراسة, مما وجه الباحثان الى دراسة طبيعة المشكلة و كذلك وضع الأهداف و الفروض المناسبة.

و بالرغم من اختلاف و تنوع هذه الدراسات, من حيث ما ترمي اليه من أهداف الا أن الباحثان يرون أن درجة الاختلاف هذه و ان اختلفت ظاهريا و لكنها تلاقت جميعها في نقطة وحدة سعى كل باحث للتوصل اليها, و هي التعرف على العلاقة بين العزو السببي و المهارات النفسية في مجال علم النفس بصفة عامة و علم النفس الرياضي بصفة خاصة, كما اتخذت كل دراسة العينة المناسبة و التي تتفق مع طبيعتها و أهدافها, و قد كانت العينات ممثلة في (الطلبة, التلاميذ, اللاعبين, المدربين و المهندسين) في المستويات و المراحل المختلفة.

كما نجد البعض منها سعى الى دراسة التعليل السببي للتفوق و الفشل و الأداء كدراسة دابر ويسكا و من جهة أخرى نجد بحوث تناولت عزو النجاح و الفشل و علاقته بدافعية الإنجاز كدراسة (هامسيورث), دراسة (كوكلا), و دراسة (بند), و نجد دراسات تناولت مركز التحكم و علاقته ببعض المتغيرات النفسية في المجال الرياضي كدراسة عز الدين عويس و سليمان حجر.

و مما سبق فقد استفادا الباحثان في تحديد أهداف الدراسة الحالية " العزو السببي و علاقته ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم" و من خلال اطلعنا و فحصنا لهذه الدراسات, اتفقت معظمها على اعتماد المنهج الوصفي لاعتباره انسب المناهج العلمية ملائمة لهذه الدراسات, و هذه ما يتفق مع دراستنا حيث انتهجنا المنهج الوصفي في الدراسة الحالية و من خلال فحصنا للدراسات السابقة في معظمها أن هناك علاقة بين العزو الرياضي و العديد من المتغيرات النفسية, في حين دراسات أخرى بينت نتائجها وجود علاقة غير مؤثرة بين العزو و بعض المتغيرات الأخرى.

و قد يعود تباين و اختلاف هذه النتائج لعدة أسباب منها على وجه الخصوص اختلاف في مجتمع الدراسة و عينة البحث و بيئته, و كذلك الاختلاف من باحث الى أخر في اختيار أداة البحث.

و في ضوء العرض و التحليل و التعقيب على الدراسات السابقة فقد أنارت لنا الوقوف على الكثير من المعالم التي أفادت دراستنا الحالية و نلخصها في:

- ✓ اختيار موضوع الدراسة الحالية. ؛
- ✓ اختيار عينة البحث الحالي. ؛
- ✓ الاستفادة من الاختبارات و المقاييس المنتهجة في الدراسات السابقة. ؛

✓ الاستفادة من نتائج الدراسات السابقة, و الاساليب الاحصائية المنتهجة في تحليل البيانات و مساهمتها في اختيار الأساليب الاحصائية الملائمة لدراستنا.

للبياب الأول

الجبائب النظرى

# الفصل الأول

العزو السببي في المجال الرياضي

## تمهيد:

شهدت الحقبة الأخيرة من هذا القرن قدرا متزايدا في تطور علم النفس الرياضي، مما أدى إلى ظهور مفاهيم جديدة لها تأثير مباشر على مستوى اللاعبين، المدربين، الإداريين، ومن هذه المفاهيم مصطلح العزو السببي لنتائج السلوك أو الأداء أو نتائج التفوق أو الفشل، والملاحظ أن عمليات العزو السببي في المجال الرياضي كثيرة الحدوث، وعلى سبيل المثال محاولة ارجاع اسباب الفشل أي الخسارة إلى سوء التحكيم، أو أرضية الميدان الغير صالحة وسوء الأحوال الجوية وغير ذلك من التعليقات.

هذا التفسير الذي يقوم به اللاعب الرياضي أو التعليل السلبي لما يحدث له هو ما يسمى بالعزو السببي الذي هو موضوع هذا الفصل الذي سنتناوله بشيء من التفصيل لمفهوم العزو بصفة عامة وبصفة خاصة في الرياضة ثم نتطرق إلى أهميته في المجال الرياضي، وكذا أهم النظريات التي فسرت وتطرقت إلى العزو السببي.

## 1- مفهوم العزو السببي:

المقصود لغة بكلمة العزو "Attribution" ، كما جاءت في مختار الصحاح هي من عزا- يعزو- عزوا (عزاه) إلى أبيه، ويقال عزاه إلى أبيه أي نسبه إليه، فالعزو أن تنتسب الشيء إلى سببه (الرازي، 1884، ص 431). وقد يشير مصطلح "Attribution causale" باللغة اللاتينية إلى ما يقابله في اللغة العربية معاني كثيرة مثل: العزو السببي، إدراك الأسباب، التعليل السببي، أو استنتاج الأسباب، وعادة ما تعالج دراسات وبحوث العزو السببي من منظور نفسي اجتماعي أي الاستفادة من نظرية علم النفس الاجتماعي. ويشير مصطلح العزو السببي أو التعليل السببي إلى البحث عن الأسباب التي تقف خلف نتائج النجاح أو الفشل في السلوكيات المختلفة سواء العوامل الداخلية المتعلقة بالفرد كالقدرة والجهد أو العوامل الخارجية المتعلقة بالظروف كالحظ و الصدفة ومساعدة الآخرين. (فهيم، شلي، 1998، ص 41). ويرى العديد من الباحثين أن العزو السببي لنتائج السلوك أو الأداء يمكن اعتباره من العوامل الهامة ذات التأثير الواضح على اتجاه شدة الفاعلية لدى الفرد وعلى مستوى وطبيعة الأثر الانفعالي الذي يتبناه. (علاوي، 2007، ص 303).

وبين محمد حسين علاوي العزو السببي على أنه: "هو الأسباب التي تحاول تفسير أو شرح أو فهم نتائج سلوك ما في ضوء افتراضات واينر (Wiener) إلا أنه عقب حدوث نتيجة معينة لإنجاز أو سلوك ما فإن الفرد ينشغل في محاولة التعرف على سبب حدوث هذه النتيجة أو محاولة تفسيرها". (علاوي، 2007، ص 332). أما في المجال الرياضي فيقصد بمصطلح العزو التعليلات السببية المدركة (سواء من اللاعب أو المدرب أو الإداري أو المناصر.... الخ) لنتائج الأداء في المنافسات الرياضية بصفة خاصة في حالات التفوق أو الفشل أو الفوز أو الهزيمة. (علاوي، 2007، ص 331).

من هذا المنطلق يرى الباحثان أن للعزو السببي وجهتي تنسيب داخلي (عزو داخلي) وتنسيب خارجي (عزو خارجي)، حيث أن في التعليل السببي الداخلي تكون العوامل المسببة للحدث ضمن الشخص نفسه، ويعتبر مسؤول مسؤولة مباشرة عن الحدث، أما التعليل السببي الخارجي فيرجع الفرد سبب الحدث إلى خارج قوته وإرادته. وبصفة عامة يقصد بمصطلح العزو أو التعليل السببي الأسباب أو التعليلات المدركة لنتائج أداء أو سلوك ما، وفي المجال الرياضي يقصد به الأسباب أو التعليلات المدركة (سواء من الرياضي أو المدرب أو المسير أو من أسباب أخرى) لنتائج الأداء في المنافسة الرياضية وبصفة خاصة في حالات التفوق "الفوز" و "الفشل" "الهزيمة" أو الأداء الجيد أو السيئ.

## 2- أهمية العزو السببي في المجال الرياضي:

إن أهمية العزو السببي من أكثر المميزات الخاصة بالبشر، وذلك لحاجة الإنسان القوية في محاولة فهم وتوضيح ما الذي يجري من حوله، وأسباب حدوث ذلك بغرض امكانية التنبؤ والتأثير في السلوك المستقبلي. كما يعد النشاط الرياضي من أكثر الأنشطة التي تتوفر فيها موقف المنافسة سواء في الأنشطة الفردية منها والجماعية، والتي تعتمد اعتمادا كبيرا على مدى ما يمتلكه الرياضي من أهداف مرجوة من هذا التنافس، وما يتطلبه من سعي للنجاح والانجاز من تجنب الفشل والعوامل المؤدية إلى هذا الفشل، ويعتمد الرياضي على ما يشعر به من ادراكات انجاز جهده وقدراته وامكانياته الشخصية وطريقته في تحقيق هدفه المستقبلي، فالفرد الرياضي ليس مؤيدا للنشاط أو مشتركا في المنافسات الرياضية فحسب بل هو دائم التفكير في الأهداف وما وصل إليه على الطريقة الصحيحة من أجل تحقيق أهدافه وطموحاته المستقبلية.

وفي هذا الصدد يرى محمد حسين علاوي أنه في المجال الرياضي يلاحظ اللاعب الرياضي يقوم عقب اشتراكه في المنافسة الرياضية بمحاولة استرجاع أحداث، ومحاولة تقييم نتائجها وتقييم مستوى أدائه، ومحاولة

تحديد أسباب ذلك كله، ويعتبر آخر محاولة تحديد أسباب ذلك كله، وبتعبير آخر محاولة تحديد أسباب فوزه أو هزيمته أو تفوقه أو فشله. (علاوي, 2007, 374).

ويضيف محمد حسن علاوي أن هناك من الأسباب التي يمكن التحكم فيها بصورة كاملة بالنسبة لنتائج الأداء أو السلوك أو التفوق أو الفشل أو الهزيمة أو الفوز، مثل مقدار الجهد الذي يمكن للاعب أن يبذله، كما أن هناك من الأسباب التي لا يمكن اللاعب الرياضي التحكم فيها بصورة تامة لنتائج الأداء أو الفشل أو الهزيمة أو الفوز مثل الحظ أو العزيمة. (علاوي, 2007, 371).

إن أهمية دراسة التعليل السببي في الرياضة يعود إلى تفسير اللاعب للنجاح أو الفشل في الأداء التنافسي وترجع كذلك إلى الأسباب المدركة للاعب نفسه من خلال سلوكه الذاتي وكذا سلوك الآخرين.

وبناء على ما سبق تتجلى أهمية دراسة التعليل السببي في الرياضة في السنوات الأخيرة في اهتمام علماء النفس الرياضي بالعزو السببي في المجال الرياضي نظراً لأثره الواضح في دافعية الانجاز، ومن هذا المنطلق فإن الأهمية التطبيقية للعزو السببي في المجال الرياضي تكمن في استعادة كل من الرياضيين، المدربين والإداريين في الاستعانة بالتعديلات السببية سواء كانت داخلية أو خارجية في حالة "أو الفشل أو الهزيمة أو الفوز أو الانهزام أو الأداء" في إعداد البرامج التدريبية قصد تحقيق الانجازات الرياضية التي تناسب قدراتهم البدنية والنفسية والمهارية، وتطوير دوافع الرياضيين والتخطيط للعمليات التطبيقية لإعداد النفسي من خلال نماذج تطبيقية وتنظيم الطاقة النفسية والتحكم في الضغوط التي تصيب اللاعبين وتسطير الأهداف واستخدام التقنيات الحديثة للقياس النفسي في المجال الرياضي.

### 3- النظريات والنماذج التي فسرت العزو السببي:

سنحاول أن نتطرق إلى أهم نماذج العزو السببي التي تهدف لمحاولة فهم: أسباب وظروف وكيفية اصدار الأفراد لأحكامهم عما يحدث في عالمهم الاجتماعي أو النفسي أو الرياضي، وتبيان مدى العلاقة بين النظريات أو النماذج في تحديدها لظاهرة العزو السببي وتفسيره.

#### 1.3- نموذج العزو السببي لـ: هايدر (F.Heider):

يعود الفضل في دراسة سببية حدوث الأشياء أو الأحداث إلى الألماني فيرتز هايدر (F irtz Heider) والذي كان قد بدأ دراسته في علم النفس الفطري (NaivzPsychology) منذ عام 1927م، أما نظرية العزو فترجع إلى عام 1958م عندما نشر (F.Heider) كتاب علم نفس العلاقات الشخصية، ولقد أشار هايدر (Heider) إلى إمكانية تفسير السلوك استناداً إلى قطبية ثنائية وهذه القطبية تعزى إما للفرد (الداخلي) أو البيئة (الخارجي) ففي الحالة الأولى يزودنا السلوك بأسس لاستنتاج شئ ما بخصوص الفرد من إمكانياته واستعداداته. أما في الحالة الثانية فإننا نستنتج ما يتعلق بالبيئة المحيطة أي فهم مثيراتها وخصائصها. (سليم علي, 2003, ص126).

ويرى هايدر أن هناك عوامل تكمن في الفرد نفسه وهي:

**أولاً: القوة الشخصية (personal power):** (أي بمقدوره عمل ذلك؟)

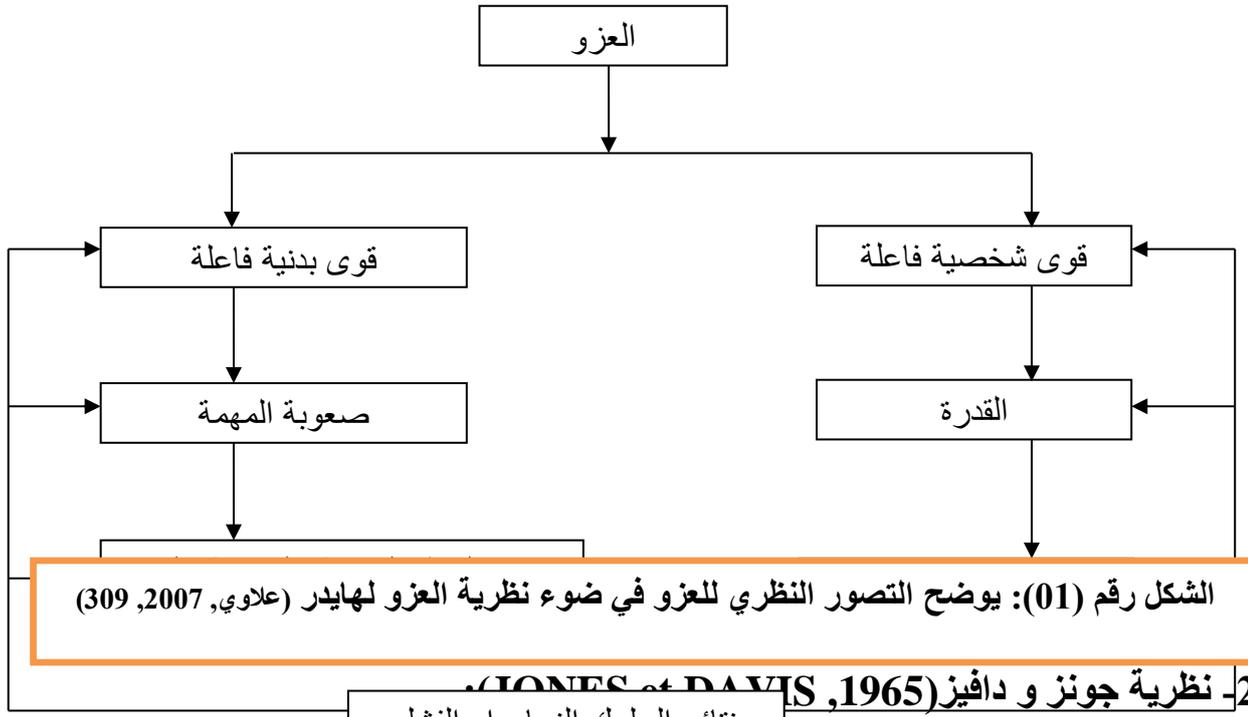
**ثانياً: الجهد والدافع:** (هل سيحاول عمل ذلك؟)

**ثالثاً: صعوبة المهمة:** ويقع خارج نطاق الفرد ويتألف من قوى توجد في البيئة التي تؤثر في الإنجاز الفعلي للإنسان، (العبيدي, 2004, ص20).

وفي إطار التحليل ذاته يوضح هايدر إن للقوة الشخصية العديد من العناصر المكونة وأبرزها مستوى القابلية وثمة مصادر متعددة تخبرنا عن مستوى القابلية منها ما يتحدد بالعوامل الجسمية والعقلية فضلاً عن عمر الشخص القائم بالمهمة والجهد المبذول، وعلى الرغم من إن القابليات تعد أكثر العناصر التأسيسية أهمية للقوة الشخصية فإن هناك عناصر أخرى عديدة تؤثر وبدرجات متفاوتة منها الاتجاهات و المواقف الفردية التي تنعكس في سياق تقدير الفرد لقدرته في عمل المهام من حيث التشاؤم و التفاؤل و الثقة , كما يؤثر المركز الاجتماعي و موقع الفرد في المهمة على القوة الشخصية فضلاً عن العناصر الطارئة الناشئة عن الظروف الشخصية كالإرهاق و المرض. (سليم علي, 2003, ص126).

و يضيف هايدر (heider) إن القوة الشخصية لا تكفي بحد ذاتها لأداء عمل ما إذ لابد من توفر الرغبة أو الدافع في العمل بمعنى أن القوة و المحاولة كلتاهما ضروريتان للفعل و يوضح إن هذا الأمر يرتبط بالاتجاه أي (القصـد) و الكمية أي (القوى البيئية الفاعلة) فإنها تتمثل بالتغيرات التي تؤثر إيجابيا أو سلبيا في إنجاز المهمة . و يميز هايدر بين نموذجين للسببية إحداها السببية الشخصية التي يوصف منها المنجز إنه نتيجة أفعال الفرد الخاصة و سماته الشخصية و النموذج الآخر هو السببية غير الشخصية و تشير إلى تلك المواقف التي لا يقصد فيها الفرد أن ينجز سلوكا ما بل إن السلوك حدث بشكل خارج عن إرادته (أبو ناهية, 1984, ص72) . و يفسر ذلك المفهوم بإرتباطه بموقع الضبط الداخلي-الخارجي على اعتبار أن العزو السببي الشخصي إنما هو صورة للضبط الداخلي مقابل العزو السببي غير الشخصي بكونه صورة للضبط الخارجي (الدليمي, 1988, ص38).

و فيما يأتي مخطط يوضح نموذج هايدر للعزو السببي.



لقد طور كل من جونز و دافيز نظرية العزو السببي التي تصف كيف يرتبط (الفعل- تغير الوضع) الذي يرى فيه الباحثان أن السلوك يمكن تفسيره في ضوء قدرة الفرد من خلال تفاعله مع عناصر بيئته الخارجية و يرى هذا النموذج أن الفرد يكون مدركا لما يقوم به من فعل . و قدمت نظرية " الاستنتاجات المتطابقة " لتفسير السلوك من خلال نظرية العزو السببي التي ترى أن الفرد الذي يرافق أنواع السلوك الملاحظ يستطيع أن يحلل ما يراه و ما يفعله الفرد الآخر و مقدار التطابق يتم من خلال ثلاثة عوامل هي:

- 1- الجاذبية الاجتماعية, حيث نجد أن تفسير السلوك يتوقف على مقدار تلك الجاذبية.
  - 2- عدد التأثيرات التي تصاحب الفعل مثل الرضا الذاتي , و اتجاهات الفرد نحو الآخرين .
  - 3- الانهماك الفردي يؤدي إلى إنجاز عما ما , و الإنهماك له صلة إيجابية بالمتعة الشخصية.
- و بعرض نظرية جونز و دافيز نجد أنها إمتداد لنظرية هايدر. إلا أن العنصر الأساسي المدرك للعملية النسبية تأتي عم طريق مصادر المعرفة المستخدمة لإستنتاج السلوك و ذلك بإضافة عدد من البدائل التي تسهم في الوصول إلى تفسيرات معقولة. (عثمان, 2006, ص409).

### 3-3- نظرية كيلي (kelly 1967):

يعد كيلي احد المؤسسين لنظرية العزو لما قدمه من تجارب متعددة تفسر هذه النظرية العزو من خلال ثلاثة عوامل هي :

- ✓ الافراد.
- ✓ المدخلات.
- ✓ النماذج الزمنية .

و تركز هذه النظرية على مفهوم التغاير (Covariance) و يعتمد هذا النموذج على ملاحظة تأثير بين المثير الخارجي و الفرد الملاحظ الذي يحدث فيه السلوك و تتلخص هذه النظرية في (kelly.h ,1967 , p109):  
تفسير السلوك, حيث تتضح من خلال ثلاثة عوامل هي : الأفراد , المثيرات , و النماذج , و يتوقف عزو الفرد في وقت معين على إدراك درجة اتفاقها مع استجابات معينة , و على تمييزها عن استجابة الفرد لمثير آخر. و حاول كيللي في نظريته التقريب بين وجهات النظر السلوكية و الحدسية و الاستدلالية للشخصية من خلال نظرة الفرد في العالم الذي يحيط به بحيث تكون هي الاساس الذي يحاول استخدامه باستمرار لتفسير ما يحدث حوله , و بهذه الطريقة فإن الفرد يفسر عالمه الخاص به من النظريات التي حاولت فهم السلوك الانساني على أنه سلوك توقعي أكثر منه سلوك مبني على رد فعل للمثيرات.

يتضح من النظريات الثلاث أنها تفترض وجود عملية عقلانية منطقية تتم من خلال تجميع المعلومات في أنساق تؤدي إلى عملية العزو , و قد أجريت عدة دراسات قدمها كل من ( كوركيث, وشورد , و درفر) , للتعرف على ما إذا ما كان التحيز نتيجة لدافع من جانب القائم بعملية العزو كي يشعر بالراحة و يظهر بالمظهر الطيب أمام الآخرين أم أنه نتيجة قصور معرفي من جانبه في الانتباه و تشغيل المعلومات , و قدم لويس مليكه (LEWIS M) في سنة 1989 بعضا من الطرق التي يمكن أن تؤدي إلى التحيزات الدافعية في عملية العزو, و التي تتلخص فيما يأتي :

- **تقدير الذات :** يميل الافراد إلى تجميل دواتهم عن طريق تحمل المسؤولية على النجاح يبدو أكثر ترجيحاً في المستقبل , فغالبا ما ينسب الفرد نجاحه إلى قدرته العقلية و مثابرتة و طموحه المرتفع.
- **دلالة المنفعة:** يزداد الاستنتاج المقابل قوة إذا أدى سلوك الآخرين إلى ثواب أو عقاب للقائم بالعزو , و هذه الحالة أطلق عليها العزو المتمركز حول الفرد.
- **زيادة العزو إلى الفرد:** ينزع القائم بالعزو إلى نسبية الأسباب على أساس حريته في الاختيار و في السلوك المقصود و يتجاهل القائم بالعزو عوامل البيئة و يطبق البعض على هذه النزعة مصطلح خطأ العزو.
- **التعميم:** يعتقد الفرد الناجح ان غيره ناجح , أما الفرد الفاشل يعتقد أن غيره فاشل , و ينزع الفرد إلى التعميم حتى لا يتولد لديه إحساس بالتناظر المعرفي .
- **المثابرة:** يسهل القيام بالعزو و لكن يصعب التخلص منه و بالتالي فإنه يثابر على المعتقدات التي يؤمن بها , و التي في نفس الوقت تعطيه نوعا من الرضى , لأنه يقوم على أساس توقعات نمطية .

### 3\_4 \_ نظرية ( واينر, weiner ) للعزو السببي:

كان لأفكار "هايدر" و نموذجه الذي قدمه في مجال العزو السببي لنتائج الاداء أو السلوك فضل كبير في استشارة العديد من الباحثين لدراسة هذا المجال, و يرجع الفضل الى "واينر" منذ السبعينات من هذا القرن في دراسة نموذج "هايدر" و محاولة تطويره و تقديم نموذج مطور في ضوء الافتراضات الأساسية لـ "هايدر", وقد أشار "واينر" الى انه عقب حدوث نتيجة معينة لإنجاز أو لسلوك ما, فان الفرد ينشغل في محاولة التعرف أو الوقوف على سبب حدوث هذه النتيجة أو محاولة تفسيرها فعلى سبيل المثال إذا فشل لاعب ممتاز في كرة القدم في تحقيق هدف من ركلة جزاء فإن اللاعب قد يعزى ذلك إما إلى عدم قدرته على التحكم في أعصابه أو زيادة ثقته في نفسه بدرجة مغالى فيها أو إلى القدرة الفائقة لحارس المرمى في توقع مكان الكرة أو إلى ضغط المتفرجين أثناء أداء ضربة الجزاء أو إلى سوء الحظ و هكذا نجد أن الأسباب التي تحاول تفسير و شرح أو فهم نتائج سلوك ما تدخل في نطاق ما يسمى بالعزو السببي. (علاوي, 2007, ص310) .

و في ضوء هذه الافتراضات تآثر واينر أفكار هايدر سنة 1958, و روتر 1966, و قدم واينر عام 1972 نموذجا اخر للعزو السببي يشير إلى أن الفرد و أثر حدوث نتيجة معينة لإنجاز أو سلوك ما ينشغل في محاولة التعرف أو الوقوف على سبب حدوث هذه النتيجة و محاولة تفسيرها إذ يفترض و ينر أن الأفراد يعزون نجاحهم أو فشلهم في إنجاز واجب ما إلى عناصر سببية تتمثل بالقدرة و صعوبة المهمة و وضوح إينر أن القدرة و الجهد محددان داخليان للأداء , أما صعوبة المهمة و الحظ فهما محددان خارجيان كما افترض أن هناك بعض الاسباب

في مجال العزو السببي يمكن النظر إليها على أنها مستقرة أو ثابتة في حين أن بعض الاسباب الأخرى ينظر إليها على أنها غير مستقرة أو غير ثابتة, بمعنى أن هناك احتمالاً لتغيرها و هذا ما يطلق عليه درجة الاستقرار, اذ نجد أن اثنين من هذه العناصر و هما: القدرة و صعوبة المهمة, لهما خواص الثبات عبر الزمن بينما يتصف الجهد و الحظ بعدم الاستقرار (سليم علي, 2003, ص310).

و في عام 1979م طور واينر نموذج المكون من بعدين :

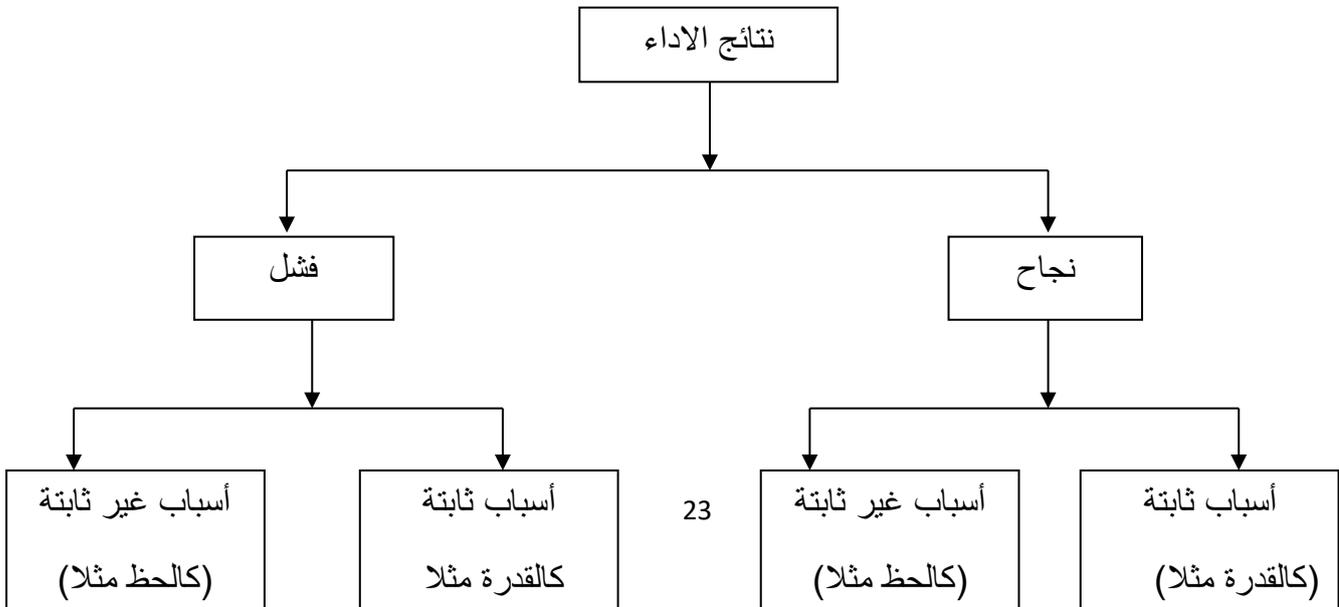
الاول : موقع الضبط (داخلي- خارجي) .

الثاني : مستوى الثبات و الاستقرار على اساس تقسيم موقع الضبط إلى بعدين هما :

- موقع السببية : و يشير موقع السببية إلى المفهوم السابق نفسه الذي يشير إلى عزو أسباب النتائج (داخلي - خارجي) .

\* إمكانية الضبط: فهو بعد تفسيري ذاتي يتراوح بين أسباب يمكن التحكم فيها بصورة كاملة و أسباب لا يمكن التحكم فيها بصورة تامة طبقاً للتفسير الذاتي للفرد كما وسع وينر سنة 1985م نموذج المعدل و ضمنه في نظرية العزو لدافعية الانجاز و الانفعال و في إطار هذه النظرية أشار وينر إلى أن إدراك ثبات الأسباب أو عدم ثباتها يؤثر في توقعات الفرد للنجاح او للفشل في المستقبل و الذي يمر بخبرة فشل و يعزو فشله إلى أسباب ثابتة فإنه سوف يتوقع الفشل في المستقبل أما الفرد الذي يفشل و يعزو ذلك إلى عوامل غير ثابتة فإنه يتوقع أن النجاح في المستقبل يبدو ممكناً (نجاح او فشل), و من ناحية أخرى فإن الفرد الذي يمر بخبرة نجاح و يعزو نجاحه إلى أسباب ثابتة , فإنه سوف يتوقع النجاح في المستقبل , أما الفرد الذي يعيش خبرة نجاح و يعزو نجاحه إلى أسباب غير ثابتة فإنه يتوقع احتمال النجاح او افشل في المستقبل. (سليم علي, 2003, ص).

كما هو مبين في الشكل (رقم 03) نوضح أثر عامل الثبات المدرك لأسباب نتائج الأداء في التوقعات المستقبلية للنتائج. (علاوي, 2007, ص313).



**الشكل رقم (02):** يوضح أثر عامل الثبات المدرك للأسباب نتائج الاداء في التوقعات المستقبلية للنتائج.

أشهر ويترجم إلى أن العزو السببي يورث أيضاً في الصامت الفرد الذي يورث بصورة في سلوك الانجازي المستقبلي إذ أنه غالباً ما يقوم الفرد عقب كنتيجة للأداء أو الانجاز بالشعور ببعض الاستجابات الانفعالية الفورية التي تكاد تكون استجابات آلية لهذه الحادثة و يطلق عليها تأثير إنفعالي (Affect) مرتبط بالنتيجة الحادثة أو المسجلة وهذا التأثير الانفعالي يصطدم بالصيغة الانفعالية السارة في حالة النجاح كما يصطدم بالصيغة الانفعالية غير السارة في حالة الفشل , و عندئذ ينشغل الفرد في دراسة السبب لمحاولة تحديد لماذا حدثت هذه النتيجة المسجلة و إذا توصل الفرد إلى تحديد السبب فإنه يمكن إرجاعه إلى عامل من العوامل الثلاثة السابق ذكرها و هي (الثبات و وجهة السببية و إمكانية التحكم) فعلى سبيل المثال عندما يعزو اللاعب سبب نتائج نجاحه إلى عوامل داخلية فغن اللاعب غالباً ما يشعر بالفرح و الفخر و تقدير الذات بصورة إيجابية و هو الأمر الذي يمكن ان يؤثر على أدائه المستقبلي بصورة إيجابية و على العكس من ذلك عندما يعزو الفرد سبب فشله إلى عوامل داخلية ثابتة أو عوامل لا يستطيع التحكم فيها فإن اللاعب غالباً ما يشعر بخبرة سلبية لتقدير الذات التي قد تؤدي بالتالي إلى انعكاس سلبي على ادائه المستقبلي. (علاوي, 2007, ص 314).

#### 4 – التفسير العلمي و الخرافي للتعلييل السببي في المجال الرياضي:

لقد ميز الله عز وجل الإنسان عن كل الكائنات الحية بقدرته على التفكير , و قد يستخدم لفظ التفكير في بعض الأحيان للدلالة على كل ما يجول في الذهن من خواطر و صور و ذكريات و قد يقصد في بعض الأحيان بالتفكير العمليات العقلية التي تهدف إلى نتيجة ما , كما أن التفكير قد يقصد به مجرى من المعاني تثار في المجال الذهني عندما يواجه الإنسان مشكلة ما أو محاولته القيام بعمل ما. (علاوي, 2002, ص 389).

كما نجد العديد من أساليب التفكير فمنها التفكير العلمي و التفكير الخرافي. يشترك التفكير الخرافي , مع التفكير العلمي في نقطة البداية و هي الرغبة في المعرفة و الحاجة إلى كشف الاسرار الغامضة و الرغبة في التعرف على البيئة و السيطرة عليها و تجنب أخطارها فأسلوب التفكير العلمي يستند فيه الإنسان على أسباب طبيعية لتفسير أو حل ما يواجهه من مشكلات بطريقة علمية كالإحساس بالمشكلة و تحديدها ووضع فروض لها و دراستها بمنهج علمي للوصول إلى نتائج موضوعية و حقيقية و المقصود بالأسباب الطبيعية هي التعلييل بالأسباب الحقيقية الصحيحة التي يكون في مقدور الفرد أن يحددها و يتحكم فيها فالتفسير العلمي في المجال العزو السببي يقصد به محاولة اللاعب أو الرياضي تفسير فشله أو تفوقه في ضوء عوامل منطقية , و على سبيل المثال لتوضيح ذلك عزو اللاعب لفشله أو إنهزامه إلى عدم تطبيق تعليمات المدرب أو عدم التحضير الجيد للمقابلة .

أما التفكير الخرافي فيستند إلى أسباب غير طبيعية أو غيبية لا يستطيع التحكم فيها و لا ترتبط إرتباطاً أصيلاً بالمشكلة التي تحاول تفسيرها أو إيجاد حل لها على سبيل المثال: التهرب من البدلة ذات اللون الأسود لاعتقادهم أن اللون الأسود هو رمز للحزن فالتفكير الخرافي في مجال العزو السببي يقصد به محاولة اللاعب أو الرياضي تفسير فشله أو تفوقه في ضوء عوامل غير صحيحة و غير حقيقية أي غيبية لا يستطيع التحكم فيها.

#### 5 – التأثيرات النفسية لأبعاد العزو السببي على الرياضيين :

قام واينر و زملاؤه بمراجعة افتراضات اتكنسون و ما توصل إليه في هذا الصدد حيث يرى واينر أن كل من وجهة الضبط , الثبات و قدرة التحكم تلعب دورا أساسيا في تطور توقعات و إنفعالات الرياضيين.(يحيوي, 2009, ص112).

### 5-1- تأثير أبعاد العزو على توقعات اللاعبين :

يؤكد واينر في المقام الاول أن الثبات له أكبر أثر على توقعات الأفراد في حالة التفوق و النجاح كما أن التعليل أو العزو إلى أسباب ثابتة يؤدي إلى تأثيرات إيجابية على توقعات الأفراد المستقبلية. (خليفة, 2000, ص164). و على سبيل المثال لتوضيح ذلك إذا ما أرجع لاعب ما توقعه إلى مهاراته و قدرته الشخصية هذا ما يثبت على إقتناعه بالعبد الثابت مما يجعله يتوقع نجاحات جديدة , مما يزيد ثقته في تحقيق التفوق و النجاح في المستقبل , و على العكس من ذلك في حالة عزو الفشل إلى سبب ثابت كنقص المهارة على سبيل المثال فإنه يزعر و يشكك في توقعات النجاح مستقبلا.

بالرغم من أن وجهة الضبط و قدرة التحكم تلعب دورا ثانويا في توقعات الأفراد فإن واينر يقلل من أهمية هاذين العاملين , نأخذ مثال لنوضح ذلك لاعب ما يرجع نجاحه إلى عامل داخلي و متحكم فيه كالجهد المبذول أو التحضير البدني الجيد , فإن توقعاته في النجاح تكون مرتفعة , أين يعتبر نفسه صانع التفوق أو النتج الإيجابية , و على العكس من ذلك إذا كان عزو اللاعب لعوامل خارجية غير متحكم فيها كسوء التحكم أو الحظ فإن توقعات اللاعب للتفوق تكون أقل حيث يعتبر نفسه غير متحكم في الوضع أي الوضعية التي يوجد بها , و بمعنى آخر لا يملك أي ضمان لنجاحاته في المستقبل إن صح التعبير. (يحيوي, 2009, ص112).

و خلاصة القول فإنه في حالة النجاح التعليلات الداخلية الثابتة و المتحكم فيها لها تأثيرات ايجابية على توقعات اللاعبين , أما في حالة الفشل فالعزو الداخلي الثابت و غير المتحكم فيه له تأثيرات سلبية على التوقعات المستقبلية للاعبين.

### 5-2- تأثير أبعاد العزو السببي على إنفعالات الرياضيين:

من خلال نمط أي نموذج العزو السببي فإن الأفراد يشعرون بإنفعالات مختلفة فحسب كل من واينر و قرهام و موني و تورنتون فإن وجهة الضبط تؤثر أساسا على حب الذات(Mooney, p. 321) , فعلى سبيل المثال إذا كان لاعبا ما يعزو تفوقه إلى عامل داخلي فإن ذلك يعزز و يرفع من حبه لذاته , و في المقابل إذا كان يرجع أسباب فشله إلى عوامل خارجية فإنه يقلل من حبه لذاته.

كما أشرنا إليه سابقا فإن بعد الثبات مرتبط ارتباطا وثيقا بتوقعات الرياضيين و هكذا فحسب بعد الثبات و عدم الثبات للعزو السببي فإن الرياضي يحس بالثقة و فقده للثقة بنفسه , و من ناحية أخرى فإن قدرة التحكم تولد الشعور لا فاعلية و الاستسلام و اليأس. (ياسين, 2007, ص247).

## 6 - وجهة الضبط :

يعتبر مفهوم وجهة الضبط " مركز تحكم " من المفاهيم الحديثة نسبياً , و الذي اشتق من نظرية التعليم الاجتماعي التي صاغها " جوليان روتر - Julian Rotter " كما يعتبر أول من قدم مفهوم مركز التحكم أي وجهة الضبط من خلال نظريتها في التعلم الاجتماعي , حيث أن مركز التحكم يرتبط باعتقاد الفرد في قدرته على السيطرة على الأحداث , و يتعلق مفهوم مركز التحكم بإدراك الفرد للعالم المحيط به من ناحية علاقته بالسلوك و ما يحصل عليه من تدعيمات إيجابية كانت أو سلبية. (راتب , 2000, ص80).

و يعرفها حسن علاوي على أنها " الوجهة التي قد يعزى إليها سبب التفوق أو الفشل أو سبب النتائج أو الأداء , و عما إذا كان هذا السبب يرجع إلى شئ داخل الفرد (ضبط داخلي) أو شئ خارج الفرد (ضبط خارجي)". (علاوي, 2007, ص336).

### 6-1- أنواع وجهة الضبط:

#### 6-1-1 \_ وجهة الضبط الداخلي:

و يقصد بها إدراك اللاعب و تفسيره لأسباب الفوز أو الهزيمة أو أسباب النتائج أو الأداء إلى عوامل داخلية , مثل قدرات اللاعب و مستوى مهاراته, (علاوي, 2007, ص336). و قد يكون هذا في صورتين ضبط داخلي منخفض أو مرتفع.

#### 6-1-1-1 \_ وجهة الضبط الداخلي المرتفع:

هو عبارة عن أحد مستويات الضبط الداخلي الذي يتميز بارتفاع تفسير اللاعب و إدراكه لأسباب النجاح أو الفشل أو أسباب النتائج أو الأداء إلى عوامل داخلية تشكل قدرات اللاعب و مستوى قدراته وفقاً لدرجات الاختبار.

#### 6-1-1-2 \_ وجهة الضبط الداخلي المنخفض:

هو أحد مستويات الضبط الداخلي التي يتميز بانخفاض تفسير اللاعب و إدراكه لأسباب النجاح أو الفشل أو أسباب النتائج أو الأداء إلى عوامل داخلية تشكل قدرات اللاعب و مستوى قدرته وفقاً لدرجات الاختبار

#### 6-1-2 \_ وجهة الضبط الخارجي:

و هي عبارة عن إدراك اللاعب و تفسيره لأسباب التفوق أو الفشل أو أسباب النتائج أو الأداء إلى عوامل خارجية , مثل الحظ أو التحكيم السيئ أو أرضية الميدان السيئة. (علاوي, 2007, ص334).

## 6-2 الخصائص و السمات المميزة لذوي الضبط الداخلي و الخارجي :

لقد أجريت العديد من الدراسات, للتعرف على سمات الأفراد الضبط الداخلي الخارجي , نعرض بعضها فيما يلي:

### 6-2-1 الخصائص و السمات المميزة لذوي الضبط الداخلي :

يذكر روتر أن الفرد الذي لديه اعتقاد قوي بأنه يستطيع أن يضبط و يتحكم في مصيره , لديه ضبط داخلي و يميل إلى أن يكون أكثر حذراً و إنتباهاً لتلك النواحي من البيئة التي تزوده بمعلومات مفيدة لسلوكه المستقبلي, و يأخذ خطوات جادة تتميز بالفعالية و التمكن لتحسين حالة بيئته, يضع قيمة كبيرة لتعزيزات المهارة أو الأداء و يكون عادة أكثر إهتماماً بقدرته و بفشله أيضاً كما يقاوم المحاولات المغرية للتأثير عليه أو فيه(العزاوي, 2005, ص143)

و أوضح صلاح أبو ناهية أن الأفراد الداخلي الضبط لديهم إرتفاع في قوة الأنا و الدافع للإنجاز و الحساسية لحل المشكلات و أهم أكثر مرونة , بينما الافراد الخارجي الضبط على النقيض من ذلك. (أبو ناهية, 1984 , ص 27).

و يذكر صلاح أبو ناهية من خلال مراجعته للتراث السيكولوجي أن أفراد الضبط الداخلي يتميزون بالآتي :

- 1- البحث و الاستكشاف للوصول إلى المعلومات ثم استخدام هذه لمعلومات بفعالية في الوصول إلى حل للمشكلات التي تعترضهم في البيئة, فضلا عن قدرتهم على استرجاع هذه المعلومات و معالجتها بأشكال مختلفة. ؛
  - 2- القدرة على تأجيل الاشباع , و مقاومته المحاولات المغرية للتأثير عليهم. ؛
  - 3- المودة و الصداقة في علاقاتهم مع الآخرين فهم أكثر حبا و إحتراما, من قبل الآخرين و أكثر تعاونا, و مشاركة للآخرين و أكثر توكيدية تجاه الآخرين على الرغم من مقاومتهم لتأثيراتهم عليه. ؛
  - 4- العمل و الاداء المهني. حيث تبين أن لديهم معرفة شاملة بعالم العمل الذي يعملون فيه و البيئة المحيطة بهم, كما أنهم أكثر إشباعا, و رضا عن عملهم, ز أكثر انهماكا و إهتماما بهذا العمل. ؛
  - 5- التحصيل و الاداء الاكاديمي حيث تبين ارتفاع مستوى تحصيلهم الدراسي و اساليبهم في حل المشكلات كما أنهم أكثر تفتحا و مرونة في التفكير و أكثر إبداعا, و أكثر تحملا للمسائل و المشكلات الغامضة , و أكثر توقعا للإجابات الصحيحة. ؛
  - 6- الصحة النفسية و التوافق, فهم أكثر احتراما للذات و أكثر قناعة و رضا عن الحياة و أكثر اطمئنانا و هدوءا, ز أكثر ثقة بالنفس, و أكثر ثباتا انفعاليا, و أقل قلقا و أقل اكتئابا و أقل إصابة بالامراض النفسية. (أبو ناهية, 1984, ص 31).
  - 7- القدرة على تحقيق الذات و التمتع بقدرة عالية على التحصيل و الانجاز و الابتكار, و كذا القدرة على تنفيذ المهام التي يقومون بها. (الحسن, 2004, صفحة 165 \_ 224)
- و أوضحت دراسة صفوت فرج أن ذوي الضبط الداخلي يتميزون بقوة الأنا, و قوة عالية من ضبط الذات, بينما ذوي الضبط الخارجي يتصفون بالعصابية. (مصطفى باهي, 2006, صفحة 236)
- أما دراسة ماكدونالد و زملائه " Macdonld et al " فتوصلت الى أن ذوي الضبط الداخلي لديهم اتجاهات ايجابية نحو الفقر و الفقراء و لديهم قدرة عالية على تقدير كفاءة العمال و التعامل معهم, و تكون حالتهم المعنوية مرتفعة. (durand, 1997, صفحة 74)
- 6-2-2- السمات و الصفات المميزة لذوي الضبط الخارجي :**

في حين ان الفرد الذي يعتقد في القوى الخارجية كالصدفة أو الحظ أو الآخرين الأقوياء لديه ضبط خارجي و يميل إلى:

- 1- أن يكون لديه سلبية عامة و قلة في المشاركة و الإنتاج.
  - 2- تتخفف لديه درجة الإحساس بالمسؤولية الشخصية عن نتائج أفعاله الخاصة
  - 3- يرجع الحوادث الايجابية و السلبية إلى ما وراء الضبط الشخصي بالإضافة إلى إفتقاره إلى الإحساس بوجود سيطرة داخلية على هذه الحوادث(أبو ناهية, 1984, ص34).
- وأضح (Shaf et Houintras) أن ذوي الميل الخارجي في الضبط يتميزون بأنهم أكثر مسابرة و أقل ثقة بأنفسهم من ذوي الميل الداخلي, كما ان الأمل في النجاح عند الخارجيين يكون أقل من الداخليين, و على العكس من ذلك كان ذوي الميل الداخلي أكثر ميلا للتعاون و أقدر على التعرف بطريقة لبقة لإستجابة الآخرين لهم , و أكثر اجتهادا و مهارة , و أكثر قدرة على الاستجابة للمؤثرات و للتعزيز في الموقف العلمي كما أنهم يبذلون جهدا أكثر للإنجاز و التحصيل, و كانت اتجاهات الخارجيين تشكل في مجموعها دفاعا ضد اخطار الفشل , كما يكثر حيطة و حمقا و انانية و لا يكثرثون كثيرا بحاجات و اهتمامات لآخرين , كما يكثر وصف الخارجيين بأنهم مترددون و حذرون و غير مترنين في تفكيرهم و لا يملكون القدرة على توجيه الذات و لا على ضبط النفس, و يكونوا أكثر قلقا و تسلطا و سيطرة (أبو ناهية, 1984, ص 37).
- و أوضحت دراسة (Severance et Scott) أن ذوي الضبط الخارجي أكثر عرضة للإصابة بالوسواس المرضي, و الكآبة و الانطواء , بينما ذوي الضبط الداخلي يتميزن بإرتفاع قوة الانا و الشعور بالمسؤولية و المثابة و الطمأنينة. (الخولي, 2008, ص271).
- و أوضحت دراسة (proeuk et al) أن الفرد ذو الضبط الخارجي أكثر يأسا و أكثر شعورا بالاكتئاب و لديه تشاؤم أكثر نحو المستقبل. (بني يونس, 2007, ص101).

كما يتصف ذوي الضبط الخارجي بالنشاط اللارادي و الشعور بالخوف و عدم الاستقرار, لا يملكون القدرة على توجيه الذات و ضبط النفس, أكثر عرضة للإصابة بالأمراض النفسية مثل العصبية و الانطواء و سرعة الهياج و القلق السلبية العامة و ضعف المشاركة و قلة الإنتاج و أكثر اعتقاداً في التوسل بمشايخ و زيارة الأضرحة و غالباً يعتمدون على مساعدة الآخرين و يؤمنون بالقدرة دون الأخذ بالأسباب, يعطون اهتماماً صغيراً لحاجات و اهتمامات الآخرين, تنقصهم الأصالة في التفكير و أكثر شعور بالعجز و الضعف و الاستسلام و كثيراً ما يعانون من التوتر و الكآبة و الحزن.(عبد الحليم, 2009, ص233).

## 7 – تفسير اللاعب لعزو التفوق و الفشل الرياضي:

يشير حسن علاوي إلى أن التعليل السببي و الفشل في المنافسات الرياضية يتعدد و يتنوع و خاصة في المنافسات ذات المستويات العالية , حيث نجد لاعبين يعززون خبرات نجاحهم و فشلهم إلى عوامل داخلية مثل التدريب المتواصل و تحمل مشقة و الم التدريب و كذلك الإصرار على الاشتراك في العديد من البطولات المحلية و الدولية و كذا معرفة نقاط الضعف في الأداء المهاري و الخططي و العمل على معالجة هذه النقاط و تخطي العقبات من خلال العمل الجاد و بذل الجهد و الإرادة الصلبة القوية .

كما يلعب المدرب دور مهم في ملاحظة إختلاف الاساليب المميزة للاعبين التي يستخدمونها في التعليل السببي و مدى اتفاقهم مع وقائع النتائج , و محاولة تعديل الاساليب الخاطئة التي يستخدمونها في عزو التفوق و الفشل و يبين أيضاً حسن علاوي أن الفشل و التفوق و الخبرات النفسية المرتبطة بهما يرتبطان معاملان هامين هما:

- المقدار الحقيقي للهدف المطلوب من اللاعب الوصول إليه. ؛
- المستوى الذي يتوقع اللاعب نفسه.(حسن علاوي, 2007, ص307).

## خلاصة :

على ضوء ما سبق يتضح جلياً أن التعليل السببي هو البحث عن الأسباب التي تقف خلف نتائج النجاح و الفشل من أكثر المميزات الخاصة بالبشر لمحاولة فهم و توضيح ما يجري من حولهم , و هذا نظراً للأثر الواضح الذي يتركه العزو في دافعية الانجاز خاصة عند الرياضيين.

مما يسمح بإمكانية التنبؤ و التأثير في السلوك المستقبلي قصد الاستعانة بالتعديلات السببية سواء كانت داخلية أو خارجية لتحقيق الانجازات من خلال تطوير دوافع الرياضيين عن طريق تنظيم الطاقة النفسية و التحكم في الضغوط الممكن حدوثها بإعداد نفسي مخطط.



# الفصل الثاني

المهارات النفسية في المجال الرياضي

تمهيد:

تعتبر المهارات النفسية من أحد العوامل النفسية التي يحتاجها اللاعب باستمرار لمعرفة مستوى قدراته واستعداداته النفسية بالإضافة إلى ذلك الجزء الذي يعتبر أحد العوامل النفسية الذي يهتم بالحالة النفسية للاعبين, ومن هنا برزت أهمية دراسة المهارات النفسية ونظرية الفرد وتطبيقها في المجال الرياضي وخاصة في رياضة كرة القدم والمساهمة في دعم عملية التقدم العلمي لتحقيق أفضل الأهداف لرفع مستوى اللاعب الرياضي.

و في هذا الفصل سنتناول ماهية المهارات النفسية في المجال الرياضي ثم التطرق بالتفصيل إلى المهارات النفسية قيد الدراسة (مهاراتي الثقة بالنفس و دافعية الانجاز الرياضي)

## 1- المهارات النفسية في الرياضة: 1-1- ماهية المهارات النفسية و أهميتها:

إن الكثير من المدربين يحرصون على تصحيح أخطاء الأداء الخططي و البدني و يطلبون من اللاعبين المزيد من التمرين, و لكن غالباً المشكلة ليست نتيجة نقص في المهارات الخططية و البدنية و إنما نتيجة لنقص التدريب في المهارات النفسية, أي لا يستطيع اللاعب إجادة المهارات النفسية تحت ضغوط المنافسة, فغالباً عندما يطلب من اللاعبين إعادة التمارين بمفردهم دون ضغوط لا تكون هناك فائدة, و لكنهم يحتاجون إلى تطوير مهاراتهم النفسية كالاسترخاء و التصور و الانتباه تحت ضغط المنافسة, و هناك لاعبون آخرون يحتاجون إلى تحسين و تطوير تركيز الانتباه و الثقة بالنفس, و مواجهة القلق و الحافز للإنجاز و هي ما يطلق عليها المهارات النفسية, و التي هي عبارة عن قدرة يمكن تعليمها و إتقانها عن طريق التعلم و التدريب. (راتب، 2002 صفحة 19)

ويشير (محمد حسن علاوي، 1998) إلى أن الأبعاد النفسية هي أحد المتطلبات الهامة للوصول إلى المستويات العالية في الأنشطة المختلفة, إذ أن معظم الأبطال الرياضيين على المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهارية والخططي ونتيجة لذلك فإن هناك عاملاً هاماً يحدد كفاهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل الفوز ألا وهو العامل النفسي. (علاوي، 1998، ص135)

وتعد (المهارات النفسية) من العوامل المؤثرة في مستوى الأداء اللاعبين ولها دور كبير في تحسين وتطور الأداء و وجود نقص أو الخلل في هذه المهارات لها تأثير مباشر على قدرة و أداء اللاعب بشكل خاص وعلى الفريق ككل.

و تتمثل المهارات النفسية في المجال الرياضي في:

- القدرة على التصور
- القدرة على الاسترخاء
- القدرة على التركيز الانتباه
- القدرة على مواجهة القلق
- الثقة بالنفس
- دافعية الانجاز الرياضي

## 1-2-1-2 المسؤول عن تدريب المهارات النفسية:

برنامج تدريب المهارات النفسية ينبغي أن يخطط له , و يشرف عليه و يقوم بتقييمه أخصائي نفسي رياضي, و ذلك في حالة عمله طوال الوقت مع اللاعبين أو مع الفريق الرياضي و هم:

### 1-2-1-1 الأخصائي النفسي الرياضي التربوي:

تتضمن هذه الفئة الأشخاص الذين لديهم خلفية علمية متسعة في مجال العلوم الرياضية و النشاط البدني , إضافة إلى دراسات مكثفة في بعض فروع علم النفس مثل علم النفس الرياضي و علم النفس الإرشادي و يركز دوره في جانبين هما:

- تعليم و اكتساب اللاعبين المفاهيم التربوية و النفسية الصحيحة
- تعليم و اكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة مثل (الاسترخاء- التركيز- الانتباه- التصور العقلي)

### 1-2-2 الأخصائي النفسي الإكلينيكي الرياضي:

تتضمن هذه الفئة الأشخاص المختصين في علم النفس الإكلينيكي أو الطب النفسي ولديهم إجازة معتمدة لهذا النوع من العمل كما يجب أن يكون لديهم الخبرة و فهم عميق بالخصائص النفسية المرتبطة بالرياضة من خلال دراسات عملية مكثفة لعلوم الرياضة.

و يتعامل الاخصائي النفسي الاكلينيكي الرياضي عادة مع نسبة ضئيلة من الرياضيين الذين قد يعانون من مشكلات و اضطرابات نفسية من (الاكتئاب و الخوف... الخ )

### 1-2-3 الأخصائي النفسي للبحث في الرياضة :

و يعتمد تطور علم النفس الرياضي باعتباره أحد فروع العلوم الانسانية على استمرار النمو المعرفي من خلال إجراء الدراسات و البحوث لتدعيم البنية المعرفية (النظرية)\* مواجهة المشاكل التطبيقية و إيجاد الحلول لها , و ذلك حتى يحظ بالمزيد من الاعتراف و التقدير له. (علاوي,2002, ص 206-207).

### 1-3 أسباب عدم الاهتمام بالمهارات النفسية :

- تعود أسباب عدم الاهتمام بالمهارات النفسية الى ما يلي:
- نقص المعارف و المعلومات حول تدريب المهارات النفسية .
- الافتقار للوقت الكافي للتدريب على المهارات النفسية .
- النظرة للمهارات النفسية على انها فظرية لدى اللاعب
- بعض المفاهيم الخاطئة المرتبطة بتدريب المهارات النفسية.
- تدريب المهارات النفسية يصلح فقط للاعبين ذوي المشكلات.
- تدريب المهارات النفسية يصلح فقط للاعبين المتفوقين.
- تدريب المهارات النفسية ليس لديها فائدة كبرى. (علاوي,2002, ص 206-207).

## 2- المهارات النفسية قيد الدراسة:

### 1-2 الثقة بالنفس:

#### 1-1-2 ماهية الثقة بالنفس:

يرى الكثير من الرياضيين أن الثقة بالنفس هي الاعتقاد في تحقيق المكسب أو الفوز , وهذا اعتقاد خاطئ , وربما يقود إلى المزيد من الافتقار إلى الثقة أو الثقة الزائدة . ولكن المفهوم الصحيح للثقة بالنفس يعني توقع الرياضي الواقعي لتحقيق النجاح . فالثقة بالنفس لا تعني ماذا يأمل ان يفعله الرياضي , ولكن ما هي الأشياء الواقعية التي يتوقع عملها.

وقد يكون من المناسب ان نفرق بين العمل بثقة , وتوقع النتائج , فتوقع النتائج يعني الى اى مدى يتوقع اللاعب تحقيق المكسب او الخسارة في المنافسة. بينما الثقة هي الشعور اللاعب ان اداءه سوف يكون جيداً بصرف النظر عن النتائج , وحتى اذا كان المنافس متفوقا عليه. (راتب, 2001, ص343)

الثقة بالنفس مفهوم نفسي يتطور عند الرياضي بفعل معرفة النواحي الفنية والخطئية بفاعلية كفاءته البدنية وخبرته وممارسة الرياضة بشكل مستمر وهي عامل أساسي في تكوين مظاهر الشخصية.

في حين أن الثقة بالنفس هي شعور اللاعب أن أداءه سيكون جيداً بصرف النظر عن النتائج حتى أن كان المنافس متفوقاً عليه لذلك فإن الأداء الجيد المقرون بالثقة بالنفس ليس ضرورياً أن يؤدي دائماً إلى تحقيق المكسب.

فتوفر الثقة بالنفس في جميع الألعاب الرياضية وخاصة لعبة كرة القدم يعتبر شرطاً أساسياً من شروط إظهار القدرات الحقيقية للاعبين وافتقادها يقيد اللاعب ولا يسمح له بإظهار مستواه الحقيقي، وتأتي أهمية الثقة بالنفس من خلال ارتباطها بقيمة الذات وتقدير اللاعب لنفسه.

اذ أنها حالة شعورية يصبح اللاعب من خلالها أكثر وعيا حول مشاعره بالثقة حيث يكون أداءه جيدا بصرف النظر عن النتائج، بما في ذلك معرفة جوانب التحسين من خلال عدة أسئلة منها: هل لديك قدرة التركيز بصورة جيدة لكي تحقق النجاح؟ هل لديك القدرة على مواجهة التحدي أثناء المنافسة؟ وأن إجابة اللاعب على هذه الأسئلة تساعد على تحديد ومعرفة نقاط القوة ونقاط الضعف في جوانب الثقة بالنفس.

وتعرف فيلي الثقة بالنفس بأنها اعتقاد أو درجة التأكد أو يقين اللاعب بأنه يملك القدرة لكي يكون ناجحا في الرياضة. ويعرف أسامة كامل راتب 1997 الثقة بالنفس على أنها درجة تأكد أو اعتقاد اللاعب بقدراته على تحقيق النجاح وعرفها تامر محسن 1990 على أنها شعور اللاعب بأنه قادر على القيام بعمل معين بنجاح.

ومن هذا المنطلق تعرف الثقة بالنفس بأنها حالة شعورية يمتلكها اللاعب تدفعه نحو الأداء الجيد بقدرة وثبات عالية بعيدا عن الخوف أو التردد في الأداء.

## 2-1-2- أهمية الثقة بالنفس:

للثقة بالنفس أهمية كبيرة، ويرى الدكتور أسعد يوسف ميخائيل، أن أهمية الثقة بالنفس تتجلى في النقاط التالية:

### 2-1-2-1 تحقيق التوافق النفسي:

هناك علاقة وثيقة بين كل من الثقة بالنفس والصحة النفسية، وكذلك الإحساس بالسعادة، فالسعادة حالة من الارتياح النفسي، تعتمد وبصفة أساسية على الشعور بالطمأنينة والثقة بالنفس، فليس من الممكن أن يشعر فرد ما بالاطمئنان، إلا إذا توفرت له هذه الثقة. والشخص المتوافق نفسيا هو الذي يستمتع بثقته بنفسه. أما غير الواثق من نفسه، فيكون غير متوافق مع نفسه ومع غيره، وبالتالي يصبح عرضة في أي لحظة للاضطراب. كما أن الثقة بالنفس تحمي صاحبها من التصرفات العدوانية (ميخائيل، 1997، ص32).

### 2-2-1-2 استمرار اكتساب الخبرة:

يولد الانسان بغير خبرة، وتتضمن هذه الخبرة نوعان: خبرات لاشعورية ولا إرادية، وخبرات شعورية و إرادية، ومن أهم العوامل التي تساعد على اكتساب الخبرات الشعورية و الإرادية، إرادة الفرد في اكتسابها والتمرن عليها، إلى جانب تمتعه بقدرة معين من الثقة بالنفس، فبغير توفر حد أدنى من هذه الثقة، لن يستطيع اكتساب أي خبرات جديدة (ميخائيل، 1997، ص36).

### 2-2-1-3 النجاح في العمل:

الإيمان بالقدرة على أداء العمل من أهم العوامل المؤدية إلى النجاح فيه، والفرد الذي لا يستطيع أن يؤمن بقدرته على الأداء ولا يستطيع بدوره أن ينهض بأعباء العمل المطلوب منه أداءه. فالإحساس بالقصور عن أداء العمل، ينتهي إلى التخاذل ومن ثم فإنه لن يكون متفنا للعمل، بل يأتي جهده مشتتا وبعيدا عن المسعى الصحيح. وهنا لا يكفي أن يكون الفرد مشحونا بإيمانه بنفسه وبقدرته على الأداء (ميخائيل، 1997، ص38).

### 2-2-1-4 حب الآخرين:

إن حب الناس لنا شيء عزيز لأنفسنا، فبغير حب الآخرين، وبغير حبا لهم، لا نستطيع الإحساس بكياننا الإنساني، ذلك أن اكتمال وجودنا الإنساني الاجتماعي، لا يأتي لنا إلا إذا تبادلنا مع حولنا الحب، فالشخصيات الواثقة من نفسها لا تتخذ من حب الناس لهم وسيلة للاستمتاع الشخصي، ولا تجعل من تقصير حب الناس لهم مدعاة للشعور بالألم. فحب الواثق من نفسه للآخرين واستقباله حبهم له يقوم أساسا على احترام الشخصية الإنسانية (ميخائيل، 1997، ص42).

## 2-1-2-5 مواجهة الصعاب والمشكلات:

إن الحياة لا تسير وفق ما نهواه، ولا تسير أمور حياتنا حسبما رسمنا في أذهننا أو على النحو الذي علقنا به آمالنا، بل كثيرا ما يحدث عكس ما تخيلنا وعلى نقيض ما توقعنا وخلافا لآمالنا التي وطنا النفس عليها. هنا تلعب الثقة بالنفس دورا كبيرا وحاسما في موقف الفرد من خلال المشكلات التي تعترض طريق حياته، والصعاب التي تعرقل أهدافه التي رسمها لنفسه، والتي أناط بها آماله وعلق بها مطامحه، فهي تكسبه قوة الاحتمال، وطاقة ينفذ بها مراميها، ولا شك أن التغلب على الصعاب التي تجابهها في الحياة، والتوصل إلى حلول ناجحة للمشكلات التي تصادفها، في سبيل تحقيق أهدافنا بحاجة ماسة إلى بوابة احتمال، وإلى طاقة نفسية كبيرة (ميخائيل، 1997، ص43).

## 2-1-3 أنواع الثقة بالنفس:

يمكن تحديد أنواع الثقة بالنفس من خلال معرفتنا طبيعة العلاقة بين الثقة بالنفس والأداء في ضوء الأداء حيث يتحسن مع زيادة الثقة بالنفس حتى النقطة المثلى، ومنه كذلك الزيادة في الثقة سلاح ذو حدين إذا زاد عن حده انقلب إلى ضعف الأداء. (علاوي، 1998، ص97)

## 2-1-3-1 الثقة بالنفس المثلى:

تعني الثقة بالنفس المثلى الاقتناع الشديد أن اللاعب يستطيع تحقيق أهدافه التي يكافح بجدية من أجل تحقيقها، وذلك لا يعني بالضرورة أن يكون أداء اللاعب دائما جيدا، ولكن الشيء المهم يتمثل في تحقيق أفضل الإمكانيات والقدرات، حيث أن اللاعب يتوقع عمل بعض الأخطاء والقرارات غير الصحيحة وربما تفقده تركيزه أحيانا، ولكن الثقة في النفس القوية سوف تساعد اللاعب في التعامل مع الأخطاء والاستمرار في الكفاح من أجل النجاح والأداء الحركي الجيد، اللاعبين الذين يظهرون درجة مثلى من الثقة في النفس يضعون أهدافا واقعية وفقا لمستوى قدراتهم.

إن كل لاعب لديه مستوى أمثل من الثقة في النفس، ومشكلات الأداء يمكن أن تحدث بسبب قلة الثقة أو زيادتها.

## 2-1-3-2 ضعف الثقة بالنفس:

إن كثيرا من اللاعبين لديهم مهارات حركية جيدة لكنهم مصابون بفقدان الثقة في النفس أو ضعف الثقة في قدراتهم لأداء هذه المهارات الحركية، خاصة تحت ظروف أداء الضاغطة في المباريات والمسابقات.

فعلى سبيل المثال نلاحظ أن أحد لاعبي الكرة الطائرة يستطيع أداء الضربة الساحقة بقوة ودقة باستمرار أثناء التدريب وأثناء المباراة، عند أول محاولة للضربة الساحقة إن ارتدت الكرة في وجهه فبدأ يشك في نفسه وأصبح أكثر تحفظا وترددا لأداء الضربات الساحقة، ولذلك فقد فاعلية أداء الضربات الساحقة في بقية المباراة.

إن الشك في الذات يعوق الأداء ويزيد القلق ويضعف من التركيز ويسبب التردد ويجعل اللاعب يركز على نقاط الضعف أكثر من الاهتمام بنواحي القوة. (راتب، 1997، ص303).

## 2-1-3-3 الثقة الزائدة بالنفس:

اللاعبون الذين لديهم ثقة زائدة في النفس في الحقيقة يتميزون بالثقة الزائفة بمعنى أن ثقتهم تزيد عن قدراتهم الفعلية، ويهبط مستوى أدائهم بسبب إعتقادهم أنهم لا يعدون أنفسهم أو يبذلون الجهد لأداء العمل المطلوب منهم، وكقاعدة عامة فإن الثقة الزائدة تعتبر مشكلة أقل حدة من ضعف الثقة.

ومن المواقف الشائعة للثقة الزائدة (الزائفة) عندما يحدث أن يتقابل فريقان أو متنافسان يختلفان في قدراتهم حيث يلاحظ أن الفريق أو المنافس الأفضل يقبل على المنافسة بثقة زائدة، حيث يكون الإعداد للمنافسة قليلا وبدون خطة محكمة، الأمر الذي يتيح للفريق الآخر أن يحقق التقدم في بداية المنافسة وهذا التقدم يكسبه المزيد من الثقة في النفس والتحدي لمواصلة بذل جهد وتحسين الأداء لتحقيق المكسب والفوز.

## 2-1-4 - مظاهر الثقة بالنفس في الرياضة:

للثقة بالنفس مظاهر و علامات نستطيع من خلالها تمييز الرياضي الواثق من نفسه أو مدى ثقته بنفسه من عدمها.

فالثقة بالنفس , تظهر في إحساس الرياضي بثقة نفسه في جميع الجوانب, و الرياضي الواثق من نفسه تتوفر لديه القدرة على التوافق مع ظروف المستقبل , و يستطيع انجاز العمل الذي يخطط له, كما تكون له الكفاءة الشخصية اللازمة للتعامل مع الآخرين. و تتضح هذه الثقة لدى الرياضي من خلال الدور الايجابي الذي يقوم به في مساعدة فريقه في تحقيق النتائج الجيدة.

و الرياضي الواثق من نفسه يعطي للآخرين الشعور بأنه قوي و ماهر, و كلها سمات تمكنه من القيادة و الإسهام في حل مشكلات الجماعة.

و يمكن ذكر أهم المظاهر المميزة للثقة بالنفس فيما يلي:

الإحساس بالقدرة على مواجهة مشكلات الحياة في الحاضر و المستقبل, و القدرة على اتخاذ القرارات و تنفيذ الحلول.

تقبل الذات, و الشعور بتقبل الآخرين و احترامهم.

الشعور بالأمن عند مواجهة الكبار و التعامل معهم و الثقة بهم.

الشعور بالأمن مع الأقران و المشاركة الايجابية.

الترحيب بالخبرات و العلاقات الجديدة.

## 2-1-5 نظريات الثقة بالنفس:

### 2-1-5-1 نظرية فعالية الذات لـ "باندورا":

تعتمد نظرية باندورا على مفهوم كفاءة الذات كشرط أساسي لأداء بكفاءة في المواقف التنافسية التي يشترك فيها الفرد الرياضي، حيث تشير الكفاءة إلى "قدرة الفرد على عمل ما يحتاجه أو القدرة على أداء المهارات بصفة خاصة" وعلى هذا فكلما يرفع مستوى كفاءة الذات ارتفع انجاز الأداء لدى الفرد.

وعندما نلاحظ أن مفهوم كفاءة الذات لدى نظرية باندورا يعبر عن جانب هام من مفهوم الثقة بالنفس وهو اعتقاد الفرد أنه كفيّ ويستطيع انجاز ما بنجاح وفاعلية، وعلى هذا يتضح أن درجة أو مستوى كفاءة الذات لدى الرياضي هي التي تحدد مدى إمكانية إقباله ودخوله المواقف التنافسية والابتعاد عنها، وهذا يشير إلى كفاءة الذات هي دالة للثقة بالنفس لدى الرياضي. (Richard. 2005. P25)

### 2-1-5-2 نظرية واقعية الكفاية لـ "هارتز" (1978م-1981م):

تعتبر نظرية واقعية الكفاية هارتز النظرية الوحيدة التي تهتم بوصف وشرح التنبؤ، بماذا يكون الأفراد مدفوعين للاشتراك في مجالات الانجاز بشكل خاص حيث توضح أن الأفراد يكونوا أكفاء في مجالات الانجاز

المعرفية، والبدنية والاجتماعية من منطلق الشعور بالكفاية وتكمل المسؤولية عن محاولات نجاحهم وفشلهم، أو بمعنى آخر فإن الرياضيين الذين يدركون كفاءتهم في المجال الرياضي يكونون أكثر إقبالا على المشاركة في المواقف التنافسية الرياضية، بينما الرياضيين الذين يكون ادراكهم لكفاءتهم منخفضا فإنهم لا يستمرون ولا يقبلون على المشاركة في المواقف الرياضية التنافسية. (Christine, 2003. P106).

### 2-1-5-3 نظرية ادراك القدرة لـ "نيكولز":

تهتم هذه النظرية بإيضاح العلاقة بين ادراك الرياضي لقدرته ومدى صعوبة الهدف (الواجبات) التي يتجه الرياضي إليها لتحقيقه، بمعنى آخر توضح الأهداف التي يتجه الرياضي لإنجازها تتأثر بمعرفته وإدراكه لقدرته، وعلى ذلك فإن سلوك الرياضي لإنجاز الهدف الذي اختاره سوف يختلف من حيث مستوى الأداء، ومعدل الجهد المبذول، والمثابرة والاصرار على تحقيقه. ولهذا يختلف الرياضيين في توجههم نحو نوعين من الأهداف، هما هدف "المهمة" وهدف "الذات" نظرا لأنهما يعكسان حكمهما لإدراك الرياضي لمفهوم النجاح والفشل. (نور الدين محمد، 2004، ص2).

### 2-2 دافعية الانجاز الرياضي:

#### 1-2-2 الدافعية:

#### 1-1-2-2 مفهوم الدافعية:

يعتبر موضوع الدافعية من أهم الموضوعات التي تثير اهتمام الباحثين في علم النفس بكل فروعه و في مختلف الميادين (دراسة، رياضة، صناعة،.....الخ).

ولقد أورد الباحثون في مجال الدافعية بصفة عامة ودافعية الممارسة الرياضية بصفة خاصة وأخص من ذلك دافعية التفوق الرياضي بعدة تعاريف نوردتها فيما يلي:

عرّف يونغ (young) الدافعية من خلال المحددات الداخلية بأنها عبارة عن حالة استشارة وتوتر داخلي تثير السلوك وتوجهه إلى تحقيق هدف معين. (محمد خليفة. 2000، ص67).

أما ماسلو (maslow) فيعرف الدافعية على أنها خاصية ثابتة، ومستمرة ومتغيرة مركبة، وعامة تمارس تأثيرا في كل أحوال الكائن الحي. (محمد خليفة. 2000، ص69).

وعرف ماكلياند وآخرون، الدافع بأنه يعني إعادة التكامل ويتحدد النشاط الناتج عن التغيير في الموقف الوجداني. (محمد خليفة. 2000، ص69).

ويعرف مصطفى زيدان، الدوافع: هي الطاقات التي ترسم للكائن الحي أهدافه و غاياته لتحقيق التوازن الداخلي أو تهيئ له أحسن تكيف ممكن من البيئة الخارجية. (مصطفى زيدان. 1985، ص72).

### 2-1-2-2 العوامل المؤثرة في الدافعية:

هناك العديد من العوامل التي تؤثر في الدوافع ومن أهمها: خبرات النجاح والفشل، حيث تعتبر هذه الأخيرة في عمليات التدريب الرياضي والمنافسات الرياضية من أهم العوامل التي لها بالغ الأثر على المستوى الرياضي للفرد. ويظهر ذلك جليا واضحا في رياضات المستويات العالية التي يشهد فيها الكفاح والنضال لإحراز الفوز وتسجيل أحسن النتائج. (علاوي، 1969، ص215).

### 2-1-2-2 نظريات الدافعية:

### 2-2-1-3-1 النظرية الإنسانية:

أصحاب هذه النظرية هم الذين يستندون على ما يسمى بهرمية الحاجات، والتي تعني أن الدوافع تترتب على أساس أهميتها أو درجة والأشد إلحاحا، إلى الأقل أهمية والأقل إلحاحا وبذلك يكون ترتيب الحاجات على الذات، وتتمثل هذه الحاجات في:

- الحاجات الفيزيولوجية - دوافع البقاء.
- الحاجة للأمن - دافع الأمن.
- حاجات الانتماء - دوافع التقبل.
- حاجات التقدير - دوافع المكانة والانتماء.
- حاجات تقدير الذات - تقدير الفرد لما يكون قادرا على تحقيقه.

ويجب أن يحدث اشباع ولو جزئي عند أي مستوى قبل أن يصبح المستوى التالي ذو أهمية بالنسبة للفرد، حيث يذهب الأخصائي النفسي الذي يتبع هذه النظرية أن تحقيق الذات هو الهدف النهائي لكل شخص. (أرنوف، 1990، ص127).

### 2-2-1-3-2 نظرية التعلم الاجتماعي:

يؤكد أصحاب هذه النظرة على أهمية التعلم السابق والذي يعتبر أهم مصدر للدافعية، فالنجاح أو الإخفاق لاستجابات معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية، ومن ثم الرغبة في تكرار الأنماط السلوكية الناجحة، والخبرة الشخصية لا ترتبط بالضرورة بحدوث التعلم الاجتماعي، فقد يكون التعلم كذلك بملاحظة بعض الأشخاص الناجحين أو الفاشلين كافية لاستثارة حالة الدافعية، وعلاوة على ذلك فإن الثواب أو العقاب قد يكون داخليا أو خارجيا، لكن أصحاب هذه النظرية أهملوا دور العوامل الذاتية في استثارة الدافعية. (أرنوف، 1990، ص127).

### 2-2-1-3-3 نظرية الإثارة المنشطة:

يرى أصحاب هذه النظرية أن أي كائن لديه مستوى معين ومناسب خاص للإثارة وبالتالي فالسلوك يتوجه نحو محاولة الاحتفاظ بهذا المستوى وهو ما يعني أنه كلما كانت الإثارة مرتفعة أكثر من اللزوم يحدث السلوك لمحاولة تخفيض الإثارة.

أما إذا كانت منخفضة أكثر من اللزوم يقوم السلوك بمحاولة زيادة الأثر. (أرنوف، 1990، ص127).

### 2-2-1-4-1 وظائف الدافعية:

تسهم الدافعية في تسهيل فهمنا لبعض الحقائق المحيرة في السلوك الإنساني و يمكن القول بشكل عام أن الدافعية مهمة لتفسير عملية التعزيز و تحديد المعززات و توجيه السلوك نحو هدف معين و المساعدة في التفسيرات التي تطرأ على عملية ضبط المثير ، و المثابرة على سلوك معين حتى يتم إنجازه.

الدافعية تلعب دور الأهم في مثابرة الإنسان على إنجاز عمل ما ، و ربما كانت المثابرة من أفضل المقاييس المستخدمة في تقدير الدافعية عند هذا الإنسان ، فالدافعية بهذا المعنى تحقق أربع وظائف رئيسية و هي :

❖ الدافعية تستثير السلوك: فالدافعية هي التي تحث الانسان على سلوك معين ، مع أنها قد لا تكون السبب في حدوث ذلك السلوك و قد بين علماء النفس أن أفضل مستوى من الدافعية لتحقيق نتائج إيجابية هو المستوى المتوسط و يحدث ذلك لأن المستوى المنخفض يؤدي إلى الإهمال ، كما أن المستوى المرتفع عن الحد المعقول يؤدي إلى ارتفاع القلق و التوتر.

- ❖ الدافعية تؤثر في نوعية التوقعات التي يحملها الناس تبعاً لأفعالهم و نشاطاتهم و بالتالي فإنها تؤثر في مساويات الطموح التي يتميز بها كل واحد منهم, و التوقعات بالطبع على علاقة و ثقة بخبرات النجاح و الفشل و التي كان الإنسان قد تعرض لها .
- ❖ الدافعية تؤثر على توجيه سلوكنا نحو المعلومات المهمة التي يتوجب علينا الاهتمام بها و معالجتها و تدلنا على الطريقة المناسبة لذلك.
- ❖ الدافعية بناء على ما تقدم من الوظائف التي تؤدي بالإنسان إلى الحصول على أداء جيد و هذا عندما يكون مدفوعاً نحوه.

### 2-2-1-5 أنواع الدافعية:

يمكن تصنيف الدافعية إلى العديد من التصنيفات، وفي الوقت الحالي يكاد يتفق العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي على أنه لكي يمكن فهم الدافعية في المجال الرياضي فإنه يمكن تقسيمها من حيث مصادرها إلى دافعية داخلية ودافعية خارجية.(نور الدين محمد, 2004, ص110).

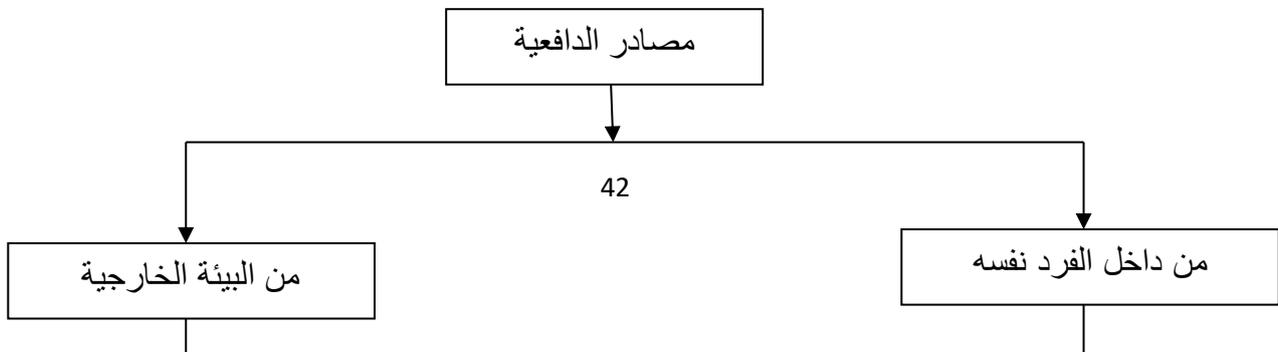
#### 2-2-1-5-1 الدافعية الداخلية:

يعرفها محمد صدقي نور الدين بقوله: "الدافعية الداخلية هي سلوك موقفي مدفوع بالادراكات الشخصية المشتقة من الانجاز الذاتي المرتبطة بإجراءات السيطرة المهارية والتنافسية، والمعرفية، والخطئية، والتحدي البدني والثقة في القرار الذاتي، واكتشاف الأخطاء ذاتياً لتلبية الحاجة للشعور بالكفاية، وتقدير الذات ويقسم فاليرون الدافعية الداخلية إلى ثلاث أبعاد هي: دافع حسب الاستطلاع ، دافع الانجاز والإتقان و دافع الإسرار.

#### 2-2-1-5-2 الدافعية الخارجية:

يقصد بالدافعية الخارجية المرتبطة بالرياضة الحالات الخارجية غير النابعة من داخل الفرد نفسه والتي تثير وتوجه السلوك نحو الممارسة الرياضية أو الأداء الرياضي، فعلى سبيل المثال يمكن اعتبار المدرب الرياضي أو الإداري الرياضي أو الوالدين أو الأصدقاء بمثابة دافعية خارجية للاعب الرياضي.

و فيما يلي شكل يوضح مصادر الدافعية للسلوك الرياضي (علاوي, 1969, 215):



شكل رقم (03) : يوضح مصادر الدافعية للسلوك الرياضي.

## 2-2-2-2 دافعية الإنجاز:

### 1-2-2-2 مفهوم دافعية الإنجاز:

لقد عرف مفهوم دافعية الانجاز عدة تعاريف من بينها تعريف "جولد نسون" أن الدافعية هي حاجة لدى الفرد للتغلب على العقبات و النضال من أجل السيطرة على التحديات الصعبة. (نشواتي، 1985 م، ص207).

دافعية الإنجاز كما يصفها ماكلياند أحد الباحثين في هذا الميدان بأنها " استعداد ثابت نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعي الفرد ومثابرتة في سبيل تحقيق وبلوغ نجاح يترتب عليه نوع من الإرضاء، وذلك عل المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى محدد من الامتياز. (خليفة، 2000م، ص90).

وعليه يمكن القول أن دافعية الإنجاز تتمثل في القيام بعمل جيد والنجاح في ذلك العمل بشكل مستقل وفي مواجهة المشكلات وحلها.

### 2-2-2-2 النظريات المفسرة لدافعية الإنجاز:

ولفهم وتوضيح مفهوم دافعية الإنجاز أكثر فقد درس الباحثون في علم النفس التربوي إلى البحث في هذا الميدان، ويعتبر كل من "ماكلياند" و "أتكنسون" من كبار الباحثين في هذا المجال ، حيث انقسما إلى اتجاهين رئيسيين سوف نوضحهما في مايلي:

#### الاتجاه الأول: ماكلياند Maclulland:

يقوم تصور ماكلياند (1961) لدافعية الانجاز في ضوء تفسيره السعادة أو المتعة بالحاجة للانجاز ، فقد أشار ماكلياند وزملائه إلى أن هناك ارتباط بين الماديات السابقة والأحداث الإيجابية وما يحققه الفرد من نتائج،

فإذا كانت مواقف الإنجاز الأولية للفرد فإنه يميل للأداء والإنهاك في السلوكيات المنجزة أما إذا حدث نوع من الفشل وتكونت بعض الخبرات فإن ذلك ينشأ عنه دافعا لتحاشي الفشل.

ونظرية ماكلياند ببساطة تشير على أنه في ظل الظروف الملائمة سوف يقوم الأفراد بعمل المهام والسلوكيات التي دعت من قبل، فإذا كان موقف المنافسة مثلا: ماديا لدعم الكفاح والإنجاز فإن الفرد سوف يعمل بأقصى طاقته. (عبد اللطيف، 2000م، ص90).

### الإتجاه الثاني: أتكسون Atkinson:

قام أتكسون بإلقاء الضوء على العوامل المحددة للإنجاز القائم على أساس المخاطرة وأشار إلى أن مخاطرة الإنجاز في عمل ما يحددها أربعة عوامل، منها عاملان يتعلقان بخصال الفرد، وعاملان يرتبطان بخصائص المهنة أو العمل المراد إنجازه، وذلك كما هو موضح على النحو التالي: (عبد اللطيف 2000م ، ص90)

### فيما يتعلق بخصال الفرد:

هناك على حد تعبير أتكسون نمطان من الأفراد يعملان بطريقة مختلفة في مجال التوجيه نحو الإنجاز. فالنمط الأول يتضمن الأشخاص الذين يتسمون بارتفاع الحاجة للإنجاز بدرجة أكبر من الخوف، من الفشل. أما النمط الثاني فيشمل الأشخاص الذين يتسمون بارتفاع الخوف والفشل مقارنة بالحاجة للإنجاز.

### بالنسبة لخصائص المهنة:

بإضافة هذين العاملين للشخصية، هناك أيضا مرفقان أو متغيران يتعلقان بالمهنة يجب أخذهما بعين الاعتبار فالعامل الأول يتمثل في احتمالية النجاح التي تشير إلى الصعوبة المدركة للمهمة، وهي أحد محددات المخاطر أما العامل الثاني فيتمثل في الباعث للنجاح في هذه المهمة، حيث يتأثر الأداء في مهمة ما بالباعث للنجاح في هذه المهمة، ويقصد بالباعث للنجاح الاهتمام الداخلي الذاتي لأن مهمة بالنسبة للشخص.

و في النهاية يرى أتكسون أنه عندما يقوم الفرد أداء مهمة معينة يواجه بصراع من أنواع الإقدام والإحجام، حيث يدفعه بتحصيل النجاح إلى الإقدام في الوقت الذي يدفعه دافع تجنب الفشل إلى الإحجام والتراجع. (توف، 1974، 147).

### 2-2-2-3 مميزات الأفراد ذو الدافع للإنجاز:

عرف أسامة كامل راتب دافع الانجاز بأنه المنافسة من أجل تحقيق أفضل مستوى ممكن، و من خلال هذه التعريف فان الفرد الذي يتميز بهذه الصفة نجده:

- 1 - يهتم بالامتياز و التفوق من أجل التفوق و الامتياز لذاته و ليس من ما يمكن أن يترتب عليه من مكافآت
- 2 - يميل إلى المواقف التي يستطيع التحكم فيها بنفسه.
- 3 - يضع لنفسه أهداف مدروسة تتميز بالمخاطرة المحسوبة و المثيرة بالاهتمام مع اهتمامه بالأهداف المستقبلية ذات المدى البعيد.

- 4 - يملك القدر الكبير للدافعية الداخلية و الثقة بالنفس.
- 5 - ينجذب نحو المهام التي تتميز بالصعوبة المعتدلة.
- 6 - يميل الى زيادة شدة السلوك عقب خبرة الفشل بالنسبة للأداء المرتبط بدرجة عالية من الصعوبة
- 7 - يسعى الى محاولة فهم ذاته من خلال اشتراكه في مواقف الانجاز.
- 8 - يفضل العمل مع زميل آخر على أساس محك القدرة و مستوى الأداء.
- 9 - يميل الى التعلم بصورة أسرع بالمقارنة مع الآخرين, و إصلاح الأخطاء بصورة ذاتية.
- 10 - يتسم بمستوى عالي من فعالية الذات و دافعية الكفاءة و القدرة على إدراك قدراته و استطاعته.(علاوي, 1969م, ص256).

### 2-2-3 دافعية الإنجاز الرياضي:

#### 2-2-3-1 تعريف دافعية الإنجاز الرياضي:

تعد دافعية الانجاز الرياضي كونها استعداد الفرد للتنافس في موقف من مواقف الانجاز في ضوء معيار أو مستوى معين من معايير أو مستويات الامتياز، وكذلك الرغبة في الكفاح والنضال للتفوق في مواقف الانجاز التي ينتج عنها نوع من النشاط والفعالية والمثابرة، وفي المجال الرياضي يمكن اعتبار المنافسة الرياضية من بين أهم مواقف الانجاز الرياضي ويعتبر بمثابة إنجاز نوعي أو خاص ولذا يحبذ العلماء مصطلح "التنافسية" للإشارة إلى الدافعية الرياضية.

وعليه يمكن وضع تعريف لدافعية الانجاز الرياضي بأنها: "استعداد اللاعب الرياضي لمواجهة مواقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز في ضوء مستوى أو معيار معين من معايير أو مستويات التفوق والامتياز، عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة للتعبير عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية.(صدقي نور الدين, 2004م, ص114).

وقد أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي أن موقف المنافسة الرياضية مهما اختلف نوع هذه المنافسة فإنها تعرض أهم مواقف الانجاز الرياضي.(صدقي نور الدين, 2004م, ص115)

وفي ضوء التعريف السابق فإن سلوك الإنجاز الرياضي للاعب يرتبط بالعديد من الجوانب منها:

- شدة السلوك
- المثابرة على السلوك.

### 2-2-3-2 المكونات الشخصية لدافعية الانجاز الرياضي:

أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي إلى أن أهم المكونات الشخصية لدافع الإنجاز الرياضي هما دافع إنجاز النجاح و دافع تجنب الفشل :

#### أ- دافع إنجاز النجاح:

و في هذا الدافع يمثل الدافعية الداخلية للاعب للإقبال هو أنشطة معينة لمحاولة تحقيق التفوق و بالتالي الإحساس و الشعور بالرضا و السعادة و هذا لا يتأثر بالمؤثرات الخارجية بل يمكن القول بأنه حالة داخلية في

الفرد توجهه و تحركه لتحقيق هدف معين يضعه لنفسه و يمكن إعتبار هذا الدافع من السمات الشخصية للاعب , أي أنه يصطبغ بالصيغة الفردية الخالصة , و يختلف تمام الاختلاف عن اللاعب الآخر , و هذا الدافع يتغير بالمتغيرين التاليين:

- ❖ احتمال النجاح
  - ❖ جاذبية تحقيق الهدف
- ب- دافع تجنب الفشل:

و هو تكوين يرتبط بالخوف من الفشل الذي يتمثل في الاهتمام المعرفي بعواقب أو نتائج الفشل في الأداء و الوعي و الشعور بانفعالات غير سارة, مما يساهم في محاولة تجنب أو تحاشي مواقف الانجاز الرياضي , و هذا الدافع يكون واضحا لدى اللاعب كلما ارتفع خوف و قلق اللاعب من احتمال توقعه من قلة فرصته في النجاح

و في ضوء ذلك يمكن استثمار كل من دافع الانجاز بالنجاح و دوافع الفشل بصورة ايجابية , أي العمل على تدعيم و تقوية مكونات أو عناصر دافعية إنجاز النجاح و محاولة الإقلال من تأثير عوامل دافع تجنب الفشل (علاوي,ص.146).  
و بالتالي فإن دافعية الانجاز تتمثل في جوانب ثلاثية هي :

- دافعية الانجاز التجريبي : حيث الرغبة في تجاوز الصعوبات و محاولة تحسين المستوى.
- دافعية الانجاز التنافسي: حيث الحاجة إلى الفوز و التغلب على التنافس.
- دافعية الانجاز الرياضي الباعث للتفوق من خلال تحقيق البطولات و إعتلاء منصة التتويج.

## 2-2-3 مستويات دافعية الانجاز الرياضي:

أشار "كريمير" و "سكلي" سنة 1994 إلى إمكانية التعرف على النمط الذي يتسم به اللاعب في دافعية الانجاز طبقا لنموذج "ماكليلاند\_ اتكنسون" في ضوء الدافع لإنجاز النجاح و الدافع لتفادي الفشل (الخوف من الفشل) , و قد قام محمد حسن علاوي بإقتباس التصور الذي قدمه كريمير و سلكي بالنسبة لإمكانية وجود العديد من أنماط اللاعبين الرياضيين طبقا لهذين البعدين و بصفة خاصة لأربعة أنماط رئيسية (شتعون, 2003م , ص301) هي :

- النمط الاول : دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح+ خوف مرتفع من الفشل
  - النمط الثاني : دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح+ خوف منخفض من الفشل.
  - النمط الثالث: دافعية منخفضة لإنجاز النجاح+ خوف مرتفع من الفشل.
  - النمط الرابع: دافعية منخفضة لإنجاز النجاح +خوف منخفض من الفشل .
- و فيما يلي خصائص كل نمط:

- 1- النمط الاول : دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح+ خوف مرتفع من الفشل .
  - 1- يستمتع بالاشتراك في المنافسة و يتحمل مسؤولية ما يحدث.
  - 2- لا يقبل أحيانا الفشل بصدر رحب .
  - 3- لا تبدو عليه أحيانا الرغبة في مواجهة المخاطر.

- 2-النمط الثاني : دافعية مرتفعة لإنجاز النجاح+ خوف منخفض من الفشل.
  - 1- يستمتع بالاشتراك في المنافسة و خاصة في مواجهة تحد حقيقي.

- 2- لديه دافعية عالية و لا يخشى مواجهة المصائب
- 3- يحب النجاح و الفوز.
- 4- عندما لا يحقق الفوز لا يفقد الأمل و يرى أن هناك فرصة أخرى للنجاح.

**3- النمط الثالث: دافعية منخفضة لإنجاز النجاح + خوف مرتفع من الفشل.**

- 1- لا ينهي غالبا المهام المسندة اليه .
- 2- يفتقد الرغبة في المتابعة .
- 3- يحاول تجنب أو عدم الاقبال قدر الامكان على المنافسات الحساسة و الهامة.
- 4- يستمتع باللعب ضد المنافسين يقلون عنه في المستوى أو الذين يعتقد بإمكانية التغلب عليهم.

**4- النمط الرابع: دافعية منخفضة لإنجاز النجاح + خوف منخفض من الفشل .**

- 1- لا يبدي اهتماما واضحا بالمنافسة.
- 2- لا يبدو عليه الانزعاج من نتائج المنافسة.
- 3- لا فرق لديه بين الفوز و الهزيمة أو بين النجاح و الفشل.
- 4- لا يفكر كثيرا في عواقب نتيجة المنافسة.

## خلاصة:

على ضوء ما سبق نستخلص أن الثقة بالنفس سمة انفعالية أساسية في شخصية الفرد, تقوم أساسا على ايمان الفرد بفعاليته و اعتقاده بأنه مقبول من طرف الآخرين, و أنه قادر على استعمال قدراته الجسمية و المهارية و البدنية و العقلية و النفسية بكفاءة لمواجهة المواقف المختلفة التي تعترضه.

في حين أن دافعية الانجاز تعتبر أحد الجوانب المهمة في منظومة الدوافع الإنسانية حيث تعد عاملا مهما في توجيه سلوك الفرد, كما تعتبر مكونا أساسيا يسعى الرياضي من خلالها إلى تحقيق ذاته و تأكيده.

# الفصل الثالث

الإعداد النفسي في كرة القدم

**تمهيد :**

نظرا لما للرياضة من أهمية في الوقت الحالي فإنها لم تنق حبيسة مجال الترفيه, بل تحولت الى علم من العلوم فأنشأت معاهد مختصة في تكوين المدربين و الإطارات المختصة في مختلف الرياضات, من خلال هذه العناية بالرياضة أصبح للتدريب الرياضي مفهوم اوسع يقوم على اسس منهجية و علمية مدروسة تستند على المادة العلمية البحتة, تلك التي تعود على الرياضي بفوائد عديدة تمكنه من بح الوقت و تفادي الضرر البدني, إلا ان ما يقف حاليا كعائق في طريق المدربين هو الجانب النفسي, علميا فيما يسمى بجانب الإعداد النفسي او التحضير النفسي.

و الجدير بالاهتمام ان التدريب النفسي له اثر كبير في تنمية الكفاءات و تحسين مردود رياضي كرة القدم, و هذا من خلال الكشف على العوامل الشخصية و النفسية لكل رياضي و اجراء اختبارات نفسية و انفعالية و الملاحظة اليومية و إنشاء برنامج بدني مرتبط بمخطط للتدريب النفسي من طرف المدرب على أساس المتطلبات النفسية بالرغم من عدم استطاعة المدربين التحكم في متغيراته و التنسيق عمليا, فيما يسمى بجانب التدريب النفسي و ذلك لتباين الطرق و المنهجيات المتبعة.

و قد تطرقنا في الفصل الثالث إلى الإعداد النفسي في كرة القدم حيث تناولنا فيه دور علم النفس الرياضي و مهامه ثم التعريف بالإعداد النفسي.

**1- علم النفس الرياضي:****1-1 مفهوم علم النفس الرياضي :**

يعرف علم النفس الرياضي *la psychologie du sport* بأنه العلم الذي يدرس سلوك الإنسان الرياضي ويعني السلوك استجابات الفرد التي يمكن ملاحظتها وتسجيلها ,و لكن لا توجد استجابات أخرى لا يمكن ملاحظتها من الخارج و لا يمكن رؤيتها كالتفكير و الانفعال و ما الى غير ذلك , و هذه الأوجه من النشاط يطلق عليها الخيرة

و الهدف من وراء دراسة سلوك الفرد في الرياضة هو محاولة اكتشاف الاسباب و العوامل النفسية التي تؤثر في سلوك الرياضي ,هذا من ناحية , و كيف تؤثر خبرة الممارسة الرياضية ذاتها على جوانب الشخصية للرياضي من ناحية أخرى ,الامر الذي يساهم في تطوير الأداء *Maximum performance* و تنمية الشخصية.(راتب, 1997, ص17).

**1-2 دور علم النفس الرياضي :**

إن أهمية الممارسة الرياضية منصبة نحو تحقيق النتائج و الوصول إلى النتيجة فعلم التربية البدنية في القسم يهتم بالتمرين الرياضي للوصول إلى تحقيق نتيجة في حرجة بدنية ,فالهدف هو التمكين في الحركة المرغوب اكتسابها و حسن ممارستها أما المدرب هدفه الوصول الى تحقيق أعلى نتيجة ممكنة في إطار النخبة الوطنية عن طريق التحضير البدني الخاص و في مدة معينة.

نلاحظ مما سبق ذكره أن أهمية كل تدريب رياضي موجه نحو تحقيق نتائج بإمكانيات بدنية خاصة بكل ممارس .

و في ميدان التربية البدنية و الرياضية اللجوء إلى نظريات علم النفس و التربية يساعد المعلم في فهم المشاكل و الحالات التي تبرز الميدان العلمي ,مثلا عوامل الفشل في قسم التربية البدنية و الرياضية , اما بالنسبة للمدرب فالاهتمام بالجانب البدني فقط الذي ابرز بعض النفاص و حدود تأثيره , فأصبحت لديهم في رياضة النخبة و المقابلات و الفرق متكافئة من حيث القدرات و التحضير البدني و لا تفرقها القيم المعنوية و التحضير النفسي, هذا ما أدى بالباحثين في الرياضة إلى الاهتمام بعلم النفس الرياضي ,التحليل السلوكي يعتمد على العوامل النفسية, الاجتماعية و التفاعلية للشخصية و علاقتها بالممارسة الرياضية فالنتائج المحققة في الميدان التكتيكي و التقني تخضع إلى تأثيرات السلوك الشخصي. إذا قارنا علم النفس الرياضي و علم النفس العام يمكن إيجاد تشابه مواضيع دراستهما, لكن يمكن التمييز بينهما بالمنهج التجريبي حيث النظرية الجوهرية المكتسبة من علم النفس تخضع للتجربة في الميدان الرياضي لتقويم هذه النظريات العلمية, و تطبيقها في المجال الرياضي. (علاوي, 1985, ص28).

الى جانب ذلك فلعلم النفس صلة وثيقة بالعلوم الاخرى , فتحليل الظاهرة السلوكية يعتمد على عوامل تبرز الصلة بين علم النفس الرياضي و علم النفس الفيزيولوجي و علم الاجتماع. (علاوي, 1985, ص28).

**1-3 مهام علم النفس الرياضي :**

نظرا لتعدد الميادين الرياضية و ما ينجز عنها من متطلبات و أهداف و عمليات تنظيمية و تسييرية , يمكن تحديد العناصر الاساسية لمهام علم النفس الرياضي على النحو التالي:

**1-3-1 الرفع في مستوى الانجاز الرياضي:**

و ذلك لدى اعضاء الفرق الرياضية بشتى اشكالها و تعدد انواعها و حتى افراد الفرق الرياضية ذو الحالات الفيزيولوجية نجد ايضا لعلم النفس الرياضي دورا هاما , و ذلك عن طريق ايجاد الدافعية المؤدية الى شدة النشاط البدني الرياضي و ما يتبعها من ارتقاء في نوعي الاداء الرياضي في هذا النطاق يتجلى المطلوب في مدى استنفاد احتياطي القدرات الإنتاجية لدى الفرد الرياضي , بغرض تنمية مستوى الانجازات , لانه اذا كان الرياضي غير قادر على توظيف امكاناته و قدراته على احسن وجه فلا بد من وجود سبب معين لذلك , قد يكون الاجهاد و الاحساس بالإرهاق عند الوصول الى مستوى معين من التدريب الرياضي , أو قد يكون الخوف أو القلق النفسي أو أي سبب آخر , و بالتالي تأتي الحاجة الى دور علم النفس الرياضي , في هذا الصدد ينبغي المراعاة بان الرياضي ينمو من تواجد الخصم , بحيث إن لم يتواجد هذا الفرق المضاد في الفصل , أو أثناء التدريب حتى يحقق التفوق على التفوق حتى الفوز بالمكانة المعتبرة , أو التفوق على الخصم , ففي هذه الحالة يأتي دور المدرب في تخطيط التدريجات و تنظيمها لتحقيق عامل الدافعية من خلال توفير الباعث اللازم مع العلم ان التنظيم السليم يتوقف أساسا على مدى الاخذ في الحسبان مطالب التكوين الفردي و الاجتماعي ايضا , و مختلف خصائص الشخصية الرياضية لاسيما الاستعدادات البدنية و القدرات العقلية و الاهتمامات النفسية و القيم الاجتماعية و الروحية . (علاوي, 1992, ص15\_16).

### 1-3-2 تنمية الصفات و الاتجاهات النفسية:

يعتبر النشاط البدني الرفيع المستوى خاصة بين النشاطات التربوية الملائمة لتنمية الصفات و الاتجاهات النفسية لدى الفرد الرياضي , نتيجة مدى إعداده على التكيف مع الحياة الطبيعية و المجتمع الإنساني في هذا السياق نلتمس خاصيتين متمرستين للنشاط الرياضي لما لهما من دور فعال في التدريب الرياضي.

يرتبط النشاط البدني الرياضي عادة بالمجهود المبذول من الناحية البدنية و مدى ارتفاع شدة الحمل , و لكي تحصل على انجاز رياضي عالي المستوى ينبغي توفر عامل الدافعية وفق ما يناسب خصائص الشخصية التي تمكن من تحقيق إنتاج رياضي في مستوى الهيئة البدنية إي المتطلبات العضلية و الفيزيولوجية العصبية. (أبو عبيدة, 1997, ص124\_125).

### 1-3-3 توطيد مستوى الانجاز:

يتجلى هذا البعد الهام في المثال الرياضي أو الفريق الرياضي الذي يكون في حالة بدنية عالية أثناء التدريبات إلا أنه أثناء المنافسة نلاحظ عدم تسجيل النتائج المتوقعة , مما يؤدي بهذه النتائج إلى عواقب وخيمة , بحيث يحتمل فيما بعد أن يفقد الرياضي الرغبة في التدريب الرياضي نتيجة فقدان الثقة و غياب الأسباب الواضحة المؤدية للنجاح أثناء المنافسات الرياضية , فالمطلوب من السيكولوجي الرياضي أن يبحث عن مشكلة التحمل النفسي و أن يساهم بشكل فعال في تعزيز مستوى الانجاز و تثبيته بنجاحه مع الفرد و الفريق الرياضي و ذلك عن طريق الاعداد الرياضي المناسب لخصائص كل حالة .

### 1-3-4 تنمية الاهتمامات و الحاجيات النفسية:

لقد دلت بعض البحوث العلمية في السنوات الحديثة على أن فئة السباب التي تمارس الرياضة بكثرة و شدة قد يضعف إهتمامها بالرياضة و ميلها إليها مع تقدمها في العمر , من هذا المنطلق كان من واجب السيكولوجي الرياضي البحث في محتوى و بناء الميل الرياضي , و كذلك في اتجاهاته النفسية نحو الرياضة , حتى يتمكن من افتراض النشاط التدريبي و التربوي الملائم لكل رياضي , و الهدف الأسمى في هذا الشأن يمكن إيجاد الحاجة النفسية الثابتة نسبيا لدى الرياضي نحو ممارسة الرياضة بانتظام و في اتجاه متطور و يستحسن أن يكون العامل المحرك للرياضي نابع من الداخل أكثر مما هو مرتبط بالعوامل و الضرورة المادية و الخارجية عن شخصية الرياضي . (أبو عبيدة, 1997, ص124\_125).

## 2- الإعداد النفسي:

### 1-2 تعريف الإعداد النفسي :

هو عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الايجابية للاعبين بهدف خلق و تنمية الدوافع و الاتجاهات و الثقة بالنفس و الإدراك المعرفي و الانفعالي و العمل على تشكيل و تطوير السمات الإرادية بالإضافة إلى التوجيه و الإرشاد التربوي و النفسي للاعبين. (أبو عيدة, 2001, ص263).

و يعرف التحضير النفسي أيضا على أنه سيرورة التطبيق العلمي لوسائل و مناهج معينة و محدودة موجهة نحو التكوين النفسي للرياضي . (علاوي, 1985, ص26).

و عرف "فورينوف": (التحضير النفسي هو عبارة عن مجموعة مراحل , و وسائل و مناهج التي من خلالها يصبح الرياضي مستعدا نفسيا). و دائما حسب فورينوف , نجد أن التشخيص السيكولوجي كان دائما ينظر إليه و كأنه جزء من التحضير النفسي , و هذا الأمر في الحقيقة غير صحيح ذلك أن التحضير بهذه الصفة يمثل جملة من التأثيرات التي تؤثر على الرياضي الذي تؤخذ منه المعلومات التي تأتي من المحيط الرياضي .

حسب فيليب موست عام 1982م : " التحضير النفسي يمثل التقدم في التكوين و التحسين في الصفات النفسية للرياضي "

و يرى ماراك لافاك: أنه يجب الاهتمام بالتحضير النفسي إذ هو عبارة عن وحدة موحدة من الطرق المباشرة أو الغير مباشرة متمكنة من تحسين القدرات النفسية للرياضي.(More ,1992, p12)

### 2-2 أهداف الإعداد النفسي:

تحدد الأهداف الأساسية للإعداد النفسي للرياضي فيما يلي :

- \* بناء و تشكيل الميول و الاتجاهات الايجابية للرياضي نحو الممارسة الرياضية عامة و النشاط النوعي خاصة تطوير دوافع الرياضي نحو التدريب المنتج و التنافس الفعال .
- \* تنمية مهارات الرياضي العقلية الاساسية للممارسة الرياضية و التخصصية لنوع النشاط .
- \* تطوير و توظيف سمات الرياضي الانفعالية تبعا لمتطلبات التدريب و المنافسات في النشاط البدني الرياضي الممارس.
- \* تنمية قدرة الرياضي على تعبئة و تنظيم طاقاته البدنية و النفسية خلال التدريب و المنافسات.
- \* إعداد الرياضي المؤهل نفسيا لخوض غمار المنافسات في تخصصه الرياضي القادر على التكيف مع المواقف الطارئة التي تظهر من خلالها و النتائج المتباينة التي يتم تحقيقها .
- \* تنمية انتماء الرياضي لمؤسسته الرياضية و زملائه في اللعبة أو الفريق بهدف التماسك الاجتماعي و رفع الروح المعنوية خلال التدريب و المنافسات.

\* توجيه الرياضي نفسياً لمساعدته على الملائمة النفسية بين الأحمال البدنية و النفسية في التدريب و المنافسات مع حياته العملية و الاجتماعية لتجنب الضغوط النفسية المرتبطة بالممارسة الرياضية التنافسية. (فوزي, 2003, ص162)

### 2-3 أنواع الإعداد النفسي :

- من حيث مدته :
- الإعداد النفسي الطويل المدى
- الإعداد النفسي القصير المدى
- من ناحية نوعيته :
- الإعداد النفسي العام
- الإعداد النفسي الخاص

### 2-3-1 الإعداد النفسي من حيث المدة :

#### 2-3-1-1 الإعداد النفسي الطويل المدى :

هو ذلك التحضير الذي يسعى إلى خلق تنمية الدوافع و الاتجاهات الايجابية التي تركز على أن تكون الاقتناعات الحقيقية و المعارف العلمية و القيم الخلقية الحميدة , و من ناحية أخرى العمل على تشكيل و تطوير السمات الإدارية العامة و الخاصة لدى رياضي كرة القدم , الأمر الذي يساهم في قدرتهم في مجابهة المشاكل التي تعترضهم , و القدرة على حلها حلاً سليماً .

#### 2-3-1-1-1 المبادئ العامة في الإعداد النفسي طويل المدى :

- يرى البعض أن أهم المبادئ التي يتأسس عليها الإعداد النفسي طويل المدى في كرة القدم هي :
- ضرورة اقتناع الفرد الرياضي بأهمية المنافسة (المباراة) الرياضية .
- المعرفة الجيدة للاشتراطات و ظروف المنافسة و المنافس .
- الفرح للاشتراك في المباراة .
- عدم تحميل اللعب بأعباء أخرى خارجية .
- مراعاة الفروق الفردية .
- تنمية و تطوير السمات الإرادية و الخلقية . (طالب و الويس, 1980, ص249\_250).

#### 2-3-1-1-2 بعض التوجهات العامة في الإعداد النفسي طويل المدى :

- فيما يلي بعض التوجهات العامة التي يجب على المدرب الرياضي مراعاتها في غضون عملية الإعداد النفسي طويل المدى للمنافسات الهامة :
- يجب العمل على الزيادة في الدافعية لدى الفرد الرياضي للاستمرار في ممارسة النشاط البدني الرياضي و محاولة الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية.
- يجب أن يقتنع الفرد الرياضي بصحة طرق و نظريات التدريب المختلفة و أن يثق تمام الثقة في الأساليب التي يقوم باستخدامها المدرب الرياضي.
- ينبغي تعويد الفرد الرياضي على تركيز كل اهتماماته لحل الواجبات التي يكلف بها و عدم التأثر بالمتغيرات الخارجية سواء في أثناء التدريب أو أثناء الممارسة الرياضية.
- يراعي تعويد الفرد الرياضي على الكفاح الجدي تحت نطاق أسوأ الظروف. أو في حالة تفوق مستواه على مستوى منافسيه.

- يجب تقوية الثقة بالنفس لدى الفرد الرياضي مع مراعاة الحذر في المغالاة في ذلك , و إلا انقلبت الثقة بالنفس إلى غرور مع مراعاة ضرورة تقدير الفرد لمستواه و مستوى المنافس على أسس موضوعية .(طالب و الويس, 1980, ص249\_250).

### 2-1-3-2 الإعداد النفسي قصير المدى :

و هو محاولة إعداد (الفريق) اللاعب للمنافسة القادمة و رفع درجة استعداده لكي يتمكن من بذل أقصى جهده ليحقق الفوز. (الدليمي و لمر عبد الحق, 1997, ص 25)

و يقصد به أيضا الإعداد النفسي المباشر للفرد قبل اشتراكه الفعلي في المنافسات الرياضية بهدف التركيز على تهيئته و إعداده و توجيهه بصورة تسمح بتعبئة كل قواه و كفاءته لكي يستطيع استغلالها لأقصى مدى ممكن أثناء المنافسات الرياضية (المباريات).

و يرى علماء النفس ان حالة ما قبل المنافسة ما هي إلا ظاهرة طبيعية يمر بها كل فرد رياض ي و تهدف أساسا إلى العمل على انتقال الفرد من حالة الراحة إلى حالة العمل , أي من حالة الانتظار السلبي إلى حالة الاشتراك الفعلي , أو الممارسة الفعلية , و تساهم بدرجة كبيرة في إعداد الفرد بما سيقوم به من جهد (علاوي, 1968 ص 188).

### 2-1-3-2 العوامل المؤثرة في حالة ما قبل بداية الإعداد النفسي قصير المدى :

تختلف حالة الفرد قبل اشتراكه في المقابلة فيستطيع ان يكون اللاعب في حالة حمى البداية و في مقابلة أخرى يمكن أن نجده في حالة " الاستعداد للكفاح", و هكذا تختلف حالة الفرد الرياضي قبل بداية المنافسة من مباراة إلى أخرى .

و من بين العوامل التي تساهم بدرجة كبيرة في التأثير على حالة الفرد قبل اشتراكه الفعلي في المباراة هي :

#### - النمط العصبي للفرد :

يختلف النمط العصبي من فرد لآخر قبل بداية المقابلة , فهناك من يتميز بالهدوء و القدرة على ضبط عواطفهم و انفعالاتهم , و البعض الآخر نجدهم يتميزون بالاستثارة السريعة و هؤلاء غالبا ما تتناهم حالة حمى البداية . (علاوي, 1968 ص 197).

#### - الخبرة السابقة :

تختلف من لاعب ناشئ إلى لاعب دولي , فاللاعب الناشئ تنقصه العديد من التجارب و الخبرات , و العكس بالنسبة للاعب الدولي , الذي يتمتع بخبرات و مر بعديد تجارب تكسبه القدرة على التكيف و الملائمة لمختلف المواقف , و يرى البعض أن الناشئ يمر غالبا بحالة حمى البداية .

#### - الحالة التدريبية للفرد :

للتحضير البدني للاعب تأثير كبير على الحالة التي يكون فيها , فاللاعب المحضر جيدا نتوقع ان يمر بحالة مغايرة عن اللاعب الذي يكون في حالة تدريبية منخفضة .

#### - مستوى المنافسة و أهميتها :

تختلف حالة اللاعب طبقا لمستوى المنافسة , إذ تختلف حالة اللاعب عندما يكون منافسه قوي أو ضعيف , كما تختلف حالة اللاعب في المباريات الرسمية عن حالته في المباريات التحضيرية.

#### - الحالة المناخية :

تختلف حالة اللاعب في المردود للحالات المناخية , فاللاعب يتميز بمردود معين في الجو الذي يتميز بالبرودة و الجو الذي يتميز بالحرارة . ( علاوي, 1968, ص 197).

## 2-3-2 الإعداد النفسي من حيث النوعية:

### 2-3-2-1 الإعداد النفسي العام :

يمكن تلخيص أهداف هذا النوع من الإعداد فيما يلي :

#### - تطوير العمليات للاعب :

و يقصد بالعمليات النفسية ما هو مرتبط بتحقيق الغرض من ممارسة كرة القدم مثل الإدراك الحسي بأنواعه المختلفة و عمليات الانتباه و التطور الحركي و التذكير و كذلك القدرة على الاستجابة الحركية بأشكالها و أنواعها المختلفة.

#### - الارتقاء بسمات الشخصية للاعب :

و ذلك بالمساعدة على بث الثقة في نفوس اللاعبين على تحمل مشاق التدريب باستثماره الحالة الدفاعية لديهم و الصفات الإرادية و الخصائص الانفعالية الكامنة لديهم (الدليمي و لحر عبد الحق, 1997, ص 27).

#### - تثبيت الحالة النفسية للاعب :

حيث تتميز بعدم الثبات و الاختلاف المتباين في الشدة و الطول حيث ان ثبات الحالة النفسية مركب من مجموعة من ظواهر نفسية (التفكير, الانفعال, الإرادة) و هي تؤثر إلى حد كبير على نشاطات اللاعب سلبيا أو إيجابيا و يحتاج اللاعب لفترات طويلة من التدريب للتحكم فيها و توجيهها و يجب أن تسير هذه المبادئ جنبا إلى جنب مع النواحي التدريبية الأخرى أثناء عملية التدريب .

### 2-3-2-2 الإعداد النفسي الخاص :

و نود في هذا المجال الإشارة إلى الصفات الإرادية للاعبين التي تتطلب إجراءات و ظروف خاصة التي يجب على المدرب أن يسعى لتوفيرها , فتتمية تلك الصفات للاعب كرة القدم المرتبطة بمستوى إعدادهم البدني و الخططي , بهدف الوصول بهم إلى ذروة المستوى الرياضي في أدائهم سواء خلال التدريب أو المنافسة الرياضية .

و قد حدد كاشف الأهداف الرئيسية للإعداد النفسي الخاص في كرة القدم فيما يلي (كاشف، 2007، صفحة 168):

- ❖ عدم التحميل النفسي الزائد القائم على التخويف و الترهيب الدائم من قيمة أو نتيجة المباراة.
- ❖ تدعيم الثقة في قدرات اللاعبين بناء على الاختبار المتكرر و المستمر لها في المنافسة , فخبرة الاشتراك في مباريات حاسمة أو مصيرية مع منافسين أقوياء في ضوء الإعداد المتميز لهم يساعد على تدعيم و تقوية الثقة بالنفس و هذا ما يؤدي إلى التقدير الصحيح لقوة المنافس.
- ❖ تدعيم تلاحم و تماسك أفراد الفريق وصولا للتفاهم المتبادل بينهم , الأمر الذي ينعمس على تمتعهم بالطمأنينة و الهدوء و إمتلاك المدرب لزام الأمور في مختلف المواقف.
- ❖ تجنب الإثارة الانفعالية و التهيج بفعل مجموعة من العوامل كالشرح أو التفسير.

و هذا النوع من الإعداد يهدف إلى إستخدام الإعداد النفسي لحالة معينة لها خصوصياتها :

1- الإعداد النفسي الخاص لمنافسة معينة.

2- الإعداد النفسي للاعب واحد

3- الإعداد النفسي الخاص للاعب ضد خصم معين .

4- الإعداد الخاص لمنافسة معينة. (الدليمي و لحر عبد الحق, 1997, ص 27).

### ❖ الإعداد النفسي الخاص لمنافسة معينة:

يحتاج المدرب في بعض الأوقات إلى أن يعد فريقه إعداد نفسيا خاصا لمنافسة واحدة معينة لها خصوصياتها وأهميتها على الفريق ويعتمد على:

- تحليل كامل عن الفريق الخصم.
- أهمية نتيجة المنافسة.
- ترتيب الفريق بعد نهاية المنافسة.
- أرضية الملعب الذي تقام عليه المنافسة.
- الهيئة التحكيمية و صفات الحكم.
- طبيعة الجمهور و انفعالاته و سلوكه. (الدليمي، 1997، صفحة 28)

### 2-3-3- التوجيهات العامة :

ينبغي على المدرب الرياضي أن يبحث عن أهم الطرق و الوسائل المختلفة التي يستطيع إستخدامها لضمان عدم التأثير السلبي لحالة ما قبل المنافسة على مستوى اللاعبين , و يجب على المدرب مراعاة عامل الفروق الفردية بالنسبة للاعبين , و كذلك عامل الفروق بالنسبة للمرافق المختلفة التي ترتبط بكل مقابلة رياضية و من ناحية أخرى يجب مراعاة أن : "الإعداد النفسي قصير المدى الذي يتمثل في الإعداد النفسي المباشر للفرد قبل اشتراكه في المباراة لن يؤدي إلى النتائج المرجوة في حالة إفتقاد التحضير النفسي طويل المدى".

### 2-4 أغراض الإعداد النفسي:

- إن أغراض الإعداد النفسي هي :
- 1- تطوير العمليات التدريبية يضمن ذلك النظرة المتخصصة للعبة كرة القدم كالإحساس بالكرة أو الإحساس بالأبعاد.
  - 2- حيث سمعته و توتره و توزيعه و الإنتقال من فعالية إلى أخرى . ؛
  - 3- المراقبة و المقدرة على تقدير الموقف بسرعة و صحة و على الأخص في ظروف اللعب المعقدة . ؛
  - 4- الذاكرة الحركية و التفهم للذات يظهران على شكل قابلية في التذكر لخصوصية حالات اللعب المختلفة و المقدرة بشكل مفصل على تصور الحالات المتوقعة للمنافسة القائمة.

### 2-5 الخصائص النفسية للاعب كرة القدم:

ينظر علماء النفس في الخصائص المميزة للاعب كرة القدم في طول الفترة الزمنية و ما يرتبط بذلك من توتر عصبي يتعلق بمواقف و ظروف المنافسة, و صفات إرادية يسعى من خلالها الفريق الى تحقيق الفوز و الأداء الجيد المثالي في المنافسة الرياضية. (كاشف، 2007، صفحة 172)

### 2-5-1 الصفات و القدرات النفسية لدى لاعبي كرة القدم:

- تنتمي رياضة كرة القدم إلى أنواع الرياضات الجماعية التي تتميز بالصعوبة و التعقيد و بمقتضى التفوق فيها إلى توفر الصفات و القدرات النفسية العالية كما أشار إليها البشتاوي و زميله فيما يلي.
- الروح القتالية اللازمة لتعبئة الإمكانيات الذاتية في كل مباراة, و القدرة على الوصول إلى نتائج ممتازة.
  - الثقة بالنفس و بالإمكانيات الذاتية, و القدرة على التصرف المناسب في المباراة بصورة مستقلة .
  - إحساس لاعبي الفريق بالمسؤولية و الرغبة في العمل , و القدرة على سرعة التغلب على المواقف المثيرة و المعيقة ,
  - القدرة على تركيز الانتباه, إتخاذ القرار , التصميم و الاستعداد لتحقيق النتائج و عدم التردد.

➤ المثابرة على التحكم في النفس في المباراة و خاصة عند الإحتكاك بالمنافس. (مهند حسين البشتاوي، 2005، صفحة 238)

أما فيما يخص البعد الإجتماعي فيرى أمين أنور الخولي أن الأنشطة الرياضية الجماعية لها فرص أكثر و أفضل لنمو القيم الإجتماعية المقبولة، حيث ينمو الفرد من خلال قيم الجماعة أو الفريق على التفاعل الإجتماعي الذي يدفعه إلى ظروف المباراة، كما يستخدم اللاعب مهاراته الفردية و قدراته لصالح فريقه فوق أي مصلحة شخصية و يدرك من خلال هذا التفاعل معاني التماسك و المشاركة و التوحد و الإنتماء كما تتيح هذه الأنشطة فرصا لنمو العلاقات الإجتماعية الطيبة و تعلمه قواعد اللعب و المنافسات و الانضباط الإجتماعي، و الإمتثال، و المسابرة انظم المجتمع و الفريق . (الخولي، 2005، صفحة 141)

## 2-5-2 الحالات الانفعالية و العقلية للاعب كرة القدم:

يتعرض بعض اللاعبين خلال ظروف المباريات و المسابقات الصعبة الى بعض التغيرات في السلوك التي تعبر عن الحالات النفسية التي هي بمثابة مظاهر سلوكية طارئة تزول بزوال أسبابها مثل حالة التوتر الانفعالي أو ضعف في أحد العمليات العقلية أو حالات التعب أو ضعف في القوى الارادية. (أبو يوسف، 2005، ص51). و كما هو معروف أن مباراة كرة القدم تتميز بديناميكية انفعالية فالامر هنا يتعلق بالفشل و النجاح و تأكيد الذات، و ذلك نتيجة تداخل انفعالات مثل الفرح و السرور و الانقباض و الغضب مما يبين أهمية الإعداد النفسي في تحقيق ثبات الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم. (ياسين، 2008، ص273).

## 2-6 واجبات التحضير النفسي للاعب كرة القدم :

يجب أن يعرف المدرب أن هناك واجبات تعمل على زيادة تحضير اللاعب نفسيا لخوض غمار المنافسة و أن هناك مستوى أمثل من التعبنة النفسية يجب أن يتميز به أداء اللاعب قبل المنافسة لتحقيق أفضل أداء و من هذه الواجبات :

- 1- المساعدة في تحسين العمليات النفسية الهامة التي تساعد على الوصول إلى أعلى مستوى من المهارات في كرة القدم .
- 2- مساعدة اللاعب على إنجاز أهدافه و أداء شخصيته تتميز بالصعوبة و الواقعية .
- 3- تكوين و بناء حالة انفعالية مثالية أثناء التدريب و المباريات.
- 4- تحسين القدرة على تنظيم الحالة النفسية في الظروف الصعبة من التنافس و الواقعية. (أبو عبده، 2001، ص270).

## 2-7 تخطيط الإعداد النفسي في كرة القدم:

تخطيط التدريب هو أولى الخطوات التنفيذية في عملية التوجيه و تعديل مسار مستوى الانجاز في كرة القدم للوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الفنية من خلال الإعداد الكامل في جميع الجوانب البدنية و المهارية، الخطئية و النفسية و الذهنية، و لا يمكن فصل أي جانب من هذه الجوانب عن الآخر، يعتبر التخطيط لهم جميعا بالغ الأهمية في ظل إطار و نهج علمي سليم يضمن الوصول بعملية التدريب إلى أفضل النتائج و أرقى المستويات. و من هنا تأتي أهمية التخطيط للإعداد النفسي للاعب كرة القدم بهدف تنمية الظواهر النفسية الهامة لرفع درجة استعداد و تجهيزه للمسابقة من خلال خطة زمنية تتراوح ما بين التخطيط للإعداد النفسي طويل المدى و الإعداد النفسي قصير المدى و يتم تنفيذ هذين النوعين من التخطيط من خلال أنواع خطئية يندرج فيها الإعداد النفسي قصير المدى و يتم تقسيمها إلى خطة تدريب للوحدة التدريبية اليومية ثم خطة التدريب النصف سنوية ثم خطة التدريب طويلة المدى (عديدة السنوات).

و يجب أن يشتمل الإعداد النفسي خلال التخطيط له على بناء و تطوير السمات الشخصية و الإدارية & خلال المراحل المختلفة لعملية الإعداد النفسي و كذلك بناء و تطوير الدافعية (أبو عبده, 2001, ص 286, 284, 271, 270)

و يجب أن يشتمل التخطيط للإعداد النفسي على تحقيق أهداف بناء و تطوير السمات الشخصية الإرادية و الدافعية لإستخدامها لمجابهة مواقف الضغوط النفسية و التوتر من خلال برامج تدريب المهارات النفسية و تطوير الاداء أثناء الإعداد النفسي العام و الإعداد النفسي الخاص بالمباريات وفق الدورة التدريبية . (أبو عبده, 2001, ص 286\_284).

## 8-2 علاقة الإعداد النفسي بالنواحي التدريبية الأخرى :

إن تطوير الناحية النفسية لأي لاعب كرة قدم مرتبط ارتباطاً وثيقاً بالنواحي البدنية و الفنية (التكتيكية) و الخطئية (التكتيك), و بالنظر لاختلاف مستويات لاعبي الفريق في النواحي البدنية و الفنية و الخطئية فهذا معناه انه يجب تطوير الناحية النفسية عند كل لاعب بصورة فردية و التي ترتبط بحالات معقدة و عن اللاعب متى أصابه التعب فإن هذا يخفض حالته المعنوية في استمرار السابق و إذا اللاعب لم يكن يجيد أنواع الضربات فإنه سيشعر بالارتباك النفسي في الحالات المحرجة, كما أن اللاعب الذي يتدرب على الخطط اللازمة فإنه يرتبك و يبقى في حيرة كلما أراد أن ينتهج خطة ملائمة و بالعكس فإذا تحسنت مطالبة اللاعب و ضبطه للخطط فإنه يشعر بثقة نفسية جيدة مما يجعله يودي واجباته بصورة أحسن.

بالإضافة إلى ما تقدم فإن المركز الذي يلعب فيه اللاعب و طبيعة المتطلبات الفنية و الخطئية و البدنية تحتاج إلى إعداد نفسي خاص بها لأن من يملك نفسية مهاجم لا يصلح أن يكون حامياً للهدف و بالعكس و هكذا , و من خلال ما سبق ذكره نستنتج أن للإعداد النفسي علاقة وطيدة بكل النواحي و التي تلخصها هذه العناصر الأربعة:

- الناحية البدنية.
- الناحية مهارية.
- الناحية الخطئية .
- الناحية النفسية. (الدليمي و لحر عبد الحق, 1997, ص 31).
- 

## 2-9 العلاقة بين التفوق و الفشل الرياضي لدى لاعبي كرة القدم :

لقد اهتم العديد من الباحثين بمعرفة العوامل المسببة للقلق لدى الرياضيين أثناء المنافسة الرياضية , كما يتفق معظم الرياضيين على أنهم يشعرون بدرجات مختلفة من القلق تؤثر عادة على مستوى أدائهم في المقابلات الرياضية , و بينما يستطيع البعض منهم التحكم و السيطرة في درجة القلق , في حين نجد البعض الآخر يخفق في تحقيق ذلك , و من ثم يتأثر الأداء سلبياً و خاصة في أثناء المنافسة (علاوي, 2002, ص 352) و جاءت النتائج موضحة أن هناك مصدران أساسيان هما : التفوق و الفشل الرياضي.

يعتبر الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل التفوق سواء كان فوزاً أو أداء جيد في المهمة التي يكلف بها في التدريب أو المنافسة كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل المتمثل في الانهزام و الأداء السيئ , و الشعور بالفخر عند إنجاز موقف من مواقف الانجاز , أو إنجاز الواجبات التي يكلف بها في مستوى معين , مما يستدعي ارتباط المنافسة الرياضية في كرة القدم أو رياضة أخرى بالفوز أو الهزيمة و كذا الأداء الجيد أو الأداء السيء في المنافسة الرياضية. (علاوي, 2002, ص 351).

يرتبط الفوز و الهزيمة بالنسبة للاعب , و بصفة خاصة في المنافسات الرياضية بعامل " النتيجة" فإذا كانت نتيجة المنافسة من صالح اللاعب فهذا يعني "الفوز" و إذا كانت النتيجة في صالح المنافس فإن ذلك يعني " الهزيمة".

أما التفوق و الفشل بالنسبة للاعب الرياضي , و بصفة خاصة في المنافسات الرياضية , فإنه يرتبط بعامل " الأداء" فإذا كان أداء اللاعب في المنافسة جيد فإن ذلك يعني " التفوق" أما إذا كان أداء اللاعب في المنافسة سيئاً فإنه يعني " الفشل" و ذلك بغض النظر عن الفوز أو الهزيمة في المنافسة الرياضية .

و في إطار عاملي " النتيجة " و " الأداء " بالنسبة للاعب الرياضي يمكن التوصل إلى الحالات الأربع التالية كما يوضحها الشكل رقم (3) .

الاداء الجيد +	الاداء الجيد +
الهزيمة في المنافسة	الفوز في المنافسة
الاداء السيئ +	الاداء السيئ +
الهزيمة في المنافسة	الفوز في المنافسة

**شكل رقم (04):** يمثل الحالات الاربع المحتملة في ضوء عاملي النتيجة و الأداء بالنسبة للاعب الرياضي

و مما لا شك فيه أن أفضل هذه الحالات الأربع هي (الأداء الرياضي + الفوز في المنافسة). و لكن ذلك لا يحدث دائما للاعب الرياضي في العديد من المنافسات الرياضية التي يشترك فيها , إذ تحدث له حالة من الحالات الثلاث الأخرى في بعض المناسبات الرياضية.

و قد دلت الخبرات التطبيقية في المجال الرياضي على أن توجهات الغالبية العظمى من اللاعبين أو المدربين تكون نحو النتيجة, أي الرغبة في الفوز بغض النظر عن الاداء الجيد أو الاداء السيئ للاعب.

و من المعروف أن الفوز في المنافسة الرياضية لا يقع تحت سيطرة اللاعب بصورة كاملة نظرا لتداخل العديد من العوامل الخارجية عن نطاق تحكمه مصل مستوى المنافسين و قدراتهم بالمقارنة بمستواه, و عامل التحكيم , و عامل المتفرجين و عامل الحظ , و غير ذلك من العوامل الأخرى التي يستطيع اللاعب أو مدربه التحكم فيها.

أما بالنسبة للأداء الجيد في المنافسة الرياضية لا يقع تحت سيطرة اللاعب نفسه و يستطيع التحكم فيه لأنه يرتبط بقدراته و مستوياته الذاتية و سماته و مقدار ما يبذله من جهد في المنافسة الرياضية. (بجايوي، 2009، صفحة 107)

و في ضوء ذلك كله أشار العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي إلى ضرورة الاهتمام بعامل " الاداء " الذي يثير لدى اللاعب الرياضي "خبرات التفوق" أو "خبرات الفشل" و التي تعتبر من أهم العوامل التي لها بالغ الأثر على المستوى الرياضي للاعب و التي تساعد على إكتساب الواقعية نحو التفوق و الإنجاز و تحسين المستوى و الإرتقاء به إلى أقصى درجة أي المستوى العالي.

### خلاصة :

من خلال ما تطرقنا إليه في دراستنا هذه إلى كون الفريق الرياضي جماعة رسمية و منظمة و الدور الذي يلعبه المدرب من الناحية النفسية في تنظيم و تدريب هذه الجماعة من خلال المركز الذي يشغله داخل الفريق عن طريق كل لاعب بمسؤولياته و دوره حتى ينمي فيهم تحمل المسؤولية و إدراك كل منهم لطبيعة التفاعل بينه و بين زملائه الآخرين , كما اشرنا كذلك إلى واجبات المدرب التربوية و التعليمية, و وظائفه المختلفة التي تساهم في بناء تماسك الفريق هذا التماسك الذي يعتبر الخيط الذي يربط أعضاء الفريق ببعض ليستمروا في عضويته و تحقيق كبير و مستمر للنتائج .



# الباب الثاني

## الجدائب التطبيقية

# الفصل الرابع

## إجراءات البحث

## 1- الدراسة الإستطلاعية :

هي الخطوة الأولى في الدراسة الميدانية و ذلك من خلال دراستنا الموضوع ( العزو السببي وعلاقته ببعض المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم )، حيث كانت وجهتنا إلى ناديين من ولاية عين الدفلى(إتحاد بومدفع، شباب الحسينية) و كان حضورنا في الميدان وإتصلنا باللاعبين من أجل الوقوف على موضوع دراستنا من خلال المقابلات التنافسية التي يقومون بها ، وتم من خلال هذه الدراسة تقديم مقياسي العزو السببي الرياضي و المهارات النفسية قيد الدراسة للاعبين .

### 1-1 أهداف و اهمية الدراسة الاستطلاعية :

بعد الاتصال بالنوادي الرياضية تم الاتصال بمسؤولي الفرق الرياضية وبعد أخذ الترخيص لإجراء الدراسة تم الإتصال بالمدرين في أوقات التدريب، وتم التفاهم معهم فيما يخص تطبيق أدوات الدراسة وتمثلت أهداف هذه المرحلة في:

- التعرف على واقع الممارسة وظروف إجراء التدريبات .
- التعرف على أهم الصعوبات والمشاكل لتجنبها في الدراسة الأساسية.
- التأكد من صلاحية التعليمات المرفقة لأدوات البحث، وسلامة لغتها وسهولة فهم أفراد العينة لها.
- زيادة ألفة الباحثان بالمفحوصين.
- ربح الجهد والوقت للقيام بالدراسة الأساسية.
- إختبار الفرضيات المقترحة أوليا.
- إختيار أدوات القياس اللازمة و حساب خصائصها السيكومترية
- معرفة متوسط الوقت الذي تستغرقه أدوات البحث في التطبيق، والوقوف على أفضل الظروف والطرق لإجراء الدراسة الأساسية .

### 1-2 عينة الدراسة الإستطلاعية :

قمنا بإجراء الدراسة الإستطلاعية على عينة أختيرت بطريقة المعاينة غير الإحتمالية، بأسلوب المتاحة "الميسرة" ، حيث تكونت من (15) لاعب كرة القدم .

### 1-3-3 زمن وظروف تطبيق الدراسة الإستطلاعية :

بعد الإتصال بمسؤولي الفرق الرياضية، تم تحديد موعد لإجراء الدراسة الإستطلاعية ، فقد تم تطبيق أدوات الدراسة أثناء الحصص التدريبية للفرق المعنية مما ساعد الباحثان في تطبيق أدوات الدراسة و التي تمثلت في مقياسي العزو السببي الرياضي و المهارات النفسية لبعدي الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الرياضي . وهذا في الفترة الممتدة ما بين 28 فيفري و 10 مارس من عام 2019 م .

## 2- المنهج المتبع:

استجابة لطبيعة الموضوع المدروس يشترط عل الباحث أن يعتمد على منهج يناسب دراسته و يوضح في هذا الشأن بأن الطريقة التي يتبعها الباحث في دراسته للمشكلة، و إكتشاف الحقيقة و الإجابة عن الأسئلة و الاستفسارات التي يثيرها موضوع البحث و طبيعة المشكلة المطروحة للدراسة ، و هي تحديد نوع المنهج الذي يتبع من بين المناهج المتبعة ، و تماشيا مع طبيعة الموضوع الذي إختارناه إتبعنا المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات الإرتباطية وهو المناسب لدراستنا، والذي يعرف على أنه المنهج الذي يهدف إلى جمع

البيانات ومحاولة إختيار فروض أو الإجابة عن تساؤلات، تتعلق بالحالة الراهنة لأفراد العينة والدراسة الوصفية تحدد وتقرر الشيء كما هو عليه الحال في الواقع (عثمان حسن عثمان 1998م ص29).

### 3- عينة البحث:

تعرف العينة على انها مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية وهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أن تؤخذ مجموعة أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة للمجتمع لتجرى عليها الدراسة (رشيد زرواتي 2002م ص 91).

إشتملت عينة دراستنا على (65) لاعب كرة قدم من فئة أكابر من أربعة أندية من ولاية عين الدفلى كما هو موضح في الجدول التالي :

الجدول رقم (01) يوضح عينة البحث .

عدد اللاعبين	النوادي الرياضية
19	اتحاد بومدفع
15	شباب الحسينية
16	اتحاد الجبارة
15	شباب عين التركي

### 4- الأدوات المستخدمة في الدراسة:

للتأكد من صحة الفرضيات المعتمدة للدراسة، واستجابة لطبيعتها إرتأينا إلى إختيار مقياسين (مقياس العزو السببي الرياضي، ومقياس المهارات النفسية) كأداة للبحث الحالي وسبب إختيارنا لهذه الأداة في جمع المعلومات يعود أساسا لنوع المنهج المتبع في الدراسة .

#### 4-1 مقياس العزو السببي:

اعتمدنا على مقياس العزو السببي الرياضي من إعداد محمد حسن علاوي .

صمم محمد حسن علاوي إختبار المقياس أربعة أبعاد مرتبطة بالعزو السببي بالنسبة للاعب الرياضي وهي عزو النتيجة (الفوز و الهزيمة) وعزو الأداء (الاداء السيئ والأداء الجيد) وبذلك يتضمن الإختبار أربعة أبعاد: عزو الفوز، الهزيمة، الأداء السيء وعزو الأداء الجيد.

يتكون الإختبار من (32) عبارة وكل بعد من هذه الأبعاد الأربعة تقيسه ثمانية عبارات وفي كل عبارة إختياران (أ، ب) وأحد الإختياران يشير إلى أن اللاعب الرياضي يعزو فوزه أو هزيمته أو أدائه الجيد أو أدائه السيء إلى عوامل داخلية في نطاق تحكمه، في حين يشير الإختيار الآخر إلى عزو اللاعب الرياضي فوزه أو هزيمته أو أدائه الجيد أو أدائه السيء إلى عوامل خارجية خارج نطاق تحكمه.

يقوم اللاعب باختيار واحد من بين الاختيارين (أ) أو (ب) ويضع علامة (+) أمام الاختيار الذي يتناسب مع حالته بالنسبة للمنافسات الرياضية والجدول التالي يوضح أرقام عبارات الأبعاد الأربعة للمقياس (حسن علاوي 2009م ص 540)

الجدول رقم (02) يوضح رقم العبارات لكل بعد من أبعاد مقياس العزو السببي في الرياضة

رقم العبارات								الابعاد
29	25	21	17	13	09	05	01	عزو الفوز
32	28	24	20	16	12	08	04	عزو الهزيمة
31	27	23	19	15	11	07	03	عزو الاداء الجيد
30	26	22	18	14	10	06	02	عزو الاداء السيئ

#### 4-1-1-1 تصحيح المقياس:

عند تصحيح الاختبار يراعى منح درجة واحدة عند إختيار اللاعب الرياضي للعزو الداخلي وعدم منح أي درجة عند إختيار اللاعب الرياضي للعزو الخارجي، والدرجة العالية التي تقترب من الدرجة الثامنة (08) تشير إلى تميز اللاعب بالعزو الداخلي بالنسبة للبعد، والدرجة الدنيا التي تقترب من درجة الصفر (00) تشير إلى تميز اللاعب بالعزو الخارجي بالنسبة للبعد والجدول التالي يوضح إختيارات العزو الداخلي بالنسبة للاختبار:

الجدول رقم (03) يوضح العزو الداخلي لكل عبارة من عبارات مقياس العزو السببي في الرياضة

رقم العبارة	العزو الداخلي						
01	ب	09	ب	17	أ	25	أ
02	ب	10	ب	18	أ	26	ب
03	أ	11	ب	19	ب	27	ب
04	أ	12	أ	20	ب	28	ب
05	ب	13	ب	21	ب	29	أ
06	ب	14	أ	22	ب	30	أ
07	أ	15	ب	23	أ	31	ب
08	أ	16	ب	24	ب	32	أ

#### 4-1-2 الخصائص السيكو مترية لمقياس العزو السببي الرياضي:

أ- الصدق: اعتمدا الباحثان في حساب صدق مقياس العزو السببي الرياضي على:

- صدق المحتوى أو المضمون.
- الصدق المرتبط بالمحك (الصدق التلازمي بطريقة المقارنة بين المجموعات المتضادة)

**1- صدق المحتوى:** إعتدما الباحثان للتأكد من صدق مقياس العزو السببي على طريقة حصر و تحليل الدراسات السابقة حيث ثبت من خلال المسح المكتبي للدراسات التي استخدمت المقياس سواء في البيئة الأجنبية أو العربية إلى توفر المعايير العلمية لهذه الأداة ، و بالتالي اطمأنا الباحثان إلى صدق مضمونها .

**2- الصدق المرتبط بالمحك:** بعد ترتيب درجات اللاعبين على كل بعد تصاعديا تم أخذ المجموعتين و الواقعتين أدنى الدرجة البيئية 25% و أعلى درجة بيئية أو تساوي الدرجة البيئية 75% بواقع خمسة عشر (15) لاعب كمجموعتين متناقضتين على طرفي المنحى ، وتم حساب الفروق بين المتوسط الحسابي للفئة الدنيا و الفئة العليا لكل بعد من أبعاد مقياس العزو السببي في الرياضة .

الجدول رقم (04): يوضح الفروق بين المتوسط الحسابي للمجموعة الدنيا والمجموعة العليا لكل بعد من أبعاد العزو السببي في الرياضة .

أبعاد المقياس عزو الفوز	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة ت	قيمة الدلالة	الدلالة
	م.ح	أ.معياري	م.ح	أ.معياري			
عزو الفوز	5.18	1.24	6.98	1.17	4.87	0.000	دالة
عزو الهزيمة	2.87	1.82	4.49	1.87	2.84	0.000	دالة
عزو الأداء الجيد	4.96	1.32	7.01	1.29	5.13	0.000	دالة
عزو الأداء السيء	2.73	1.98	4.52	1.95	2.93	0.000	دالة



الشكل رقم (05) يوضح الفروق بين المتوسط الحسابي للمجموعة العليا و المجموعة الدنيا لكل بعد من مقياس العزو السببي

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن المقياس يتمتع بقدرته التمييزية العالية إذ أن الفروق بين الفئة الدنيا والفئة العليا كانت كلها جوهرية ودالة إحصائياً، حيث تراوحت قيمة "ت" بين (2,84 و 5,13) و هو أكبر من "ت" الجدولية (2.77) لأبعاد المقياس وهو ما يسمح لنا بقبول صدق الأداة.

مما سبق نستخلص بأن المقياس يتمتع بالصدق، ويمكن لنا استخدامه في الدراسة الحالية .

### ب- ثبات المقياس:

يدل الثبات على خلو الأداة من أخطاء القياس أي أنه إذا طبقت على نفس المجموعة مرة أخرى فإنه تعطي نفس النتائج تقريباً (ناصر أبو حماد 2008 ص66)، وقد تم الإعتماد على:

### ب-1 طريقة التجزئة النصفية:

في هذه الطريقة يمكن الحصول على درجتين لكل فرد عن طريق تقسيم الإختبار إلى نصفين، كأن يشمل الأول على الإجابات الفردية والنصف الثاني على الإجابات الزوجية، أو النصف الأول من الإختبار والثاني منه، وعلى ذلك نحصل على درجتين لكل فرد و الارتباط بين هاتين الدرجتين (درجات كل من نصفي الإختبار)، يعتبر بمثابة الإتساق الداخلي لنصف الإختبار ككل، وبذلك يصح بمعادلة سيبرمان براون spermanbrown للحصول على الإتساق الداخلي لكل إختبار (بشير معمريه 2007 ص176-180ص).

وفيما يلي بيان ذلك: إعتدا الباحثان على طريقة التجزئة النصفية بين نصفي المقياس (العبارات الفردية والعبارات الزوجية)، حيث بلغت قيمة "ر" المحسوبة بين (0,79 و 0,96)، وبعد التصحيح بمعادلة سيبرمان برون للحصول على معامل الثبات للمقياس، حيث بلغت قيمة "ر" المحسوبة بين (0,88 و 0,97) مما يدل على أن الارتباط موجب ومقبول، لإثبات هذه النتيجة إحصائياً نستخدم قانون الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بحيث كانت النتيجة "ت" المحسوبة ما بين (6,76 و 15,64) مع "ت" الجدولية في مستوى الدلالة (0,001)، و من هذا نجد قيمة "ت" المحسوبة (6,76 و 15,64) أكبر من قيمة "ت" الجدولية (2.16) ، وهذا يستلزم أن معامل الثبات له دلالة إحصائية وبالتالي يمكن القول أن مقياس العزو السببي في الرياضة ثابت ثباتاً مقبولاً و يمكن الإعتماد عليه في الدراسة الأساسية .

### 4-2 مقياس المهارات النفسية:

إستخبار المهارات العقلية Meatalskills Questionnaire كل من ستيفان بل Bull وجون البنسون Albinson و كريستوفر شامبروك Shambrok (1996م) لقياس بعض الجوانب العقلية (النفسية) الهامة

للأداء الرياضي و هي:

- القدرة على التصور .
- القدرة على تركيز الإنتباه.
- الثقة بالنفس .
- القدرة على الاسترخاء.
- القدرة على مواجهة القلق.
- دافعية الإنجاز الرياضي .

و يتضمن الإختبار (24) عبارة و كل بعد من هذه الأبعاد الستة تمثله أربعة (4) عبارات و يقوم اللاعب الرياضي بالإجابة على عبارات الإختبار على مقياس سداسي الدرجات (تنطبق على بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً، لا تنطبق على تماماً)

و قد قمنا بأخذ بعدين من الأبعاد الستة و هي كالتالي :

- بعد الثقة بالنفس .
- بعد دافعية الانجاز الرياضي .

#### 4-2-1- تصحيح المقياس :

- عبارات الثقة بالنفس أرقامها هي 23/17/11/5 والعبارتان (5) و (17) في اتجاه البعد والعبارتان (11) و (23) في عكس إتجاه البعد .
- عبارات دافعية الإنجاز الرياضي أرقامها 24/18/12/6 و كلها عبارات في إتجاه البعد.

و عند تصحيح الاختبار يتم منح الدرجات للعبارات التي في إتجاه البعد طبقا للدرجة التي حددها اللاعب امام كل عبارة، كما يتم عكس الدرجات التي حددها اللاعب بالنسبة للعبارات التي في عكس اتجاه البعد على النحو التالي :

اللاعب بالنسبة للعبارات التي في عكس إتجاه البعد على النحو التالي:

1=6	2=5	3=4	4=3	5=2	6=1
-----	-----	-----	-----	-----	-----

و يتم جمع درجات كل بعد على حدى و كلما اقتربت درجة اللاعب من الدرجة العظمى و قدرها (24) أربعة و عشرون في كل بعد كلما دل ذلك على تميزه بالخاصية التي يقيسها هذا البعد ، و كلما قلت درجات اللاعب كلما دل ذلك على حاجته لإكتساب المزيد من التدريب على المهارة العقلية التي يقيسها هذا البعد (”محمد حسن علاوي 1998 ص543”).

#### 4-2-1 الخصائص السيكومترية لمقياس المهارات النفسية :

##### 1- الصدق :

- إعتمدا الباحثان في حساب صدق مقياس المهارات النفسية لبعدي الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الرياضي للاعب كرة القدم على :
- صدق المحتوى أو المضمون .
  - الصدق المرتبط بالمحك .

##### أ- صدق المحتوى :

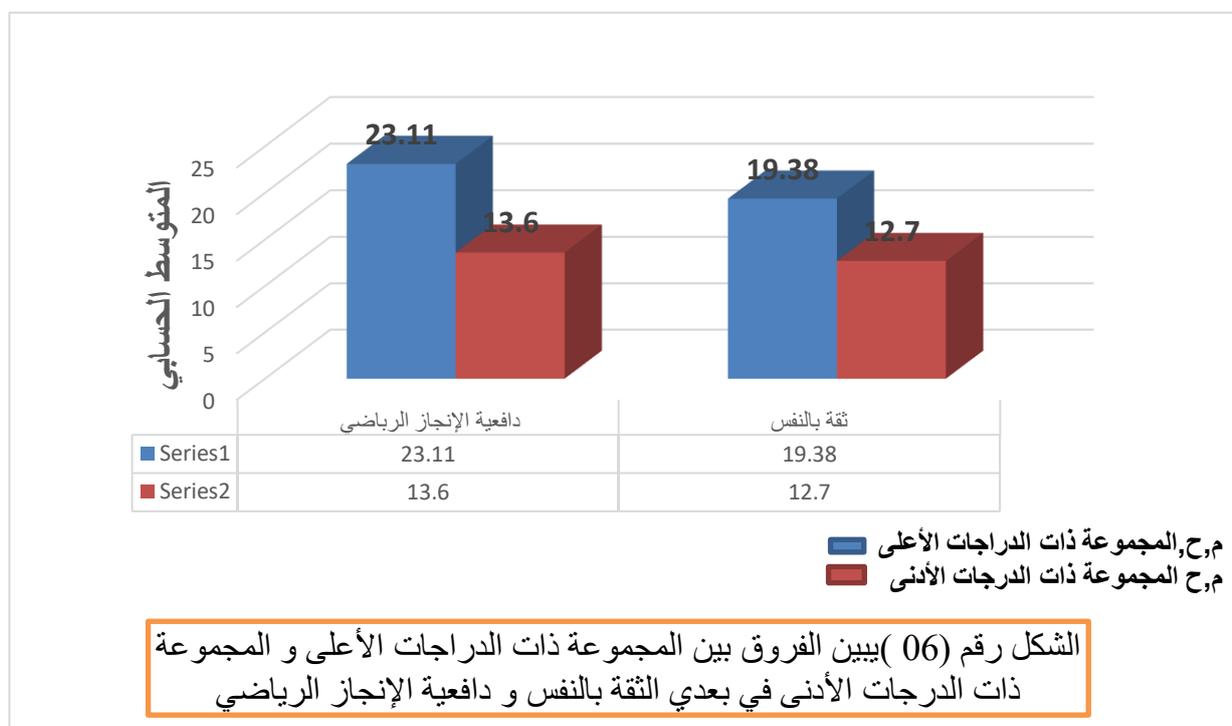
إعتمدا الباحثان للتأكد من صدق محتوى المقياس على طريقة حصر و تحليل الدراسات السابقة حيث ثبت من خلال المسح المكتبي للدراسات التي استخدمت المقياس سواء في البيئة الأجنبية أو العربية إلى توفر المعايير العلمية لهذه الأداة ، و بالتالي إطمأنا الباحثان إلى صدق المحتوى .

##### ب- الصدق المرتبط بالمحك :

من بين الطرق للتحقق من هذا النوع من الصدق طريقة المقارنة الطرفية بين المجموعات المتضادة ، و هي التي إعتمدا عليها الباحثان حيث أخذوا (33%) من مجموعة أفراد العينة الذين تحصلوا على أعلى الدرجات ، و(33%) من مجموع أفراد العينة الذين تحصلوا على أدنى الدرجات ، و كانت النتائج كما يلي :

الجدول رقم (05) يبين العزو بين الفروق بين المجموعة ذات الدرجات الأعلى والمجموعة ذات الدرجات الأدنى في بعدي الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز الرياضي

الدالة	قيمة الدلالة	قيمة "ت" المحسوبة	المجموعة ذات الدرجات الأدنى		المجموعة ذات الدرجات الأعلى		المقياس / الأبعاد
			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
دالة	0,000	19,85	1,95	13,60	0,33	23,11	دافعة الإنجاز الرياضي
دالة	0,000	11,94	2.02	12,70	1,62	19,38	ثقة بالنفس



من خلال الجدول أعلاه يتبين أن هناك فروق في نتائج المجموعتين (المجموعة التي تحصلت على درجات مرتفعة و المجموعة التي تحصلت على درجات منخفضة في بعدي الدافعية للإنجاز و الثقة بالنفس، بحيث نتيجة إختبار "ت" للمقارنة بين المتوسطات الحسابية لها دلالة إحصائية في جميع الأبعاد المدروسة في مستوى الدلالة (0,001) ، حيث بلغت القيمة الجدولية (5.95) و هي بذلك أصغر قيمة "ت" المحسوبة في جميع الأبعاد مما يدل على أن هذه الأخيرة تميز ما بين المجموعة ذات الدرجات المرتفعة و المجموعة ذات الدرجات المنخفضة و بالتالي نستنتج أن بعدي الثقة بالنفس و الدافعية للإنجاز صادقة فيما تقيسه.

## 1- الثببات :

إعتمدا الباحثان على طريقة التجزئة النصفية بين نصفي المقياس (العبارات الفردية والعبارات الزوجية)، حيث بلغت قيمة "ر" المحسوبة بين (0,70 و 0,81)، وبعد التصحيح بمعادلة سييرمان برون للحصول على معامل الثبات للمقياس، حيث بلغت قيمة "ر" المحسوبة ما بين (0,82 و 0,89) مما يدل على أن الارتباط موجب وقبول، لإثبات هذه النتيجة إحصائياً نستخدم قانون الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط بحيث كانت النتيجة "ت" المحسوبة ما بين (5,22 و 7,17) مع "ت" الجدولية في مستوى الدلالة (0,001).

و من هذا نجد "ت" المحسوبة (5,22 و 7,17) أكبر من "ت" الجدولية (2.16) ، وهذا يستلزم أن معامل الثبات له دلالة إحصائية و بالتالي يمكن القول أن مقياس العزو السببي في الرياضة ثابت ثبات مقبولاً و يمكن الإعتماد عليه في الدراسة الأساسية .

### 1- الوسائل الإحصائية المستعملة :

- الوسط الحسابي .
- الإنحراف المعياري .
- معامل الارتباط البسيط "بيرسون R" .
- إختبار "ت" للدلالة الإحصائية لمعامل الثبات .
- إختبار ليفن لتجانس التباين
- إختبار "ت" للمجموعة الواحدة .
- إختبار "ت" لمجموعتين مستقلتين .
- تم معالجة البيانات بواسطة الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية SPSS الإصدار 22.

**الخلاصة :**

بعد القيام بالدراسة الإستطلاعية تم التعرف على ميدان الدراسة والإلمام بصعوباته ومشكلاته، كما تم التعرف على أفراد العينة من حيث انضباطهم ومستواهم التعليمي، كما تم تقنين أدوات الدراسة المستخدمة بحساب خصائصها السيكو مترية حيث توفر في كل الأدوات المستخدمة الشروط العلمية المعروفة، كما تم تحضير أدوات البحث وإعدادها في صورها النهائية و تم تطبيقها في ظروف مساعدة على عينة الدراسة الأساسية .

# الفصل الخامس

عرض و مذاقنة النتائج

**تمهيد :**

بعد حساب الخصائص السيكومترية للأدوات المستخدمة في الدراسة ، وبعد تفريغها و الحصول على الدرجات الخام سنحاول عرض نتائجها و تكون محصورة في أربع نقاط :

- أ- التعرف على درجات و مستويات أبعاد العزو السببي لدى لاعبي كرة القدم .
- ب- التعرف على درجات و مستويات أبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة .
- ت- التعرف على العلاقة بين أبعاد العزو السببي و المهارات النفسية لدى لاعبي كرة القدم ويكون هذا

بـ — :

- ✓ التعرف على الفروق في دافعية الإنجاز بين مرتفعي ومنخفضي العزو السببي .
- ✓ التعرف على الفروق في الثقة بالنفس بين مرتفعي ومنخفضي العزو السببي .

1- عرض النتائج :

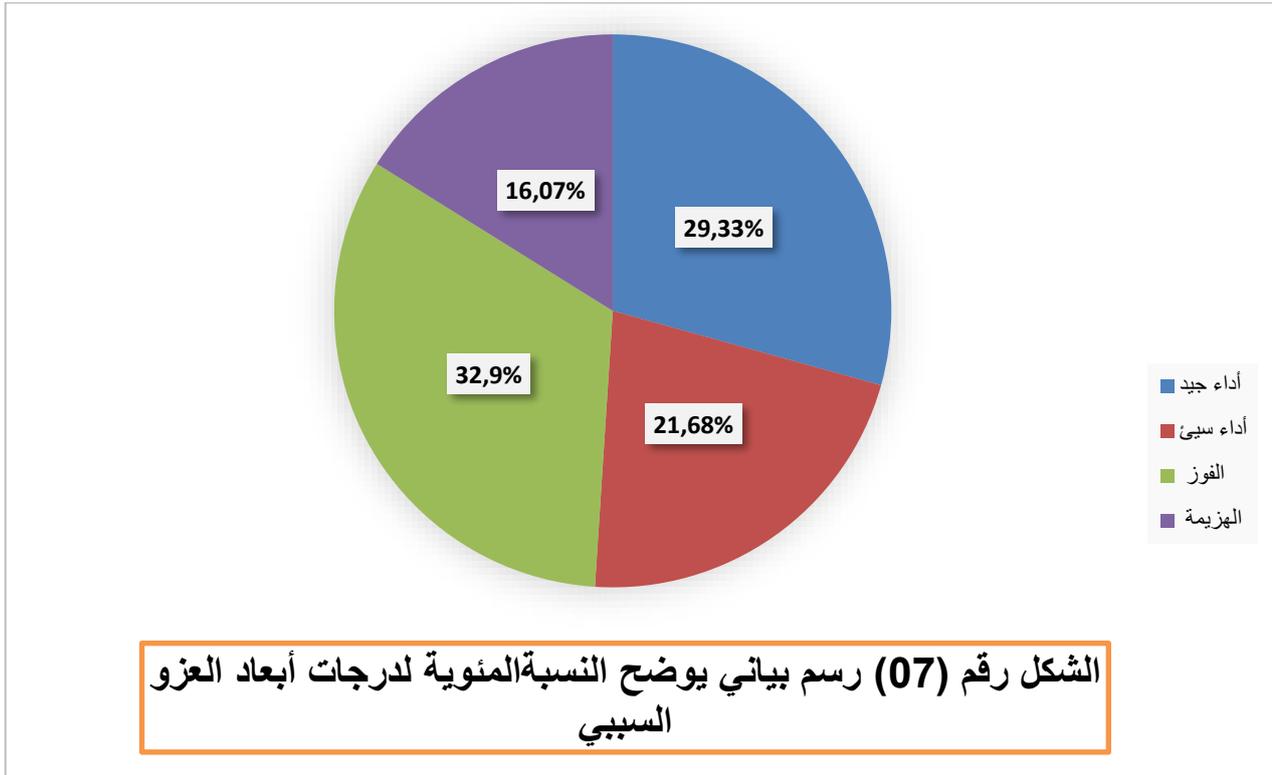
1-1 عرض نتائج الفرضية الأولى :

التعرف على درجات و مستويات أبعاد العزو السببي لدى لاعبي كرة القدم .

1-1 – التعرف على الدرجات :

الجدول رقم (06) يوضح درجات أبعاد العزو السببي لدى اللاعبين

الترتيب	النسبة	الوسط الحسابي	الأبعاد	
1	29,33	5,75	أداء جيد	عزو الأداء
2	21,68	4,25	أداء سيئ	
1	32,90	6,45	الفوز	عزو النتيجة
2	16,07	3,15	الهزيمة	

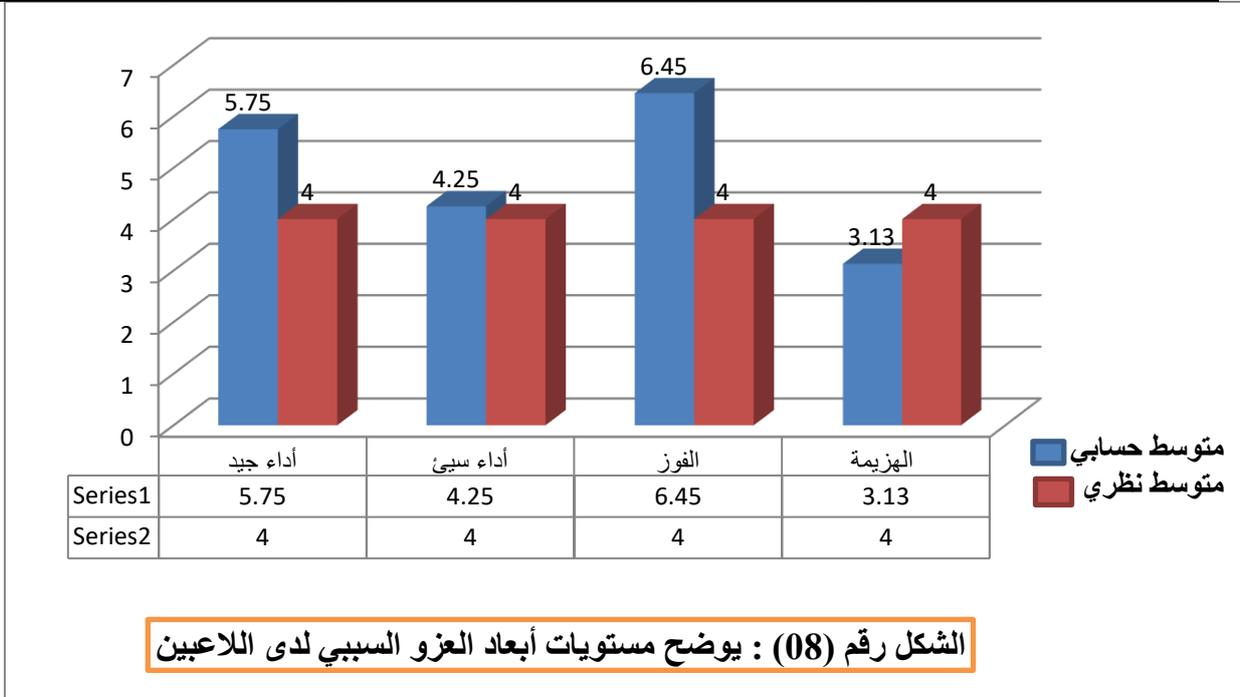


نلاحظ من الجدول رقم (06) أن درجة بعد الأداء الجيد عند اللاعبين بنسبة (29,33%) أكبر من درجة عزو بعد الأداء السيئ بنسبة (21,68%) و كذلك نلاحظ درجة بعد الفوز عند اللاعبين بنسبة (32,90%) أكبر من درجة بعد الهزيمة بنسبة (16,07%)

1-2- التعرف على المستويات:

الجدول رقم (07) يوضح مستويات أبعاد العزو السببي لدى اللاعبين .

أبعاد العزو	الدرجة الكلية	الوسط الحسابي	الوسط نظري	قيمة "ت" محسوبة	قيمة الدلالة	الدلالة
أداء جيد	8	5.75	4	7.458	0.000	دالة
أداء سيئ	8	4.25	4	1.371	0.175	غير دالة
الفوز	8	6.45	4	15.039	0.000	دالة
الهزيمة	8	3.13	4	4.335-	0.000	دالة



الشكل رقم (08) : يوضح مستويات أبعاد العزو السببي لدى اللاعبين

نلاحظ من الجدول رقم (07) وجود فروق ما بين المتوسطات الحسابية و النظرية في جميع الأبعاد في مستوى الدلالة  $P \leq 0.001$  ما عدا عزو الأداء السيئ التي تقارب فيها الوسط الحسابي بالنظري و الفرق بينهما غير دال إحصائياً ، ومنه يمكن استخلاص ما يلي :

- ✓ وجود مستوى مرتفع في بعد عزو الأداء الجيد و عزو الفوز لأن الوسط الحسابي أكبر من النظري و الفرق دال إحصائياً
- ✓ وجود مستوى متوسط في بعد الأداء السيئ لأن الوسط الحسابي أكبر من النظري و الفرق غير دال إحصائياً .
- ✓ وجود مستوى منخفض في بعد عزو الهزيمة لأن الوسط الحسابي أقل من النظري و الفرق دال إحصائياً

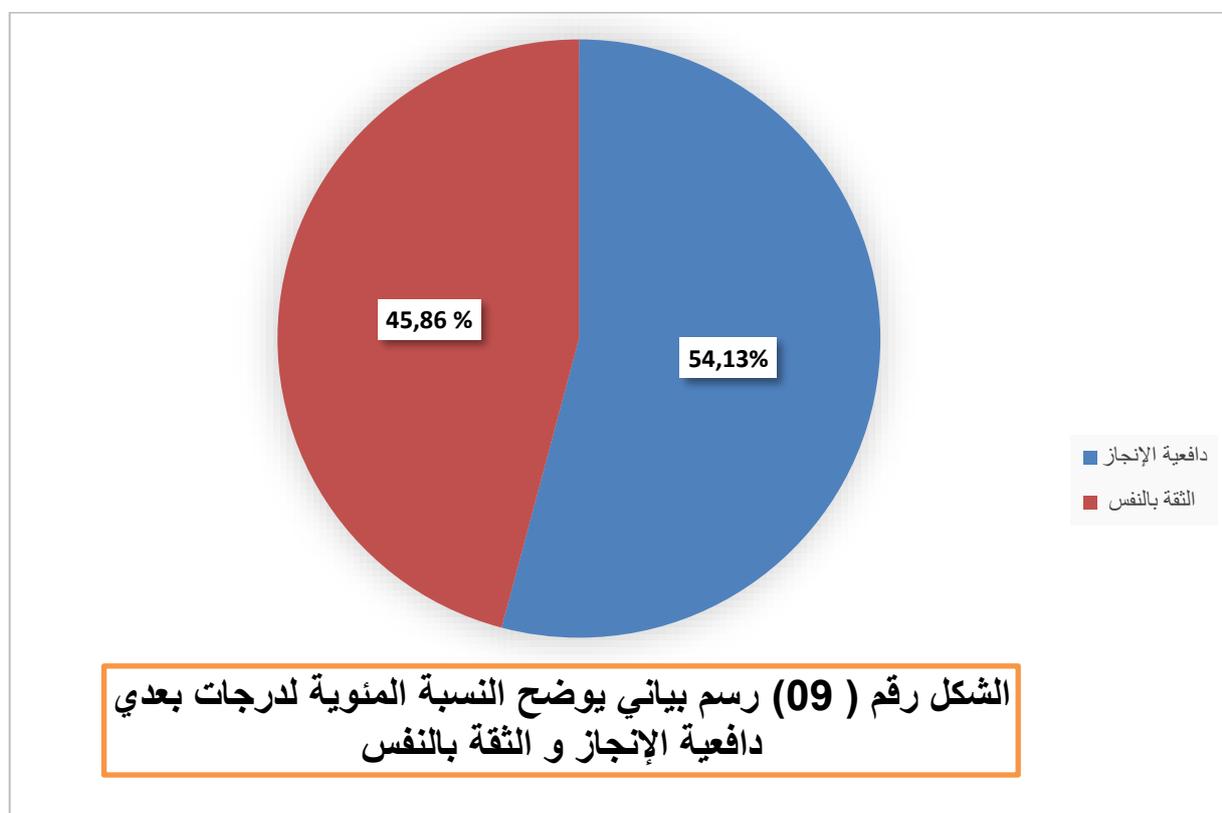
## 1-2 عرض نتائج الفرضية الثانية :

التعرف على درجات و مستويات أبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة :

### 1-2-1 التعرف على الدرجات :

الجدول رقم (08) يوضح درجات بعدي دافعية الإنجاز و الثقة بالنفس.

أبعاد المهارات النفسية	الوسط الحسابي	النسبة المئوية	الترتيب
دافعية الإنجاز	19,46	54,13	1
الثقة بالنفس	16,49	45,86	2



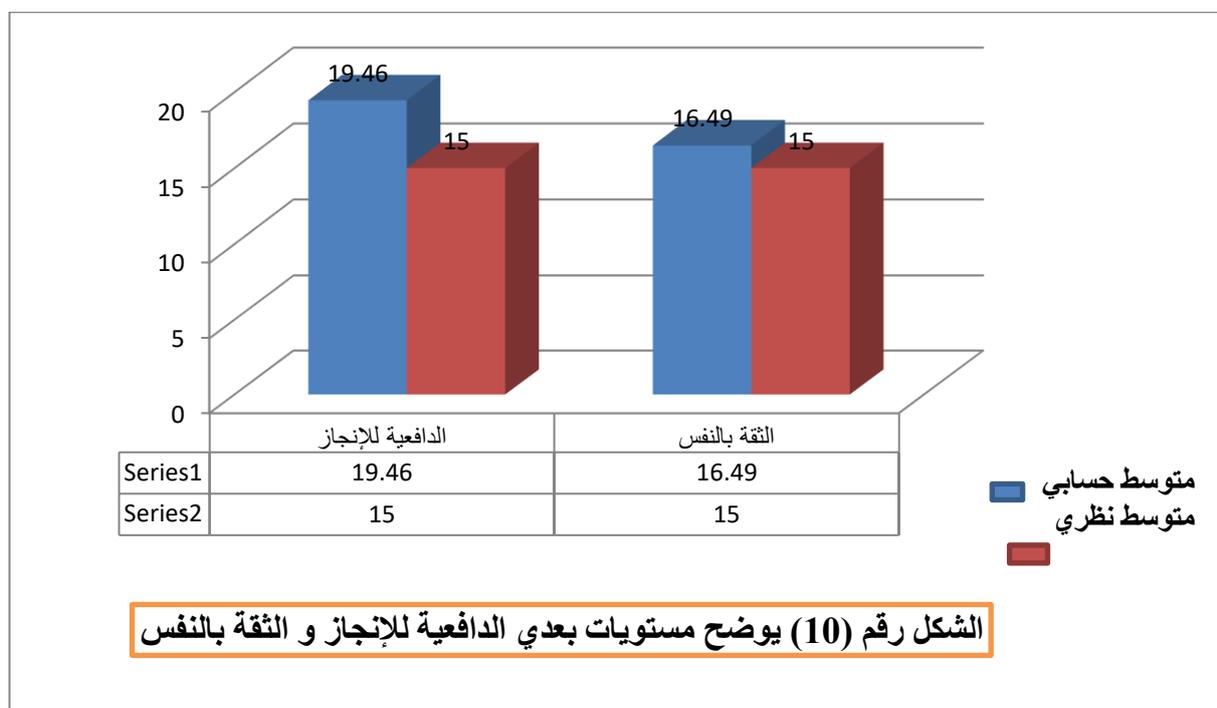
من خلال الجدول رقم (08) يتضح لنا أن المتوسط الحسابي يساوي (19,46) والنسبة المئوية (54,13) % (بالنسبة لدافعية الإنجاز الرياضي ، أما بالنسبة للثقة بالنفس فالمتوسط الحسابي (16,49) و النسبة المئوية تساوي (45,86) % . و من خلال ما سبق يتضح أن بعد دافعية الإنجاز تتميز بنسبة أكبر منه في بعد الثقة بالنفس .

### 1-2-2-المستويات :

الجدول رقم (09) يوضح مستويات بعدي دافعية الإنجاز و الثقة بالنفس .

أبعاد المهارات	الوسط الحسابي	الوسط النظري	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	الدلالة
----------------	---------------	--------------	----------	--------------	---------

		المحسوبة			
دالة	0,001	10,64	15	19,46	الدافعية للإنجاز
دالة	0,001	3,89	15	16,49	الثقة بالنفس



نلاحظ من الجدول رقم (09) وجود فروق ما بين المتوسطات الحسابية و النظرية في كلا البعدين في مستوى الدلالة  $P \leq 0.001$  و منه نستخلص ما يلي :  
 ✓ وجود مستوى مرتفع لكلا البعدين مع تميز لصالح بعد دافعية الإنجاز الرياضي لأن الوسط الحسابي أكبر من الوسط النظري و الفرق دال إحصائياً.

### 3-1- عرض نتائج الفرضية الثالثة :

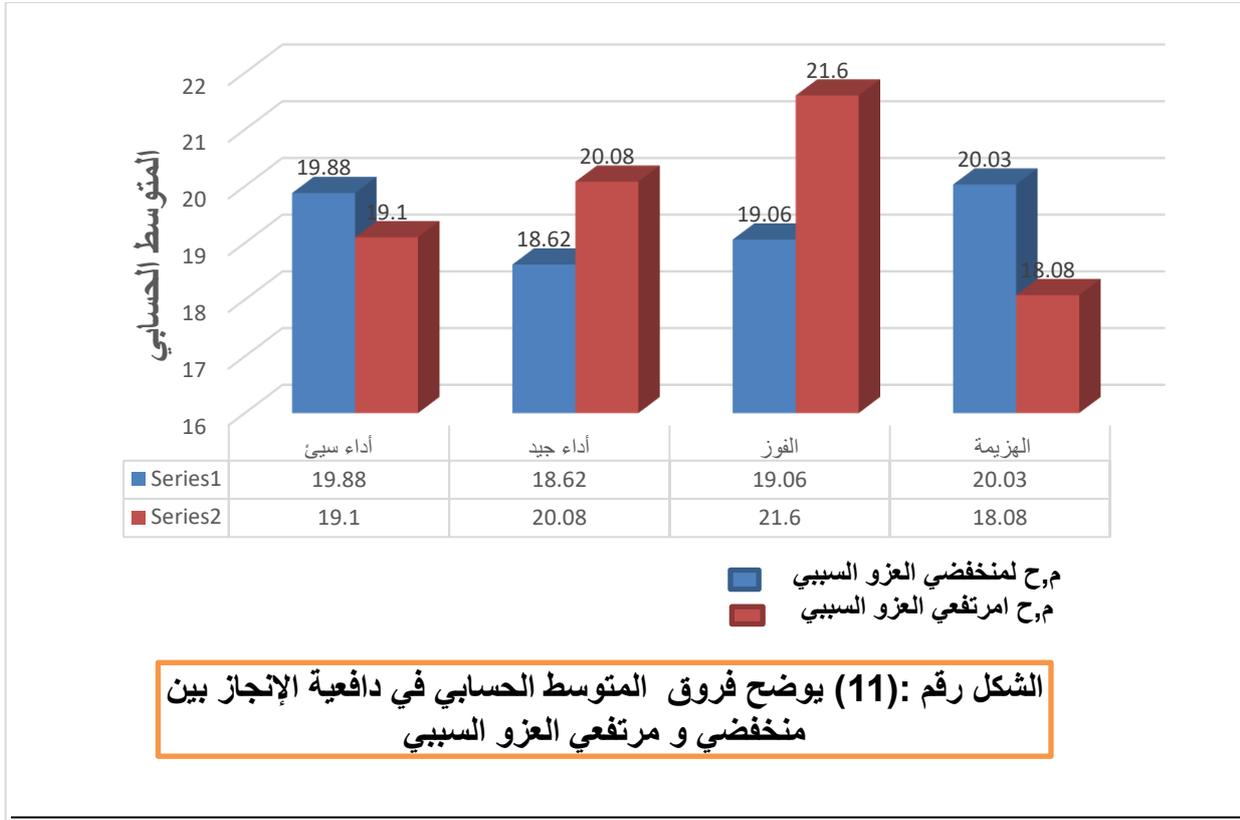
التعرف على العلاقة بين أبعاد العزو السببي والمهارات النفسية لدى اللاعبين.

أ- التعرف على الفروق في دافعية الإنجاز بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي :

الجدول رقم (10) يوضح الفروق في دافعية الإنجاز ما بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي

الدالة	قيمة الدالة	قيمة "ت" محسوبة	مرتفعي العزو		منخفضي العزو		أبعاد العزو السببي	
			إنحراف	م. حسابي	إنحراف	م. حسابي	أداء سيئ	عزو الأداء
غير دالة	0,483	0,708	3,56	19,10	3,80	19,88	أداء سيئ	عزو الأداء
دالة	0,045	-3,441	2,72	20,08	4,14	18,62	أداء جيد	عزو الأداء
دالة	0,017	-2,473	2,29	21,60	3,62	19,06	الفوز	عزو

النتيجة	الهزيمة	20,03	3,59	18,08	3,15	-2,085	0,042	دالة
---------	---------	-------	------	-------	------	--------	-------	------



نلاحظ من خلال الجدول رقم ( 10 ) أن :

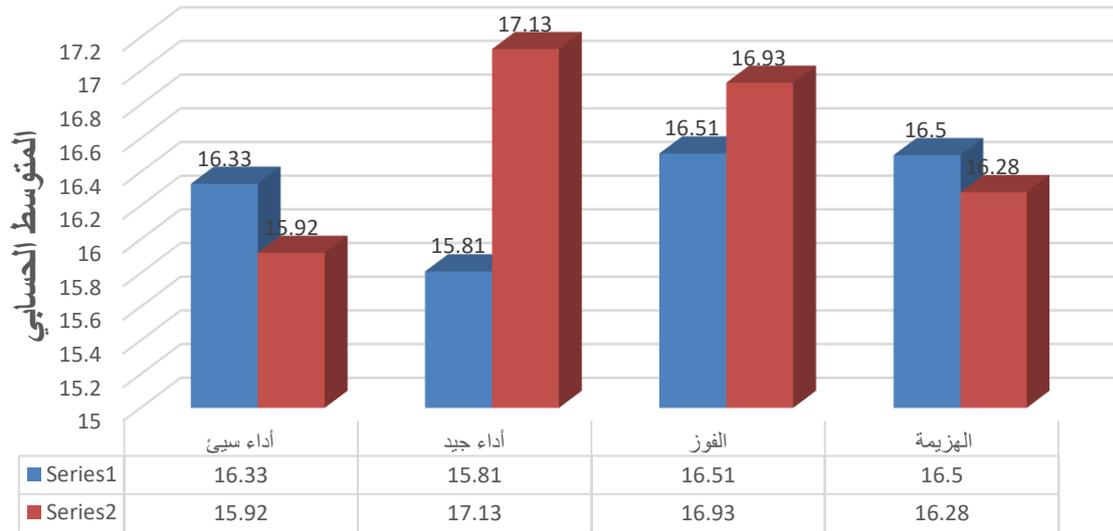
- ✓ عدم وجود فروق في دافعية الإنجاز ما بين مرتفعي و منخفضي عزو الأداء السيئ لأن قيمة الدلالة 0.483 أكبر من قيمة الدلالة 0.05 و الفرق غير دال إحصائياً .
- ✓ توجد فروق في دافعية الإنجاز ما بين مرتفعي و منخفضي العزو الأداء الجيد و لصالح مرتفعي العزو
- ✓ توجد فروق في دافعية الإنجاز ما بين مرتفعي و منخفضي عزو الفوز و لصالح مرتفعي العزو .
- ✓ توجد فروق في دافعية الإنجاز ما بين مرتفعي و منخفضي العزو في الهزيمة و لصالح منخفضي العزو

ب- التعرف على الفروق في الثقة بالنفس ما بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي :

الجدول رقم (11) يوضح الفروق في الثقة بالنفس ما بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي

أبعاد العزو السببي	منخفضي العزو	مرتفعي العزو	قيمة "ت"	قيمة الدلالة	الدلالة
--------------------	--------------	--------------	----------	--------------	---------

		محسوبة	إنحراف م.	م. حسابي	إنحراف م.	م. حسابي		
غير دالة	0,691	0,400	3,89	15,92	2,22	16,33	أداء سيئ	عزو الأداء
غير دالة	0,16	-3,441	3,03	17,13	3,41	15,81	أداء جيد	
غير دالة	0,681	-0,414	3,15	16,93	3,23	16,51	الفوز	عزو النتيجة
غير دالة	0,792	0,265	3,29	16,28	2,37	16,50	الهزيمة	



■ م,ح منخفضي العزو السببي

■ م,ح مرتفعي العزو السببي

الشكل رقم (12) : يوضح فروق المتوسط الحسابي في الثقة بالنفس بين منخفضي و مرتفعي العزو السببي

نلاحظ من خلال الجدول رقم (11) أن قيمة الدالة أكبر من 0,05 في جميع الأبعاد ما يبين أنه لا توجد فروق في الثقة بالنفس ما بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي الرياضي .

2- مناقشة و تفسير النتائج :

2-1- من حيث الإجابة على الأسئلة :

- طرح التساؤل الأولى على النحو التالي :

✓ هل يوجد إختلاف في درجات و مستويات أبعاد العزو السببي الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ؟

- طرح التساؤل الثاني على النحو التالي :

✓ هل يوجد إختلاف في درجات و مستويات أبعاد المهارات النفسية قيد البحث لدى لاعبي كرة القدم ؟

للإجابة على هاذين التساؤلين إستخدمنا المتوسطات الحسابية و النسب المئوية و هذا قصد ترتيب أبعاد العزو السببي و أبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم

و لمعرفة مستويات أبعاد العزو السببي و أبعاد المهارات النفسية من حيث هي ( مرتفعة ، متوسطة و منخفضة ) قمنا بالتحقق من دلالة الفروق بإستخدام الوسط الحسابي و الوسط النظري بإستخدام إختبار "ت" للعينة الواحدة .

- طرح التساؤل الثالث على النحو التالي :

✓ هل توجد علاقة بين أبعاد العزو السببي الرياضي و المهارات النفسية قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم ؟

للإجابة على هذا التساؤل قمنا بتجزئته إلى تساؤلين هما :

أ- هل توجد فروق في دافعية الإنجاز بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي ؟

ب- هل توجد فروق في الثقة بالنفس بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي ؟

حيث إستخدمنا إختبار "ت" للمجموعتين المستقلتين لمعرفة الفروق في بعدي الدافعية للإنجاز و الثقة بالنفس أي تحققنا من دلالة الفروق ما بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي في بعدي المهارتين النفسيتين قيد البحث .

## 2-2 تفسير نتائج الفرضيات :

### 1-2-2 تفسير نتائج الفرضية الأولى :

#### نص الفرضية الأولى :

يوجد إختلاف في درجات و مستويات أبعاد العزو السببي لدى لاعبي كرة القدم

ينص الفرض الأول حول معرفة درجات و مستويات أبعاد العزو السببي لدى لاعبي كرة القدم ، حيث تشير نتائج الفرضية المبينة في الجدولين رقم (06) و(07) بالوسط الحسابي النسبية المئوية و قيمة "ت" المحسوبة و قيمة الدلالة لأبعاد العزو السببي (أداء جيد ، أداء سيئ ، الفوز، الهزيمة ) بأن العزو السائد لدى أفراد عينة الدراسة يمتازون بالعزو الداخلي أثناء فوزهم و أدائهم الجيد ، حيث بلغت المتوسطات الحسابية لبعد الفوز (6,45) و لبعد عزو الأداء الجيد (5,75) .

- جاءت نتائج الفرضية الأولى مصادقة للفرضية المقترحة ، و هذا كون العزو الداخلي هو النمط السائد في تفسير عزو الأداء الجيد و عزو الفوز عند أفراد العينة ، و هذا ما يتفق مع ما وصلت إليه الكثير من الدراسات السابقة المذكورة سالفاً ، التي أكدت سيادة العزو الداخلي الذاتي لدى أفرادها ، فقد كشف نتائج دراسة علي عزي علي البياني 1996م على أن الفائزين يعززون فوزهم إلى الأسباب الداخلية أكثر من الخارجية و يعززون فوزهم إلى أسباب غير مستقرة أكثر من المستقرة، و كذا دراسة سامي مصطفى عميرة 1996م، التي بينت نتائجها أن ذوي الإنجاز العالي من السباحين يميلون إلى التحكم الداخلي ، و دراسة مايسة محمد البنا 2001م التي تشير إلى أن لاعبي الدرجة الأولى لكرة اليد و كرة القدم يعززون أدائهم الجيد و فوزهم إلى عوامل داخلية ، في حين أن لاعبي الدرجة الأولى في كرة السلة يعززون أداءهم السيئ لبعض العوامل الخارجية ، أما لاعبي الكرة الطائرة فيعززون أداءهم الجيد إلى بذل الجهد و التدريب ( عوامل داخلية ) .

و يرى الباحثان أن النتائج جاءت منطقية و منسقة مع الإطار النظري للبحث و ذلك في كون أن أفراد العينة يتميزون بالمستوى مع فرقهم قصد تحقيق أهدافهم المسطرة و المتمثلة أساساً في الصعود .

### 2-2-2 تفسير نتائج الفرضية الثانية :

#### نص الفرضية الثانية :

يوجد إختلاف في درجات و مستويات أبعاد المهارات النفسية قيد الدراسة لدى لاعبي كرة القدم

- جاءت نتائج الفرضية في اتجاه الفرضية وتبين ذلك من خلال الجدولين رقم (08) و (09) التي بينت أنه يوجد إختلاف بين دافعية الإنجاز و الثقة بالنفس و لصالح الدافعية للإنجاز ، مع مستوى مرتفع لكلا البعدين.

- و تتفق دراستنا مع دراسة حسين محمد حسين يوسف 2009 م الذي هدف إلى التعرف على مستوى المهارات النفسية لدى لاعبي الكرة الطائرة للضفة الغربية فلسطين التي أكدت أهم نتائجها على وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0,05) في مستوى المهارات النفسية في مجالات الدافعية للإنجاز و الثقة بالنفس حسب درجة النادي ، و دراسة مكرم حميد الرفاعي 2010م التي هدفت إلى معرفة العزو في الرياضة و علاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى لاعبي منتخبات جامعة الموصل في الألعاب الجماعية و التي بينت أهم نتائجها وجود علاقة ارتباط معنوية بين الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز الرياضي تعود إلى تكامل التوازن بين الوظائف البدنية و النفسية ، و اتفقت إلى حد ما مع دراسة عابد خديجة و زايدي و داد 2016م

التي هدفت إلى التعرف على الثقة بالنفس و تأثيرها على دافعية الإنجاز الرياضي لدى لاعبي الكاراتيه ، التي بينت أهم نتائجها وجود علاقة ارتباطية خطية طردية بين دافعية الإنجاز و الثقة بالنفس و هذا يعني أنه كلما زادت درجة الثقة بالنفس كسمة زاد دافع انجاز النجاح عند لاعبي الكاراتيه ، و ذلك باعتبار أن هذه الرياضة تتميز عن غيرها من الرياضات بمبادئها و أسسها التربوية فهي تساعد على تعلم و اكتساب المهارة الحركية و تشغيل الطاقة الزائدة و التحرر من الإضطرابات كالكبت و الإنعزال و الإبتعاد عن العقد النفسية كالأنانية و حب الذات ، و تساعد الرياضي على اكتساب مستوى رفيع من الكفاية النفسية المرغوب فيها كالثقة بالنفس و الإلتزان الإنفعالي و التحكم في النفس و انخفاض مستوى التوتر و تهذيب السلوك العدواني و ضبطه ، دراسة غرغوط عاتكة 2016 م التي هدفت إلى معرفة الثقة بالنفس و علاقتها بالدافعية للإنجاز لدى طلبة الجامعة ( حمة لخضر بالوادي كنموذج ) حيث بينت وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الثقة بالنفس و الدافعية للإنجاز الرياضي .

مما سبق يتبين أن جميع هذه الدراسات على اختلاف الأطر الزمانية و المكانية التي تمت فيها ، أنها تصب في مصب واحد و تتقاطع في خط واحد و هو أن الثقة بالنفس ترتبط بشكل واضح بالدافعية للإنجاز على الرياضيين ، و يمكن أن نرجع هذه النتيجة إلى كون الثقة بالنفس و الدافعية للإنجاز من السمات الشخصية المتداخلة و المتكاملة ن حيث تعتبر الثقة بالنفس قاعدة أساسية لدافع الإنجاز ، و بالتالي فزيادة الثقة بالنفس تؤدي إلى زيادة الدافعية للإنجاز كأحد المكونات الأساسية للشخصية السوية و الفعالة ، و جاء تفسيرنا لهذه النتيجة وفق ما جاء به Atkinson على ضوء نظرية الشخصية ، حيث أكد على أهمية دور الصراع بين الحاجة للإنجاز و الخوف من الفشل أي أن الثقة بالنفس هو عدم الخوف من الفشل يؤدي إلى الزيادة في الدافعية للإنجاز ، و أوضح أن انجاز عمل يتحدد وفق لعوامل أساسية ، عوامل مرتبطة بميزات الفرد و أخرى مرتبطة بخصائص مهمة مراد انجازها ، و من هنا نلاحظ أن وجود علاقة بين الثقة بالنفس و دافعية الإنجاز يرجع إلى العوامل المرتبطة بالفرد ، و لعل ما يفسر ارتفاع دافعية الإنجاز على الثقة بالنفس لدى اللاعبين هو لعب فرقهم ورقة الصعود إذ يجعلهم يبذلون ما في وسعهم لتحقيق النجاح و يثابرون في وجه الفشل و هذه السلوكات تقود لتحقيق التفوق الرياضي حيث كلما كانت الثقة بالنفس و عدم الخوف من الفشل مرتفع كانت الدافعية للإنجاز الرياضي مرتفعة و العكس صحيح .

### 2-2-3 تفسير نتائج الفرضية الثالثة :

#### نص الفرضية الثالثة :

يوجد علاقة بين أبعاد العزو السببي والمهارات النفسية قيد الراسة لدى لاعبي كرة القدم

فيما يخص هذه الفرضية جاءت نتائجها مصادقة نسبيا في إتجاه الفرضية، وهو وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أبعاد العزو السببي ودافعية الإنجاز الرياضي في الشق الأول للفرضية بينما الشق الثاني المتعلق بعلاقة الثقة بالنفس وأبعاد العزو السببي غير محققة حيث أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي و منخفضي أبعاد العزو السببي في الثقة بالنفس .

أوضحت نتائج الدراسة صحة الشق الأول من الفرض حيث كشفت النتائج عن وجود فروق بين دافعية الإنجاز و أبعاد العزو السببي ما عدا بعد عزو الأداء السيئ .

تتفق هذه النتائج مع دراسة هامسيورث 1983hamswerth م التي بينت أهم نتائجها إلى أن اللاعبين الذين يتميزون بدرجات عالية في دافعية الإنجاز يعزون نتائجهم إلى عوامل داخلية كالمهارة و القدرة في حين يميل اللاعبون الذين يتميزون بدرجات منخفضة في دافعية الإنجاز إلى عزو نتائجهم إلى عوامل خارجية مثل الحظ و الصدفة دراسة سبنك 1987 spink م التي أشارت أهم نتائجها إلى أن أفراد عينة البحث يعللون أسباب فوزهم إلى عوامل داخلية في حين يعللون أسباب الهزيمة إلى عوامل خارجية ( السعيد يحيوي 2009م )

و تتفق مع ما توصل إليه ( كوكلا 1972 Koukla ) في دراسته حيث بينت أن عزو الطلبة للنجاح و الفشل يختلف باختلاف دافع الإنجاز .

كما تعارض نتائج دراستنا مع دراسة السعيد يحيوي 2009م التي بينت نتائجها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي و منخفضي دافعية الإنجاز في أبعاد و مقياس العزو السببي في الرياضة ، دراسة بيرسون 1987 Pearson م التي أثبتت على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي و منخفضي دافعية الإنجاز في العزو لدى أفراد العينة ، كما بينت كذلك على عدم وجود فروق بين عزو الفشل و عزو التفوق .

- بينما نتفق جزئياً مع دراسة باند 1996 Band م و دراسة ميشال 1997 Michelle م حيث تبين من الدراستين أن ذوي الدافعية للإنجاز المرتفع يعززون نجاحهم إلى عوامل داخلية مقارنة بمنخفضي دافعية الإنجاز يمكن تفسير وجود العلاقة بين عزو الفوز و دافعية الإنجاز بأن اللاعبين مرتفعي العزو يعتقدون أن قدراتهم البدنية و النفسية عالية ، و يكون لديهم الرغبة في تحسين مستواهم الرياضي و يبذلون جهداً أكبر في أدائهم للمنافسات من أجل تحقيق الفوز .

و قد يرجع عدم وجود علاقة بين عزو الأداء السيئ و بعد دافعية الإنجاز إلى أن أسباب الفشل قد تكون متقاربة عند هؤلاء اللاعبين أو انهم مروا بسلسلة من الخبرات غير السارة التي يرون أن استجاباتهم فيها لا تغير شيئاً من الأداء أو النتيجة أو وجود عوامل أخرى تؤثر على هذه المتغيرات .

ويؤكد محمد حسن علاوي أن عدم وجود علاقة بين العزو الداخلي لبعض المهارات النفسية يمكن أن يرجع إلى ارتباطها بالعزو الخارجي (ص 9، ص145) كما أشار بعض الباحثين إلى وجود فروق ثابتة نسبياً في نوع العزو أو التعليل السببي.

أما فيما يخص الشق الثاني للفرضية القائل ( توجد فروق في الثقة بالنفس بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي ) قد جاءت نتائجها عكس إتجاه الفرضية .

و هي تتفق مع دراسة مها صبري ، محمد حسام عرب ، محمد عفات رشيد 2001م التي بينت عدم وجود علاقة ارتباطية و دالة إحصائية بين كل من العزو السبب و الثقة بالنفس الرياضية لدى لاعبات منتخبات الجامعة للألعاب الفردية إلى بعض الأسباب الفيزيولوجية ، و دراسة مكرم حميد الرفاعي 2010م التي بينت عدم وجود علاقة بين العزو السببي و مهارة الثقة بالنفس بسبب ارتفاع العزو الخارجي .

وجاءت معاكسة لدراسة اسراء قحطان العبيدي 2008 م التي بينت وجود علاقة بين مهارة الثقة بالنفس و العزو السببي الداخلي للعوامل الداخلية المتعلقة بذاتهم كالمستوى الجيد و الخبرة و الجهد المتواصل . و اتفقت نوعاً ما دراسة عبد الكاظم جليل حسان 2007م أين بينت وجود علاقة ارتباط عكسية بين الثقة بالنفس و كل من عزو الهزيمة و عزو الأداء السيئ .

يفسر الباحثان عدم وجود علاقة بين الثقة بالنفس و أبعاد العزو السيئ لدى اللاعبين إلى بعض الأسباب الفيزيولوجية و التي تؤثر بدورها على مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين فضلاً عن قلة وجود فرص منافسة مع منافسين ذات مستوى أعلى نظراً لقلة الإمكانيات و قلة فرص التدريب و تركيز اللاعبين على لعب و ورقة الصعود في البطولة .

### الاستنتاجات:

- بناء على العلاقة بين الجانب النظري و التطبيقي الوطيدة و التكاملية، وبحثا عن العلاقة بين العزو السببي الرياضي و مهارتي الدافعية للانجاز و الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ، وبعدها تفسير و مناقشة النتائج بالوسائل الاحصائية ، تم التوصل الى الاستنتاجات التالية :
- وجود اختلاف في درجات و مستويات ابعاد العزو السببي لدى لاعبي كرة القدم لدى افراد عينة الدراسة
  - اللاعبون يعززون فوزهم و أداءهم الجيد الى العوامل الذاتية الداخلية .
  - وجود اختلاف في درجات و مستويات بعدي دافعية الانجاز و الثقة بالنفس .
  - وجود مستوى مرتفع لبعدي الدافعية للانجاز و الثقة بالنفس و لصالح الدافعية للانجاز.
  - وجود فروق ذات دلالة احصائية في دافعية الانجاز بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي.
  - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي.

التوصيات:

- ✓ الإهتمام بالإعداد النفسي للاعبين خلال فترتي الإعداد العام و الخاص جنبا إلى جنب مع الإعداد البدني و المهاري و الخططي .
- ✓ تطوير إمكانيات المدربين في تحليل الأسباب الحقيقية للفوز و الخسارة من خلال المحاضرات النوعية النفسية و الدورات التدريبية لكي يكون مدرب بديلا للأخصائي النفسي في حالة غيابه.
- ✓ قيام المدربين بتوضيح العلاقة بين الأسباب و المسببات للفوز و الخسارة للاعبين و وفق الأساليب العلمية الحديثة .
- ✓ إجراء جلسات مناقشة علمية و اعية بين المدربين و اللاعبين لتغيير اتجاهاتهم نحو التفكير العلمي و نبذ مبد الصدفة .
- ✓ الإهتمام بالأساليب التي يذكرها اللاعبون عند الفوز أو الهزيمة حتى يتمكن المدرب من تصحيح الأخطاء للاعبين و كذلك إتجاهاتهم الخاصة التي تتعلق بالموثرات الخارجية .
- ✓ ضرورة وجود أخصائي نفسي يعمل جنبا إلى جنب مع المدرب لإعداد الخطط التدريبية الشاملة من أجل تطوير اللاعب في كل الإعدادات ( بدنية ، مهارية ، خططية ، نفسية ) و هذا يؤدي إلى تحسين الأداء و تحقيق الإنجاز الرياضي .
- ✓ ضرورة الإهتمام بالمهارات النفسية عند انتقاء الموهوبين في مختلف الألعاب الرياضية .

## خاتمة :

إن اللاعبين يعززون الفوز إلى العوامل الداخلية المتعلقة بذاتهم كالمستوى الجيد و الخبرة و الجهد المتواصل و أن الأمور تسير كما هو مخطط لهم ، و بالتالي يمكن أن ينسب او يعزو النجاح إلى قدرته و جهده أي عوامل و أسباب داخلية ، أما في حالة الفشل فيرى اللاعب أن ذلك عكس الاتجاه المطلوب أو المقصود و أن الأمور قد سارت على عكس المخطط لها كنتيجة لتداخل عوامل خارجية لا يستطيع التحكم فيها , و أن الفروق الفردية في أساليب العزو ، ترتبط ببعض المتغيرات النفسية ، الذي يتعرض لها اللاعب في مواقف مختلفة خلال فترة ضغط المنافسة و أن التهيئة النفسية للاعبين خلال فترة التدريب و المنافسة و الإعداد لها و للمواقف الرياضية و لاسيما قدراتهم النفسية و إمكانياتهم و الإستعداد لمواجهة الصعوبات التي تعترضه خلال هذه الفترة و لهذا فإن ممارسة المهارات النفسية تعتبر واحدة واحدة بتكامل مع المهارات البدنية الحركية و عندما يتم التكامل بينهما يجب إعادة تدريب المهارات النفسية في مواقف الأداء الفعلي الذي يتعرض لها اللاعب في المنافسة ، و يرى الباحثان أن الأسباب النفسية المرتبطة بالعزو الداخلي الخارجي لها تأثير كبير في عملية الفوز أو الخسارة و ذلك من الاستجابات المتوقعة و مرتبطة بنتيجة المباراة .

## ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين العزو السببي الرياضي و مهارتي الدافعية للانجاز و الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ، و لتحقيق هدف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي "المسحي" ، و ذلك باستخدام مقياس العزو السببي في الرياضة و مقياس المهارت النفسية لدافعية الانجاز الرياضي و الثقة بالنفس لمحمد حسن علاوي ، كأداة لجمع المعلومات من عينة البحث البالغ عددهم 65 لاعب كرة قدم صنف أكابر من نوادي ولاية عين الدفلى ، و المتمثلة في: نادي اتحاد بومدفع ، نادي اتحاد الجبارة ، نادي شباب الحسينية و نادي اتحاد عين التركي ، و للحصول على النتائج الميدانية استخدمت الاساليب الاحصائية في المعالجة ، من اهم نتائج الدراسة مايلي:

- وجود اختلاف في درجات و مستويات ابعاد العزو السببي الرياضي لدى لاعبي كرة القدم .
- وجود اختلاف في درجات و مستويات بعدي دافعية الانجاز و الثقة بالنفس .
- وجود فروق ذات دلالة احصائية في دافعية الانجاز بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي .
- عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في الثقة بالنفس بين مرتفعي و منخفضي العزو السببي .

## **Research Summary:**

The objective of this study was to identify the relationship between causal attribution and sports skills and motivation for achievement and self-confidence among football players. In order to achieve the objective of the study, the descriptive method was used by using the measure of causal attribution in sport, Self-confidence of Mohammed Hassan Allawi, as a tool to gather information from the sample of 65 football players of the most prestigious class of clubs in the state of Ain -Defla, namely: Union Club Boumdfaa, Club Union of the mighty, El hocenia Youth Club and the Ain -Turki Union Club, Field results were used only Statistical methods in the treatment of the most important findings of the study include:

- There is a difference in the degrees and levels of the dimensions of the causal attribute of sports players in football.
- There is a difference in degrees and levels of post-motivation achievement and self-confidence.
- There are differences of statistical significance in the achievement motivation between high and low causal attribution.
- No statistically significant differences in self-confidence between high and low causal attribution.