

برنامج ارشادي معرفي لتعديل سمة التعصب واثره في دقة الضرب الساحق القطري للاعبي
الكرة الطائرة الشباب

م.د. حسام حسين مطنش

العراق. جامعة القادسية. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

Dr.Hossam_77@yahoo.com

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على تأثير البرنامج الإرشادي بأسلوب العلاج الواقعي في تعديل سمة التعصب للاعبي شباب نادي الدغارة بالكرة الطائرة والتعرف على اثر تعديل سمة التعصب بدقة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة للاعبي شباب نادي الدغارة بالكرة الطائرة ، ولتحقيق أهداف البحث استخدم الباحث المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين ذات الاختبار القبلي والبعدي حيث تمثل مجتمع البحث وهم لاعبي الكرة الطائرة المنتمين لنادي الدغارة فئة الشباب والبالغ عددهم (16) لاعب وتم حصر المجتمع حصرا شاملا مقسم الى مجموعتين أحدهما ضابطة واخرى تجريبية بواقع (8) لاعبين لكل مجموعة ، تم استخدام الادوات والاجهزة الضرورية في البحث وخطوات تنفيذه والتي تضمنت اعداد برنامج ارشادي معرفي لتعديل سمة التعصب والتجربة الاستطلاعية والتجربة الرئيسة المتضمنة الاختبارات القبلية والتي اجري من خلالها التجانس والتكافؤ لأفراد عينة البحث ثم تطبيق البرنامج الارشادي المعرفي ثم الاختبارات البعدية واستنتج ان الفنيات والاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج الارشادي لها أثر فعال في تعديل او تخفيف سمة التعصب ودقة الضرب الساحق لدى لاعبي الكرة الطائرة .

الكلمات المفتاحية : ارشادي معرفي ، سمة التعصب ، الكرة الطائرة

A Cognitive Guidance Program to Modify the Trait of Fanaticism and its Impact on the Accuracy of
Smash among Qatari Volleyball Young players

Lect.Dr.Hossam Hussein Matnash

Iraq. University of Qadisiyah. College of Physical Education and Sports Sciences

Dr.Hossam_77@yahoo.com

Abstract

The research aims to identify the effect of the counseling program by the real treatment method to modify fanaticism trait among Daggarh club young players in volleyball and to identify the effect of the modification of fanaticism trait on accuracy of smash among Qatari volleyball young players. To achieve the research objectives, the researcher used the experimental approach of two equivalent groups of pre and posttest (16) Players, which represents the research sample, Daggarh volleyball club young players (16 players). The community was restricted in exclusively, divided into two groups, one is control group and the other one is experimental by 8 players for each group. In each group, the necessary tools and devices were used in the research and implementation steps, which included the preparation of a cognitive guidance program to modify the trait of intolerance and the pilot experiment and the main experiment that included the pretests through which the homogeneity and equivalence of the members of the research sample and then applying the cognitive guidance program and the posttests. The researchers concluded that the strategies used in the cognitive guidance program has an effective impact on modifying or alleviating the trait of intolerance and smash accuracy of volleyball players

Keywords: cognitive guidance, fanaticism trait, volleyball

1- المقدمة :

يعتبر علم النفس واحداً من أهم العلوم الأساسية الحديثة في معالجة الكثير من المشاكل الاجتماعية والنفسية من أجل الوصول إلى أفضل المستويات في كافة مجالات الحياة والمجال الرياضي أحد المجالات المهمة الذي يعاني من وجود بعض المشاكل النفسية ومنها سمة التعصب التي تعتبر من السمات المكتسبة والتي تؤدي إلى زيادة الشحن والانفعال نحو جماعة معينة أو نحو أعضاء الفريق الواحد مما يؤثر ذلك على دقة الأداء المهاري للاعب في كافة الألعاب الرياضية بشكل عام وفي لعبة الكرة الطائرة بشكل خاص باعتبارها واحدة من أهم الألعاب الرياضية التي تحتل مرتبة عالية من حيث ممارستها واجتذابها لإعداد كبيرة من اللاعبين والمشاهدين وهذا ما يجعل اللاعبين في شحن وانفعال مستمر لما تتميز به هذه اللعبة من إيقاعات سريعة ومتابعة مستمرة وتبادلات بين مهاراتها ومنها الضرب الساق الذي يعتبر من أكثر المهارات حسماً لنتيجة المباراة أو التداول ، لذا ارتى الباحث إعداد برنامج إرشادي معرفي يوضع بين أيدي المدربين للمساهمة في تعديل سمة التعصب لدى لاعبي الكرة الطائرة .

وأن البرنامج الإرشادي يعتبر من أهم الوسائل التي يمكن استخدامها للوصول إلى التأثيرات في النواحي النفسية المختلفة ومنها سمة التعصب ومن خلال متابعة الباحث المستمرة لعدد من المباريات ومراقبته للاعبين وجد أن هناك مشكلة في دقة الضرب الساق بالكرة الطائرة للاعبين نتيجة لسمة التعصب التي يظهر عليها اللاعب أثناء المباراة أو أثناء التمرين والذي يؤدي إلى زيادة الشحن والانفعال نحو أعضاء الفريق الواحد مما يؤثر على دقة الأداء المهاري للاعب ، الأمر الذي دعا الباحث إلى إعداد برنامج إرشادي (معرفي) لمعرفة أثره في تعديل سمة التعصب لدى لاعبي الكرة الطائرة ومساهمة ذلك البرنامج على التغلب على حالات التعصب وعدم تأثيره على دقة الضرب الساق بالكرة الطائرة. ويهدف البحث إلى :

- 1- إعداد برنامج إرشادي معرفي بأسلوب العلاج الواقعي للاعبين الكرة الطائرة الشباب .
- 2- التعرف على تأثير البرنامج الإرشادي بأسلوب العلاج الواقعي في تعديل سمة التعصب للاعبين الكرة الطائرة الشباب .
- 3- التعرف على أثر تعديل سمة التعصب بدقة الضرب الساق القطري للاعبين الكرة الطائرة الشباب .

2- اجراءات البحث :

1-2 منهج البحث : أستعمل الباحث المنهج التجريبي- ذات المجموعتين المتكافئتين - والاختبارين القبلي والبعدي لملائمته طبيعة الدراسة وأهدافها .

2-2 مجتمع البحث : تمثل مجتمع البحث بلاعبى الكرة الطائرة الشباب ، المنتمين إلى نادي الدغارة - العراق ، والبالغ عددهم (16) لاعباً وتم حصر المجتمع حصراً شاملاً . تم تقسيمهم عشوائياً الى مجموعتين مجموعة تجريبية ومجموعة ضابطة بواقع (8) لاعبا لكل مجموعة .

2-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستعملة في البحث :

1-3-2 وسائل جمع البيانات : استلزم هذا البحث العديد من الوسائل اللازمة لجمع البيانات ، وهي :

1- الاستبيان (مقياس سمة التعصب) : (عبد الله معتز ، 1998 ، ص 245-295)

2- الملاحظة :

3- الاختبار والقياس ، المصادر والمراجع :

2-3-2 الأجهزة والأدوات (العدد) المساعدة :

أستعمل الباحث العديد من الأجهزة والأدوات المساعدة في عملية الحصول على البيانات المطلوبة منها :

1- شريط قياس

2- كرات طائرة

3- ملعب الكرة الطائرة

4- حاسبة يدوية

5- حاسوب شخصي (Lab Tub)

6- أدوات مكتبية (أوراق وأقلام)

7- استمارة تسجيل نتائج الاختبارات

2-4 الاختبارات المستخدمة في البحث :

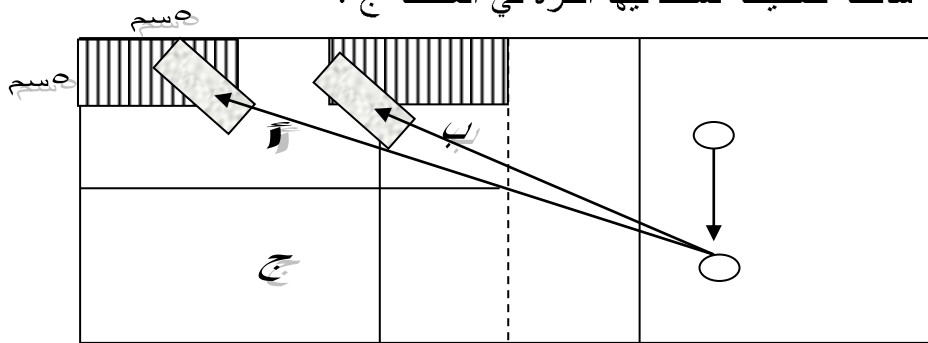
2-4-1 مقياس سمة التعصب :

استخدم في البحث مقياس سمة التعصب الذي أعده (عبد الله معتز سيد ، 1998) والمكون من (20) فقرة ، إذ تم صياغة الفقرات للتعرف على سمة التعصب ، فقد أعطي البدائل الخمس الأوزان الآتية :
تتطبق بدرجة كبيرة جدا (5) ، تتطبق بدرجة كبيرة (4) ، تتطبق بدرجة متوسطة (3) ، تتطبق بدرجة قليلة (2) ، لا تتطبق (1) ، وتم صياغة جميع الفقرات بصيغة تعبر عن التعصب ، لذا تكون أعلى درجة على المقياس (100) وأدنى درجة (20)

2-4-2 اختبار الضرب الساحق بالكرة الطائرة :

- اختبار دقة الضرب الساحق القطري : (محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم ، 1997 ، ص206)
- الغرض من الاختبار : قياس دقة الضرب الساحق القطري
- الأدوات : 3 كرات طائرة ، ملعب كرة طائرة ، مرتبتان لتمرينات توضع احدهما في ركن الملعب بحيث تكون زواياها الداخلية على بعد 5م من خط الجانب والنهاية .
- مواصفات الأداء : يقوم اللاعب بالضرب الساحق من مركز 4 بحيث يقوم المدرب بالتمرير من مركز 3 باستخدام التمرير الطويل القطري على المختبر أداء 15 محاولة بالضرب الساحق على المنطقة الخلفية ثم 15 محاولة للمنطقة الأساسية بحسب للمختبر المحاولات الصحيحة في 30 محاولة . أما ابعاد المنطقة فهي بطول 1.5 وعرض 1 م من حافتها وتبعد عن الخط الجانبي 5 سم أما ابعاد المنطقة المخططة الخلفية فهي 1.5م طول 1م عرض ، والمنطقة المخططة الأمامية فهي 2م طول 1م عرض .
- التسجيل :

- 4 نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة على المنطقة .
- 3 نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة المخططة .
- 2 نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة أ أو ب .
- 1 نقاط لكل ضربة ساحقة صحيحة تسقط فيها الكرة في المنطقة ج .



شكل (1) يوضح اختبار دقة أداء الضرب الساحق

5- التجربة الاستطلاعية :

تم إجراء التجربة الاستطلاعية الساعة الثالثة عصراً من يوم الاربعاء المصادف 2017/4/5 في ملعب نادي الشامية والمهناوية . وذلك لغرض استخراج الاسس العلمية للاختبارات .

2-6 الاسس العلمية للاختبارات :

أولاً:- الصدق :

1- الصدق الظاهري :

لقد أستخلص الباحث صدق المحتوى (المضمون) ، الذي يقوم على أساس مدى تمثيل الاختبار للظاهرة التي يقيسها (الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة) ، من خلال الاستبيان الذي وزع على (6) ، من المختصين (ملحق 1) والذين أشروا صلاحية الاختبار من خلال الآتي : (يعد الاختبار صالحاً إذا حقق نسبة (100 %) ، من مجموع آراء الخبراء للموافقة على تمثيل الاختبار للظاهرة التي يقيسها) .

وبعد جمع البيانات وتفريغها أستعمل الباحث اختبار (كا2) ، فأظهرت النتائج قبول ترشيح الاختبارين لتحقيقهما قيمة أكبر من قيمة (كا2) الجدولية البالغة (3.84) ، عند درجة حرية (1) ، ومستوى دلالة (0.05) . والجدول (1) يبين صلاحية الاختبارين .

الجدول (1)

يبين صلاحية الاختبارين المرشحين

الاختبار	عدد الإجابات		قيمة (كا2)		دلالة الفرق
	تصلح	لا تصلح	المحسوبة	الجدولية	
سمة التعصب	6	–	6	3.84	معنوي
الضرب الساحق القطري	6	–	6	3.84	معنوي

2- القدرة التمييزية لمقياس سمة التعصب :

للكشف عن القدرة التمييزية لمقياس سمة التعصب قيد البحث والذي طبق على عينة عددها (46) من ناديين الشامية والمهناوية من خارج مجتمع البحث ، أجرى الباحث مقارنة لنتائج الاختبار لعينة التجربة الاستطلاعية . لكل فقرة من فقرات المقياس وأستعمل اختبار (ت) ، لعينتين مستقلتين بعد تقسيمهم الى مجموعتين عليا ومجموعة دنيا (27%) ، وعند مقارنة قيمة (ت) المحسوبة والتي انحصرت بين (4.23 – 7.439) بالقيمة الجدولية البالغة (1.860) ، عند درجة حرية (22) ، ومستوى دلالة (0.05) ، عدت القيمة التائية الدالة إحصائياً مؤشراً لتمييز مقياس سمة التعصب .

ثانياً:- الثبات :

حاول الباحث إيجاد معامل الثبات للاختبار قيد البحث الضرب الساحق القطري قيد البحث ، من خلال إيجاد علاقة الارتباط بين نتائجه ، بنتائج إعادة الاختبار على عينة من لاعبي ناديي الشامية والمهناوية (10) لاعبين وبعد حساب معامل الارتباط (سبيرمان) ، بين درجات الاختبارين ، ظهر أن الارتباط معنوي ، نظراً لأن قيمة الاختبار التائي المحسوبة لدلالة معنوية الارتباط جاءت على بمقدار (6.684) ، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.306) ، عند درجة حرية (8) ، ومستوى دلالة (0.05) ، مما يدل على تمتع الاختبار قيد البحث بدرجة عالية من الثبات ، ينظر جدول (2) .

الجدول (2)

يبين معامل الثبات لاختبار (دقة التصويب البعيد) ، المطبق على عينة التجربة الاستطلاعية

الاختبارات	معامل الثبات	قيمة (ت)		الدلالة الإحصائية
		المحسوبة	الجدولية	
الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة	0.881	6.684	2.306	معنوي

أما ثبات مقياس سمة التعصب فقد استخدمت التجزئة النصفية واستخراج معامل الارتباط لثبات نصف الاختبار إذ بلغ (0.772) ولأجل الحصول على ثبات كامل الاختبار قام الباحث بتطبيق معادلة سبيرمان براون ظهر بأن مقدار سبيرمان براون قد بلغ (0.871) .

2-7 إجراءات البحث الميدانية :

2-7-1 الاختبار القبلي :

تم إجراء الاختبار القبلي لعينة البحث (الضابطة والتجريبية) في الساعة الثالثة عصراً من يوم الأربعاء المصادف 2017/4/12 في ملعب نادي الدغارة الرياضي .

وتم تثبيت الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث المكان والزمان والادوات المستخدمة وطريقة التنفيذ وفريق العمل المساعد لغرض تحقيق الظروف نفسها أو قريبة قدر الامكان من ظروف القياس البعدي

2-7-1-1 تجانس وتكافؤ افراد مجتمع البحث :

اجرى الباحث تجانس وتكافؤ افراد مجتمع البحث وكما مبين في الجدول (3)

الجدول (3)

يبين تجانس وتكافؤ المجموعتين الضابطة والتجريبية

ت	المتغيرات	المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			قيمة ت	الدلالة
		الوسط	الانحراف	الاختلاف	الوسط	الانحراف	الاختلاف		
1	الطول	137.8	1.317	0.956	139.5	1.616	1.158	1.23	عشوائي
2	الوزن	32.9	1.187	3.608	35.3	0.849	2.405	0.987	عشوائي
3	الذكاء	37.11	6.77	18.243	39.66	8.88	22.390	1.53	عشوائي
4	سمة التعصب	71.250	7.440	10.442	68.125	10.329	15.162	0.694	عشوائي
5	دقة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة	30.000	2.000	6.667	28.750	2.816	9.794	1.024	عشوائي

2-7-2 البرنامج الارشادي :

لتحقيق هدف البحث المتمثل في التعرف على اثر البرنامج الارشادي في تعديل سمة التعصب لدى لاعبي شباب نادي الدغارة الرياضي بالكرة الطائرة لابد من بناء برنامج ارشادي يتلائم وطبيعة ذلك الهدف . ولإعداد البرنامج الارشادي قام الباحث بالإجراءات الآتية :-

1- تحديد الفلسفة التي يقوم عليها البرنامج الارشادي .

2- بهدف الوصول بالفرد الى ما يتطلع اليه المجتمع ومؤسساته .

3- الأهداف العامة في تعديل سمة التعصب للاعبين الكرة الطائرة من خلال البرنامج الارشادي

4- اعداد قائمة بالمشكلات :

من خلال تحليل عبارات المقياس تم تحديد عدد من المشكلات وذلك لغرض تحديد ما يقابها من الحاجات الارشادية وفي ضوء ذلك تم تحديد المشكلات الآتية :-

1- ضعف الثقة بالنفس .

2- ضعف الارادة بالنفس .

3- ضعف التفاعل الاجتماعي .

4- ضعف تأكيد الذات .

ومن سلسلة اجراءات بناء البرنامج الارشادي التي اعتمدها الباحث هي :-

أولاً:- المنهج الانمائي :

اعتمد الباحث المنهج الانمائي في بناء البرنامج الارشادي حيث انه يقدم اساساً للعاديين من الأفراد لتحقيق زيادة في كفاءة الفرد ودعمه وكذلك يهدف بالوصول بالفرد الى ما يتطلع اليه المجتمع ومؤسساته اضافة الى المنهج الانمائي يعمل على مساعدة الافراد العاديين بهدف تطوير وصقل امكانياتهم واستعداداتهم .

ثانياً:- النموذج (التخطيط والبرمجة والميزانية)

اعتمد الباحث انموذج في بناء برنامج ارشادي كونه يسعى الى اقصى حد من الفاعلية والفائدة باقل التكاليف .

ثالثاً:- النظرية المعرفية والنظرية السلوكية :-

اعتمد الباحث النظرية المعرفية والنظرية السلوكية لعدد من الميزات وهي :

1- ان الاسلوب الارشادي وفقاً للنظرية المعرفية والسلوكية لا يتطلب وقتاً طويلاً مقارنة بالنظريات الاخرى (حامد عبد السلام زهران ، 1981 ، ص231)

2- تعتمد النظريات على اثر المرشدة لأهميته في احداث التغير .

3- ترى كل من النظرية المعرفية والسلوكية ان السلوك غير المرغوب هو نتيجة تعلم خاطئ او تفكير خاطئ . او نتيجة اكتساب الافكار السلبية خلال التنشئة الاجتماعية من خلال الوالدين اولا ثم المجتمع .

(سهام درويش او عطية ، 1997 ، ص 123)

وكذلك ترى النظرية المعرفية العمل على احداث تغير في العمليات المعرفية وانماط التفكير الخاطئ .

(بشير صالح الرشيد ، راشد علي السهيل ، 2000 ، ص484)

رابعاً : الارشاد الجمعي :-

اعتمد الباحث في تعديل سمة التعصب لدى لاعبي شباب نادي الدغارة الرياضي على الارشاد الجمعي وذلك للأسباب :-

1- انه اقتصادي في الوقت والجهد .

2- ان الارشاد الجمعي يساعد الافراد في تنمية الميول والاتجاهات وتخفيف من القلق وفهم الذات وتنمية السلوك المرغوب اجتماعياً .

3- انه من الاساليب المناسبة في تعديل سمة التعصب وذلك من خلال التفاعل بالمشاركة بين المرشد والمسترشد .

تخطيط البرنامج :

من الطرائق المتبعة في التخطيط للبرنامج الارشادي هو نظام التخطيط والبرمجة والميزانية ، ويعد هذا النظام من الاساليب الارشادية الفعالة في التخطيط اذ يسعى للوصول الى اقصى في الفعالية والفائدة وبأقل التكاليف .
خطوات التخطيط للبرنامج الارشادي

1- تحديد الاحتياجات .

2- اختيار الاولويات .

3- تحديد الاهداف.

4- ايجاد برامج ونشاطات لتحقيق الاهداف الموضوعية .

5- تقويم النتائج .

وفي ضوء ذلك اعد الباحث البرنامج الارشادي النفسي متبعاً الخطوات المشار اليها اعلاه

1- تحديد الاحتياجات : ان دراسة المرشد للحاجات الارشادية للمسترشد خطوة اساسية لتفهم سلوك المسترشدين وعامل مهم في اعداد برنامج الارشاد النفسي . وفي ضوء الخطوات السابقة حدد الباحث مجموعة من الاحتياجات للاعبين الكرة الطائرة وشملت هذه الحاجات :

1- سمة التعصب واسبابها ومصادرها - التحكم بسمة التعصب

2- الاثار السلبية التي تتركها سمة التعصب .

3- ايقاف الافكار السلبية .

2- اختيار الاولويات : اجري الباحث سلسلة من المقابلات مع بعض الخبراء في مجال العلوم التربوية والنفسية والارشاد النفسي لغرض ترتيب الحاجات حسب اولوياتها .

3- تحديد الاهداف : قام الباحث بتحديد الهدف العام والخاص للبرنامج على وفق الحاجات التي تم تشخيصها وهي :

1- الهدف العام كتمية القيم الدينية او الاجتماعية او الاخلاقية او القومية وتعني هذه الاهداف بوصف النتائج النهائية لمجمل العملية التربوية .

2- الهدف الخاص وتعني بوصف انماط السلوك او الاداء النهائي المتوقع صدوره من المسترشد بعد تعلمه السلوك المطلوب .

4- ايجاد نشاطات وبرامج لتحقيق الاهداف :

لتحقيق أهداف البرنامج الارشادي اعتمد الباحث على استخدام الاستراتيجية السلوكية المعرفية المقترحة من قبل (ميكنوم) في تعديل سمة التعصب وقد استعان الباحث في اعداد البرنامج بالأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالحاجات والاهداف والانشطة الملائمة للاعبين الكرة الطائرة(الشباب) .

5- التقويم :- للتقويم ثلاثة انواع هي :-

- 1- التقويم الاول : وتم اجراءه من قبل تنفيذ البرنامج الارشادي ويتمثل في الاختبار القبلي .
- 2- التقويم البنائي : ويتلخص بإجراء عملية التقويم عند نهاية كل جلسة من خلال توجيه بعض الاسئلة للاعبين مع مناقشة الواجبات البيتية لهم .
- 3- التقويم النهائي : ويتلخص في الاجراءات التي قام بها الباحث بعد المباشرة بتنفيذ البرنامج الارشادي والمتمثلة بجراء الاختبار البعدي لتحديد التغير الحاصل من سمة التعصب للمجموعتين الضابطة والتجريبية وذلك من خلال المقارنة بين درجات القياسين القبلي والبعدي .

الجدول (4)

يبين الجلسات الارشادية وتاريخ انعقادها

ت	الجلسات	العنوان	تاريخ انعقادها
1	الجلسة الاولى	الافتتاحية	2017/4/16
2	الجلسة الثانية	التعريف بسمة التعصب من حيث اسبابها ومصادرها وتأثيراتها	2017/4/23
3	الجلسة الثالثة	شرح وبيان معنى التوجه والارشاد النفسي	2017/5/2
4	الجلسة الرابعة	تحديد المشاعر	201 /5/9
5	الجلسة الخامسة	مهارة التعبير عن التذمر	2017/5/16
6	الجلسة السادسة	مهارة التعبير عن الغضب	2017/5/23
7	الجلسة السابعة	مهارة التعبير عن المودة	2017/5/30
8	الجلسة الثامنة	اهمية عامل الثقة بالنفس	2017/6/ 6
9	الجلسة التاسعة	القدرة على ضبط النفس	2017/6/13

الجلسة الثانية :

عنوان الجلسة : التعريف بسمة التعصب من حيث اسبابها ومصادرها وتأثيراتها .
 زمن الجلسة : 40 دقيقة

تاريخ انعقادها : 2017/4/23

مكان انعقادها : ملعب نادي الاتفاق الرياضي

الهدف العام :

- 1- توضيح مفهوم سمة التعصب .
 - 2- توضيح مراحل تطوير سمة التعصب .
 - 3- توضيح مفهوم التحكم بسمة التعصب .
- الهدف الخاص :- توضيح الآثار(النفسية - والفسولوجية - والسلوكية) التي تتركها سمة التعصب على لاعبي الكرة الطائرة (الشباب) .

الفنيات الارشادية المتبعة في الجلسة :

يبدأ المرشد الحديث عن سمة التعصب مستهلاً حديثه بتعريف سمة التعصب باعتبارها نوعاً من الانزعاج والألم أو الشعور بالاضطرابات ينبع من مصادر عاطفية - اجتماعية - جسمية - اسرية . وينتج عن الحاجة الى التحرر أو التخلص من الانزعاج أو الضيق أو الألم ، وهي كذلك مواقف غير سارة تعيد اشباع الحاجات النفسية وتتجاوز قدرة الفرد على التكيف لها ويدركها على شكل ضيق أو ضجر أو توتر ، وهي عدم التوازن بين المتطلبات البدنية أو النفسية أو القدرة على الاستجابة تحت ظروف عندما يكون الفشل في الاستجابة لتلك المتطلبات . وتم توضيح معنى التحكم بسمة التعصب حيث ان التحكم هو اسلوب شامل يقدم مهارات متعددة سلوكية ومعرفية تؤدي الى تحسين مستوى التكيف العام للفرد .

وفيها يتدرب الفرد على تقييم المواقف والاهداف الضاغطة التي يتعرض لها وفهم طبيعة استجابات التوتر الناتجة للضغوط النفسية من خلال :-

أ- التصور العقلي :مرحلة تعليمية يزود فيها افراد المجموعة بطبيعة سمة التعصب والآثار التي تتركها ومراحلها ومصادرها .

ب- اكتساب مهارات وتجربتها : وهي مرحلة تهدف الى اكتساب المجموعة مهارات التعامل المختلفة (جسمية - معرفية) بهدف التغلب على آثار سمة التعصب وإدارتها .

ج- التطبيق والمواصلة حتى الانجاز : هي مرحلة تهدف الى تشجيع افراد المجموعة على تطبيق مهارات التعامل المختلفة التي سبق ان تعلموها .

ويوضح المرشد لأفراد المجموعة سمة التعصب للاعبين الكرة الطائرة والآثار التي تسببها لهم من حيث ان سمة التعصب في لعبة الكرة الطائرة ما هي الا حالة من الخلل النفسي للاعب تجبر الجسم على القيام بواجبات وظيفية لمواجهة المتطلبات العقلية او البدنية او النفسية لإعادة التكيف والتوازن مع البيئة كذلك تعني التعرض للاعبين الى ازمات نفسية نتيجة شعورهم بعدم قدرتهم على الابقاء بمتطلبات التدريب وقد اصبحت سمة التعصب من المشاكل التي تواجه المدربين واللاعبين والاداريين وتترك الآثار السلبية وبالتالي تضعف الثقة بالنفس عندما يمتلك الاعتقاد أو التفكير بأنه غير كفوء فضلاً عن كونها تسبب بحدوث الصراع الداخلي أو إصابة بدنية تكون سببها للفروق أو الاعتزال المبكر والانسحاب من التدريب .

- التقويم البنائي : توجيه سؤال الى افراد المجموعة هل بالإمكان معرفة مصادر واسباب سمة التعصب .

- الواجب البيئي :

1- طلب من افراد المجموعة ذكر الآثار التي تتركها سمة التعصب على اللاعبين بشكل عام ولاعبين الكرة الطائرة بشكل خاص .

2- تحديد سمة التعصب التي تواجههم في حياتهم اليومية اثناء التدريب والمنافسة في لعبة الكرة الطائرة ومناقشتها مناقشة علمية .

2-7-3 الاختبار البعدي :

تم إجراء الاختبار البعدي لعينة البحث في يوم الأحد المصادف 2017/6/16 بعد الانتهاء من مدة تطبيق البرنامج الإرشادي المعرفي والذي استغرقت (9) أسابيع ، وقد حرص الباحث على توفير ظروف الاختبار القبلي وإجراءاته المتبعة للاختبار

2-8 الوسائل الإحصائية :

تم معالجة البيانات التي تم الحصول عليها باستخدام الوسيلة الإحصائية التي تتلاءم مع أهداف الدراسة للتوصل الى معرفة النتائج من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) .

3- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

3-1 عرض نتائج الفروق في المتغيرات قيد الدراسة للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها

الجدول (5)

يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في المتغيرات قيد الدراسة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t	الدالة
			س	ع	س	ع		
1	سمة التعصب	درجة	71.250	7.440	64.375	6.232	2.106	غير معنوي
2	الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة	درجة	30.000	2.000	34.375	2.973	3.663	معنوي

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة $0.05 = 2.364$

في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث يبين الجدول (5) الفروق في قيم المتغيرات قيد الدراسة في الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة ففي متغير سمة التعصب وباستخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق ظهرت القيمة المحسوبة (2.106) وهي اصغر من القيمة الجدولية البالغة (2.364) عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على عشوائية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لسمة التعصب وهذا يشير الى ان مستوى سمة التعصب للمجموعة الضابطة لم يحدث تغير بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي ويفسره الباحث الى ان المناهج التدريبية لبعض المدربين لم تولي الاهتمام بالبرامج الإرشادية التي تعالج العوامل النفسية ومنها سمة التعصب .

أما في الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة فان قيمة (t) المحسوبة كانت (3.663) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.364) عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة وهذا يشير الى ان مستوى الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة كان افضل في الاختبار البعدي منه في الاختبار القبلي ويفسره الباحث بان هذه الفروق الحاصلة كانت نتيجة المنهج التقليدي المعد من قبل المدرب وذلك من خلال الاعداد والتكرار وأن التدريب الرياضي المحور الرئيس الذي عن طريقه يمكن تحقيق الأهداف المنشودة بالوصول بالفرد الرياضي إلى أفضل المستويات .

(محمد علي احمد القط ، 2002 ، ص83)

ولأن أي تمرين يكون ذا مردود ايجابي في مستوى الاداء المهاري إذا كانت طبيعة التمرين تميل الى تطوير الاداء .

2-3 عرض نتائج الفروق في المتغيرات قيد الدراسة للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها

الجدول (6)

يبين الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في المتغيرات قيد الدراسة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة t	الدلالة
			س	ع	س	ع		
1	سمة التعصب	درجة	68.125	10.329	46.250	6.409	8.217	معنوي
2	الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة	درجة	28.750	2.816	37.000	0.926	6.677	معنوي

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة $0.05 = 2.364$

في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث يبين الجدول (6) الفروق في القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية للضغوط النفسية ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وباستخدام اختبار (ت) للعينات المترابطة لاستخراج الفروق ظهرت القيمة المحسوبة (8.217) (6.677) على التوالي وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.364) عند درجة حرية (7) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على معنوية الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لسمة التعصب ودقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة وهذا يشير الى تعديل مستوى سمة التعصب للمجموعة التجريبية ويفسره الباحث الى ان انتظام العينة على التدريب المستمر خلال فترة البرنامج الارشادي وتهيئة الظروف المناسبة للتدريب مما يشير الى فاعلية البرنامج الارشادي في التحكم بسمة التعصب وتعديلها للاعبين الكرة الطائرة لكونها تعتمد الاساليب العلمية والواقعية في التفاعل مع اللاعبين وتوظيف ما لديهم من امكانيات بشكل ملائم نحو هدف البرنامج الارشادي القائم على اساس الاستراتيجية السلوكية الصحيحة وهذا ما اكده (ابراهيم عبد الستار) اسلوب نفسي يحاول يعدل السلوك والتحكم في الاضطرابات النفسية من خلال تعديل اسلوب تفكير المسترشد وادراكاته لنفسه وبيئته "

(ابراهيم عبد الستار ، وآخرون ، 1993 ، ص342)

وهذا بالتالي انعكس على دقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة لان اللاعب عندما يكون في وضع نفسي جيد سوف يوفر له وضع جيد في اداء الجانب المهاري والخططي وهذا ما اكده (محمود عبد الفتاح) " ان الممارسة العقلية كاستراتيجية معرفية اكثر فاعلية من عدم الممارسة ويجب استخدامها بطرق مكتملة مع الممارسة البدنية لإعطاء نتائج افضل "

(ص243)

3-3 عرض نتائج الفروق في المتغيرات قيد الدراسة للاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية وتحليلها ومناقشتها

الجدول (7)

يبين الفروق بين الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية في المتغيرات قيد الدراسة

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t	الدلالة
			س	ع	س	ع		
1	سمة التعصب	درجة	64.375	6.232	46.250	6.409	5.735	معنوي
2	الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة	درجة	34.375	2.973	37.000	0.926	2.384	معنوي

قيمة (t) الجدولية عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة $0.05 = 2.145$

في ضوء البيانات المستخرجة لأفراد عينة البحث يبين الجدول (7) الفروق في الاختبار البعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لسمة التعصب ودقة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة وباستخدام اختبار (ت) للعينات المستقلة لاستخراج الفروق ظهرت القيمة المحسوبة (5.735) (2.384) على التوالي وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.145) عند درجة حرية (14) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على معنوية الفروق في الاختبار البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وصالح المجموعة التجريبية لسمة التعصب ودقة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة . مما سبق نستطيع القول بفاعلية البرنامج الإرشادي في التحكم بتعديل سمة التعصب للاعبين الكرة الطائرة إذ أن هناك فروق ذات دلالة معنوية للمجموعة التجريبية بعد تطبيق البرامج الإرشادي ويعزو الباحث سبب تفوق المجموعة التجريبية الى عدة أسباب منها ان المهارات الفنية والأساليب المستخدمة في إطار الاستراتيجيات السلوكية تقوم على إعادة البنية المعرفية وتقوم على افتراض أن سمة التعصب إنما هي نتيجة لأنماط التفكير غير التكييفي وقد تم التوصل في البرنامج الإرشادي المستخدم الى إعادة بناء هذه الجوانب المعرفية المتصلة بعدم التكيف وكذلك استخدام مهارة إيقاف التفكير السلبي في البرنامج الارشادي الاثر الكبير في تغيير المعتقدات الخاطئة التي يواجهها اللاعبون وكذلك بان الكثير من الاستجابات الوجدانية السلوكية والاضطرابات النفسية ومن ابرزها سمة التعصب .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات :

- 1- ان الفنيات والاستراتيجيات المستخدمة في البرنامج الارشادي لها أثر فعال في تعديل او تخفيف سمة التعصب لدى لاعبو الكرة الطائرة .
 - 2- وجد الباحث ان هناك تفاعلا واضحا عند لاعبو الكرة الطائرة مع البرنامج الارشادي كونها ظاهرة علمية جديدة
 - 3- حاجة لاعبي الكرة الطائرة الى الارشاد النفسي والبرامج الارشادية لمساعدتهم في التحكم بسمة التعصب لهم والتخفيف منها .
 - 4- التدريب المتواصل والتكرار المستمر وتعديل سمة التعصب ساعد في تطوير دقة الضرب الساحق القطري بالكرة الطائرة .
 - 4-2 التوصيات :
 - 1- الاستفادة من البرنامج الارشادي للبحث الحالي لإجراء دراسات مماثلة على لاعبي في فعاليات رياضية اخرى
 - 2- تفعيل دور الارشاد النفسي في كل الاندية الرياضية بجوانبه الوقائية والعلاجية .
 - 3- ضرورة الاعتماد على استخدام الوسائل التدريبية المساعدة التي تسهم في تطوير دقة الضرب الساحق بالكرة الطائرة .
- المصادر
- ابراهيم عبد الستار ، واخرون : موجتان من التطور لحركة العلاج السلوكي ، مجلة علم النفس ، السنة السابعة ، القاهرة ، 1993.
 - بشير صالح الرشدي ، راشد علي السهيل : مقدمة في الارشاد النفسي ، ط1 ، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر ، 2000.
 - حامد عبد السلام زهران : التوعية والارشاد النفسي ، ط2 ، القاهرة ، عالم الكتب للطباعة والنشر ، 1981
 - سهام درويش او عطية : مبادئ الارشاد النفسي ، دار الفكر العربي والنشر والتوزيع ، 1997.
 - عبد الله معتز ، سمة التعصب وعلاقتها بكل من نمط السلوك (أ) ومركز التحكم ، دراسات نفسية ، رابطة الأخصائيين النفسية المصرية ، المجلد (8) ، العدد (2)، 1998.
 - محمد صبحي حسانين ، حمدي عبد المنعم : الأسس العلمية للكرة الطائرة : طرق القياس ، ط1 ، مصر ، مركز الكتاب للنشر ، 1997.
 - محمد علي احمد القط : فسيولوجيا الرياضة وتدريب السباحة ، المركز العربي للنشر ، ج2، القاهرة 2002 .
 - محمود عبد الفتاح عثمان : سيكولوجية التربية البدنية والرياضية ، ط1 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1995.

ملحق (1)

أسماء السادة الخبراء والمختصين في مجال الكرة الطائرة الذين تم اختبار الضرب الساحق

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1-	د. حازم موسى عبد حسون	استاذ	الكرة الطائرة	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2-	د. احمد عبد الأمير شبر	استاذ	الكرة الطائرة	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3-	د. اسعد عدنان عزيز	استاذ	الكرة الطائرة	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	د. علي مهدي هادي	استاذ	الكرة الطائرة	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5-	د. أوراس نعمه حسن	استاذ مساعد	الكرة الطائرة	جامعة المثنى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6-	د. علاء كاظم عرموط	استاذ مساعد	الكرة الطائرة	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (2)

أسماء السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الذين تم عرض مقياس سمة التعصب عليهم

ت	اسم الخبير	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1-	د. علي صكر	استاذ	علم النفس	جامعة القادسية - كلية التربية
2-	د. حيدر ناجي حبش	استاذ	علم النفس	جامعة الكوفة - كلية التربية للبنات
3-	د. علي حسين هاشم	استاذ	علم النفس	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
4-	د. رأفت عبد الهادي	استاذ مساعد	علم النفس	جامعة القادسية - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5-	د. أوراس نعمه حسن	استاذ مساعد	علم النفس - الكرة الطائرة	جامعة المثنى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
6-	د. محمد عبد الرضا	استاذ مساعد	علم النفس	جامعة كربلاء - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (3) استبيان

عزيزي اللاعب :

بين يديك مجموعة من الفقرات ، أرجو قراءة كل فقرة وتحديد الإجابة المناسبة وفق البدائل التالية تنطبق بدرجة كبيرة جداً، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة قليلة، لا تنطبق) وذلك بوضع إشارة (√) داخل الاختيار المناسب. يؤكد لك الباحث بأن المعلومات التي سيحصل عليها لأغراض البحث العلمي وان الهدف منها سيتحقق بقدر تعاونك في إعطاء الإجابة الصادقة، التي تعبر عن مشاعرك الحقيقية. شاكراً لك تعاونك

ت	الفقرات	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق
1-	أشعر أنني أكره بعض الأشخاص أو (الأشياء) دون اعتبارات منطقية					
2-	أأخذ موقفاً سلبياً من بعض الأشخاص دون سبب محدد					
3-	أميل إلى بعض الموضوعات (أو الأشياء) دون مبررات منطقية					
4-	أعتبر نفسي شخصاً متسرعاً في تعبري عن رأيي					
5-	أؤيد من أحب بصرف النظر عن النتائج المترتبة على ذلك					
6-	كراهيتي لشخص ما (شيء معين) يجعلني أكره كل من لهم علاقة بهذا الشخص أو الشيء					
7-	أختلف مع أحد الأشخاص من حيث المبدأ يجعلني أأخذ منه موقفاً سلبياً					
8-	أسأير بعض الناس بالرغم من عدم قناعتهم بهم					
9-	من الصعب أن أكون محايداً عند مواجهة مشكلة خاصة بي					
10-	أنزعج حينما يوجه إلي البعض نقداً على خطأ ارتكبته					
11-	أشعر أنني شخص مشدود الأعصاب					
12-	أنتعصب عندما أذاع عن رأيي أنا مقتنع به					
13-	أميل إلى التعبير عن نفسي بطريقة انفعالية					
14-	لا أراغب الاستماع إلى وجهة نظر الآخرين					
15-	أحابي بعض الأشخاص على حساب البعض الآخر					
16-	أجد نفسي متعاطفاً لشخص أو مجموعة دون أن أعطي سبب محدد					
17-	أسيطر على عواطفني عند مواجهة أي مشكلة					
18-	يرى الكثيرون أنني شخص متحيز					
19-	ليس لدي استعداد لسماع الرأي المعارض لرأيي					
20-	مبولي الشخصية تتغلب على تصرفاتي					