

علاقة بعض المهارات النفسية بالشخصية القيادية عند لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة القدم

م.د علي حسين هاشم الزامل

م. حازم علي غازي

م . خالد اسود لاخي

ملخص البحث

إن الأداء الرياضي المتفوق يتحقق عادة على يد رياضيين يمتازون بسمات شخصية متميزة من أجل الوصول إلى الانجازات الرياضية في مختلف الفعاليات، وإن القيادة سمه مهمة من سمات الشخصية التي من الواجب توفرها لدى الرياضيين الذين تتاط بهم مهام قيادية في الفرق التي يمثلونها . و كرة القدم واحدة من الفعاليات التي تتفرد بطابع تنافسي متميز ومن خلال لقاء الباحثون لعدد من لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة القدم فقد ظهر هناك ضعف واضح في الجوانب القيادية التي تؤثر على أداء اللاعبين و مدى تأثيرها على سير المباراة لذلك ارتئ الباحثون معرفة هل لبعض المهارات النفسية علاقة في تكوين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم و أهداف البحث التعرف على بعض المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، القدرة على مواجهة القلق لدى لاعبي كرة القدم. و الكشف عن العلاقة بين المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، القدرة على مواجهة القلق (و بين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم . (ومعرفة مستوى الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم. أما فرض البحث هنالك علاقة ارتباط معنوية بين بعض المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، القدرة على مواجهة القلق (و بين تكوين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم واستخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لملائمة لطبيعة مشكلة أما عينة البحث هم لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة القدم

من خلال النتائج التي توصل إليها البحث فقد استنتج الباحثون مايلي :

- 1 تتأثر الشخصية القيادية تأثيرا كبيرا بالاسترخاء و ظهر ذلك واضحا خلال النتائج التي توصل إليها البحث .
- 2 تتأثر الشخصية القيادية تأثيرا كبيرا بالقلق و ظهر ذلك واضحا من خلال نتائج البحث.

م.د علي حسين هاشم الزامل ، م.حازم علي غازي ، م . خالد اسود لاخي/ جامعة القادسية /كلية التربية الرياضية

Abstract

Related to some psychological skills, personality of the leadership
at the University of players Qadisiya Football

Dr. ali al- zamlie

hazim kaze

Khalid aswad

That superior athletic performance is usually achieved by athletes are characterized by personal characteristics

Excellent for access to the achievements in various sports events, and

Leadership is an important feature of the personality traits that should be available with athletes

Who are entrusted with tasks of leadership in the teams they represent. And football and one of the Events that are unique and distinct competitive nature during a meeting of a number of researchers.

University of players Qadisiya football there has emerged a clear weakness in the aspects

Leadership affect the performance of players and their impact on the game so

Arti researchers to know whether some of the psychological skills in the composition of personal relationship

Leadership in the football players and objectives of the research to identify some of the skill

Mental (the ability to focus attention, the ability to relax, the ability to

The face of concern to the football players. And reveal the relationship between psychological skills

(The ability to focus attention, the ability to relax, the ability to cope with anxiety

) And a leading figure among the football players.) And the level of personal

Leadership in the football players. The imposition of search there is a correlation between moral

Some psychological skills (the ability to focus attention, the ability to relax,

Ability to cope with anxiety) and between the composition of personal leadership in the football players

Foot and the researchers used a descriptive approach in a manner appropriate to the surveys

The nature of the problem of either the research sample are the players Qadisiyah University football.

Through the findings of the research, the researchers concluded the following:

Affected by a personal leadership has been greatly affected relaxed and it showed in the results reached by the search.

2 affected a significant impact of personal leadership is concerned and it showed through the search results.

إن تطور التربية الرياضية في أي بلد يعتمد أولاً و أخيراً على التخطيط العلمي الذي يستخدم العلوم و المعارف بوعي كامل لإرساء مقومات البناء الرياضي و تقدمه على أسس قوية و صلبة . ومن أهم هذه العلوم الأساسية (علم النفس الرياضي . يحاول علم النفس الرياضي أن يدرس بصورة علمية سلوك و خبرة الفرد و عملياته العقلية المرتبطة بالنشاط الرياضي على مختلف مجالاتها ومستوياتها و ممارستها ، ومحاولة الوصف و التفسير و التنبؤ بها للإفادة من المعارف و المعلومات المكتسبة في التطبيق العلمي ، وتعد الشخصية و حدة الحياة العقلية و النفسية و هي أساس دراسة علم النفس و لذا اهتم علماء النفس بدراساتها و تحليلها بجانب الاهتمام بدراسة الصفات المميزة لكل فرد ، والتي تجعل منه وحدة فريدة في ذاتها و مختلفة عن غيرها .

إن الأداء الرياضي المتفوق يتحقق عادة على يد رياضيين يمتازون بسمات شخصية متميزة من اجل الوصول إلى الانجازات الرياضية في مختلف الفعاليات، وان القيادة سمه مهمة من سمات الشخصية التي من الواجب توفرها لدى الرياضيين الذين تناط بهم مهام قيادية في الفرق التي يمثلونها وكرة القدم واحدة من الفعاليات التي تنفرد بطابع تنافسي متميز ، قد لا نجده في الألعاب الأخرى ، ولا شك إن موضوع القيادة في كرة القدم من المواضيع التي تستحق أن تحظى بالاهتمام و الدراسة لما لها من أهمية كبيرة في تحقيق التفوق في هذه الفعالية و للقائد الجيد دور كبير في تماسك الفريق و التفافه حوله، و لا بد للمدرب الجيد في هذه الحالة أن يعمل على بناء القائد الذي يستطيع بإرادته الحكيمة أن يؤثر في سلوك اللاعبين، و يمكن خلق قيادات فرعية من الفريق محققاً بذلك أكثر من هدف واحد إضافة إلى تماسك الفريق .

لذا فان الجهود تبذل من قبل المختصين في مجال كرة القدم لاستخدام الاسسس العلمية لتطوير هذه الفعاليات في

الجوانب كافة) البدنية ، والفنية ، والنفسية . (واستكمالاً لهذه الجهود ولأهمية الناحية النفسية في إعداد لاعب كرة القدم ، فإن الباحثون يسعون لمعرفة العلاقة بين بعض المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء، القدرة على المواجهة القلق (و بين تكوين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم .

1-2 مشكلة البحث :-

إن كثير من فرق كرة القدم التي على الرغم من إعدادها بدنياً و فنياً بصورة جيدة ، إلا إنها عندما تواجه ظروف المنافسة العالية، واحتدام الصراع بين اللاعبين قد يتحول بسببها الفريق إلى مجموعة غير متجانسة ، و قد تظهر ألعاب غير منتظمة ، ومن خلال لقاء الباحثون لعدد من لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة القدم فقد ظهر هناك ضعف واضح في الجوانب القيادية التي تؤثر على أداء اللاعبين و مدى تأثيرها على سير المباراة لذلك ارتئ الباحثون معرفة هل لبعض المهارات النفسية علاقة في تكوين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم.

1-3 أهداف البحث :-

1- التعرف على بعض المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه ، القدرة على الاسترخاء ، القدرة على

مواجهة القلق لدى لاعبي كرة القدم.

2- الكشف عن العلاقة بين المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه ، القدرة على الاسترخاء ، القدرة على

مواجهة القلق (و بين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم .)

3- معرفة مستوى الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم

1-4 فروض البحث :-

يفترض الباحثون مايلي :

1- هنالك علاقة ارتباط معنوية بين بعض المهارات النفسية (القدرة على تركيز الانتباه، القدرة على الاسترخاء،

القدرة على مواجهة القلق (و بين تكوين الشخصية القيادية لدى لاعبي كرة القدم.

1-5 مجالات البحث:-

1-5-1 المجال البشري :- لاعبو منتخب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية بكرة القدم للعام الدراسي

2010 - 2011

1-5-2 المجال المكاني:- ملعب كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية لكرة القدم

1-5-3 المجال الزمني :- الفترة الواقعة بين 2010 /10/19 ولغاية 2010/12/ 20

2- الدراسات النظرية :-

2-1 المهارات النفسية :-

”المهارات النفسية مهارات تحتاج إلى التدريب عليها و تسير جنباً إلى جنب مع تدريب القدرات البدنية و المهارات الرياضية ، لذلك يعتقد الباحثون إن بعض اللاعبين يمتلكون قدرات و مهارات نفسية تساعد على مواجهة الضغوط ، وتركيز الانتباه ، و وضع أهداف تستثير التحدي و لكن بصورة واقعية ، و التصور العقلي لأداء مهاراتهم في المنافسة بدقة¹ .و يعتقد الباحثون إن من الناحية المثالية أن يتولى المتخصص النفسي الرياضي تطبيق برنامج تدريب المهارات النفسية بنفسه، و إذا تعذر ذلك يمكن أن يقوم بهذه المهمة المدرب الرياضي مع مراعاة أن يؤهل نفسه في هذا المجال. و تقسم المهارات النفسية إلى:²

1- القدرة على الاسترخاء 2- القدرة على مواجهه القلق 3- القدرة على تركيز الانتباه.

4- الثقة بالنفس. 5- دافعية الانجاز الرياضي. 6- القدرة على التصور.

2-2 الاسترخاء³ :-

ن المعنى العام للاسترخاء يعني توقف الإنسان عن بذل أي مجهود أو القيام بعمل أي شئ مستخدماً عضلاته، لذلك يرى الباحثون إن الكثير من الناس ربما يجدون صعوبة في عمل ذلك، لأنها مهارة يحتاج الشخص إلى

1- أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين وأولياء الأمور ، دار الفكر العربي ، ص30

2- محمد حسن علاوي: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 ، ص 543

1- أسامة كامل راتب: النشاط البدني والاسترخاء مدخل لمواجهة الضغوط وتحسين نوعية الحياة، القاهرة، دار الفكر العربي، 2004، ص123

تعلمها و التدريب عليها حتى يفهمها. المفهوم و الأهمية :-

يعني الاسترخاء Relaxation انسحاب الشخص مؤقتا و متعمدا من النشاط بما يسمح له الإعادة و الاستفادة الكاملة من الطاقات الكامنة سواء البدنية أو العقلية أو الانفعالية . فكأن الاسترخاء لا يعني التوقف الكامل لكل الانقباضات و التقلصات المصاحبة للتوتر العضلي فحسب، ولكن يتضمن حالة من الصفاء الذهني و غياب الأفكار السلبية فضلا عن الشعور بالسعادة . قدم سويني Sweeney 1987 مفهوما عاما للاسترخاء بأنه ((حالة أو استجابة مدركة ايجابية يشعر فيها الشخص بالتخلص من التوتر أو الإجهاد))

2-3 القلق :-

”يعني القلق Anxiety الشعور الدائم بالخوف والتوتر وقد يبدو أحيانا عرضا طبيعيا كالقلق الذي يعانيه الطلبة قبل الامتحانات و لكن أحيانا يشتد القلق و يؤثر على نشاط الفرد، ولا يعرف له سبب مباشر، وهنا يحتاج مثل هذا العرض للعلاج الطبيعي ،وما يصاحب القلق أعراض نسبية في الجهاز العصبي اللاإرادي من جفاف الحلق وسرعة دقات القلب، والعرق البارد ،وارتعاش الأطراف، واختناق في الرقبة... الخ ، ويظهر هذا العرض خصوصا في مرض القلق النفسي ، ولكنه يصاحب معظم الأمراض النفسية و العقلية و الجسمية. ”والقلق في المجال الرياضي سلاحا ذا حدين . فقد يكون القلق ميسرا و قد يكون معوقا . ففي الحالة الأولى يلعب القلق دور المحفز الذي يجعل الرياضي يتعرف على مصدر القلق و يهيئ نفسه بدنيا و نفسيا للتغلب عليه . و في الحالة الثانية يعمل القلق على إعاقة العمل من خلال تأثيره السلبي على نفسية الرياضي¹

2-4 تركيز الانتباه :-

”تعد هذه الصفة من أهم مظاهر الانتباه إذ يلعب دورا مهما في الوصول إلى المستويات العليا في الأداء الحركي لما له من تأثير على المسار الحركي عند أداء مهارة معينة و بالتالي فان عدم و جوده يؤدي إلى عدم الدقة و

² - أسامة كامل راتب :النشاط البدني و الاسترخاء) مدخل لمواجهة الضغوط و تحسين نوعية الحياة ، دار الفكر العربي .، 2004 ، ص81

الإتقان فضلا عن عدم الوضوح للجوانب الفنية لإجراء هذه المهارة أو الأداء الحركي.“و يعرف تركيز الانتباه على انه “القدرة على تثبيت الانتباه على مثير مختار لفترة من الزمن فعندما يكون مثير معين في بؤرة الانتباه مما يعني إن انتباه الفرد مركزا عليها خلال لحظة معينة.¹” و التركيز كما عرفه وجيه محجوب “هو تجميع الأفكار و هو جوهره التفكير لخدمة الواجب الحركي حيث إن مدته قصيرة لأنه يقطع التفكير و الانتباه عن المحيط الخارجي لأداء أدق التفاصيل ² . فالتركيز يظهر في الحركات الصعبة و الدقيقة لاسيما إن عملية التركيز تكون مدتها قصيرة جدا و لا يحدث التركيز إلا إذا كان الإدراك جيدا أي إدراك المؤثرات الخارجية للاستجابة إليها و إن مستوى التركيز الجيد يعطي فهم للمنبه الخارجي لتحقيق الهدف المطلوب، و يختلف التركيز من لعبة إلى أخرى فبعض الألعاب يلعب التركيز فيها دورا بارزا و أخرى يقل فهو نسبي ،و يختلف مستوى التركيز بين اللاعبين فالبعض لديه قدرة كبيرة على التركيز و البعض الآخر يكون عرضه للاضطراب إذ تتطلب شدة التركيز كما هائلا من الطاقة النفسية و التي تسبب الشعور بالتعب و تقل اليقظة أي التركيز الانتباه يواجهه جهد عقلي عنيف قد يسبب فقدان التركيز كليا .و هذا يدل على أن التركيز يجب أن يكون تاما و بصورة كلية لأجل الوصول لحالة الترابط الذهني و البدني حتى تتدفق باتجاه واحد جميع الطاقات البدنية و الذهنية .فان تركيز الانتباه في المجال الرياضي يعني تكنيك سريع يمكن الحصول عليه من خلال السيطرة الآتية على الشد والشرود الذهني التي تبعد الفريق عن التركيز بصورة جيدة.

2-5 مفهوم الشخصية³ :-

إن كلمة الشخص مشتقة من الفعل (شخص) و شخص الشيء يعني :بان و ظهر بعد أن كان غائبا .و على هذا

¹ - نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، جامعة الموصل ،دار الكتب للطباعة ،2000،ص

² - وجيه محجوب : علم الحركة والتعلم الحركي، بغداد ،بيت الحكمة ،1989،ص27

¹ - نزار الطالب وكامل لويس: علم النفس الرياضي، جامعة الموصل ،دار الكتب للطباعة ،2000،ص74

الأساس فان المقصود بالشخصية لغويا هو كل الصفات الظاهرة الخاصة بالفرد و التي كان بعضها خافيا أو داخليا ثم ظهر و كانت بمجموعها تميزه عن غيره من الناس.لقد اختلف العلماء في تعريفهم للشخصية ، فمنهم من يعرفها على أساس المظهر السلوك الخارجي ، ومنهم من يعرفها على أساس المكونات الداخلية و منهم من يؤكد على النظرة الاجتماعية للشخصية .لذا نجد تعار يف متعددة للشخصية منها ما يأتي :-

1- الشخصية هي سلوك المميز للفرد.

2- الشخصية هي النظام المتكامل من الصفات التي تميز الفرد عن غيره

2- 6 مفهوم القيادة الرياضية¹ :-

يعتبر مفهوم القيادة (leadership) من المفاهيم المركبة التي تتضمن العديد من المتغيرات المتداخلة و التي تؤثر كل منها في الأخرى و تتأثر بها وقد أشار (فيدلر - (1967) Fiedler و الذي يعتبر من ابرز الباحثين في مجال القيادة إلى إن هنالك أكثر من عشرين تعريفا لمصطلح القيادة .و كل من هذه التعاريف يعكس و جهة نظر صاحبه بالنسبة للجوانب التي يعتقد إنها أساسية و هامة.كما أشار (ستجلد - (1974) Stogail الذي يعتبر من الرواد في مجال الأبحاث العلمية في القيادة -إلى إن هنالك ثلاثة شروط على الأقل تعتبر أساسية و ضرورية لوجود القيادة وهي

1- وجود جماعة (من شخصين أو أكثر) مرتبطة بعضهم البعض الآخر

2- وجود مهمة عامة مشتركة بينهما.

²- محمد حسن علاوي :سيكولوجية القيادة الرياضية ،مركز الكتاب للنشر ،ط2، القاهرة، 2005،ص15

3- وجود اختلاف أو تمايز في المسؤوليات الملقاة على عاتق الفرد من أفراد الجماعة. و في رأى ريتشاد كوكس (1994) إن هذه الشروط السابقة تكاد تتوافر في التعريف الذي قدمه همفل كونس (1957) لمفهوم القيادة و الذي ينص على إن القيادة هي : (سلوك الفرد عند قيامه بتوجيه أنشطة جماعة من الأفراد تجاه هدف مشترك بينهم) ومن ناحية أخرى يعرف محمد علاوي (1992) ، (1997) القيادة بأنها ((العملية التي يقوم بها فرد من أفراد جماعة منظمة بتوجيه سلوك أفرادها لدفعهم برغبة صادقة نحو تحقيق هدف مشترك بينهم. و يرى الباحثون انه إذا حاولنا أن نطبق التعريف السابق للقيادة في المجال الرياضي فعندئذ يمكن تعريف ((لقيادة الرياضية ((sport leadership بأنها)) العملية التي يقوم بها فرد من أفراد جماعة رياضية منظمة بتوجيه سلوك الأفراد الرياضيين أو الأعضاء المنضمين للجماعة الرياضية من اجل دفعهم برغبة صادقة نحو تحقيق هدف مشترك

3- منهج البحث و إجراءاته الميدانية :-

3-1 منهج البحث :-

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية لملائمة لطبيعة مشكلة البحث "فالمنهج الوصفي يتلاءم بدرجة كبيرة لمواجهة المشاكل بشكل واسع، و انه غالبا ما يستعمل كأجراء بحثي أولي من اجل فتح مجالات جديدة للدراسة"¹

2-3 مجتمع وعينة البحث :-

قام الباحثون باختيار مجتمع بحثهم وهم لاعبي منتخب جامعة القادسية بكرة القدم - البالغ عددهم (25) لاعبا إذ اختار الباحثون عينه بحثهم بالطريقة العشوائية البسيطة (القرعة) (و بلغ عددهم (17) لاعبا و بنسبة مئوية (68%) .

3-3 الأدوات المستخدمة في البحث :-

استخدم الباحثون الوسائل التي يمكن إن يحصل عليها من خلال البيانات و المعلومات المطلوبة لحل المشكلة و تحقيق أهداف بحثهم لأنها "الوسيلة التي يستطيع الباحثون حل مشكلة بحثهم مهما كانت و تلك الأدوات ، أهداف بيانات ، عينات ، أجهزة"²

و لهذا استعان الباحثون ب :-

- المراجع و المصادر العربية - حاسبة يدوية نوع canon - استمارات استبيان

3-4 الاختبارات و القياسات المستخدمة في البحث :-

-استمارات استطلاع الخبراء حول ترشيحهم المهارات النفسية المؤثرة في تكوين الشخصية القيادية*

¹ - إبراهيم احمد سلامة: منهاج البحث في التربية البدنية ، القاهرة، دار المعارف، 1980، 492

² - وجيه محجوب : طرائق البحث العلمي ومناهجه ، بغداد ،دار الحكمة 1993، ص19

اختبارات القدرة على الاسترخاء

اختبارات القدرة على مواجهة القلق

اختبارات القدرة على تركيز الانتباه

*انظر الملحق (1)

3-5 التجربة الاستطلاعية :-

قام الباحثون بإجراء التجربة الاستطلاعية يوم 1 / 11 / 2010 في تمام الساعة العاشرة صباحا لغرض الوقوف على السلبيات التي يمكن أن تواجه الباحثون أثناء تطبيق التجربة الرئيسية و ذلك لمعرفة الوقت المستغرق لملي الاستمارات و الحصول على ثبات الاستمارة . حيث تم عمل تجربة على (4) طلاب من كلية التربية الرياضية - جامعة القادسية وهم ليس من عينة البحث الأصلية.

3-6 المعاملات العلمية :-

3-6-1 صدق الاختبارات :-

”ويعني الصدق هو الاختبار الذي يقيس ما وضع الاختبار من اجل قياسه و من المهم أن يكون الاختبار صادقاً لأننا نريد أن نقيس ظاهرة معينة و ليس ظاهرة أخرى غيرها¹“ هنالك عدة طرق لقياس الصدق للاختبارات منها صدق المحتوى و هو عملية عرض استمارات الاستبيان على مجموعة من الخبراء و المختصين في المجال الذي يقيسه الاختبار ، ويمكن الاعتماد على آرائهم لإيجاد صدق الاختبار ، وهي الطريقة التي استخدمها الباحثان لإيجاد صدق الاختبارات المستخدمة حيث تم عرض استمارات الاختبارات على الخبراء و المختصين و قد تم ترشيحها من قبلهم و حصولها على نسبة موافقة 100%.

3-6-2 ثبات الاختبارات :-

يقصد بثبات الاختبارات ”هو أن يعطي الاختبار نفس النتائج إذا ما أعيد على نفس الأفراد في نفس الظروف²“ لقد قام الباحثون بإجراء اختبارات على عينة البحث قوامها (5) لاعبين من المجتمع الأصلي للبحث 1/12/2010 وتم إعادة الاختبار عليهم بعد مرور (7) أيام و هذا ما أكده (الزوبعي و آخرون) حول الفترة الزمنية لإعادة الاختبار لأنها من أسبوع إلى أسبوعين حيث إنها مدة قياسية لإعادة الاختبار .³ و قد تم استخدام معامل الارتباط البسيط بيرسون لإيجاد معامل الثبات للاختبارات و كما مبين في الجدول (1)

**انظر ملحق (2)

3-6-3 موضوعية الاختبارات :-

تعني ”عدم تأثير الأحكام الذاتية من قبل المجرب أو أن تتأثر الموضوعية دون التحيز و التدخل الذاتي من قبل

¹ - ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي مفهومة وادواته وأساليبه ، دار الفكر العربي، القاهرة، 1988، ص82

² - نزار الطالب ومحمود السامرائي: مبادئ الإحصاء والاختبارات البدنية الرياضية، جامعة بغداد، 1981، 134

³ - عبد الجليل الزوبعي وآخرون:: الاختبارات و المقاييس النفسية، دار الكتب للطباعة و النشر ، جامعة الموصل ،م1981، ص439

المجرب فكلما زادت درجة الذاتية على أحكام الاختبار قلت الموضوعية و كلما تخلصت ذاتية الأحكام من التأثير زادت نتيجة الموضوعية ¹ . و لكي يتحقق الباحثون من إن الاختبار يتمتع بموضوعية عالية..

جدول (1)

يبين الأسس العلمية للاختبارات

الاختبارات	ثبات الاختبارات	موضوعية الاختبارات
القدرة على الاسترخاء	0.86	0.88
القدرة على مواجهة القلق	0.91	0.82
القدرة على تركيز الانتباه	0.85	0.87

7-3 التجربة الرئيسية :-

¹ - وجيه محجوب :طرق البحث العلمي ومناهجه ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1985م ، ص173

قام الباحثون بأجراء التجربة الرئيسية لعينة البحث خلال الفترة المحصورة بين

(2010/11/11 – 2010/11/19) حيث تم خلال هذه الفترة توزيع أستماترات الاستبيان الخاصة باختبار المهارات النفسية على عينة البحث (لاعبي منتخب جامعة القادسية) حيث تم ذلك خلال الأسبوع الأول ، ومن ثم قام الباحثون بتوزيع الاستماترات الخاصة باختبار الشخصية القيادية خلال الأسبوع الثاني على نفس عينة البحث و من ثم استخرج النتائج الخاصة بكل اختبار و ذلك و فقا للمفتاح الخاص بكل اختبار.

3-8 الوسائل الإحصائية :-

استخدم الباحث برنامج (spss) لمعالجة البيانات .

4- عرض النتائج و تحليلها و مناقشتها :-

1-4 عرض نتائج مهارة القدرة على الاسترخاء و الشخصية القيادية و تحليلها

جدول (2)

يبين معامل الارتباط بين مهارة القدرة على الاسترخاء و الشخصية القيادية

المتغيرات	معامل الارتباط	معنوية الارتباط
الشخصية القيادية و مهارة القدرة على الاسترخاء	0.934	معنوي

• تحت درجة حرية (16) و نسبة خطأ (0.05) و قيمة جدولية بلغت (0.475)

يبين لنا الجدول (2) معامل الارتباط بين الشخصية القيادية و مهارة القدرة على الاسترخاء و البالغ (0.934) و

هي قيمة معنوية مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (0.475).

المناقشة :

يبين لنا جدول (2) وجود ارتباط معنوي بين مهارة القدرة على الاسترخاء و الشخصية القيادية و يعزو الباحثون

ذلك إلى إن الشخصية القيادية يجب أن تتميز بالهدوء والاسترخاء "و كذلك يعتبر الاسترخاء و القدرة على التحكم

في الانفعالات ضرورة هامة للقائد الرياضي حتى يستطيع إشعاع الهدوء و الاستقرار في نفوس باقي زملائه و

حتى يستطيع أن يعطي تعليماته و نصائحه و قراراته لهم بصورة واضحة و نبرات هادئة و خاصة في المواقف

ذات الطابع الانفعالي العنيف و الضغوط النفسية العالية¹

2-4 عرض نتائج مهارة القدرة على تركيز الانتباه و الشخصية القيادية و تحليلها

1- محمد حسن علاوي: سيكولوجية القيادة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، الطبعة الثانية، 2005م ص42

جدول (3)

يبين معامل الارتباط بين مهارة القدرة على تركيز الانتباه والشخصية القيادية

المتغيرات	معامل الارتباط	معنوية الارتباط
الشخصية القيادية و مهارة القدرة على تركيزا لانتباه	0.922	معنوي

• تحت درجة حرية (16) و نسبة خطأ (0.05) و قيمة جدولية بلغت (0.475)

يبين لنا جدول (3) إن هنالك نسبة ارتباط بين الشخصية القيادية و مهارة القدرة على تركيز الانتباه حيث بلغت

(0.922) وهي قيمة معنوية مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (0.475)

المناقشة :-

يبين لنا الجدول (3) وجود ارتباط معنوي بين مهارة القدرة على تركيز الانتباه و الشخصية القيادية و يعزو الباحثون سبب ذلك إلى إن الشخصية القيادية يجب أن تتميز بالقدرة على التركيز و الاستقرار الذهني، "كذلك فإن القائد الرياضي قد يصادف العديد من المواقف العصبية و التي تتطلب منه التركيز و ضبط النفس و كبح جماحها و السيطرة على سرعة انفعالاته، إذ إن سرعة الانفعال و الغضب و النفرة و العصبية و سرعة التقلب و الحدة من العوامل التي تسهم في الأضرار البالغ بالعمل التربوي الرياضي للقائد الرياضي و تساعد على التأثير السلبي لنفذه و تأثيره"¹

3-4 عرض نتائج القدرة على مواجهة القلق و الشخصية القيادية و تحليلها

¹ - محمد حسن علاوي: سيكولوجية القيادة الرياضية، المصدر السابق ذكره ، 2005م. ص42

جدول (4)

يبين معامل الارتباط بين مهارة القدرة على مواجهة القلق و الشخصية القيادية

المتغيرات	معامل الارتباط	معنوية الارتباط
الشخصية القيادية ومهارة القدرة على مواجهة القلق	0.820	معنوي

• تحت درجة حرية (16) و نسبة خطأ (0.05) و قيمة جدولية بلغت (0.475)

يبين لنا جدول (4) إن هنالك نسبة ارتباط بين الشخصية القيادية و مهارة القدرة على مواجهة القلق حيث بلغت

(0.820) و هي قيمة معنوية مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (0.475)

المناقشة :

يبين لنا جدول (4) وجود ارتباط معنوي بين مهارة القدرة على مواجهة القلق و الشخصية القيادية و يعزو الباحثون سبب ذلك إلى إن الشخصية القيادية يجب أن تتميز بالقدرة على الهدوء و القدرة على مواجهة القلق و السيطرة على الانفعالات النفسية، "حيث إن الانفعالات النفسية كما يقولون (أي ينتقل أثرها بسرعة . فظهور انفعالات الخوف و القلق و التوتر و الاستثارة على القائد الرياضي سوف ينتقل أثرها بصورة فورية إلى باقي أعضاء الفريق ، و بالتالي يصبح القائد مسؤولاً بصورة مباشرة عن عدم تحكم باقي أعضاء الفريق في انفعالاتهم¹

5- الاستنتاجات والتوصيات

1-5 الاستنتاجات

¹ - محمد حسن علاوي: سيكولوجية القيادة الرياضية، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الثانية، ص 42، 2005م.

من خلال النتائج التي توصل إليها البحث فقد استنتج الباحثون مايلي :

1- تتأثر الشخصية القيادية تأثرا كبيرا بالاسترخاء و ظهر ذلك واضحا من خلال النتائج التي توصل إليها البحث .

2- للشخصية القيادية تأثيرا مباشرا بالانتباه و هذا ما توصلت إليه الدراسة .

3- تتأثر الشخصية القيادية تأثيرا كبيرا بالقلق و ظهر ذلك واضحا من خلال نتائج البحث .

2-5 التوصيات

يوصي الباحثون ما يلي :

1- إجراء البحوث على مهارات أخرى و لفعاليات أخرى في الألعاب الرياضية .

2- أن يكون هنالك اختبارات خاصة لاختبار الشخص القيادي في الفريق الرياضي .

3- أن يكون هنالك شخص متخصص مسؤول في تدريب المهارات النفسية لجميع اللاعبين .

4- ضرورة أن يكون هناك متخصص في علم النفس الرياضي برفقة الوفود الرياضية .

المصادر

1- أسامة كامل راتب : الإعداد النفسي للناشئين (دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين والإداريين وأولياء الأمور)

دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2000

2- أسامة كامل راتب : النشاط البدني و الاسترخاء (مدخل لمواجهة الضغوط و تحسين نوعية الحياة)، جامعة حلوان ، دار الفكر العربي ، 2004

3- أسامة كامل راتب : تدريب المهارات النفسية ، تطبيق في المجال الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي 2000

4- أبو العلا احمد : رافرون ، انتقاء الموهوبين في المجال الرياضي بالقاهرة ، علم الكتب ، 1986

5- إبراهيم احمد سلامة : مناهج البحث في التربية البدنية، القاهرة، دار المعارف، 1980

6- ذوقان عبيدان وآخرون: البحث العلمي ومفهومة وادواته واساليبه ، دارالفكر العربي ، القاهرة ، 1988

7- عبد الجليل الزوبعي و آخرون : الاختبارات و المقاييس النفسية، دارالكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، 1981

8- محمد حسن علاوي : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة ، 1998

9- محمد حسن علاوي : سيكولوجية القيادة الرياضية ، مركز كتاب للنشر ، الطبعة الثانية ، 2005

10- نزار الطالب و محمود السامرائي : مبادئ الإحصاء و الاختبارات البدنية و الرياضية، جامعة بغداد، العراق، 1981

11- نزار طالب و كامل لويس : علم النفس الرياضي، دار الكتب للطباعة و النشر ، جامعة الموصل ، 2000

12- وجيه محجوب : طرق البحث العلمي و مناهجه، دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة الموصل ، 1985

13- وجيه محجوب : علم الحركة والتعلم الحركي ، (بغداد ، بيت الحكمة، 1989

ملحق (1)

استمارة استبيان لمعرفة الشخصية القيادية لدى لاعبين

1	عندما يتقدم الخصم بنتيجة المباراة فاني : أ - اشعر بالإحباط وعدم القدرة على الاستمرار. ب - اشعر إن بإمكان فريقتي تعديل النتيجة والفوز.
2	عندما لا أؤدي واجبي في المباراة فاني : أ اعترف بذلك أمام زملائي و مدربي. ب- أتهرب من ذلك و لا اعترف به.
3	عندما تقطع الكرة مني فاني : أ- أحاول استعادتها بكب جهد ب- اترك ذلك لأحد زملائي
4	عندما يكون الفريق في فندق فاني : أ- أفضل مشاركة غرفتي مع احد زملائي. ب- أفضل أن اسكن في غرفة منفردة
5	أرى إن على قائد الفريق أن : أ- يخبر اللاعبين عندما يكون أدائهم اقل من مستواهم ب- يترك ذلك المدرب لمدرّب الفريق
6	عندما أسجل هدفا أو أفسد بتسجيل هدف في مرمى فريق فاني : أ- أتجاوز الموقف بسرعة وأعود لحوال المباراة. ب- أفقد تركيزي ولا أستطيع العودة لحوال المباراة
7	اعتقد إن الاهتمام بأمور الآخرين : أ- أعباء جديدة قد تسبب مشاكل إضافية ب- من متطلبات وجود الفرد في المجتمع
8	في كثير من المنافسات الرياضية : أ- لا أتوقع الفوز على الفرق القوية ب- أتوقع الفوز وإن ذلك مستحيلا.
9	اشعر إنني : أ- امتلك من المهارات ما يؤهلني أن أواجه الخصم ب- مهاراتي ليست على مايرام.
10	من و اجبي أن : أ- لا اشترك في أي تكتل ضد المدرب ب- أجاري زملائي و أتكتل معهم
11	عندما أتعرض للإصابة فاني : أ- اشعر إن مستقبلي الرياضي قد انتهى. ب- اصبر و أصر على العودة بعد الشفاء

12	عندما يختارني المدرب لتنفيذ ضربات الترجيح فاني : أ- أفضل تنفيذ ضربة الترجيح الأولى. ب- لا أستطيع تنفيذ الضربة الأولى.
13	أجد إني : أ- غير مؤهل لتمثيل بلدي في المحافل الدولية ب- لدي قدرات تؤهلي لتمثيل بلدي في المحافل الدولية.
14	أحرص دائما أن أكون : أ- أول الحاضرين للتدريب و آخر المنصرفين ب- اقضي أعمالي الخاصة ثم احضر للتدريب
15	عندما يطلب مني المدرب أن أعطي رأيي فاني : أ- أعطي رأيي بصراحة بغض النظر عن ما يرضى الآخرون ب- أحاول أن لا أقول الصراحة لأنها تخرج الآخرين
16	عندما تكون الكرة بحوزتي قريبا من مرمى الخصم فاني أفضل : أ- التمرير لأحد زملائي في الموقع الأفضل. ب- أسدد على المرمى و لا امرر إلى زملائي
17	عندما يتحدث معي المدرب قبل المباراة فاني : أ- أكون منتبها و ذهني مركز. ب- أجد من الصعب علي جدا تركيز ذهني.
18	عند إهداري ضربة جزاء فاني : أ- اشعر بعدم قدرتي على مواصلة اللعب. ب- أسعى للتعويض من خلال بذل مجهود اكبر
19	غالبا ما : أ- أخشى من عدم التوفيق في المباراة. ب- اشعر إن التوفيق يأتي ببذل مجهود اكبر
20	إن سبب خسارة الفريق يعود إلى : أ- الحظ العاثر و سوء الطالع ب- عدم جدية اللاعبين و تدني مستواه
21	عندما اجلس على مصطبة الاحتياط فأني : أ- أكون دائما جاهزا للاشتراك في اللعب ب- اشعر بالإحباط و افقد الرغبة في اللعب.

22	غالبا ما : أ- ادعي الإصابة لأخذ قسطا من الراحة. ب- اشعر جاهزا لاشتراك في المباريات
23	اشعر إنني : أ- ليست لدي مواصفات قائد الفريق ب- لدي جميع مواصفات لقيدة الفريق.
24	أميل دائما إلى : أ- التحدث باسم اللاعبين مع المدرب و الإدارة ب- لا أنج نفسي بهكذا مشاكل
25	عندما يواجه زملائك مشكلة ما فانك : أ - تشعر بالرضا عندما يستشيرونك في حلها ب - تنزعج لأنهم يزوجونك في مشاكلهم
26	عندما يكون لدي وقت فراغ فانا أفضل : أ- اقضيه برفقة زملائي لاعبين ب- التجوال بمفردي يشعروني براحة اكبر
27	عندما يختارني المدرب رئيسا للفريق فاني : أ- أقوم بمسؤوليتي على أكمل وجه ب- اعتذر لعدم قدرتي على ذلك
28	عندما تكون المباراة حاسمة غدا فاني : أ- يعتريني القلق و كثرة التفكير و يصعب علي النوم. ب- أنام نوما هادئا و لا اشعر بالقلق
29	أنا شخص معروف عني إنني : أ- عنيد و لا استسلم أثناء المباراة ب- سريع الاستسلام عندما لا تكون الأمور على ما يرام
30	عندما يقدم احد زملائي مستوى رائع فان علي : أ- أن اثني عليه و ادفعه للتقديم المزيد ب- أتجاهل ذلك لأنه أفضل مني
31	عندما اظهر بمستوى جيد في المباريات اشعر : أ- إن ذلك نتيجة لجهود الفردية ب- إن ذلك نتيجة لمساعدة زملائي.

32	اعتقد إني : أ- لم أحقق بعد طموحاتي الرياضية. ب- حققت كل طموحاتي الرياضية.
33	اشعر إن علي : أ- مساعدة الإداريين و المدرب في توفير وسائل الراحة للفريق أثناء السفر. ب- الاهتمام بنفسي ج- آت توفير وسائل الراحة للاعبين ليسمن واجباتي
34	عندما يتم تتمين جهود زملائي فاني : أ- اشعر بغيرة و حقد كبير. ب- اعتبر إنهم استحقوا التتمين فعلا.
35	على اللاعب أن يؤمن إن : أ- النتائج الجيدة تأتي بالجد و المثابرة ب- الحظ هو الذي يجلب النتائج الجيدة
36	عندما اشعر إن هنالك لاعبين أفضل مني فاني : أ- احسدهم وأقارن بيني و بينهم أواندب حظي ب- اشعر بالسعادة لان فريقي يضم لاعبين رائعين
37	عندما يحدث أمامي موقف حزين و مؤثر فاني : أ- استطيع حبس دموعي وأسيطر على مشاعري. ب- تذرف الدموع و لا أسيطر على مشاعري
38	غالبا ما يكون : أ - مستوى أدائي في المنافسة أفضل من التدريب ب - مستوى أدائي في التدريب أفضل من المنافسة
39	أعتقد في : أ- عدم قدرتي على هزيمة المنافسين ب- استطيع هزيمة أي منافس
40	عندما اشترك في المباراة فاني : أ- لا أفكر في ضرورة تقديم مستوى جيد فيها ب- أفكر في ضرورة تقديم أفضل مستوى فيها.
41	اشعر إن : أ- لدي الحق في أن اغضب و أثور عندما يستبدلني المدرب قبل أن اثبت جدارتي

	ب- للمدرب الحق في استبدال أي لاعب و حسب ظروف اللعب.
42	غالباً ما اشعر : أ- بالخوف و القلق من احتمال التعرض للإصابة. ب- إن لياقتي جيدة والإصابة لا تخيفني
43	عندما ينضم لاعب شاب إلى الفريق فاني : أ- ابتعد عنه و لا أتعاون معه. ب- اخذ بيده و أساعده لإثبات جدارته.
44	عندما يهزم فريق في المباراة فاني : أ- استطيع إخفاء شعوري بالألم. ب- اشعر باليأس و اندب حظي العاثر.
45	عندما يتم اللجوء إلى ضربات الترجيح لحسم المباراة اعتقد إن : أ- إضاعة الضربة الأولى لفريقي يعني الخسارة لا محالة. ب- إضاعة الضربة الأولى لفريقي تعني بالإمكان أن يعوضها باقي اللاعبين
46	عندما يناقش المدرب أخطائي أمام زملائي اللاعبين فاني : أ- اشعر بالاهانة و انزعج من ذلك ب- أتعلم ذلك و أحاول تصحيح أخطائي.
47	اشعر إن : أ- علي بذل أقصى جهد لتحقيق الفوز على المنافسين. ب- علي عمل ما أكلف به فقط.

ملحق (2)

استمارة استطلاع رأي اللاعبين

فيما يلي بعض العبارات التي تصف سلوكك أو اتجاهك في المنافسة الرياضية

المطلوب قراءة كل عبارة بدقة تامة، ووضع دائرة حول أي رقم على يسار العبارة بحيث يدل على مدى انطباق هذه العبارة على حالتك.

العبارة	لا تنطبق عليك	تنطبق بدرجة قليلة جدا	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جدا
1- أستطيع أن أقوم بتصوير أي مهارة حركية في مخيلتي بصورة واضحة						
2- أعرف كيف أقوم بالاسترخاء في الأوقات الحساسة في المباراة						
3- أفكار كثيرة تدور في ذهني أثناء اشتراكي في المباراة و تتدخل في تركيز انتباهي						
4- أشعر غالبا باحتمال هزيمتي في المنافسة التي اشترك فيها						
5- اشترك في جميع المنافسة و أفكاري كلها تتضمن الثقة في نفسي						
6- أقبل اشتراكي في المنافسة أكون معد نفسي لبذل أقصى جهد						
7- أستطيع في مخيلتي تصور أدائي للحركات دون أن أقوم بأدائها فعلا						
8- عضلاتي تكون متوترة قبل اشتراكي في المنافسة						
9- يضايقني عدم قدرتي على تركيز انتباهي في الأوقات الحساسة من المباراة						
10- أخشى من عدم إجادة في اللعب أثناء المباراة						
11- عندما لا تكون نتيجة المباراة في صالحنا فإن ثقتي بنفسني تقل كلما قاربت المباراة على الانتهاء						
12- أفضل دائما الاشتراك في المباريات الحساسة والهامة						

13- يصعب علي أن أتصور في مخيلتي ما سوف أقوم من أداء حركي						
14- من السهولة بالنسبة لي قدرتي على استرخاء عضلاتي قبل اشتراكي في المنافسة						
15- مشكلتي هي فقدان القدرة على تركيز الانتباه في بعض الأوقات						
16- عندما اشترك في المنافسة فإنني اشعر بالمزيد من القلق						
17- طوال فترة المنافسة استطعت الاحتفاظ بدرجة عالية من ثقتي في نفسي						
18- استطعت دائما استثمار حماسي بنفسي أثناء المباراة						
19- أقوم دائما بعملية تصور لما سوف أقوم به من أداء في المنافسة التي سوف اشترك فيها						
20- من صفاتي الواضحة قدرتي على تهدئة استرخاء نفسي بسرعة قبل اشتراكي في منافسة رياضية						
21- الأحداث أو الضوضاء التي تحدث خارج الملعب تساعد على تشتيت انتباهي في اللعب						
22- ينتابني الانزعاج عندما ارتكب بعض الخطأ أثناء المنافسة						
23- أعاني من عدم الثقة في أداء بعض المهارات الحركية أثناء اشتراكي في المنافسة						
24- اشعر دائما بأنني أقوم ببذل أقصى جهدي طوال فترة المنافسة						