

DOI: <https://doi.org/10.54702/msj.2022.21.1.0008>

تأثير برنامج الدعم النفسي والاجتماعي على خفض الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس

م. معتصم طلال عبدالله¹، أ.د. عكلة سليمان الحوري²
^{1,2} كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل

البريد الإلكتروني: dr.ogla.s.a.alhory@gmail.com¹ ، mutasimt98@gmail.com²

Received: 24/01/2022, Accepted: 07/03/2022



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

يهدف البحث الى اعداد برنامج للدعم النفسي والاجتماعي لخفض الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس بالإضافة الى التعرف على اثر برنامج الدعم النفسي والاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس. وكذلك التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين الضابطة والتجريبية والفروق في الاختبارات البعدية للمجموعتين في مقياس الوحدة النفسية. واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته وطبيعة البحث، اما عينة البحث التجريبية فقد تم اختيارها بالطريقة العمدية وتمثلت بلاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس في محافظة نينوى والبالغ عددهم (12) لاعبا، اما المجموعة الضابطة فقد تمثلت بلاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس في محافظة ديالى والبالغ عددهم (12) لاعبا، كما استخدم الباحث مقياس (الوحدة النفسية) والذي قام الباحث باستخدامه كوسائل لجمع البيانات، وقد تم تطبيق برنامج الدعم النفسي والاجتماعي على لاعبي المجموعة التجريبية الذي اعده الباحث، في حين لم تخضع المجموعة الضابطة لهذا البرنامج، وجرى تنفيذ البرنامج ب (12) جلسة موزعة بواقع جلستين اسبوعيا، تم تحقيق التكافؤ بين المجموعتين في متغير البحث، واستخدم الباحث البرنامج الاحصائي (SPSS) والوسائل الاحصائية المناسبة للبحث. وتوصل الباحث الى عدد من الاستنتاجات واهمها: فاعلية برنامج الدعم النفسي والاجتماعي الذي استخدمه الباحث اذ كان له الاثر الايجابي في خفض الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس للمجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج. كذلك وجود فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في درجة الوحدة النفسية للمجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج. اما اهم التوصيات فكانت: اعتماد مقياس الوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس ومحاولة تطبيقه على باقي الفعاليات وخاصة رياضة الخواص وضرورة توعية المدربين على الاهتمام بالبرامج النفسية لذوي الاحتياجات الخاصة ومنها البرنامج الذي طبقه الباحث والعمل على تطوير انفسهم من خلال حضور الدورات التدريبية النفسية التي تقام بين فترة واخرى. اضافة الى ضرورة وجود المدرب او المرشد النفسي للعمل الى جانب المدرب الفني لجميع الفرق الرياضية، وذلك لمساعدة اللاعبين وتأهيلهم نفسيا الى جانب التأهيل البدني والفني والخططي.

الكلمات المفتاحية: الدعم النفسي والاجتماعي، الوحدة النفسية، الكرة الطائرة الجلوس

تلعب دورا في تغيير مسار الحالة النفسية والجسمية لهذا الفرد، ومن ثم فإن هذه الاحداث ذات التأثير السلبي هي متغيرات نفسية اجتماعية تسهم في اختلال الصحة النفسية لدى الفرد، وعلى هذا الاساس فالجميع بلا استثناء قد يتعرض لهذه المصادر المتنوعة التي قد تؤثر سلبا على حياتنا.

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته

يواجه الافراد بصورة عامة وذوي الاحتياجات الخاصة بصورة خاصة في حياتهم العديد من المواقف والاحداث التي تضم خبرات غير مرغوب فيها، قد تحوي هذه الخبرات على الكثير من مصادر التوتر وعوامل الخطر والتهديد في ظروف الحياة اليومية، وهذا من شأنه ان يجعل هذه الاحداث

لهذه العينة للوصول باللاعب الى مرحلة يستطيع من خلالها معرفة وتقييم ذاته والانخراط بالمجتمع وعدم الشعور بالوحدة النفسية وعلى هذا الاساس جاءت التساؤلات الاتية للباحث :

1. ماهي درجة الشعور بالوحدة النفسية للاعبي الكرة الطائرة في وضع الجلوس في محافظة نينوى ؟

2. هل الدعم النفسي والاجتماعي المقدم من قبل الباحث خلال فترة تطبيق التجربة ساهم في خفض الشعور بالوحدة النفسية ام لا ؟

2-1 اهمية البحث

وتبرز اهمية الدراسة الحالية في الوقوف على حجم الشعور بالوحدة النفسية كونها تمثل حالة غير سارة تدل على عدم التوافق والتي يصحبها العديد من حالات صعوبة الاندماج للفرد بالمجتمع وبالتالي فهي مؤشر على سلامة اندماج الفرد بالمجتمع من عدمها ، ان الدعم النفسي والاجتماعي لهذه الشريحة ضرورة ملحة من خلال العلاقات الاجتماعية التي من اهم مصادر الدعم النفسي والاجتماعي اذ تشكل درعا واقيا من الانحرافات والعزلة

3-1 اهداف البحث

1. اعداد برنامج للدعم النفسي والاجتماعي لخفض الشعور بالوحدة النفسية الذات للاعبي الكرة الطائرة في وضع الجلوس.
2. التعرف على اثر برنامج الدعم النفسي والاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية للاعبي الكرة الطائرة في وضع الجلوس.
3. التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية والفروق في الاختبارات البعدية للمجموعتين في مقياس الوحدة النفسية.

2-1 منهج البحث

استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة البحث .

2-2 مجتمع البحث وعينه:

1-2-2 مجتمع البحث :

واشتمل مجتمع البحث على لاعبي الكرة الطائرة من وضع الجلوس والبالغ عددهم (206) وموزعين على (19) ناديا ولجنة فرعية وهي (وسام المجد , الولاء , الشموخ , دبالى , صلاح الدين , بابل , هيت , النجف , كربلاء , واسط , المثنى , الديوانية , ذي قار , الناصرية , البصرة , ميسان , نينوى , شونه , دبالى , الفلوجة) والجدول (1) يبين ذلك :

ويعد الشعور بالوحدة النفسية احد المشكلات التي تواجه المعاقين حركيا، لان الشعور بها عند المعاقين حركيا يفوق الشعور بالوحدة النفسية عن نظرائهم من الافراد العاديين وذلك نتيجة للظروف الخاصة التي تزيد من احتمال شعورهم بهذا الاحساس، لانهم يتسمون بخصائص شخصية منها، الانطوائية، الخجل، القلق، والرفض من قبل الآخرين والشعور بالنقص، وبشكل عام فان الاعاقة الجسمية مشكلة طبية في المقام الاول بالإضافة الى المشكلات النفسية والاجتماعية التي قد يكون اثرها في الفرد ذوي الاحتياجات الخاصة اكبر من حجم الاصابة نفسها خاصة اذا تعلق الامر بصورة الجسم :5(1) . يعتبر علم النفس من العلوم المهمة في وقتنا الحالي لما له من اهمية في حياة الفرد السوي بشكل عام وذوي الاحتياجات الخاصة بشكل خاص من اجل ممارسة حياتهم بشكل سليم والعمل على الدعم المناسب لاحتياجاتهم ووضع البرامج الارشادية والتوجيهية النفسية والاجتماعية من اجل الوصول به الى ما يحقق طموحهم، ان للمدرب النفسي او المرشد او الاخصائي النفسي الدور المهم في الدول المتقدمة لكي يلعب هذا الدور خاصة في الفرق الرياضية العالمية التي تعمل على تطوير فرقها بدنيا ومهاريا ونفسيا، ولكننا نرى اليوم أن دور المدرب النفسي لم يفعل بشكل جدي في بلداننا العربية، حيث لاحظ الباحث عدم وجود مدرب نفسي للفرق الرياضية بشكل عام وفرق المعاقين بشكل خاص اسوة بالمدرّب الفني في الفرق الرياضية ، ومن هنا تبلورت فكرة البحث لإيجاد حل لهذه الفئة من خلال دراسة تلامس واقع اللاعبين لما يعانونه من مشاكل نفسية جراء الاهمال وعدم الاهتمام الصحيح بهم، فاللاعب يرى نفسه مهمش ولا يوجد من يكثر لعوقه ولمشكلاته الاجتماعية التي تتطلب رعاية خاصة من الجميع، مما اثر سلبا على مجرى حياتهم، وهنا اخذ الباحث على عاتقه اعداد برنامج مبني على الدعم النفسي والاجتماعي

2- وجود فروق ذات دلالة احصائية بين نتائج الاختبارات البعدية في متغيرات البحث لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

4-1 مجالات البحث :

المجال البشري: لاعبو منتخب محافظة نينوى بالكرة الطائرة في وضع الجلوس.

المجال المكاني: منتدى شباب الاندلس في مدينة الموصل .

المجال الزماني: 2021 /5/ 30 ولغاية 2021/ 7/6

2- اجراءات البحث

الجدول (1)
يبين عدد أفراد مجتمع البحث

ت	اسم النادي	عدد اللاعبين	ت	اسم النادي	عدد اللاعبين	ت	اسم النادي	عدد اللاعبين
1	وسام المجد	12	8	ديالى	12	15	ذي قار	12
2	الولاء	12	9	شنونه	10	16	الناصرية	10
3	الشموخ	12	10	واسط	11	17	ميسان	11
4	نينوى	12	11	بابل	10	18	المثنى	10
5	صلاح الدين	10	12	الديوانية	10	19	البصرة	10
6	هيت	10	13	النجف	12			
7	الفلوجة	10	14	كربلاء	10			
المجموع		206						

4-2 الاجهزة المستخدمة

- جهاز حاسوب (لابتوب)

4-2-1 الادوات ووسائل جمع البيانات:

- استخدام مقياس الوحدة النفسية .

- اعداد برنامج الدعم النفسي والاجتماعي مستعينا من الاطر النظرية في اعداد البرامج بما يتلأ مع اهداف البحث .

- المصادر والمراجع العلمية المتعلقة بالبحث.

- الدراسات السابقة.

- الاستبيان.

4-2-5 تكافؤ مجموعتي البحث في المتغيرات :

" صممت المجموعات المتكافئة للتغلب على الصعوبات التي تواجه الباحث في التجربة الواحدة التي قد يرجع التغيير فيها إلى عوامل أخرى غير المتغير المستقل ". (2 : 204)

وعلى هذا الأساس أجرى الباحث اختبارات التكافؤ بين مجموعتي البحث لضبط المتغيرات التي لها علاقة بالبحث والمتمثلة بالمتغيرات باستخدام مقياس الوحدة النفسية الملحق (1) :

4-2-5-1 التكافؤ في الوحدة النفسية:

ويبين الجدول (2) المعالم الإحصائية لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة في متغير الوحدة النفسية باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) في الحاسوب الآلي

2-2-2 عينة البحث :

تم اختيارها بالطريقة العمدية والتي تعني "اختيار الباحث للعينة التي يرى من وجهة نظره أو وجهة نظر الخبراء أو معرفة بعض المعالم الإحصائية لمجتمع معين وخصائصه أنها تمثل المجتمع الأصلي تمثيلاً سليماً". (4 : 144)

وقد تم تحديد نسبة العينة من المجتمع بحيث بلغت نسبة العينة من المجتمع 93,33% (موزعة على الثبات والتجربة الاستطلاعية والتطبيق بينما بلغت عينة المستبعدون 7,66% لأسباب متعددة .

أما عينة التطبيق (التجريبية والضابطة) فقد تكونت من (24) لاعباً يمثلون نادي نينوى وديالى ، فقد تم توزيعهم على عينة تجريبية وعينة ضابطة وبواقع (12) لاعب لكل مجموعة تم اختيارهم بصورة عمدية للأسباب الآتية :

1- يسهل للباحث التواصل مع اللاعبين .

2- تعاون إدارتي الناديين .

3- انفصال الناديين عن بعضهما واختلاف الكادر التدريبي بينهما لإبعاد احتمال التلوث .

2-3 التصميم التجريبي للبحث :

ولمعرفة أثر المتغير المستقل على المتغير التابع ، تم تجريب التصميم التجريبي (تصميم المجموعتين المتكافئة ذات الاختبارات القبلية والبعدي) حيث تم اجراء الاختبارات القبلية على المجموعتين التجريبية والضابطة ومن ثم تطبيق البرنامج على المجموعة التجريبية فقط وبعدها تم اجراء الاختبارات البعدية لمعرفة اثر البرنامج .

الجدول (2)

المعالم الإحصائية وقيم (ت) المحسوبة لتكافؤ المجموعتين التجريبية والضابطة

Sig الاحتمالية	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		وحدة القياس	المتغيرات
		±ع	س	±ع	س		
0,35	1,02	11,24	129,92	12,15	130,36	درجة	الوحدة النفسية

، للتأكد من مدى ملائمة الاهداف والانشطة المستخدمة وعدد الجلسات، فضلا عن الفترة الزمنية ومدى ملائمتها لأفراد العينة .

9-2 التجربة الاستطلاعية للبرنامج:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 2021/5/5 على عينة مكونة من (10) لاعبين يمثلون نادي صلاح الدين الذين طبقت عليهم التجربة الاستطلاعية الخاصة بالمقياس .

10-2 تطبيق التجربة النهائية :

بعد الانتهاء من اعداد البرنامج واختيار عينة البحث ، تم تنفيذ البرنامج على عينة البحث التجريبية وفق الاجراءات الاتية لتحقيق اهداف البحث :

- 1- تحديد عدد جلسات البرنامج ب (12) جلسة وبواقع جلستين اسبوعيا .
 - 2- تم تنفيذ جميع الجلسات في (قاعة الاندلس) في مدينة الموصل ، في تمام الساعة (10:00) صباحا من يومي الاحد والثلاثاء على التوالي من كل اسبوع .
 - 3- تعريف افراد المجموعة التجريبية بطبيعة العمل ، مع المحافظة على سرية ما يدور اثناء الجلسات
 - 4- ترتيب الجلسات وتحديد الخطوات لتنفيذها والجدول (3) يبين ذلك .
 - 5- تحديد موعد الجلسة الاولى للبرنامج التي بدأت يوم الاحد الموافق 2021/5/30.
 - 6- تحديد موعد الجلسة الختامية للبرنامج والتي انهى فيها الباحث جلساته يوم الثلاثاء الموافق 2021/7/6،
 - 7- تم اجراء الاختبار القبلي يوم الاربعاء 2021/5/26 .
- وبعد استكمال البرنامج تم اجراء الاختبار البعدي بحضور السيد المشرف في يوم الخميس 2021/7/8

يبين الجدول قيمة (ت) المحسوبة لكل متغير مع الاحتمالية (sig) ويتضح أن الفروق غير معنوية ، اذ تبين ان قيمة الدلالة الاحتمالية (sig) لمتغير الوحدة النفسية هي أكبر من مستوى الدلالة (0.05) لهذه الفقرات مما يدل على عدم وجود فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية مما يعني ان العينتين متكافئتين.

6-2 تفاعل الظروف التجريبية :

تمت السيطرة على هذا المتغير من خلال قيام الباحث بضبط عدد من العوامل منها :

1. مكان اداء التجربة : تم تطبيق وتنفيذ البرنامج في منتدى شباب ورياضة الاندلس / مدينة الموصل.
2. زمن اداء التجربة : ان الزمن المحدد لتنفيذ التجربة كان واحدا ، اذ بلغ (6) اسابيع بدا من يوم الاحد الموافق 2021/5/30 ولغاية 2021/7/6 بواقع جلستين اسبوعيا وبزمن قدره 45 دقيقة للجلسة الواحدة .
3. ادارة الجلسات : تمت ادارة الجلسات من قبل الباحث بالاستعانة بتوجيهات اساتذة مختصين وبمساعدة مدرب الفريق وتحت اشراف ومتابعة السيد المشرف .

7-2 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بتطبيق المقياسين، مقياس الوحدة النفسية بتاريخ 2021/5/5 على عينة مكونة من (10) لاعبين يمثلون نادي صلاح الدين

8-2 صياغة البرنامج:

ان هدف البحث هو التعرف على اثر برنامج الدعم النفسي لخفض الشعور بالوحدة النفسية ، الامر الذي يتطلب اعداد البرنامج بما يتلأم مع اهداف وطبيعة البحث ،

- تم اعداد الصيغة الاولى للبرنامج وعرضه على عدد من الخبراء في مجال علم النفس الرياضي والتربوي الملحق (2)

الجدول (3)

يبين تسلسل جلسات البرنامج وعنوانها وتاريخ انعقادها

تسلسل الجلسة	عنوان الجلسة	تاريخ انعقادها	الساعة	الاسابيع
الاولى	التعريفية	الاحد 2021/5/30	10:00 ص	الاول
الثانية	العلاقات الاجتماعية	الثلاثاء 2021/6/1	10:00 ص	الاول
الثالثة	الرضا عن الحياة	الاحد 2021/6/6	10:00 ص	الثاني
الرابعة	اتخاذ القرارات	الثلاثاء 2021/6/8	10:00 ص	الثاني

الخامسة	الطمأنينة النفسية	الاحد 20212/6/13	10:00 ص	الثالث
السادسة	ممارسة الهوايات	الثلاثاء 20212/6/15	10:00 ص	الثالث
السابعة	التفكير الايجابي	الاحد 20212/6/20	10:00 ص	الرابع
الثامنة	حل المشكلات	الثلاثاء 20212/6/22	10:00 ص	الرابع
التاسعة	الثقة بالنفس	الاحد 20212/6/27	10:00 ص	الخامس
العاشر	البناء العقلي	الثلاثاء 2021/6/29	10:00 ص	الخامس
الحادية عشر	ضبط الانفعالات	الاحد 2012/7/4	10:00 ص	السادس
الثانية عشر	الختامية	الثلاثاء 2012/7/6	10:00 ص	السادس

11-2 الوسائل الاحصائية المستخدمة في ملاحق هذا البحث، ويعد هذا البرنامج أحد أهم الأدوات المكملية لتحقيق أهداف البحث الأخرى.

لاجل التحقق من اهداف البحث استخدم الباحث الوسائل الاحصائية المناسبة باستخدام البرنامج الاحصائي (SPSS)

3 - تحليل النتائج

1-3 عرض النتائج ومناقشتها

1-3-2 عرض ومناقشة الهدف الثاني: التعرف على اثر برنامج الدعم النفسي والاجتماعي على الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس.

لغرض التعرف على أثر برنامج الدعم النفسي والاجتماعي قام الباحث بتطبيق المقياس في الاختبار القبلي ثم طبق البرنامج التجريبي المكون من ستة اسابيع ثم اجري الاختبار البعدي على العينتين الضابطة والتجريبية البالغ عدد لاعبي كل منهما (12) لاعباً وبعد تحليل استجابات اللاعبين في ضوء بدائل الاجابة جاءت النتائج كما في الجدول (4).

1-3-1 عرض ومناقشة الهدف الاول: اعداد برنامج للدعم النفسي والاجتماعي لخفض الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس.

وقد تحقق هذا الهدف من خلال اعداد برنامج الدعم النفسي والاجتماعي الذي تكون من اثنا عشرة جلسة غطت في مجملها محاور الوحدة النفسية وتقدير الذات الذي استقر عليها المقياس، اذا استوفى هذا البرنامج الشروط المتعارف عليها علمياً وكما موضح

الجدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) المحسوبة والجدولية ودلالة الفروق للوحدة النفسية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في اختبار الوحدة النفسية

المجموعة	الاختبارات						قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	قيمة sig	دلالة الفروق
	القبليّة		البعديّة							
	س	ع±	س	ع±						
الضابطة	129,92	11,24	123,37	10,79	0,98	2,07	0,089	غير معنوية		
التجريبية	130,36	12,15	91,71	8,84	8,68	2,07	0,000	معنوية		

درجة الشعور بالوحدة النفسية لفريقه لما لها من دور ايجابي في تحسين النتائج واسعاد الجمهور والإدارة على حد سواء (197:7)

اما فيما يتعلق بالمجموعة التجريبية فقد اظهر الجدول (4) ان الوسط الحسابي قد بلغ بالاختبار القبلي (130,36) وبانحراف معياري (12,15) في حين كان الوسط الحسابي بالاختبار البعدي (91,71) وبانحراف معياري (8,84) ولمعرفة قيمة الفروق بين الاختبارين تم استخدام اختبار (t) وأظهرت النتائج أن قيمة (t) المحسوبة (8,68) وهي أكبر من القيمة (t) الجدولية (2,07) وبذلك كانت الفروق معنوية ويعود ذلك إلى جلسات برنامج الدعم النفسي والاجتماعي التي اعددها الباحث وهي المتغير المستقل الوحيد الذي طرأ على هذه المجموعة إذ عُد البرنامج النفسي الاجتماعي من ضروريات التدريب الحديث ، ومن أهم الحاجات

من خلال الجدول (4) تبين ان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة قد بلغ بالاختبار القبلي (129,92) وبانحراف معياري (11,24) في حين كان الوسط الحسابي بالاختبار البعدي (123,37) وبانحراف معياري (10,79) ولمعرفة قيمة الفروق بين الاختبارين تم استخدام اختبار (t) واطهرت النتائج ان قيمة (t) المحسوبة (0,98) ، وهي أصغر من القيمة (t) الجدولية (2,07) وبذلك كانت الفروق غير معنوية للمجموعة الضابطة التي لم تتدرب على برنامج الدعم النفسي والاجتماعي المقترح وهذا مؤشر على أن المدرب خلال فترة تطبيق البرنامج للمجموعة الضابطة لم يهتم بشكل جيد في مسألة خفض الشعور الوحدة النفسية من خلال توجيهاته للفريق ، وهذا مؤشر على أن مدرب فريق ديالى الذي يلعب بدوري الكرة الطائرة في وضع الجلوس لم يعمل على خفض

3-1-3 عرض ومناقشة الهدف الثالث : التعرف على الفروق بين الاختبارات القبلية والبعديتين للمجموعتين الضابطة والتجريبية والفروق في الاختبارات البعديتين للمجموعتين في مقياس الوحدة النفسية.

الإنسانية على مستوى الفرد والجماعة وخاصة المعاقين و برامج الدعم النفسي والاجتماعي اصبحت عملية تربوية ومهنية متطورة لها قيم ومفاهيم محددة وأغراض واضحة، واساليب مقننة تستجيب جميعاً للحاجات الارشادية المطلوبة (6: 30).

الجدول (5)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعتين الضابطة والتجريبية وقيمة (t) المحتسبة ودلالة الفروق بين المجموعتين في متغير الوحدة النفسية

المتغيرات	الضابطة				قيمة (t) المحسوبة	قيمة (t) الجدولية	قيمة Sig	دلالة الفروق
	التجريبية		البعدية					
	س	ع±	س	ع±				
الوحدة النفسية	123,37	10,79	91,71	12,15	7,35	2,07	0,000	معنوي

1 . اعتماد مقياس الوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس ومحاولة تطبيقه على باقي الفعاليات وخاصة رياضة الخواص .

2 . ضرورة توعية المدربين على الاهتمام بالبرامج النفسية لذوي الاحتياجات الخاصة ومنها البرنامج الذي طبقه الباحث والعمل على تطوير انفسهم من خلال حضور الدورات التدريبية النفسية التي تقام بين فترة واخرى .

3 . ضرورة وجود المدرب او المرشد النفسي للعمل الى جانب المدرب الفني لجميع الفرق الرياضية، وذلك لمساعدة اللاعبين وتأهيلهم نفسياً الى جانب التأهيل البدني والفني والخططي .

Arabic and English References:

- 1- Asmaa' Jo'ne, Yamenea Bin Mousa: Feeling loneliness for the disabled: a field study, Alshaheed Hamah Khudir, College of Humanity and Social Sciences, 2017. (Arabic Reference)
- 2- Jawdat Abdulhadi: Theories of learning and their educational applications, 1st edition, Jordan, Amman, Dar- Althaqaffa for publishing, 2000. (Arabic Reference)
- 3- Kang, H.; Park, M.; and Wallace, J. P. : “ The impact of perceived social support, loneliness, and physical activity on quality of life in south Korea older adults”, Journal of Sport and Health Sciences, 7, 237-244, 2018.
- 4- Mohammed Hasan Allawi, Usama Kamil Ratib: Scientific research in physical education and sport psychology, 2nd edition, Dar Al-Fikir Al-Arabi, 1999. (Arabic Reference)
- 5- Ogla Suleiman Alhoory: Modern concepts in sport psychology, 1st edition, Jordan: Amman,

من خلال الجدول (5) تبين ان الوسط الحسابي للمجموعة الضابطة في الاختبار البعدي (123,37) وبانحراف معياري (10,79) ، والوسط الحسابي للمجموعة التجريبية (91,71) بانحراف معياري (12,15) ، وظهرت قيمة (t) المحسوبة (7,35) وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية (2,07) ، وبذلك فان الفروق معنوية بالنسبة لمتغير الوحدة النفسية بين المجموعة الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية ، وهذا يؤكد مشروعية اعداد برنامج الدعم النفسي والاجتماعي وتطبيقه حيث ان الوحدة النفسية تعتبر من المفاهيم التي ارتبطت بالإحباط ونوع الحياة للمعاقين ، فقد وجد الباحثون ان غياب الاصدقاء ومحدودية شبكات الدعم النفسي والاجتماعي من الاسباب الاساسية التي ترفع من درجة الوحدة النفسية في المجتمع ، وبذلك فان الافراد الذين يتمتعون بدرجة اعلى من الدعم النفسي والاجتماعي يمتلكون درجة اقل من الوحدة النفسية والاحباط، اي ان كلما ازداد الدعم النفسي والاجتماعي تقل نسبة الوحدة النفسية التي يعانون منها (3: 238). ويرى (5: 227) ان التدريب الجماعي الذي يركز على الدعم النفسي والاجتماعي يعمل على التخلص من الافكار السلبية وينمي قابلية الاندماج وتراجع الوحدة النفسية وزيادة الثقة بالنفس وليس هذا التأثير فقط للبرنامج وانما لتأثير المدرب والزملاء في الفريق (5 : 227) .

4 – الخاتمة :

استنتج الباحثان ما يلي:

- 1 . فاعلية برنامج الدعم النفسي والاجتماعي الذي استخدمه الباحث اذ كان له الاثر الايجابي في خفض الشعور بالوحدة النفسية للاعبين الكرة الطائرة في وضع الجلوس للمجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج .
- 3 . توجد فروق معنوية ذات دلالة احصائية بين الاختبار القبلي والاختبار البعدي في درجة الوحدة النفسية للمجموعة التجريبية التي طبقت البرنامج .

وأوصى الباحثان بالتالي:

- 7- Valler , Rj & Losier, G. F: self-determined motivation and sports man ship orientation: an assessment of their temporal relationship, Journal of sport & Exeveise psychology, Vol. 16, 1997 .
- 6- Saa'd Jasim Al-Asadi, Marwan Abdulmajeed: Educational guidance, Amman, Al-Dar Ala'lmea for publishing and distribution, 2003. (Arabic Reference)
- Dar Al-Academioun for Printing and Publishing, 2019. (Arabic Reference)

ملحق (1)

عزيزي اللاعب

تحية طيبة :

فيما يأتي مجموعة من الفقرات تعبر عن رأيك , راجين تفضلكم بقراءة فقرات المقياس والاجابة عليها بوضع علامة (صح) امام كل فقرة وتحت البديل المناسب لك (موافق بشدة , موافق , محايد , غير موافق , غير موافق بشدة) علماً أنه لا توجد اجابة صحيحة او خاطئة فكل اجابة تعتبر صحيحة كونها تعبر عن رأيك الشخصي تجاه نفسك .

ملاحظة : اجابتك لا يطلع عليها سوى الباحث وتستخدم لأغراض البحث العلمي فقط .

مع فائق الشكر والتقدير .

الاسم الثلاثي :

النادي :

العمر :

التوقيع :

ت	الفقرات	بدائل الاجابة			
		موافق بشدة	موافق	محايد	لا اوافق بشدة
1	اشعر اني غير جدي ومهمل				
2	اتسرع في اتخاذ القرارات ثم اندم عليها				
3	احاول المحافظة على هدوئي في المباريات الصعبة				
4	انا غير منسجم مع اللاعبين من حولي				
5	اذا سجل الخصم اولاً فأنا ذلك يشعري باليأس				
6	اتقبل الانتقادات التي يوجهها لي المدرب				
7	استمتع بمشاهدة المباريات التي تثير عاطفتي ومشاعري				
8	اشعر بانني وحيد رغم اهتمام اللاعبين بي				
9	اجد صعوبة في حل مشكلاتي المتراكمة				
10	اواظب على التدريب بجدية لأنه طريق الشهرة الوحيد				
11	لم اجد الشخص الذي يعرفني معرفة جيدة				
12	اتجنب الظهور امام الاعلام				
13	اتحكم في انفعالاتي في الاوقات الحرجة من المنافسة				
14	يعجبني ممارسة نشاطات رياضية متنوعة				
15	علاقاتي مع الاخرين تمتد لفترة قصيرة				
16	افكر في ترك الفريق نهائياً				
17	اترك التدريب فور سماعي خبر سيء				
18	اعتبر قيادة الفريق امراً ممتعاً ومحبيبا الى نفسي				
19	اشعر بان زملاء بعيدون عني في التمرين				

20	اتهرب من التجمعات التي تسبق التدريب والمنافسات				
21	اشعر بالسعادة عندما يوجد شيء يدعوني للتحدي				
22	اتحكم في سلوكي عندما يستفزني الخصم				
23	اشعر بالضيق من نظرات الجمهور لي				
24	اتجنب المشاركة في المناسبات الاجتماعية للزملاء				
25	اشعر بالارتباك عند مواجهة الخصوم الاقوياء				
26	يزداد ادائي قوة كلما زادت اثارة المباراة				
27	يقل الاعتماد علي من زملائي باللعب				
28	افضل تغيير ملابسي بعيد عن اللاعبين الاخرين				
29	اشعر بالطلاقة النفسية في التدريب والمنافسات				
30	افكر بضرورة الاداء الجيد حتى انتهاء وقت المباراة				
31	انظر الى المستقبل بمنتهى الثقة				
32	تشجيع المدرب يزيد كفاحي لتحقيق افضل مستوى				
33	ارفض المشاركة في التقاط الصور الجماعية				
34	ارغب بتغيير هواياتي بشكل مستمر				

ملحق (2)

يبين أسماء السادة الخبراء والمختصين وأماكن عملهم

ت	الأسماء	الاختصاص	مكان العمل
1	ا. د. ناظم شاكر الوتار	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
2	ا. د. عامر سعيد الخاقاني	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بابل
3	أ. د. عبد الودود احمد خطاب الزبيدي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
4	أ. د. مها صبري حسن	علم النفس الرياضي	كلية التربية الرياضية / جامعة كركوك
5	م. د. منهل خطاب	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
6	أ. د. كامل عبود حسين	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ديالى
7	أ. د. نبراس يونس محمد	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
8	أ. د. ثامر محمود ذنون	علم النفس الرياضي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
9	أ. د. علي قادر عثمان	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة السليمانية
10	أ. م. د. علي مطير حميدي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ميسان
11	أ. م. د. سعد عباس الجنابي	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة تكريت
12	أ. م. د. ذكرى يوسف	علم النفس التربوي	كلية التربية الاساسية / جامعة الموصل
13	أ. م. د. نغم خالد الخفاف	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة الموصل
14	أ. م. د. ماهر عبدالاله عبدالستار	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد
15	أ. م. د. وليد ذنون يونس	علم النفس الرياضي	كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية / جامعة الموصل

The Effect of a Psycho-social Program on Decreasing Loneliness of Volleyball Players from Sitting Position

Lect. Mutasim T. Abdullah Alalaf¹

Prof. Dr. Oglá Sulaiman Alhoory²

Abstract

This study aims at preparing the psycho-social program for decreasing loneliness of volleyball players from sitting position; identifying the effect of the psycho-social program on decreasing loneliness of such players, and identifying the differences between the pre- and post-test of the experimental and control groups and the differences of the post-tests of the two groups in loneliness scale.

The experimental design has been used for its suitability to the nature of the study. As for the sample of the study, it has been chosen purposefully; the experimental group is represented by the players from sitting position in Ninevah who were (12) and the control group is represented by similar players in Diala and who were also (12). The loneliness scale was built and used by the researcher to collect data. Turning to the psycho-social program, built by the researcher, it has been applied on the experimental group only. This application has been distributed on (12) sessions, (2) sessions per week. The two groups have been checked for equivalence in the variable of the study. To analyze the data, the (SPSS) statistical program and other statistical tools have been used.

The following conclusions have been arrived at: 1- the appropriateness of loneliness scale, built by the researcher, for its effect in decreasing loneliness of volleyball players from sitting position in the experimental group. 2- there are statistically significant differences between the pre- and post-tests in loneliness of the experimental group. As for the recommendations, the most important ones are: 1- adopting the scale of loneliness for volleyball players from sitting position and trying to apply it on other activities especially in disabled sports. 2- the necessity to enlighten trainers to have interest in psychological program for the disabled and to develop themselves through attending training sessions from time to time. 3- the necessity of the psychological advisor presence side by side with the technical trainer in all sport teams to help players and qualify them psychologically in addition to the physical, technical, and planning qualifications.

Keywords

psycho-social program, loneliness, volleyball from sitting position