

التدفق النفسي وعلاقته بمستوى الاداء الهجومي لدى اللاعبين الشباب بكرة القدم

م. د عمر علي حسن

وزارة التربية / المديرية العامة لتربية ديالى

oskfth@gmail.com

المُستخلص

يهدف البحث الى تقييم مستوى التدفق النفسي لدى لاعبي نادي خانقين للشباب بكرة القدم وكذلك التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والاداء الهجومي لدى عينة البحث، وتكمن اهمية هذا البحث من خلال لقاء الضوء على متغير ايجابي مهم وحديث نسبياً لم ينال قدراً كافياً من البحث الا وهو التدفق النفسي ، وتأتي اهميته ايضاً من المجتمع الذي تم استهدافه وهم فئة الشباب الذين هم الرافد المستقبلي لفرق المتقدمين والمنتخبات الوطنية وكذلك محاولة التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي ومستوى الاداء الهجومي لدى اللاعبين الشباب

، واستخدم الباحث المنهج الوصفي (بأسلوب العلاقات المتبادلة)، وتكونت عينة البحث من (15) لاعباً يمثلون نادي خانقين الرياضي للشباب للموسم الكروي (2022 - 2023) شكلوا نسبة مقدارها (75%) من مجتمع البحث من اجل التعرف على العلاقة بين متغيرات البحث. وتم استخدام مقياس التدفق النفسي بعد التحقق من صدقه وثباته ، وكذلك تم استخدام استمارة تقييم الاداء الهجومي ، وبعد استخدام الوسائل الاحصائية المناسبة أظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي للتدفق النفسي بلغ (148.38) درجة بانحراف معياري (3.287) درجة، فيما بلغ الوسط الحسابي للاداء الهجومي (19.33) درجة بانحراف معياري (3.02) درجة . ومن خلال هذه النتائج استنتج الباحث بأن لاعبو نادي خانقين للشباب يتمتعون بمستوى مرتفع من التدفق نفسي، وان العلاقة التي ظهرت بين التدفق النفسي للاعبين وادائهم المهاري الهجومي هي علاقة ايجابية طردية أي كلما زادت التدفق النفسي للاعب زادت مستوى ادائه الهجومي. وقد اوصى الباحث بأجراء العديد من الدراسات الخاصة بالتدفق النفسي والاداء الهجومي على عينات وفئات عمرية مختلفة ، كذلك التأكيد على متغير التدفق النفسي وادخاله في برامج الاعداد النفسي للرياضيين بشكل عام ولاعبي كرة القدم بشكل خاص لما لها من تأثير ايجابي على الاداء الهجومي للاعبين اثناء المنافسة .

Psychological flow and its relationship to the level of offensive performance among young football players.

Abstract:

The research aims to evaluate the level of psychological flow among the Khanaqin Youth Football Club players, as well as to identify the relationship between psychological flow and offensive performance among the research sample.

The importance of this research lies in shedding light on an important and relatively recent positive variable that has not received a sufficient amount of research, which is psychological flow. Its importance also comes from the community that was targeted, which is the youth group who are the future supporter of the advanced teams and the national teams, As well as trying to identify the relationship between psychological flow and the level of offensive performance among young players. The researcher used the descriptive approach (with the method of mutual relations), and the research sample consisted of (15) players representing the Khanaqin Youth

Sports Club for the football season (2022 - 2023), who constituted a percentage of (75%) of the research community In order to identify the relationship between the research variables . The psychological flow scale was used after verifying its validity and reliability, and an offensive performance evaluation form was used. After using appropriate statistical methods, the results showed that the arithmetic average for psychological flow reached (148.38) degrees With a standard deviation of (3.287) degrees, while the arithmetic mean of offensive performance reached (19.33) degrees with a standard deviation of (3.02) degrees. Through these results, the researcher concluded that the players of Khanaqin Youth Club enjoy a high level of psychological flow, and that the relationship that emerged between the psychological flow of the players and their offensive skill performance is a direct positive relationship, that is, the greater the psychological flow of the player, the higher the level of his offensive performance . The researcher recommended conducting several studies on psychological flow and offensive performance on different samples and age groups, as well as emphasizing the variable of psychological flow and introducing it into psychological preparation programs for athletes in general and football players in particular because of its positive impact on the offensive performance of players during competition.

Keywords:

psychological flow
offensive performance
young players

الكلمات المفتاحية:

التدفق النفسي
الاداء الهجومي
اللاعبين الشباب

1- مقدمة البحث واهميته :

تعتبر لعبة كرة القدم اللعبة الشعبية الاولى في العالم والتي سحرت عقول اكثر من مليار متابع حول العالم , لهذا سميت بالساحرة المستديرة , فهي اللعبة الاكثر انتشاراً على الرغم من الاختلاف الاجتماعي والثقافي والاقتصادي بين دول العالم لما لهذه اللعبة من تأثيرات نفسية واجتماعية وسياسية كبيرة جداً على الفرد والمجتمع. ان ما يميز كرة القدم ويعطيها لذة وجمالاً وانتشاراً عالياً هو انها لعبة جماعية تلعب بين فريقين , وما يميزها ايضاً انها رياضة اغلب مهاراتها تلعب بالقدمين وهذا يتطلب مهارة وبراعة كبيرة كونه يحتاج الى التحكم بقدميه وليس بيديه والتي غالباً ما يكون سهلاً عليه .

اصبح واضحاً لدى العاملين في المجال الرياضي على اهمية العامل النفسي ودوره في نتائج المباريات الى جانب العامل البدني والمهاري فهي تؤثر في مستوى اداء اللاعبين وقدراتهم عند تنفيذ الواجبات الفنية والخططية , اذ تعد النواحي النفسية من اهم العوامل التي تؤدي دوراً هاماً في تحقيق افضل المستويات الرياضية اذا ما تم التعرف عليها وقياسها وضبطها سواء كان على مستوى اللاعب او الفريق .

ويعد التدفق النفسي من المفاهيم الحديثة واستراتيجية من استراتيجيات علم النفس الايجابي ومؤشر مهم للاستدلال على الصحة النفسية للفرد, اذ ان الفرد ذات التدفق النفسي يتميز بالوصول الى أعلى درجة من توظيف الطاقة النفسية لديه , وشعوره بالسرور والسعادة والرضا نتيجة استغراقه في الاداء حيث يوجه أقصى انتباهه فيما يقوم به مع تأجيل الرغبات والاحتياجات الشخصية لديه وتخلصه من الضغوطات النفسية ومثيرات القلق من حوله. فالتدفق النفسي هو حالة انفعالية ايجابية تحدث حينما يكون

اللاعب مرتبطاً ارتباطاً كلياً بالأداء في موقف تكون فيه المهارات الشخصية متوازنة مع متطلبات التحدي حيث انها حالة يبتغيها اللاعبون المتميزون (حسين ؛ 2016 : 18). كما ان التدفق النفسي حالة تقع بين ملل المهمات السهلة وقلق المهمات الصعبة, فكلتا الحالتين قد تؤديان باللاعب الى العزوف عن ممارسة النشاط او الانسحاب منه , اذ ينبغي الدقة في التوسط بينهما لتتم تأدية الفعل دون اجهاد وتصبح قوة دفع ذاتية تدعم الاستمرار في النشاط والتفوق فيه. فالتدفق النفسي لا يظهر الا من خلال الاداء والاداء هو ما يراد الوصول اليه من اجل التفوق والفوز . وتكمن اهمية هذا البحث من خلال لقاء الضوء على متغير ايجابي مهم وحديث نسبياً لم ينال قدراً كافياً من البحث - على حد علم الباحث- , مما يتيح المجال لإجراء بحوث مشابهة تبحث العلاقة بين التدفق النفسي ومتغيرات اخرى . وتتضح اهمية البحث ابضاً من اهمية المجتمع الذي تم استهدافه وهم فئة الشباب الذين هم الرافد المستقبلي لفرق المتقدمين والمنتخبات الوطنية , كذلك محاولة التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي لدى اللاعبين الشباب وعلاقته بمستوى الاداء الهجومي لديهم.

2- مشكلة البحث:

من خلال اختصاص الباحث ومتابعته لتدريبات فرق كرة القدم لاحظ قلة اهتمام المدربين بالجانب النفسي الذي يعتبر الركيزة الاساسية واحد العوامل المهمة للتفوق والاداء المتميز في المباريات الى جانب العامل البدني والمهاري في ظل الظروف التي يواجهها اللاعب اثناء التدريب والمنافسة من ضغوط مما يؤدي به الى الانهك النفسي وعدم القدرة على الاداء الجيد عند تنفيذ الواجبات الخططية مما دفع الباحث للبحث في نوع العلاقة ما بين التدفق النفسي ومستوى الاداء الهجومي لدى اللاعبين الشباب.

3- هدفاً البحث :

تقييم مستوى التدفق النفسي لدى لاعبي نادي خانقين للشباب بكرة القدم . كذلك التعرف على نوع العلاقة بين التدفق النفسي ومستوى الاداء الهجومي لدى لاعبي نادي خانقين للشباب بكرة القدم .

4- فرض البحث :

وجود علاقة ارتباط معنوية بين التدفق النفسي ومستوى الاداء الهجومي لدى لاعبي نادي خانقين للشباب بكرة القدم .

4- منهج البحث :

من اجل تحقيق اهداف البحث اتبع الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية المتبادلة وذلك لان هذا المنهج يتلاءم مع موضوع البحث وطبيعة مشكلة البحث, " فالمسح يزود الباحث بمعلومات تمكنه من التحليل والتفسير واتخاذ القرارات, ويكشف له عن العلاقات بين المتغيرات المدروسة " (حسين وابو الحلو؛ 2009 : 233)

5- مجتمع البحث :

اشتمل مجتمع البحث على (23) لاعباً من لاعبي نادي خانقين الرياضي المشاركين في دوري اندية ديالى للشباب بكرة القدم للموسم الكروي (2022 - 2023) , والمسجلين لدى الاتحاد العراقي بكرة القدم.

6- عينة البحث :

من الأمور الواجب على الباحث مراعاتها هو اختيار عينة تمثل مجتمع البحث تمثيلاً حقيقياً, إذ إن العينة " ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختيارها على وفق قواعد وطرائق علمية بحيث يمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً " (السماك وآخرون؛ 1980 : 61)

وقد اختار الباحث عينة من مجتمع البحث عددهم (15) لاعباً يمثلون نادي خانقين الرياضي شكلوا نسبة مقدارها (75%) من مجتمع البحث من اجل التعرف على العلاقة بين متغيرات البحث.

7- وسائل جمع المعلومات:

تم استخدام وسائل جمع المعلومات الآتية (المصادر العربية والاجنبية , استمارة استبيان اراء الخبراء والمختصين حول صلاحية مقياس التدفق النفسي و استمارة تقييم مستوى الاداء الهجومي , استمارة تفريغ البيانات , شبكة المعلومات الدولية -الانترنت-)
8- الاجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- تم استخدام الادوات والاجهزة الآتية (أقلام جاف, ساعة توقيت , لابتوب نوع DELL صنع صيني)

9- مقياس التدفق النفسي:

قام الباحث باستخدام مقياس التدفق النفسي الذي بناه (هوار معصوم؛ 2010) والذي يتكون من ستة مجالات هي (التوازن بين التحدي والمهارة) , (الاستمتاع الذاتي - الشعور بالسعادة), (الاندماج في الاداء), (الشعور بالتحكم), (الطاقة النفسية), (الشعور بخبرة النجاح) اذ اشتمل المقياس على (38) فقرة , منها (25) فقرة ايجابية ارقام فقراتها هي -21-19-18-17-16-15-14-13-12-8-7-6-5-3-2-1) فقرة (38) فقرة (23-24-26-28-29-32-34-35-38) , ومنها (13) فقرة سلبية ارقام فقراتها هي (-4-9-10-11-13-14-15-16-17-18-19-20-22-25-27-30-31-33-36-37). وبالنسبة لتصحيح مقياس التدفق النفسي فتكون امام كل فقرة مدرج خماسي للاجابة وكالاتي:

أولاً: إذا كانت الفقرة باتجاه المجال (فقرات ايجابية) :-

تحسب (5) درجات للبدل (دائماً) , تحسب (4) درجات للبدل (غالباً) , تحسب (3) درجات للبدل (احياناً) , تحسب (2) درجة للبدل (نادراً) وتحسب (1) درجة للبدل (ابداً) .

ثانياً: إذا كانت الفقرة بعكس اتجاه المجال (فقرات سلبية) :-

تحسب (1) درجة للبدل (دائماً) , تحسب (2) درجة للبدل (غالباً) , تحسب (3) درجات للبدل (احياناً) , تحسب (4) درجات للبدل (نادراً) وتحسب (5) درجات للبدل (ابداً) ,

وبجمع درجة كل فقرة نحصل على المدرجة الكلية لكل لاعب على هذا المقياس , فأعلى درجة يمكن ان يحصل عليها اللاعب (190) درجة واقل درجة يمكن الحصول عليها هي (38) درجة. أما درجة الحياد أو الوسط الفرضي فيمكن الحصول عليها من خلال جمع درجات البدائل (15=4+5+3+2+1) وتقسيمها على عدد البدائل (5) بدائل ثم نقوم بضربها في عدد الفقرات البالغة (38) فقرة , وبذلك تصبح درجة الحياد (114) درجة

10- التجربة الاستطلاعية لمقياس التدفق النفسي:

1- من الاجراءات الضرورية التي على الباحث القيام به هو اجراء تجربة استطلاعية قبل قيامه بتجربته النهائية بهدف اختيار اساليب البحث وأدواته , وقد اجريت التجربة الاستطلاعية على عينة قوامها (8) لاعبين من لاعبي نادي خانقين للشباب اختيروا بطريقة عشوائية, وتم اجراء هذه التجربة يوم السبت الموافق (18 / 9 / 2022) , فالتجربة الاستطلاعية هي تجربة مصغرة مشابهة للتجربة الاساسية والهدف من اجرائها هو عدة امور منها : معرفة الوقت اللازم للإجابة , التأكد من وضوح التعليمات للمفحوصين وتكون تدريباً عملياً للباحث للوقوف على السلبيات والايجابيات التي تواجهه أثناء التطبيق الرئيسي للمقياس.

11- الاسس العلمية لمقياس التدفق النفسي :

أولاً: الصدق: يعد الصدق من الخصائص المهمة للاختبارات والمقاييس , فالمقياس الصادق هو الذي لا يقيس شيئاً غير الصفة التي صمم من اجلها المقياس, وللتأكد من صدق مقياس التدفق النفسي فقد استخدم الباحث الصدق الظاهري عن طريق عرض المقياس على عدد من الخبراء كما في الملحق (1) , وتم التحقق من صدق المقياس من خلال اجماع الخبراء على صلاحية جميع فقرات المقياس.

ثانياً: الثبات: يعد الثبات ميزة من مميزات المقياس الجيد ومن المؤشرات الاحصائية المهمة التي يمكن من خلالها الحكم على دقة اداة القياس . وللتأكد من ثبات المقياس فقد استخدم الباحث طريقة الاختبار واعداد الاختبار وتكونت عينة الثبات من (8) لاعبين من لاعبي نادي خانتين للشباب وتم تطبيق المقياس يوم السبت الموافق (18 / 9 / 2022) وبعد اسبوعين وتحت نفس الظروف المشابهة لظروف التطبيق الأول تم تطبيق المقياس مرة اخرى على نفس العينة , ومن خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين تم التوصل الى معامل الثبات والذي بلغ (0.93) وهو معامل ثبات عال يمكن الاعتماد عليه .

12- استمارة قياس الاداء الهجومي :

من خلال اطلاع الباحث على المصادر والمراجع العلمية والدراسات المختصة بموضوع القياس توصل الى ان افضل طريقة لتحديد اداء اللاعب في المباراة هو الاعتماد على قرارات الطاقم التدريبي , فضلا عن المشرف الفني على الفريق اذ تم الاعتماد على استمارة تقييم مستوى اداء اللاعبين التي اعدها جبار فالح هزبر (هزبر؛ 2010: 63). تتكون هذه الاستمارة من ستة واجبات هجومية هي (المناولة - القدرة على التهديد - الجري الحر لاحتلال موقع مناسب - الاسناد في الهجوم - تغيير المركز - الخداع والتمويه) ويتم حساب الدرجة على النحو التالي: حساب (5) درجات للبديل (ممتاز) و (4) درجات للبديل (جيد جدا) و (3) درجات للبديل (جيد) و (2) درجتين للبديل (المتوسط) و (1) درجة للبديل (ضعيف) . قام الباحث بتوزيع الاستمارة على المدرب ومساعد المشرف الفني بتاريخ (2022/10/10) ثم اعتمد الباحث على درجات الاجابة التي يتم اعطاؤها للاعب من قبل المدرب والمساعد والمشرف الفني للفريق اذ يقوم الباحث بجمع درجات الاجابة لقياس مستوى الاداء الهجومي للاعبين , ثم يتم تقسيم مجموع درجات الاجابة على ثلاثة فنحصل على درجة مستوى اداء اللاعب .

13- التطبيق النهائي للمقياس :

بعد التأكد من صلاحية مقياس التدفق النفسي من حيث الصدق والثبات قام الباحث بتطبيق المقياس على افراد العينة البالغ عددها (15) لاعبا من لاعبي نادي خانتين للشباب بكرة القدم , علماً انه تم تطبيق المقياس بتاريخ (8 / 10 / 2022) , وقد تراوح زمن الاجابة على فقرات المقياس ال(38) بين (13 - 18) دقيقة. وقد قام الباحث بشرح اهمية البحث والتأكيد على اختيار البديل الذي يتلاءم مع ما يشعر به اثناء التدريب والمنافسة, والاجابة بموضوعية على جميع الفقرات, والتأكيد على سرية اجاباتهم من خلال عدم كتابة اسمائهم على ورقة الاستمارة وان الاجابة تستخدم لأغراض البحث العلمي ولا توجد اجابة خاطئة واخرى صحيحة.

بعد ذلك قام الباحثون بجمع الاستمارات من اللاعبين وتصحيحها بواسطة مفتاح التصحيح العشوائي وبذلك تكون درجة اللاعب الكلي هو مجموع درجاته على مواقف المقياس الـ (38) .

14- الوسائل الإحصائية:

قام الباحث باستخراج الوسائل الإحصائية (الوسط الحسابي , الانحراف المعياري , معامل الارتباط بيرسون , النسبة المئوية) باستخدام الحقيبة الاحصائية (SPSS)

15- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

✓ عرض ومناقشة نتائج الهدف الأول: تقييم مستوى عينة البحث على مقياس التدفق النفسي

جدول (1)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس التدفق النفسي

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	حجم العينة	المعالجة الإحصائية المتغيرات
3.287	148.38	15	التدفق النفسي

يتبين من جدول (1) أن الوسط الحسابي للتدفق النفسي لعينة البحث بلغت قيمته (148.38) في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري (3.287).

ولغرض تقييم مستوى عينة البحث اعتمدت المعايير الآتية لتفسير درجات عينة البحث على مقياس التدفق النفسي و كما هو مبين في الجدول (2)

جدول (2)
معياري تقييم درجات عينة البحث على مقياس التدفق النفسي

التقييم	النسبة المئوية	الدرجة على مقياس التدفق النفسي
متدني	اقل من 50 %	اقل من 95
متوسط	51-75 %	142.5 — 96.9
مرتفع	76 % فأكثر	144.4 فأكثر

و لدى حساب المتوسط الحسابي و النسبة المئوية لدرجات عينة البحث كانت النتائج كما في الجدول (3)

علم التربية البدنية

جدول (3)

تقييم مستوى عينة البحث على مقياس التدفق النفسي

التقييم	النسبة المئوية*	الوسط الحسابي	المقياس
مرتفع	77.89	148.38	التدفق النفسي

يتبين من نتائج الجدول (3) أن متوسط درجات عينة البحث على مقياس التدفق النفسي يساوي (148.38) و بنسبة مئوية (77.89) و هو مستوى يمكن تقييمه تبعاً للمعيار المعتمد

في الدراسة بأنه مرتفع و هذا يدل على أن لاعبي نادي خانقين للشباب يتمتعون بمستوى تدفق نفسي مرتفع

ويعزو الباحث ذلك الى أن الشباب يتميزون في هذه المرحلة بالاندفاع ومحاولة اثبات النفس والاستمتاع بالاداء وهذا الاستمتاع بالاداء والاستمتاع بتنفيذ الخطط وواجبات المدرب يعد دافعاً داخلياً يؤدي الى حدوث خبرة التدفق , كما ان التوازن بين التحديات والمهام المطلوبة وبين المهارات التي يمتلكها اللاعب يؤدي الى التركيز التام في الاداء والابتعاد عن القلق مما يؤدي بالوصول الى حالة التدفق وهذا ما اشار اليه عبدالجواد (2013) نقلاً عن ميهالي (1997) بأن مفهوم التدفق النفسي يعني احساس اللاعب بأن مهاراته مناسبة للتوافق مع مواجهة التحديات التي تعترضه في توجهه للهدف وفي مساره لنظام الفعل مما يحقق لنا جودة اداءه او تفاعلاته في مواجهة هذه التحديات وتوافر هذا الاحساس يفضي الى حالة من التركيز العام في واقع الأمر على مواجهة التحدي بما لا يترك مجالاً للقلق وهنا يختفي انشغال المرء بذاته ويصبح مندمج اندماج تام بالأداء (العبيدي؛ 2016:29).

✓ عرض و مناقشة نتائج الهدف الثاني : التعرف على العلاقة بين التدفق النفسي والاداء الهجومي لعينة البحث.

جدول (3)

يوضح حجم العينة والوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لعينة البحث على مقياس التدفق النفسي والاداء الهجومي

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	حجم العينة	المعالجة الإحصائية المتغيرات
3.287	148.38	15	التدفق النفسي
3.02	19.33	15	الاداء الهجومي

يتبين من جدول (3) أن الوسط الحسابي للتدفق النفسي لعينة البحث بلغت قيمته (148.38) درجة في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري (3.287) درجة وحجم العينة بلغ (15) لاعباً أما الوسط الحسابي للاداء الهجومي لعينة البحث بلغت قيمته (19.33) درجة و بانحراف معياري قيمته (3.02) درجة.

جدول (4)

يبين قيمة (ر) الجدولية والمحسوبة وحجم العينة ودرجة الحرية ونوع المدلالة عند مستوى معنوية (0.05)

المدلالة عند مستوى	قيمة (ر)*الجدولية	قيمة (ر) المحسوبة	درجة الحرية	حجم العينة	المعالجة الإحصائية المتغيرات
(0,05)	0.51	0.604	13	15	التدفق النفسي

- عدنان حسين و يعقوب عبد الله أبو حلو ؛ الأسس المنهجية والاستخدامات الإحصائية في البحوث العلوم التربوية والإنسانية ، ط1 : (عمان ، إثناء للنشر والتوزيع ، 2009)
- محمد أزهر سعيد السماك (وآخرون)؛ الأصول في البحث العلمي : (الموصل، مديرية مطبعة جامعة الموصل ، 1980)
- محمد عبد الجواد (2013)؛ حالة التدفق (المفهوم ، الابعاد ، القياس)، اصدارات شبكة العلوم النفسية العربية، الكتاب الالكتروني لشبكة العلوم النفسية .
- هوار معصوم عزيز؛ التدفق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية على وفق بعض المتغيرات لدى منتسبي مراكز الشباب في محافظة دهوك، 2021 .



المؤتمر العلمي الدولي الثامن لعلوم الرياضة