



الجلسات النفسية الارشادية المقترحة وأثرها في تطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي لدى حكام كرة القدم للصالات

أ.م.د. رياض عبد الحمزة مرزه/العراق المديرية العامة لتربية ذي قار

الهـ 07802761754 alharryad@gmail.com

ملخص البحث

أصبح الارشاد النفسي مجالاً مستقلاً من مجالات علم النفس ، وله أطره العلمية الرصينة ، فقد استقلّ بأساليبه ونظرياته المعرفية والسلوكية ، حيث تقوم المؤسسات والجهات الرياضية ببذل مجهودات كبرى ؛ لتهيئة الظروف وتسخير الامكانيات المتاحة لتحقيق غايتها وهي الوصول إلى قمة المستويات في المجال الرياضي ولاسيما كرة القدم للصالات؛ فإن أهمية البحث تكمن في إعداد جلسات نفسية ارشادية لتطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي ؛ لتخفيف الضغوط المسببة على حكام كرة القدم الأمر الذي حفّز الباحث إلى إعداد الجلسات لمعرفة أثرها على عينة البحث. أن مشكلة الدراسة الحالية تتجلى في أن أغلب حكام كرة القدم للصالات يعانون من تعرضهم للضغوطات من مجالات مختلفة (اقتصادية ، واجتماعية ، ونفسية ، وبيئية، وثقافية) ، فضلاً عن القلق والتوتر الذي ينتابهم أثناء البطولات خوفاً من النتائج، واستخدام الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة البحث حيث قام بإعداد جلسات نفسية ارشادية طبقها على مجموعة البحث التجريبية وكانت اهم الاستنتاجات تفوق المجموعة التجريبية التي استعملت الجلسات النفسية الارشادية المقترحة بأداء عملها ، فقد حققت تطوراً في (النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي) قيد الدراسة افضل من المجموعة الضابطة وان أهم ما اوصى به الباحث هو ضرورة استخدام الجلسات النفسية الارشادية في تطوير حكام كرة القدم للصالات.

كلمات مفتاحية : الجلسات النفسية الارشادية ، النضج الانفعالي ، الانتباه الانتقائي

The proposed psychological counseling sessions and their impact on developing emotional maturity and selective attention among futsal football referees

Prof. Dr. Riyad Abdel Hamza Marza

Iraq-07802761754 General Directorate of Dhi Qar Education

alharryad@gmail.com

Research Summary

Psychological counseling has become an independent field of psychology, and has its own solid scientific frameworks. It has become independent in its cognitive and behavioral methods and theories, as sports institutions and bodies are making great efforts; To create the conditions and harness the available capabilities to achieve its goal, which is to reach the highest levels in the sports field, especially futsal; The importance of the research lies in preparing psychological counseling sessions to develop emotional maturity and selective attention. To reduce the pressure placed on football referees, which prompted the researcher to prepare the sessions to determine their impact on the research sample. The problem of the current study is that most futsal referees suffer from exposure to pressures from various fields (economic, social, psychological, environmental, and cultural), in addition to the anxiety and tension that they experience during tournaments for fear of the results.



The researcher used the experimental method to suit the nature of the research, as it He prepared counseling psychological sessions and applied them to the experimental research group. The most important conclusions were that the experimental group that used the proposed counseling psychological sessions was superior to the performance of its work. It achieved better development in (emotional maturity and selective attention) under study than the control group. The most important thing that the researcher recommended was the necessity of using the sessions. Guiding psychology in developing futsal football referees.

Keywords: psychological counseling sessions, emotional maturity, selective attention

1 - المقدمة وأهمية البحث :-

أصبح الارشاد النفسي مجالاً مستقلاً من مجالات علم النفس ، و له أطره العلمية الرصينة ، فقد استقلَّ بأساليبه ونظرياته المعرفية والسلوكية ، و الإنسان السوي بطبيعته التكوينية يميل إلى تلقي الإرشاد والاستماع إلى النصح من الآخرين سواء كانوا الوالدين أم المدرسين أم المدربين أم المهتمين علمياً في مجال تخصصهم؛ لأجل الاسترشاد بأرائهم، واحتذاء أفكارهم ، واتباع مناهجهم وهو بذلك يوفّر على نفسه المحاولات التي تكون صبغتها الفشل في مواجهة المشكلات التي يواجهها.

تقوم المؤسسات والجهات الرياضية ببذل مجهودات كبرى ؛ لتهيئة الظروف وتسخير الامكانيات المتاحة لتحقيق غايتها وهي الوصول إلى قمة المستويات في المجال الرياضي ولاسيما كرة القدم للصالات؛ لما تتمتع به هذه اللعبة من اهتمام كبير وعناية واسعة قد اكتسبتها من خلال الإثارة والتشويق والحماس والتنافس الذي اتّصفت به ، ومن أهم هذه الجهود التي سخرت للنهوض بلعبة كرة القدم للصالات والارتقاء بها وتطويرها هي التخطيط العلمي الدقيق المدروس من قبل جميع المسؤولين والباحثين والعاملين في مجال كرة القدم للصالات .

ومن الطبيعي أنّ الاتجاهات وكذلك الضغوط النفسية يمكن تعديلها وتغييرها بإهمال بعضها واستبدالها باتجاهات مستجدة تنماشى مع طبيعة الأنماط السلوكية ، فإنّ الحكم ينمو نفسياً وتنمو طاقاته العقلية ويكتسب اتجاهات جديدة تكون كفيلة بتعديل بعض اتجاهاته القديمة ، أو التخلص من بعضها .

إنّ عملية تطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي لحكام كرة القدم للصالات تتطلب زيادة المؤثرات المؤيدة للاتجاه الجديد ، والإقلال من المؤثرات المضادة أو كلا الأمرين معاً .

وتعد التقنيات المعرفية الحديثة (منظومة فينّا) من أشهر تقنيات علم النفس ؛ لقدرتها على اعطاء مؤشرات وإضفاء بيانات دقيقة عن القدرات المعرفية ، فتكشف عن مستوى النضج الانفعالي الذي يعدّ من أهم عوامل الضبط الانفعالي والانتباه الانتقائي لدى حكام كرة القدم للصالات، فهذه التقنيات الحديثة تعطي معلومات وبيانات دقيقة تُمكن الباحث من وضع المناهج وتطوير الأساليب البحثية؛ للارتقاء بمستوى البحث العلمي ، وتحقيق الأهداف المطلوبة ، وهي الوصول إلى نتائج دقيقة تُمكنه من الاعتماد عليها في تشخيص المشكلات ومعالجتها والتغلب عليها وتطوير العينات التي يقوم بالعمل عليها وتعميم النتائج بطريقة علمية رصينة. ووفقاً لما تقدّم فإنّ أهمية البحث تكمن في إعداد جلسات نفسية ارشادية لتطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي ؛ لتخفيف الضغوط المسببة على حكام كرة القدم الأمر الذي حفّز الباحث إلى إعداد الجلسات لمعرفة أثرها على عينة البحث .



2-1 مشكلة البحث:

إنَّ التدريب والعلوم المساندة في مجالنا الرياضي يتوجَّه جُلَّ اهتمامه إلى التَّألق والتفوق في البطولات ؛ لغرض زيادة الطرق والوسائل الإيجابية التي تسهم بشكلٍ مباشرٍ في الانضباط النفسي وتطويرها وتقويمها ؛ للتغلب على السلبيات قدر المستطاع ، ولتحقيق الانجازات وفي الوقت ذاته تحدُّ وتقلِّل من العوامل السلبية التي تُضعف البطولات وتؤثر فيها ، فالأعمال البدنية تخضع في فعلها لتصورات ذهنية وأنماط فكرية تعمل على توجيهها ، فهي بمثابة أداة تحكم تؤثر في الجسم فيستجيب لها .

ومن خلال خبرة الباحث، وتطلُّعه ومشاهدته للعديد من البطولات سواء كانت على مستويات محلية أم على مستويات عربية لاحظ أنَّ مشكلة الدراسة الحالية تتجلى في أنَّ أغلب حكام كرة القدم للصالات يعانون من تعرضهم للضغوطات من مجالات مختلفة (اقتصادية ، واجتماعية ، ونفسية ، وبيئية، وثقافية) ، فضلاً عن القلق والتوتر الذي ينتابهم أثناء البطولات خوفاً من النتائج، وهذا ينعكس سلبياً على أدائهم ، و يؤدي إلى ضعف المستوى وركاكته في قيادة المنافسات وإدارتها ،ولذا كان من الضروري تطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي لحكام كرة القدم للصالات، وهذا يؤدي إلى الارتقاء بمستوى الحكام وكبح العوامل السلبية المؤثرة في إدارة البطولات ؛ لذا ارتأى الباحث إعداد جلسات نفسية ارشادية؛ لتخطي الاضطرابات والمشاكل ووضع الحلول المناسبة لها ، والتعرف على مدى تأثيرها الإيجابي على (النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي)؛ لأنَّ الجلسات النفسية الارشادية تعدُّمن العوامل المهمة والمتَّمة للعوامل البدنية ، فهي من الوسائل العلاجية النمائية والوقائية التي تشجع الحكم وتجعله يحتفظ بمستوى أداء جيد يفرض فيه سيطرته على إدارة المباريات.

3-1 أهداف البحث:

- 1 -تهيئة جلسات نفسية ارشادية مقترحة في تطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي لحكام كرة القدم للصالات.
- 2 - التعرف على تأثير الجلسات النفسية الارشادية المقترحة في تطوير النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي لحكام كرة القدم للصالات.
- 3 - التعرف على الفروقات التي تظهر بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث.
- 4 -التعرف على الفروق بين نتائج الاختبارات البعدية للمجموعتين التجريبية والضابطة في متغيرات البحث.

4-1 فرضيات البحث:

- يفترض الباحث ما يلي :
- 1 - هنالك فروق ذات دلالات احصائية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعتين (الضابطة والتجريبية) في متغيرات البحث.
 - 2 - هنالك فروق ذات دلالات احصائية بين المجموعتين (الضابطة والتجريبية) في الاختبارات البعدية في متغيرات البحث ولصالح المجموعة التجريبية .

5-1 مجالات البحث

- 1-5-1 المجال البشري : حكام كرة القدم للصالات في محافظة ذي قار.



1-5-2 المجال الزمني : الفترة من 2024/1/3 ولغاية 2024/3/3 .

1-5-3 المجال المكاني: المختبر النفسي وقاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ذي قار

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

1-2 منهج البحث:

استعمل الباحث في دراسته المنهج التجريبي المكوّن من مجموعتين (المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية)؛ لأنّ طبيعة البحث تقتضي اعتماد هذا المنهج ؛ كونه "يعدّ من أكثر الوسائل كفاية في الوصول إلى معرفة موثوق بها". (1 : 83)

2-2 مجتمع وعينة البحث:

انتقى الباحث مجتمع البحث بالطريقة العمدية ، فوجّه اختياره إلى حكام كرة القدم للصالات في محافظة ذي قار والبالغ عددهم (48) حكماً وبنسبة (100%) ، وقد اعتمد الباحث طريقة القرعة لاختيار عينة البحث ، وبلغت (26) حكماً وبنسبة (54.16%) بواقع (13) حكماً لكل مجموعة فضلاً عن اشتراك (13) حكماً في التجربة الاستطلاعية، وقد وتمّ استبعاد (9) من الحكام بسبب عدم الحضور، وتعرض بعضهم للإصابات الرياضية .

2-3 الادوات والاجهزة والوسائل المستخدمة في جمع المعلومات:

- 1_ المقابلات الشخصية.
- 2_ استمارات لسحب البيانات وتفرغها.
- 3_ الاختبار والقياس.
- 4_ منظومة اختبار فينا.
- 5_ المصادر والمراجع .

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-1 تحديد الاختبارات المستخدمة:

2-4-2 اختبار النضج الانفعالي، وكالاتي:

- اختبار ردود الأفعال غير الصحيحة وتكون مؤشراً سلبياً تبين قلّة النضج الانفعالي، وعدم التمكن من السيطرة على النفس .
حيث تمّت كالاتي:

المرحلة الاولى: الفحص والقياس والتشخيص حسب منظومة فيينا Vienna Test System ، وأجريت على النحو الآتي:

قام الباحث بإدخال البيانات الخاصة بكلّ مختبر من حيث: الاسم والجنس والعمر، وكذلك التحصيل الدراسي ورقم المجموعة والتاريخ.

المرحلة الثانية : القياس الفعلي:

القياسات النفسية المخصصة بالنضج الانفعالي حسب منظومة فيينا Vienna Test System للفحص والقياس والتشخيص ، وقد أجريت على النحو الاتي:



- 1- قبل الشروع بإجراء الاختبارات القبلية لعينة البحث للمجموعتين (الضابطة ، التجريبية)، قام الباحث مع فريق العمل المساعد، بشرح وتوضيح كيفية تطبيق أداء الاختبار المخصص بالنضج الانفعالي حسب منظومة Vienna test System، المختصة بالفحص والقياس والتشخيص.
- 2- قام الباحث مع فريق العمل المساعد بإجراء القياسات والفحوصات للمجموعتين (الضابطة ، التجريبية) حسب منظومة Vienna test System والمعنية بالفحص والقياس، لتشخيص مستوى النضج الانفعالي لعينة البحث.

1 - شكل الاختبار:

يكون للاختبار شكل قياسي واحد بأربعين محفز ضوئي، عشرون محفزاً من الجهة اليسرى، وعشرون محفزاً من الجهة اليمنى وتظهر في الوقت نفسه دائرة باللون الأحمر على الشاشة وتكون حركتها (الدائرة الحمراء) باتجاهات مختلفة حيث يعمل المختبر بمتابعتها باليد من خلال التأشير عليها بمؤشر الماوس وباللحظة نفسها يتم اصدار المحفز الضوئي من إحدى جهتي المنظومة ، إذ يجب على المختبر أن يقوم بالضغط على دواسة القدم تأكيداً على رد الفعل الصحيح عند ظهور المحفز الضوئي بالتناوب من إحدى الجهتين.

2- زمن الاختبار:

يتطلب أداء الاختبار المطلوب وقتاً زمنياً يقارب خمس عشرة دقيقة، ويتضمن هذا الوقت التعليمات ومرحلة التمرين.

2 - 4 - 3 القياسات النفسية المخصصة بالانتباه الانتقائي:

➤ 2-4-2 اختبار الانتباه الانتقائي : (2 : 32)

1- وصف الاختبار:

تُعرض في منتصف الشاشة نقطة مركزية في مدد عشوائية يرافقها عرض منبهات على شكل خطوط أفقية أو عمودية ، فعند ظهور المنبه ذو الخطوط الأفقية يقوم المختبر بالضغط على الزر الحامل لكلمة (ok) بأسرع وقت ممكن، وفي الوقت نفسه لا يقوم المختبر بإصدار أي رد فعل نحو المنبه الذي يظهر بخطوط عمودية.

2- تطبيق الاختبار:

تبدأ المرحلة الأولى من الاختبار بإظهار رسالة على الشاشة يكون مضمونها توجيه المختبرين وتحفيز أذهانهم للاستجابة السليمة أثناء ظهور المنبهات ؛ بغية الحصول على ردود أفعال إيجابية وسليمة ، وتحذيرهم أن الإجابات تحتسب غير صحيحة في حال قيام المختبر باستباق ظهور المنبه وإصدار ردود أفعال غير صحيحة نحوه ، علماً أن مرحلة الاختبار لا تنتهي إلا بعد قيام المختبر برد فعل صحيح، وبهذه الحالة يسقط تركيز النظر على النقطة المركزية المحددة بمنتصف الشاشة. وهذا الاختبار يتطلب القيام بأمرين :
الأول : يتوجب على المختبر القيام بالضغط على زر (ok) وبأقصى سرعة ممكنة عندما يظهر التنبيه بالخطوط الأفقية.

الثاني : يجب على المختبر أن لا يستجيب عندما يعرض له حافزاً مع الخطوط العمودية.

3- زمن الاختبار: يقتصر زمن اختبار الانتباه الانتقائي على (دقيقتين) فقط باستثناء مرحلة التجريب الخاصة بالاختبار.

2-5 التجربة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية بتاريخ 3 / 1 / 2024 المصادف يوم الاربعاء؛ لغرض الحصول على نتائج دقيقة وسليمة من شأنها تلافي ظهور الأخطاء التي قد تحصل في التجربة الرئيسية، واتباع السياقات والقوانين العلمية بإجراءات البحث ، حيث بلغ عدد أفراد العينة المدروسة (ثلاث عشرة حكماً) من حكام كرة القدم للصالات في محافظة ذي قار، وللوقوف على دقة اختبارات البحث وصلاحياتها ولتجنب المعوقات التي



قد تظهر مستقبلا ومعالجتها قدر الإمكان للحد من ظهورها ، ومعرفة مدى كفاءتها والتأكد من عمل الأجهزة المستخدمة واختباراتها فقد أظهرت التجربة النتائج الآتية :

1. سلامة الأجهزة المستخدمة لتنفيذ الاختبارات .
2. طبيعة المختبرين واستعدادهم لأجراء الاختبارات.
3. تشخيص الأخطاء المحتملة الحصول عند تطبيق التجربة الرئيسة وتجنبها.
4. مدى كفاية فريق العمل المساعد واستعدادهم في أداء عملهم بإجراء الاختبارات .
5. معرفة الوقت الكافي وتحديد إجراءات الاختبارات وتنفيذها .

2-6-1 الاختبارات القبلية:

أجرى الباحث بمعية الفريق المساعد له الاختبارات القبلية لمجموعتي البحث (التجريبية، والضابطة) قبل الشروع بتنفيذ الجلسات النفسية الارشادية المقترحة بتاريخ (2024 / 1/7) المصادف يوم الاحد على قاعة المختبر النفسي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ذي قار ؛ وذلك من أجل تحديد مستوى النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي لدى عينة البحث.

2-6-2 تكافؤ عينة البحث:

قام الباحث بإجراء التكافؤ بين المجموعتين (التجريبية والضابطة) ؛ لتجنب العوامل التي من المحتمل أن تكون مؤثرة في نتائج التجربة الرئيسة ، وقد تم تحليل البيانات الخاصة بنتائج الاختبار القبلي للعينة ، وكما مبين في الجدول (1)، فلاحظنا العشوائية في متغيرات الدراسة ، وهذا إن دل على شيء فإنما يدل على تكافؤ المجموعتين .

جدول رقم (1) يبين تكافؤ عينة البحث بالمتغيرات المدروسة

القياسات والاختبارات	الضابطة		التجريبية		قيمة (ت)	المعنوية الحقيقية	دلالة الفروق
	ع	س	ع	س			
النضج الانفعالي	1.840	3.733	2.539	4.15	0.249	0.80	عشوائي
الانتباه الانتقائي (سرعة رد الفعل)	6,048	40.370	5,473	41,059	1,857	0,716	عشوائي
الانتباه الانتقائي (التحكم برد الفعل)	6,438	30,105	4,220	30,050	1,234	0,225	عشوائي

أشارت النتائج التي اتضحت من خلال الجدول رقم (1) إلى أن الفرق في الاختبارات الخاصة بمتغيرات البحث التي أجريت بين المجموعتين المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية في اختبارات النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي إلى عدم وجود فروق معنوية بينهما ، فوجدت أن قيمة (ت) المحسوبة للمتغيرات أقل من قيمة (ت) الجدولية وهذا يدل على تكافؤ العينة في جميع اختبارات البحث.

2 - 7 التجربة الرئيسة:

قام الباحث بإجراءات تطبيق التجربة الرئيسة بعد أن تحقق من الأسس العلمية للاختبارات والجلسات النفسية الارشادية المقترحة مع مراعاة مستوى العينة من الناحية العلمية معتمداً في ذلك على طرائق التدريس الحديثة ، وآراء المختصين في علم النفس الرياضي ، وكذلك آراء المختصين والخبراء بكرة القدم للصالات ، وقد استغرقت مدة التجربة (8) أسابيع وبواقع جلستين في كل اسبوع وقد طبقت على حكام كرة القدم للصالات في محافظة ذي قار بتاريخ 2024/1/9 لغاية 2024/2/28.



2- 7- 1 تطبيق الجلسات النفسية الارشادية:

اعتمد الباحث على بعض الإجراءات في بناء الجلسات وكالاتي:-

أولاً:- النظرية المعرفية والنظرية السلوكية :-

أعتمد الباحث النظرية المعرفية والنظرية السلوكية في تطبيق جلساته النفسية الارشادية ؛ وذلك لمميزاتها التالية :

1- ترى النظرية المعرفية والنظرية السلوكية أن الارشاد النفسي لا يتطلب وقتاً طويلاً قياساً بالنظريات الأخرى.(3: 231)

2- إن النظريتين تعتمدان على أثر المرشد في إحداث التغييرات .

3- ترى النظرية المعرفية والسلوكية أن الأفعال السلوكيات غير المرغوب بها ما هي إلا نتيجة لأسباب عدة منها :

أ - تعلم واكتساب المعلومات الخاطئة .

ب_ التفكير بطريقة خاطئة ، أو النظر إلى الأمور بمنظار ضيق .

ج_ التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي تعمل على تحجيم العقل عن التفكير السليم ، فيكتسب الأفكار السلبية متأثراً بالوالدين أو المجتمع.

وايضاً النظرية المعرفية ترى العمل على احداث تغييرات في العمليات المعرفية وانماط التفكير الغير صحيحة.(4: 484)

ثانياً : الارشاد الجمعي :

اعتمد الباحث في الجلسات المقترحة على الارشاد الجمعي لأسباب عدة :-

1. استثماراً للوقت والجهد .

2. يؤدي الارشاد الجمعي دوراً هاماً في مساعدة الأفراد على تنمية ميولاتهم واتجاهاتهم، وتطوير قدراتهم من خلال الاستماع للمشكلات التي تواجههم ، ووضع الحلول المناسبة لها ، وبذلك يساعد الارشاد في التخفيف من الاضطرابات والتوترات النفسية ، ويسهم في فهم الذات وتنمية السلوك والأفعال المرغوب باكتسابها .

3. يعمل الارشاد الجمعي على تطوير مهارات التواصل ، ومنح الفرد الثقة بالنفس من خلال تبادل الآراء والتفاعل والتواصل والمشاركة في طرح الأفكار .

جدول (2)

يبين جلسات البرنامج وتاريخ انعقادها

ت	الجلسات	العنوان	تاريخ انعقادها
1	الجلسة الاولى	الافتتاحية	2024 /1/ 9
2	الجلسة الثانية والثالثة	لغة الجسد تعريفها وتأثيرها وطرق الاستفادة منها	2024/1/ 13-11
3	الجلسة الرابعة والخامسة	البرمجة اللغوية العصبية	2024 /1 / 17-15
4	الجلسة السادسة والسابعة	الاحترق النفسي ومدى تأثيره	2024 /1 / 24-22
5	الجلسة الثامنة	الكاريزما أهميتها والتدريب على اكتسابها	/ 1 / 31-29



2024		والتاسعة	
2024 / 2 / 7-5	أهمية التفكير الايجابي وفاعليته	الجلسة العاشرة والحادية عشر	6
/ 2 / 14-12 2024	الثقة بالنفس والرضا النفسي	الجلسة الثانية عشر والثالثة عشر	7
/ 2 / 21-19 2024	ادارة الوقت وتقدير الذات	الجلسة الرابعة عشر والخامسة عشر	8
2024 / 2/ 28-26	اتخاذ القرار والمراحل التي تسبقه	الجلسة السادسة عشر والسابعة عشر	9

- نموذج من الجلسات:

الجلسة الرابعة والخامسة :-

عنوان الجلسة: التعريف بالبرمجة اللغوية العصبية وأهميتها ومصادرها ومدى تأثيرها .

مدة الجلسة: ثلاثون دقيقة.

تاريخ الانعقاد: 15-17 / 1 / 2024.

مكان الانعقاد: تمّ انعقاد الجلسة في إحدى قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة/ جامعة ذي قار.

الهدف العام :

- 1- توضيح مفهوم البرمجة اللغوية العصبية .
- 2- توضيح مراحل وادوار تطور البرمجة اللغوية العصبية .
- 3- توضيح تأثير البرمجة اللغوية العصبية .
- 4-

الهدف الخاص :-

توضيح ما تتركه البرمجة اللغوية العصبية من اثار (نفسية -فسيولوجية -سلوكية) على الاشخاص.

الكيفية المتبعة في الجلسة :

لا بدّ في بداية الجلسة أن يمهد الباحث جلسته بتعريف البرمجة اللغوية العصبية وتوضيح أهميتها ، وبيان مدى تأثيرها في السلوك ، و ما تتركه من مؤثرات على نفسية الفرد تمكنه من استحصال مهارات معرفية وسلوكية باعتبارها قادرة على تكوين ميول واتجاهات قد تكون متلائمة مع شخصية الفرد وفي هذه الحالة تعمل على تدعيم تلك الميول والاتجاهات وتطويرها ، أو قد تكون مغايرة وهنا تقوم تحويل متبنياته إلى متبنيات أخرى قادرة على تطوير الشخص حيث تمكن الفرد من إعادة النظر بمفاهيم الانزعاج والحزن والألم أو الشعور بالاضطرابات التي تؤثر تأثيراً سلبياً على الفرد ، وهي نابعة من مصادر قد تكون عاطفية ،أو اجتماعية ،أو جسمية ،أو أسرية والنظر بصورة أخرى .



وفي هاتين الجلستين تتدرب المجموعة على تقييم المواقف والاهداف الضاغطة التي قد يتعرضوا لها وفهم طبيعة الاستجابات من خلال :-
أ- التدريبات الذهنية : وهي مرحلة تعليمية يزودون بها أفراد المجموعة بطبيعة البرمجة اللغوية العصبية، والآثار التي تتركها، ومراحلها، وأسبابها، والنتائج التي ممن الممكن الحصول عليها .
ب- اكتساب المهارات : و تهدف هذه المرحلة الى تنمية مهارات التعلم التي من الممكن أن تكتسبها المجموعة سواء كانت مهارات جسدية أم نفسية أم معرفية .
ج- التطبيقات وممارسة المهارات: والهدف من هذه المرحلة هو تشجيع ودعم أفراد المجموعة على ممارسة وتطبيق مهارات التعلم المكتسبة سابقاً .
2- 7- 2 الاختبارات البعدية:

بعد ان تم الانتهاء من تنفيذ الجلسات النفسية الارشادية قام الباحث بإجراءات الاختبار البعدي للمجموعتين (الضابطة -التجريبية) بتاريخ 3 / 3 / 2024 يوم الأحد في المختبر النفسي لكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة ذي قار؛ لغرض معرفة مدى تأثير مستوى حكام كرة القدم للصالات بالمتغيرات المدروسة، وكيفية التعامل معها ، وتطبيقها بصورة سليمة ، وقد ارتأى الباحث أن يجري هذه الاختبارات تحت الظروف نفسها التي أجريت بها الاختبارات القبلية من ناحية الوقت والمكان والأدوات والأجهزة وطريقة التنفيذ ؛ خوفاً من تأثير أداء عملهم بالمتغيرات الزمانية والمكانية ، وهذا ينعكس سلباً على تنفيذ عملهم .
2 - 7 - 3 الوسائل الاحصائية:

قام الباحث باستخدام النظام الاحصائي (spss) لتحليل النتائج ومعالجتها .
1-3 عرض النتائج الخاصة بالاختبارات القبلية والاختبارات البعدية للمجموعة التجريبية :

بعد ان تم تفريغ البيانات التي تخص الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعة البحث التجريبية ومعالجتها احصائياً من قبل الباحث وكما مبين في الجدول(3).

الجدول (3)

دلالة الاختبارات (القبلية والبعدي) للمجموعة التجريبية لمتغيرات البحث المدروسة.

يبين الجدول الثالث المعالم الاحصائية وقيمة (t) المحسوبة وكذلك الجدولية ويبين ايضا مستوى الدلالة بين الاختبارين القبلي والبعدي لمجموعتي البحث(الضابطة والتجريبية) لاختبار (النضج الانفعالي)

المجموعة	النضج الانفعالي- درجة				ف	ف هـ	قيمة (ت)	الدلالة المعنوية
	القبلي		البعدي					
	س	ع	س	ع				
الضابطة	373.	1.84	3.15	2.68	0.66	1.52	0.43	غير معنوي
التجريبية	4.17	2.53	0.23	0.71	3.83	0.87	4.39	معنوي

ان الجدول رقم (3) يبين النتائج الخاصة باختبارات (النضج الانفعالي- درجة) في الاختبارين (القبلي - البعدي) حيث بيّنت النتائج عدم وجود فروق معنوية في الاختبار لمجموعة البحث الضابطة ، وهذا يثبت أن الحالة المعنوية للعينة المدروسة بقيت نفسها في الاختبار القبلي والبعدي .
أما نتائج الاختبار للمجموعة التجريبية فقد كشفت لنا عن وجود فروق معنوية بين نتائج الاختبار (القبلي - البعدي) لمجموعة البحث التجريبية ، فجاءت النتائج الإيجابية الأكثرية لصالح هذه المجموعة ، وبالتحديد



لصالح الاختبار البعدي ، ولمعرفة حقيقة الفروق للأوساط الحسابية وكذلك الانحرافات المعيارية بين نتائج مجموعتي (التجريبية - الضابطة) في الاختبار البعدي، قام الباحث بعرض النتائج في الجدول رقم (4).

الجدول (4)

الجدول الرابع يوضح المعالم الاحصائية لمجموعتي البحث (التجريبية - الضابطة) في الاختبار البعدي لاختبار (النضج الانفعالي- درجة)

الاختبار	النضج الانفعالي- درجة				قيمة (ت)	الدلالة المعنوية
	التجريبية		الضابطة			
	س	ع	س	ع		
البعدي	0.233	0,716	3.156	2.686	5.64	معنوي

3-1-2 مناقشة نتائج اختبار (النضج الانفعالي):

بيّن الجدول رقم (3 و 4) النتائج الخاصة التي توصّل إليها الباحث باختبار النضج الانفعالي ، فكتشف عن وجود فروقاً معنوية بين نتائج الاختبارات القبلية والبعدية لعينة الدراسة (المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة) وجاءت النتائج الإيجابية لصالح مجموعة البحث التجريبية، وهذا يدل على قابلية الحكام في هذه المجموعة على التطور والتغير واكتساب مهارات جديدة في مجال النضج الانفعالي وللمجموعة التجريبية فقط .

ويرى الباحث أنّ هذا التطور الحاصل في مستوى النضج الانفعالي يعود إلى أسباب عدّة أهمها :

1_ التأثير الإيجابي الذي عكسته الجلسات المقترحة من الباحث على نفسية الحكام في أداء مهامهم
2_ قابلية حكام مجموعة البحث التجريبية على تطوير قدراتهم الانفعالية في عملهم ، ورغبتهم في الحصول على التدريب النفسي والارشادي .

3_ تشخيص مناطق القوة لديهم للمحافظة عليها ، ومناطق الضعف لتقويمها من خلال تطوير الإدراك والوعي والمقدرة على التحكمات الانفعالية ؛ لتحقيق التميز والنجاح والتفوق ممّا أسهم في تطوير نضجهم المعرفي والانفعالي. وقد لاحظنا هذا في الجدول الرابع، فقد بين مجموعة من الفروق المعنوية بين مجموعتي البحث (التجريبية- الضابطة) في الاختبار البعدي ولصالح مجموعة البحث التجريبية وهذا ما قصده مطر وديع (5 : 49) بقوله : "المقدرة على الوصول للانفعال أو توليده أو كليهما معا تعمل على تسهيل التفكير والقدرة على تفهم الانفعالات والمعرفة الانفعالية، والقدرة على تنظيمها لتطوير النضج الانفعالي والمعرفي وهذا ما أكدّه (Goldman Daniel، 1995) بقوله : إنّ " النضج الانفعالي أو الذكاء هو مجموعة من الامكانيات تتبلور في معرفة انفعالات الفرد وإدارتها وتخليق الدافعية". (6: 67)

ويرى الباحث أنّ القيام بأداء الجلسات النفسية الارشادية التي تنسجم وتتكيّف مع ذكاء الأفراد أمر لا بدّ منه ؛ لأنها تساعد على انتشار الوعي وتنمية القوة الادراكية للأفراد في إدارة المواقف ، والسيطرة عليها بشكل سليم .

ويعتقد الباحث أنّ تشخيص الأخطاء التي تصدر من الحكم أو اللاعب أو الجمهور والوقوف عليها بشكل دقيق ؛ لمعرفة الأسباب التي أدّت إلى ارتكابها ؛ لغرض معالجتها بعد انتهاء الجلسة لتطوير النضج الانفعالي والمعرفي للفرد وبأقل جهد ووقت ممكن ، وقد أشار (نجاح مهدي شلش، 2011) إلى أنّ "البرامج التعليمية تسهم بمساعدة الفرد في أن يتمكن من معرفة مستوى النضج الذي وصل إليه حتى يتمكن من تنظيم المواقف التي توصله إلى النتائج الصحيحة والمرغوبة كما و يتمكن من معرفة مسببات الأخطاء التي يرتكبها ". (7 : 118)

3-1-3 مناقشة نتائج اختبار (الانتباه الانتقائي):

الجدول (5)

يوضح الفروق بين الاختبارات القبلية والبعدية الانتباه الانتقائي لمجموعة البحث الضابطة



ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت المحسوبة (*)	Sig مستوى الثقة	نوع الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	الانتباه الانتقائي (سرعة رد الفعل)	درجة	40,370	6,048	46,117	4,704	4,601	0,000	معنوي
2	الانتباه الانتقائي (التحكم برد الفعل)	درجة	30,105	6,438	36,620	5,120	3,601	0,002	معنوي

الجدول (6)

يوضح الفروق بين الاختبارات القبلي والبعدي في الانتباه الانتقائي لمجموعة البحث التجريبية

ت	المتغيرات	وحدة القياس	الاختبار القبلي		الاختبار البعدي		قيمة ت المحسوبة	Sig مستوى الثقة	نوع الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	الانتباه الانتقائي (سرعة رد الفعل)	درجة	41,085	5,473	54,520	3,625	8,511	0,000	معنوي
2	الانتباه الانتقائي (التحكم برد الفعل)	درجة	30,050	4,220	45,910	3,504	14,424	0,000	معنوي

الجدول (7) يبين الفروق في الاختبار البعدي في قيم الانتباه الانتقائي لمجموعتي البحث (الضابطة - التجريبية)

ت	المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة ت المحسوبة	Sig	نوع الدلالة
			ع	س	ع	س			
1	الانتباه الانتقائي (سرعة رد الفعل)	درجة	46,117	4,704	54,520	3,625	6,247	0,000	معنوي
2	الانتباه الانتقائي (التحكم برد الفعل)	درجة	36,620	5,120	46,810	3,504	7,268	0,000	معنوي

من خلال ما بينته النتائج في الجداول (5- 6- 7) نلاحظ الفروق المعنوية بين مجموعتي البحث (الضابطة - التجريبية)، وقد كانت لصالح مجموعة البحث التجريبية في الاختبارات البعدية لقدرات الانتباه الانتقائي، ويعزو الباحث هذا الفرق لمجموعة البحث التجريبية إلى الجلسات النفسية الارشادية التي تم أخذها من قبل حكام كرة القدم للصالات، حيث أسهمت بدورها وبشكل كبير في تطوير الانتباه الانتقائي لديهم، وإثارة حواسهم وزياره وعيهم وقدراتهم على التركيز الجيد وانتقاء الانتباه الملئم الذي أسهم في زيادة قابليتهم الذهنية، وقد ظهر ذلك واضحاً من خلال الجلسات المقترحة التي تم تنفيذها ومحاولة تطبيق وممارسة ما تم التدرب عليه وبتكرارات مناسبة وحسب الجلسات.

إنَّ الارتقاء المعرفي ومعرفة ما يدور في خلجات النفس البشرية قد أسهم بشكل فعال في تدعيم تفكيرهم الايجابي وتقليص التفكير السلبي وزيادة قدراتهم العقلية المدروسة (الانتباه الانتقائي).



يرى الباحث ان الترابط الجيد بين تسلسل الجلسات ومحتواها له أهمية كبيرة في التطوير النفسي والارشادي، اذ لا يمكن ان يتم تطوير المتغيرات التي لها علاقة بالعمليات العقلية بشكل عشوائي ؛ لأنَّ قدرة المتدرب العقلية في التركيز مرتبطة بشكل مباشر في عملية الانتباه ، و مكملتها لها وهذا يؤدي إلى الاستجابات السريعة للمثيرات والحوافز والدوافع المحيطة بحكم كرة القدم للصالات و من خلالها يتمكن من الوصول إلى الأداء المطلوب ، وهذا ما أشار إليه عبد الله اللامي (8 : 25) بقوله : "إنَّ الانتباه مرتبط بحاستي البصر و السمع و من خلالها يستطيع الشخص الانتباه إلى ما مطلوب أن يؤديه"، فالتركيز والانتباه يسهّل عملية ردود الأفعال الجيدة من هذا نرى أنَّ رد الفعل تعبير عن العمليات العقلية المفسرة بالدماغ والخارجة منه عن طريق الاعصاب الحركية الى العضلات .

من خلال ما تم عرضه نلاحظ أن هناك تطور في مستوى الانتباه الانتقائي لدى حكام كرة القدم للصالات ، ويعزو الباحث سبب ذلك إلى انتظام العينة على التدريب المستمر خلال فترة التجربة الرئيسية، وتهيئة الظروف المناسبة للتدريب من قبل الباحث ، وإلى تأثير الجلسات التي أعدها الباحث ، فقد كان لها الأثر الإيجابي الواضح في تطوير الانتباه الانتقائي لدى المتدربين وذلك من خلال ملائمتها لمستوى عينة البحث، وعدد الجلسات وزمنها وتنوعها ، وهذا ما أكّده محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان (9: 115) بقولهما : "إنَّ الإحساس بالمهارة عقليا وبدنيا يساهم في تطويرها وخاصة إذا كان ضمن برنامج تدريبي يستند للمعايير العلمية التي تخضع لها العملية التدريبية".

لقد أثبتت الجلسات النفسية الارشادية قدرتها على توحيد رأي المتدربين بالاتجاه الصحيح من خلال تدريب المجموعة التجريبية عليها وأصبح التصرف باتجاه واحد ومحدد وهو التغلب على كافة الصعوبات النفسية التي قد تواجههم لنقادها أثناء التحكيم.

4 -الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات :

توصل الباحث من خلال دراسته إلى جملة من الاستنتاجات نوجزها فيما يلي :

- 1- تفوق المجموعة التجريبية التي استعملت الجلسات النفسية الارشادية المقترحة بأداء عملها ، فقد حققت تطورا في (النضج الانفعالي والانتباه الانتقائي) قيد الدراسة افضل من المجموعة الضابطة.
- 2- إنَّ اعتماد الجلسات النفسية الارشادية المقترحة حظي بترحيب واسع واهتمام كبير ونجاح وفاعلية لدى عينة البحث.
- 3- إنَّ استعمال الجلسات النفسية المقترحة يؤثر تأثيرا إيجابيا في نفوس الأفراد ، فقد أسهم في زيادة الرغبة والدافعية والحماس نحو اكتساب المعارف النفسية.
- 4- إنَّ اعتماد الجلسات النفسية الارشادية المقترحة يساهم في تحسين قدرة حكام كرة القدم للصالات على التعلم الذاتي.

4-2 التوصيات:

استنادا الى الاستنتاجات التي توصل اليها الباحث في هذه الدراسة يوصي بالاتي :



- 1 - ضرورة استخدام الجلسات النفسية الارشادية في تطوير حكام كرة القدم للصالات.
 - 2 - الاهتمام البالغ في الارشاد والاعداد النفسي في تطوير العمليات العقلية لمختلف لاعبي وحكام الالعاب والفعاليات الرياضية.
 - 3- ضرورة اجراء بحوث ودراسات مشابهة لحكام الألعاب والفعاليات الرياضية الاخرى.
- المصادر**
- 1- ريسان خريبط: أصول ومناهج البحث العلمي في التربية الرياضية ؛بغداد، مطبعة التعليم العالي، 1990.
 - 2 - هدى عبد الغني : منظومة اختبارات فينا تحديثاتها المتقدمة في التشخيص والتقييم النفسي ؛ بغداد ، مؤسسة دار الصادق الثقافية، 2018 .
 - 3 - حامد عبد السلام زهران : التوعية والارشاد النفسي ، ط2 ، القاهرة ، عالم الكتب للطباعة والنشر ، 1981 .
 - 4 - بشير صالح الرشدي ، راشد علي السهيل : مقدمة في الارشاد النفسي ، ط1 ، الكويت ، مكتبة الفلاح للنشر ، 2000 .
 - 5 -مطر وديع نيقولا. أثر برنامج تعليمي مستند الى نظرية الذكاء الانفعالي في مستوى الذكاء ودرجة العنف لدى طلبة الصف الخامس والسادس العدواني، رسالة دكتوراه، الجامعة الاردنية، 2004.
 - 6- Goldman Daniel. Emotional Intelligence, Bantman Books, New York. 1995, p;67.
 - 7- نجاح مهدي شلش. التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية، ط1: (بغداد، الايك للتصميم والطباعة، 2011)، ص118.
 - 8- عبدالله حسين اللامي : اساسيات التعلم الحركي ، العراق ، القادسية ، ط1 ، مجموعة مؤيد الفنية ، 2004.
 - 9- محمد حسن علاوي ومحمد نصر الدين رضوان : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة ، دار الفكر العربي، 2007 .