

فاعلية برنامج للإرشاد بالمعنى في الكفاءة الذاتية للاعبين المبارزة

أ.د. عزيمة عباس علي السلطاني

ملخص البحث

لا يعتمد الاداء الحركي للاعب المبارزة على الجوانب البدنية والمهارية والخططية فحسب بل يعتمد على قدرته في استخدام عقله او تفكيره عن طريق تحقيق عملية التوازن بين تلك الجوانب والجانب النفسي ومن ثم قدرته لتحقيق التوافق بين الكفاءة الذاتية المتمثلة ،مما دعى الباحث الى وضع برنامج ارشاد بالمعنى وهذا النوع من الارشاد يسعى الى جعل المسترشد واعيا بالتزامه ومسؤولياته مع ترك الحرية له في اتخاذ القرار بشأن ادراكه لنفسه كشخص قادر على تحمل السؤولية ونظرا لقلّة الدراسات والبحوث التي تبحث في مجال الارشاد بالمعنى فان ذلك دعى الباحث الى وضع برنامج ارشادي للاعبين المبارزة. لذا فقد هدف البحث الى إعداد برنامج (الارشاد بالمعنى) للاعبين المبارزة، الكشف عن الفروق في الكفاءة الذاتية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبارين القبلي والبعدي للاعبين عينة البحث، الكشف عن الفرق في الكفاءة الذاتية وهوية الانا للمجموعتين في الاختبارات البعدية. وتمثلت عينة البحث بمجموعة من لاعبي المبارزة في مدينة اربيل وكان منهج البحث هو المنهج التجريبي الذي تمثل بتطبيق برنامج الارشاد بالمعنى على المجموعة التجريبية وترك المجموعة الضابطة في ظروفها الاعتيادية وتوصلت الدراسة الى مجموعة من الاستنتاجات ومن اهمها فاعلية برنامج (الارشاد بالمعنى) على لاعبي المبارزة في إقليم كردستان، برنامج الإرشاد بالمعنى المُعد من قبل الباحث له تأثير واضح في مستوى الكفاءة الذاتية للاعبين المجموعة التجريبية، تطور لاعبي المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي في كل الابعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية.

كلمات مفتاحية : برنامج إرشاد ، الكفاءة الذاتية ، المبارزة

The Effectiveness Of A Counseling Program With Meaning In The Self-Efficacy Of Fencing Players

Prof. Dr. Adhima Abbas Ali Al-Sultani

The fencing player's motor performance does not only depend on the physical, skillful and tactical aspects, but also depends on his ability to use his mind or thinking by achieving a balance process between those aspects and the psychological aspect, and then his ability to achieve compatibility between the self-efficacy represented, which prompted the researcher to develop a guidance program in the sense and this type Guidance seeks to make the counselor aware of his commitment and responsibilities while leaving him with the freedom to make the decision regarding his awareness of himself as a person capable of assuming responsibility. Due to the lack of studies and research looking into the field of counseling in the sense, this called the researcher to develop a counseling program for fencing players. Therefore, the research aimed to prepare a program (guidance by meaning) for the fencing players, to reveal the differences in the self-efficacy of the experimental and control groups in the pre and post tests of the research sample players, to reveal the difference in the self-efficacy and ego identity of the two groups in the post tests. The research sample consisted of a group of fencing players in the city of Erbil, and the research methodology was the experimental one, which was represented by applying the

counseling program in meaning to the experimental group and leaving the control group in its usual conditions. Kurdistan Region

Keywords: counseling program, self-efficacy, fencing

1- التعريف بالبحث :

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

يعد الإرشاد فناً وعلماً ينسب إلى العلوم التربوية والنفسية، كما أنه خدمة فنية يمارسها المرشد المتخصص لكي يقوم بتقديم المساعدة "بشكل مباشر أو غير مباشر" لشخص بحاجة لها لمساعدته على التكيف الشخصي أو التربوي أو المهني أو هو فن من فنون العلاقات الاجتماعية التي تقوم على أساس علمي وتدريب عملي وفني في مراكز ومؤسسات متخصصة" (الحسيني ، 2011 ، ص 21).

ويعد الإرشاد بالمعنى هو أحد المدارس الإرشادية وهو التوجه الانساني ويتبع تطبيقات الارشاد الوجودي ويعد أسلوباً جديداً في الإرشاد النفسي ويعتبر مجاله أوسع من العلاج الوجودي، لأنه نجح في تطوير فنياته في الممارسة الإرشادية ضمن منظومة الإهتمام بالاتجاه الإنساني الذي يهتم بدراسة الإنسان كخبرة روحية إلى جانب كونه تركيب بيولوجي وعقلي قابل للنمو والتغيير والتسامي. (Frankl، 1976 ، P75).

وهناك مجموعة من الفنيات والانشطة المستخدمة من الاسس والمبادئ التي قدمها (فرانكل) في نظريته (الإرشاد بالمعنى)، والتي تؤكد على فردية الإنسان وأن لديه حرية إرادة وأن الجودة له معنى وله قيمة، ويمكن بمساعدة الإرشاد إكتشاف جوانب القوة والضعف وإستثمار طاقة الأصيلية في إيجاد المعنى والهدف في الحياة.

ويعد مفهوم الكفاءة الذاتية من المفاهيم النفسية ذات الأهمية، وذلك نظراً لما تسهم به في دافعية المتعلمين وتحفيز قدراتهم وإستثمار ميولهم بشكل فعال (السواط، 2015 ، ص97).

ويشير مصطلح الكفاءة الذاتية إلى معتقدات الفرد حول قدرته على تنظيم المخططات العلمية المطلوبة، وتنفيذها بغية تحقيق الأهداف المبتغاة، وهذا يعني أنه إذا اعتقد الفرد أنه يمتلك القدرة على إنجاز الأهداف المطلوبة فإنه يحاول جعل هذه الأشياء تحدث بالفعل. (أبو تينة ، 2011 ، ص111).

وتعد الكفاءة الذاتية بإعتبارها وسيطاً لمعرفة السلوك وتسهم في تحديد أشكال ودرجات الجهد الذي سيبذله الفرد، كما تسهم في تحديد أشكال ودرجات الجهد الذي سيبذله الفرد، وكذلك تسهم في كيفية إدراكه للمهام التي يمكن أن يقوم بها وبالتالي في إتخاذ القرار بالإقدام نحو أدائها أو الإمتناع عن ذلك، كما تؤثر المعتقدات بكفاءة الذات على عمليات الإنتباه والتفكير أو طريقة مساعدة الذات (facilitating)، أو بطريقة معينة للذات (Debilitating).

فالأفراد الذين يملكون إحساساً قوياً بالكفاءة الذاتية يركزون إنتباههم على تحليل المشكلة ويحاولون التوصل للحلول المناسبة. وبالمقابل فإن الأفراد الذين يساورهم الشك في الكفاءة الذاتية لديهم يحاولون إنتباههم إلى الداخل ويغرقون أنفسهم بالهموم عندما يواجهون البيئة الصعبة. فهم يهتمون بجوانب النقص وعدم الكفاءة الشخصية لديهم، كما يتصورون فشلهم الذي يؤدي بدوره إلى نتائج سلبية، وهذا النوع من التفكير السلبي يؤدي إلى التوتر والضغط ويحد من الإستخدام الفعال للقدرة المعرفية من خلال تحويل الإنتباه عن كيفية المتطلبات بأفضل شكل ممكن إلى إثارة القلق حول العجز الشخصي، وإحتمالية الوقوع بالفشل. (shunk، 2016، holme6، p82، 2003، p43)

وهنا تكمن أهمية البحث في بيان الكفاءة الذاتية للاعب، وكذلك وضع برنامج الإرشاد بالمعنى ودوره في خلق لاعب، يستطيع أن يكيف نفسه مع المواقف المتعددة التي يواجهها في التدريب والمنافسات، وهو ما سوف يمكن المدربين من الاستفادة من هذا المنهج في تنمية الفاعلية الذاتية.

1-2 مشكلة البحث:

لا يعتمد الاداء الحركي للاعب المبارزة على الجوانب البدنية والمهارية والخطية فحسب بل يعتمد على قدرته في استخدام عقله او تفكيره عن طريق تحقيق عملية التوازن بين تلك الجوانب والجانب النفسي ومن

ثم مقدرته لتحقيق التوافق بين الكفاءة الذاتية المتمثلة بالمجالات الخمسة واستغلال الفرص التي تتاح له بشكل جيد وفي أقصى وقت ممكن عند الاداء، مما دعى الباحث الى وضع برنامج ارشاد بالمعنى وهذا النوع من الارشاد يسعى الى جعل المسترشد واعيا بالتزامه ومسؤولياته مع ترك الحرية له في اتخاذ القرار بشأن ادراكه لنفسه كشخص قادر على تحمل المسؤولية ونظرا لقلّة الدراسات والبحوث التي تبحث في مجال الارشاد بالمعنى فان ذلك دعى الباحث الى وضع برنامج ارشادي للاعبين للمبارزة.

3-1 أهداف البحث:

- 1-3-1 إعداد برنامج (الارشاد بالمعنى) للاعبين للمبارزة.
- 2-3-1 الكشف عن الفروق في الكفاءة الذاتية للمجموعتين التجريبية والضابطة في الإختبارين القبلي والبعدي للاعبين عينة البحث.
- 3-3-1 الكشف عن الفرق في الكفاءة الذاتية وهوية الانا للمجموعتين في الاختبارات البعدية.

4-1 فروض البحث:

يفترض الباحث مايتي :

- 1-4-1 وجود فروق ذات دلالة معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الكفاءة الذاتية بين الإختبارين القبلي والبعدي ولصالح الإختبار البعدي.
- 3-4-1 وجود فروق ذات دلالة معنوية في الكفاءة الذاتية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية.

5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: لاعبي المبارزة بسلاح الشيش في اقليم كردستان.
- 2-5-1 المجال الزمني: من 2022-4-1 الى 2022-9-1
- 3-5-1 المجال المكاني: قاعة المبارزة - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة صلاح الدين - أربيل.

6-1 تحديد المصطلحات:

- (الارشاد بالمعنى):

عرّفه فرانكل "هو أحد أنواع الإرشاد التابع للمدرسة الإرشادية الوجودية في التوجه الإنساني، ويقصد به الإرشاد الموجه من خلال المعنى والذي يتضمن مجموعة من الأساليب والفنيات والاسس والمبادئ الأساسية والتي يتضمن من شأنها مساعدة الفرد على إكتشاف جوانب القوة والضعف في شخصيته، وتبصيره بالجوانب الإيجابية، والإمكانيات التي يمتلكها بدل من التركيز على الجوانب السلبية، وتركيز إنتباهه بعيداً عن ذاته والفنيات الأساسية في هذا الاسلوب هي القصد المعاكس، وصرف التفكير، والحوار السقراطي". (فرانكل، 2007، ص33).

- **الكفاءة الذاتية:**

مجموعة الأحكام الصادرة عن الفرد والتي تعبر عن معتقداته حول قدرته على القيام بسلوكيات معينة ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة وتحدي الصعاب ومدى مثابرتة لإنجاز المهام المكلف بها (باندورا، الزيات، 1999، ص 69) .

منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1منهج البحث:

إستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وهو منهج البحث الوحيد الذي يمكنه الإختبار لفروض العلاقات الخاصة بالسبب أو أكثر، كما أن هذا المنهج يمثل الإقترب الأكثر صدقاً لحل العديد من المشكلات العلمية بالصورة العملية والنظرية (علاوى، 1987، ص237).

التصميم التجريبي:

إستخدم الباحث التصميم التجريبي باستخدام مجموعتين متكافئتين (التجريبية والضابطة) ذي الاختبارين القبلي والبعدي لكل مجموعة يتوسطهما المتغير المستقل (المنهج الإرشادي للمجموعة التجريبية والمنهج

ت	أندية التطبيق	عدد اللاعبين	المجموعة ضابطة	المجموعة التجريبية	عينة الثبات والتجارب الإستطلاعية
1	نادي اكاد	5	3	2	0
2	نادي بيشكقوتن	6	2	2	2
3	نادي هندرين	7	2	2	3
4	نادي قلعة تركمان	4	2	2	0
5	نادي نالا	3	1	2	0
	المجموع الكلي	25	10	10	5

التقليدي للمجموعة الضابطة) .

3-2 مجتمع البحث وعينة

3-2-1 مجتمع البحث:

إشتمل مجتمع البحث على لاعبي المباراة فئة المتقدمين في إقليم كردستان للموسم (2021-2022) إذ بلغ مجتمع البحث لغرض تطبيق التجربة الأساسية للبحث وتكونت من (5) أندية بمجموع (20) لاعباً، و (5) لاعبين من ناديي بيشكقوتن وهندرين، كعينة للثبات والتجارب الإستطلاعية.

3-2-2 عينة البحث :

3-2-2-1 عينة البحث:

إشتملت عينة البحث على (20) لاعباً من أندية محافظة أربيل والتي هي (نادي اكاد) ب (5) لاعبين ونادي (بيشكقوتن) ب (4) لاعبين ونادي (هندرين) ب (4) لاعبين ونادي (قلعة تركمان) ب (4) ونادي (نالا) ب (3) لاعبين. وتم تقسيمهم عشوائياً بطريقة القرعة إلى مجموعتين، إذ بلغت المجموعة الضابطة (10) لاعبين والمجموعة التجريبية (10) لاعبين و (5) لاعبين من ناديي بيشكقوتن وهندرين، كعينة للثبات والتجارب الإستطلاعية كما هو مبين في جدول رقم (1).

جدول (1) يبين تفاصيل عينة التطبيق النهائي

3-3 تجانس وتكافؤ عينة البحث :

3-3-1 التجانس بين أفراد عينة البحث:

لتجنب تأثير العوامل التي تؤثر في نتائج التجربة من حيث الفروق الفردية الموجودة لدى العينة في (الكتلة والطول والتحصيل الدراسي والعمر التدريبي)، أجرى الباحث التجانس بين أفراد عينة البحث في المتغيرات كما مبين في الجدول رقم (2) .

جدول (2) يبين التجانس للاعبين عينة البحث

المتغير ات ووحدة القياس	كتلة / كغم	عمر / سنة	طول / سم	التحصيل لدراسي*	العمر التدريبي / سنة
الوسط الحسابي	67.16	33.91	175.33	4.25	4.08
الانحراف المعياري	5.25	0.79	3.25	0.75	0.90
معامل الالتواء	0.31	0.16	0.57	0.47	0.18

يتبين من الجدول رقم (2) أنَّ قيمة (معامل الالتواء) لكل من (الكتلة والعمر والطول والتحصيل الدراسي والعمر التدريبي) كانت (0.18، 0.47، 0.57، 0.16، 0.31) على التوالي وهي أقل من (± 1) وهذا يدل على أن أفراد العينة متجانسين في هذه المتغيرات.

في هذا المتغير (التحصيل الدراسي)، تم إعطاء الدرجات حسب المرحلة الدراسية : الاعمين درجة واحدة، والذين أنهوا المرحلة الابتدائية درجتان، والمرحلة المتوسطة ثلاثة درجات، والمرحلة الإعدادية أربعة درجات، ومرحلة البكالوريوس خمسة درجات.

3-3-2 تكافؤ عينة البحث:

من أجل إيجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث، قام الباحث باستخدام اختبار (T. Test) بين المجموعتين في متغير الدراسة (الكفاءة الذاتية)، كما هو مبين في جدول رقم (4).

جدول (3) يبين التكافؤ بين مجموعتي البحث

الدالة	قيمة الاحتمالية Sig	قيمة t المحتسبة	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		مجالات الكفاءة الذاتية
			ع $\pm$	س	ع $\pm$	س	
غير دال	0.60	0.85	3.802	40.30	4.575	38.60	الكفاءة الذاتية الرياضية
غير دال	0.91	1.12	5.996	41.20	4.452	38.40	الكفاءة الذاتية العقلية
غير دال	0.71	0.76	4.784	36.00	1.767	34.70	الكفاءة الذاتية الانفعالية
غير دال	0.40	0.66	3.173	35.50	5.425	36.90	الكفاءة الذاتية المعرفية
غير دال	0.53	1.29	3.688	22.40	3.259	20.27	الكفاءة الذاتية الاجتماعية
غير دال	0.58	1.55	21.42	175.4	19.47	168.87	الدرجة الكلية

مستوى الدلالة 0.05

يتبين من الجدول رقم (3) أن الفروق كانت غير دال بين أفراد مجموعة البحث في مجالات الكفاءة الذاتية حيث بلغت قيمة (t) في المجالات الكفاءة الذاتية (0.85، 1.12، 0.76، 0.66، 1.29) والدرجة الكلية (1.55) والقيمة الاحتمالية (0.60، 0.91، 0.71، 0.40، 0.53) والدرجة الكلية (0.58) على التوالي، وبما أن القيمة الاحتمالية جميعها أكبر من (0.05) فهذا يدل على عدم وجود فروق بين المجموعتين، وهذا يدل على أن المجموعتين الضابطة والتجريبية متكافئتين في مجالات الكفاءة الذاتية.

3-5-الأجهزة والوسائل والأدوات المستخدمة في البحث :

يستخدم الباحث الأجهزة والأدوات اللازمة والضرورية التي تساعد الوصول إلى البيانات المطلوبة وتحقيق أهداف البحث:

3-5-1 الأجهزة المستخدمة في البحث:

1. جهاز قياس الطول والوزن الألكتروني نوع (Detect)، أمريكي المنشأ.

2. جهاز حاسوب محمول نوع (TOSHIBA) ياباني المنشأ.

3-5-2. الوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:

1. المراجع والمصادر العربية والأجنبية.

2. آراء الخبراء والمختصين.

8. مقياس الكفاءة الذاتية.

12. الملاحظة الميدانية والمقابلات الشخصية مع ذوو الاختصاص.

13. إستمارة استبيان الخاصة بالكفاءة الذاتية الخاصة بالبحث.

14. التجربة الإستطلاعية.

3-6- أدوات البحث :

3-6-1 مقياس الكفاءة الذاتية:

استخدم الباحث مقياس الكفاءة الذاتية الذي قام ببنائه (يادكار سعيد 2022) الذي يتكون من (60) فقرة موزعة على (5) مجالات هي :

أولاً- مجال الكفاءة الذاتية الاجتماعية ويتكون من (9) فقرات التي تمثل الفقرات (1-9).
ثانياً- مجال الكفاءة الذاتية المعرفية ويتكون من (12) فقرة التي تمثل الفقرات (10-21).
ثالثاً- مجال الكفاءة الذاتية العقلية ويتكون من (13) فقرة التي تمثل الفقرات (22-34).
رابعاً- مجال الكفاءة الذاتية الانفعالية ويتكون من (13) فقرة التي تمثل الفقرات (35-47).
فقرة خامساً- مجال الكفاءة الذاتية الرياضية يتكون من (13) فقرة التي تمثل (48-60) فقرة وتغطي هذه المجالات (60) فقرة.
يتكون المقياس من (55) فقرة إيجابية. منها (5) فقرات سلبية هي (21، 33، 34، 39، 44) ، وتكون بدائل الإجابة الإيجابية هي (5) للإجابة موافق تماماً و (4) للإجابة موافق و (3) للإجابة موافق إلى حد ما و (2) للإجابة غير موافق و (1) للإجابة غير موافق على الإطلاق وبالعكس في حالة الفقرات السلبية والتي هي (1) للإجابة موافق تماماً و (2) للإجابة موافق و (3) للإجابة موافق إلى حد ما و (4) للإجابة غير موافق و (5) غير موافق على الإطلاق، لذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (300) درجة، والتي تمثل أعلى الدرجات، وأقل درجة يحصل عليها هي (60) درجة والتي تمثل أدنى درجة كلية على المقياس.

3 - الأساليب والفنيات الإرشادية المتبعة في البرنامج الإرشادي بأسلوب الإرشاد بالمعنى:

- 1- المناقشة
- 2- الحوار السقراطي
- 3- تعديل الاتجاهات
- 4- التحليل بالمعنى
- 5- أسلوب صرف التفكير
- 6- القصد العكسي
- 7- الواجب المنزلي (ملحق 2)

3-9 التجربة الإستطلاعية:

قام الباحث بالتجربة الإستطلاعية بتاريخ () على عينة مؤلفة من (5) لاعبين، وهم من ضمن مجتمع البحث، إذ تم فيها إجراء اختبار مقياس (الكفاءة الذاتية)، وإعطاء جلسة إرشادية ليست من ضمن ابرنامج، وكان الهدف من التجربة الإستطلاعية التعرف على مايلي :

- 1- معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد تواجه الباحث في اثناء التطبيق الفعلي للبرنامج الإرشادي.
- 2- الإجابة عن الإستفسارات والتساؤلات من قبل اللاعبين والأخذ بها عند التطبيق على عينته التجريبية.
- 3- التعرف على تقبل اللاعبين للمنهج الإرشادي.
- 4- التعرف على ملائمة مكان الجلسات والأجواء المصاحبة والإحتياجات المتاحة ببرنامج.

3-10 التجربة الرئيسية:

3-10-1 الاختبار القبلي:

بعد تحديد عينة البحث الأساسية المتمثلة بالمجموعتين التجريبية والضابطة، قام الباحث بالاختبار القبلي بتاريخ () على المجموعتين التجريبية والضابطة، من خلال مقياس (الكفاءة الذاتية وهوية الانا وسرعة الطعن ودقته) على العينة في قاعة المبارزة في كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية في جامعة صلاح الدين/ أربيل.

3-10-2 تطبيق برنامج الإرشادي :

هياً الباحث الظروف لتنفيذ برنامج الإرشاد بالمعنى، وبأشر بتطبيقه بالتعاون مع السيد المحاضر(د. سعيد نزار) على المجموعة التجريبية في قاعة المبارزة في كلية التربية البدنية والعلوم الرياضية، وإستغرق تطبيق البرنامج (42) يوماً، ابتداءً من (15/3/2021) ولغاية (26/4/2021). إذ تم خلال هذه المدة تطبيق برنامج الإرشادي بالإعتماد على الأسلوب الجماعي وطريقة المناقشة، وإستغرقت مدة تطبيق ابرنامج الإرشادي (6) أسابيع وبواقع جلستين إرشاديتين في كل إسبوع، ومدة الجلسة الإرشادية (45)

دقيقة، وكان عدد الجلسات الإرشادية (12) جلسة، وأقيمت الجلسات يومي (الأحد والإثنين) وفي الساعة (10:45) صباحاً. أما المجموعة الضابطة فلم تخضع إلى برنامج الإرشادي وبقيت في ظروفها الإعتيادية.

3-10-3 الإختبار البعدي :

قام الباحث بالإختبار البعدي بتاريخ ()، على المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وتحت الظروف نفسها التي تم فيها الإختبار القبلي، في إعطاء إستمارة الكفاءة الذاتية وهوية الانا للمجموعتين وإجراء إختباري سرعة الطعن ودقته.

3-11 الوسائل الإحصائية المستخدمة :

إستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (Spss) لإستخراج قيم المتغيرات للدراسة بالإعتماد على الوسائل الإحصائية الآتية:

1- الوسط الحسابي

2- الإنحراف المعياري

3- المعامل الإلتواء

4- الاختبار التائي للعينتين المستقلين

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

1-4 عرض الإختبارات القبليّة والبعديّة للمجموعتين التجريبية والضابطة لعينة البحث وتحليلها:

1-1-4 عرض نتائج الإختبارين القبلي والبعدي لمجالات الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية للمجموعة التجريبية وتحليلها :

جدول (4)

يبين الأوساط الحسابية والإنحرافات المعيارية وقيم (t) والقيمة الإحتمالية (sig) لمجالات الكفاءة الذاتية للمجموعة التجريبية في الإختبارين القبلي والبعدي

الدالة *	قيمة الإحتمالية sig	قيمة t المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		مجالات الكفاءة الذاتية
			± ع	س	± ع	س	
دال	0.00	16.15	3.199	54.30	3.80	40.30	الكفاءة الذاتية الرياضية
دال	0.00	11.29	5.011	54.00	5.99	41.20	الكفاءة الذاتية العقلية
دال	0.00	12.44	4.601	55.50	4.78	36.00	الكفاءة الذاتية الإنفعالية
دال	0.00	9.18	2.369	50.50	3.17	35.50	الكفاءة الذاتية المعرفية
دال	0.00	11.10	2.767	39.10	3.68	22.40	الكفاءة الذاتية الإجتماعية
دال	0.00	14.88	8.76	254.00	21.42	175.4	الدرجة الكلية

*معنوي عندما تكون القيمة الإحتمالية اقل أو تساوي (0.05)

يتبين من الجدول (4) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغير

(الكفاءة الذاتية) عند مستوى الدلالة (0.05)، إذ بلغت قيمة (t) لمجالات الكفاءة الذاتية

(16.15، 11.29، 12.44، 9.18، 11.10) لمجالات (الكفاءة الذاتية الرياضية، الكفاءة الذاتية العقلية، الكفاءة الذاتية الإنفعالية، الكفاءة الذاتية المعرفية، الكفاءة الذاتية الإجتماعية، والدرجة الكلية) على التوالي.

والإحتمالية هي : (0.00) للمجالات الخمسة والدرجة الكلية (14.88)، وبما ان قيمة الإحتمالية هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05) لهذه المجالات الخمسة والدرجة الكلية 2-1-4 عرض نتائج الإختبارين القبلي والبعدي لمجالات الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية للمجموعة الضابطة وتحليلها.

جدول (5)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) والقيمة الإحتمالية (sig) لمجالات الكفاءة الذاتية للمجموعة الضابطة في الإختبارين القبلي والبعدي

الدلالة *	القيمة الإحتمالية sig	قيمة t المحسوبة	الإختبار البعدي		الإختبار القبلي		مجالات الكفاءة الذاتية
			ع ±	س -	ع ±	س -	
دال	0.00	7.10	4.39	42.70	4.57	38.60	الكفاءة الذاتية الرياضية
دال	0.00	4.06	5.75	41.60	4.45	38.40	الكفاءة الذاتية العقلية
دال	0.00	7.96	4.17	41.10	1.76	34.70	الكفاءة الذاتية الانفعالية
غير دال	0.87	0.61	3.46	37.30	5.42	36.90	الكفاءة الذاتية المعرفية
دال	0.00	9.39	4.24	30.30	3.25	20.27	الكفاءة الاجتماعية
دال	0.004	4.65	10.69	190.40	19.41	168.8	الدرجة الكلية

*معنوي عندما تكون القيمة الإحتمالية اقل أو تساوي (0.05)

يتبن من جدول (5) وجود فروق ذات دلالات معنوية بين الإختبارين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة في بعض مجالات الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية. إذ حققت المجالات التالية فروق معنوية وهي (الكفاءة الذاتية الرياضية، الكفاءة الذاتية العقلية، الكفاءة الذاتية الانفعالية، الكفاءة الاجتماعية والدرجة الكلية). إذ بلغت القيمة (t) لهذه المتغيرات (7.10، 4.06، 7.96، 0.61، 9.39) وبما ان القيمة الإحتمالية هي أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، فهذا يعني وجود فروق معنوية، وان مجال (الكفاءة الذاتية المعرفية) لم يحقق الفروق ذات الدلالة المعنوية إذا كانت قيمة الإحتمالية لهما (0.87) وهي أكبر من مستوى الدلالة البالغ (0.05)، أما بالنسبة للدرجة الكلية فقد كانت معنوية.

2-4-1 عرض نتائج الإختبارين البعدين للمجموعتين (التجريبية والضابطة) لمجالات الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية وتحليلها ومناقشتها.

جدول (6)

يبين الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) والقيم الإحتمالية لمجالات الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية للمجموعتين الضابطة والتجريبية في الإختبارين البعدين

الدلالة *	القيمة الإحتمالية sig	قيمة t المحسوبة	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		مجالات الكفاءة الذاتية
			ع ±	س -	ع ±	س -	
دال	0.00	6.75	3.19	54.30	4.39	42.70	الكفاءة الذاتية الرياضية

الكفاءة الذاتية العقلية	41.60	5.75	54.00	5.01	5.14	0.00	دال
الكفاءة الذاتية الانفعالية	41.10	4.17	55.50	4.60	6.99	0.00	دال
الكفاءة الذاتية المعرفية	37.30	3.46	50.50	2.37	9.94	0.00	دال
الكفاءة الذاتية الإجتماعية	30.30	4.24	39.10	2.77	5.49	0.00	دال
الدرجة الكلية	190.40	10.69	254.00	8.75	14.55	0.00	دال

معنوي عند مستوى دلالة $(0.05) <$

يتبين من الجدول (6) وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الإختبارين البعدين للمجموعتين التجريبية والضابطة لمجالات الكفاءة الذاتية والدرجة الكلية عند مستوى الدلالة (0.05) ، إذ بلغت قيمة (t) لمجالات الكفاءة الذاتية والمجموع الكلي $(5.49, 9.94, 6.99, 4.14, 6.75)$ وللمجالات (الكفاءة الذاتية الرياضية، الكفاءة الذاتية العقلية، الكفاءة الذاتية المعرفية، الكفاءة الذاتية الإجتماعية، الدرجة الكلية على التوالي، والدرجة الكلية (14.55) والإحتمالية هي (0.00) .

إذ كانت هناك فروق معنوية بين الإختبارين البعدين للمجموعة الضابطة والتجريبية في مجال (الكفاءة الذاتية الرياضية) ولصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث هذا الفرق إلى دور برنامج الإرشادي بالمعنى الذي ساعد اللاعبين على زيادة كفاءتهم الرياضية كما يشير (ريسان) أن "الإعداد النفسي الجيد من الظواهر الأساسية في الحقل الرياضي ويلعب دوراً كبيراً ومهماً في المجالات الرياضية، وكما له التأثير الفعال في وصول اللاعب إلى المستوى الذي يؤهله للإشتراك في المنافسات الرياضية وبالصورة التي يحقق معها الفوز وإنجاز مستوى عالي" (عطية، محمد عبدالرؤوف، 2009 ص 89). لهذا ظهر الفرق واضحاً بين لاعبي المجموعتين التجريبية والضابطة في هذا المجال، وهذا ما أكدته (علاوي، 1998، ص 48) هو "أن وصول اللاعبين إلى المستويات المتقدمة يتأسس على دافعية الرياضي على الإنجاز والتي يقصد بها إستعداد اللاعبين لمواجهة مواقف المنافسة ومحاولة التفوق عن طريق إظهار أكبر قدر من النشاط والمثابرة تعبيراً عن الرغبة في الكفاح والنضال من أجل التفوق في مواقف المنافسة الرياضية" (محمد حسن علاوي، 1998، ص 93).

حصلت (الدرجة الكلية) على فروق معنوية بين الإختبارين البعدين ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث سبب هذه النتيجة إلى فاعلية المنهج الإرشادي المستخدم في الدراسة لأفراد المجموعة التجريبية، الذي طبق عليهم المنهج الإرشادي بالمعنى، ويفسر الباحث هذه النتائج بأنها نتيجة طبيعية، نظراً لما لاحظته الباحث أثناء تطبيق المنهج الإرشادي من أنه قد أصبح لدى اللاعبين تفكير ورؤية أوضح نحو الكفاءة الذاتية بشكل عام، ومادار فيها من مناقشات وحوارات، ونمذجة وتفاعل. كما أن إتباع فنيات الإرشاد بالمعنى وبعض المفاهيم الأساسية في النظرية الإرشاد بالمعنى، كفنيات الحوار السقراطي، تحليل بالمعنى، تعديل الإتجاهات، أسلوب صرف التفكير، وفنية القصد العكسي، كان لها دوراً كبيراً في تطوير كفاءتهم الذاتية. كل ذلك كان سبباً في أن المنهج المستند على الإرشاد بالمعنى في هذه الدراسة كان فعالاً. كما يشير محمد حسن "يشكل لاعب المباراة إعتقاداً ذاتياً حول قدراته وتقييمه للمواقف التنافسية التي يمر بها، فإذا إعتقد لاعب المباراة بقدرته على أداء معين فإنه يقبل على تنفيذ الأداء المطلوب منه بحماس وثقة في الذات. أما إذا أدرك وإعتقد أن قدراته الذاتية لا تسمح له بالأداء المطلوب فهذا يعني إنخفاض فاعليته الذاتية" (علاوي، 1989، ص 275).

1-5 الإستنتاجات :

على ضوء النتائج التي تمخضت من البحث الحالي، فإن الباحث توصل إلى الإستنتاجات الآتية :

1. فاعلية برنامج برنامج (الارشاد بالمعنى) على لاعبي المباراة في إقليم كردستان.
2. برنامج الإرشاد بالمعنى المُعد من قبل الباحث له تأثير واضح في مستوى الكفاءة الذاتية للاعبي المجموعة التجريبية.
3. تطور لاعبي المجموعة التجريبية في الاختبار البعدي في كل الابعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية.
4. تطور لاعبي المجموعة الطابطة في الاختبار البعدي في كل الابعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية، باستثناء بعد الكفاءة الذاتية.
5. تفوق لاعبي المجموعة التجريبية على لاعبي المجموعة الطابطة في كل الابعاد والدرجة الكلية لمقياس الكفاءة الذاتية في الاختبار البعدي.
6. قلة وجود توجيهات الإرشادات النفسية أدت إلى عدم وجود فروق للمجموعة الضابطة.

2-5 التوصيات :

- في ضوء الإستنتاجات التي توصل اليها الباحث يوصى بما يأتي :
- 1- إمكانية الاستفادة من برنامج الإرشادي بالمعنى الذي أعده الباحث في مساعدة الرياضيين، ولاسيما لاعبي المباراة للتغلب على العقبات والمشاكل النفسية وتدريبهم على التعامل معها بكفاءة وفاعلية من أجل تثبيت السلوك الإيجابي لديهم، والحد من أن تتغلب العوامل والأمور الجانبية والتي تؤثر سلباً في مستوى أدائهم.
 - 2- الإهتمام بالإرشاد النفسي للاعبي المباراة وفق متطلبات هذه اللعبة جنباً إلى جنب مع الإعداد البدني والمهاري والخططي، ولتحقيق ذلك يجب العمل على فتح دورات للمدربين في كيفية تأثير النفسي لتمكينهم من التعامل مع الكفاءة الذاتية وهوية الانا للاعبين وتوجيهها لتناسب مع المواقف والظروف التي تواجههم في وحدات التدريب والمنافسات، وكذلك استخدام الأساليب والإستراتيجيات التي تُساعدهم في التخلص من الصعوبات والمشاكل النفسية التي قد يتعرضون لها.
 - 3- إستخدام مقياس الكفاءة الذاتية ، وكذلك لبقية الألعاب مستقبلاً ولاسيما للكشف عن اللاعبين الذين يعانون من الكفاءة الذاتية الواطئة والتي تؤثر في إنجازهم الرياضي، وجعلهم أكثر فاعلية في مواجهة مواقف المنافسة الصعبة والمتغيرة والتغلب عليها.
 - 4- ضرورة وجود المرشد النفسي الرياضي ضمن الفرق الرياضية، والإهتمام بتأهيل اللاعبين وتدريبهم على الإرشادات النفسية ومواجهة القلق، والثقة بالنفس والتي لها دور كبير في الإرتقاء بمستوى الأداء اللاعبين.
 - 5- يوصى الباحث بإجراء دراسات أخرى على الكفاءة الذاتية وعلى عينات أكبر من الجنسين.
 - 6- العمل على تعزيز مفهوم الكفاءة الذاتية لدى اللاعبين بشكل عام.

المصادر :

- أبو تينة والخلاية (2011): فاعلية الكفاء الذاتية في توكيد الذات في الجماعات. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاردنية .
- الزيات، (1999): علم النفس المعرفي، الجزء الثاني، القاهرة، دار النشر للجامعات، مصر.
- سواط، وصل الله، بن عبدالله حمدان (2015): فاعلية برنامج تدريبي قائم على نظرية التعلم المستند الى الدماغ في تنمية الكفاءة الذاتية الاكاديمية المدركة وبعض عادات العقل لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية الاداب، جامعة بنها، مصر.
- عطية، محمد عبدالرؤوف، رجب (2009): التدريب التوكيدي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة، مجلة الإرشاد النفسي، العدد 17،، عين شمس.
- علاوي، محمد حسن (1998): مدخل في علم النفس الرياضي، دارلفكر العربي، القاهرة.

- علاوي، محمد حسن وكاملة (1987): البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- علاوي، محمد حسن (1989): موسوعة الاختبارات النفسية والمهارية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- فرانكل، فيكتور (2007): الانسان والبحث عن معنى، معنى الحياة والعلاج بالمعنى (ترجمة طلعت منصور 2011) مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- F. (2003). Self-emage and Self-efficacy During ،D. and Maggiolo ،Boschini
32(5). Journal of Youth and Adolescence ،Adolescence

ملحق (1)

م / المقياس بصيغته النهائية مع التعليمات

عزيزي اللاعب

ادناه تعليمات مقياس الكفاءة الذاتية لدى لاعبي المبارزة في اقليم كوردستا، يرجو الباحث قراءتها والاجابة على فقرات المقياس وهي :

4. عدم كتابة الاسم.

5. ان اجابتكم ستحظى بسرية تامة ولن يطلع عليها احد.

6. مراعاة الصراحة والدقة ودون ترك اية فقرة بلا اجابة.

وضع علامة (✓) في الحقل الذي ينطبق عليك امام كل فقرة .

مثال للاجابة :

في المثال التالي تم اختيار لست موافق على اطلاق . لان المفحوص غير موافق اطلاقا على الجزء الاول من العبارة (اذا ظهرت عقبات اثناء التدريب او المنافسة الرياضية يمكنني ان اجد الوسائل المناسبة للتغلب عليها)

ت	العبارات	موافق تماما	موافق	موافق الى حد ما	غير موافق	غير موافق اطلاقا
	اذا ظهرت عقبات اثناء التدريب او المنافسة الرياضية يمكنني ان اجد الوسائل المناسبة للتغلب عليها					

ت	العبارات	موافق تماما	موافق	موافق الى حد ما	غير موافق	غير موافق اطلاقا

		حد ما			
1	إذا ظهرت عقبات اثناء التدريب او المنافسة الرياضية يمكنني أن أجد الوسائل المناسبة للتغلب عليها.				
2	استطيع التعبير عن الرأي عندما يكون اختلاف بيني و بين زملائي او المدرب في وقت التدريب او المنافسة الرياضية.				
3	استطيع التعامل بفاعلية مع احداث اثناء المنافسة الرياضية.				
4	استطيع العمل بانسجام مع زملائي اثناء التدريب الرياضي.				
5	التزم بانجاز المهام الرياضي التي توكل لي حتى لو كانت صعبة .				
6	اعتقد انني امالك قابليات اجتماعية في علاقتي مع زملائي في الفريق.				
7	اعتقد ان النجاحات الرياضية التي حققتها طورت عندي الشخصية الاجتماعية.				
8	لدي القدرة عل ايصال صوتي في الاجتماعات الرياضية.				
9	اندمج في معظم النشاطات الاجتماعية مع الرياضيين.				
10	اشعر أنني أقوم بواجباتي بالشكل المطلوب اثناء التدريب او المنافسات الرياضية.				
11	أقدر ان لدي درجة من الذكاء كما عند الاخرين في لعبة المباراة.				
12	اتمتع بمعلومات رياضية عامة واسعة .				
13	أنا قادر على تقدير حجم المواقف الرياضية .				
14	احب النظر الى المواقف الرياضية الصعبة من زوايا متعددة.				
15	ابحث عن المعلومات الرياضية اضافية غير متاحة قبل عزو السلوك الى اسبابه.				
16	اعاني من صعوبة في اتخاذ القرارات عند مواجهة المواقف الرياضية الصعبة.				

17	افقد القدرة على السيطرة عند مواجهة المواقف الرياضية الصعبة				
18	اخذ بعين الاعتبار خيارات متعددة قبل اتخاذ القرارات الرياضية.				
19	انا قادر على التغلب على الصعوبات التي اواجهها في المنافسات الرياضية.				
20	اخذ بعين الاعتبار خيارات متعددة قبل اتخاذ القرارات الرياضية.				
21	اجد الصعوبة في فهم ما أقرأ عن رياضة المبارزة.				
22	الواجبات التي انجزها تزيد معرفتي بألامور التدريبية.				
23	عندما أتصور أخطائي في المنافسة السابقة يتحسن أدائي في المنافسة القادمة.				
24	لدي أحساس عالي للقيام بأداء خطة يوكلها المدرّب لي اثناء التدريب الرياضي.				
25	أستطيع تذكر مراحل الاداء الناجح اثناء هجوم في المبارزة.				
26	انظم أفكاري قبل دخولي في المنافسة مع أي لاعب آخر في المبارزة.				
27	يعتقد أعضاء النادي انني لاعب أتميز بالذكاء الميداني اثناء المنافسات الرياضية.				
28	اعتقد انه كلما تذكرت خسارتي في المنافسة السابقة يزيد طموحي للفوز في هذه المنافسة.				
29	لدي قناعة ان التركيز على كلام المدرّب اثناء المنافسة سوف يقلل من الوقوع في الخطأ اثناء المبارزة.				
30	تركيزي على موقع أخطائي يزيد من اتقاني لمهارات لعبة المبارزة.				
31	اعتقد ان ضعف انتباهي في المنافسة نتيجة التعب البدني.				
32	ضعف قدرتي على تذكر الخطط نتيجة قلة خبرتي اثناء البطولات الرياضية.				

33	ادراكي لضخامة منافسي يضعف قدرتي على الدفاع في المنافسات الرياضية.				
34	كلما تصورت خسارتنا السابقة يقل اندفاعي في المنافسة القادمة				
35	استطيع السيطرة على مشاعري عند مواجهة منافس يتصرف بسلوك غير رياضي.				
36	عند بداية النزال احاول ابعاد مظاهر القلق من تفكيري .				
37	اشعر بالسيطرة عندما يكون فارق النقاط كبير بيني وبين لاعب المنافس اثناء المباراة.				
38	احاول تنفيذ كل مايتطلب مني من قبل المدرب في الوحدة التدريبية				
39	واجه صعوبة في التخلص من الافكار السلبية قبل بدء المنافسة				
40	استطيع التغلب على قلقي اتجاه منافس قوي				
41	اتعامل بمرونة نفسية اتجاه ضغوط الحياة المختلفة				
42	ابتعد عن اجواء المرح خلال الوحدة التدريبية				
43	من الصعب ان اجلس بهدوء وانا اشاهد مباراة قوية مع احد زملائي اللاعبين				
44	يصعب على اخفاء بعض مشاعر الكره تجاه المنافسين المحترفين				
45	ازود نفسي بكلام تشجيعي قبل خوض المنافسة				
46	اتجنب الافكار التي من شأنها التقليل من مستواي				
47	اتحكم بمشاعري بشكل جيد في الظروف الصعبة المتعلقة بالهزائم في المنافسات				
48	أحاول ان استعيد جهدي بعد الفشل اثناء المنافسة الرياضية.				
49	لدى اصرار عالي في مواجهة العوائق				

					خلال المنافسة الرياضية.
50					المنافسات المهمة زادت من شجاعتي وقوتي البدنية اكثر.
51					اشعر بأنني قادر على تحديد المكونات الأساسية الأكثر أهمية في الوحدات التدريبية.
52					لدي قابلية عل التحرك بسرعة قبل نهاية المنافسة .
53					ارى بأنني قادر على تحقيق الفوز أثناء الاشتراك في المنافسات الرياضية .
54					لا اشعر بالتعب عندما تطول الوحدة التدريبية في المباراة .
55					استطيع من أداء المهام الرياضية المطلوبة مني بشكل جيد تماما حتى وان كانت الظروف صعبة.
56					اعتقد بأنني سأتمكن من التغلب بنجاح على العديد من التحديات التي ستواجهني أثناء المنافسات الرياضية.
57					احرص على معرفة الكثير من الحقائق العلمية أثناء الوحدات التدريبية.
58					اعتقد ان ضعف الاداء المهاري نتيجة ضعف اللياقة البدنية.
59					عندما أحرز نقاطا بالمبارزة فذلك يرجع الى أنني بذلت جهد كبير.
60					احس بأن قدراتي الجسدية مناسبة للعبة المباراة.