DOI prefix: 10.33170, 2026, Vol (19), Issue (Special): 434-453

Sciences Journal Of Physical Education

P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619

https://joupess.uobabylon.edu.iq/

The Effectiveness of a Cognitive-Behavioral Guidance Program in Developing Success Experiences among Under-17 Football Players

Mustafa Ahmed Jathir, Assistant Professor Dr. Muntadhar Sahib Mahdi, Assistant Professor Dr. Zaman Saleh Abdul-Hadi

Iraq. University of Karbala. College of Physical Education and Sports Sciences

mustafa.c@s.uokerbala.edu.iq

Muntadhar.s@uokerbala.edu.iq

zaman.s@uokerbala.edu.iq

Research Received: 20/1/2026 Research Published: 28/3/2026

Abstract:

This research aimed to identify the effectiveness of a cognitive-behavioral guidance program in developing success experiences among under-17 football players in Baghdad Governorate. To achieve the research objectives, the researchers used the descriptive survey method to develop a success experiences scale and identify its reality among young football players. Additionally, the experimental method was used with two equivalent groups (experimental and control) to measure the effectiveness of the guidance program. The research population consisted of 550 players from Baghdad Governorate football clubs under the age of 17 who participated in the youth league for the 2025–2026 season. The research sample comprised 350 players for developing the scale and 200 players for its application. The main experimental sample consisted of 24 players from Al-Talaba Club, divided into an experimental group of 12 players and a control group of 12 players. These players were selected based on their low scores on the Success Experiences Scale. The researchers used the Success Experiences Scale, which was developed according to scientific principles of validity and reliability. A cognitive-behavioral guidance program consisting of 12 group sessions, held twice weekly for six weeks, was developed and implemented with the experimental group. The control group followed the standard training program without guidance intervention. Further research will be conducted on the Success Experiences Scale, as well as future studies on different age groups and other psychological variables.

Keywords: Cognitive-behavioral guidance program, developing success experiences, football.

فاعلية برنامج إرشادي معرفي– سلوكي في تنمية خبرات النجاح لدى للاعبي كرة القدم تحت (١٧) سنة

مصطفى احمد جثير، أ.م.د. منتظر صاحب مهدي أ.م.د. زمان صالح عبد الهادي

العراق. جامعة كربلاء . كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

mustafa.c@s.uokerbala.edu.iq

Muntadhar.s@uokerbala.edu.iq

zaman.s@uokerbala.edu.iq

تاريخ استلام البحث 2026/1/20 تاريخ نشر البحث 2026/3/28

الملخص

هدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي معرفي–سلوكي في تنمية خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة في محافظة بغداد، ولتحقيق أهداف البحث، استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي في بناء مقياس خبرات النجاح والتعرف على واقعها لدى لاعبي كرة القدم الناشئين، فضلاً عن استخدام المنهج التجريبي بأسلوب المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) لقياس فاعلية البرنامج الإرشادي. تمثل مجتمع البحث بلاعبي اندية محافظة بغداد لكرة القدم تحت (17) سنة المشاركين في دوري الناشئين للموسم الرياضي (2025–2026)، والبالغ عددهم (550) لاعبًا، فيما شملت عينة البحث (350) لاعبًا لبناء المقياس و(200) لاعب للتطبيق، في حين تكونت عينة التجربة الرئيسة من (24) لاعبًا من لاعبي نادي الطلبة، بواقع (12) لاعبًا للمجموعة التجريبية و(12) لاعبًا للمجموعة الضابطة، تم اختيارهم من ذوي الدرجات المنخفضة في مقياس خبرات النجاح. واعتمد الباحثون أداة مقياس خبرات النجاح الذي تم بناؤه وفق الأسس العلمية للصدق والثبات، كما تم إعداد برنامج إرشادي معرفي–سلوكي مكوّن من (12) جلسة إرشادية جماعية بواقع جلستين أسبوعيًا ولمدة (6) أسابيع، وطُبق على المجموعة التجريبية، في حين خضعت المجموعة الضابطة للمنهج التدريبي الاعتيادي دون تدخل إرشادي. خبرات النجاح، فضلاً عن إجراء دراسات مستقبلية على فئات عمرية مختلفة ومتغيرات نفسية أخرى.

الكلمات المفتاحية: برنامج إرشادي معرفي– سلوكي، تنمية خبرات النجاح، كرة القدم.

1- المقدمة:

يُعد الإرشاد النفسي أحد المرتكزات الأساسية في علم النفس الرياضي الحديث لما له من دور فاعل في مساعدة الرياضيين على تحقيق التوافق النفسي والتغلب على المشكلات والانفعالات السلبية التي تعيق الأداء الرياضي وقد حظي الإرشاد النفسي، ولاسيما الإرشاد المعرفي–السلوكي، باهتمام واسع في المجال الرياضي لفاعليته في تعديل الأفكار غير العقلانية، وتنمية السلوكيات الإيجابية، وبناء استجابات نفسية متزنة تسهم في تحسين مستوى الأداء. وتبرز أهمية الإرشاد النفسي بشكل خاص لدى لاعبي كرة القدم في فئة الناشئين تحت (17) سنة لكونها مرحلة عمرية حساسة تتسم بتغيرات نفسية وانفعالية متسارعة، فضلاً عن تعرض اللاعبين لضغوط التدريب والمنافسة وتوقعات المحيط الرياضي الأمر الذي يتطلب اعتماد برامج إرشادية منظمة تسهم في إعداد اللاعبين نفسياً جنباً إلى جنب مع الإعداد البدني والمهاري ومكمل له. وتُعد خبرات النجاح من المتغيرات النفسية المهمة في المجال الرياضي إذ تسهم في تعزيز الثقة بالنفس وزيادة الدافعية للإنجاز وتنمية القدرة على مواجهة التحديات والضغوط النفسية المصاحبة للأداء الرياضي كما أن ضعف خبرات النجاح قد يؤدي إلى الخوف من الفشل والتردد أثناء الأداء، مما ينعكس سلباً على مستوى اللاعب الفني والنفسي. وانطلاقًا من ذلك، يسعى هذا البحث إلى إعداد برنامج إرشادي معرفي–سلوكي، والتعرف على فاعليته في تنمية خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة، بما يسهم في تحقيق إعداد نفسي متكامل يتلاءم مع متطلبات كرة القدم الحديث. على الرغم من الاهتمام المتزايد بالجوانب البدنية والمهارية في تدريب لاعبي كرة القدم الناشئين إلا أن الواقع الميداني يشير إلى ضعف الاهتمام بتنمية الجوانب النفسية الإيجابية ولاسيما خبرات النجاح ومن خلال متابعة أداء لاعبي كرة القدم الناشئين تحت (17) سنة، لوحظ وجود تتذبذب في مستوى الأداء، وضعف في الثقة بالنفس، وتردد في تنفيذ المهارات أثناء المنافسات، الأمر الذي يعكس انخفاضاً في مستوى خبرات النجاح لديهم. ويُعزى ذلك إلى افتقار اللاعبين إلى التوجيه النفسي المنظم الذي يساعدهم على تفسير المواقف التنافسية بصورة إيجابية وتحويل الخبرات التدريبية والمنافسات إلى تجارب نجاح داعمة لأدائهم كما أن غياب البرامج الإرشادية المبنية على أسس علمية يسهم في استمرار هذا الضعف مما ينعكس سلباً على تطورهم الرياضي. وانطلاقاً من ذلك تتحدد مشكلة البحث في التساؤل الآتي:

هل لبرنامج إرشادي معرفي – سلوكي فاعلية في تنمية خبرات النجاح لدى للاعبي كرة القدم الناشئين تحت (17) سنة؟

ويهدف البحث الى:

1- مقياس خبرات النجاح لدى للاعبي كرة القدم تحت ١٧ سنة في محافظة بغداد.

2- التعرف على واقع خبرات النجاح لدى للاعبي كرة القدم تحت ١٧ سنة في محافظة بغداد.

3- بناء برنامج ارشادي معرفي سلوكي لدى للاعبي كرة القدم تحت ١٧ سنة.

4- التعرف على أثر البرنامج الارشـــادي المعرفي الســـلوكي في تنمية خبرات النجاح للاعبي كرة القدم تحت ١٧ سنة.

5- التعرف على الفروق بين المجموعتين الضـــابطة والتجريبية في الاختبار البعدي في خبرات النجاح للاعبي كرة القدم تحت ١٧ سنة.

2- إجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: اســـتخدم الباحثون المنهج التجريبي بأســـلوب المجموعتين المتكافئتين الضـــابطة والتجريبية لملائمته لطبيعة ومشكلة البحث..

2-2 مجتمع البحث وعينته:

تحدد مجتمع البحث بلاعبي أندية محافظة بغداد بكرة القدم تحت 17 سـنة الناشـئين المشـاركة في دوري الناشـئين تحت 17 سـنة العراقي للموسـم الرياضـي (2025 – 2026)، وقد بلغ عدد الفرق المشـاركة (16) فرق هي اندية (القوة الجوية، الشـــرطة، الزوراء، الطلبة، الكهرباء، النفط، الصـــناعات الكهربائية، الفهد، الجيش، الحشد الشعبي، الاتصالات، الكرخ، الحدود، امانة بغداد، الكاظمية، المصافي)، حيث بلغ عدد الاعبين (550) لاعباً وقسم المجتمع الى (350) لاعباً لبناء المقياس و(200) للتطبيق.

2-2-1 العينة الاستطلاعية الأولى للبناء:

وتضم مجموعة من لاعبين ناديي (المصافي، والنفط)، والبالغ عددهم (10) لاعباً بواقع (5) لاعبين من كل نادي وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية.

2-2-2 عينة بناء المقياس:

واختار الباحثون عينة البناء بالطريقة العشـــوائية من أحد عشـــر نادي، والمتكونة من (250) لاعباً من أصـل (300)، من لاعبي أندية محافظة بغداد بكرة القدم تحت 17 سـنة الناشـئين المشـاركة في دوري الناشئين تحت (17) سنة العراقي للموسم الرياضـي (2025 – 2026) وذلك بعد استبعاد، أفراد العينة الاستطلاعية الأولى.

2-2-3 العينة الاستطلاعية الثانية للتطبيق:

وتضـــم مجموعـة من لاعبي نـادي (الزوراء) والبـالغ عـددهم (10) لاعبين، وتم اختيـارهم بـالطريقـة العشوائية.

2-2-4 عينة التطبيق النهائي:

شـملت عينة التطبيق النهائية على (125) لاعباً من أندية (الزوراء، والطلبة، والكرخ، والحدود، والفهد)، من أصـل (200) لاعباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وذلك بعد استبعاد، العينات الاستطلاعية الثانية للتطبيق النهائي.

2-2-5عينة التجربة الرئيسية:

من نادي الطلبة الرياضـي من الحاصـلين على أقل من درجة الوسـط الفرضـي في مقياس خبرات النجاح في تجربة التطبيق النهائي، بواقع (12) لاعباً مجموعة تجريبية، و(12) لاعباً مجموعة ضابطة، للدخول في البرنامج الارشادي (معرفي- سلوكي).

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة في البحث:

- المصادر والمراجع العلمية العربية والأجنبية.
- المقابلات الشخصية.
- الشبكة الدولية للمعلومات الالكترونية "الانترنيت".
- استمارة أراء الخبراء والمختصين حول صلاحية مجالات المقياس.
- استمارة استبانة مقياس خبرات النجاح بصورته الأولية.
- استمارة استبانة أراء الخبراء والمختصين حول عناوين الجلسات الارشادية.
- جهاز لابتوب نوع ماك عدد (١).
- ساعة توقيت عدد (١).
- كاميرا تصوير نوع (iPhone 17 pro max).
- أدوات مكتبية (أوراق، أقلام).
- سبورة وأقلام.
- جهاز عرض (data show).

2-4 إجراءات البحث الميدانية:

تحقيق أهداف البحث الحالي قام الباحثون ببناء مقياس خبرات النجاح، لغرض خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة، للحصول على مقياس تتوفر فيه الخصائص، السيكو مترية كالثبات، والصدق، والقدرة على التمييز، والاتساق الداخلي، وتبنى الباحثون بناء المقياس ليلائم عينة البحث.

2-4-1 إجراءات بناء مقياس خبرات النجاح:

نظراً لعم وجود اداة لقياس (خبرات النجاح) للاعبي كرة القدم تحت (17) سنة الناشئين بحسب علم الباحثون فكان لا بد على الباحثون من بناء اداة للقياس، تمتع بالأسس العلمية الصدق والثبات، واتبع الباحثون الخطوات الأتية لبناء المقياس:

2-4-1-1 تحديد الهدف من القياس:

حدد الباحثون هدف بناء مقياس، وهو التعرف على واقع خبرات النجاح للاعبي كرة القدم تحت (17) سنة في محافظة بغداد.

2-4-1-2 المعاملات العلمية لخبرات النجاح:

اولاً: صدق المقياس: يعتبر الصدق من الشروط الأساسية والتي يجب أن تتوافر في المقاييس، اذ يشير إلى مدى تقارب او ابتعاد فقرات المقياس عن السمة التي يهدف إلى قياسها. وقد توصل الباحثون الى مؤشرات الصدق الظاهري، اذ عمد الباحثون باختبار صدق المقياس من خلال عرضه بفقراته ومجالاته على الخبراء ذو الاختصاص والذين قاموا بتحكيم صلاحيته للتطبيق وبهذا فقد سجل المقياس صدقاً ظاهرياً. كذلك تم حساب القوة التميزية إذ تم حساب كل من الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المجموعتين العليا والدنيا لكل مجال من مجالات المقياس ومن ثم تطبيق اختبار (t-test) للعينات المستقلة للتعرف على الدلالة الإحصائية للفروق بين المجموعتين العليا والدنيا وبعد معالجة البيانات إحصائيا تبين أن المقياس ذات قدرة تمييزية بين المجموعتين العليا والدنيا لكون قيم الدلالة أصغر من مستوى دلالة (0.05).

ثانياً: ثبات المقياس: يعد الثبات من الشروط المهمة للأداء الجيد بمعنى لو كررت عمليات قياس الفرد الواحد تبينت درجته شيئاً من الاستقرار ومعامل الثبات هو معامل الارتباط بين درجات الأفراد في الاختبار في عدد مرات الإجراءات المختلفة. ولغرض إيجاد معامل الثبات لمقياس المهارات النفسية استخدام الباحثون طريقة التجزئة النصفية ومعامل (الفاكرونباخ) لاستخراج الثبات. وبعد المعاملات الإحصائية اتضح ان المقياس يتمتع بقيمة ثبات عالية يمكن الاعتماد عليها. **إجراءات**

2-5 بناء البرنامج الإرشادي:

أعتمد البرنامج الارشادي على أساس نظري مستمد من النظرية (المعرفية–السلوكية) وفنيتاها الإرشادية، بهدف تعديل المفاهيم والأفكار المغلوطة لدى لاعبي كرة القدم الناشئين تحت (17) سنة، وصُممت إجراءات البرنامج بما يتلاءم مع خصائص عينة البحث، مع المراعات في تنفيذ الجلسات وفق متطلبات كل موقف إرشادي ، والالتزام بالإطار العام للبرنامج كما تضمن البرنامج أمثلة واقعية مستمدة من لعبة كرة القدم لتعزيز دافعية اللاعبين، واتسمت جلساته بالحيوية والنشاط بما يسهم في استثارة انتباه اللاعبين وتركيزهم، لارتباطها المباشر بواقعهم الرياضي.

واستند الباحثون في بناء البرنامج الإرشادي إلى مراجعة المصادر العلمية والأدبيات والدراسات السابقة المتعلقة بالبرامج الإرشادية (المعرفية–السلوكية)، ونماذجها وفنياتها، فضلاً عن الدراسات

ذات الصلة المباشرة بمتغير خبرات النجاح. كما عُرض البرنامج الإرشادي بصيغته الأولية، والمتكون من (12) جلسة على مجموعة من المختصين في الإرشاد النفسي للتحقق من صلاحيته العلمية.

اولاً: أنموذج، التخطيط، البرمجة، والميزانية:

وبناء على هذا النظام تكون خطوات البرنامج الإرشادي على النحو الآتي:

(الدوسري ، 1985، الصفحات 140-141)

- تحديد الحاجات.
- اختيار الأولويات.
- تحديد وكتابة الأهداف.
- إيجاد برامج ونشاطات الأهداف الموضوعة.
- تقويم النتائج.

2-5-1 خطوات تخطيط البرنامج الإرشادي:

واعتمد تحديد احتياجات عينة التجريب في بناء البرنامج الإرشادي على أسس إجرائية علمية قائمة على التحليل الإحصائي، من خلال استخدام مؤشري الوسط المرجح والوزن المئوي لفقرات مقياس خبرات النجاح. وتم ترتيب فقرات المقياس تصاعديا وفق هذه المؤشرات، بهدف تحديد أولويات الحاجات النفسية للاعبين وصياغتها على شكل عناوين للجلسات الإرشادية بما يتلاءم مع طبيعة خبرات النجاح لدى العينة.

2-5-2 تخطيط كيفية تنفيذ جلسات البرنامج الارشادي:

وتم تهيئة المكان المناسب لتنفيذ البرنامج الإرشادي في قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بغداد، مع توفير الوسائل والأدوات اللازمة لتنفيذ الجلسات، كما حُددت مدة تنفيذ البرنامج بـ(12) جلسة إرشادية، بواقع جلستين أسبوعياً ولمدة (6) أسابيع، بعد الاتفاق مع اللاعبين على توقيت التنفيذ.

2-5-3 التجربة الأساسية:

لغرض التعرف على اللاعبين الذين لديهم انخفاض في خبرات النجاح، قام الباحثون باعتماد عينة قوامها (24) لاعباً من لاعبين نادي الطلبة الناشئين تحت (17) سنة، ثم تم تقسيمهم على مجموعتين (ضابطة وتجريبية)، ضمت كل مجموعة (12) لاعباً"، ولغرض تحقيق هدف الدراسة الرابع (قياس فاعلية البرنامج الإرشادي المعرفي- السلوكي في تنمية خبرات النجاح المعد للاعبين نادي الطلبة الناشئين تحت (17) سنة، سعى الباحثون إلى الشروع بتنفيذ تجربته الأساسية وكما يأتي:

2-5-4 القياس القبلي:

وقام الباحثون بتنفيذ القياس القبلي على عينة البحث من المجموعتين (التجريبية والضابطة) بتاريخ 2025/11/15 من خلال تطبيق مقياس خبرات النجاح. وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات، عالجها إحصائيا، ثم سعى الباحثون إلى محاولة تحقيق تجانس وتكافؤ مناسب بين أفراد المجموعتين.

2-6 تطبيق البرنامج الإرشادي:

ونُفذ البرنامج الإرشادي على المجموعة التجريبية المكونة من (12) لاعباً، واشتمل على (12) جلسة إرشادية جماعية بواقع جلستين أسبوعياً ولمدة (6) أسابيع، خلال الفترة من 2025/11/20 ولغاية 2025/12/28. وبعد تطبيق القياس القبلي على المجموعتين التجريبية والضابطة بتاريخ 2025/11/15، باشر الباحثون بتنفيذ جلسات البرنامج وفق الجدول الزمني المحدد، وشهدت الجلسات تفاعلاً إيجابياً من لاعبي المجموعة التجريبية. عُقدت جميع الجلسات في قاعات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بجامعة بغداد، وبعد الانتهاء من تنفيذ البرنامج، تم تبليغ المجموعتين بموعد القياس البعدي الذي أُجري بتاريخ 2025/12/29، حيث تم تطبيق مقياس خبرات النجاح على جميع أفراد العينة البالغ عددهم (24) لاعباً.

2-7 القياس البعدي:

و"بعد إكمال (12) جلسة إرشادية وبواقع جلستين جماعية في الأسبوع، قام الباحثون بتنفيذ القياس البعدي على أفراد عينة البحث الأساسية من المجموعتين التجريبية والضابطة وتطبيق مقياس خبرات النجاح، في تمام الساعة الرابعة عصراً في قاعة (كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية جامعة بغداد) يوم الاثنين الموافق الاثنين 29/ 12/ 2025". "إذ حرص الباحثون على تهيئة الظروف نفسها في القياسين (القبلي والبعدي) للمجموعتين الضابطة والتجريبية من الناحية الزمانية والمكانية وفريق العمل المساعد. بعدها اتجه الباحثون إلى إجراء المعالجات الإحصائية لمعرفة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل من مجموعتي البحث (التجريبية والضابطة)، وكذلك الكشف عن فرق القياسين القبلي والبعدي في مقياس خبرات النجاح.

2-8 الوسائل الإحصائية: أستخدم الباحثون الحقيبة الإحصائية (Spss).

3- عرض النتائج ومناقشتها:

3-1 عرض ومناقشة نتائج الفروق بين القياسيين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية:

الجدول (1) يبين نتائج الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية لمتغير خبرات النجاح

متغير	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق	انحراف الفروق	قيمة (T) المحسوبة	قيمة sig	الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
خبرات النجاح	٤٥,١٦٧	٣,٨٨١	٨٠,٧٥٠	٢,٥٢٧	٣٥,٥٨٣	٣,٢٦٠	٣٧,٨٠٩	٠,٠٠٠	معنوي
عند مستوى دلالة، (٠,٠٥)، ودرجة حرية (١١)									

أن جدول (١) في اختبار مقياس خبرات النجاح للمجموعة التجريبية بالاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (٤٥,١٦٧) والانحراف المعياري (٣,٨٨١) اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (٨٠,٧٥٠) وبانحراف معياري (٢,٥٢٧)، وللتعرف على دلالة الفرق بين الاوساط الحسابية للقياس القبلي والبعدي تم احتساب قيمة (T) للعينات المتناظرة، وظهر متوسط الفروق البعدي والقبلي (٣٥,٥٨٣)، وبانحراف معياري البعدي والقبلي بلغ (٣,٢٦٠)، في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة (٣٧,٨٠٩)، وهي أكبر من قيمتها الجدولية، والتي تبلغ (٢,٢٠١)، عند درجة حرية (١١)، ومستوى دلالة (٠,٠٥).

3-2 عرض ومناقشة نتائج الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة:

الجدول (2) يبين نتائج الفروق بين القياس القبلي والبعدي للمجموعة الضابطة لمتغير خبرات النجاح

متغير	القياس القبلي		القياس البعدي		متوسط الفروق	انحراف الفروق	قيمة (T) المحسوبة	قيمة sig	الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري					
خبرات النجاح	٤٤,٠٨٣	٤,٩٢٦	٤٥,٥٠٠	٣,٠٠٠	١,٤١٧	٤,٣٣٧	١,١٣٢	٠,٢٨٢	غير معنوي
عند مستوى دلالة، (٠,٠٥)، ودرجة حرية، (١١)									

أن جدول (٢) في اختبار مقياس خبرات النجاح للمجموعة الضابطة بالاختبار القبلي كان الوسط الحسابي (٤٤,٠٨٣) والانحراف المعياري (٤,٩٢٦) اما في الاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (٤٥,٥٠٠) وبانحراف معياري (٣,٠٠٠)، وللتعرف على دلالة الفرق بين الاوساط الحسابية للقياس القبلي والبعدي تم احتساب قيمة (T) للعينات المتناظرة، وظهر متوسط الفروق البعدي والقبلي (١,٤١٧)، وبانحراف معياري البعدي والقبلي بلغ (٤,٣٣٧)، في حين بلغت قيمة (T) المحسوبة (١,١٣٢)، وهي أقل من قيمتها الجدولية، والتي تبلغ (٢,٢٠١)، عند درجة حرية (١١)، ومستوى دلالة (٠,٠٥).

3-3 عرض ومناقشة النتائج لفروق القياسيين البعدي . البعدي بين المجموعتين الضابطة والتجريبية:

الجدول (3) يبين نتائج الفروق بين القياس البعدي ـ البعدي للمجموعتين لمتغير خبرات النجاح

متغير	المجموعة التجريبية		المجموعة الضابطة		قيمة (T) المحسوبة	قيمة sig	الدلالة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
خبرات النجاح	٨٠,٧٥٠	٢,٥٢٧	٤٥,٥٠٠	٣,٠٠٠	٣١,١٣٠	٠,٠٠٠	معنوي
عند مستوى دلالة، (٠,٠٥)، ودرجة حرية، (٢٢)							

أن جدول (٣) في اختبار مقياس خبرات النجاح للمجموعتين حيث بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي للمجموعة التجريبية، (٨٠,٧٥٠) وبلغ الانحراف المعياري، (٢,٥٢٧) اما المجموعة الضابطة، حيث بلغ الوسط الحسابي في الاختبار البعدي، (٤٥,٥٠٠) وبلغ الانحراف المعياري، (٣,٠٠٠) في حيث بلغت قيمة ((T المحسوبة، (٣١,١٣٠) وهي أكبر من الجدولية ودرجة حرية، (٢٢) عند مستوى دلالة، (٠,٠٥).

3-4 مناقشة النتائج:

أظهرت نتائج الجدول (1) وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية معنوية بين القياســـين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في متغير خبرات النجاح، ولصـــالح القياس البعدي، إذ ارتفع الوســـط الحســـابي من، (45.167) إلى، (80.750)، وبقيمة (T) محســـوبة بلغت (37.809)، عند مســـتوى دلالة (0.05)، مما يدل على فاعلية البرنامج الإرشـــادي المعرفي–الســـلوكي في تنمية خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة.

ويُعزى هذا التحســن الكبير إلى طبيعة البرنامج الإرشـــادي المعرفي–الســـلوكي الذي ركز على تعديل الأفكار السلبية واللاواقعية المرتبطة بالأداء الرياضـــي، واستبدالها بأفكار إيجابية واقعية، الأمر الذي أســـهم في تعزيز إدراك اللاعبين لقدراتهم الشـــخصـــية وخبراتهم الســـابقة في النجاح. ويؤكد، (Bandura, 1997, p. 201) أن خبرات النجاح تعد المصدر الأساسي لبناء الكفاءة الذاتية، وكلما ازدادت هذه الخبرات زاد شـــعور الفرد بالقدرة على الإنجاز. كما أن اســـتخدام الفنيات الإرشـــادية، والتعزيز النفسي، أسهم في رفع مستوى الثقة بالنفس وتقليل القلق المرتبط بالأداء، مما انعكس إيجابًا على شعور اللاعبين بالنجاح والقدرة على السيطرة على مواقف المنافسة (Beck, 2011, p. 61). وأشار (Weinberg, 2019)إلى أن البرامج النفسية المبنية على الأسس المعرفية–السلوكية تُعد من أكثر البرامج فاعلية في تنمية الجوانب النفسية الإيجابية لدى الرياضيين،، ولا سيما فئة الناشئين تحت ١٧ سـنة ."كما تتفق هذه النتائج مع ما ذهب إليه وأسـامة كامل راتب (2015)، إذ أكدا أن الإرشـاد النفســي الرياضــي يســهم في تنمية الثقة بالنفس،، وخبرات النجاح، من خلال تنظيم التفكير، وضــبط الانفعالات،، وبناء اتجاهات إيجابية نحو الذات والمنافســـة،، وهو ما يبرز أهمية تطبيق مثل هذه البرامج في مراحل الإعداد المبكرة للاعبي كرة القدم (اســامة كامل راتب، 2015، الصــفحات 24–29). وأظهرت نتائج الجدول، (2) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـــائية معنوية بين القياســـين القبلي والبعدي للمجموعة الضـــابطة في متغير خبرات النجاح، إذ بلغ الوســـط الحســـابي في القياس القبلي (44.083)، وارتفع في القيـاس البعـدي إلى (45.500)، وبقيمـة (T) محســـوبـة بلغـت (1.132)، وهي أقل من القيمة الجدولية عند مستوى دلالة، (0.05). ويُعزى هذا التحسن الطفيف وغير المعنوي إلى أن أفراد المجموعة الضابطة لم يخضعوا لاي برنامج إرشادي نفسي منظم ومبني، وإنما اكتفوا بالمنهج التدريبي الاعتيادي، مما يشـــير إلى أن التدريب البدني والمهاري وحده لا يؤدي إلى تنمية المتغيرات النفســـية العميقة مثل خبرات النجاح، وقد أشـــار، (أبو العلا عبد الفتاح محمد، ٢٠١٢، صفحة ١١٧) إلى أن الإعداد البدني والمهاري إذا لم يُدعم بالإعداد النفسي، فإن تأثيره يظل محدودًا في تنمية الجوانب النفسية. كما يرى (محمد حسن علاوي، ٢٠٠٢، صفحة ٣١) أن التحسن

في المتغيرات النفسية لا يتحقق بصورة فاعلة إلا من خلال تدخل نفسي مخطط، في حين أن التدريب التقليدي قد يسهم فقط في تحسين بعض الجوانب المهارية دون إحداث تغيير نفسي جوهري. وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه (Hanton, 2015, pp. 123–141)من أن التغير النفسي المستدام يتطلب برامج إرشادية منظمة تعمل على تعديل الأفكار والانفعالات والسلوك، وليس مجرد التعرض لمواقف التدريب والمنافسة. "وأظهرت نتائج الجدول، (3) وجود فروق ذات دلالة إحصائية معنوية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمتغير خبرات النجاح، ولصالح المجموعة التجريبية، إذ بلغت قيمة (T) المحسوبة (31.130) عند مستوى دلالة (0.05).وتؤكد هذه النتيجة أن البرنامج الإرشادي المعرفي–السلوكي كان أكثر فاعلية من المنهج التدريبي التقليدي، في تنمية خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم الناشئين، إذ أسهم البرنامج في إحداث تغيير نفسي إيجابي تمثل في تعزيز الثقة بالنفس، وتنمية الشعور بالقدرة على الإنجاز، وتحسين أساليب التفكير الإيجابي لدى اللاعبين، (Bandura, 1997؛ Gould, 2019 & Weinberg). كما تتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه أسامة كامل راتب، (2015) وعلاوي، (2010) من أن دمج الإرشاد النفسي ضمن البرامج التدريبية، يسهم في بناء شخصية رياضية متزنة نفسيًا، قادرة على مواجهة ضغوط المنافسة وتحقيق النجاح والاستمرار في التفوق الرياضي. وتبرز هذه النتائج أهمية اعتماد البرامج الإرشادية المعرفية–السلوكية ضمن خطط إعداد لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة، لما لها من دور فاعل في تنمية الجوانب النفسية، وبخاصة خبرات النجاح، التي تُعد من المرتكزات الأساسية لبناء اللاعب المتكامل نفسيًا وبدنيًا ومهاريًا.

4- الاستنتاجات والتوصيات:

4-1 الاستنتاجات:

1- أثبت البرنامج الإرشـادي(المعرفي–السـلوكي)، فاعليته في تنمية خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة، إذ أسهم بشكل واضح في إحداث فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية، مقارنة بالمجموعة الضابطة، مما يؤكد أهمية التدخل الإرشادي النفسي في تطوير الجوانب النفسية للاعبي كرة القدم الناشئين.

2- إن التدريب البدني والمهاري التقليدي وحده غير كافٍ لإحداث تغيير نفسي جوهري في متغير خبرات النجاح، ما لم يُدعم ببرامج إرشادية نفسية مقننة، الأمر الذي يبرز الدور التكميلي والحيوي للإرشاد النفسي(المعرفي–السلوكي) ضمن منظومة الإعداد الشامل للاعبين في المراحل العمرية المبكرة.

4-2 التوصيات:

1- اعتماد البرامج الإرشادية (المعرفية–السلوكية) ضمن الخطط التدريبية المعتمدة لأندية ومراكز تدريب لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة، لما لها من دور فاعل في تنمية خبرات النجاح والجوانب النفسية الإيجابية، بما ينعكس على مستوى الأداء والاستقرار النفسي للاعبين.

2- إجراء دراسات مستقبلية تتناول تطبيق البرامج الإرشادية النفسية على فئات عمرية مختلفة وفي ألعاب رياضية أخرى، مع التركيز على متغيرات نفسية متعددة مثل الثقة بالنفس، الدافعية، والضغوط النفسية، بهدف تعميم نتائج البحث وتعزيز البناء النفسي المتكامل للرياضيين.

المصادر

– أبو العلا عبد الفتاح محمد. (٢٠١٢). الأسس الفسيولوجية والنفسية. تأليف أ أبو العلا عبد الفتاح محمد، الأسس الفسيولوجية والنفسية (صفحة ١١٧). القاهرة: دار العلم والمعرفة.

– أسامة كامل راتب. (2015). علم النفس الرياضي: المفاهيم والتطبيقات. تأليف اسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي: المفاهيم والتطبيقات (الصفحات 24–29). القاهرة: دار الفكر العربي.

– أيمن هاني الجبوري، عامر سعيد الخيكاني. (٢٠١٦). الاستعمالات العملية للاختبارات والمقاييس النفسية الرياضية. تأليف أيمن هاني الجبوري عامر سعيد الخيكاني، الاستعمالات العملية للاختبارات والمقاييس النفسية الرياضية (صفحة ٦٥). العراق – النجف الأشرف: دار الضياء للنشر والتصميم.

– صالح جاسم الدوسري. (1985). الاتجاهات العلمية في تخطيط برنامج التوجيه والإرشاد. مجلة رسالة الخليج.

– سامي محمد ملحم. (٢٠٠٥). القياس والتقويم في التربية وعلم النفس. تأليف سامي محمد ملحم، القياس والتقويم في التربية وعلم النفس (صفحة ١٤٧). عمّان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

– سليمان فتحي أحمد سليمان عودة. (١٩٩٢). أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية. تأليف سليمان فتحي أحمد سليمان عودة، أساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الإنسانية (المجلد ط٢، صفحة ١٩٩). إربد: مطبعة جامعة اليرموك.

– محمد حسن علاوي. (٢٠٠٢). مدخل إلى علم النفس الرياضي. تأليف محمد حسن علاوي، مدخل إلى علم النفس الرياضي (صفحة ٣١). القاهرة: مركز الكتاب للنشر والتوزيع.

Andrew J. Elliot. (2001). Achievement goal framework. Journal of Personality and Social Psychology.

Bandura, A. (1997). Self-efficacy: The exercise of control. New York: Freeman.

Beck, J. S. (2011). Cognitive behavior therapy: Basics and beyond. New York: Guilford Press.

Hanton, S., Mellalieu, S. D., & Williams, J. M. (2015). Understanding and managing stress in sport. International Journal of Sport Psychology.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.

ملحق (١) مقياس خبرات النجاح

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	أبداً	
1	أتعلم من أخطائي السابقة للأدائي المهاري وأسعى إلى عدم تكرارها.				
2	أعمل على معالجة نقاط الضعف في أدائي المهاري اثناء اللعب.				
3	أشعر بأن أخطائي في الأداء المهاري تتكرر.				
4	لديه القدرة بالتعرف على نقاط ضعفي وتحويلها إلى نقاط قوة.				
5	أجد صعوبة في الحفاظ على دقة الأداء المهاري تحت الضغط.				
6	بعد كل مباراة أقيم مستواي واعمل على تحسين أدائي المهاري.				
7	أشعر بأن أدائي المهاري ضعيف عندما أكون في موقف تنافسي قوي.				
8	أشعر بالإحباط عندما أقارن أدائي بأداء اللاعبين أفضل مني.				
9	أكتسب خبرة من خلال مشاهدتي للمباريات وتحليل الأداء المنفذة.				
10	أتابع أداء الفريق المنافس لمعرفة نقاط قوته وضعفه والاستفادة منها.				
11	أتعلم بصورة أفضل عندما أشاهد لاعباً آخر يؤدي المهارات بشكل صحيح.				
12	أرى ان مشاهدة أداء اللاعبين الاخرين مضيعة للوقت.				
13	أحاول تقليد اللاعبين المشهورين في أدائهم المهاري المتميز في المباريات أو التدريبات.				
14	تساعدني مشاهدة زملائي المتميزين على تطوير مهاراتي.				
15	تمنحني مشاهدة اللاعبين المحترفين دافعاً أكبر للارتقاء بأدائي.				
16	يقل أدائي عندما أشعر بأن المدرب أو الزملاء لا يدعمونني بالشكل الكافي.				
17	تزداد رغبتي في تحسين أدائي عندما أتلقى كلمات تشجيع من مدربي.				
18	يمنحني تشجيع زملائي دافعاً لتقديم أداء أفضل.				
19	أؤمن بقدراتي عندما يثني الآخرون على أدائي.				
20	أشعر بروح معنوية عالية أثناء مشاركتي في التدريبات والمباريات بسبب الدعم المحيط بي.				
21	أشعر بانخفاض الثقة بالنفس عندما لا أحصل على التشجيع الذي أحتاجه.				
22	يتحسن مستواي عندما أشعر بأن المدرب يثق بقدرتي على اللعب.				
23	الإحماء الجيد يجعلني أشعر بالاسترخاء العقلي والعضلي قبل المباراة.				
24	أشعر بتوتر كبير عندما أكون في مواقف حاسمة داخل المباراة.				
25	أحاول الاسترخاء النفسي في المواقف الحاسمة أثناء المباراة.				
٢٦	الخوف من الخسارة يسبب لي قلقاً يؤثر على أدائي.				
٢٧	أؤمن بأن الخسارة في المباريات هي خطوة أولى نحو النجاح.				
٢٨	أفضل أن تكون المباريات في الفترة المسائية لشعوري فيها بالراحة والتركيز.				
٢٩	عندما اللعب في الشوط الأول اشعر بالقدرة والثقة على الأداء.				
٣٠	حضور إلى الملعب مبكراً يمنحني إحساس بالجاهزية النفسية في المشاركة بالمباراة.				

ملحق (٢) جلسة ارشادية

الاسبوع: الاول	الجلسة: الاولى	اليوم: الخميس	الوقت: ٤٥ دقيقة	التاريخ: ٢٠٢٥/١١/٢٠

الموضوع	"الافتتاحية وبناء الثقة"	
اولاً: الحاجات المرتبطة بالموضوع	– الحاجة لتعرف اللاعبين المسترشدين على المرشد وبناء الثقة المتبادلة بين المرشد والمسترشدين، (اللاعبين). – الحاجة لكسر الحواجز النفسية بين المرشد والمسترشدين واقامة علاقة مودة بينهما. – الحاجة لمعرفة محتوى ومبادئ البرنامج الارشادي بأسلوب المعرفي السلوكي. – توضيح دوره في البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي. – الحاجة لمعرفة كيف يؤثر البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في الاداء الرياضي..	
ثانياً: اهداف الجلسة	العام	➢ التعارف وبناء الثقة المرشد والمسترشدين. ➢ تعريف المسترشدين على مفهوم وهدف البرنامج الارشادي بالأسلوب المعرفي السلوكي. ➢ تعريف المسترشدين على مفهوم البرنامج الارشادي وكيف يؤثر البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في الاداء الرياضي. ➢ التعرف على مفهوم وهمية. ➢ الاتفاق على قوانين سير البرنامج الارشادي من حيث عدد جلساته ومدته ومكان انعقاده وزمن الانعقاد لكل جلسة.
	الخاص	➢ ان يتم التعارف وبناء الثقة بين المسترشدين اللاعبين والمرشد، وبين المسترشدين بعضهم البعض. ➢ ان يفهم المسترشدين محتوى البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي. ومدى اهميته. ➢ ان يطلع المسترشدين على ضوابط البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي.
ثالثاً: الفنيات المستخدمة	المعرفية	تقديم الموضوع، الحوار والمناقشة، التعزيز والتشجيع
	السلوكية	الفعالية والمرح
رابعاً: الواجب المنزلي	الاتفاق مع اللاعبين على تسجيل انطباعهم الاولي عن الجلسة الاولى، وكذلك تسجيل مقترحاتهم حول سير الجلسات الارشادية في الايام القادمة.	
خامساً: تقييم البنائي	• ان يتحقق التعارف بين المرشد والمسترشدين. • ان يتحقق كسر الجمود بين المرشد والمسترشدين، وبين المسترشدين أنفسهم. • ختم المرشد الجلسة الارشادية الافتتاحية بتذكير اعضاء المجموعة الارشادية بموضوع الجلسة القادمة ثم قدم لهم الشكر والتقدير.	
الادوات	سبورة، Data Shoe، جهاز لابتوب نوع (MAC, كراسات لغرض كتابة الواجب البيتي، كامرة تصوير، اقلام	

تتضمن الجلسة الافتتاحية التعريف بالبرنامج الإرشادي الجماعي الهادف تنمية خبرات النجاح لدى لاعبي كرة القدم تحت (17) سنة، من خلال استخدام الأسلوب المعرفي–السلوكي. يتم بناء العلاقة الإرشادية وإيجاد مناخ نفسي آمن قائم على الألفة والتقبل والثقة، مع تعريف اللاعبين بطبيعة البرنامج وأهدافه ومبادئه الأساسية.

يركّز المرشد على توضيح مفهوم خبرات النجاح وأثره ودورها في الأداء الرياضي، وبيان دور تعديل الأفكار السلبية وغير العقلانية في الحد من الانخفاض. كما يتم توضيح متطلبات البرنامج من حيث الالتزام بالحضور، والواجبات المنزلية، والسرية، بما يسهم في تعزيز فاعلية التدخل الإرشادي.