

تأثير برنامج ارشادى بالمعنى لتنمية قوة الإرادة لدى الناشئين الرياضيين

أ.د/ رشا محمد أشرف شرف

استاذ علم النفس الرياضى بقسم علم النفس والاجتماع والتقويم الرياضى

كلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان

أ.د/ منال عبد النعيم محمد طة

استاذ علم النفس الارشادى ورئيس قسم علم النفس الارشادى

كلية الدراسات العليا للتربية - جامعة القاهرة

الباحث/ ايهاب اميل شوقي اسكندر موسى

باحث بمرحلة الدكتوراه بقسم علم النفس والاجتماع والتقويم الرياضى

كلية التربية الرياضية بنين - جامعة حلوان

Doi: 10.21608/jsbsh.2023.249155.2590

أولاً: مقدمة البحث:

للحياه معنى رغم الضغوط والمشكلات اليومية، فنحن الذين نعطي الاشياء معنى وقيمة، من خلال القوه والشده على اعطاء المواقف واعطاء الحياه قيمه، وعلى ذلك فان قيمه حياه الانسان تستمد دلالتها من معنى ما يقوم به من افعال، وما يطوق الى تحقيقه في المستقبل. (٦ : ٥٦)

يعتبر الارشاد بالمعنى أحد الاستراتيجيات الارشادية التي تبناها علم النفس الايجابي حيث أن الارشاد بالمعنى يركز على المستقبل ومعنى الوجود الإنساني، والخروج من التمرکز حول الذات فهي ليست ميكانيزمات دفاعية لان الحياه أكبر من رد الفعل، فتعلم التفاؤل يمنع الاكتئاب والقلق لدى الأطفال والراشدين والشباب يتعلم المهارات الشخصية، وتتصف بالمتابرة والاتجاه العملي في الحياه ويكون أقل إصابة بالأمراض النفسية . (٩ : ٤٠١)

فالار شاد بالمعنى يؤكد على فرديه الان سان وقيمته و صراعه في سبيل الو صول الى معنى حقيقي لوجوده، فالان سان تدفعه في حياهه رغبه قويه لديه للو صول الى معنى لوجوده و معنى لحياهه وهو دائما مدفوع باراده الى تحقيق وجوده واكتشاف ذاته. (١٦ : ١٦٠)

يهدف الار شاد بالمعنى الى منح قوه داخلية ما والى الم ساعده على اکتشاف كل من المعاني والامكانيات التي يمكن تحقيقها في الم ستقبل وال سعي لتحقيق هذه الامكانيات والمعاني وذلك ي ساعد المريض على عودته من حيله الفراغ الوجودي الى الحياه مره اخرى.و ي ساعد العميل على ادراج ان التغيير المرغوب ليس خارجيا بل يجب ان يذ شا من داخلهم والعلاج الا عاملا م ساعدا في الو صول اليه. (٨ : ١١٦)

وقد اشار فرانكل (٢٠٠٤) الى ان الارشاد بالمعنى يهدف الى

أولاً : تحمل الشخص مسؤولية افعالة و اختياراته وتبعيات قراراته وهذا ينطبق على الجانب الرياضي والرياضيين في تحمل اللاعب لمسؤولياته وقراراته وتوابعها وتأثيرها على انجازة واهدافه.

ثانياً : إيجاد معنى لحياة الفرد عاماً وكل تفاعل صيل حياته خاصاً وهذا يتطلب الوعي بالذات وبإمكانيات الفرد هذا ينطبق تماماً على المجال الرياضي في معرفة نقاط القوى والوعي بها واستخدامها لتوهم اللاعب للتميز والانجاز في ادائه في الرياضة .

ثالثاً : اكتشاف معنى للمعاناة والام والفسل ونقاط الضعف وتحويلها الى نقاط قوى وتحديدها للاستكمال في الرياضة والتميز على الرغم من وجودها.

مما سبق يتضح لنا ان تبنى نظرية الارشاد بالمعنى لإستخدامها وتطبيقها في المجال الرياضي مناسب ومفيد وفعال ويعتبر إضافة.(٩:١٨٧)

إن إعداد الرياضي في قوة الإرادة هو عملية نفسية وتربوية طويلة الأمد وهادفة تهدف إلى تطوير وتعليم التنظيم الذاتي الواعي للرياضي، وبعض صفات النشاط العقلي والم شاعر الأخلاقية ضرورية للجهود الطوعية للتغلب على العقبات والصعوبات (١٥:٢١٣)

إحدى الوسائل الرئيسية لتنمية قوة الإرادة هي التغلب على الصعوبات. لذلك، لتطوير الصفات الإرادية يجب خلق شروط معينة للرياضي. ومنها زيادة تعقيد الحمل تدريجياً. وأهمية التغلب المنهجي للرياضي على الصعوبات المرتبطة بأحمال التدريب وزيادتها التدريجية وتنظيمها الأمثل. وهكذا التدريب والتي تحدد إلى حد كبير نظام عوامل تطوير صفاته الإرادية (١٧:١٦٥)

الإرادة هي عملية عقلية يتم التعبير عنها في أفعال تهدف إلى تلبية الحاجة، وهي القوة الرئيسية التي تسيطر على الإنسان، كما ان الإرادة هي مبدأ ديناميكي للوعي البشري، فنحن لسنا مصممون، لكن يمكننا اتخاذ موقف، ومن المفترض أن نكون منتصرين وليس ضحايا! لم يتم تجميد حركتنا بعد الآن، فنحن قادرون على التغيير. (٨:١٤)

وقد اشار كينفر ان هناك عدة اتجاهات لتنمية الإرادة منها تحول العمليات العقلية للإرادية إلى عمليات اعتباطية وان يتحكم الشخص في سلوكه والاهم هو تنمية الصفات الشخصية الإرادية.(١٤:٣٣٤)

وقد أصبحت التربية الرياضية علماً من أهم العلوم التربوية والإنسانية ولها فلسفتها ونظرياتها المختلفة كما أنها تضم العديد من العلوم مثل علم النفس الرياضي، علم الحركة، علم التدريب الرياضي، علم الاجتماع الرياضي، و فسيولوجيا الرياضة وغير ذلك من العلوم الرياضية والتي تعتبر نشأة طرب - سوي متكاملة - لتهم - علم الفرد ككل و تعمل على تنميته من جميع النواحي البدنية والعقلية والنفسية والاجتماعية والتربوية وغيرها ولذا يجب على المربين الرياضيين (مدرباً ومدرساً) الإيمان بأن برامج التوجيه والإرشاد لابد وأن

تكون جزءاً أساسياً في إعدادها للفرد سواء في مجال التدريب أو في مجال الرياضة المدرسية، لأنه لا يمكن تصور الممارسة الرياضية دون توجيه وإرشاد (١٦٧:٢)

يعتبر التوجيه والإرشاد النفسي الرياضي أحد مجالات علم النفس الرياضي التطبيقي وهذا النوع من التوجيه لا ينتظر حدوث الإزمه أو المشكله ثم يبحث عن العلاج ولكن يتوقع المشكلات في مرحله مبكره و يتعامل معها قبل ان تصل الى النقطة التي تتطلب التدخل هذا بالاضافه الى حل المشكلات القائمه والمحتمل الحدوث وكذلك التدخل في مواقف (١٢٣:١٢)

كما اشار فرانك وزبلا ٢٠٠٨ الى ان الارشاد النفسي في الرياضه هو تطبيق العديد من الاساليب والنظريات والفنيات النفسيه على الرياضيين وذلك بهدف تطوير وترقيه ال صحتهم النفسيه والبدنيه وال سعادته والعافيه لهم ومحاولة الارتقاء بمستويات الاداء الرياضي او البدني لديهم وافتخاره الدفاعيه نحو تطوير مستوياتهم والعامل على مواجهه المشكلات الشخصيه التي قد تتاثر بالعوامل النفسيه المختلفه ومحاولة ازالتها او تخفيفها. (٢٣٤:١٣)

مشكلة البحث

لاحظ احد الباحثون اثناء التدريب في مجال التدريب الرياضي وبالأخص داخل الاكاديميات الرياضية لكرة القدم فقدان مظاهر الاجتهاد والمثابرة ، متمثلة في عدم المشاركة احيانا و احيانا اخرى عدم وجود دافع او ارادة شخصية داخل الفرد للممارسة وبذل الجهد، عدم الاقدام على التفاعل في النشاط الحركي بفاعلية، والرغبة في المشاركة المحدودة مع زملاء بعينهم دون الاخرين ، الاصرار على الاعتقاد بانهم لا يستطيعون اداء مهارات حركية بعينها ، مما ينعكس على التحول لسلوك سلبي غير نافع و يظهر ذلك في العديد من ردود الافعال الشخصية والسلوك الحركي اثناء التدريبات والمنافسات .وقد وجد الباحث ان الارشاد بالمعنى ينظر إلى الشدائد على أنها فرصة ، ويساعد فيها الاخصائى النفسى الفرد في إعادة فحص الشدائد لإيجاد المعنى فيها واعطاء فرصة اخرى للاداء بفاعلية.

وقد رأى الباحثون ان برنامج الارشاد بالمعنى يمكن ان يسهم في الكشف عن الأسس النظرية والآليات العملية تنمية قوة الإرادة للناشئين الرياضيين في مجتمعنا نحو النشاط الرياضي.

من هنا جاءت فكرة الدراسة الحالية من افتراض أن الارشاد بالمعنى من خلال مبادئه وأدسه النظرية وفنياته يساعد في تنمية قوة الإرادة لدى الناشئين الرياضيين الذكور والذي بدوره يعمل على تحسين السلوك والاداء الرياضي من خلال إعداد برنامج قائم علي الارشاد بالمعنى لتنمية وتطوير قوة الإرادة لدى مجموعة من الناشئين الرياضيين.

أهمية البحث: تكمن أهمية الدراسة الحالية فيما يلي:

- ١- قله الدراسات حسب اطلاع الباحث التي تناولت الارشاد بالمعنى لتنمية قوة الارادة بشكل عام وفي المجال الرياضى بشكل خاص.
- ٢- يمكن أن تكون نتائج هذه الدراسة نواة لبحوث ودراسات أخرى في الارشاد بالمعنى وما يتعلق به.
- ٣- البرنامج الارشادي يمكن مساعدة الناشئين الرياضيين في اجتياز صعوبات الحياة بشكل مختلف والتكويف وقبول الالم خلق صورة ذاتية إيجابية عن أنفسهم من خلال تقوية قوة الارادة لديهم.

هدف البحث

التعرف على مدى فاعلية الارشاد بالمعنى في تنمية قوة الارادة لدى الناشئين الرياضيين.

فروض البحث

- ١- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى لدى المجموعة التجريبية فى قياس قوة الارادة
- ٢- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدى لدى المجموعة الضابطة فى قياس قوة الارادة
- ٣- يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين فى القياس البعدى فى قياس قوة الارادة.

مصطلحات البحث

الارشاد بالمعنى (Logo Therapy)

هو عملية م مساعدة للفرد على استخدام أساليب ومبادئ نفسية وفنيات لإدراك معنى الحياة الإيجابي واكتشاف والتعبير عن الذات تعبيراً فعالاً للتواصل مع الآخرين ومعايشه الحياة بفاعلية والرضا عن الحياة والتمتع بجودة الحياة. (٩:٢٣)

قوة الارادة Willpower:

هي ما يعبر عن مفاجاه بره المرئ واندفاعه للقيام بعمل معين يصرف عن العوائق والمصاعده التي سوف يواجهها في طريق انجازة لذلك العمل، وان السبيل الوحيد للحدصول على قوة الاراده هو اراده القوه بحد ذاتها، فلا يمكن للفرد ان يقوي ارادته دون ان تكون لديه الرغبة في القوه نفسها وعاده ما يرغب الفرد بان يمتلك الاراده القويه من اجل اسباب معينه منها اراده النجاح في مختلف امور الحياه. (٦:١٩٠)

الدراسات المرتبطة بالبحث

اولاً الدراسات المرتبطة العربية

- ١- قام د سيب محمد د سيب درا سه بعنوان (التدخلية للتحقق من فاعليه برنامج مقترح لتنمية الاراده الذاتيه- في احد المفاهيم المرتبطه بالاراده- ومهاره حل الم شكلات لذوي صعوبات التعلم

بالمرحله الابتدائية) (٢٠١٢)، (٢) هدفت الدراسة للتعرف على مدى فاعلية برنامج مقترح لتنمية الاراده الذاتيه، حيث تكونت عينه الدراسه من (٢٠) متعلم تروحه اعمارهم ما بين ١٠ - ١١ عاما بمتوسط عمري (١٠،٢٢) عاما، وانحراف معياري (١،١)، تم تقسيمهم بطريقه عشوائيه ايضا الى مجموعتين احدهما ضابطه والاخرى تجريبيه قوام كل منهم (١٠) متعلمين ، وتم تطبيق بطاريه تشخيص صعوبات التعلم ومقياس الاراده الذاتيه ومقياس مهاره حل الم مشكلات لدى المتعلمين ذوي صعوبات التعلم. وقد اظهرت النتائج ان البرنامج فعال من ذوي صعوبات التعلم في المرحله الابتدائية. (٤)

٢- قامت (سارة محمد عبد الفتاح) بدراسة بعنوان (برنامج قائم على الارادة لتحسين جودة الحياة لدى عينه من المراهقين) (٢٠١٧) (٦) هدفت الدراسة للتعرف على مدى فاعلية برنامج قائم على الارادة لتحسين جودة الحياة لدى عينه من المراهقين تمثلت العينه في (٢٠) طالبة من طالبات الصف الاول والثاني الثانوي وقسمهم الى مجموعتين المجموعه التجريبية تضم (١٠) ، و المجموعه الضابطه تضم (١٠) ، واستخدمت المنهج التجريبي. واستعانت الدراسه بالادوات التاليه: - البرنامج الارشادي، مقياس الاراده ، مقياس جوده الحياه، مقياس اضطرابات الاكل وتوصلت الى اهم النتائج : - توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعه التجريبية والمجموعه الضابطه في القياس البعدي في ابعاد مقياس الاراده والدرجه الكليه وذلك في اتجاه القياس البعدي. - لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعه التجريبية في القياسين البعدي والتبقي يا ابعاد مقياس الاراده والدرجه الكليه. - توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات المجموعه التجريبية والمجموعه الضابطه في القياس البعدي في ابعاد مقياس جوده الحياه والدرجه الكليه وذلك في اتجاه القياس البعدي. (٧)

ثانياً الدراسات المرتبطة الأجنبية

3- قام (ويجنر Wegner) بدراسة بعنوان (فاعلية العلاج بالمعنى في تخفيف اضطراب الاكتئاب) (٢٠٠٤) (٢٠)، هدفت الدراسة الى استخدام برنامج العلاج بالمعنى في تخفيف اضطراب الاكتئاب ، تمثلت العينه في (١) فتاة واحدة عمرها (٢٩ عام) واعتمدت الدراسه على تصور ابعاد الاكتئاب المختلفه، وتم تدريب الحاله على تكوين اتجاهات ايجابية تجاه اعراضها الاكتئابيه باستخدام فيه المقصد المتناقض وتم التدريب على تخيل الم سافه بين الذات والاعراض الاكتئابيه وتوصلت الدراسه الى فاعليه الفنيات التي تم استخدامها لتخفيف اضطرابات الاكتئاب وزيادة الاقبال على الحياه. (١٨)

4- قامت (نادية فيزو شينا) بدراسة بعنوان (الصفات الإرادية للرياضيين وتأثيرها على الأذ شطة التنافسية) (٢٠١٨) تهدف الدراسة إلى تحديد وتنظيم الصفات الطوعية السائدة لشخصية الرياضيين.

تزداد أهمية عامل التنظيم الطوعي كل يوم ، كما هو أحد الجوانب الرئيسية التي تسمح باستخدام القدرات الاحتياطية لنفسية اللاعب. غرض. وتكشف عن تأثيرها على النشاط التنافسي مع مراعاة نوع النشاط الحركي. نتائج. تم فحص هيكل ومستقبل الأفعال الإرادية البسيطة والمعقدة. المقال يعتبر الحديث

مقاربات لتحديد مكان التدريب الإرادي في الدعم النفسي للرياضيين.

تم تحديد الرياضيين وتنظيمهم في ٤ مجموعات: تحفيزية إرادية ، إرادية عاطفية ، أخلاقية - إرادية (١٦)

خطه وإجراءات البحث :

- منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج التجريبي للمجموعتين (التجريبية والضابطة) باستخدام القياسين (القبلي/البعدي) لكل مجموعة .

- مجتمع وعينة البحث

أشتمل مجتمع البحث على الناشئين الرياضيين الذكور للمرحلة العمرية من (١٦ الى ١٩) سنة من ممارسي رياضة كرة القدم داخل الاكاديميات الرياضية.

وقام الباحثون بسحب عينة عشوائية ممثلة للمجتمع الأصلي للبحث (الناشئين الرياضيين) الذكور المشتركين بأكاديمية كرة القدم مقسمة الى (٢٠) ناشئين كعينة استطلاعية لحساب المعاملات العلمية للعبارات المقياس ، وتوزيعهم على مجموعتين متكافئتين بعد تطبيق مقياس الارادة عليهم اولا ومعرفة درجة الاستجابة وبناء على الدرجة المنخفضة في الاستجابة قوامها (١٠) ناشئين تكون المجموعة التجريبية والدرجة المتوسطة و قوامها (١٠) ناشئين تكون المجموعة الضابطة.

أدوات جمع البيانات

اولا: البرنامج الارشادي بالمعنى (اعداد الباحثون) مرفق (٣) وذلك باتباع الخطوات الاتية:

١- هدف البرنامج

"معرفة فاعلية برنامج ارشادي لزيادة اهداف الانجاز لدى بعض الناشئين الرياضيين.

٢- محتوى البرنامج ومدة تطبيقه

استخدم الباحثون في اعداد المحتوى أسلوب وفنيات الارشاد بالمعنى حيث يحتوي البرنامج على طرق واساليب متنوعة من خلال استخدام النشاط الرياضي والتخيل واستناداً على أسس ومبادئ وفنيات الارشاد بالمعنى، و البرنامج عبارة عن وحدات مقسمة الى (17) سبعة عشر جلسة ارشادية بواقع (٢) مرتين اسبوعياً، في فترة زمنية (٩) تسعة اسابيع تحتوي على (٢) جاستين احدهما للقياس القبلي والاخرى للقياس البعدي وجلسة للترحيب والتعارف وجلسة الختام.

٣- إجراءات تنفيذ البرنامج

قام الباحثون بعمل دراسة استطلاعية على عدد من الناشئين بهدف:

- حساب المعاملات العلمية لعبارات وضع الاهداف والتأكد من معامل الصدق والثبات
- تنفيذ القياس القبلي للعينة التجريبية
- الإفتتاحية والترحيب والتعارف ثم تطبيق جلسات البرنامج ،
- واخيراً الختام و عمل القياس البعدى.

٤- الأنشطة المستخدمة في البرنامج

- ١- النشاط الترويحي
- ٢- النشاط الرياضي
- ٣- النشاط التخيلي
- ٥- الإستراتيجيات والأساليب (الفنيات) المستخدمة في البرنامج

١- المناقشة والحوار .

٢- ألعاب حركية جماعية

٣- العلاج المعرفي في حالة اللاوعى.

٤- طرح الأسئلة.

٥- التعزيز الاجتماعي (المعنوي والمادي). النمذجة.

٦- لعب الأدوار.

٧- الأفلام.

٨- التدريب (الواجب العملي).

٩- التغذية الرجعية.

- إجراءات البرنامج:

- ١- مدة البرنامج سبعة اسابيع بواقع ١٤ جلسة موزعة كالاتى:
- جلسة واحدة لعمل القياس القبلي للجميع.
- ١ جلسة تمهيدية وعمل ترحيب وتمهيد للمجموعة المختارة للبرنامج لمدة ٦٠ دقيقة.
- ١٠ جلسات على محاور وأبعاد الذات المختلفة لمدة -٦٠:٩٠ دقيقة كل جلسة.
- جلسة ختامية شكر والتأكيد على ما سبق ٦٠ دقيقة.
- اجلسة مجمعة وعمل استبيان بعدي .
- ٢- مكان البرنامج قاعة وملعب بمدرسة.

ثانيا : عبارات محور قوة الارادة : مرفق (٢)

- تم الاستعانة بمقياس قوة الارادة من اعداد رشا جاد المولى الفرجاني (٢٠٢٠) (ص ١٧٦) المقياس يحتوى على (٤٠) عبارة ويحتوى على (٤) اربعة محاور وكل محور يحتوى على (١٠) عبارات بعضها ايجابية وبعضها سلبية على ميزان خماسي.

حساب المعاملات العلمية :

أولاً : حساب معامل الصدق :

أ- صدق المحكمين : تم عرض العبارات على السادة الخبراء قوامهم (٣) وجاءت النتائج الموافقة على جميع العبارات لانها مناسبة للصياغة والمعنى والهدف المنشود منه. مرفق (١)

ب- صدق الاتساق الداخلي :

جدول (١) قيم الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس الارادة (ن=١٠)

م	المحور	(ر)	الدلالة
١	العزيمة	*،698	,0000
٢	الاصرار	*،759	,0000
٣	قوة الارادة	*،803	,0000
4	الهدف	*،659	,0000

• الدلالة > ٠,٠٥

يتضح من الجدول (١) أنه تم قبول جميع العبارات مما يدل على صدق الاتساق الداخلي وان المقياس صالح للتطبيق .

ثانياً: حساب معامل الثبات

جدول (٢) قيم الفاكرونباخ لحساب الثبات (ن=١٠)

الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية لمقياس الارادة (ن=١٠)

م	المحور	(ر)	الدلالة
١	العزيمة	*،٦٥٥	,٨٧٠
٢	الاصرار	*،٧٠٨	
٣	قوة الارادة	*،٧٩١	
4	الهدف	*،٨١٣	

يتضح من جدول (٢) ان قيم الفاكرونباخ لمحاور المقياس مقبولة مما يدل على صلاحية التطبيق

* المعالجات الإحصائية المستخدمة

استعان الباحث بعدة معالجات إحصائية تتمثل في الآتي:

١- الاحصاء الوصفي.

٢- دلالة الفروق ويلكسون.

٣- دلالة الفروق مان وتيني.

٤- نسبة التحسن %

وقد إرتضى الباحث مستوى دلالة (٠,٠٥) باستخدام برنامج (SPSS21) عرض النتائج

جدول (٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الالتواء للاستجابة العينة على الدرجة الكلية في المقياس القبلي (ن=١٠)

المجموعة الضابطة			المجموعة التجريبية			البيان
ل	ع	م	ل	ع	م	
-٣٢٣	٧,١٤	٨٨,٨٠	-٢١٤	٧,٧٥	٩٠,٢٠	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (٣) انة اند صر معامل الالتواء ما بين (+٣-٣-) لا استجابات العينة في العينة في القياس القبلي مما يدل على اعتدالية البيانات.

جدول (٤) دلالة الفروق بين المجموعتين في القياس القبلي (ن=١٠)

البيان	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	V	الدلالة
قوة الارادة	التجريبية	١١,٤٠	١١٤,-	٤١,-	.٤٩٤
	الضابطة	٩,٦٠	٩٦,-		

*الدلالة > ٠,٥

يتضح من جدول (٤) انة لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في القياس القبلي، مما يدل على مدى تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق البرنامج.

جدول (٥) دلالة الفروق بين القياسين لدى كل مجموعة و نسب تحسنها لمقياس نسب قوة الارادة (ن=١٠)

البيان	الاتجاه	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	Z	الدلالة	%
المجموع التجريبية	-	-	-	-	٢,٦	٠,٠٥	١٧,٧
	+	١٠	٥,٥٠	٥٥,-			
	-	-	-	-			
المجموع الضابطة	-	-	-	-	٢,٣٧	١,٠٨	٧,٥
	=	٢	٣,-	٢٣,-			
	-	-	-	-			

*الدلالة > ٠,٥

يتضح من جدول (٥) انة يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين القياسين لدى كل مجموعة قيد البحث، كما جائت نسب التحسن لدى التجريبية (١٧,٧%) اعلى من نسب تحسن المجموعة الضابطة (٧,٥%) مما يدل على نجاح البرنامج المقترح و تأثيره.

جدول (٦) دلالة الفروق بين المجموعتين في القياس البعدي (ن=١٠)

البيان	المجموعات	متوسط الرتب	مجموع الرتب	V	الدلالة
قوة الارادة	التجريبية	١٢,٨٠	١٣٨,-	١٧,-	٠,١٢
	الضابطة	٧,٢٠	٧٢,-		

*الدلالة > ٠,٥

يتضح من جدول (٦) انه يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين لصالح المجموعة التجريبية نحو استجاباتهم على مقياس قوة الارادة.
مناقشة النتائج:

في ضوء مشكلة البحث وتحقيقا لاهدافها توصل الباحث الى نتائج حيث يتم عرضها كالتالى عن طريق مناقشة الفروض

١- مناقشة الفرض الأول الذى ينص على انه:

(يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلى والقياس البعدى لدى المجموعة التجريبية فى قياس قوة الارادة لدى)

تشير نتائج جدول (٦) الخاص بدراسة الفروق بين القياسين بين المجموعة التجريبية نحو استجابتهم على جميع ابعاد الارادة حيث جاءت النتائج تدل على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين لصالح القياس البعدى ويعزو الباحث النتائج الى

- فعالية البرنامج المقترح للارادة من برامج واساليب وفنيات ومعرفة المعنى والقصد فى حيات الناشئ واهمية الحياة وكيفية العيش والاستمتاع بها رغم الالم والتحديات، ومعرفة الايجابيات والسلبيات وكذلك التنوع فى استخدام ادوات متنوعة وانشطة مختلفة (التخليية-الرياضية-الترويحية)والتي بدورها تساعد الفرد فى التأمل والتفكير والاحساس والاستعداد للتغيير وهذا ما أكدته

- التنوع الذى استخدمه الباحث فى الانشطة وخصوصا اللعب لتعديل السلوك السلبى. وذلك عن طريق تنفيذ العاب هادفة مشروطة موجهة تدعم هدف الجلسة المعد مسبقا من قبل الباحث لى يتم به تطوير السلوك للناشئين نحو تطوير الارادة ، ويتفق هذا الإستنتاج أيضاً مع ما اشار مجدى الدسوقي (١٩٩٤) فى دراسته (تأثير اللعب على النضج الخلقى لدى الطلبة) حيث اكد على تأثير النشاط واللعب على السلوك الخلقى للتلاميذ (٦٣:١٠)

- استخدام الباحث لتقنية الترسخ الذهنى للطلاب تحت مستوى اللاوعى(حالة بديل الوعى) ساهم فى تثبيت وتأكيذ بعض القيم والمعتقدات الإيجابية للارادة عن طريق عمل مقدمة واضحة بعنوان واضح فى بداية كل جلسة لتهيئة وتوجيه الطلاب نحو القيمة او المعتقد المراد تثبيتها فى اذهانهم، وذلك من خلال تجهيز مكان هادئ جيد التهوية ومعطر وإضاءة غير مباشرة مع استخدام إيقاع ثابت بالصوت وموسيقى مصاحبة للأداء بما يحقق مستوى افضل من الصفاء الذهنى والقدرة على تثبيت القيمة المحددة لكل جلسة. بالإضافة الى مهارة الاسترخاء وما تمثله من تأثير ومن أهمية فى خفض مستوى التوتر العضلى والعقلى، هذا بالإضافة الى كونها الخطوة الأولى والتي تعتمد عليها المهارات العقلية الأخرى فى هرم التدريب العقلى، وهذا ما أكدته محمد أحمد عبد اللطيف(٢٠١١) فى رسالته التدريب العقلى باستخدام البرمجة اللغوية العصبية لتطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الاداء فى بعض الرياضات

الفردية حيث أكدت النتائج أعلى نسبة تحسن في كل متغيرات البحث لصالح القدرة على الاسترخاء، وهذا مؤشر لتطوير المهارات العقلية التي تعتمد على الاسترخاء في تحقيق أغراضها (١١:٨١). وبذلك تم قبول الفرض الأول الذي ينص على:

(يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة التجريبية في قياس قوة الارادة لدى الناشئين الرياضيين لصالح القياس البعدي)
٢- مناقشة الفرض الثاني الذي ينص على:

لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة الضابطة في قياس الارادة لدى فئة الناشئين الرياضيين وبذلك تم قبول الفرض الثاني الذي ينص على:

(ان لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياس القبلي والقياس البعدي لدى المجموعة الضابطة في قياس الارادة لدى فئة الناشئين الرياضيين)
- مناقشة الفرض الثالث الذي ينص على:

يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين في القياس البعدي في قياس الارادة لدى فئة الناشئين الرياضيين لصالح المجموعة التجريبية

تشير النتائج الخاصة بدراسة الفروق بين المجموعتين في القياس البعدي نحو استجاباتهم على ابعاد مقياس الارادة لصالح المجموعة التجريبية ويعزو الباحث النتائج الى:
- إختيار عينة قيد البحث دون مجتمع البحث وتهيئتهم والإهتمام بهم ورعايتهم وإعلان خصوصيتهم وتوضيح مدى أهمية وتأثي البرنامج في شخصيتهم وحياتهم وتوضيح أهمية الارادة لهم يعطى اهتمام ويعمل علة خلق دافعية وإستعداد للإلتزام والتعلم.

-تنوع طرق التعزيز الإجتماعي من جلسة لأخرى معنوياً ومادياً (حلويات - هدايا - مكافآت - كلام ايجابي - مدح) مما أثرى جو الألفة والإيجابية والروح الطيبة على الجلسات والبرنامج وهذا يتفق مع نتيجة مارش وكرافن (١٩٩٧) Marsh, H.W and Craven على أن تنوع طرق التعزيز الإجتماعي من خلال الخبرة داخل البيئة المحيطة وبالتحديد التعزيز الإيجابي البيئي وإنعكاس تقديرات الآخرين لهم على بعض الجوانب دون الأخرى، ويرى الباحث ان هذه النتيجة تنطبق على بيئتنا المصرية وخصوصاً في المرحلة الثانوية والنشء بإنعكاس تقدير معظم الناس على التقدير الدراسي والدرجات والمقارنات دون التركيز على باقى جوانب الشخصية والذي يعطى مفهوم منخفض للارادة (مكافئة النتائج وليس الأداء) وهذا مختلف عن مقاييس التقدير أو التعزيز المعنوي في جلسات البرنامج، وهذا يتفق مع أسامة كمال راتب وآخرون في الرعاية النفسية للرياضيين

على أن تطوير الإدراك الإيجابي لقيمة الرياضيين لأنفسهم بصرف النظر من مستوى ادائهم في الرياضة، أى التركيز على تقدير قيمة الذات الإنسانية وليس المهارات أو الإنجازات أو النجاحات فقط. (٢٢:٥) -إختيار أسلوب اللعب المشروط كأسلوب اساسى بالبرنامج والذي يعد الأكثر تأثيراً لما له من قبول وحب من الطلبة وإزالة الحواجز وإذابة الجليد ويجعلهم على سجيبتهم أثناء التفاعل فى النشاط ويعمل على تعديل السلوك فى معظم جوانب الشخصية،

و يتفق أيضاً ما أشار اليه خير الدين عويس (1997) على أنه من الأهمية للعب انة و سيلة هامة لإكتساب أنماط السلوك ويستخدم كمصدر تعلم، (٣٤:٥)

- وضع البرنامج الإرشادى المقنن والمعد خصيصا لعينة البحث والمرحلة العمرية مع تعدد وتنوع الإستراتيجيات فى نفس ذات الجلسة الواحدة كان لة الأثر فى التأكيد على القيمة والمعتقد المحدد ووصوله بطرق مختلفة ومتنوعة ومكثفة لمحاولة الوصول الى التكامل والشمولية(عرض الفيديوها ت - المناقشة - التدريبات - الألعاب المقننة - طرح السئلة - لعب الأدوار - النمذجة - التغذية الرجعية -التخيل - الكرسي الخالى - التعزيز الإجتماعى(المعنوى والمادى) - الإسترخاء والاعوى) وهذا ما أكد عليه عباس العادلى (١٩٩٣) فى رسالته فاعلية الإرشاد الجمعى فى مفهوم الذات وتحمل المسؤولية، وأيضا أحمد يونس الجارى (٢٠٠٩) فى رسالته أثر برنامج إرشادى فى تعديل مفهوم الذات لدى طلبة كلية التربية. (٧٧:١)، (٥١:٨)

-استخدام وسائل الإسترخاء فى بداية الجلسات الإرشادية الذى هو الشىء الجديد للطلبة والذي لاقى قبول واستمتاع لديهم ساهم فى تكوين انطباع ايجابى جيد واستعداد للتعلم ورغبة فى الإلتزام لحضور جلسات البرنامج وأيضاً تفرغ للضغوط والشحنات السلبية، وهذا ما أكدته محمد أحمد عبد اللطيف(٢٠١١) فى رسالته التدريب العقلي باستخدام البرمجة اللغوية العصبية لتطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الاداء فى بعض الرياضات الفردية حيث أكدت النتائج أن تدعيم الاهتمام بالعرفة العقلية كأفضل مكان يشعر فيه اللاعب بالاسترخاء والخصوصية، وإعطاه القدرة على التحكم فى تفرغ التوترات العضلية والافكار السلبية.(٨١:١١)

-توفير وتخصيص بيئة تنفيذ البرنامج كمكان ثابت وتهيتها من نظافة وروائح عطرة وإضاءة مناسبة وهدوء وموسيقى ولافتات خاصة بالبرنامج (القاعة كمكان مغلق)(الملعب) والذي يعطى عينة البحث الإحساس بالراحة والإهتمام والخصوصية ويساعد على الإستعداد للتعلم وسرعة التعلم.

وبذلك تم قبول الفرض الثالث الذى ينص على:

(يوجد فروق ذات دلالة احصائية بين المجموعتين فى القياس البعدي فى قياس قوة الارادة لدى فئة الناشئين الرياضيين لصالح المجموعة التجريبية)

-الاستنتاجات:

١- ان الارشاد بالمعنى أن الإنسان خير بطبيعته ويمتلك دافعاً أصيلاً إلى تنمية ذاته وترقيتها إذا توافرت له الشروط التي تساعده على اكتشاف قدراته بنفسه ومحاولة تحقيقها للمعنى، فانتماء العلاج بالمعنى للاتجاه الظاهرياتي الفينومينولوجي الذي من خصائصه. التفاوضية، حيث إن العلاجات تركز على قدرة فطرية لدى الشخص

٢- ان يستند العلاج بالمعنى طبقاً لهذا الاتجاه ٢ الارشاد بالمعنى يساعد الشخص على تكوين اتجاهات إيجابية نحو ذاته والذي يتبع الاتجاه الإنساني في علم النفس وهو اتجاه ايجابي تفاؤلي.

٣- أن الارشاد بالمعنى يهدف إلى مساعدة الشخص على أن يجد معنى في حياته وتحقيق إمكانات المعنى لوجوده وإثارة إرادة الحياة لديه فيصبح الشخص على وعي بما هو تواق إليه في داخله

٤ مساعدة الشخص على تحمل الالم في في كل دوانب حياة الإنسان في بحثه عن المعنى يكون مستعداً

-التوصيات

١- يوصى باستخدام مواد البحث التي ذات قيمة عملية للباحثين في مشاكل وسلوك اللاعبين الناشئين والمدربين في النوادي والمؤسسات الرياضية المختلفة..

٢- البرنامج الارشادي ذو صلة وثيقة باهتمام المجتمع الرياضي العلمي بمشاكل السلوك الرياضي والأخلاقي للرياضيين في المجتمع المصري ، وتحديد وسائل تطويره، وتنمية الوعي به والذي يمكن أن يساعد الارشاد في إدراج هذا الجانب من خلال عملية الارشاد .

٣- يوصى باستخدام هذا البحث للكشف عن الأسس النظرية والآليات العملية لتقوية قوة الإرادة للناشئين الرياضيين في مجتمعنا نحو النشاط الرياضي والتي تسمح بالنظر في مشكلة وضع الاهداف من حيث تربية الوعي

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربي :

- ١- أحمد يونس محمود البجاري (٢٠٠٩): "أثر برنامج إرشادي في تعديل مفهوم الذات لدى كلية التربية"، كلية التربية ، جامعة الموصل ، بغداد.
- ٢- إخلص محمد عبد الحفيظ (٢٠٠٩) ، التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الريا ضي، مركز الكتاب للنشر، ط١، القاهرة.
- ٣- اسامه كمال راتب واخرون (٢٠٠٩) الرعايه النفسيه للرياضيين، الدار الهندسيه زهراء المعادي .
- ٤- حسيب محمد (٢٠١٢) فعاليه برنامج مقترح لتنميه الاراده الذاتيه و مهاره حل المشكلات لذوي صعوبات التعلم للمرحله الابتدائيه.مجله رساله الخليج العربي العدد ٢٢ ص ص ٢١١ - ٢١٢
- ٥- خير الدين عويس (١٩٩٧): اللعب وطفل ما قبل المدرسه، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٦- ر شا جاد المولى الفرجاني (٢٠٢٠) فعاليه برنامج ار شادي بالمعنى لتنميه الاراده لدي عينه من الشباب، رساله دكتوراه كليه التربيه جامعه عين شمس ، القاهرة.
- ٧- سارة محمد عبد الفتاح (٢٠١٧) برنامج قائم على الارادة لتحسين جودة الحياه لدى عينه من المراهقين، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة.
- ٨- شيماء محمد فهمي محمود (٢٠١٠) فاعليه برنامج لتنميه الاراده لدي عينه من الاطفال المصابين السرطان رساله ماجستير معهد الدراسات العليا للطفوله جامعه عين شمس.
- ٨- عباس العادلي (١٩٩٣): فاعليه الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات وتحمل الم سئولية الاجتماعيه لدى الأحداث الجانحين (أطروحة دكتوراه غير منشورة) كلية التربية، جامعة بغداد، بغداد.
- ٩- فيكتور أم يل فراند كل (٢٠٠٤) : إرادة المعنى، أسس وتطبيقات العلاج بالمعنى، ترجمة إيمان فوزي، دار زهراء الشرق، القاهرة.
- ١٠- مجدى محمد الد سوقى (١٩٩٤): مدى فاعليه لعب الأدوار والتعلم بالنموذج فى تنمية م ستوى النضج الخلقى لدى عينه من الأطفال ، دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، القاهرة.
- ١١- محمد أحمد عبد اللطيف (٢٠١١) التدريب العقلي باستخدام البرمجة اللغوية العصبية لتطوير استراتيجيات التفكير وفعالية الاداء في بعض الريا ضات الفردية، رساله دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان، القاهرة
- ١٢- محمد العربي شمعون (٢٠١٧) الجديد في التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الريا ضي ، مركز الكتاب الحديث، ط ١.

١٣- محمد حسن علاوي (٢٠١٢) : علم نفس الرياضة والممارسه البدنيه، مركز النشر ،القاهرة.

ثانيا: مراجع باللغة الأجنبية.

14- Kanfer, R. (1993). The role of volition in learning and performance. Review of Research in Education, 19, 301-341. <http://www.jstor.org/stable/1167345>

15-Medvedev, V.V. (1989). Psychological support of sports activities: Textbook. manual for students of higher education sh. coaches of FC HCOLIFK. M.: HTSOLIFK, 74 p

16-NADIIA VYSOCHINA1; etal: (2018)Volitional qualities of athletes and their influence on competitive activities, Journal of Physical Education and Sport ® (JPES), 18(1), Art 30, pp. 230 – 234, 2018, online ISSN: 2247 – 806X; p-ISSN: 2247 – 8051; ISSN – L = 2247 – 8051 c JPES

17-Rubinstein, S.L. (2007). Basics of general psychology. [in 2 volumes]. St. Petersburg: Peter, 713 p

18- Wagner, D.M. (2004) precis of the illusion of conscious will behavioral and brain sciences ,27, 649 ,692

ملخص البحث

تأثير برنامج ارشادى بالمعنى لتنمية قوة الارادة لدى الناشئين الرياضيين

أ.د/ رشا محمد أشرف شرف

أ.د/ منال عبد النعيم محمد طة

الباحث/ ايهاب اميل شوقي اسكندر موسى

يعد الار شاد بالمعنى من التوجهات الحديثة والتي تساعد الفرد على تحمل م سؤلية افعالة و اختياراثة وتبعيات قراراثة وهذا ينطبق على الجانب الرياضى والرياضيين فى تحمل اللاعب لمسؤلياته وقراراثة وتوابعها وتأثيرها على انجازة واهدافة مما دفع الباحثون لاجراء البحث للتعرف على تأثير برنامج ارشادى بالمعنى لتنمية قوة الارادة لدى بعض الناشئين الرياضيين ، استخدم الباحثون المنهج التجريبي، مجتمع البحث ٢٠ لاعب بأكاديميات كرة القدم، وتم اختيارهم عمديا ، وقد قام الباحثون بتقسيم العينة الى مجموعتين بالتساوى احدهما تجريبية والاخرى ضابطة وقد استخدم الباحث مقياس قوة الارادة وبرنامج ارشادى اعداد الباحثون، وكانت اهم النتائج:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين لدي المجموعة التجريبية لصالح القياسي البعدي
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين للمجموعتين التجريبية والضابطة لصالح المجموعة التجريبية
- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في القياس القبلي، ما يدل على تكافؤ المجموعتين قبل تطبيق البرنامج المقترح.
- تفاوتت قيم المتوسطات الحسابية لاستجابات العينة على أبعاد المقياس في القياس (القبلي/ البعدي)، كما أنحصر معامل الالتواء ما بين (٣+، ٣-) مما يدل على اعتدالية البيانات
- تفاوتت قيم المتوسطات الحسابية لاستجابات العينة على أبعاد المقياسين في القياسي لدي المجموعة التجريبية، وأنحصر معامل الالتواء ما بين (٣+، ٣-) مما يدل على اعتدالية البيانات.
- لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين لدي المجموعة الضابطة في أبعاد المقياس وكذلك الدرجة الكلية للمقياس.

Abstract**The effectiveness of a counseling program with meaning to developing willpower for young athletes****Prof. Rasha Mohamed Ashraf****Prof. Manal Abdel –Naeem Muhammad****Researcher. Ehab Emile Shawky**

Guidance in the sense is one of the modern trends that helps the individual bear responsibility for his actions, choices, and the consequences of his decisions. This applies to the sports side and athletes in the player's bearing of his responsibilities, decisions, and their consequences and their impact on achievement and goals, which prompted researchers to conduct research to identify the effect of a guidance program in the sense to develop willpower among some young people. Athletes, the researchers used the experimental method. The research population was 20 players in football academies, and they were chosen intentionally. The researchers divided the sample equally into two groups, one experimental and the other a control. The researcher used a measure of willpower and a guidance program prepared by the researchers. The most important results were:

- There are statistically significant differences between the two measurements in the experimental group in favor of the post-test
- There are statistically significant differences between the two measurements for the experimental and control groups in favor of the experimental group
- _ There are no statistically significant differences between the two groups in the pre-measurement, which indicates the equality of the two groups before applying the proposed program.
- The arithmetic mean values of the sample's responses varied on the dimensions of the scale in the measurement (pre/post), and the skewness coefficient was limited to between (+3, -3), which indicates the fairness of the data.
- The arithmetic mean values of the sample's responses varied on the dimensions of the two scales in the standard for the experimental group, and the skewness coefficient was limited to between (+3, -3), which indicates the fairness of the data.
- There are no statistically significant differences between the scale of the control group in the dimensions of the scale as well as the total score of the scale.