

مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها لاعبي بعض الرياضات

أ.م.د/ زهراء عبد المنعم الشرقاوي *

المقدمة ومشكلة البحث

يُعد موضوع لغة الجسد من الموضوعات الهامة التي نالت اهتماماً كبيراً منذ القَدَم؛ فمن أوائل الحضارات التي اهتمت بمهارات لغة الجسد حضارة القدماء المصريين والإغريق والرومان، وأشار "أبو قراط ٤٥0 ق.م" إلى أن مهارات لغة الجسد تتم من خلال ملامح الوجه، كما قام "غالينوس إفلوديوس" الحكيم اليوناني في القرن الثاني قبل الميلاد بكتابة مخطوطة نادرة عن الفراسة، ويعتبر الصينيون القدماء أكثر من تميز بدراسة تعابير الوجه الإنساني، ويُطلق عليه علم "السيانغ ميان" (20 : ٨)، وقد ساهم العرب في ما يسمى بعلم الفراسة أو علم الطباع، ويعتبر "ابن سينا ٤٢٨ هـ / ١٠٧٣ م" أول من ذكر الفراسة في رسالة موجزة يصف فيها العلوم العقلية؛ حيث وضعها في المرتبة الثالثة بعد الطب وعلم أحكام النجوم (19 : 12).

واستمر هذا العلم في تطور بنسب ضئيلة، حيث نشر "تشارلز داروين ١٨٧٢م" كتابه "التعبير عن العواطف لدى كل من الإنسان والحيوان" والذي أبدى فيه اهتماماً كبيراً بلغة الجسم، ففي خمسينات القرن العشرين نشر كل من "كيس وروشي Keith & Russel ١٩٥٦م" كتاباً عن مهارات لغة الجسد وتتضمن ملاحظات عن الإدراك، ونشر "ألبرت مهربيان Albert Mehrabian 1972م" كتاب عنها واستطاع في سلسلة من التجارب المحكّمة أن يثبت أن الإشارات غير اللفظية أبلغ تأثيراً من المثيرات الأخرى، وقد ركّز على الوجه باعتباره مصدراً رئيساً للمعلومات غير اللفظية (15 : ٧٠)، وأوضح "مهربيان" أن 7% من محتوى الرسالة معنى الكلام، و38% نغمة الصوت، و55% عن طريق تعبيرات الوجه وحركات الجسم (26 : 347). ويعتقد علماء النفس بأن أكثر من ٧٥ ٪ من تصرفات البشر تتم بصورة لا إرادية غالباً تكون غير لفظية تتم عن طريق الإيماءات، أو الإيحاءات، أو الرموز ذات تأثير أقوى من ذلك التأثير التي تتركه الكلمات، وأن ٢٥ ٪ الباقية تكون إرادية (3 : 8)، ويتفق بعض الباحثين على أن الإشارات والحركات الإرادية وغير الإرادية، تصدر من الجسم بأكمله أو بجزء منه؛ لإرسال رسالة انفعالية إلى المحيطين بالفرد، من خلال : لغات الوجه، والصوت، والأصابع، واليدين،

*أستاذ مساعد دكتور - قسم علم النفس والاجتماع والتفوييم الرياضي - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعه حلوان.

واللمس، ووضعية وحركات الجسم، والمظهر، والألوان، والمسافات، والفراغ المكاني، والدلالات الرمزية لاستخدام الوقت (15: ٦٧)، (1: ١٢٢)، (3: 21).

من عناصر مهارات لغة الجسد : عنصر الصوت فمن الحالات التي ينقلها الصوت " الغضب، الإحباط، التوتر، الحزن، عدم الرغبة في الحديث، عدم الاستعداد للإنصات " ، فكلية "نعم" على بساطتها يمكن أن تحمل العديد من المشاعر، كالغضب، أو الخوف، أو الإحباط، أو اللامبالاة، ... وغيرها وذلك حسب الطريقة والأسلوب الصوتي التي تنطق بها (16: 35) ، فإن الصوت له تأثير كبير على اللغة اللفظية في عملية الاتصال، يكون ذلك من خلال نبرة أو نغمة الصوت، والتغيير في مقامات الصوت بالارتفاع والانخفاض، وكذلك الوقفات التي تتخلل بعض العبارات، ودرجة الخشونة والليونة، ورتابة الصوت على نمط واحد (3: 20).

وعنصر المكان ، فإن عملية الاتصال تتأثر بالمسافة التي تفصل بين أطراف عملية الاتصال من حيث القرب والبعد ، وتختلف المسافة باختلاف الوضع أو المركز الاجتماعي، وتضيق المسافة التفاعلية بين الناس مع ازدياد الفارق في العمر، وتتسع المسافة في المجتمع العربي والإسلامي بين الرجال والنساء، فيكون مبدأ الفصل أكثر من التفاعل فقط، حيث لكل من الجنسين مجاله الخاص (3: 18، 34)، وقد قسم "بيز 1997م " المسافة إلى أربعة أقسام هي " المسافة الحميمة، المسافة الشخصية، المسافة الاجتماعية، المسافة العامة" (8: 22، 23) .

وعنصر الزمان ، حيث أن عملية الاتصال تتأثر بشكل كبير بالوقت من حيث بدء عملية الاتصال، واستمرارها، وتوقفها، ويشير "عبد الله السالم ٢٠٠١م" إلى أن التأخر عن حضور الموعد، وعدم الالتزام به، يولد انطباعاً سيئاً عن الشخص، بينما يدل الالتزام بالحضور في المواعيد على جدية الشخص، واحترامه لنفسه وللآخرين (11: 3، 4)، وأن اختيار التوقيت المناسب لتقديم الاقتراحات أو عقد الاجتماعات يلعب دوراً كبيراً في تقبل الآخرين لأفكارك وتفاعلهم معك في مثل تلك الاجتماعات (3: 20).

وعنصر الحركات ، فيقوم الأفراد باستخدام الحركات التي تعبر عن معاني اتصالية ذات دلالات مختلفة، وذلك من خلال تعبيرات الوجه، وحركة العيون، والإشارات، وحركة الجسم، وحركات الرأس، واليدين وجميع هذه الحركات ذات دلالات معينة (3: 34)، فيعتبر الوجه أسرع الوسائل التي تنقل المعاني والأحاسيس والمشاعر من المرسل إلى المستقبل وبالعكس تُظهر مدى التأثير بموقف أو ظرف معين يتعرض له الفرد إما فطرية مثل "الابتسامة، والحزن، والغضب، وغيرها، وإما مكتسبة مثل" الغمز بالعين، وإشارة القبلة، وغيرها، أما التعبيرات

باستخدام حركات العين فهي تشمل جميع سلوكيات العين" كإطالة النظر، وتحاشيه، وحركة الرموش، والدموع، وتغيرات بؤبؤ العين"، وتعتبر العيون من أكثر أعضاء الجسم التي يستخدمها الأفراد لإرسال إشارات غير لفظية(17: 46، 109)، أما التعبيرات الناتجة عن اللمس تعبر عن العديد من المشاعر مثل " الخوف، القلق، الحب ويتضح ذلك عندما يربت المدرب على ظهر اللاعب أو على كتفه هذا السلوك يعبر عن مشاعر ايجابية نحوه(4: 117)، كما أن التعبيرات باستخدام الإيماءات، وحركات الجسم، وجميع حركات اليدين والكف والكتف مؤكدة للاتصال اللفظي، أو موضحة له، أو مساعدة للطرف الآخر في فهم مضمون الرسالة، أو تكون مشجعة لحفز الآخرين (12: 26) .

وأخيراً عنصر المظهر ، فإن للمظهر أهمية كبيرة في تكوين الانطباع الأول عن الأفراد؛ ولذلك يعتبر مكملاً لعملية الاتصال، وقد يكون لشكل الجسم والمظهر العام دور كبير في التأثير على الآخرين، وقد يكون هذا التأثير سلبياً أو إيجابياً، وذلك من خلال: الملابس، وألوانها، والاهتمام بالهيئة، والشعر، والإكسسوارات التي يستخدمها الفرد، وكذلك الاهتمام بالأدوات التي يحملها، وتنظيمها وترتيبها، وغير ذلك. (3 : 19 - 34) .

من أهم مزايا مهارات لغة الجسد ، انها تعبر عن معلومات وجدانية، لا يعبر عنها بطريقة لفظية ، كما أنها تعطي معلومات متصلة بمضمون الرسالة اللفظية؛ فهي تمدنا بأدوات لتفسير الكلمات التي نسمعها، مثل " نبرة الصوت، تعبيرات الوجه"، إضافة إلى أنها تفيد في فهم طبيعة العلاقة بين الأطراف المشتركة في عملية الاتصال ، كما تتميز الرسائل غير اللفظية بصدقها؛ لأنه غالباً لا يمكن التحكم بها. (16: 38) .

يعتبر التدريب الرياضى فى جوهره نوعاً من الاتصال، كما أن المدرب الناجح هو الذى يمتلك قدرة جيدة فى الاتصال مع اللاعبين ، ويتضح ذلك عندما يفشل المدرب حيث يرجع سبب فشله إلى ضعف مهارات الاتصال أكثر من نتيجة الإخفاق فى تسجيل النتائج(4 : 87)، فالاتصال مهارة اجتماعية ضرورية لرعاية الفرد وإسعاده على الجانبين الفردي والجماعي، (22: 3) ، فإن عملية الاتصال لها عدة وظائف داخل الفرق الرياضية منها " الإقناع ، التقويم، نقل المعلومات ، التحفيز، حل المشكلات ، والتناغم بين أعضاء الفريق " (21: 20)، كما أن البنية المعرفية ونوع الجنس ومستوى الثقافة ومدة التدريب وبعض العوامل الأساسية الأخرى مثل الإدراك يمكن أن تؤثر على كفاءة عملية الاتصال . وقد أوصى "دوماجوج لوسيك Domagoj Lausic 2009 م" أنه ينبغي دراسة الاختلافات بين الفرق الرياضية التى تختلف فى مستوى المهارة وعلاقة كل منها باستخدام الاتصال اللفظى وغير اللفظى (23: 23، 24).

يجب على المدرب أن يعي أن أفعاله أكثر تأثيراً في اللاعبين من أقواله (4: 88-119)، ونقلاً عن " داماسيو 1994 Damasio م " أن خلل أجزاء معينة من المخ خاصة الفص الأمامي والمخيخ يقلل القدرة على الشعور بالانفعالات وبالتالي يحدث الإدراك الخاطئ ، كما أنه نقلاً عن " ليدوكس 1996 Lidox م " إلى أن الانفعالات مهمة لكل الوظائف الذهنية وتسهم بشكل ملحوظ في الانتباه والإدراك والذاكرة وحل المشكلات ، وبدون الاستثارة يقل الإدراك ، كما أن الاستثارة العالية ليست جيدة لأنها تصيب الفرد بالتوتر والقلق (7: 218-219).

تتضح مشكلة البحث أنه قد يكون المدرب على قدر عالٍ من الجوانب التدريبية وذو إمكانيات عالية تؤهله من الوصول بفريقه إلى أعلى المستويات الرياضية ؛ لكنه يفتر استخدام مهارات لغة الجسد المختلفة بالطريقة السليمة وكيفية التحكم فيها وعدم الاستجابة لانفعالاته السلبية في الأوقات الحرجة في المنافسات ؛ الأمر الذي قد يؤدي إلى طرده من الملعب وحرمان لاعبيه من توجيهاته وإرشاداته أو إيقافه ومن الممكن انتقال انفعالات المدرب السلبية إلى اللاعبين وبالتالي التأثير السلبي على الخطة وأحياناً طردهم وإيقافهم ، وهناك بعض المنافسات التي تغيرت مسار نتائجها بسبب عدم قدرة المدرب على التوظيف الصحيح لغة جسده والاستجابة لانفعالاته السلبية وخاصة أثناء تقدم الفريق المنافس، وفي اللحظات الحرجة التي تحتاج إلى التوظيف الكامل لكل حواس المدرب . مما يتطلب من المدرب الوعي بأهمية تنمية لغة الجسد لديه ومدى تأثيرها على أداء اللاعبين وقد يمتد هذا التأثير إلى الجمهور ؛ لذلك فإن المدرب يستخدم هذه الإشارات والحركات إما لتأكيد صحة ما يفعله اللاعب أثناء المباراة ، أو لاستثارة اللاعب، أو لإخفاء شعور بالغضب لا يرغب أن يبوح به جهراً فتؤثر سلباً أو إيجاباً على سلوك اللاعب ويمكن أن تظهر لغة الجسد الأفكار والمشاعر والمقاصد الحقيقية للمدرب؛ ولذلك يشار إلى السلوكيات غير اللفظية بأنها تصريحات لأنها تخبرنا عن الحالة العقلية للفرد .

وعلى ضوء ما سبق تتضح أهمية هذا البحث في محاولة بناء أداة قياس لتحديد " مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون " حتى تتمكن الباحثة التعرف على مستوى امتلاك المدربين لمهارات لغة الجسد من وجهة نظر اللاعبين من الجنسين .

أهمية البحث والحاجة إليه :

1. يُعد وجود أداة قياس لمهارات لغة الجسد في المجال الرياضي إضافة علمية جديدة في مجال علم النفس الرياضي للمدربين والرياضيين للإرتقاء بمستوى الفرق الرياضية، والمنافسة على المستوى العالمي وذلك من خلال الاستفادة من تطبيق هذا المقياس.

2. إمكانية التعرف على مدى امتلاك المدرب لمهارات لغة الجسد يسهم فى وضع برامج تدريب نفسى وعقلى لتطوير مهارات لغة الجسد لديه لضمان التناغم بين الاتصال اللفظى وغير اللفظى له ، ويسهم فى زيادة التفاهم والتفاعل بين المدرب وبين اللاعبين لتحقيق الأهداف المرجوة بسهولة ويسر .
3. يسهم فى توجية أنظار العاملين فى المجال الرياضى إلى أهمية امتلاك مهارات لغة الجسد المختلفة ومدى تأثيرها على الحالة النفسية للآخرين .

أهداف البحث

يهدف البحث إلى تحديد الآتى :

1. مستوى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها لاعبي بعض الرياضات من الجنسين .
2. الفروق بين الجنسين فى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها لاعبي بعض الرياضات.

تساؤلات البحث

1. ما درجة امتلاك المدربين لمهارات لغة الجسد الانفعالية كما يدركها لاعبي بعض الرياضات.
2. هل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين فى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها لاعبي بعض الرياضات .

المصطلحات والمفاهيم المستخدمة بالبحث:

1. مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين* : هى إشارات وحركات إرادية وغير إرادية انفعالية تصدر من المدرب ؛ لإرسال رسالة إلى الرياضيين تتمثل فى " الإيماءات ، المظهر ، المسافة ، الزمان والمكان " .
2. الإيماءات* : هى استخدام إشارات أو تعبيرات العين والوجه والجسم مناسبة لموقف معين بغرض توصيل رسالة غير لفظية للاعب للتعبير عن بعض المشاعر والأحاسيس للمدرب مثل الفرح ، العبوس ، القلق ، الحزن ، الغضب وغيرها .
3. المظهر* : هو اهتمام المدرب بحسن مظهره " مظهره الجسمى - البشرة - الشعر - الهيئة - نوع الملابس وألوانها - الإكسسوارات- الروائح وغيرها " للتعبير عن بعض الانفعالات التي قد تحدث للمدرب فى موقف معين " .

4. المسافة*: هي المسافة الفاصلة بين المدرب واللاعب ولها أنواع " المسافة الحميمة - المسافة الشخصية - المسافة الاجتماعية " للتعبير عن بعض الانفعالات في موقف معين .
5. الزمان والمكان* : هي امتلاك المدرب مهارة الزمان " كاحترامه لمواعيد التدريب ، واختيار الوقت المناسب للكلام أو الصمت " ، وامتلاكه مهارة المكان " كاختيار مكان التدريب ذو الإمكانيات المناسبة، لإحداث التكيف للاعبين مع مكان إقامة المنافسات .

الدراسات السابقة المرتبطة

توصلت الباحثة إلى بعض الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت مهارات لغة الجسد في المجال الرياضي وتم ترتيبها من الأقدم للأحدث كما يلي :

1. قامت " سارة حنا مقدو 2001 م " بدراسة هدفت إلى التعرف على كمية ونوعية الاتصالات بين اللاعبين في كرة الطائرة والفروق في كمية ونوعية الاتصالات في الفريق الواحد، أجريت الدراسة على أندية كرة الطائرة الدرجة الأولى في الأردن، وقد توصلت الدراسة إلى نتائج أهمها ؛ وجود فروق في الاتصال اللفظي الإيجابي بين الأندية، ووجود ارتباط بين الاتصال اللفظي وغير اللفظي ونتائج المباريات مجتمعة ، وقد أوصت الباحثة على ضرورة تركيز المدربين على الاتصال اللفظي وغير اللفظي بين اللاعبين أثناء التمرينات وعلى ضرورة استخدام الاتصال الجماعي بين اللاعبين جميعاً (10) .
2. قام " دوماجوج لوزيك Domagoj Lausic 2009 م " بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الاتصال بشقيه" الشفوي وغير الشفوي" وما يحدث على أرض الواقع أثناء المباريات بين لاعبي التنس الأرضي الزوجي، بالإضافة إلى مدى تأثير الاتصال الشفوي وغير الشفوي في الإنجاز والنتيجة ، وقد استخدم الباحث تصوير الفيديو لجميع المباريات، كما استخدم استبانته للتعرف الى أنواع الاتصال المدركة لدى اللاعبين، وتوصل الباحث إلى وجود علاقة ايجابية بين الاتصال المدرك الذي تدرب عليه اللاعب والاتصال الذي يحدث في المباراة، كما أظهرت الدراسة وجود فروقات في الاتصال في حالات الفوز والخسارة، فإن الفريق الفائز يستخدم بشكل واضح الاتصال الشفوي والذي يؤدي إلى تعزيز الأداء والدافعية بعكس الفريق الخاسر الذي غالباً يستخدم الاتصال الشفوي بشكل اقل مما أثر سلباً على أداء اللاعبين (23) .
3. قام " أحمد بن عبد الله العريني 2011م " بدراسة هدفت التعرف على مدى توافر مهارات الاتصال غير اللفظية من خلال " المظهر، المكان، الزمان، الحركات، الصوت " لدى هيئة

* تعريف اجرائي

التدريس في كلية العلوم بجامعة القصيم من وجهة نظر الطلبة، والتعرف على الفروق في مستوى مهارات الاتصال غير اللفظية لأعضاء هيئة التدريس من وجهة نظر الطلبة في كلية العلوم بجامعة القصيم وفق متغيرات "المستوى الدراسي، المعدل التراكمي، التخصص"، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، وتكونت العينة من ٤٢٠ طالباً، من كلية العلوم، في التخصصات جميعها وهي الإعداد العام، والرياضيات، والكيمياء، والفيزياء، وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية، وتم استخدام الاستبانة أداة للقياس، وقد أظهرت النتائج توافر درجة مهارات الاتصال غير اللفظية لدى هيئة التدريس في كلية العلوم بجامعة القصيم بدرجة متوسطة، وذلك من وجهة نظر الطلبة (3) .

4. قامت كل من "أطياف الخفاجي، وهند البديري ٢٠١١م" بدراسة هدفت إلى تقييم مستوى مهارات الاتصال للمدرب الرياضي، وقد أجريت على عينة من لاعبي ومدربي كلية التربية الرياضية في جامعة "ذي قار" لألعاب "كرة قدم، كرة سلة، كرة طائرة، كرة يد، ألعاب قوى"، وقد أظهرت النتائج أن اللاعبين أكثر قدرة على الإستماع الجيد من المدربين، وان هناك فروقاً في مستوى مهارات الاتصال لدى المدرب الرياضي. ويوصى الباحثان إلى ضرورة تأكيد المدربين على وجود فروق فردية بين اللاعبين، وزيادة اللقاءات والاحتكاك مع الفرق القوية والمتقدمة لزيادة الخبرة والتجربة التي تشكل أحد العناصر الأساسية في الاتصال (6) .

5. قام "جمال أبو بشارة 2011م" بدراسة هدفت التعرف إلى درجة شيوع أشكال الاتصال الشفوي وغير الشفوي عند لاعبي كرة القدم في الدوري الفلسطيني للمحترفين، ودرجة الاتصال في مواقف اللعب المختلفة، وتكونت عينة الدراسة من ١٨٧ لاعباً محترفاً في الموسم الكروي ٢٠١١م، استخدم الباحث المنهج الوصفي من خلال وصف نتائج استجابات اللاعبين على الاستبانة وتحليلها، حيث أظهرت النتائج ان درجة شيوع مهارات الاتصال الشفوي كبيرة ٧٨,٤ %، بينما كانت درجة شيوع مهارات الاتصال غير الشفوي متوسطة ٦٨,٢ %، وقد كانت درجة الاتصال بين اللاعبين كبيرة جداً ٨٦ % في مواقف اللعب المختلفة، كما أظهرت وجود فروق دالة إحصائية في الاتصال الشفوي بين لاعبي الاحتراف الكلي والجزئي ولصالح الكلي، ويوصي الباحث بضرورة التركيز من قبل المدربين على الاتصال غير الشفوي "الإشارات ولغة الجسم" من خلال إدراجها في خطط التدريب باعتبارها من العوامل المهمة في الانجاز الرياضي(9) .

6. قامت " هند كابور 2011م" بدراسة تهدف إلى التعرف على فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الاتصال بين المعلم والمتعلم، على عينة قوامها 32 معلم ومعلمة تم تقسيمهم

لمجموعتين متساويتين مجموعة تجريبية وأخرى ضابطة، وعينة التلاميذ قوامها 287 متعلماً منهم 148 متعلماً ضمن المجموعة التجريبية و 139 متعلماً ضمن المجموعة الضابطة، وقد استعانت بمجموعة من المقاييس لجمع البيانات من اعداد الباحثة " مقياس مهارات الاتصال لدى المعلم و اعداد برنامج تدريبي مقترح لتنمية مهارات الاتصال بين المعلم والمتعلم ، ومن أهم النتائج أن البرنامج له تأثير فعّال على تنمية مهارات الاتصال بين المعلم والمتعلم (18) .

7. قام كل من "جتانو ، الفريديو Gaetano & Alfredo 2012م " بدراسة هدفت هذه الدراسة إلى تحديد المبادئ الأساسية للاتصال غير اللفظي من خلال تحليل مواقف اللعب المختلفة، وقد تم تحديد ثلاثة أشكال من الاتصال غير اللفظي " الاتصال التكتيكي، الاتصال الوظيفي، الاتصال التشخيصي " ، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة قوية بين مواقف اللعب المختلفة والاتصال غير اللفظي، وبالتالي فإن الاتصال غير الشفوي من المواضيع الهامة في التكتيك الذي يجب أن يركز عليه المدرب ومعلم التربية الرياضية (26) .

خطة وإجراءات البحث

1. منهج البحث

أتبعت الباحثة المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته لتحقيق هدف البحث .

2. مجتمع وعينة البحث

يمثل مجتمع هذا البحث لاعبي أندية الدرجة الأولى من الشباب والكبار لبعض الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية أعمارهم تتراوح ما بين 18 - 22 سنة من أندية (الأهلي، الزمالك، الزهور، المقاولون، اتحاد الشرطة، طلائع الجيش ، الترسانة ، المعادي ، 6 أكتوبر، الشمس، الصيد) ، وكان قوام العينة الاستطلاعية 30 رياضي من الجنسين بغرض تقنين المقياس ومن داخل المجتمع الأصلي ، بينما كان قوام العينة الأساسية 104 رياضي من الجنسين بغرض تطبيق البحث ، جدول (1).

جدول (1)

توصيف عينة البحث (الاستطلاعية والأساسية) للاعبين من الجنسين

العينة الأساسية		العينة الاستطلاعية		الأنشطة الرياضية	العينة الأساسية		العينة الاستطلاعية		الأنشطة الرياضية
اللاعبين	اللاعبات	اللاعبين	اللاعبات		اللاعبين	اللاعبات	اللاعبين	اللاعبات	
13	8	2	1	ألعاب القوى	6	8	2	1	كرة القدم
9	14	5	3	كاراتيه	13	4	1	2	كرة السلة
12	8	4	7	المصارعة	6	3	1	1	كرة اليد
59	45	15	15	إجمالي العدد					
104		30							

3- وسائل جمع البيانات

- أ - تحليل الوثائق التي تمثلت في المراجع العلمية المتخصصة والبحوث والدراسات السابقة المرتبطة ، وشبكة الإنترنت التي تناولت موضوع مهارات لغة الجسد .
- ب - المقابلات الشخصية مع بعض الرياضيين والمدربين المحليين والدوليين ، والأساتذة المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي .

4- أداة البحث

- أ- مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون " تصميم الباحثة " .
حساب المعاملات العلمية لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون:
- 1- صدق مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون ؛
- أ- **الصدق المنطقي :** تم تحديد محاور المقياس من خلال دراسة وتحليل المراجع والدراسات والبحوث وعدد من المقابلات الشخصية لعدد من الأساتذة المتخصصين إلى تحديد 4 محاور هي (الإيماءات - المظهر - المسافة - الزمان والمكان) ملحق (ب) .
- ب- صدق المحكمين : تم التأكد من صدق المقياس لما وضع من أجله كما يلي :
- تم عرض محاور المقياس المقترحة على خبراء متخصصين (ملحق أ) وعددهم 6 لاستطلاع آرائهم عن مدى مناسبة هذه المحاور لقياس مهارة لغة الجسد الانفعالية للمدربين ، وكانت الموافقة بالإجماع على محاور المقياس (الإيماءات - المظهر -

المسافة - الزمان والمكان)، وقد كانت الأهمية النسبية للمحاور على التوالي (27.06 - 21.18 - 22.35 - 29.41) %.

- تم تحديد عبارات كل محور، عددها 85 عبارة موزعة على 4 محاور، وعرض المقياس على الخبراء، وإجراء التعديلات المناسبة إما بالحذف أو الإضافة أو التعديل في صياغة العبارات ملحق (ج) ، جدول 2 يوضح المقياس قبل وبعد العرض على الخبراء.
- موافقة الخبراء على ميزان التقدير الثلاثي (دائماً- أحياناً- أبداً)، ومستويات تقدير لتفسير النتائج الخاصة باستجابات اللاعبين كالاتي " أقل من 50% تعنى مستوى منخفض "عدم امتلاك مهارات لغة الجسد"- من 50 إلى أقل من 75% تعنى مستوى متوسط " امتلاك مهارات لغة الجسد أحياناً"- من 75 إلى 100% تعنى مستوى مرتفع " امتلاك مهارات لغة الجسد دائماً". جدول (2)

العبارات المستبعدة والمضافة بعد العرض على الخبراء لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين

ن = 6

م	محاور المقياس	عدد العبارات قبل العرض	عدد العبارات بعد العرض	أرقام العبارات المحذوفة	أرقام العبارات المضافة
1	الإيماءات	23	17	7، 11، 13، 16، 18، 20، 22	15
2	المظهر	18	14	8، 14، 16، 18	-
3	المسافة	19	15	6، 8، 10، 13	-
4	الزمان والمكان	25	19	5، 8، 11، 12، 22، 24	-
	عدد عبارات الاختبار	85	65		

يتضح من الجدول السابق ، أنه تم حذف عدد 21 عبارة وإضافة عبارة واحدة ، لذا أصبح الاختبار عدد عباراته 65 عبارة ، كما تم تعديل صياغة بعض العبارات وفقاً لأرائهم . صدق الاتساق الداخلي للمقياس المكون من 4 محاور، و 65 عبارة ملحق (د) وميزان تقدير ثلاثي استجاباته هي تنطبق العبارات بدرجة (دائماً، أحياناً، نادراً) ودرجتها على التوالي (3، 2، 1) ، وتم تطبيق المقياس على 30 رياضى من الجنسين بغرض حساب المعاملات العلمية للمقياس من خلال التعرف على : العلاقة بين درجة كل عبارة ودرجة المحور التي تنتمي إليه جدول 4 ، والعلاقة بين درجة المحاور والدرجة الكلية للاختبار جدول 5 .

جدول (3)

الإحصاء الوصفي لاستجابات العينة الإستطلاعية للاعبين من الجنسين
على مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين

ن = 30

الالتواء	ع+	س	م	الالتواء	ع+	س	م	الالتواء	ع+	س	م	الالتواء	ع+	س	م
0.59-	0.57	2.50	52	1.21-	0.82	2.50	35	0.40-	0.73	2.23	18	0.50-	0.70	2.30	1
1.03-	0.63	2.53	53	0.59-	0.67	2.37	36	0.76-	0.63	2.47	19	1.62-	0.54	2.70	2
1.62-	0.54	2.70	54	0.11-	0.74	2.07	37	0.06-	0.77	2.03	20	1.91-	0.60	2.70	3
1.05-	0.68	2.50	55	0.79-	0.72	2.40	38	1.18-	0.68	2.53	21	1.04-	0.56	2.60	4
1.04-	0.56	2.60	56	0.57-	0.75	2.30	39	2.50-	0.48	2.80	22	0.48-	0.66	2.33	5
0.29-	0.64	2.27	57	1.50-	0.62	2.63	40	1.22-	0.56	2.63	23	0.58	0.49	2.37	6
1.47-	0.68	2.60	58	0.59-	0.67	2.37	41	0.85-	0.77	2.40	24	0.75-	0.48	2.67	7
1.03-	0.63	2.53	59	0.48-	0.74	2.27	42	0.59-	0.71	2.33	25	0.20-	0.56	2.40	8
0.89-	0.81	2.40	60	0.89-	0.63	2.50	43	1.69-	0.61	2.67	26	0.64-	0.63	2.43	9
0.92-	0.68	2.47	61	0.04-	0.61	2.10	44	1.33-	0.43	2.77	27	0.73-	0.57	2.53	10
0.59-	0.57	2.50	62	0.11	0.66	1.90	45	2.15-	0.50	2.77	28	0.92-	0.47	2.70	11
1.18-	0.68	2.53	63	0.29	0.75	2.17	46	1.41-	0.55	2.67	29	0.19-	0.80	2.10	12
0.70-	0.80	2.33	64	1.33-	0.43	2.77	47	1.32-	0.68	2.57	30	1.03-	0.63	2.53	13
1.18-	0.68	2.53	65	1.11-	0.45	2.73	48	1.17-	0.63	2.57	31	0.11	0.74	2.07	14
				1.69-	0.61	2.67	49	1.33-	0.62	2.60	32	1.02-	0.73	2.47	15
				1.04-	0.56	2.60	50	0.76-	0.77	2.37	33	0.79-	0.72	2.40	16
				0.64-	0.63	2.43	51	0.59-	0.57	2.50	34	0.17-	0.68	2.13	17

يتضح من جدول 3 ، أن المتوسط الحسابي لاستجابات العينة ما بين 1.90 : 2.80 والانحراف المعياري ما بين 0.43 : 0.82 ، والالتواء يقع بين + 0.58 : - 2.50 مما يدل على اعتدالية العينة حيث أن جميع الاستجابات تقع بين + 3 ، ويحتفظ الاختبار بعباراته وعددها 65 عبارة.

جدول (4)
معاملات الارتباط بين العبارات والمحاور التي ينتمي إليها لمقياس
مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين

ن = 30

قيم (ر) بين العبارات و المحاور التي تنتمي لها				المحاور العبارات
محورا لزمان والمكان	محور المسافة	محور المظهر	محور الإيماءات	
**0.511	**0.487	**0.662	0.199	1
**0.720	**0.674	0.208	**0.500	2
**0.548	**0.577	**0.541	**0.551	3
*0.433	0.312	**0.494	*0.418	4
**0.592	**0.557	**0.522	**0.507	5
0.359	**0.561	**0.694	0.269	6
*0.392	**0.664	**0.681	0.331	7
**0.574	**0.488	**0.511	**0.520	8
**0.620	**0.624	**0.727	*0.600	9
*0.390	0.312	**0.629	0.122	10
*0.391	*0.449	**0.581	*0.370	11
**0.541	*0.460	*0.432	0.256	12
**0.555	**0.616	*0.416	**0.497	13
0.324	0.125	**0.486	0.084	14
**0.560	**0.473		*0.367	15
0.232			*0.416	16
**0.583			**0.474	17
*0.459				18
*0.450				19

** قيمة (ر) عند مستوى معنوية 0.01 = 0.463 * قيمة (ر) عند مستوى معنوية 0.05 = 0.361

يتضح من جدول 4 ، أنه بحساب صدق الاتساق الداخلي باستخدام طريقة "بيرسون" تبين عدم وجود ارتباط دال إحصائيا عند مستوى معنوية 0.01 أو 0.05 بين العبارات ارقام 1 ، 6 ، 7 ، 10 ، 12 ، 14 ، بالدرجة الكلية لمحور الإيماءات، والعبارة رقم 19 بالدرجة الكلية لمحور المظهر ، والعبارة رقم 35 ، 41 ، 45 بالدرجة الكلية لمحور المسافة ، والعبارة رقم 52 ، 60 ، 62 بالدرجة الكلية لمحور الزمان والمكان ، مما يوضح عدم اتساقهم مع المحور وهذا يتطلب حذفهم للحفاظ على اتساق المحور وعباراته، وبذلك يصبح عدد عبارات المقياس 52 عبارة (ملحق هـ).

جدول (5)

معاملات الارتباط بين المحور والدرجة الكلية لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين

ن=30

قيم (ر) بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس	محاور المقياس		
**0.826	27.40	س	محور الإيماءات
	3.46	ع+	
**0.810	32.97	س	محور المظهر
	4.63	ع+	
**0.860	28.27	س	محور المسافة
	4.65	ع+	
**0.915	40.80	س	محور الزمان والمكان
	5.20	ع+	
	129.43	س	مجموع المقياس
	15.36	ع+	

** قيمة (ر) عند مستوى معنوية 0.01 = 0.463

يتضح من جدول (5) ، أنه بحساب صدق الاتساق الداخلي بطريقة " بيرسون " تبين وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية 0.01 بين جميع محاور المقياس وبين الدرجة الكلية لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين حيث تراوحت قيم الارتباط بين 0.810 ، 0.915 ، وهذا يدل على تميز هذا المقياس بمعامل صدق مرتفع.

2- ثبات مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين ؛

قامت الباحثة بإيجاد معامل الارتباط بطريقتي التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ وذلك على عينة قوامها 30 رياضي من الجنسين من نفس مجتمع البحث ، فكلما اقترب معامل الارتباط من الواحد الصحيح زاد الثبات جدول 6 .

جدول (6)

معامل ألفا كرونباخ لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين

ن = 30

عدد العبارات بعد الحذف	أرقام العبارات المحذوفة	معامل ألفا	عدد العبارات	المحاور
9	10 ، 9	0.71	11	محور الإيماءات
11	18 ، 13	0.82	13	محور المظهر
11	36	0.81	12	محور المسافة
14	51 ، 42	0.82	16	محور الزمان والمكان
		0.93		مجموع المقياس
45			52	عدد عبارات المقياس

يتضح من جدول(6)، أن المقياس أصبح يتميز بمعامل ثبات أفضل وذلك بعد حذف عدد 7 عبارات نظراً لأنها تؤثر سلبياً على ثبات المقياس لارتفاع قيمتها عن قيمة معامل ألفا كرونباخ للمحور التي تنتمي إليه أو للمجموع الكلي للمقياس وأصبح عدد عباراته 45 عبارة ملحق (و) ، كما أن معامل ألفا للمحاور تراوح بين 0.71 : 0.82 جميعها أقل من معامل ألفا للمجموع الكلي للمقياس والذي بلغ 0.93 وذلك يدل على وجود ثبات عالٍ وقوى للمقياس ككل .

4- التطبيق النهائي لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين :
قامت الباحثة بتطبيق المقياس ملحق (و) في صورته النهائية على عينة عشوائية قوامها 104 لاعب من الجنسين، ثم قامت بجمع البيانات وتصحيحها ثم تصنيفها وجدولتها ومعالجتها.

5- المعالجات الإحصائية المستخدمة

- الإحصاء الوصفي (المتوسط الحسابي - الانحراف المعياري - معامل الالتواء - نسب مئوية).

- الفروق بين المتوسطات T.Test

- معامل الارتباط لـ بيرسون .

- معامل ألفا كرونباخ .

عرض ومناقشة النتائج

أولاً : عرض النتائج بما يحقق فروض البحث كما يلي :

1- عرض النتائج الإحصائية الخاصة بمستوى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين من الجنسين :

• تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية للصورة النهائية للاختبار المكون من 45 عبارة و 4 محاور لعينة البحث الأساسية جدول (7)

جدول (7)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسبة المئوية لاستجابات عينة البحث الأساسية للاعبين من الجنسين لمقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين

ن = 104

عينة اللاعبين (45)								عينة اللاعبات (59)							
%	س	ع±	م	%	س	ع±	م	%	س	ع±	م	%	س	ع±	م
87.4	2.6	0.6	24	90.4	2.7	0.6	1	83.6	2.5	0.7	24	95.5	2.9	0.3	1
60	1.8	0.7	25	91.9	2.8	0.4	2	64.4	1.9	0.7	25	88.1	2.5	0.6	2
80	2.4	0.7	26	87.4	2.6	0.5	3	81.9	2.5	0.8	26	81.9	2.5	0.6	3
71.1	2.1	0.8	27	71.9	2.2	0.7	4	78.5	2.4	0.7	27	81.1	2.5	0.6	4
88.1	2.6	0.7	28	81.5	2.4	0.6	5	87.6	2.6	0.7	28	80.8	2.4	0.5	5
81.5	2.4	0.8	29	82.2	2.5	0.6	6	79.7	2.4	0.7	29	84.8	2.5	0.5	6
85.9	2.6	0.6	30	88.9	2.7	0.6	7	76.3	2.3	0.7	30	90.4	2.7	0.5	7
70.4	2.1	0.7	31	80.7	2.4	0.7	8	71.2	2.1	0.6	31	87.6	2.6	0.6	8
80.1	26.4	4.1	محور المسافة	71.1	2.1	0.7	9	79.7	26.3	4.3	محور المسافة	74	2.2	0.7	9
93.3	2.8	0.4	32	82.9	22.4	2.4	محور الإيماءات	90.9	2.7	0.5	32	84.9	22.9	2.6	محور الإيماءات
88.9	2.7	0.5	33	74.8	2.2	0.7	10	90.4	2.7	0.5	33	77.4	2.3	0.6	10
88.9	2.7	0.6	34	85.2	2.6	0.7	11	90.4	2.7	0.5	34	90.4	2.7	0.5	11
82.2	2.7	0.6	35	92.6	2.8	0.5	12	89.3	2.7	0.6	35	93.2	2.8	0.5	12
82.2	2.7	0.6	36	90.4	2.7	0.5	13	87.6	2.6	0.5	36	87	2.6	0.7	13
86.7	2.6	0.7	37	75.6	2.3	0.8	14	89.3	2.7	0.6	37	74.6	2.2	0.8	14
85.9	2.5	0.6	38	90.4	2.7	0.6	15	88.1	2.6	0.7	38	88.1	2.6	0.6	15
91.1	2.7	0.5	39	93.3	2.8	0.5	16	85.3	2.6	0.6	39	88.7	2.7	0.6	16
81.5	2.4	0.7	40	94.1	2.8	0.4	17	76.8	2.3	0.7	40	88.7	2.7	0.6	17

82.9	2.5	0.6	41	83.7	2.5	0.7	18	87.6	2.6	0.6	41	77.9	2.3	0.8	18
82.9	2.5	0.7	42	85.2	2.6	0.7	19	92.1	2.8	0.4	42	50.9	1.5	0.8	19
82.9	2.5	0.6	43	85.2	2.6	0.7	20	89.8	2.7	0.6	43	87	2.6	0.6	20
90.4	2.7	0.5	44	86.4	28.5	4.1	محور المظهر	85.3	2.6	0.6	44	82.2	27.1	4.1	محور المظهر
88.1	2.6	0.6	45	79.3	2.4	0.7	21	90.9	2.7	0.5	45	85.9	2.6	0.7	21
86.3	36.2	4.1	محور الزمان والمكان	88.9	2.7	0.6	22	88.1	37	4.4	محور الزمان والمكان	81.4	2.4	0.8	22
84.2	113.6	11.6	مجموع المقياس	88.2	2.6	0.5	23	83.9	113.4	13.2	مجموع المقياس	85.9	2.6	0.7	23

يتضح من جدول (12) ، أن متوسط استجابات عينة اللاعبين على مقياس لغة الجسد الانفعالية تراوح بين 1.5 : 2.9 للعبارات ، وتراوح بين 22.9 : 37 للمحاور ، أما متوسط مجموع المقياس حقق 113.4 . بينما متوسط استجابات عينة اللاعبين تراوح بين 1.8 : 2.8 للعبارات، وتراوح 22.4 : 36.2 للمحاور ، أما متوسط مجموع المقياس حقق 113.6 . أما النسبة المئوية لعينة اللاعبين تراوحت بين 50.9 : 95.5 % للعبارات ، وتراوحت بين 79.7 : 88.1 % للمحاور ، أما النسبة المئوية لمجموع المقياس حققت 83.9% . بينما النسبة المئوية لعينة اللاعبين تراوحت بين 60 : 94.1 % للعبارات ، وتراوحت بين 80.1 : 86.4 % للمحاور ، أما النسبة المئوية لمجموع المقياس حققت 84.2% .

- تم ترتيب محاور مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين وفقاً لنوع الجنس جدول (8) :

جدول (8)
ترتيب محاور اختبار مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين
كما يدركها اللاعبين من الجنسين

ترتيب المحاور	عينة اللاعبين		عينة اللاعبات	
	النسبة المنوية	المحاور	النسبة المنوية	المحاور
الأول	86.4%	محور المظهر	88.1%	محور الزمان والمكان
الثاني	86.3%	محور الزمان والمكان	84.9%	محور الإيماءات
الثالث	82.9%	محور الإيماءات	82.2%	محور المظهر
الرابع	80.1%	محور المسافة	79.7%	محور المسافة

2- عرض النتائج الإحصائية الخاصة بحساب الفروق بين الجنسين في مهارات لغة الجسد
الانفعالية للمدربين جدول (9)

جدول (9)

دلالة الفروق بين متوسطات اللاعبين واللاعبات على مقياس مهارات
لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها الرياضيين

ن = 104

قيمة ت	لاعبين (45)		لاعبات (59)		محاور المقياس
	ع ±	س	ع ±	س	
1.17	2.37	22.38	2.54	22.95	1- الإيماءات
1.73-	4.07	28.51	4.05	27.11	2- المظهر
0.16-	4.05	26.42	2.26	26.29	3- المسافة
0.91	4.11	36.24	4.39	37.02	4- الزمان والمكان
0.10-	11.56	113.62	13.19	113.37	مجموع المقياس

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 2

يتضح من جدول (9) عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين
اللاعبين واللاعبات في مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين في
جميع محاوره .

ثانياً: مناقشة النتائج بما يحقق فروض البحث كما يلي :

1- مناقشة النتائج الخاصة بالفرض الأول والذي ينص على أنه " توجد مهارات لغة الجسد
الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين من الجنسين بدرجة متوسطة ،

تم تفسير درجات مقياس " مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون من الجنسين وفقاً للمستويات المتفق عليها من قبل الخبراء المتخصصين كما يلي :

أ- أظهرت نتائج جدول (7)، أن مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما تدركها عينة اللاعبين حققت مستوى مرتفع؛ أما بالنسبة للمحاور قد تحققت كما يلي :

- محور الإيماءات حقق مستوى مرتفع : لكن احتوى هذا المحور على عبارة واحدة أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه أحياناً " ردود أفعال المدرب يصعب التنبؤ بها مما يتسبب في تخبط أذهانهم " ، وقد يرجع ذلك إلى عدم تدريب بعض اللاعبين على كيفية التعرف على حالة المدرب الانفعالية من خلال إيماءاته المختلفة، فقد أكد معظم الباحثين على أن الكلمات والحركات تصدر معاً بشكل يمكن التنبؤ به مما جعل " بيردوستل Birdwhistell " أول من إدعى أن الفرد المدرب جيداً يكون قادراً على التنبؤ بالحركة التي سيفعلها الآخر عن طريق سماع صوته، بل إنه قد يتنبأ باللغة التي يتحدثها الفرد من مجرد مشاهدة إيماءاته، فلغة الجسد هي انعكاس ظاهري لحالة الفرد الانفعالية فمن يشعر بالخوف أو أنه في موقف دفاعي قد يقوم بثني ذراعيه أمام صدره ، أو قد يرجع السبب إلى قصور وعي بعض المدربين فيما يتعلق ببعض الإيماءات التي يعتاد عليها دون الإدراك بأنها لا تتناسب مع الموقف. فقد يشعر إن ثني الذراعين وتصلب الظهر والرقبة شئ مريح له ؛ ولكن أظهرت الدراسات أن ردود فعل الآخرين لهذه الإيماءات تكون سلبية تعنى الرغبة في اظهار عدم الموافقة للآخر وأنه لا يمكن الاقتراب منه(21 : 10، 11، 92) ، أما العبارات الأخرى فقد أكدت استجابات اللاعبين على أنه دائماً " تكون انفعالات المدرب مناسبة للموقف من فرحة أو غضب أو من خلال إشارات جسمه مما يجعلهن أكثر طمأنينة وهدوء ويحفزن على بذل قصارى الجهد فى الأداء " ، ويمكن تفسير ذلك على أنه وعي واهتمام من غالبية المدربين بضرورة استخدام هذه المهارات لما لها من أهمية فى التواصل مع اللاعبين وخاصة أثناء المنافسات لضمان تركيز اللاعبين فى الأداء . وقد اتفق " كنعان ١٩٨٢م و القعيد 1422 هـ " على أن الوسائل غير اللفظية مثل حركات الجسم والإيماءات، وحركات العينين واليدين، وطريقة الجلوس والمشي وغيرها، هامة في عملية الاتصال، ويكون لها في بعض الأحيان تأثير أقوى من الرسائل اللفظية (9 : 5) ، فالإتصال بالعين ينظم الحوار معطياً انطباعاً بالسيطرة فهي جزءاً أساسياً من القدرة على قراءة موقف الفرد وأفكاره ، فالعين أكثر

إشارات التواصل البشرى دقة لأنها نقطة مركزية فى الجسم ولأن حدقة العين تعمل مستقلة عن التحكم الواعى ، فانتساع حدقة العين قد يصل لأربعة أضعاف حجمها الأصلي عند الإثارة ، وبالعكس عند الغضب (21 : 165 - 166).

- محور المظهر حقق مستوى مرتفع : فقد احتوى هذا المحور على عبارتين أكدت فيهما استجابات اللاعبين على أنه أحياناً " أناقة المدرب أو من يقلل من شخصية المدرب تؤثر على الثقة بأنفسهم أو الغضب " ، وتفسر الباحثة ذلك على أنه أمرٌ طبيعى نتيجة المجتمع الشرقى بمعتقداته وتقاليده أنه يجب أن لا يُعبر بعض اللاعبين أناقة المدرب أو أنها تتدخل أو تظهر أي عداوة أو انفعال بينها وبين الآخرين بسبب مدربيها للحفاظ على سمعتها الطيبة ، لكن لا بد على المدرب أن يهتم بمظهره وأن يحافظ على هيئته وسط الآخرين حتى يتلافى أي تأثير سلبي على بعض اللاعبين. أما العبارات الأخرى فقد أكدت استجابات اللاعبين على أنه دائماً " يحترم المدرب مواعيده ، وأن الآخرين يحترمونه ويسمعون لكلمته، وأنه ذو شخصية قوية تتميز بأنها أفعال لا أقوال تأتي بحقوق اللاعبين ويحتفظ بمظهره مما يؤثر على احترام اللاعبين لأنفسهم واكتسابهم الهدوء والثقة والتقدير لذاتهم " ؛ وقد يرجع ذلك إلى أن غالبية المدربين لديهم وعى بأن مظهرهم واتساق سلوكهم مع قولهم ، واهتمامهم الدائم لمصلحة اللاعبين يساعد في تدعيم الثقة المتبادلة بينهما ويستطيع المدرب تحقيق الأهداف المرجوة للتدريب دون عناء . فهناك بعض الإيماءات لا بد وأن يُدركها المدرب ويكتسبها حتى يقوى العلاقة بينه وبين اللاعبين منها ؛ الجلوس واضعاً المرفقين على ذراعي المقعد يعطى وضع قوة وينقل صورة قوية أما سقوط الذراعين بين ذراعي المقعد مؤشراً للانهازية (21 : 104) ، وقد اتفق " كنعان ١٩٨٢م ، و القعيد 1422 هـ " على أن من الوسائل غير اللفظية طريقة اللبس والتي لها في بعض الأحيان تأثيراً أقوى من الرسائل اللفظية حيث يميل الأفراد إلى تصديقها عندما يتعارض الاثنان (9 : 5) ، كما تعلق بعض الثقافات أهمية كبيرة على مظهر الإنسان وعلى جاذبية هذا المظهر، ويحدث التفاعل بين الأفراد من خلال :المظهر الجسمي، والبشرة، والشعر، والهيئة، ونوع الملابس، وألوانها، والإكسسوارات، والروائح، وغيرها من الأمور التي بواسطتها يتم إرسال إشارات تواصلية غير لفظية؛ حيث يشعر الأفراد بالرضا عن مظهرهم، ورضي الآخرين عنه(3 : 19).

• محور المسافة تحقق بمستوى مرتفع : فقد احتوى على عبارتين الأولى أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه أحياناً " يقترب المدرب منهم لانتقاد أدائهم مما يجعلهم يشعرون بالقلق " ، وقد يرجع إلى القصور في وعى بعض المدربين بالمسافة المناسبة التي يجب أن يتركها بينه وبين اللاعبين، فهناك أربعة أبعاد مميزة لطبيعة المساحة الشخصية : (المنطقة الحميمة بين 15- 45 سم ؛ وتعتبر المنطقة الأكثر أهمية لأنها المنطقة التي يحميها الفرد وكأنها ملكيته الخاصة، ولا يسمح سوى للمقربين عاطفياً الدخول فيها)، و(المنطقة الشخصية بين 46 سم - 1.22 م ؛ وهى المسافة التي نجعلها بيننا وبين الآخرين في التجمعات المختلفة)، و(المنطقة الاجتماعية بين 1.22م - 3.6 م ؛ وتكون مع الغرباء) ، و(المنطقة العامة وهى أكثر من 3.6 م ؛ عندما نخاطب مجموعة كبيرة من الأشخاص) (21 : 195). لذا ترى الباحثة أنه ينبغي على المدرب أن يمتلك مهارة لغة الجسد الخاصة بالمسافة حتى يستطيع أن يدرك المسافة المفروضة بينه وبين اللاعبين حتى يشعرون بالارتياح معه أثناء التدريب، والعبارة الثانية أنه أحياناً " المدرب يشاركهم في الأنشطة الاجتماعية " ، ويمكن تفسر الباحثة ذلك بأن بعض المدربين قد يرون أنه ليس من اللائق وجود علاقات مع اللاعبين سوى مكان التدريب مراعاةً للتقاليد المجتمعية وعاداتها ، وقد أكد " العرينى 2011 " على أن المسافة تختلف باختلاف الثقافات، وكذلك باختلاف الوضع أو المركز الاجتماعي، وتضييق المسافة التفاعلية بين الناس مع ازدياد الفارق في العمر، وتتسع في المجتمع العربي والإسلامي بين الرجال والنساء، فيكون مبدأ الفصل أكثر من التفاعل فقط، حيث لكل من الجنسين مجاله الخاص (3 : 20) ، وأن العبارات الأخرى أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه دائماً " المدرب يحدد مسافة بينه وبين اللاعبين أثناء التدريب مما يجعلهم في حالة من الاطمئنان حتى في حالة غضبه ، وأنه ذو شخصية اجتماعية تكسبهن التحدث بصراحة عن المشكلات التي يتعرضن لها ، وأنه يضع يده على أكتافهن في المواقف الصعبة ويهزهن بقوة ويصافحهن عند الخروج من الملعب، ويشعر بهن في حالة الخسارة، ويمسح بيده على رأسهن مما يجعلهن في حالة من الهدوء والانتباه للتعليمات والثقة بالنفس " . وقد يرجع هذا إلى امتلاك غالبية المدربين لمهارات لغة الجسد الخاصة بالمسافة ويدرك أهمية انعكاسها على اللاعبين وأدائهم ، فالإشارة بالجسم والقدم لها تأثير هام على مواقف واستجابات الآخرين فإذا أردت أن تجعل الآخرين يشعرون بالارتياح وأن يفكروا ويتصرفوا بحرية وبشكل مستقل فاستخدم الوضع المفتوح بزواوية 45 درجة ، وعندما تحتاج الى ممارسة ضغط عليهم فاستخدم وضع المواجهة المباشرة ، ويمكنك من

خلال الإشارة بالجسم والقدم واستخدام مجموعات الإيماءات الايجابية مثل فتح الذراعين وإظهار راحتي اليدين والميل بالجسم للأمام وإمالة الرأس والابتسام أن تجعل من السهل على الآخرين ليس الاستمتاع برفقتك فحسب ولكن التأثر بوجهة نظرك أيضاً (21: 286).

- محور الزمان والمكان تحقق بمستوى مرتفع : فعباراته جميعها أكدت استجابات اللاعبين على أنه دائماً " المدرب يختار مكان خارج التدريب للمناقشة والحوار ، و يلتزم بمواعيد التدريب ، ويكرّس كل جهده للتدريب ويخطط له بإتقان، ويختار الوقت المناسب للتعليمات، ويُطلع اللاعبين على تفاصيل الخطة الموسمية، ويهتم بعملية التقويم الدورية لمستوى الأداء، ويعطى من وقته لحل مشكلاتهن، ويتيح الفرصة لهن باختيار مواعيد التدريب المناسبة، ويُحسن اختيار مكان التدريب، ويوظف إمكانات الملعب لتنفيذ التدريب بنجاح ، يوزع المهام التدريبية عليهن مما يؤثر على مستوى التركيز والاستمتاع وإتقان المهارات والثقة والالتزام بحضور التدريبات " ، ويمكن تفسير ذلك بأن غالبية المدربين يهتمون بأن يكونوا قدوة حسنة بامتلاكهم مهارتي الزمان والمكان لما لهما من أهمية في جذب انتباه اللاعبين للالتزام بالتدريب وتحمل المسؤوليات الموكلة إليهن وتمتعهن بالراحة النفسية طوال عملية التدريب خلال الموسم لضمان تحقيق أعلى الإنجازات الرياضية. فيؤكد أبو النصر 2006 بأن الأفراد يستخدموا الزمان والمكان غالباً للتعبير عن السلطة، فاحترام الوقت من خلال الحضور والانصراف، وكذلك اختيار الوقت المناسب للكلام والصمت، له تأثير كبير على الآخرين، سواء بالإيجاب أو السلب ، ويشير " برنت روبن " إن اختيار التوقيت المناسب لتقديم الاقتراحات أو عقد الاجتماعات يلعب دوراً كبيراً في تقبل الآخرين لأفكارك وتفاعلهم معك في مثل تلك الاجتماعات ، ويستخدم الأفراد المكان للتعبير عن أهميته من خلال الجلوس في المكان الأفضل (3 : 20).

ب- كما أظهرت نتائج جدول(7) أن مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها عينة اللاعبين تحققت بمستوى مرتفع، أما بالنسبة للمحاور قد تحققت كما يلي؛

- محور الإيماءات تحقق بمستوى مرتفع : فقد احتوى على عبارتين أكدت فيهما استجابات اللاعبين على أنه أحياناً " انفعالات المدرب وردود أفعاله يمكن تفسيرها والتنبؤ بها من خلال تعبيرات جسمه مما يسبب تخبط أدائهم " ، وقد يرجع السبب إلى افتقاد بعض اللاعبين التدريب على اكتشاف الحالة الانفعالية للمدرب من خلال إيماءاته وإشارات جسمه المختلفة . فقد لاحظ العلماء أن هناك وصلات عصبية بين اليدين والمخ أكثر مما يوجد بين أي من أجزاء الجسم الأخرى فالإشارات والأوضاع التي تتخذها أيدينا تعطى دلالات قوية على

حالتنا العاطفية، فقد تُتَبَّى الذراعان المتشابكان على الصدر بسلوك دفاعي أو سلبي ، وثنى الذراعين مع إطباق الكفين يدل على العداء وإذا اجتمع مع ابتسامة شفاه مطبقة والوجه الأحمر يمكن أن يحدث هجوم لفظي أو حتى جسدي ، كما أن إمساك الذراعين بالكفين من أعلى الذراع لدرجة أن الأصابع ومفاصلها قد تتحول للون الأبيض الشاحب تدل على الشعور بعدم الأمان وعدم قبول ما تحاول إقناعه به، أما تشابك الذراعان مع وضع الإبهامين لأعلى يدل على أنه رابط الجأش ومتحكم في الأمور وواتقاً بالنفس (21 : 95 - 125) ، كما ترى الباحثة أن اللاعبيات قد حققن نسبة مئوية أعلى من اللاعبين في التنبؤ بردود أفعال المدربين، حيث أظهر بحث أجراه علماء النفس في جامعة هارفارد أن النساء ينتبهن أكثر من الرجال للغة الجسد، فالمرأة حادة الملاحظة أكثر من الرجل يُشار إليه بحسد المرأة فهي تمتلك قدرة فطرية على التقاط وفك شفرة الإشارات غير اللفظية ورؤية التفاصيل الصغيرة بدقة (21:13) . والعبارات الأخرى أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه دائماً " انفعالات المدرب تكون مناسبة للموقف من فرحة أو غضب أو من خلال إشارات جسمه مما يجعل اللاعبين أكثر طمأنينة وهدوء وتحفيز على بذل قصارى الجهد فى الأداء " وقد يرجع ذلك إلى أن غالبية المدربين يمتلكوا مهارة القدرة على استخدام إيماءاتهم بصورة صحيحة لما لها من دور فعّال على مستوى أداء اللاعبين، فقد أثبتت معظم الدراسات أن الفرد عندما يتبسم للآخرين فإن معظم اللقاءات تسير بسلاسة أكثر ولها نتائج ايجابية وتُحسّن العلاقات بشكل رائع ، وقد توصل طبيب الأمراض العصبية " هنرى رايبينشتاين Henri Rubenstein" إلى أن دقيقة واحدة من الضحك المتواصل تؤدي لحوالي 45 دقيقة من الاسترخاء بعدها (21 : 79 - 89)، وترى الباحثة أن من هذا المنطلق يتأثر اللاعبين بحالة المدرب الانفعالية وبالتالي يتأثر أدائه حيث أنه من خصائص الانفعالات أنها مُعدية . حيث أكد " ليندى Lindsay " فى دراسته على أن جميع التجارب أثبتت صحة الفروض التي تقول أن لغة الجسد الانفعالية ربما تؤثر بسرعة وبدون وعى وبطريقة آلية على الوجوه فى مختلف الأجناس أو الأعراق (24).

- محور المظهر تحقق بمستوى مرتفع : فقد احتوى على عبارة أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه أحياناً " أناقة المدرب تؤثر على هدوئهم " ؛ وقد يرجع ذلك إلى أن هناك قصور فى وعى بعض المدربين بأهمية المظهر ودوره المؤثر فى هدوء بعض اللاعبين مما يؤثر على مستواهم الرياضى لذا توصى الباحثة بأهمية اهتمام المدربين بمظهرهم كمهارة للغة الجسد حتى يستطيع التأثير الإيجابي فى اللاعبين . فقد أظهرت الأبحاث أنه إذا قمت

بارتداء أزياء من أنواع معينة أو استخدام طريقة معينة للكلام أو غير ذلك يعد من مهارات لغة الجسد مما يجعلك تبدو في أفضل حالاتك المزاجية وتجعلك جديراً بحب الناس والقدرة على الإقناع (21 : 377-378). والعبارات الأخرى أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه دائماً " المدرب يلتزم بمواعيد التدريب ويحترمه الآخرون وله كلمة مسموعة ويحتفظ بمظهره وذو شخصية يقال عنها أفعال لا أقوال تأتي بحقوق اللاعبين مما يجعلهم هادئين مطمئنين واثقين في أنفسهم يحافظون على مظهرهم لديهم تقدير لذاتهم " . وقد يرجع ذلك إلى أن غالبية المدربين يدركون أهمية استخدامهم مهارة المظهر كلغة جسد للتأثير الفعال على مستوى اللاعبين . وهناك بعض الأوضاع التي يجب على المدربين تجنبها لتأثيرها السلبي على الآخر منها ؛ الجلوس مع تقاطع الساقين وذراعيه غير متقبل للتواصل على أى مستوى ، الجلوس فى وضع " أربعة الأمريكي " يدل أنه مستعد للجدل حول الموضوع ويكون إهانة لمن تجلس معه لأنه يوجه نعل الحذاء للأخر (21 : 220).

● محور المسافة تحقق بمستوى مرتفع : فقد احتوى على ثلاث عبارات أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه أحياناً " يقترب المدرب منهم لانتقاد أدائهم مما يجعلهم يشعرون بالقلق ، أو يشاركونهم فى الأنشطة الاجتماعية أو أن شخصيته اجتماعية مما يؤثر على العلاقة الاجتماعية بينهم وعلى اطمئنانهم للحديث مع المدرب بصراحة عن مشاكله " ، وهذا قد يرجع إلى عدم دراية بعض المدربين بالمسافة المناسبة التي يجب ألا يتخطاها بينه وبين اللاعبين حتى يشعروا بالارتياح والطمأنينة ، ووجود بعض القصور فى شخصيتهم الاجتماعية حيث يضع دائماً حاجزاً بينه وبين اللاعبين مما يجعلهم لا يستطيعوا الحديث معه بحرية عن أى مشكلة قد تعرضوا لها. فإن تقبل أو عدم تقبل اللاعبين للمدربين يعتمد على احترامه لمساحتهم الشخصية فربما نجد بعض المدربين الذين يضربون اللاعبين على ظهورهم أو أن يلمسهم باستمرار أثناء التحدث معهم فهذا النموذج من المدربين غير محبوب من الجميع لذا ينبغي على المدربين أن يكتسبوا الدراية والوعي بالمسافة المناسبة التي يحافظ عليها مع اللاعبين حتى يستطيع التأثير عليهم لتحقيق الأهداف المرجوة (21 : 208). والعبارات الأخرى أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه دائماً " المدرب يحدد مسافة بينهما أثناء التدريب مما يجعلهم فى حالة من الاطمئنان، وأنه يضع يده على أكتافهم فى المواقف الصعبة ويهزم بقوة ويصافحهم عند الخروج من الملعب ويشعر بهم فى حالة الخسارة ويمسح بيده على رأسهم مما يجعلهم فى حالة من الهدوء والانتباه للتعليمات والثقة بالنفس " . وهذا يدل على امتلاك غالبية المدربين بعض مهارات لغة الجسد الانفعالية التي تساعده على توصيل ما يود

أن يريد تحقيقه من أهداف تساعد على تنمية مستوى الفريق . فالغرض من أى مصافحة باليدين هو محاولة إظهار الإخلاص أو الثقة أو عمق المشاعر نحو الآخر، وتستخدم اليد اليسرى لبادئ المصافحة مثل ترمومتر لقياس المودة وكلما وضعت أعلى ذراع الآخر زادت المودة فتدل مسكة المرفق على قدر أكبر من المودة والسيطرة من مسكة الرسغ، وكذلك مسكة الكتف تعبر عن المودة أكثر من مسكة أعلى الذراع (21 : 55)، ويجب أن يكون اللمس للمرفق ثلاث ثوان وإذا زاد يكون له رد فعل سلبى حيث ينظر الشخص فجأة لأسفل نحو يدك ليرى ما الذي تفعله ، ويعتبر لمس المرفق واليد عندما يؤدي بحكمة يجذب الانتباه ويشجع على إبداء الرأي ويزيد من تأثيرك على الآخرين ويخلق انطباعات ايجابية لدى الجميع(21 : 104 - 106).

- محور الزمان والمكان تحقق بمستوى بمرتفع ، فقد احتوى على عبارات جميعها أكدت فيها استجابات اللاعبين على أنه دائماً " المدرب يختار مكان خارج التدريب للمناقشة والحوار ، ويلتزم بمواعيد التدريب ، ويكرّس كل جهده للتدريب ويخطط له باتقان، ويختار الوقت المناسب للتعليمات، ويُطلع اللاعبين على تفاصيل الخطة الموسمية، ويهتم بعملية التقويم الدورية لمستوى الأداء ، ويعطى من وقته لحل مشكلاتهن، ويتيح الفرصة لهن باختيار مواعيد التدريب المناسبة، ويحسن اختيار مكان التدريب، ويوظف إمكانات اللاعب لتنفيذ التدريب بنجاح، يوزع المهام التدريبية عليهن مما يؤثر على مستوى التركيز والاستمتاع وإتقان المهارات والثقة والالتزام بحضور التدريبات" . وقد يرجع ذلك إلى وعى غالبية المدربين بأهمية مهارة الزمان والمكان ودورها الايجابية المؤثر على مستوى تركيز ورضا اللاعبين عن التدريب . فالشخص الذى لا يلتزم بميعاده ويتركك تنتظر وقتاً أطول يدل ذلك على أنه غير منظم أو أنه نوع من السلطة والنفوذ(21 : 351). كما أكد أسامة وآخرون 2008 على أنه لمواجهة عدم السيطرة على البيئة الخارجية المحيطة بالمنافسة فإنه ينبغي على المدرب أن يقوم بتدريب اللاعبين فى الأماكن التي سوف تجرى فيها المنافسة أو شبيهة بها من حيث الصالات المغلقة ، الأرضية ، التهوية، الإضاءة، ارتفاع السقف، منافذ الدخول والخروج وغيرها من الأشياء حتى يتمكن من السيطرة على انفعالاته (5 : 108 - 109).
- ج- أظهرت نتائج جدول (8) الخاص بترتيب محاور اختبار مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين من الجنسين ما يلى :**

احتلت المحاور الخاصة باختبار لغة الجسد الانفعالية للمدربين الترتيب التنازلي التالي وفقاً للنسب المئوية لاستجابات عينة اللاعبين (محور الزمان والمكان، محور الإيماءات، محور

المظهر ، محور المسافة) ، بينما احتلت المحاور الترتيب التنازلي التالي وفقاً للنسب المئوية لاستجابات عينة اللاعبين (محور المظهر - محور الزمان والمكان - محور الإيماءات - محور المسافة). وترى الباحثة يمكن تفسير ذلك كما يلي :

● احتلت مهارة الزمان والمكان المرتبة الأولى عند اللاعبات بينما احتلت المرتبة الثانية عند اللاعبين يدل على أن مدربي اللاعبات أكثر استخداماً لمهارة الزمان والمكان وأكثر وعياً بأهميتها وتأثيرها الإيجابي على مستوى الأداء عن مدربي اللاعبين . أكد شمعون 2006م على أن إدراك الزمن من أهم الأصول التي تؤدي إلى ربط مختلف العناصر الحركية وأن الإحساس بالزمن لا يقتصر على الاستفادة من مواقف اللعب المتغيرة ولكن في توزيع الجهد على مسافة المباراة (13 : 73) . كما أكد "علاوي 2012م" على استخدام مختلف الوسائل التي تسهم في تعويد اللاعب على المواقف الظروف والأجواء المختلفة للمنافسات وخاصة ما يرتبط منها بالمنافسات الهامة التي سيشارك فيها حتى يمكن اكتسابه القدرة على التكيف لهذه المواقف المتعددة كمعرفة خصائص المنافسين ، والتدريب تحت نطاق الظروف التي تتميز بها المنافسات ، استخدام القوانين التي ستجرى بمقتضاها المنافسة ، استخدام الأدوات والأجهزة المستخدمة في المنافسة ، التدريب في الأماكن التي ستجرى فيها المنافسة أو مماثلة لها (14 : 180-181) .

● احتلت مهارة الإيماءات المرتبة الثانية عند اللاعبات بينما احتلت المرتبة الثالثة عند اللاعبين مما يدل على أن مدربي اللاعبات واللاعبين لديهم بعض القصور في استخدامهم لمهارة الإيماءات فأكد "مارك Mark 2014م" أن حركات الجسم وأوضاعه النموذجية تتضمن الإيماءات التالية؛ حركات الرسغين ، اليدين ، الرأس ، الأرجل ، والأقدام ؛ تعبيرات الوجه مثل الابتسامات؛ سلوكيات العين، تتضمن الغمزات ، اتجاه ، طول النظرة، اتساع الحدقة، والأوضاع مثل الحاجب ، هز الأكتاف ، ميل الرأس (25 : 12). فقد أثبتت الدراسات أن للمرأة قدرة أكبر على فهم إشارات العين عن إشارات الجسد وأنها أفضل في ذلك من الرجل (21 : 170) .

● احتلت مهارة المظهر المرتبة الثالثة عند اللاعبات بينما احتلت المرتبة الأولى عند اللاعبين مما يدل على أن مدربي اللاعبين أكثر اهتماماً بمظهرهم عن مدربي اللاعبات.

● احتلت مهارة المسافة المرتبة الرابعة عند اللاعبات واللاعبين مما يدل على أن مدربي اللاعبين واللاعبات على قدر متساوٍ من الوعي بمهارة المسافة كلفة جسد .

وتؤكد الباحثة أن العلاقة بين المدرب واللاعب، واللاعبين أنفسهم أثناء المباريات تحتاج لمزيد من التناغم والتفاهم من خلال اتصال سواء كان باللفظ أو الإشارة لتجاوز الأخطاء والتحفيز للوصول إلى الهدف المطلوب ، وأنه ليس من الضروري فهم مغزى الإشارات لكن من أجل التواصل الجيد إزالة أى إيماءات سلبية من مجموعة إيماءاتهم ، واكتساب الإيماءات التى تعطى نتائج ايجابية. فقد أكد العلماء على أن استخدام ايماءات اليد يلفت الانتباه ويزيد تأثير التواصل ويساعد الأفراد على الاحتفاظ بالكثير من المعلومات التى يسمعونها لذا تساعد الإيماءات على التذكر (21 : 128). كما أكد " أسامة راتب وآخرون 2008 " أنه من الأهمية أن يشعر اللاعب بالأمان والاطمئنان النفسى لتحقيق الثقة المتبادلة بينه وبين المدرب وتسهيل تقديم الخدمات النفسية له والاستفادة منها والعمل على تعديل وتغيير سلوك اللاعب حتى لا يلجأ اللاعب إلى الهروب وإخفاء مشكلته (5 : 31)

كما يجب أن يؤخذ فى الاعتبار الفروق بين الجنسين فقد أكد العلماء على أن مخ النساء يفوق أى رجل على كوكب الأرض فى القدرة على التواصل ويظهر الرنين المغناطيسى للمخ أن المرأة تمتلك ما بين 14: 16 منطقة بالمخ لتقييم سلوك الآخرين مقارنة بـ 4 : 6 مناطق عند الرجال ، فمخ المرأة مصمم على اتباع أكثر من مسار وتنتقل بين موضوعات غير متصلة فى نفس الوقت، ويمكنها استخدام خمس نبرات صوت لتغيير الموضوع أو لتؤكد على نقاط معينة ولسوء الحظ يمكن لمعظم الرجال تحديد ثلاث فقط من هذه النبرات ولذلك غالباً مايفقد الرجال تسلسل الموضوع عندما يتحدثون مع النساء (21 : 14).

على ضوء ما سبق فإن الفرض الأول ثبت عدم صحته والذى ينص على أنه " توجد مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون من الجنسين بدرجة متوسطة .

2- مناقشة النتائج الخاصة بالفرض الثانى والذى ينص على " توجد فروق ذات دلالة احصائية

بين الجنسين فى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون " كما يلى :

أ- اظهرت نتائج جدول (9) الخاص بدلالة الفروق بين متوسطات اللاعبين واللاعبات على

مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون الآتى :

- عدم وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى معنوية 0.05 بين اللاعبات واللاعبين فى مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون ؛ ويدل ذلك على أن مدربي اللاعبين واللاعبات على مستوى متقارب من الوعى باستخدام مهارات لغة الجسد المختلفة ، وقد يرجع ذلك الى أن معظم إشارات التواصل الأساسية تعتبر واحدة فى جميع أنحاء العالم عندما يكون الناس سعداء يبتسمون وعندما يشعرون بالحزن أو الغضب

يتجهمون أو يعبسون والإيماءة بالرأس تستخدم تقريباً بمعنى نعم أو على التأكيد وتحريك الرأس من جانب لجانب بمعنى لا فهي تعتبر إشارة عالمية تدل على الرفض، وصوت النخير يدل على الغضب أو القلق أو أنه تحت تهديد جسدى أو معنوى وهز الكتفين تبين أن الشخص لا يعلم أو لا يفهم ما تقول وهي متعددة الجوانب لها ثلاثة أجزاء رئيسية : فتح راحتي اليدين لتبين أنه لا شئ مخفى فيهما ، وأكتاف منحنية لحماية الحلق من الهجوم ، كما أن رفع الحاجب يدل على الخضوع (21 : 18 - 20) . فقد أكد أسامة راتب وآخرون 2008م على أن الاتصال البصرى الجيد والذي يتميز بالانتباه نحو اللاعب والاهتمام به والتعاطف معه والحرص على مساعدته بصدق ، وأن لغة الجسد مثل تعبيرات الوجه تظهر الاهتمام والاندماج العقلى النشط فى المحادثة ، وحركات اليدين واماءة الرأس تشجع اللاعب على المشاركة فى الحديث وتوضيح مايريده ، أما الابتسامة تجعل اللاعب يشعر بالتعاطف والتوجه الإنسانى نحو المدرب (5 : 24-25) .

تتفق الباحثة مع " إبراهيم خليفة ، أيمن مصطفى 2009 م " على الاهتمام بالاتصال غير اللفظى كالمتابعة البصرية والإيماءات وحركات الجسم الإيجابية، مع الاستماع الجيد عند التحدث مع الناشئ(2: 42)، فقد أشارت "منال طلعت 2001م" على أن من أهم مزايا مهارات لغة الجسد ، أنها تعبر عن معلومات وجدانية، لا يعبر عنها بطريقة لفظية؛ فهي تمدنا بأدوات لتفسير الكلمات التي نسمعها، مثل " نبرة الصوت، تعبيرات الوجه، كما تتميز الرسائل غير اللفظية بصدقها؛ لأنه غالباً لا يمكن التحكم بها(16 : 38)، ويشير " جون Jones 2002 م " أنه عندما يتواصل الأفراد ، يضعوا أجسادهم بطريقة معينة بوقفات مختلفة ، ويسيطروا فى نظرة أعينهم، ويحركوا أيديهم بطرق معينة ، ويتم تنسيقها مع تبادل الرسائل اللفظية (22).

وترى الباحثة على أنه برغم الدور الحيوى لمهارات لغة الجسد إلا أن غالبية الأفراد يرسلوا ويستقبلوا إشارات غير لفظية يجهلون وصف معظمها ، واتفقاً مع " Allan 2004 م" هناك إرشادات لجعل لغة الجسد ذات تأثيراً فعالاً هي: للوجه (اجعل وجهك مشرقاً مبتسماً دائماً مع إظهار الأسنان من حين لآخر، استخدم الإيماء بالرأس ثلاث مرات عندما تتكلم وإمالة الرأس عندما تصغى، واجعل ذقنك لأعلى باستمرار)، للإيماءات (كن معبراً بدون إفراط، وأجعل أصابعك مغلقة عندما تومئ، ويديك أسفل مستوى ذقنك ، وتجنب ثنى ذراعيك أو تشبيك قدميك)، أما اتصال العين(حافظ على الاتصال بالعين مع الآخرين بالقدر الذي يشعر الجميع بالارتياح)، بالنسبة لوضع الجسم (مل للأمام وأنت تستمع، وكن منتصباً وأنت تتحدث)، للمساحة

الشخصية(قف على مسافة من الطرف الآخر تجعلك تشعر بالإرتياح،وإذا تحرك هو للخلف فلا تخطُ أنت للأمام مرة ثانية)،المحاكاة (قم بمحاكاة لغة جسد الآخرين بطريقة رقيقة)(21: 379).
على ضوء ما سبق لم يتحقق صدق الفرض الثانى والذى ينص على أنه " توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين فى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين " .

استخلاصات وتوصيات البحث

أولاً : استخلاصات البحث

فى ضوء ما أسفرت عنه نتائج البحث تحقيقاً لهده وفروضه وفى حدود عينة البحث وإجراءاته تقدم الباحثة الاستخلاصات التالية :

1- بناء مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين عدد عباراته 45 عبارة موزعة على 4 محاور كالتالى : المحور الأول "الإيماءات" 9 عبارات ، المحور الثانى " المظهر " 11 عبارة ، المحور الثالث " المسافة" 11 عبارة ، المحور الرابع " الزمان والمكان " 14 عبارة) .

2- مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما تدركها عينة اللاعبين تحققت بمستوى مرتفع .
3- مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها عينة اللاعبين تحققت بمستوى مرتفع .
4- احتلت محاور مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين الترتيب التنازلى التالى وفقاً للنسب المئوية لاستجابات عينة اللاعبين كالتالى (محور الزمان والمكان، محور الإيماءات، محور المظهر ، محور المسافة) .

5- احتلت محاور مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين الترتيب التنازلى التالى وفقاً للنسب المئوية لاستجابات عينة اللاعبين كالتالى (محور المظهر - محور الزمان والمكان - محور الإيماءات - محور المسافة).

6- عدم وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى معنوية 0.05 بين اللاعبين واللاعبين فى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون .

التوصيات

- 1- ضرورة تطبيق مقياس مهارات لغة الجسد الإنفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبون لتحديد مستوى امتلاك المدربين لهذه المهارات حتى يتمكن من وضع برامج تدريب لمحاولة تطوير وتنمية هذه المهارات لديه .
- 2- الاستفادة من تطبيق هذا المقياس للتعرف على الحالة الانفعالية التي قد تصيب اللاعبين أو اللاعبين انعكاساً من تفسير لغة الجسد للمدرب حتى يتمكن من وضع برامج نفسية - عقلية للرياضيين للتغلب على المشكلات التي قد تعوقهم وخاصة في مدى فهم اشارات وتعبيرات المدرب بسهولة ويسر .
- 3- ضرورة اجراء أبحاث جديدة للتعرف على تأثير مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين على بعض المتغيرات النفسية أو البدنية أو المهارية أو الخطئية للرياضيين .
- 4- ضرورة عمل ندوات توعية للمدربين والرياضيين للتأكيد على التأثيرات الايجابية لاكتساب مهارات لغة الجسد على تطور المستوى الرياضى .
- 5- ضرورة عمل دورات تربوية حول كيفية التعامل مع المشكلات التي تواجه الرياضيين من الجنسين وآلية التعامل معها لضمان الوصول للحالة الإنفعالية المثلى أثناء المواقف الحرجة فى المنافسات الرياضية المختلفة .
- 6- ضرورة الاعتراف بأهمية دور الأخصائى النفسى الرياضى ضمن الجهاز الفنى لأى فريق رياضى محاولة لتنمية التواصل بين المدربين والرياضيين لتنافس الرياضة المصرية على المستوى العالمى .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية :

1. إبراهيم أحمد أبو عرقوب (١٩٩٣م): "الاتصال الإنساني ودوره في التفاعل الاجتماعي، دار مجدلاوي، عمان، الأردن .
2. ابراهيم عبد ربه خليفة ، أيمن مصطفى طه (2009م) : الرعاية النفسية للنشء الرياضى النظرية - التطبيق - القياس - التوجهات الإرشادية " ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة .
3. أحمد بن عبد الله بن صقير العريني (2011م) : مدى توافر مهارات الاتصال غير اللفظية لدى هيئة التدريس في كلية العلوم بجامعة القصيم من وجهة نظر الطلبة، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب والتربية ،جامعة القصيم ، المملكة العربية السعودية .
4. اسامة كامل راتب (2001 م) : الاعداد النفسى للناشئين ، دار الفكر العربى ، القاهرة.
5. اسامة كامل راتب ، صدقى نور الدين محمد ، ابراهيم عبد ربه خليفة، عبد الحفيظ اسماعيل بدر (2008 م) : الرعاية النفسية للرياضيين لتوجهات ارشادية، ط2، الدار الفكر العربى ، القاهرة .
6. أطيف الخفاجي، هند البدرى (2011م) : تقييم مستوى مهارات الاتصال للمدرب الرياضى، مدونة أكاديمية تعنى بشؤون الطلبة والباحثين، جامعة ذى قار، العراق، [http://repository.thiqaruni.org/research/resport/16/\(1\).doc](http://repository.thiqaruni.org/research/resport/16/(1).doc) ايريك جينسن (2013م) : التعلم المبني على العقل ، ط3 ، مكتبة جرير، لبنان .
- بيز والن ، تعريب " سمير شيخاني " (1997م) : لغة الجسد " كيف تقرأ أفكار الآخري من خلال إيماءاتهم " ، الدار العربية للعلوم، بيروت، لبنان.
7. جمال أبو بشارة (2013 م) : درجة شيوع الاتصال الشفوي وغير الشفوي بين لاعبي كرة القدم في الدوري الفلسطيني للمحترفين، بحث منشور مجلة جامعة النجاح للأبحاث العلوم الانسانية، فلسطين ، المجلد ٢٧(7)؛ ص . 1477 - 1500.
8. سارة حنا بولص مقدو(٢٠٠1 م) : دراسة تحليلية للاتصالات بين لاعبي الكرة الطائرة أثناء المباريات وعلاقتها بالنتائج ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، عمان، الأردن.
9. عبد الله عبد الكريم السالم (2001 م) : أهمية لغة الجسم في الاتصال مع الآخرين"، مجلة الإدارة، اتحاد جمعيات التنمية الإدارية ، 33 (3 ، 4)، القاهرة.
10. ليلى شحرور (2009 م) : تأثير لغة الجسد ، الدار العربية للعلوم ناشرون ، لبنان .

11. محمد العربي شمعون (2006م) : الاعداد النفسى والميداليات الأولمبية فى الملاكمة دورة أثينا الأولمبية 2004م ، مقال منشور ، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى " الإعداد النفسى للبطل الرياضى التوجهات- التطبيقات" ،الإصدار الثالث ، ابريل ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ؛ ص . 58- 87 .
12. محمد حسن علاوى (2012 م) : علم نفس الرياضة والممارسة البدنية ، مطبعة المدنى ، المؤسسة السعودية .
13. مدحت أبو النصر (2006 م) : لغة الجسم دراسة فى نظرية الاتصال غير اللفظى، مجموعة النيل العربية، القاهرة.
14. منال طلعت محمود (2001 م) : مدخل إلى علم الاتصال ، جامعة الإسكندرية.
15. مهدي أسعد عرار (2007 م) : البيان بلا لسان ، دار الكتب العلمية ، بيروت ، لبنان.
16. هند كابور (2011م) : فاعلية برنامج تدريبي لتنمية مهارات الاتصال بين المعلم والمتعلم وأثرها فى الحصيل الدراسى للمتعلم -دراسة شبه تجريبية فى مدراس محافظة دمشق وريفها- الصف الخامس ، رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق.
17. هيكل نعمة الله (٢٠٠٤ م) : الفراسة وقراءة الأفكار ، ط ٥ ، طرابلس، لبنان.
18. يوسف أبو الحجاج (2007م) : شخصيتك من ملامح وجهك ، دار الكتاب العربى للنشر والتوزيع ، دمشق، مصر.
- ثانياً: المراجع الاجنبية :**
19. Allan & Barbara Pease (2004): *The definitive book of body language how to read others' thoughts by their gestures*, Pease international ,Australia.
20. Jones, S. E. & LeBaron, C. D. (2002): Research on the relationship between verbal and nonverbal communication: Emerging Integrations, *Journal of communication*, 52 (3); pp. 499-521.
21. Lausic, Domagoj(2009): Communicating effectively: Exploring verbal and nonverbal behaviors and how they affect team coordination, *Electronic theses, Treatises and Dissertations*.
- Lindsay Hinzman (2013): Effects of emotional body language on rapid out-group judgments, *Journal of Experimental Social Psychology*, 49(1); pp. 152-155.
22. Mark L.Knapp, Judith A. Hall, & Terrence G. Horgan(2014): *nonverbal communication in human interaction*, 8th ed., library of congress control, USA.
23. Raiola,G.,& Tero D., Alfredo (2012). Non-verbal communication and Volleyball: A new way to approach the phenomenon, *Mediterranean journal of social sciences* ,3(2); pp.347-356.

مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها لاعبي بعض الرياضات

أ.م.د/ زهراء عبد المنعم الشرقاوى *

يهدف البحث إلى تحديد مستوى مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها لاعبي بعض الرياضات من الجنسين ، وإيجاد الفروق بين الجنسين في هذه المهارات . استخدم المنهج الوصفي ، واستخدم مقياس مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين المكون من 4 محاور " الإيماءات - المظهر - المسافة- الزمان والمكان" ، 45 عبارة " تصميم الباحثة ، تمثل مجتمع البحث من لاعبين من الجنسين بأندية الدرجة الأولى والمستويات الرياضية العالية لبعض الرياضات الجماعية والفردية، وتم إختيار العينة بالطريقة العشوائية قوامها 104 ؛ 45 لاعب ، 59 لاعبة أعمارهم تراوحت بين 18-22 سنة من عدة أندية . أسفرت النتائج عن مستوى مرتفع من مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين كما يدركها اللاعبين من الجنسين، وعدم وجود فروق دالة احصائياً عند مستوى معنوية 0.05 بين اللاعبين واللاعبات في مهارات لغة الجسد الانفعالية للمدربين ، وتوصى الباحثة بضرورة تطبيق المقياس لتحديد مستوى امتلاك المدربين لهذه المهارات ، والتعرف على الحالة الانفعالية التي قد تصيب اللاعبين أو اللاعبات انعكاساً من تفسير لغة الجسد للمدرب حتى يتمكن من وضع برامج نفسية لتطوير هذه المهارات لديهم .

*أستاذ مساعد دكتور - قسم علم النفس والاجتماع والتقويم الرياضى - كلية التربية الرياضية للبنين - جامعه حلوان.

Emotionally body language skills for coaches as perceived by players in some sports

Zahraa Abd El Moneim El Sharkawy*⁴

Abstract

The purpose of this study was to determine the level of emotionally body language skills for coaches as perceived by players in some sports of both gender, and to determine the differences between both gender in these skills. Descriptive method was used, Emotionally body language skills for coaches as perceived by players scale contained 4 factors " Gestures - Appearance - distance - time and place" 45 phrases; was designed by researcher, Research community represents players from first division clubs and sports high levels of some team and individual activities, The sample was selected randomly" players (n= 104) of both genders, male(n=45),female(n=59),Ages between 18-20 years from several clubs.

Results showed a high level of emotionally body language skills for coaches as perceived by players of both gender, and no differences at the 0.05 level of significance between male and female in emotionally body language skills for coaches, Researcher recommends the need to apply the scale to determine the level coaches owning of these skills, and to identify the emotional condition that might affect the players of both gender a reflection of interpreting body language of the coach so that we can establish psychological programs to development these skills for them.

* Assistant Professor, Department of Sport Psychology, Sociology and Evaluation - Faculty of Physical Education for Men-Helwan University, Cairo, Egypt.