

## بناء قائمة الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها المدربين

أ.م.د / صفاء جابر محمد شاهين

م.د / هند سليمان علي حسن

تعد المنافسة الرياضية محكا رئيسيا لظروف التدريب والجو الاجتماعي وحصائل جهود القائمين على الرياضة والمهتمين بالتوجيه والإرشاد النفسي والرعاية النفسية للرياضيين (١٥ : ٤٢١) ، وهي فرصة للاعب لإثبات نتائج جهوده وجهود الجهاز الفني طيلة الموسم التدريبي ، ويرى البعض أن الحياة بوجه عام عبارة عن صراع والبقاء فيها للأصلح ، ووفقا لذلك فإن الاشتراك في الرياضة يعد الفرد للمنافسة الطبيعية في الحياة واكتساب عناصر لياقة بدنية ونفسية تؤهله لمواجهة المواقف المختلفة ، ولعله من الطبيعي أن يكون الفرد تنافسيا في المجتمع لتحقيق النجاح والمكانة الاجتماعية والتوافق ، ولذلك يحظى السلوك التنافسي بالأولوية والاهتمام. (٣٨-٣٥:١٠) وتتميز المنافسة الرياضية سواء الفردية منها أو الجماعية دون سائر الأنشطة بوضوح تأثير الفوز والهزيمة أو النجاح والفشل وما يرتبط بكل منهما من نواحي سلوكية، وتجري المنافسة في حضور جمهور من المشاهدين ، ويبدل فيها الناشئ أقصى قدراته البدنية والنفسية لتسجيل أفضل مستوى ممكن، ومهما كانت نتائج المنافسة الرياضية يجب ألا ننظر إليها كهدف في حد ذاتها بل كوسيلة للارتقاء بإمكانيات اللاعب وقدراته وتنمية مهاراته والتأثير في جميع وظائفه العقلية والنفسية كالإدراك والانتباه والتصور والتفكير ومساعدته على التكيف مع الحياة العامة ليكون شخصا فاعلا في المجتمع. (١٣ : ٢٥)

وتؤثر المنافسة من خلال مجرياتها وأحداثها ووقائعها وكذلك التفاعل بين العوامل البيئية والعوامل الذاتية في الحالة المزاجية للناشئ ومستوى طموحه ، ويترتب عليها إعادة ترتيب حياته اليومية كالاستنكار والنوم والتغذية ولا تعنى الخسارة في الموقف التنافسي ضعفا في قدرات اللاعب، فلا يوجد لاعب يؤدي جميع لقاءاته التنافسية بصورة فائقة. (١٥ : ٢٣) وترتبط المنافسة الرياضية بكثير من المواقف الانفعالية التي تتميز بدرجات متفاوتة من الشدة والقوة، ويرى جولد و لوك بوم Gould - Lockbaum (١٩٩٣) إنه كلما زادت أهمية ومستوى المنافسة زادت كمية الضغوط المؤثرة على الناشئ ، ويواجه اللاعب خبرات النجاح وما يرتبط بها من مشاعر ايجابية، وخبرات الفشل وما يرتبط بها من مشاعر سلبية. (١٥ : ٤٢٣)

أ.م.د / قسم علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم

م.د / قسم علم النفس الرياضي - كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم

وقد أشارت الدراسات إلى وجود العديد من المشكلات المرتبطة بالمنافسة يعاني منها اللاعبين وتتطلب التوجيه و الرعاية النفسية، ومن هذه المشكلات ضغوط المنافسة، وضعف الثقة، والخوف من الإصابة، والهبوط المفاجئ للأداء وكذلك أسلوب الحياة. ( ١ : ١ )

كما يقع الناشئ تحت ضغوط نفسية كبيرة ناتجة من اتجاهات الأثرة نحو المنافسة الرياضية، فمنهم من يحاول تحقيق النجاح من خلال الأبناء ، ومنهم من يعتقد أن مواقف المنافسة تضع وقت الناشئ وتسبب فشله مما يشكل ضغطا على الناشئ ، ويجعل خبرة الممارسة خبرة توتر وقلق وخوف من الفشل بدلا من أن تكون خبرة سعادة واستمتاع. ( ٧ : ١٥٢ )

ويقصد بالرعاية النفسية جميع العمليات الإجرائية التي تتخذ مع الناشئ لتحسين مهاراته النفسية والعقلية وتطوير دوافعه الذاتية، ومساعدته على مواجهة الضغوط النفسية ، وكذلك تأهيله نفسيا بعد الإصابة الرياضية مما يكسبه الصحة النفسية التي تمكنه من الوصول لأفضل إنجاز رياضي. (١٠ : ١٢)، (٤ : ٢) ، ويرى ديانييل Dianal ( ٢٠٠٠ ) أن الرعاية النفسية تهدف إلى تقديم الخدمات التي تساعد الناشئ وجماعة الفريق الرياضي على مواجهة الصعوبات والمشكلات التي تعوق توافقهم وتطوير مستوى أدائهم من خلال رحلة التدريب والمنافسة الرياضية وتقديم العون والاستبصار، ويرى سميث وسمول Small - Smith ( ١٩٩٦ ) أن الناشئين يختلفون فيما بينهم في تفسيرهم وإدراكهم للضغوط ، فبعضهم قد يدرك المنافسة في حضور جمهور كبير كموقف ضاغطا مرتفع الشدة ،بينما لا يرى البعض الآخر ذلك ،ولذلك يجب استثمار النشء لامكاناتهم وقدراتهم الذاتية ومساعدتهم على الإدراك الواعي لهذه الضغوط ،و تحقيق أفضل أداء فضلا عن لياقتهم النفسية . (١٦ : ٢٦٥)، (١٨ : ١٠)

#### والمقصود بالرعاية النفسية في هذه الدراسة

" كل الإجراءات التي يرى المدربون أن تتب مع اللاعبين بعد المنافسة لتحسين مهاراتهم والارتقاء بقدراتهم ومساعدتهم على حل المشكلات و مواجهة الضغوط النفسية الناتجة عن المنافسة " (تعريف إجرائي )

وقد أشارت دراسة إبراهيم خليفة ،وأيمن مصطفى ( ٢٠٠٧ ) إلى أن العوامل الأساسية للرعاية النفسية للنشء الرياضي تتمثل في القائمة التالية :

١. مواجهة ضغوط المنافسة .
٢. مواجهة قلق المنافسة الرياضية.
٣. السيطرة على الانفعالات خلال المنافسة .

٤. التدريب الزائد والاحترق النفسي .
٥. استمرار النشء في التدريب والمنافسة .
٦. الاتصال بين المدرب واللاعب .
٧. بناء الثقة في النفس .
٨. تعبئة الطاقة النفسية .
٩. مساندة أولياء الأمور للنشء الرياضي .
١٠. تماسك جماعة الفريق .
١١. التأثير النفسي للإصابة . ( ١ : ٢٤ )

### مشكلة البحث

من المؤلف أن نرى اهتماما بالغا بلاعبينا في فترة الإعداد قبل المنافسة ، وان نركز على بناء الاهداف والإعداد العام والخاص للاعب سواء من الناحية البدنية أو النفسية ومحاولة وضع اللاعب في ظروف مماثلة لظروف المنافسة سواء من خلال التصور الذهني أو وضع اللاعب في مواقف فعلية شبيهة بمواقف المنافسة ، أو ما نقدمه له من إجراءات في موقف المنافسة الفعلي لكي نهيئه بكل السبل لتنظيم طاقته النفسية ، والتخلص من مصادر الطاقة السلبية وزيادة الألفة بالمكان.

وتنتهي المنافسة وينطلق اللاعبون وفي وجدان كل منهم أحاسيس ومشاعر مختلفة عن الآخر فمنهم من يشعر بالفرح نتيجة للفوز ، ومنهم من يشعر بالضيق نتيجة للهزيمة ، وعادة ما ينصرف اللاعبون بسرعة في انتظار التمرين التالي . ( ٢ : ٣٨٨ )

وقد أشارت المراجع العلمية إلى زيادة نسبة انسحاب الناشئين من برامج التدريب والرياضة التنافسية على الرغم من امتلاكهم القدرات البدنية والنفسية والمهارية ، نتيجة لسيطرة ردود الفعل العصبية على الجسم والعقل بدلا من التحكم فيها، وعدم توافر الرعاية النفسية من قبل المهتمين بالتنشئة الاجتماعية والرياضية وخاصة المدربين و الإداريين وأولياء الأمور . ( ٢ : ٧ ) ،بالإضافة إلى النقص الواضح في البحوث المرتبطة بالرعاية النفسية ، ومن هذا المنطلق تقوم الباحثتان بإجراء هذه الدراسة لبناء قائمة للرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها المدربين ، وتوضيح دور المدرب في توجيه اللاعب للتركيز على أدائه والاستفادة من قدراته وتممية مهاراته.

## أهداف البحث

يهدف البحث إلى :

- ١ - استخلاص البناء العاملي لقائمة الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها المدربين .
- ٢ - دراسة الفروق بين مستويات الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها مدربي كل من الأنشطة الفردية والجماعية.
- ٣ - استخلاص بعض التوجهات لتطوير أساليب الرعاية النفسية في ضوء القائمة المقترحة .

## تساؤلات البحث

١. ما هو البناء العاملي لقائمة الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها المدربين ؟
٢. هل توجد فروق دالة في الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها مدربي كل من الأنشطة الفردية والجماعية ؟
٣. ما هي التوجهات المقترحة لتطوير الرعاية النفسية للناشئين في ضوء القائمة المقترحة ؟

## خطة وإجراءات البحث :

### منهج البحث:

اتبعت الباحثتان المنهج الوصفي للدراسات المسحية ، بالإضافة إلى منهج التحليل العاملي كأحد صور المنهج الوصفي.

### مجتمع وعينة البحث:

تم اختيار عينة عشوائية طبقية من مدربي الأنشطة الفردية " اسكواش ، سباحة ، جمباز ، ريشة طائرة ، كراتية ، سلاح " والأنشطة الجماعية " كرة القدم ، كرة اليد ، الكرة الطائرة " قوامها ١٣٩ مدرباً ، حيث تكونت عينة التقنين من ٨٩ مدرب ، منهم ٤٨ مدرب للأنشطة الفردية، و ٤١ مدرب للأنشطة الجماعية ، بالإضافة إلى ٥٠ مدرب لدراسة الفروق بين مستويات الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها مدربي كل من الأنشطة الفردية والجماعية، ويوضح جدول (١) توصيف للعينة في ضوء عدد سنوات الخبرة.

جدول ( ١ ) : توصيف العينة على ضوء عدد سنوات الخبرة

المدى	سنوات الخبرة			ن		
	التفطوح	الالتواء	ع			
٢٥	٠,٥٧٤-	٠,٥٧٧	٧,٥٥٠	١٣,٤٨٥	٧٣	مدربي الأنشطة الفردية
١٩	٢,٤٢٠	١,٥١٩	٤,٨٣٥	٦,٥٠٠	٦٦	مدربي الأنشطة الجماعية
٢٨	٠,١٠٦	٠,٩٤٣	٧,٣٣٢	١٠,٤٠٦	١٣٩	الإجمالي

يتضح من الجدول السابق رقم (١) تجانس عينة الدراسة وذلك في ضوء عدد سنوات الخبرة حيث يلاحظ أن معاملي التفطوح والالتواء قد انحصرا بين (٣+:-٣)

### خطوات بناء وتقنين القائمة :

١- قامت الباحثتان بتحليل المراجع العلمية والدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الرعاية النفسية للناشئين بشكل عام، والرعاية النفسية للناشئين خلال مرحلة ما بعد المنافسة بشكل خاص بالمفاهيم الخاصة بها وأبعادها وذلك بهدف التحقق من الصدق المنطقي - حصر وتحليل الدراسات السابقة للقائمة قيد الدراسة.

### ٢- الثبات :

قامت الباحثتان بحساب معامل الثبات لقائمة الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها المدربين والمكونة من ٥٠ عبارة بأسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه وذلك بعد أسبوع من التطبيق الأول جدول (٢)، ومعامل ألفا جدول (٣) وذلك على عينة مكونة من ( ٣٠ ) مدرب للأنشطة الفردية والجماعية.

جدول ( ٢ ) : الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه ن = ٣٠

معامل الارتباط الدال على الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		عدد عبارات القائمة
	ع	س	ع	س	
٠,٧٥٥	١١,٢٦	١٧٢,٨٩	١٥,١٨	١٦٧,٠٠	٥٠

جدول ( ٣ ) : الثبات بأسلوب معامل ألفا ن = ٣٠

الفا	التباين	ع	س	عدد عبارات القائمة
٠,٨٦٣	١٨٥,٣٠	١٣,٦١	١٩٦,٩٠	٥٠

يتضح من الجدول (٢)، (٣) أن معامل الارتباط الدال على الثبات للقائمة بأسلوب تطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه ومعامل الفا قد تراوح بين ٠,٧٥٥ و ٠,٨٦٣ مما يدل على أن للقائمة معامل ثبات مقبول.

### ٣-الصدق العاملي :

قامت الباحثتان بحساب الصدق باستخدام أسلوب التحليل العاملي من الدرجة الأولى بطريقة المكونات الأساسية Principal Components لهوثينج، والتوير المتعامد بطريقة الفاريماكس Varimax باعتباره من انساب الأساليب التي يمكن الاستعانة بها في بناء المقاييس والقوائم النفسية وذلك على عينة مكونة من ( ٥٩ )مدرب للأنشطة الفردية والجماعية.

وتتضمن الخطوة التالية بجدول (٤) حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل التقلطح ومعامل الالتواء والمدى لعبارات القائمة المقترحة

### جدول رقم ( ٤ ) : المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل التقلطح

ومعامل الالتواء والمدى لعبارات القائمة المقترحة ن = ٥٩

الالتواء	ع	س-	العبارات
-١,٠٥٦	.٤٤٨٤	٣,٧٢٨	١. أفضل الدور الايجابي للأسرة عند الفوز(أشجعهم على تقديم المكافآت المادية والمعنوية )
-٢,٤٩٦	.٤٢١٥	٣,٨٣٠	٢. أساعد اللاعب في بناء الأهداف المستقبلية .
-٠,٨٩٣	.٩٥٥٨	٣,٠١٦	٣. أتجنب توبيخ اللاعب مهما كانت النتائج.
-١,١٩١	.٦٥١٨	٣,٤٥٧	٤. أفضل تأجيل التعليق على النتائج حتى تستريح أعصاب اللاعب .
-٠,٧٠٥	.٨٦٠٩	٣,٠١٦	٥. أفسر النتائج بسبب قدرة اللاعب ( أحمله نتيجة الفوز أو الهزيمة ) .
-١,٢٤٩	.٥٤٩٧	٣,٦٤٤	٦. لاحظ الحالة الانفعالية للاعب عند توجيهه وإرشاده بعد المنافسة .
-١,٢٧٠	.٦١٩٢	٣,٥٩٣	٧. أفسر نتائج المنافسة على نحو صحيح .
-١,١١٨	.٧٥٢٩	٣,٣٢٢	٨. أقدم توجيهات مختصرة للاعب بعد المنافسة .
-١,٦٦٨	.٥٢٦٩	٣,٧١١	٩. أركز على مقدار الجهد المبذول من اللاعب
-٠,٨٦٣	.٨١٦٦	٣,٢٣٧	١٠. أقدم مكافآت فردية للاعبين الذين أجادوا .
.٥٥٨	.٩٩٠٠	٢,٠٥٠	١١. أفسر فشل اللاعب بسبب قوة المنافس .
-٢,٣٤٤	.٦٨٨٩	٣,٦٤٤	١٢. أقدم توجيهات مفصلة للاعب عن أدائه في التمرين التالي للمنافسة .
-٢,٠٩٦	.٤٤٦٤	٣,٧٩٦	١٣. أشجع اللاعب المعجذ على الرغم من الخسارة .
-١,٦١٤	.٧٠١٥	٣,٥٥٩	١٤. أتيح الفرصة للاعب للتعرف على معدلات التقدم لقرائه البدنية والمهارة .
-٢,٠٠١	.٦٠٩٢	٣,٦٤٤	١٥. أفسر فشل اللاعب نتيجة التقصير والتراخي في الأداء .
-٠,٨٨١	.٨٧٢٧	٣,١١٨	١٦. أتيح الفرصة للاعب لتقييم أدائه بعد المنافسة .
-١,٤٠١	.٨٣٩٦	٣,٣٢٢	١٧. أشجع اللاعب على تقييم مهاراته النفسية بعد المنافسة .
-١,١٢٤	.٨٧٧٧	٣,٢٣٧	١٨. أهتم بفتح قنوات اتصال مع أولياء الأمور .
-١,٣٥٨	.٨٤٣٠	٣,٣٣٩	١٩. أهتم بدورا لأسرة في تهدئة اللاعب عند الهزيمة.
-١,٢٩٠	.٧٠٣٦	٣,٤٧٤	٢٠. أتابع الروتين اليومي للاعب بعد المنافسة .
-٠,٥٥١	١,٠٠٨	٢,٨١٣	٢١. أشرك اللاعب في أنشطة بعيدة عن النشاط الممارس بعد المنافسة .

تابع جدول ( ٤ )

الالتواء	ع	س-	رقم العبارة
-٥٢٦	.٩٢٤٤	٢,٧٩٦	٢٢. أهتم بمكافأة السلوك الانفعالي الايجابي للاعب .
-٤٥٠	.٥٣٦٨	٣,٥٢٥	٢٣. أتابع أداء اللاعب لتمرينات التمهدة .
-١,١٢٣	.٦٧٨٦	٣,٥٢٥	٢٤. أتيح الفرصة للاعب للتعرف على معدلات التقدم لقدراته البدنية والمهارة .
-١,٩٤٥	.٨٥٨١	٣,٥٢٥٤	٢٥. أحرص على لقاء اللاعبين بعد المنافسة أيا كانت النتائج .
-٢,٧٨٠	.٦٧٠٨	٣,٧١١٩	٢٦. أقيم أداء اللاعب بشكل موضوعي .
-١,٢١٧	.٩٤٨١	٣,٢٢٠٣	٢٧. أتيح الفرصة للاعب للتعرف بنفسه على نقاط القوة ونقاط الضعف في أدائه أثناء المنافسة
-٢,١٣١	.٦٣٢٣	٣,٧٤٥٨	٢٨. أراجع مع اللاعب خطط اللعب المتفق عليها .
-١,٥٣٣	١,٠١٥٤	٣,٣٢٢٩	٢٩. أتعامل مع جميع اللاعبين بنفس الأسلوب (لا أفرق بينهم في الثواب أو العقاب) .
-٢,٥٩٦	.٦١١١	٣,٧٢٨٨	٣٠. أوجه انتباه اللاعب في حالة عدم التعاون مع زملائه أثناء المنافسة .
-١,٣٩٩	.٤٩٣١	٣,٧١١٩	٣١. أكافئ اللاعب على أداء المهام الموكلة إليه .
-٨٢٧	.٧٧١٣	٣,٣٠٥١	٣٢. استخدم الاسترخاء العشري لخفض معدلات التوتر لدى اللاعب .
-٢,١٦٣	.٦٩٥٢	٣,٦١٠٢	٣٣. أسطر على انفعالاتي حتى أكون قادرة للاعبين .
-٢,٥٤٩	.٦٨٠٨	٣,٦٧٨٠	٣٤. أتيح الفرص للاعب لتكرار الاداءات الناجحة بعد المنافسة .
-١,١٧٦	.٧٨٢٦	٣,٣٥٥٩	٣٥. أساعد اللاعب على استخدام التصور العقلي للتعرف على أخطائه الأداء بعد المنافسة .
-٨٠٩	.٨٩١٩	٣,٢٢٠٣	٣٦. أستخدم التغذية الراجعة البصرية لاستعادة أحداث المنافسة مع اللاعب (الفديو ، الصور)
-٢,٣٧٤	.٣٧٥٣	٣,٨٨١٤	٣٧. أعاقب السلوك العدواني والخروج عن الخلق الرياضي .
-١,٤٧٧	.٧٧٢٩	٣,٤٥٧٦	٣٨. أساعد اللاعب على الاسترخاء الذهني بعد المنافسة .
-١,٠٩٧	.٨٧٢٣	٣,٢٢٠٣	٣٩. أسود اللاعب على الحديث الذاتي الايجابي بعد المنافسة .
-٨٣١	.٩١٨٣	٣,١٣٥٦	٤٠. أوجه الجهاز الفني و الادارى للمساندة الاجتماعية للاعب بعد المنافسة .
-١,٠٣١	.٩٠٦٢	٣,١٥٢٥	٤١. أحرص على تكريم الفائزين في احتفال خاص بهم .
-٢,٥١٨	.٥٤٠٦	٣,٨١٣٦	٤٢. أطور دافعية الإنجاز لدى اللاعبين ( زيادة رغبتهم في التنافس وتحقيق مستويات أداء أعلى )
-٨٥٧	.٧٠٥٧	٣,٣٢٢٠	٤٣. أساعد اللاعب في حل مشاكله الشخصية والاجتماعية .
-٤٠٦	.٩٩٠٣	٢,٦٧٨٠	٤٤. أهتم بتفعيل دور الأعلام في إبراز نتائج المنافسة
-٢,٨٢٣	.٤٦٠٦	٣,٨٣٠٥	٤٥. أوفر الدعم النفسي والاجتماعي للاعب عند الإصابة .
-١,٥١٢	.٤٠٦٠	٣,٧٩٦٦	٤٦. أقيم مدى تحقيق الأهداف الموضوعة .
-٢,٨٥٢	.٤٩٦٦	٣,٨٣٠٥	٤٧. أهتم بإبراز نقاط القوة في أداء اللاعب .
-١,٥٨٩	.٦٥٠٥	٣,٥٥٩٣	٤٨. أوجه اللاعب لاستخدام الحديث الذاتي الايجابي للتغلب على الإصابة .
-١,١٥٠	.٩٦١٠	٣,٢٠٣٤	٤٩. أجنب اللاعب مواجهة الجمهور في حالة الإخفاق أو الهزيمة .
-١٢٤	١,١٩٢	٢,٤٢٣	٥٠. أهتم بالاتصال بالجمهور وروابط المشجعين بعد المنافسة .

يلاحظ من الجدول السابق رقم (٤) أن معامل الالتواء لعبارات القائمة المقترحة قد تراوح بين

(٣-:٣+) مما يدل على خلو عينة الدراسة من عيوب التوزيعات الغير اعتدالية.

وتتضمن الخطوة التالية جدول (٥) حساب معاملات الارتباط البينية بواسطة معادلة بيرسون

لعبارات القائمة " ٥٠ عبارة " ، حيث تم التوصل إلى المصفوفة القطرية التي تتكون من ١٢٢٥

معامل ارتباط ، منهم ٨٨٩ معامل ارتباط موجب ، و ٣٣٦ معامل ارتباط سالب ، كما بلغ عدد

معاملات الارتباط الدالة عند مستوى (٠,٠٥) ٢٦٠ .

جدول رقم ( ٥ ) مصفوفة معاملات الارتباط البنائية بين العبارات المقترحة

ن = ٥٩

لقائمة الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدرکها المدربين

١٨	١٧	١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	م
٠.٧٤١	٠.٧٢٢	٠.٦١٥	٠.٣٣٠	٠.٦٦١	٠.٦٠١	٠.٦٠٤	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	٠.٦٠٦	١
٠.٦٥٥	٠.٦١٨	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٠.٦١٦	٢
٠.٦٧٧	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٣
٠.٦٩٨	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٤
٠.٧١١	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٥
٠.٧٢٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٦
٠.٧٣٨	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٧
٠.٧٥٢	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٨
٠.٧٦٦	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٩
٠.٧٨٠	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٠
٠.٧٩٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١١
٠.٨٠٨	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٢
٠.٨٢٢	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٣
٠.٨٣٦	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٤
٠.٨٥٠	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٥
٠.٨٦٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٦
٠.٨٧٨	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٧
٠.٨٩٢	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٨
٠.٩٠٦	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	١٩
٠.٩٢٠	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٢٠
٠.٩٣٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٢١
٠.٩٤٨	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٠.٦١٤	٢٢





٥٠	٤٩	٤٨	٤٧	٤٦	٤٥	٤٤	٤٣	٤٢	٤١	٤٠	٣٩	٣٨	٣٧	٣٦
٠,٠١	٠,٠٣٧	٠,١١٢	٠,٢٣٥	٠,٣٥٢	٠,٤٦٣	٠,٥٦٨	٠,٦٦٨	٠,٧٦٤	٠,٨٥٦	٠,٩٤٤	١,٠٢٧	١,١٠٦	١,١٨١	١,٢٥٢
٠,٠٣٧	٠,١١٢	٠,٢٣٥	٠,٣٥٢	٠,٤٦٣	٠,٥٦٨	٠,٦٦٨	٠,٧٦٤	٠,٨٥٦	٠,٩٤٤	١,٠٢٧	١,١٠٦	١,١٨١	١,٢٥٢	١,٣٢٣
٠,٠٧٤	٠,٢٣٥	٠,٤٦٣	٠,٦٩١	٠,٩١٩	١,١٤٧	١,٣٧٥	١,٦٠٣	١,٨٣١	٢,٠٥٩	٢,٢٨٧	٢,٥١٥	٢,٧٤٣	٢,٩٧١	٣,٢٠٠
٠,١١٢	٠,٢٣٥	٠,٤٦٣	٠,٦٩١	٠,٩١٩	١,١٤٧	١,٣٧٥	١,٦٠٣	١,٨٣١	٢,٠٥٩	٢,٢٨٧	٢,٥١٥	٢,٧٤٣	٢,٩٧١	٣,٢٠٠
٠,١٤٩	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,١٨٦	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٢٢٣	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٢٦٠	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٢٩٧	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٣٣٤	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٣٧١	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٤٠٨	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٤٤٥	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٤٨٢	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٥١٩	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٥٥٦	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٥٩٣	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٦٣٠	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٦٦٧	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٧٠٤	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٧٤١	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٧٧٨	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٨١٥	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٨٥٢	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٨٨٩	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٩٢٦	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
٠,٩٦٣	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩
١,٠٠٠	٠,٣٥٢	٠,٦٩١	١,٠٣٠	١,٣٦٩	١,٧٠٨	٢,٠٤٧	٢,٣٨٦	٢,٧٢٥	٣,٠٦٤	٣,٤٠٣	٣,٧٤٢	٤,٠٨١	٤,٤٢٠	٤,٧٥٩

قيمة ر الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٢٧٣

### نتائج التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد :

يبين الجدول رقم ( ٦ ) المصفوفة العاملية للعبارات وقيم الاشتراكيات والجذر الكامن ونسبة تباين كل عامل للتباين الكلي للمصفوفة الارتباطية بعد التدوير ، حيث بلغ عدد العوامل التي تم استخلاصها " ١٨ " عامل .

جدول رقم ( ٦ )

النتائج النهائية للتدوير العاملي المتعمد بعد التدوير بعد حذف

ن = ٥٩

جميع التشعبات التي تقل عن ٠,٣

رقم العبارة	العوامل المتخلطة																رقم الاختراعات	
	1A	1V	1٦	1٥	1٤	1٣	1٢	11	1٠	٩	8	٧	٦	٥	٤	٣		٢
١										-٠,١١١							-٠,٤١٢	
٢												٠,٨١٨						
٣								-٠,٣٢٢		-٠,٣١٤	-٠,٣٨٦							
٤										-٠,٧٠٩								-٠,٣٠٢
٥					٠,٥٧٦												-٠,٣٤٤	
٦								-٠,٨٦٦										
٧					٠,٣٣٩			-٠,٣٢٦			٠,٥٢٤					٠,٣٦٥		
8								-٠,٤٤٨		-٠,٣٧٢	-٠,٣٤٥							
٩																	٠,٧٧٢	
1٠											٠,٥٤٤		٠,٣٩٨					
11		-٠,٨١٣																
1٢				٠,٨٢٢														
1٣															٠,٥٤٦		-٠,٣٤٤	
1٤				-٠,٨٢٢														
1٥								-٠,٣١١									-٠,٣٩٩	
1٦						٠,٨٣٠												-٠,٨٢٢
1٧																		-٠,٨٢٢
1٨		٠,٣٣٠						٠,٣٣٠										-٠,٣٧٢
1٩										-٠,٦٦٧								
2٠										٠,٥٧٦								-٠,٣١٧
21		-٠,٣٠٢																-٠,٣٧٧
2٢				٠,٣٦٥				٠,٤٤٦							٠,٤٦٥	٠,٣٢٠		
2٣								٠,٨٧٤										
2٤																		٠,٦٠٢
2٥																٠,٨٠٠		
2٦										٠,٣٠٨					٠,٣٠٥		٠,٦٧٢	
2٧											٠,٣١٨		٠,٣٣٠					
28										٠,٧٧٩								
2٩															٠,٤٦٩	٠,٥٥٨		
3٠				٠,٣٦٥				٠,٣٣٢		٠,٣١٢					٠,٤٦١			
31															٠,٧١٢		٠,٣٥٤	
3٢									٠,٤٨٥	٠,٣٣٢	٠,٣٤٩							٠,٣١٧
3٣				٠,٣٨٨	٠,٤٩٦				٠,٣٠٢						٠,٣٣٤			
34									٠,٣٨						٠,٣١		٠,٤٨	

تابع جدول رقم ( ٦ )

رقم المباراة	العوامل المستخلصة																	رقم المباراة	
	١٨	١٧	١٦	١٥	١٤	١٣	١٢	١١	١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢		١
٣٥											-١٧						-١٢٢	-١٣٥	٣٥
٣٦							-١٦٩												٣٦
٣٧									-١٧				-١٢٧						٣٧
٣٨																		-١٨٤	٣٨
٣٩																		-١٨٨	٣٩
٤٠														-١٤٩				-١٥٩	٤٠
٤١									-١٣٨			-١٣٤		-١٥١					٤١
٤٢														-١٧٩					٤٢
٤٣																		-١٥٧	٤٣
٤٤									-١٨٠										٤٤
٤٥							-١٣١			-١٣٠								-١٥٤	٤٥
٤٦	-١٣٥٥																-١٥٢		٤٦
٤٧														-١٨٥					٤٧
٤٨							-١٣١											-١٥٤	٤٨
٤٩	-١٨١٠																		٤٩
٥٠		-١٣٠				-١٣٣			-١٣٢			-١٣٠							٥٠
الاجمالي الكامن	٣٩,٩٩٥	١,٤٥	١,٥٦	١,٦٢	١,٦٦	١,٧٧	١,٨٧	١,٩٨	١,٩٩	٢,٠٣	٢,١٠	٢,١٨	٢,٢٢	٢,٢٥	٢,٣١	٢,٤٢	٢,٧٧	٣,٠٧	٤,٦٧
نسبة التباين	٧٩,٩٩	٢,٩١	٣,١٢	٣,٢٥	٣,٣٣	٣,٥٤	٣,٧٥	٣,٩٦	٣,٩٩	٤,٠٦	٤,٢٠	٤,٣٥	٤,٤٤	٤,٥١	٤,٦٢	٤,٨٤	٥,٥٤	٦,١٥	٩,٣٥

## تفسير نتائج التحليل العاملي :

قامت الباحثتان بتفسير العوامل التي تم استخلاصها، حيث تم قبول ( ٧ ) عوامل فقط وهي العامل " الأول، الثاني، الثالث، الرابع، الخامس، السادس، الحادي عشر "، وفيما يلي تفسير لتلك العوامل .

### العامل الأول :

#### جدول ( ٧ ) الترتيب التنزلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل الأول

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
٣٩	أعود اللاعب على الحديث الذاتي الايجابي بعد المنافسة	١	٠,٨٨٥	
٣٨	أساعد اللاعب على الاسترخاء الذهني بعد المنافسة	٢	٠,٨٤٧	
٢٤	أتابع أداء اللاعب لتمرينات التهدئة	٣	٠,٦٠٢	
٤٣	أساعد اللاعب على حل مشاكله الشخصية والاجتماعية	٤	٠,٥٧٤	
٤٨	أوجه اللاعب لاستخدام الحديث الذاتي الايجابي للتغلب على الإصابة	٥	٠,٥٤٣	
٤٥	أوفر الدعم النفسي والاجتماعي للاعب عند الإصابة	٦	٠,٥٤١	
٢١	أتابع الروتين اليومي للاعب بعد المنافسة	٧		٠,٤٣٦
٣٥	أساعد اللاعب على استخدام التصور العقلي للتعرف على أخطاء الأداء بعد المنافسة	٨		٠,٣٥١
٤	أفضل تأجيل التعليق على النتائج حتى تستريح أعصاب اللاعب	٩		٠,٣٠٢

يوضح جدول (٧) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٩ " عبارات على العامل الأول، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول الحديث الذاتي والاسترخاء والدعم النفسي والاجتماعي للاعب، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " تنظيم الطاقة النفسية للاعب بعد المنافسة ". وقد تم حذف العبارات رقم ٣٧، ٣٢، ٤٠ نظرا لعدم ملاءمتهم لمضمون العامل.

## العامل الثاني :

### جدول ( ٨ ) الترتيب التنزلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل الثاني

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
١٧	أتيح الفرصة للاعب لتقييم أدائه بعد المنافسة	١	٠,٨٢٣	
١٥	أتيح الفرصة للاعب للتعرف على معدلات التقدم لقدراته البدنية المهارية	٢	٠,٧٩٩	
١٨	أشجع اللاعب على تقييم مهاراته النفسية بعد المنافسة	٣	٠,٦٧٢	
٥	أفسر النتائج بسبب قدرة اللاعب (أحملة نتيجة الفوز أو الهزيمة).	٤		٠,٣١٤

يوضح جدول (٨) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٤ " عبارات على العامل الثاني، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول إتاحة الفرصة للاعب لتقييم نفسه بعد المنافسة سواء للجانب البدني أو المهاري أو النفسي، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " التقييم الذاتي للاعب بعد المنافسة ". وقد تم حذف العبارات رقم ٢١، ١٣، ٣٥، ١، ٢٠ نظرا لعدم ملاءمتهم لمضمون العامل.

## العامل الثالث :

### جدول ( ٩ ) الترتيب التنزلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل الثالث

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
٩	أركز على مقدار الجهد المبذول من اللاعب	١	٠,٧٩٢	
٢٦	أقيم أداء اللاعب بشكل موضوعي	٢	٠,٦٧٢	
٤٦	أقيم مدى تحقيق الأهداف الموضوعة	٣	٠,٥٣١	
٣٤	أتيح الفرصة للاعب لتكرار الاداءات الناجحة بعد المنافسة	٤		٠,٤٨٣

يوضح جدول (٩) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٤ " عبارات على العامل الثالث، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول مدى أهمية تقييم أداء للاعب بشكل موضوعي وفي ضوء الأهداف الموضوعية سابقا، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " تقييم الأداء في ضوء الأهداف الموضوعية ". وقد تم حذف العبارات رقم ٢٢، ٣١، ٧ نظرا لعدم ملائمتهم لمضمون العامل.

## العامل الرابع :

جدول ( ١٠ ) الترتيب التنافلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل الرابع

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
٢٥	احرص على لقاء اللاعبين بعد المنافسة أيا كانت النتائج	١	٠,٨٠٠	
٢٩	أتعامل مع جميع اللاعبين بنفس الأسلوب ولا أفرق بينهم	٢	٠,٥٥٨	
١٣	أشجع اللاعب المجد على الرغم من الخسارة	٣	٠,٥٤٦	
٢٢	أشرك اللاعب في أنشطة بعيدة عن النشاط الممارس بعد المنافسة	٤		٠,٤٧٥
٣٣	أسيطر على انفعالاتي حتى أكون قدوة للاعبين	٥		٠,٣٣٤

يوضح جدول (١٠) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٥ " عبارات على العامل الرابع، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول أهمية دعم وتقوية علاقة المدرب باللاعب وتشجيعه والتواصل معه بعد المنافسة ، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " الاتصال الايجابي بين المدرب و اللاعب بعد المنافسة " .

## العامل الخامس :

جدول ( ١١ ) الترتيب التنافلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل الخامس

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
٤٢	اطور دافعية الانجاز لدى اللاعبين	١	٠,٧٩٠	
٤١	احرص على تكريم الفائزين في احتفال خاص بهم	٢	٠,٥١٨	
٤٠	أوجه الجهاز الفني والإداري للمساندة الاجتماعية للاعب بعد المنافسة	٣		٠,٤٩٦

يوضح جدول (١١) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٣ " عبارات على العامل الخامس، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول أهمية تدعيم وتطوير دافعية الانجاز للاعب من قبل المدرب، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " تدعيم دافعية الانجاز للاعب بعد المنافسة " . وقد تم حذف العبارات رقم ٢٦ ، ٣٤ ، ٢٩ نظرا لعدم ملائمتهم لمضمون العامل.

## العامل السادس :

### جدول ( ١٢ ) الترتيب التنازلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل السادس

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
٤٧	اهتم بإبراز نقاط القوة في أداء اللاعب	١	٠,٨٥٣	
٣١	أكافئ اللاعب على أداء المهام الموكلة إليه	٢	٠,٧١٣	
١٠	أقدم مكافئات فردية للاعبين الذين اجادوا	٣		٠,٣٩٨
٣٧	أعاقب السلوك العدواني والخروج عن الخلق الرياضي	٤		٠,٣٧٨
٢٧	أوجه اللاعب للتعرف بنفسه على نقاط القوة والضعف في أدائه أثناء المنافسة	٥		٠,٣٣٠

يوضح جدول (١٢) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٥ " عبارات على العامل السادس، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول أهمية تقديم الدعم والتشجيع للاعب المجد وكذلك معاقبة اللاعب الذي اخفق ، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " الإرشاد والتوجيه النفسي للاعب بعد المنافسة " .  
العامل السابع :

### جدول ( ١٣ ) الترتيب التنازلي للتشبعات الكبرى والوسطى على العامل السابع

رقم العبارة	العبارة	الترتيب	التشبعات الكبرى	التشبعات الوسطى
٢	أساعد اللاعب في بناء الأهداف المستقبلية	١	٠,٨٤٨	
٧	أفسر نتائج المنافسة على نحو صحيح	٢	٠,٥٢٥	
٣	أتجنب توبيخ اللاعب في المواقف المختلفة	٣		٠,٣٨٦
٨	أقدم توجيهات مختصرة للاعب بعد المنافسة	٤		٠,٣٤٥

يوضح جدول (١٣) نتائج التدوير المتعامد حيث تم قبول " ٤ " عبارات على العامل السابع، وأن مضمون هذه العبارات تدور حول أهمية بناء الثقة بين المدرب واللاعب، ومن ثم يُقترح تسمية العامل " بناء الثقة للاعب بعد المنافسة " . وقد تم حذف العبارات رقم ٤١ ، ٥٠ نظرا لعدم ملاءمتهم لمضمون العامل.



٤- قامت الباحثتان بدراسة دلالة الفروق للرعاية النفسية للاعبين كما يدركها مدربي كل من الأنشطة الفردية والجماعية وذلك على عينة عشوائية طبقية من غير عينة التقنين مكونة من ( ٥٠ ) مدرب، ويوضح الجدول رقم (١٦) ذلك

جدول ( ١٤ ) دلالة الفروق بين مدربي الأنشطة الفردية والجماعية ن=٥٠

Sig.	دلالة الفروق	الأنشطة الجماعية ٢٥=ن		الأنشطة الفردية ٢٥=ن		المحاور
		ع	س	ع	س	
٠,١١٢	١,٥٦	٢,٤٧٠	٩,٧٦٩	١,٢٥٢	١٠,٥٤٥	الثاني
٠,١٣٥	١,٥١-	١,١٠٧	١٤,٨٨٤	١,٨٠٧	١٤,٢٧٢	الثالث
٠,١٦٤	١,٤٠-	٢,٢٧٩	١٧,٦٥٣	٢,٩٤٣	١٦,٦٦٦	الرابع
٠,١٧٤	١,٣٧-	١,١٧٤	١٠,٤٦١	٢,١٤٢	٩,٨١٨	الخامس
٠,٣٨٥	٠,٨٧٥	٢,٢٩٩	١٧,٦١٥	١,٨٧٦	١٨,٠٩٠	السادس
٠,٣٢٠	١,٠٠	١,٩٢٣	١٣,٥٣٨	١,١١٦	١٣,٩٣٩	السابع
٠,١٦٦	١,٤٠-	٧,٨٨٥	١١٦,٢٣٠	١١,٦٧٨	١١٢,٤٨٤	المجموع

يتضح من الجدول السابق وجود فروق دالة إحصائية للعامل الأول " تنظيم الطاقة النفسية للاعب بعد المنافسة " لصالح الأنشطة الجماعية - وذلك في إطار عينة الدراسة - مما يشير إلى زيادة اهتمام مدربي الأنشطة الجماعية قيد الدراسة بتنظيم الطاقة النفسية للاعب بعد المنافسة عن مدربي الأنشطة الفردية

#### الاستخلاصات :

في ضوء أهداف وتساؤلات البحث والمنهج المستخدم وفي حدود عينته، واستنادا على النتائج يمكن استخلاص ما يلي :

١- استخلاص البناء العاملي لقائمة الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها المدربين، حيث تم قبول سبعة عوامل من ثمانية عشر عامل تم استخلاصهم وهي

١. تنظيم الطاقة النفسية للاعب بعد المنافسة

٢. التقييم الذاتي للاعب بعد المنافسة

٣. تقييم الأداء في ضوء الأهداف الموضوعية

٤. الاتصال الايجابي بين المدرب و اللاعب بعد المنافسة
  ٥. تدعيم دافعية الإنجاز للاعب بعد المنافسة
  ٦. الإرشاد والتوجيه النفسي للاعب بعد المنافسة
  ٧. بناء الثقة للاعب بعد المنافسة .
- كما اشتملت القائمة على ٣٤ عبارة وهي :
١. أعود اللاعب على الحديث الذاتي الايجابي بعد المنافسة .
  ٢. أساعد اللاعب على الاسترخاء الذهني بعد المنافسة .
  ٣. أتابع أداء اللاعب لتمرينات التهدئة
  ٤. أساعد اللاعب في حل مشاكله الشخصية والاجتماعية .
  ٥. أوجه اللاعب لاستخدام الحديث الذاتي الايجابي للتغلب على الإصابة .
  ٦. أوفر الدعم النفسي والاجتماعي للاعب عند الإصابة .
  ٧. أتابع الروتين اليومي للاعب بعد المنافسة
  ٨. أساعد اللاعب على استخدام التصور العقلي للتعرف على أخطاء الأداء بعد المنافسة .
  ٩. أفضل تأجيل التعليق على النتائج حتى تستريح أعصاب اللاعب .
  ١٠. أتتيح الفرصة للاعب لتقييم أدائه بعد المنافسة .
  ١١. أتتيح الفرصة للاعب للتعرف على معدلات التقدم لقدراته البدنية والمهارية .
  ١٢. أشجع اللاعب على تقييم مهاراته النفسية بعد المنافسة .
  ١٣. أفسر النتائج بسبب قدرة اللاعب ( أحمله نتيجة الفوز أو الهزيمة ) .
  ١٤. أركز على مقدار الجهد المبذول من اللاعب
  ١٥. أقيم أداء اللاعب بشكل موضوعي .
  ١٦. أقيم مدى تحقيق الأهداف الموضوعة .
  ١٧. أتتيح الفرص لتكرار الاداءات الناجحة بعد المنافسة .
  ١٨. أحرص على لقاء اللاعبين بعد المنافسة أيا كانت النتائج .
  ١٩. أتعامل مع جميع اللاعبين بنفس الأسلوب ( لا افرق بينهم في الثواب أو العقاب ) .
  ٢٠. أشجع اللاعب المجد على الرغم من الخسارة .
  ٢١. أشرك اللاعب في أنشطة بعيدة عن النشاط الممارس بعد المنافسة .
  ٢٢. أسيطر على انفعالاتي حتى أكون قنوة للاعبين .

٢٣. أطور دافعية الإنجاز لدى اللاعبين (زيادة رغبتهم في التنافس وتحقيق مستويات أداء أعلى )
٢٤. أحرص على تكريم الفائزين في احتفال خاص بهم
٢٥. أوجه الجهاز الفني و الإداري للمساندة الاجتماعية للاعب بعد المنافسة .
٢٦. أساعد اللاعب في بناء الأهداف المستقبلية.
٢٧. أفسر نتائج المنافسة على نحو صحيح ( احملة نتيجة الفوز أو الهزيمة )
٢٨. أتجنب توبيخ اللاعب مهما كانت النتائج.
٢٩. أقدم توجيهات مختصرة للاعب بعد المنافسة.
٣٠. اهتم بإبراز نقاط القوة في أداء اللاعب.
٣١. أكافئ اللاعب على أداء المهام الموكلة إليه .
٣٢. أقدم مكافآت فردية للاعبين الذين أجادوا .
٣٣. أعاقب السلوك العدواني والخروج عن الخلق الرياضي .
٣٤. أوجه اللاعب للتعرف بنفسه على نقاط القوة ونقاط الضعف في أدائه إثناء المنافسة
- ٢-وجود فروق بين مستويات الرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة كما يدركها مدربي كل من الأنشطة الفردية والجماعية، حيث ظهرت فروق دالة إحصائيا للعامل الأول " تنظيم الطاقة النفسية للاعب بعد المنافسة " لصالح الأنشطة الجماعية " وذلك في إطار عينة الدراسة "
- ٣- استخلاص بعض التوجهات لتطوير أساليب الرعاية النفسية في ضوء القائمة المقترحة على النحو التالي .

- معاينة السلوك العدواني والخروج عن الخلق الرياضي .
- استخدام الاسترخاء العضلي لخفض معدلات التوتر لدى اللاعب بعد المنافسة .
- توجيه الجهاز الفني و الإداري للمساندة الاجتماعية للاعب بعد المنافسة.
- متابعة الروتين اليومي للاعب بعد المنافسة والإشراف عليه .
- تشجيع اللاعب المجد على الرغم من الخسارة .
- مساعدة اللاعب على استخدام التصور العقلي للتعرف على أخطاء الأداء بعد المنافسة .
- تفعيل الدور الإيجابي للأسرة عند الفوز وتشجيعهم على تقديم المكافآت المادية والمعنوية لأبنائهم
- الاهتمام بدورا لأسرة في تهدئة اللاعب عند الهزيمة.
- أشراك اللاعب في أنشطة بعيدة عن النشاط الممارس بعد المنافسة .

- مكافئة اللاعب على أداء المهام الموكلة إليه .
- تفسير نتائج المنافسة على نحو صحيح .
- تقييم أداء اللاعب بشكل موضوعي .
- إتاحة الفرص للاعب لتكرار الاداءات الناجحة بعد المنافسة .
- التعامل مع جميع اللاعبين بنفس الأسلوب وعدم التفریق بينهم في استخدام الثواب أو العقاب .
- ألحرص على تكريم الفائزين في احتفال خاص بهم.
- الاهتمام بالاتصال بالجمهور وروابط المشجعين بعد المنافسة .

### التوصيات

- ← ضرورة وجود أخصائي نفسي مع الفرق الرياضية لتطبيق اساليب الرعاية النفسية للاعبين في المراحل المختلفة وخاصة بعد المنافسة.
- ← الاهتمام بالرعاية النفسية للاعبين بعد المنافسة لمواجهة الضغوط الناتجة عن الموقف التنافسي
- ← الاهتمام بتفعيل دور أولياء الأمور لمساندة أبنائهم ورعايتهم نفسيا سواء عند الفوز أو الهزيمة
- ← تثقيف المدربين وإرشادهم لاستخدام الأساليب المختلفة لرعاية أبنائهم نفسيا خاصة بعد المنافسة .
- ← الاهتمام بتنظيم الطاقة النفسية للاعبين بعد المنافسة .
- ← تدريب اللاعبين على التقييم الذاتي لأدائهم في ضوء الأهداف الموضوعية .
- ← تنمية مهارات الاتصال للمدربين واللاعبين وأولياء الأمور .
- ← تجنب النقد والتهديد المستمر للاعب .
- ← تطوير دافعية الإنجاز لدى اللاعبين وحثهم على تحقيق مستويات أداء أفضل .
- ← تطبيق قائمة الرعاية النفسية المقترحة لتقييم مقدار الرعاية النفسية المقدمة للاعبين بعد المنافسة والوقوف على نواحي القصور فيها .
- ← الاهتمام بالرعاية المتكاملة للاعبين بعد المنافسة وفقاً للعوامل المستخلصة .

## المراجع العلمية

- ١ - إبراهيم عبد ربه خليفة، أيمن مصطفى طه (٢٠٠٧) : "دراسة تحليلية لعوامل الرعاية النفسية للنشء الرياضي" ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي العربي ، النهوض بالرياضة العربية ضمن وقائع الدورة الرياضية العربية ، القاهرة .
- ٢ - أسامة كامل راتب (٢٠٠١) : "الإعداد النفس للناشئين" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٣ - أسامة كامل راتب (٢٠٠٠) : "تدريب المهارات النفسية" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٤ - أسامة كامل راتب (١٩٩٧) : "احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٥ - أسامة كامل راتب ، إبراهيم عبد ربه خليفة ، عبد الحفيظ إسماعيل (٢٠٠٦) : "الإعداد النفسي للبطل الرياضي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٦ - أسامة كامل راتب ، صدقي نور الدين ، إبراهيم خليفة ، عبد الحفيظ إسماعيل (٢٠٠٦) : "الرعاية النفسية للرياضيين" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
- ٧ - جمال عبد الناصر محمد السيد (٢٠٠١) : "الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة لدى النشء الرياضي" رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة .
- ٨ - صبري محمد عبد الهادي (٢٠٠٦) : "توجهات أولياء الأمور نحو التدريب و المنافسات الرياضية كما يدركها النشء الرياضي" ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، القاهرة .
- ٩ - طارق محمد بدر الدين (٢٠٠٥) : "شدة مصادر الضغوط النفسية لدى ناشئات بعض الأنشطة الرياضية" ، بحث منشور ، المؤتمر العلمي الدولي ، استراتيجيات انتقاء وإعداد المواهب الرياضية في ضوء التطور التكنولوجي والثورة المعلوماتية ، كلية التربية الرياضية للبنين ن جامعة الإسكندرية .
- ١٠ - عمرو حسن احمد بدران (٢٠٠٥) : "علم نفس المنافسات الرياضية" ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة .
- ١١ - محمد العربي شمعون ، ماجدة محمد إسماعيل (٢٠٠٢) : "التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي" ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

- ١٢ - محمد حسن علاوى ( ١٩٩٨ ) : "مدخل في علم النفس الرياضي" ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٣ - محمد حسن علاوى ( ١٩٩٨ ) : " سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي " ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
- ١٤ - محمد حسن علاوى ( ١٩٩٧ ) : " سيكولوجية التدريب والمنافسات " ، ط ٣ ، دار المعارف ، القاهرة .
- ١٥ - محمود عبد الفتاح عنان ( ١٩٩٥ ) : " سيكولوجية التربية البدنية والرياضة النظرية والتطبيق والتجريب " ، دار الفكر العربي ، القاهرة .

١٦ - Dianel L . Gill ( ٢٠٠٠ ) : Psychological dynamics of sport and exercise ,human kinetics ,USA .

١٧ - Gould , Wilson , Tuffy , Loch Baum ( ١٩٩٣ ) : Stress and the young athlete the child's perspective .

١٨ - Smoll ,Smith E . ( ١٩٩٦ ) Children and youth in sport Abio psychosocial perspective .

١٩ - Terry ,Wairond , Carron ( ١٩٩٨ ) : The influent of game location on athletes psychological stress .