

"مدى إدراك اللاعبين السعوديين لمفهوم علم النفس الرياضي ونوع الخدمات المقدمة"

من قبل الأخصائي النفسي الرياضي "دراسة استطلاعية"

أ.م.د/ صلاح بن احمد السقاء

-ملخص البحث:

هدفت الدراسة التعرف على مفهوم اللاعبين السعوديين الشخصي نحو علم النفس الرياضي ونوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي باستخدام الاستبانة كأداة لجمع البيانات، على عينة عشوائية قوامها (٣٠٠) لاعباً من الدرجة الأولى والشباب الدوليين وغير الدوليين، في ثلاث ألعاب جماعية وأربع ألعاب فردية.

وقد أسفرت نتائج الدراسة عن استخدام اللاعبين السعوديين لعبارات مختلفة لوصف علم النفس الرياضي متضمنة؛ الإعداد النفسي، وتعزيز الدافعية، وحل المشاكل، وتعزيز الثقة بالنفس. وأكد أفراد عينة الدراسة على أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برامج إعداد اللاعبين أثناء التدريب، كما أشارت النتائج إلى أن ٨٥% من أفراد عينة الدراسة أكدوا وجود حاجة ملحة أو متوسطة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية. ويتفق اللاعبون السعوديون على أهمية وضع تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب، وتيسير تماسك الفريق المعنوي، والاستشفاء النفسي بعد الإصابات، وتطوير تقدير الذات، والتدريب على تركيز الانتباه كأهم الخدمات المطلوبة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي. كما أظهرت نتائج تحليل التباين وجود فروق معنوية وفقاً لمستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) فيما يتعلق بدرجة أهمية الخدمات المطلوبة لصالح اللاعبين الدوليين في تنظيم الاستثارة، والتدريب على التصور العقلي، وإدارة الضغوط، وإستراتيجية التحدث للنفس، والتدريب على إدارة الأفكار، والصراع الداخلي. كما اتضح وجود فروق معنوية بين لاعبي الدرجة الأولى والشباب لصالح لاعبي الدرجة الأولى في تنظيم الاستثارة، وإستراتيجية التحدث للنفس كخدمات مطلوبة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، بينما يرى لاعبي درجة الشباب أهمية حاجتهم لمساعدة الأخصائي النفسي الرياضي في تقديم الخدمات التالية: تعديل السلوك، والتعامل مع الإحباط، وإدارة الأزمات، والمشاكل الأسرية، والصراع الداخلي. وقد أوصى الباحث بأهمية الأخذ بالاعتبار احتياجات اللاعبين قبل العمل على وضع برامج الإعداد النفسي من قبل الأخصائي النفسي الرياضي.

* أستاذ مساعد بكلية التربية-جامعة الملك سعود- قسم التربية البدنية وعلوم الحركة
الرياض المملكة العربية السعودية

مقدمة الدراسة ومشكلتها:

يتوقف التفوق الرياضي على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم وتفوقهم العقلي على نحو لا يقل عن الاستفادة من قدراتهم البدنية، وتساعد القدرات العقلية في تعبئة قدرات وطاقت الرياضيين للوصول إلى أقصى أداء ممكن (راتب، ٢٠٠٠) (٣:٢). ويُجمع الرياضيون بشكل عام على أن المشاركة الفاعلة في المنافسات الرياضية المختلفة تعتمد على القدرة مهارية واللياقة البدنية؛ لذا فإن الإعداد البدني والمهاري عنصران أساسيان يبني عليهما التفوق الرياضي (Schellenberger, 1990; Goldberg, 1998; وعلوى، ١٩٩٧) وعلى الرغم من ذلك فإن العوامل النفسية تلعب دوراً بارزاً في التفوق الرياضي (١٠:٢٣)، (١١:١١)، (١٥٣:٤). حيث أشار كوزار ولورد (Kozar & Lord, 1983) إلى أن الوصول للمستوى العالي في المجال الرياضي يعتمد بنسبة ١٠-٢٠% على العوامل البدنية و ٨٠-٩٠% على العوامل النفسية، وتزداد أهمية العوامل النفسية كلما ارتفع مستوى الأداء (١٦).

ويعتبر راشال (Rushall, 1989) الجانب النفسي للأداء المفتاح الحقيقي لتفوق ونجاح الرياضيين (٢١)، ويؤكد ذلك كل من أورلك وبيرتنكتون (Orlick & Partington, 1988) حيث قاما بتقويم الإعداد البدني والمهاري، والنفسي للاعبين الكنديين المشاركين في الدورة الأولمبية لعام ١٩٨٤، ودلت النتائج على أن الإعداد النفسي العامل الوحيد الذي يمكن من خلاله التنبؤ بنجاح وتفوق الرياضيين (١٧). فالرياضيون المتميزون غالباً ما يتفوقون على غيرهم ممن هم أقل تميزاً، نتيجة أملاكهم لخصائص شخصية تساعد في تعليمهم وتدريبهم وتمكينهم من المشاركة في المنافسات الرياضية بشكل فاعل (Williams & Krane, 1993;) (& Shaw, Gorely, & Corban, 2005) (٣٠)، (٢٤).

يحرص الرياضيون على المشاركة في برامج تدريبية منظمة ومتسقة ولفترات طويلة، بهدف تطوير الجانب البدني والمهاري. بينما يختلف الأمر متى ما تعلق بالجانب النفسي للأداء والذي غالباً ما يتم تطويره من خلال الخبرات الشخصية -التجربة والخطأ- دونما الأنخراط في برامج معده مسبقاً ومخطط لها بطريقة علمية (Feltz, 1992; & Vealey,) (1994; & Weinberg & Gould, 1995) (٨)، (٢٨)، (٢٩).

ويرى راتب (٢٠٠٠) أن الاهتمام بالإعداد البدني والمهاري مقابل عدم الاهتمام بالإعداد النفسي يؤدي إلى عدم استقرار أداء اللاعبين وعدم أظهارهم لأفضل أداء ممكن (١٣:٢). وكنتيجة طبيعية لهذا المفهوم، تزايد اهتمام الرياضيين بعلم النفس الرياضي التطبيقي Applied Sport Psychology، على المستوى الدولي والعربي على حد سواء،

وظهرت إلى حيز الوجود العديد من الدراسات النظرية والتطبيقية التي أسهمت في تقديم المعارف والمعلومات التطبيقية في المجال الرياضي، ناهيك عن إصدار المجلات العلمية التي تعالج مختلف فروع علم النفس بالدراسة والبحث والتجريب والتطبيق، إضافة إلى تشكيل الجمعيات الدولية والقارية والإقليمية والمحلية لعلم النفس الرياضي (علاوي، ٢٠٠٢) (٥٣:٦). هذه المؤشرات لا تعكس تطور ونمو علم النفس الرياضي التطبيقي فقط، ولكن تعكس أيضاً زيادة حاجة الرياضيين بشكل عام لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي.

ومن ناحية أخرى بالرغم من اعتبار علم النفس الرياضي في المملكة العربية السعودية في مراحل التطور الأولية، تشير الدلائل إلى زيادة اهتمام الرياضيين السعوديين بأثر العوامل النفسية على الأداء بشكل عام، والبدء بالمطالبة بضرورة تواجد الأخصائي النفسي الرياضي للعمل في الأندية. ففي دراسة السقاء (٢٠٠٤) التي هدفت إلى التعرف على مدى الحاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي للعمل في الأندية من وجهة نظر الرياضيين السعوديين. دلت النتائج على تأكيد غالبية أفراد عينة الدراسة (٨٦,٣%) بوجود حاجة ملحة أو متوسطة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية، في المقابل ذكر (١٣,٨%) فقط من أفراد عينة الدراسة عدم وجود حاجة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي للعمل في الأندية (١).

وبالرغم من استمرار إشارة الرياضيين السعوديين للاستعانة بخدمات الأخصائي النفسي الرياضي من أجل توجيه وأرشاد الرياضيين وتحسين الأداء ونمو وتطوير الشخصية من خلال وضع البرامج التي تعمل على الوصول لأفضل أداء ممكن، لا يزال تطوير الجانب النفسي للأداء عملاً اجتهادياً يقوم به المدرب أو الإداري، ففكرة الاستعانة بخدمات الأخصائي النفسي الرياضي ما تزال بين رفض وقبول الرياضيين بشكل عام. هذا ومن ناحية أخرى ورغم تأكيد الرياضيين على أهمية تواجد الأخصائي النفسي الرياضي كجزء من فريق عمل إعداد اللاعبين للمنافسات، تواجه الأخصائي النفسي الرياضي بعض المصاعب والمضايقات عند العمل في الأندية السعودية سواء كان ذلك من حيث تحديد الدور الحقيقي للأخصائي النفسي الرياضي أو طبيعة عمله أو من خلال تحديد نوع الخدمات المطلوب تقديمها (السقاء، ٢٠٠٤) (١).

ويشير رافيزا (Ravizza, 1988) إلى أن هذه الصورة السلبية المرتبطة بالأخصائي النفسي الرياضي المؤدية إلى عدم تقبله في الوسط الرياضي، تعود إلى المفهوم الخاطئ لعلم النفس الرياضي وربطه بالمشاكل وكشف نقاط الضعف والقوة والتعرض إلى نقد وهجوم الآخرين، وهذا من العوامل المنفره حتى للرياضي الوائق بنفسه. ويضيف أنه بالرغم من تأكيد المدربين

على اهمية الجانب النفسي بالنسبة للاداء، إلا انهم غالبا ما يشككون في القدرة التطبيقية للأخصائي النفسي الرياضي و عدم إعطائه المصداقية أو الترحيب به (١٩).

في دراسة أخرى قدم رافيزا (Ravizza,1990) معلومات إضافية ومحددة تتعلق بتوجه الرياضيين نحو الأخصائي النفسي الرياضي، حيث قام بإجراء دراسة على لاعبين محترفين ومدربين وإداريين في لعبة البيسبول، ووجد عدم اعتبار التدريب العقلي من أولويات الفرق الرياضية في ذلك الوقت، إضافة إلى عدم وضوح معنى علم النفس الرياضي للقائمين على الفرق، ناهيك عن استشارة الأخصائي النفسي الرياضي فقط عند حدوث المشاكل. كما أشار إلى جهل العديد من الرياضيين المعنى الحقيقي لعلم النفس الرياضي والخلط بينه وبين الطب النفسي، إضافة إلى تخوف العديد من اللاعبين من ارتباطهم بالتدريب الذهني، مع عدم رغبتهم في أو قدرتهم على النظر إلى الأسباب الذهنية ذات العلاقة بالخطأ، وبالرغم من وجود هذا التوجه السلبي يرى بأن تقبل علم النفس الرياضي من قبل الرياضيين المحترفين في لعبة البيسبول يزداد بشكل متسارع (٢٠).

لتغيير مفهوم الرياضيين السلبي نحو علم النفس الرياضي بشكل عام والأخصائي النفسي الرياضي بشكل خاص، يشير بيرتكتون وأورك (Partington & Orlick, 1991) إلى وجوب تحديد مهام وواجبات وحدود الأخصائي النفسي الرياضي بشكل واضح، خاصة فيما يستطيع أو لا يستطيع القيام به سواء فيما يتعلق بتحسين الأداء أو القدرة على توجيه الرياضيين وإرشادهم لتحقيق أقصى درجات النجاح. إضافة إلى تحديد احتياجات المستفيدين من خدمات الأخصائي النفسي الرياضي وتقييم مدى التزامهم بتطبيق البرامج النفسية (١٨). لذا أصبح من الأهمية بمكان توعية الرياضيين بنوع الخدمات و تحديد العلاقة بين الأخصائي واللاعب وتعريفه بالخدمات والإمكانيات التي يمكن تقديمها له ومدى ما يتوقعه من هذه الخدمات والذي بدوره يعمل على زيادة شعور الرياضيين بالثقة والطمأنينة تجاه الأخصائي النفسي الرياضي أثناء التعامل معه، خاصة وأن الدراسات تشير إلى أن القرارات المتخذة من قبل الرياضيين لقبول أو رفض التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي، تتأثر بنوع المعلومات والوعي بنوع الخدمات المتاحة من قبل الأخصائي أو بعد المشاركة الفاعلة في برامج التدريب العقلي (Schell, Hunt, & Lloyd,1984; Fenker & Lambiotte, 1987; Gould, Hodge, Peterson,) & Petichkoff; Smith & Johnson, 1990; Gould, Murphy, Tammen, & May, 1991; Francis,1992، و شمعون، وماجدة إسماعيل، ٢٠٠٢ (٢٢)، (٩)، (١٢)، (٢٥)، (١٣)، (١٠)، (٣).

وبالرغم من أهمية الخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي والمتمثلة في عمليات الإرشاد والتوجيه، وقدرتها في مساعدة اللاعب على تحقيق أقصى أداء ممكن، والذي

يعد هدفاً رئيساً من أهداف التدريب الرياضي، ناهيك عن أهمية تحديد مفهوم الرياضيين نحو علم النفس الرياضي وقدرته في المساعدة على وضع تصور واضح حول علم النفس الرياضي و اختيار الأسلوب المناسب في كيفية تضمينه في برامج إعداد اللاعبين وتحديد الفرص المستقبلية للاستعانة بالأخصائي النفسي الرياضي، لا توجد حتى يومنا هذا دراسة أجريت في الوطن العربي بشكل عام والسعودية بشكل خاص وذلك في حدود علم الباحث بهدف التعرف على المعنى الحقيقي لعلم النفس الرياضي ودوره. لذلك يرى الباحث بأن هناك حاجة ماسة لعمل دراسة ميدانية للتعرف على المعنى الحقيقي لعلم النفس الرياضي بشكل عام من وجهة نظر الرياضيين السعوديين، وما مدى إمكانية تضمينه كجزء رئيس ضمن البرامج التدريبية لإعداد اللاعبين، خاصة وأن الدراسات تشير إلى أن عدم تحديد الدور واحتياجات المستفيدين عامل مهم في رفض التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي (Gould, Murphy, Tammen, & May, 1991) (١٣). وبما أن التوجيه والأرشاد يعني بمفهومه العام مجموع الخدمات التي تهدف إلى مساعدة اللاعب الرياضي على أن يفهم نفسه ومشاكله، والعمل على استثمار إمكاناته الذاتية من قدرات ومهارات واستعداد وميول، وإمكانات بيئية لتحديد أهداف تتفق مع إمكاناته من ناحية وإمكانات بيئته من ناحية أخرى نتيجة لفهمه لنفسه وبيئته، واختياره الطرق المحققة لها، كي يحقق أقصى ما يمكن من النمو والتكامل في شخصيته (علاوي، ٢٠٠٢) (١٠٦:٥)، لذا هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مفهوم اللاعبين السعوديين الشخصي لعلم النفس الرياضي ونوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي.

-أهداف الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على آراء اللاعبين السعوديين فيما يرتبط بما يلي:-

١. مدى إدراكهم لمفهوم علم النفس الرياضي المتمثل في:-
 - وصف علم النفس الرياضي.
 - أهمية علم النفس الرياضي كجزء من برامج إعداد اللاعبين أثناء التدريب.
 - الحاجة إلى الأخصائي النفسي الرياضي.
٢. ترتيب أولويات نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي.

٣. الفرق في نوع الخدمات بين آراء اللاعبين (دولي، وغير دولي) والدرجة (أولى، وشباب).

أهمية الدراسة:

تحدد أهمية الدراسة في النقاط التالية:

١. العمل على تعزيز أو تصحيح مفاهيم الرياضيين السعوديين حول علم النفس الرياضي.
٢. معرفة نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر اللاعبين السعوديين.
٣. إظهار مدى أهمية الحاجة للأخصائي النفسي الرياضي وتقبل خدماته في الأندية.
٤. كونها الدراسة الأولى في المملكة العربية السعودية التي تتطرق لموضوع مفهوم الرياضيين السعوديين نحو علم النفس الرياضي ونوع الخدمات الواجب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي.
٥. العمل على تقديم المعلومات الضرورية ذات العلاقة بمفهوم ونوع الخدمات المطلوبة من الأخصائي النفسي الرياضي والمؤثرة على قرارات قبول أو رفض التعامل مع الأخصائي.
٦. كون هذه الدراسة بداية لتصميم دراسات لاحقة ذات علاقة بالموضوع.

-أسئلة الدراسة:

- في ضوء أهداف هذه الدراسة سيحاول الباحث الإجابة على الأسئلة التالية:
١. ما العبارات المستخدمة لوصف علم النفس الرياضي من قبل اللاعبين السعوديين؟
 ٢. ما درجة أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برامج إعداد اللاعبين من وجهة نظر اللاعبين السعوديين؟
 ٣. ما مدى الحاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية من وجهة نظر اللاعبين السعوديين؟
 ٤. ما نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر اللاعبين السعوديين؟
 ٥. هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء اللاعبين السعوديين في ترتيب أولويات الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي يمكن عزوها للمستوى (دولي، وغير دولي)، أو الدرجة (أولى، وشباب)؟

-مصطلحات الدراسة (التعريفات الاجرائية):

١. علم النفس الرياضي:

يعرف علم النفس الرياضي على أنه "الدراسة العلمية للسلوك والخبرة والعمليات العقلية المرتبطة بالرياضة على مختلف مجالاتها وممارساتها بهدف وصفها وتفسيرها والتنبؤ بها والإفادة من المعارف والمعلومات المكتسبة في التطبيق العملي" (علاوى، ٢٠٠٢) (٢٠:٦).

٢. الأخصائي النفسي الرياضي:

يشمل الأخصائي النفسي الرياضي الفرد الذي لديه خلفية علمية في مجال علوم الرياضة والنشاط البدني إضافة إلى دراسته المكثفة في علم النفس الرياضي والإرشاد، وينظر إليه على أنه المدرب العقلي الذي يستطيع أن يسهم في الإعداد النفسي للاعبين الأسوياء للتحرك من مرحلة السواء النفسي إلى المرحلة التي يطلق عليها (فائق في السواء) من خلال القيام بعمليات التوجيه والإرشاد النفسي وتطوير سماتهم النفسية وإكسابهم المهارات النفسية المرتبطة بالرياضة ودافعية الإنجاز الرياضي وتطبيق الأساليب الحديثة التي يمكن عن طريقها إعداد اللاعب نفسياً قبل المشاركة في المنافسة (علاوى، ٢٠٠٢)، (٥: ٩٩-١٠٠).

٣. الخدمات النفسية:

تعني الخدمات التي يقدمها الأخصائي النفسي الرياضي للاعبين سواء كانت ذات علاقة بتطوير الأداء مثل: وضع الأهداف، والاسترخاء، والتصور العقلي، وتركيز الانتباه وغيرها من المهارات التي تعمل على تطوير أداء اللاعب بشكل مباشر، أو تطوير الجوانب الشخصية مثل: تقدير الذات، وتطوير الاتصال، وإدارة الأزمات وغيرها من أبعاد الشخصية المؤثرة على الأداء بشكل غير مباشر (شمعون، وماجدة إسماعيل، ٢٠٠٢) (٣: ٤٥-٤٧).

٤. مستوى الممارسة:

يعني مستوى الممارسة باللاعب (الدولي، وغير الدولي) اللاعب الدولي هو الذي سبق له تمثيل للعبة في المنتخبات المتباعدة سواء كان ذلك في الدرجة الأولى أو الشباب. في المقابل اللاعب غير الدولي هو اللاعب الذي يمارس اللعبة في الأندية سواء كان ذلك في الدرجة الأولى أو الشباب ولم يسبق له تمثيل للعبة في المنتخب.

-الدراسات السابقة:

مؤخراً حضى علم النفس الرياضي بقبول ومكانة بارزة بين الرياضيين، فمع التطور الكبير الذي تشهده الرياضة خاصة على المستوى الدولي إضافة إلى ارتقاء مستوى الأداء الذي

نشهده في المنافسات القارية والأقليمية والمحلية، أخذت الكثير من الدول المتقدمة رياضياً الاستعانة بخدمات الأخصائي النفسي الرياضي من أجل تقديم المفاهيم التربوية والنفسية الصحيحة، وإكساب اللاعبين مهارات نفسية تؤهلهم لمواجهة الضغوط المرتبطة بالتدريب والمنافسة مثل: تركيز الانتباه، ووضع الأهداف، والمحافظة على الدافعية، وحل الأزمات، والإعداد النفسي قبل المنافسة، وغيرها من الطرق والأساليب التي تسمح بتعبئة قواهم وطاقاتهم وإمكانية استثمارها لأقصى مدى ممكن (Feltz, 1992; & Vealey, 1994; Gould, 1995; & Weinberg & Gould, 1995; & Murphy, Tammen, & May, 1991; وراتب، ٢٠٠٠، وشمعون، وماجدة إسماعيل، ٢٠٠٢، ٢٠٠٢، وعلوى، ٢٠٠٢) (٨)، (٢٨)، (١٣)، (٢٩)، (٢)، (٣)، (٥).

وبمراجعة الأدبيات ذات العلاقة بمدى استخدام الرياضيين لعلم النفس الرياضي دارت معظم هذه الدراسات حول مفهوم واتجاه الرياضيين نحو علم النفس الرياضي، خاصة وأن الاتجاه يؤثر على القرارات المتخذة من قبل الرياضيين لقبول أو رفض التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي. حيث قام تيرني (Tierney, 1988) بتصميم دراسة لتحديد العلاقة بين التعرض إلى علم النفس الرياضي وتقبله وتطبيق طرقه وأساليبه وأسباب عدم القدرة على تطبيقه بشكل صحيح، وقد تكونت عينة الدراسة من ٩٥ مدرباً للسباحة. وأشارت النتائج إلى تأكيد غالبية المدربين على أهمية علم النفس الرياضي وإمكانية الاستفادة منه وملاءمته لبرامجهم التدريبية، وقد ذكر أفراد عينة الدراسة عدد من العوامل المؤدية إلى عدم تقبل طرق واستراتيجيات علم النفس الرياضي تضمنت: المفاهيم (علم النفس مجال نظري بحت) ومشاكل ذات علاقة بالهيكل التنظيمي للمؤسسة الرياضية (عدم حماس المسؤولين لإيجاد وظيفة أخصائي نفسي رياضي)، ومحدودية المصادر المالية، كما يرى المدربون أن أهم الأسباب المؤدية لعدم تطبيق علم النفس الرياضي بشكل صحيح تتضمن مشاكل خاصة بالأخصائي النفسي الرياضي، (ارتباطه بالمشاكل، والتحليل)، والوضع الاقتصادي، وعدم وجود الوقت الكافي. ببساطة توصل تيرني (١٩٨٨) إلى أن تقديم علم النفس الرياضي للمدربين لا يعني تقبل طرقه وأساليبه. لذا فإنه من الأهمية بمكان تواجد الأخصائي النفسي الرياضي والوعي بخدماته، خاصة وأن درجة تقبل علم النفس الرياضي من العوامل المؤثرة في اتخاذ القرار (٢٧).

وفي دراسة أخرى قام كل من هيشمان وبونكير (Heishman and Bunker, 1989) بتصميم دراسة مسحية اشتملت على عينة قوامها ٥٥ لاعبه من خمس دول غربية ومن المشاركات في بطولة كأس العالم ١٩٨٦ للعبة اللاكروس lacrosse. وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على أهمية الإعداد النفسي، ومدى تكرار استرشاد اللاعبين بالأخصائي النفسي الرياضي،

والاستخدام الشخصي للإعداد النفسي. وأظهرت النتائج تأكيد (٨١%) من عينة الدراسة على أهمية الإعداد النفسي قبل المشاركة في المنافسة، وأشارت (٦٥%) إلى أن الإعداد النفسي في نفس درجة أهمية الإعداد البدني في المستوى العالي أو أكثر أهمية. وبينما أشار (٥١%) من اللاعبين إلى عدم استرشادهم بالأخصائي النفسي الرياضي في السنة التي تسبق المنافسة، ذكرت (٤٤%) تعاملهم مع الأخصائي النفسي الرياضي من مرة واحدة إلى خمس مرات. إضافة إلى ذلك أشارت (٤٤%) استخدامهم الشخصي للإعداد النفسي غالباً أو أحياناً قبل المنافسة، بينما أشارت (١٧%) بعدم استخدام الإعداد النفسي قبل المنافسة. باختصار يشير كل من هيشمان وبونكير (١٩٨٩) إلى أنه بالرغم من وضع الإعداد النفسي قبل المنافسة من قبل رياضيي المستوى العالي في مرتبة مهمة أو أكثر أهمية مقارنة بالإعداد البدني، إلا أنه لا يتم استخدام طرق الإعداد النفسي قبل المنافسة بشكل مستمر، إضافة إلى عدم استشارة الأخصائي النفسي الرياضي بشكل منتظم (١٥).

وأجرى كل من فولد وتومان ومرفي ومي (Gould, Tammen, Murphy, & May, 1989) دراسة بهدف التعرف على نوع الخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي للاعبين، وتقييمهم الشخصي لهذه الخدمات والمشاكل التي تواجههم إضافة إلى توصياتهم لتطوير البرامج الإرشادية. ولتحقيق هدف الدراسة طلب من ١٤٧ أخصائي نفسي رياضي وممن عملوا مع الفرق الأولمبية الأمريكية خلال الفترة من ١٩٨٤-١٩٨٨، استكمال استبانة أعدت لهذا الغرض. أظهرت النتائج وضع الأهداف، والتدريب على الاسترخاء، وتنظيم الاستئارة، والتصور العقلي، والتحدث الذاتي، كأكثر الطرق استخداماً لتطوير مستوى أداء اللاعبين. أيضاً أشار أفراد عينة الدراسة إلى عدم وجود الدعم المادي، وضعف التفاعل مع المدربين، وعدم وجود الوقت للعمل مع اللاعبين كأهم المشاكل التي واجهتهم أثناء أداء العمل (١٤).

وفي دراسة أخرى قام كل من سميث وجونسون (Smith and Johnson, 1990) بتصميم دراسة من خلال وضع برنامج للمهارات النفسية لتطوير أداء لاعبي فريق هيوستن أستروز للعبة البيسبول. ولتحقيق هدف الدراسة طلب من ٨٨ لاعباً بعد نهاية البرنامج المقترح إكمال استبانة لتحديد مدى مساعدة البرنامج العقلي. وأظهرت النتائج إشارة (٩٢%) من أفراد عينة الدراسة إلى الأهمية البالغة أو أهمية العوامل النفسية، في مقابل ذكر (٢%) فقط عدم أهميتها. وبينما أشار (٦٣%) من أفراد عينة الدراسة إلى فائدة العوامل النفسية عند عرض فكرة البرنامج، وأكد (٩٢%) بعد نهاية البرنامج على أن البرنامج مفيد جداً أو مفيد إلى حد ما، أشار (٤%) إلى عدم فائدة البرنامج. وتوصل الباحثان إلى تأكيد الرياضيين على أثر العوامل

النفسية على الأداء، مع تغير اتجاههم نحو البرنامج بشكل إيجابي بعد المشاركة الفاعلة فيها (٢٥).

للتعرف على أسباب انخفاض تطبيق مبادئ علم النفس الرياضي وعدم إدراجه ضمن برامج إعداد الرياضيين، قام كل من بلندي وتيرني (Blinde, & Tierney, 1990) بتصميم دراسة اشتملت على عينة قوامها ١٦٥ مدرباً في لعبة السباحة في الولايات المتحدة الأمريكية. وقد هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة تعرض الرياضيين لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي وتقبلهم لها. و أظهرت النتائج أن غالبية أفراد عينة الدراسة (٩٥) تعرضوا لمبادئ واستراتيجيات علم النفس الرياضي وأن تقبلهم لها كان بدرجة متوسطة. إضافة إلى ذلك أشار العديد من المدربين إلى استخدامهم لطرق واستراتيجيات المهارات النفسية التي تضمنت؛ وضع الأهداف، وبناء الفريق، والثقة بالنفس، والتخيل العقلي، والاسترخاء، والإعداد النفسي للمنافسة والتي تعلموها عن طريق خبراتهم الشخصية، وقراءتهم الخاصة، وورش العمل (٧). وأجري كل من سوليفان وهودج (Sullivan and Hodge, 1991) دراسة بهدف التعرف على استخدام علم النفس الرياضي ومكانته في نيوزيلندا. ولتحقيق هدف الدراسة طلب من ٦٨ رياضي الإجابة على أسئلة محددة لتقييم مفهومهم حول علم النفس الرياضي، وأهمية المهارات النفسية، والاستخدام الحقيقي لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي. وبالرغم من وضع الرياضيين لعلم النفس الرياضي في مرتبة عالية واعترافهم بأهميته في إيصالهم إلى منصات التتويج، سجل ثلاث أرباع عينة الدراسة عدم معرفتهم بعلم النفس الرياضي أو امتلاكهم لمعلومات غير كافية عنه. وقد أبدى (٧٣,٨%) من الرياضيين رغبتهم في التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي، وأشار ثلثي عينة الدراسة إلى إمكانية تحسين الأداء عند تعامل اللاعبين أو المدربين مع الأخصائي النفسي الرياضي (٢٦).

كما قام فرانسيز (Francis, 1992) بتصميم دراسة بهدف التعرف على آراء الرياضيين حول طبيعة علم النفس، وعلم النفس التربوي الرياضي، واتجاههم نحو استخدام المهارات النفسية. وقد تم استخدام استبانة أكملت من قبل ١٤٣ لاعباً جامعياً في لعبة كرة القدم. وأظهرت النتائج ربط اللاعبين لعلم النفس التربوي الرياضي بالتحليل والتقييم (مثل دراسة عقول البشر) وتحسين الأداء. وبينما أشار (٨٣,٥%) من اللاعبين إلى عمل الأخصائي النفسي الرياضي مع الرياضيين أصحاب المشاكل (إدمان الكحول)، ذكر (٨٨,١%) من أفراد عينة الدراسة تعامل الأخصائي النفسي الرياضي في بعض الأحيان مع قضايا ذات علاقة بالأداء. وبالرغم من إشارة (٥٢,٤%) إلى تذكير مصطلح الأخصائي النفسي الرياضي لهم بشخص يتعامل مع الرياضيين أصحاب المشاكل، سجل (٧٨%) شعورهم بإمكانية تغير السلوك السلبي عند التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي. أخيراً أشارت النتائج إلى أهم العوامل التي تحول

دون التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي والتي تضمنت: مفهومهم عن الأخصائي، إضافة إلى الحاجة لرؤية بعض الأدلة في كيفية مساعدة الأخصائي النفسي الرياضيين الآخرين. ويشير الباحث إلى أن تصور الرياضيين نحو الأخصائي النفسي الرياضي دقيق لكنه محدود وأن اتجاههم نحوه مقبول ولكنه في نفس الوقت فضولي (١٠).

من خلال استعراض الدراسات السابقة، دلت النتائج على إدراك الرياضيين بأهمية علم النفس الرياضي ووعيمهم بفائدته للأداء. ولكن بالرغم من ذلك تشير الدراسات إلى عدم وضوح معنى علم النفس الرياضي لدى الكثير من الرياضيين أو امتلاكهم لمعلومات غير كافية عن كيفية تطبيقه كجزء رئيس من برامج الإعداد للمنافسات. وفيما يُظهر العديد من الرياضيين الرغبة في التعامل مع الأخصائي النفسي الرياضي، تشير الدلائل إلى عدم استرشادهم بالأخصائي النفسي الرياضي أو استشارته بشكل غير منتظم. ومن ناحية أخرى بالرغم من إشارة الدراسات السابقة إلى وضع الأهداف والتصور العقلي، والاسترخاء، وتنظيم الاستثارة كخدمات مهمة تقدم من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، ركزت معظم الدراسات على المدربين لتحديد نوع الخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي والفائدة منها، خاصة وأنهم هم من يحدد التعاقد مع الأخصائي النفسي من عدمه. لذا أصبح من الضروري الأخذ في الاعتبار وجهة نظر اللاعبين في تحديد نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي خاصة وأنهم هم الفئة المستهدفة من هذه الخدمات في المقام الأول.

-إجراءات الدراسة:

-منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي وذلك لملاءمته لطبيعة الدراسة خاصة وأن هذه الدراسة مسحية استكشافية، تهدف إلى التعرف على الوضع الراهن المتعلق بوصف علم النفس الرياضي وترتيب أولويات الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر اللاعبين السعوديين.

-مجتمع وعينة الدراسة:

أشتمل مجتمع الدراسة على لاعبي الدوري الممتاز للدرجة الأولى والشباب في ثلاثة ألعاب جماعية (كرة القدم، وكرة السلة، والكرة الطائرة) وأربعة فردية (ألعاب القوى، وكرة المضرب، وتنس الطاولة، والجمباز) بالمملكة العربية السعودية. ولتحقيق هدف البحث وزعت

(٤٠٠) استبانته على مجموعة من لاعبي الدوري الممتاز للدرجة الأولى والشباب في الألعاب السابقة الذكر والذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية. بعد جمع استبانات المستجيبين واستبعاد غير الصالحة منها بلغ عدد الاستبانات قيد التحليل الإحصائي (٣٠٠) أي بنسبه مئوية (٧٥%). ويوضح الجدول رقم (١) توزيع عينة الدراسة وفقاً لمستوى الممارسة والدرجة. بينما يوضح الجدول رقم (٢) توزيعها وفقاً لنوع اللعبة.

جدول رقم ١. توزيع عينة الدراسة وفقاً لمستوى الممارسة والدرجة:

| المجموع | | شباب | | أولى | | الدرجة مستوى الممارسة |
|---------|-------|------|-------|------|-------|--------------------------|
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | |
| ٥٤,٠ | ١٦٢ | ٥١,٢ | ٨٣ | ٤٨,٨ | ٧٩ | دولي |
| ٤٦,٠ | ١٣٨ | ٤٤,٢ | ٦١ | ٥٥,٨ | ٧٧ | غير دولي |
| ١٠٠ | ٣٠٠ | ٤٨,٠ | ١٤٤ | ٥٢,٠ | ١٥٦ | المجموع |

جدول رقم ٢. توزيع عينة الدراسة وفقاً لنوع اللعبة و الدرجة:

| المجموع | | غير دولي | | | | دولي | | | | مستوى الممارسة اللعبة |
|---------|-------|----------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|--------------------------|
| | | شباب | | أولى | | شباب | | أولى | | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | |
| ٢٢,٣ | ٦٧ | ٣,٣ | ٢ | ١٥,٦ | ١٢ | ٣٦,١ | ٣٠ | ٢٩,١ | ٢٣ | قدم |
| ١٦,٧ | ٥٠ | ٢٩,٥ | ١٨ | ١٨,٢ | ١٤ | ٧,٢ | ٦ | ١٥,٢ | ١٢ | طائرة |
| ١٦,٧ | ٥٠ | ٣١,٣ | ١٩ | ٢٠,٨ | ١٦ | ٦,٠ | ٥ | ١٢,٧ | ١٠ | سلة |
| ١٠,٧ | ٣٢ | ١٨,٠ | ١١ | ١٤,٣ | ١١ | ١,٢ | ١ | ١١,٤ | ٩ | ألعاب قوى |
| ١٠,٧ | ٣٢ | ٠ | ٠ | ٩,١ | ٧ | ١٤,٥ | ١٢ | ١٦,٥ | ١٣ | طاولة |
| ١٤,٧ | ٤٤ | ١,٦ | ١ | ١٤,٣ | ١١ | ٣٢,٥ | ٢٧ | ٦,٣ | ٥ | تنس |
| ٨,٣ | ٢٥ | ١٦,٤ | ١٠ | ٧,٨ | ٦ | ٢,٤ | ٢ | ٨,٩ | ٧ | جمباز |
| ١٠٠ | ٣٠٠ | ٤٤,٢ | ٦١ | ٥٥,٨ | ٧٧ | ٥١,٢ | ٨٣ | ٤٨,٨ | ٧٩ | المجموع |

ولتحليل المعلومات الاولية (الديموغرافية) تم حساب التكرارات والنسب المئوية لأفراد العينة في المتغيرات التالية: المستوى التعليمي وبدء ممارسة اللعبة (الجدول رقم ٣).

جدول رقم ٣. توزيع عينة الدراسة وفقاً للمستوى التعليمي و بدء ممارسة اللعبة:

| المجموع | | غير دولي | | | | دولي | | | | مستوى الممارسة التصنيف | |
|---------|-------|----------|-------|------|-------|------|-------|------|-------|---------------------------|-------------------|
| | | شباب | | أولى | | شباب | | أولى | | | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | | |
| ٥,٠ | ١٥ | ٣,٣ | ٢ | ٩,١ | ٧ | ٣,٦ | ٣ | ٣,٨ | ٣ | ابتدائي | المستوى التعليمي |
| ١٩,٧ | ٥٩ | ٣١,١ | ١٩ | ٧,٨ | ٦ | ٢٠,٥ | ١٧ | ٢١,٥ | ١٧ | متوسط | |
| ٤٤,٣ | ١٣٣ | ٥٥,٧ | ٣٤ | ٢٧,٣ | ٢١ | ٦٠,٢ | ٥٠ | ٣٥,٤ | ٢٨ | ثانوي | |
| ٣٠,٣ | ٩١ | ٩,٨ | ٦ | ٥٣,٢ | ٤١ | ١٥,٧ | ١٣ | ٣٩,٢ | ٣١ | جامعي | |
| ٠,٧ | ٢ | ٠ | ٠ | ٢,٦ | ٢ | ٠ | ٠ | ٠ | ٠ | أخري | |
| ٣٧,٧ | ١١٣ | ٣٢,٨ | ٢٠ | ٢٠,٨ | ١٦ | ٥٩,٠ | ٤٩ | ٣٥,٤ | ٢٨ | براعم | بدء ممارسة اللعبة |
| ٤٥,٣ | ١٣٦ | ٥٧,٤ | ٣٥ | ٤٨,١ | ٣٧ | ٣٤,٩ | ٢٩ | ٤٤,٣ | ٣٥ | ناشئين | |
| ١٣,٠ | ٣٩ | ٩,٨ | ٦ | ١٦,٩ | ١٣ | ٦,٠ | ٥ | ١٩,٠ | ١٥ | شباب | |
| ٤,٠ | ١٢ | ٠ | ٠ | ١٤,٣ | ١١ | ٠ | ٠ | ١,٣ | ١ | أولى | |

يوضح الجدول رقم (٣) حصول الغالبية العظمى من أفراد عينة الدراسة على الشهادة الثانوية، حيث بلغت نسبتهم (٤٤,٣%)، مقابل (٣٠,٣%) من الحاصلين على الشهادة الجامعية. ويبين الجدول بدء غالبية أفراد عينة الدراسة (٤٥,٣%) ممارسة اللعبة من درجة الناشئين مقابل بدء (٣٧,٧%) ممارسة اللعبة من درجة البراعم. وقد اختلفت النسب المؤية لبدء ممارسة اللعبة لكل فئة من فئات الدراسة، ولكن بشكل عام يُظهر الجدول بدء اللاعبين الدوليين ممارسة اللعبة في وقت مبكر مقارنة باللاعبين غير الدوليين.

كما تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأفراد العينة حسب المتغيرات التالية (العمر، والخبرة، وعدد ساعات التدريب الأسبوعي) والجدول رقم (٤) يوضح ذلك.

يُظهر الجدول رقم (٤) توزيع عينة الدراسة حسب متغير العمر والخبرة ومعدل الساعات التدريبية الأسبوعية، حيث بلغ متوسط أعمار العينة الكلية (٢٠,٦٠) سنة وانحراف معياري (٣,٩٨). بينما يشير الجدول إلى تفوق اللاعبين الدوليين بشكل عام في عدد سنين ممارسة اللعبة (٨,١٦) سنة وانحراف معياري (٣,٦٨) مقارنة بعدد سنين ممارسة اللعبة للاعبين غير الدوليين (٦,٧٦) سنة وانحراف معياري (٤,١٤). ويوضح الجدول متوسط معدل الساعات التدريبية الأسبوعية لعينة الدراسة، حيث بلغ متوسط ساعات التدريب الأسبوعية للاعبين بشكل عام (١١,٨٢) ساعة تدريبية بانحراف معياري (٣,٤٨). وسجل اللاعبين الدوليين متوسط (١٢,٧٦) ساعة بانحراف معياري (٣,١٩) مقارنة بعدد الساعات التدريبية الأسبوعية للاعبين غير الدوليين (١٠,٧١) ساعة وانحراف معياري (٣,٤٩).

جدول رقم ٤. المتوسط والانحراف المعياري لعينة الدراسة في متغيرات العمر والخبرة وعدد ساعات التدريب الأسبوعي حسب مستوى الممارسة والدرجة:

| المجموع | | شباب | | أولى | | الدرجة | |
|---------|--------|-------|--------|-------|--------|----------|----------|
| متوسط | أنحراف | متوسط | أنحراف | متوسط | أنحراف | التصنيف | |
| ٢٠,٣٨ | ٣,٦٨ | ١٧,٨٢ | ١,٢١ | ٢٣,٠٦ | ٣,٤٨ | دولي | العمر |
| ٢٠,٨٦ | ٤,٣١ | ١٧,١١ | ١,٥٣ | ٢٣,٨٢ | ٣,٤٠ | غير دولي | |
| ٢٠,٦٠ | ٣,٩٨ | ١٧,٥٢ | ١,٣٩ | ٢٣,٤٤ | ٣,٤٥ | المجموع | |
| ٨,١٦ | ٣,٦٨ | ٦,٨١ | ٢,٤٠ | ٩,٥٨ | ٤,٢٤ | دولي | الخبرة |
| ٦,٧٦ | ٤,١٤ | ٤,٢٨ | ٢,٢٥ | ٨,٧٣ | ٤,٢٥ | غير دولي | |
| ٧,٥٢ | ٣,٩٦ | ٥,٧٤ | ٢,٦٥ | ٩,١٦ | ٤,٢٥ | المجموع | |
| ١٢,٧٦ | ٣,١٩ | ١٢,٤١ | ٢,٨٢ | ١٣,١٣ | ٣,٥١ | دولي | الأسبوعي |
| ١٠,٧١ | ٣,٤٩ | ١٠,٨٤ | ٣,٤٠ | ١٠,٦١ | ٣,٥٨ | غير دولي | |
| ١١,٨٢ | ٣,٤٨ | ١١,٧٤ | ٣,١٧ | ١١,٨٨ | ٣,٧٥ | المجموع | |

-أداة الدراسة:

لتحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بإعداد استبانة تضمنت ثلاثة أجزاء، الأول معلومات عامة (ديموغرافية) عن العمر، والمستوى الدراسي، واللعبة الممارسة، والخبرة، ودرجة بدء الممارسة، ودرجة تمثيل النادي، ومعدل الساعات التدريبية في الأسبوع واللعب للمنتخبات الوطنية من عدمه. بينما تضمن الجزء الثاني أسئلة عن إدراكهم لمفهوم علم النفس الرياضي، من خلال الإجابة على ثلاث أسئلة مباشرة لأفراد العينة وهي: ما مفهومك الشخصي حول علم النفس الرياضي ودوره. تحديد درجة أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من إعداد اللاعبين أثناء التدريب، يتم الإجابة عليه وفق التدرج المكون من (١) غير مهم إلى (١٠) مهم بدرجة كبيرة. أخيراً تم توجيه سؤال مباشر للتعرف على مدى الحاجة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي مع اللاعبين في الأندية، يتم الإجابة عليه وفق التدرج المكون من ثلاث مستويات وهي: (١) لا يوجد حاجة على الإطلاق (٢) يوجد حاجة متوسطة (٣) يوجد حاجة ملحة. وللتعرف على نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، تم تصميم استبانة تكونت من (١٨) عبارة، مقسمة على النحو التالي: خدمات ذات علاقة بتطوير مستوى الأداء تمثلت في العبارات رقم ٣، ٤، ٥، ٦، ٧، ٨، ٩، ١٠، ١١، ١٥، وخدمات ذات علاقة بتطوير الجوانب الشخصية للاعب تمثلت في العبارات رقم ١، ٢، ١٢، ١٣، ١٤، ١٦، ١٧، ١٨. ويتم الإجابة عليها بوضع إشارة (√) أمام الخانة المناسبة وفقاً للتدرج المكون من (١) غير مهم إلى (٧) مهم جداً (ملحق رقم ١).

-صدق الأداة:

للتأكد من أن الاستبانة تقيس ما أعدت من أجله فعلاً، تم عرضها في صورتها الأولية على مجموعة من المختصين في مجال علم النفس الرياضي، والتربية البدنية وعلم النفس التربوي بلغ عددهم (١٢) محكماً؛ وذلك للتعرف على آرائهم في مدى ملاءمة العبارات ووضوح صياغتها. وقد اعتبر الباحث العبارات ذات التكرارات العالية التي تدل على اتفاق المحكمين بنسبة ٧٥% على الأقل على أنها عبارات منطقية وصادقة. وبعد جمع الآراء قام الباحث بإجراء بعض التعديلات المقترحة من قبل المحكمين، ثم العمل على صياغة الاستبانة في صورتها النهائية.

-ثبات الأداة:

للتحقق من ثبات استبانة نوع الخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، تم استخدام معامل ألفا كرونباخ (Cronbach Alpha)، وذلك لحساب درجة الثبات الكلية للخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي. وقد بلغت قيمة ألفا ٠,٨٣، مما يدل على تمتع الاستبانة بمعامل ثبات مرتفع نوعاً ما ومقبول لأغراض الدراسة.

-حدود الدراسة:

١. اقتصرت الدراسة على التعرف على الفروق الفردية الحاصلة بين اللاعبين، حسب مستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) والدرجة (أولى، وشباب)، في المتغيرات قيد الدراسة.
٢. اقتصرت الدراسة على لاعبي الدرجة الممتازة لثلاث ألعاب جماعية (قدم، وطائرة، وسلّة) وأربعة ألعاب فردية (ألعاب قوى، وطاولة، وتنس، وجمباز). أيضاً اقتصرت الدراسة باستجابات اللاعبين وإكمالهم للاستبانة.
٣. طبقت هذه الدراسة خلال الفترة من عام ١٤٢١ - ١٤٢٢هـ.
٤. لن يتم تحليل البيانات حسب اللعبة وذلك لصغر حجم العينة في بعض الألعاب.

-التحليل الإحصائي:

تم استخدام التحليل الوصفي في هذه الدراسة، وذلك من خلال حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة الدراسة المتمثلة في العمر، والخبرة، ومعدل الساعات التدريبية في الأسبوع و درجات أهمية علم النفس كجزء من برامج إعداد الرياضيين وأهمية الخدمات

المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي لكل من مستوى الممارسة، ودرجتها، كما استخدمت التكرارات والنسبة المئوية، لوصف العينة في المتغيرات التالية: المستوى الدراسي، ونوع اللعبة الممارسة، ودرجة بدء الممارسة، ومدى الحاجة لخدمات الأخصائي. ولمقارنة إجابات عينة الدراسة في المتغيرات قيد الدراسة، تم استخدام تحليل التباين الثنائي ذي التصميم العامل (2X2)، لاختبار الفروق بين اللاعبين حسب الدرجة (أولى، وشباب) أو مستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) كمتغيرات مستقلة، وترتيب أولويات الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي كمتغيرات تابعة، وذلك للتحقق من التأثير الأساسي لمستوى الممارسة أو الدرجة على المتغيرات أضافه إلى اختبار التأثير التفاعلي، وذلك عند مستوى دلالة 0,05.

-تحليل النتائج ومناقشتها:

السؤال الأول: ما العبارات المستخدمة لوصف علم النفس الرياضي من قبل اللاعبين السعوديين؟

للتعرف على العبارات المستخدمة لوصف علم النفس الرياضي، طلب من أفراد عينة الدراسة ذكر مفهومهم الشخصي حول علم النفس الرياضي. ثم قام الباحث بتصنيف العبارات في فئات كلما أمكن ذلك، وقد بلغ عدد أفراد العينة الذين سجلوا مفهوماً شخصياً لعلم النفس الرياضي (185) لاعباً موزعين على النحو التالي: 106 لاعباً من الدوليين (47 لاعباً من الدرجة الأولى و 59 لاعباً من درجة الشباب) و 79 لاعباً من غير الدوليين (43 لاعباً من الدرجة الأولى، و 36 لاعباً من درجة الشباب). علماً أن بعض اللاعبين سجلوا أكثر من عبارة لوصف مفهومهم الشخصي حول علم النفس الرياضي (الجدول رقم 5).

أن أكثر العبارات المستخدمة من قبل أفراد عينة الدراسة بشكل عام لوصف علم النفس الرياضي عبارة الإعداد النفسي حيث كانت نسبة تكرارها (32,6%)، ثم جاءت عبارة تعزيز الدافعية في المرتبة الثانية بنسبة (25,6%)، يليها حل المشاكل في المرتبة الثالثة بنسبة (18,8%)، وتعزيز الثقة بالنفس بنسبة (13,2%) في المرتبة الرابعة، وقد اتفق أفراد العينة على هذا الترتيب بصرف النظر عن الفئة (انظر الجدول رقم 5).

باختصار تشير النتائج إلى استخدام اللاعبين السعوديين لعبارات متنوعة ومختلفة لوصف علم النفس الرياضي متضمنة الإعداد النفسي، وتعزيز الدافعية، وحل مشاكل اللاعبين، وتعزيز الثقة بالنفس ويرى الباحث أن هناك حاجة ماسة لإجراء دراسات مستقبلية للتعرف على العلاقة بين مفهوم الرياضيين السعوديين نحو علم النفس الرياضي والاستخدام الحقيقي

له، إضافة إلى مدى حاجة اللاعبين لمساعدة الأخصائي النفسي في هذه الجوانب. وتتفق نتائج الدراسة الحالية إلى حد ما مع نتائج الدراسات التي أجريت في المجتمعات الغربية (Sullivan & Hodge, 1991) والتي توصلت إلى وضع الرياضيين لتركيز الانتباه، والثقة بالنفس، ووضع الأهداف والتصور العقلي، والاسترخاء كعبارات مستخدمة لوصف علم النفس الرياضي (٢٦).

وبالرغم من استخدام الرياضيين السعوديين بشكل عام عبارات مناسبة نوعاً ما لوصف علم النفس الرياضي، فإن النتائج تشير إلى محدودية إدراك الرياضيين السعوديين لمفهوم علم النفس الرياضي، فعلى سبيل المثال يعتبر وضع الأهداف أحد المواضيع التي يهتم بها علم النفس الرياضي والتي تسهم بدور كبير في تعزيز الدافعية ورفع مستوى الأداء، ورغم ذلك لم يستخدم وضع الأهداف كعبارة لوصف علم النفس الرياضي سوى لاعبين فقط من الدرجة الأولى للدوليين وبنسبة (٤,٠%). وبينما يعرف علم النفس الرياضي على أنه علم يهتم بدراسة مشاعر وتفكير وسلوك الرياضي متضمناً تركيز الانتباه والتعامل مع ضغوط المنافسة (Shaw, Gorely, & Corban, 2005) (٢٤)، فإنه لم يتم استخدام هذه العبارات لوصف علم النفس الرياضي من قبل أفراد عينة الدراسة. مما قد ينم عن محدودية إدراك الرياضيين السعوديين لمفهوم علم النفس الرياضي ودوره أو عدم الوعي بنوع الخدمات التي يقدمها هذا العلم، مما يستوجب تثقيفهم وتوعيتهم بنوع الخدمات المتاحة.

جدول رقم ٥٠. عدد التكرارات والنسب المئوية للعيينة الكلية وفقاً للعبارات المستخدمة لوصف علم النفس الرياضي:

| المجموع الكلي | مستوى الممارسة | | | | | | | | | | | | | |
|---------------|----------------|------|-------|------|-------|------|---------|------|-------|------|-------|----------|----------------|---------|
| | غير دولي | | | | | | دولي | | | | | | | |
| | المجموع | | شباب | | أولي | | المجموع | | شباب | | أولي | | | |
| % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | العبارات | | |
| ٣٢,٦٤ | ١٨٢ | ٢٩,٦ | ٧٨ | ٢٨,٤ | ٣٦ | ٣٠,٧ | ٤٢ | ٣٥,٣ | ١٠٤ | ٣٨,٦ | ٥٩ | ٣٢ | إعداد نفسي | |
| ٢٥,٦١ | ١٤٣ | ٢٦,٥ | ٧٠ | ٢٦,٨ | ٣٤ | ٢٦,٣ | ٣٦ | ٢٤,٨ | ٧٣ | ٢٣,٥ | ٣٦ | ٣٧ | تعزيز الدافعية | |
| ١٨,٨ | ١٠٥ | ١٩,٧ | ٥٢ | ٢٦,٠ | ٣٣ | ١٣,٩ | ١٩ | ١٨,٠ | ٥٣ | ١٩,٦ | ٣٠ | ٢٣ | حل المشاكل | |
| ١٣,٢ | ٧٤ | ١٤,٤ | ٣٨ | ١٨,٩ | ٢٣ | ١٠,٩ | ١٥ | ١٢,٢ | ٣٦ | ١٣,١ | ٢٠ | ١٦ | تعزيز الثقة | |
| ٥,٩ | ٣٣ | ٥,٧ | ١٥ | . | . | ١٠,٩ | ١٥ | ٦,١ | ١٨ | ٣,٩ | ٦ | ١٢ | تنقيف اللاعبين | |
| ٣,٦ | ٢٠ | ٤,٢ | ١١ | ٠,٨ | ١ | ٧,٣ | ١٠ | ٣,١ | ٩ | ١,٣ | ٢ | ٧ | تحليل السلوك | |
| ٠,٤ | ٢ | . | . | . | . | . | . | ٠,٧ | ٢ | . | . | ٢ | وضع الأهداف | |
| ١٠٠ | ٥٥٩ | ١٠٠ | ٢٦٤ | ١٠٠ | ١٢٧ | ١٠٠ | ١٣٧ | ١٠٠ | ٢٩٥ | ١٠٠ | ١٥٣ | ١٠٠ | ١٤٢ | المجموع |

السؤال الثاني: ما درجة أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برامج إعداد اللاعبين من وجهة نظر اللاعبين السعوديين؟

للتعرف على درجة أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برنامج إعداد اللاعبين أثناء التدريب من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة حسب مستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) والدرجة (أولى، وشباب)، تم استخدام المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول رقم ٦. المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برامج إعداد اللاعبين أثناء التدريب وفقاً لمستوى الممارسة والدرجة:

| المجموع | | شباب | | أولى | | الدرجة مستوى الممارسة |
|---------|------|-------|--------|-------|--------|--------------------------|
| | | متوسط | انحراف | متوسط | انحراف | |
| ١,٩٦ | ٧,٣٩ | ١,٤٦ | ٧,٩٤ | ٢,٢٤ | ٦,٨١ | دولي |
| ٢,١٥ | ٦,٨٧ | ٢,٢٢ | ٦,٥٧ | ٢,٠٧ | ٧,١٠ | غير دولي |
| ٢,٠٦ | ٧,١٥ | ١,٩٤ | ٧,٣٦ | ٢,١٥ | ٦,٩٦ | المجموع |

يبين الجدول رقم (٦) تسجيل أفراد عينة الدراسة متوسطاً قدره (٧,١٥) وانحرافاً معيارياً قدره (٢,٠٦) في درجة أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برنامج إعداد اللاعبين أثناء التدريب، مما يشير إلى تأكيد اللاعبين السعوديين على أهمية علم النفس الرياضي. وبمقارنة استجابات أفراد عينة الدراسة حسب الفئة، يرى اللاعبون الدوليون لدرجة الشباب واللاعبون غير الدوليون للدرجة الأولى أهمية وضع علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برامج إعداد اللاعبين بدرجة أكبر مما يراه اللاعبون الدوليون للدرجة الأولى وغير الدوليين لدرجة الشباب، حيث كان متوسط درجة الأهمية للدوليين (٧,٩٤)، وغير الدوليين (٧,١٠) على التوالي بينما كانت للأخيرين (٦,٨١) و (٦,٥٧) على التوالي. وتعتبر هذه النتائج بشكل عام مشجعة نوعاً ما خاصة عند الأخذ في الاعتبار كمية المعلومات ذات العلاقة بعلم النفس الرياضي لدى أفراد عينة الدراسة، مما يعكس المكانة العالية لعلم النفس الرياضي بين الرياضيين السعوديين بشكل عام. وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت له الدراسات التي أجريت في المجتمعات الغربية (Gould, Hodge, Peterson & Petichkoff, 1987) والتي تؤكد على قناعة الرياضيين بأهمية علم النفس الرياضي في تحقيق التفوق والنجاح الرياضي (١٢).

السؤال الثالث: ما مدى الحاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية من وجهة نظر اللاعبين السعوديين؟

للتعرف على حاجة الرياضيين السعوديين للأخصائي النفسي الرياضي، وجه سؤال مباشر لأفراد العينة عن مدى الحاجة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية. وقد تم استخدام التكرارات والنسب المئوية لاستجابات أفراد العينة والجدول رقم (٧) يوضح ذلك.

جدول رقم ٧. التكرارات والنسب المئوية لمدى حاجة عينة الدراسة للأخصائي النفسي الرياضي وفقاً للمستوى والدرجة:

| المجموع | غير دولي | | | | دولي | | | | مستوى الممارسة | | |
|---------|----------|------|-------|------|-------|------|-------|------|----------------|--------------|-----------------|
| | شباب | | أولى | | شباب | | أولى | | التصنيف | | |
| | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | تكرار | % | | | |
| ٣٦,٠ | ١٠,٧ | ٢٦,٢ | ١٦ | ٤١,٦ | ٣٢ | ٣٨,٦ | ٣٢ | ٣٤,٢ | ٢٧ | حاجة ملحة | الحاجة للأخصائي |
| ٤٩,٠ | ١٤٨ | ٤٩,٢ | ٣٠ | ٤٤,٢ | ٣٤ | ٤٨,٢ | ٤٠ | ٥٥,٧ | ٤٤ | حاجة متوسطة | |
| ١٥,٠ | ٤٥ | ٢٤,٦ | ١٥ | ١٤,٣ | ١١ | ١٣,٣ | ١١ | ١٠,١ | ٨ | لا يوجد حاجة | |
| ١٠٠ | ٣٠٠ | ٤٤,٢ | ٦١ | ٥٥,٨ | ٧٧ | ٥١,٢ | ٨٣ | ٤٨,٨ | ٧٩ | المجموع | |

يشير الجدول رقم (٧) إلى أن غالبية أفراد عينة الدراسة يرون بأن هناك حاجة متوسطة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية، حيث أجمع (٤٩%) من أفراد العينة على هذا الرأي، ولقد اختلفت النسب المئوية لكل فئة من الفئات الأربع، حيث بلغت استجابة اللاعبين الدوليين للدرجة الأولى (٥٥,٧%)، وللدرجة الشباب (٤٨,٢%)، بينما أجاب اللاعبون غير الدوليين بنسبة (٤٤,٢%)، و (٤٩,٢%) للدرجة الأولى والشباب على التوالي. وهذه الإجابة شبه جماعية على أن هناك حاجة متوسطة لتواجد الإخصائي النفسي الرياضي في الأندية، حيث حصل على أعلى نسبة مئوية مقارنة بالنسب المئوية للاستجابات الأخرى المدونة في الجدول.

وبالنظر في الجدول رقم (٧) يتبين تأكيد (٣٦%) من أفراد عينة الدراسة على أن هناك حاجة ملحة لتواجد الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية. وكانت استجابة اللاعبين الدوليين (٣٤,٢%) للدرجة الأولى و (٣٨,٦%) للدرجة الشباب بينما أجاب اللاعبون غير الدوليين بنسبة (٤١,٦%) و (٢٦,٢%) للدرجة الأولى والشباب على التوالي. بأختصار يرى غالبية أفراد عينة الدراسة (٨٥%) أن هناك حاجة ملحة أو متوسطة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية، وفي المقابل أشار فقط (١٥,٠%) إلى عدم وجود حاجة لعمل الأخصائي

النفسي الرياضي في الأندية. وتتفق هذه النتائج مع دراسة (Sullivan & Hodge, 1991) التي تشير إلى تأكيد الرياضيين النيوزلنديين على أهمية تواجد الأخصائي النفسي الرياضي للعمل مع اللاعبين في الأندية (٢٦).

السؤال الرابع: ما نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر اللاعبين السعوديين؟

وللإجابة على هذا السؤال، فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لدرجات أهمية كل خدمة من الخدمات النفسية المطلوبه وذلك وفقاً لآراء عينة الدراسة الكلية وتم ترتيبها تنازلياً وفقاً لمتوسطاتها الحسابية، ولعلة من المناسب مناقشة العبارات التي حازت على الرتب الخمس الأولى والعبارات التي حازت على الرتب الخمس الأخيرة على اعتبار أن العبارات الثمان الأخرى تمثل الوسط والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

يبين الجدول رقم (٨) الفقرات التي حازت على الرتب الخمس الأولى حسب أولوية ترتيبها وفقاً لمتوسطاتها الحسابية حسب التالي: تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب حيث حصلت على متوسط مقداره (٦,٧٢)، تليها عبارة تيسير تماسك الفريق المعنوي بمتوسط حسابي مقداره (٦,٦٨)، ثم عبارة الاستشفاء النفسي بعد الإصابة بمتوسط حسابي مقداره (٦,٤١)، يليها تطوير تقدير الذات، والتدريب على تركيز الانتباه، وإدارة الأزمات بمتوسط حسابي (٦,٣٧) لكل منهم، وتعديل السلوك بمتوسط (٦,٣٦). ويلاحظ أن هذه العبارات الخمس قد حصلت على متوسطات حسابية متقاربة جداً، وهذا دليل على أن لها أهمية كبيره من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة بصرف النظر عن الفئة.

أما العبارات الخمس التي حصلت على أقل درجة أهمية حسب متوسطاتها الحسابية هي: عبارة المشاكل الأسرية بمتوسط حسابي مقداره (٥,٩٠) يليها التدريب على الاسترخاء بمتوسط حسابي مقداره (٥,٨٨)، ثم التدريب على إدارة الأفكار بمتوسط مقداره (٥,٨٣)، يليها التدريب على التصور العقلي بمتوسط (٥,٥٠)، وتنظيم الاستثارة بمتوسط (٥,٤١).

ويلاحظ من الجدول رقم (٨) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات اللاعبين تتراوح بين القيمتين ٦,٨١ و ٣,٥٢، وإذا اعتبرنا القيمة ٤,٠ فأكثر للمتوسط الحسابي كمعيار يدل على أن هذه العبارة تمثل أهمية لدى اللاعبين، فأن معظم العبارات المدونة في الجدول تستوفي هذا الشرط، وهذا يؤكد على أن اللاعبين في حاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في معظم الخدمات المدونة في الجدول.

جدول رقم ٨. المتوسط والانحراف المعياري لعينة الدراسة الكلية في نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي حسب مستوى الممارسة والدرجة:

| مستوى الممارسة العبرة | الدرجة | دولي | | غير دولي | | المجموع | |
|--------------------------------------|--------|-------|--------|----------|--------|---------|--------|
| | | متوسط | انحراف | متوسط | انحراف | متوسط | انحراف |
| تطوير الاتصال بين المدرّب واللاعب | أولى | ٦,٧٦ | ٠,٦٦ | ٦,٧١ | ٠,٧٨ | ٦,٧٤ | ٠,٧٢ |
| | شباب | ٦,٨١ | ٠,٥٩ | ٦,٥٤ | ٠,٧٩ | ٦,٦٩ | ٠,٦٩ |
| | مجموع | ٦,٧٨ | ٠,٦٣ | ٦,٦٤ | ٠,٧٨ | ٦,٧٢ | ٠,٧١ |
| تيسير تماسك الفريق المعنوي | أولى | ٦,٧٨ | ٠,٦٥ | ٦,٦٢ | ٠,٨٩ | ٦,٧١ | ٠,٧٨ |
| | شباب | ٦,٥٧ | ١,١٣ | ٦,٧٩ | ٠,٥٥ | ٦,٦٦ | ٠,٩٣ |
| | مجموع | ٦,٦٧ | ٠,٩٣ | ٦,٧٠ | ٠,٧٦ | ٦,٦٨ | ٠,٨٦ |
| الاستشفاء النفسي بعد الإصابة | أولى | ٦,٥١ | ١,١١ | ٦,١٩ | ١,٥٧ | ٦,٣٥ | ١,٣٦ |
| | شباب | ٦,٤١ | ١,٢٧ | ٦,٥٧ | ١,٢٤ | ٦,٤٨ | ١,٢٦ |
| | مجموع | ٦,٤٦ | ١,١٩ | ٦,٣٦ | ١,٤٤ | ٦,٤١ | ١,٣١ |
| تطوير تقدير الذات | أولى | ٦,١٩ | ١,٥٨ | ٦,٣١ | ١,٣٩ | ٦,٢٥ | ١,٤٨ |
| | شباب | ٦,٤٩ | ١,١٦ | ٦,٥٢ | ٠,٨١ | ٦,٥١ | ١,٠٢ |
| | مجموع | ٦,٣٥ | ١,٣٨ | ٦,٤١ | ١,١٧ | ٦,٣٧ | ١,٢٩ |
| التدريب على تركيز الانتباه | أولى | ٦,٣٧ | ١,١٣ | ٦,٢٢ | ١,٣٠ | ٦,٢٩ | ١,٢٢ |
| | شباب | ٦,٥٥ | ٠,٩٨ | ٦,٣٣ | ١,٢٣ | ٦,٤٦ | ١,١٠ |
| | مجموع | ٦,٤٦ | ١,٠٦ | ٦,٢٧ | ١,٢٧ | ٦,٢٧ | ١,١٦ |
| إدارة الأزمات | أولى | ٥,٩٥ | ١,٦٩ | ٦,٢٧ | ١,٢٤ | ٦,١١ | ١,٤٩ |
| | شباب | ٦,٦٣ | ٠,٨٤ | ٦,٦٧ | ٠,٧٧ | ٦,٦٥ | ٠,٨١ |
| | مجموع | ٦,٣٠ | ١,٣٦ | ٦,٤٥ | ١,٠٧ | ٦,٣٧ | ١,٢٤ |
| تعديل السلوك | أولى | ٦,٣٥ | ١,١٩ | ٦,٠٦ | ١,٣٩ | ٦,٢١ | ١,٣٠ |
| | شباب | ٦,٤٦ | ١,٠٤ | ٦,٦٢ | ١,٠٧ | ٦,٥٣ | ١,٠٥ |
| | مجموع | ٦,٤١ | ١,١١ | ٦,٣١ | ١,٢٨ | ٦,٣٦ | ١,١٩ |
| وضع الأهداف | أولى | ٦,٣٩ | ١,٤٤ | ٥,٩٥ | ١,٥٩ | ٦,١٧ | ١,٥٣ |
| | شباب | ٦,٣٤ | ١,٣١ | ٦,٦١ | ١,٠٧ | ٦,٤٥ | ١,٢٢ |
| | مجموع | ٦,٣٦ | ١,٣٧ | ٦,٢٤ | ١,٤٢ | ٦,٣١ | ١,٣٩ |
| التعامل مع الإحباط | أولى | ٦,٨ | ١,٤١ | ٥,٩٩ | ١,٣٥ | ٦,٠٣ | ١,٣٨ |
| | شباب | ٦,٣٥ | ١,٣٢ | ٦,٤٣ | ١,١٠ | ٦,٣٨ | ١,٢٣ |
| | مجموع | ٦,٢٢ | ١,٣٧ | ٦,١٨ | ١,٢٦ | ٦,٢٠ | ١,٣٢ |
| إدارة الضغوط | أولى | ٦,٢٢ | ١,١٨ | ٥,٨٣ | ١,٧٠ | ٦,٠٣ | ١,٤٧ |
| | شباب | ٦,٣٩ | ١,٢٢ | ٦,١١ | ١,١٨ | ٦,٢٧ | ١,٢١ |
| | مجموع | ٦,٣٠ | ١,٢٠ | ٥,٩٦ | ١,٥٠ | ٦,١٤ | ١,٣٥ |
| التدريب الدافعي | أولى | ٦,٠٨ | ١,٤٩ | ٥,٨٦ | ١,٦٥ | ٥,٩٧ | ١,٥٧ |
| | شباب | ٦,١٠ | ١,٤٣ | ٦,١٠ | ١,٥٤ | ٦,١٠ | ١,٤٧ |
| | مجموع | ٦,٠٩ | ١,٤٥ | ٥,٩٦ | ١,٦٠ | ٦,٣ | ١,٥٢ |
| الصراع الداخلي | أولى | ٥,٩٩ | ١,٤٩ | ٥,٤٩ | ١,٩٦ | ٥,٧٤ | ١,٧٥ |
| | شباب | ٦,٣٦ | ١,٣٨ | ٦,١١ | ١,٢٠ | ٦,٢٦ | ١,٢١ |
| | مجموع | ٦,١٨ | ١,٤٤ | ٥,٧٧ | ١,٦٩ | ٥,٩٩ | ١,٥٧ |
| استراتيجية التحدث للنفس | أولى | ٦,٢٢ | ١,٤٥ | ٦,٠٥ | ١,٤٤ | ٦,١٣ | ١,٤٤ |
| | شباب | ٦,١٨ | ١,٢١ | ٥,٢١ | ١,٨٤ | ٥,٧٧ | ١,٥٨ |
| | مجموع | ٦,٢٠ | ١,٣٣ | ٥,٦٨ | ١,٦٧ | ٥,٩٦ | ١,٥٢ |
| المشاكل الأسرية | أولى | ٥,٧٠ | ١,٨٠ | ٥,٣٩ | ٢,٠٥ | ٥,٥٤ | ١,٩٣ |
| | شباب | ٦,٢٢ | ١,٤٠ | ٦,٣٦ | ١,٠٧ | ٦,٢٨ | ١,٢٧ |
| مجموع | ٥,٩٦ | ١,٦٢ | ٥,٨٢ | ١,٧٥ | ٥,٩٠ | ١,٦٨ | |

يتبع جدول رقم ٨. المتوسط والانحراف المعياري لعينة الدراسة الكلية في نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي حسب مستوى الممارسة والدرجة:

| مستوى الممارسة العبرة | الدرجة | دولي | | غير دولي | | المجموع | |
|---------------------------|--------|-------|--------|----------|--------|---------|--------|
| | | متوسط | انحراف | متوسط | انحراف | متوسط | انحراف |
| التدريب على الاسترخاء | أولى | ٥,٧٢ | ١,٢٩ | ٥,٨٧ | ١,٧٣ | ٥,٧٩ | ١,٥٢ |
| | شباب | ٦,١٣ | ١,٣٦ | ٥,٧٤ | ١,١٨ | ٥,٩٧ | ١,٣٠ |
| | مجموع | ٥,٩٣ | ١,٣٤ | ٥,٨١ | ١,٥١ | ٥,٨٨ | ١,٤٢ |
| التدريب على إدارة الأفكار | أولى | ٦,٠٣ | ١,٤٨ | ٥,٦١ | ١,٥٧ | ٥,٨٢ | ١,٥٣ |
| | شباب | ٦,١٠ | ١,٣٩ | ٥,٤٩ | ١,٦٧ | ٥,٨٤ | ١,٥٤ |
| | مجموع | ٦,٠٦ | ١,٤٣ | ٥,٥٦ | ١,٦١ | ٥,٨٣ | ١,٥٣ |
| التدريب على التصور العقلي | أولى | ٥,٤٩ | ١,٤٢ | ٥,٤٤ | ١,٨٢ | ٥,٤٧ | ١,٦٢ |
| | شباب | ٥,٩٥ | ١,٤٦ | ٤,٩٨ | ١,٩٥ | ٥,٥٤ | ١,٧٤ |
| | مجموع | ٥,٧٣ | ١,٤٥ | ٥,٢٤ | ١,٨٨ | ٥,٥٠ | ١,٦٨ |
| تنظيم الاستشارة | أولى | ٥,٧٦ | ١,٤٣ | ٥,٦٠ | ١,٦٠ | ٥,٦٨ | ١,٥٢ |
| | شباب | ٥,٤١ | ١,٥٥ | ٤,٧٠ | ١,٩٨ | ٥,١١ | ١,٧٧ |
| | مجموع | ٥,٥٨ | ١,٥٠ | ٥,٢٠ | ١,٨٣ | ٥,٤١ | ١,٦٦ |

ورغبة في الوقوف على أهم الأولويات للخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر أفراد عينة الدراسة وفقاً لمستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) مع الأخذ في الاعتبار الدرجة التي يمثل اللاعبون فيها فرقهم. يُظهر الجدول رقم (٨) وضع اللاعبين الدوليين من الدرجة الأولى تيسير تماسك الفريق المعنوي بمتوسط حسابي وقدره (٦,٧٨) كأهم الخدمات الواجب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، يليه تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب (٦,٧٦)، ومن ثم الاستشفاء النفسي بعد الإصابة في المرتبة الثالثة (٦,٥١)، وجاء وضع الأهداف في المرتبة الرابعة (٦,٣٩)، يليه التدريب على تركيز الانتباه في المرتبة الخامسة (٦,٣٧). في المقابل تشير النتائج إلى وضع اللاعبين الدوليين من الدرجة الأولى إدارة الأزمات (٥,٩٥) وتنظيم الاستشارة (٥,٧٦)، والتدريب على الاسترخاء (٥,٧٢)، والمشاكل الأسرية (٥,٧٠)، والتدريب على التصور العقلي (٤,٤٩) كأقل الخدمات أهمية.

في المقابل اختار اللاعبون الدوليون لدرجة الشباب تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب بمتوسط (٦,٨١)، وإدارة الأزمات بمتوسط (٦,٦٣)، وتيسير تماسك الفريق المعنوي بمتوسط (٦,٥٧)، والتدريب على تركيز الانتباه بمتوسط (٦,٥٥)، وتطوير تقدير الذات بمتوسط (٦,٤٩) كأهم الخدمات الواجب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، كما تشير النتائج إلى وضع اللاعبين الدوليين لدرجة الشباب استراتيجية التحدث للنفس بمتوسط (٦,١٨) والتدريب على الاسترخاء بمتوسط (٦,١٣)، والتدريب الدافعي، والتدريب على إدارة الأفكار

بمتوسط (٦,١٠) لكل منهما، والتدريب على التصور العقلي بمتوسط (٥,٩٥)، وتنظيم الاستئارة بمتوسط (٥,٤١) كأقل الخدمات أهمية.

أما اللاعبون غير الدوليين من الدرجة الأولى فقد كانت استجاباتهم تشير إلى وضع تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب بمتوسط (٦,٧١)، وتيسير تماسك الفريق المعنوي بمتوسط (٦,٦٢)، وتطوير تقدير الذات بمتوسط (٦,٣١)، وإدارة الأزمات بمتوسط (٦,٢٧)، والتدريب على تركيز الانتباه بمتوسط (٦,٢٢) كأهم الخدمات المطلوبة. في المقابل تشير النتائج إلى إدارة الضغوط بمتوسط (٥,٨٣)، وتنظيم الاستئارة بمتوسط (٥,٦٠)، والصراع الداخلي بمتوسط (٥,٤٩)، والتدريب على التصور العقلي بمتوسط (٥,٤٤)، والمشاكل الأسرية بمتوسط (٥,٣٩) كأقل الخدمات أهمية.

أخيراً ينظر اللاعبون غير الدوليين من درجة الشباب إلى تيسير تماسك الفريق المعنوي بمتوسط (٦,٧٩)، وإدارة الأزمات بمتوسط (٦,٦٧)، وتعديل السلوك بمتوسط (٦,٦٢)، ووضع الأهداف بمتوسط (٦,٦١)، والاستشفاء النفسي بعد الإصابة بمتوسط (٦,٥٧) كأكثر الخدمات أهمية. مقابل الإشارة إلى التدريب على الاسترخاء (٥,٧٤) والتدريب على إدارة الأفكار بمتوسط (٥,٤٩)، واستراتيجية التحدث للنفس (٥,٢١)، و التدريب على التصور العقلي (٤,٩٨)، وتنظيم الاستئارة (٤,٧٠) كأقلها أهمية.

وبصرف النظر عن ترتيب أولويات الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، يتفق اللاعبون السعوديون على وضع تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب، وتيسير تماسك الفريق المعنوي، والاستشفاء النفسي بعد الإصابة، وتطوير تقدير الذات، والتدريب على تركيز الانتباه كأهم الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، مما قد يدعم أهمية حاجتهم لمساعدة الأخصائي النفسي في هذه الجوانب. وتتعارض نتائج الدراسة الحالية في ذلك بشكل كبير مع نتائج الدراسات التي أجريت في المجتمعات الغربية (Gould, Tammen, Murphy, & May, 1989; & Gould, Murphy, Tammen, & May, 1991) والتي توصلت إلى وضع الرياضيين للتدريب على التصور العقلي، والتدريب على تركيز الانتباه، وإدارة الضغوط، والتدريب على الاسترخاء، وإستراتيجية التحدث للنفس، وتنظيم الاستئارة كخدمات مهمة يجب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي (١٤)، (١٣).

وبمقارنة نتائج الدراسة الحالية مع الدراسات التي أجريت في مجتمعات غربية، تظهر النتائج تأكيد اللاعبين السعوديين على الحاجة لمساعدة الأخصائي النفسي الرياضي في تطوير الجوانب الشخصية والتي تهدف إلى الارتقاء بمستوى الأداء بطريقة غير مباشرة، في حين

تشير الدلائل إلى حاجة الرياضيين في المجتمعات الغربية لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي لوضع البرامج التي تعمل على الوصول إلى حالة الأداء المثالية والتي تؤدي إلى تطوير مستوى الأداء بشكل مباشر، مما قد يشير إلى محدودية إدراك الرياضيين السعوديين لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي، واعتقادهم السائد بربط الأخصائي النفسي الرياضي بالتحليل والتقييم. لذا يرى الباحث أهمية العمل على توعية الرياضيين بنوع الخدمات و تحديد العلاقة بين الأخصائي واللاعب وتعريفه بالخدمات والإمكانيات التي يمكن تقديمها له ومدى ما يتوقعه من هذه الخدمات، والذي بدوره يعمل على زيادة شعور الرياضيين بالثقة والطمأنينة تجاه الأخصائي النفسي الرياضي أثناء التعامل معه، خاصة وأن الدراسات تشير إلى تغير اتجاهات الرياضيين بشكل إيجابي كنتيجة طبيعية لزيادة المعلومات أو الوعي بنوع الخدمات المتاحة من قبل الأخصائي أو بعد المشاركة الفاعلة في برامج التدريب الذهني (Schell, Hunt, & Lloyd, 1984; Fenker & Lambiotte, 1987; Smith & Johnson, 1990; Francis, 1992) (٢٢)، (٩)، (٢٥)، (١٠).

السؤال الخامس: هل يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في ترتيب أولويات نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي بين آراء اللاعبين السعوديين حسب المستوى (دولي، وغير دولي) والدرجة (أولى، وشباب)؟

للتعرف على الفروق بين آراء اللاعبين الدوليين وغير الدوليين في كل من الدرجة الأولى والشباب في ترتيب أولويات نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي، تم استخدام تحليل التباين الثنائي للمتوسطات الحسابية لدرجة أهمية كل الخدمات التي يقدمها الأخصائي والجدول رقم (٨، و٩) يوضحان ذلك.

يتضح من الجدول رقم (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في آراء اللاعبين نحو الحاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي لتقديم الخدمات التالية: تنظيم الاستثارة، والتدريب على التصور العقلي، وإدارة الضغوط، واستراتيجية التحدث للنفس، والتدريب على إدارة الأفكار، والصراع الداخلي باختلاف مستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) حيث جاءت قيمة $F=5,23$ و $7,04$ و $4,38$ و $10,87$ و $8,31$ و $4,24$ على التوالي وهي دالة إحصائياً عند مستوى $0,05$. وتشير المتوسطات في الجدول رقم (٨) إلى أن الفرق لصالح اللاعبين الدوليين، مما يشير إلى تأكيد اللاعبين الدوليين على حاجتهم لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في تنظيم الاستثارة، والتدريب على التصور العقلي، وإدارة الضغوط، واستراتيجية التحدث للنفس، و التدريب على إدارة الأفكار، والصراع الداخلي بشكل أكبر من اللاعبين غير الدوليين.

وتشير هذه النتائج إلى تقدير اللاعبين الدوليين لأهمية الخدمات ذات العلاقة بتطوير مستوى الأداء بشكل أكبر من اللاعبين غير الدوليين، والتي تعتبر منطقية نوعاً ما خاصة إذا ما أخذ في الاعتبار التزام رياضي المستوى العالي بالتميز، حيث تتفق الدراسات المختلفة بشكل عام على الدور الفاعل الذي تلعبه قدرات اللاعبين العقلية في أوصولهم إلى منطقة الأداء الأمل وتحقيهم للإنجازات المختلفة (Williams, & Krane, 1993، وراتب، ٢٠٠٠، وشمعون، وماجدة إسماعيل، ٢٠٠٢)، وكنتيجة طبيعية لذلك، البحث عن مساعدة الأخصائي النفسي الرياضي في هذا الجانب من قبل اللاعبين الدوليين بشكل أكبر مقارنة بغير الدوليين (١٥)، (١١)، (٣٠)، (٢)، (٣).

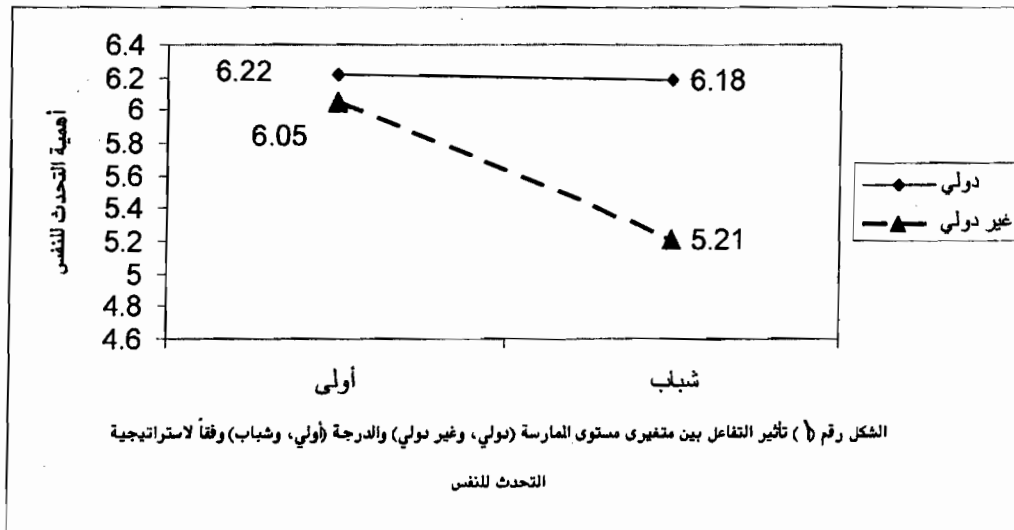
جدول رقم ٩. تحليل التباين للفروق بين آراء اللاعبين حول نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي وفقاً للدرجة ومستوى الممارسة:

| المتغيرات | قيمة ف ودلالاتها وفقاً لمستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) | قيمة ف ودلالاتها وفقاً لنوع الدرجة (أولى، وشباب) | قيمة ف ودلالاتها وفقاً للتفاعل |
|---------------------------|--|--|--------------------------------|
| تنظيم الاستشارة | *٥,٢٣ | **١٠,٧٥ | ٢,٠٥ |
| تدريب التصور العقلي | **٧,٠٤ | ٠,٠٠ | *٥,٦٧ |
| إدارة الضغوط | *٤,٣٨ | ٢,١٠ | ٠,١٣ |
| استراتيجية التحدث للنفس | ***١٠,٨٧ | **٦,٤٨ | *٥,٥٠ |
| التدريب على إدارة الأفكار | **٨,٣١ | ٠,٠٢ | ٠,٢٩ |
| تعديل السلوك | ٠,٢١ | *٥,٧٩ | ٢,٧٣ |
| التعامل مع الإحباط | ٠,٠٠٢ | *٥,٤٥ | ٠,٣٠ |
| إدارة الأزمات | ١,٧٣ | ***١٤,٦٨ | ٠,٩٧ |
| وضع الأهداف | ٠,٣٠ | ٣,٥٤ | *٤,٩٤ |
| مشاكل الأسرة | ٠,١٨ | ***١٥,٢٠ | ١,٣٩ |
| الصراع الداخلي | *٤,٢٤ | **٧,٦٦ | ٠,٤٧ |

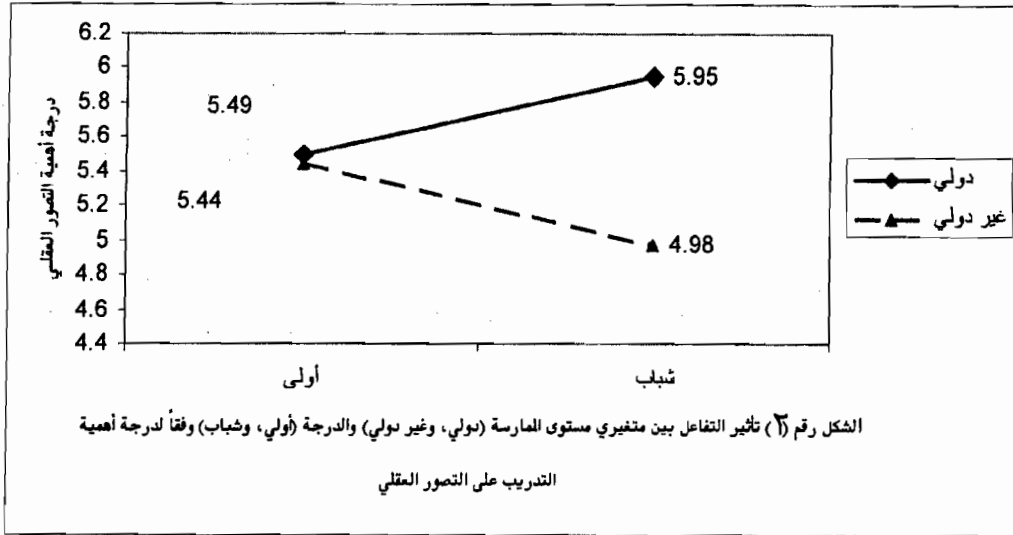
*دالة عند مستوى ٠,٠٥، **دالة عند مستوى ٠,٠١، ***دالة عند مستوى ٠,٠٠١

وبالنظر إلى الجدول رقم (٩) تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في آراء اللاعبين نحو الحاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في تنظيم الاستشارة، واستراتيجية التحدث للنفس باختلاف الدرجة (أولى، وشباب) حيث جاءت قيمة ف = ١٠,٧٥ و ٦,٤٨ على التوالي، وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة ٠,٠٠١ وتشير المتوسطات في الجدول رقم (٨)

إلى أن هذه الفروق لصالح لاعبو الدرجة الأولى، حيث يؤكد لاعبو الدرجة الأولى حاجتهم لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي في تنظيم الاستثارة واستراتيجية التحدث للنفس بشكل أكبر من لاعبي درجة الشباب. ويعزو الباحث هذا التباين خاصة بين لاعبي الدرجة الأولى ودرجة الشباب إلى فارق الخبرة (عدد سنوات الممارسة) التي غالباً ما تميز لاعبي الدرجة الأولى بشكل عام مقارنة بلاعبي درجة الشباب، حيث قد يدرك لاعبو الدرجة الأولى أهمية الوصول للاستثارة المثلى وأثرها على تجنب أو إيقاف الأفكار السلبية التي تعد مصدر للضغوط السلبية والذي بدوره يؤدي إلى ارتفاع الاستثارة. كما تشير النتائج إلى وجود تفاعل ذي دلالة إحصائية في إستراتيجية التحدث للنفس، والتدريب على التصور العقلي حيث بلغت قيمة $F = 5,50$ ، و $5,67$ على التوالي وهي داله إحصائياً عند مستوى دلالة $0,05$. (أنظر الشكل رقم ١، ورقم ٢).



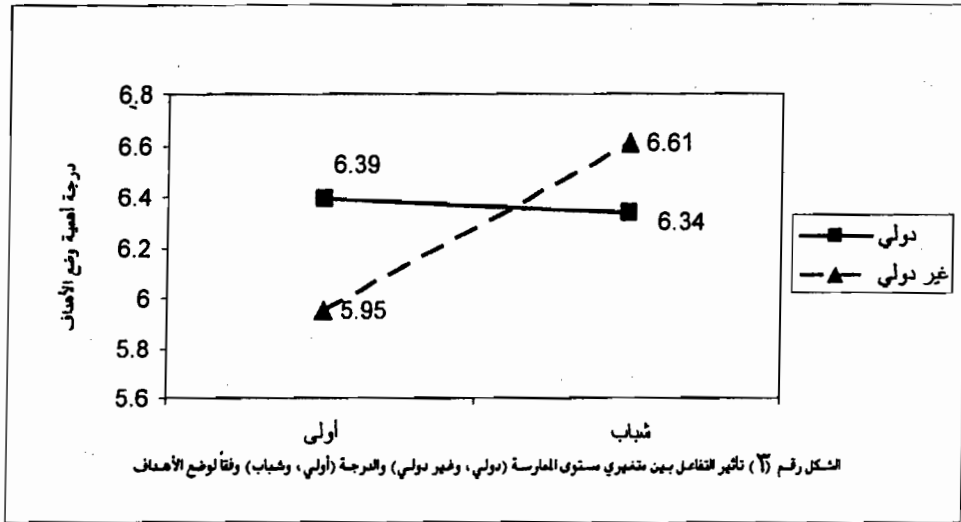
يلاحظ من الشكل رقم (١) تساوى اللاعبين الدوليين من الدرجة الأولى والشباب في تقدير أهمية استراتيجية التحدث للنفس. في حين يلاحظ تسجيل لاعبي درجة الشباب غير الدوليين أقل درجة في أهمية استراتيجية التحدث للنفس مقارنة بالمجموعات الأخرى. في المقابل يلاحظ من شكل رقم (٢) تسجيل لاعبي درجة الشباب الدوليين أعلى درجة في تقدير أهمية التدريب على التصور العتلي، بينما يوضح الشكل تقريباً تساوى لاعبي الدرجة الأولى الدوليين وغير الدوليين في تقديرهم لأهمية التصور العقلي كخدمة يجب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي. في حين يلاحظ تسجيل لاعبي درجة الشباب غير الدوليين أقل درجة في تقدير أهمية التدريب على التصور العقلي مقارنة بالمجموعات الأخرى.



أخيراً يلاحظ من الجدول رقم (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد عينة الدراسة حسب الدرجة، لصالح اللاعبين الشباب الذين يؤكدون حاجتهم لمساعدة الأخصائي النفسي الرياضي في تعديل السلوك (ف=٥,٧٩)، والتعامل مع الإحباط (ف=٥,٤٥)، وإدارة الازمات (ف=١٤,٦٨)، والمشاكل الأسرية (ف=١٥,٢٠)، والصراع الداخلي (ف=٤,٢٤) وجميعها داله عند مستوى ٠,٠٥. وتشير هذه النتائج إلى تأكيد لاعبي درجة الشباب لحاجتهم لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي ومساعدتهم في تطوير الجوانب الشخصية بشكل أكبر من لاعبي الدرجة الأولى. وتعتبر هذه النتائج نوعاً ما منطقية، فاللاعبون في مرحلة الشباب في حاجة للمساعدة لفهم مشاكلهم النفسية المرتبطة بعمليات التدريب والمنافسات الرياضية خاصة ذات العلاقة بالإحباط، والصراع الداخلي، وإدارة الازمات، وتعديل السلوك غير المرغوب أو الآثار النفسية المرتبطة بالرياضة والناجمة عن خبرات النجاح أو الفشل وغيرها من المشكلات التي لها جذور انفعالية غير حادة (علاوي، ٢٠٠٢) (٥). وبينما تبين النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بخصوص التفاعل بين مستوى الممارسة والدرجة في وضع الأهداف، حيث بلغت قيمة (ف=٤,٩٤) وهي داله إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥، (أنظر الشكل رقم ٣) كما تظهر النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ترتيب أولويات الخدمات الأخرى قيد الدراسة يمكن عزوها لمستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) أو الدرجة (أولى، وشباب).

يلاحظ من شكل رقم (٣) تسجيل لاعبي درجة الشباب غير الدوليين أعلى درجة في تقدير أهمية وضع الأهداف بينما يوضح الشكل تقريباً تساوى اللاعبين الدوليين من الدرجة الأولى

والشباب في تقدير أهمية وضع الأهداف. في حين يلاحظ تسجيل لاعبي الدرجة الأولى غير الدوليين أقل درجة في تقدير أهمية وضع الأهداف مقارنة بالمجموعات الأخرى.



باختصار قدمت لنا نتائج الدراسة الحالية، معلومات مهمة بشكل عام سواء كان ذلك من خلال التعرف على مفهوم الرياضيين السعوديين نحو علم النفس الرياضي، أو مدى الحاجة لخدمات الأخصائي النفسي الرياضي، أو من حيث التعرف على نوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي من وجهة نظر اللاعبين. إذا دعمت هذه النتائج من قبل دراسات مستقبلية يرى الباحث أنه من الأهمية بمكان أخذها بالاعتبار كمواضيع يجب التطرق لها من قبل المتخصصين في علم النفس الرياضي أثناء تعاملهم مع الرياضيين.

-الاستنتاجات:

- دلت النتائج على استخدام الرياضيين السعوديين لمفردات وعبارات مختلفة لوصف علم النفس الرياضي، ورغم ذلك يتفق اللاعبون بصرف النظر عن الفئة على وضع الإعداد النفسي، وتعزيز الدافعية، وحل المشاكل وتعزيز الثقة كأكثر العبارات تكراراً لوصف علم النفس الرياضي.
- يرى اللاعبون السعوديون أهمية وضع علم النفس الرياضي كجزء رئيس من برامج إعداد اللاعبين أثناء التدريب.
- أشار غالبية أفراد عينة الدراسة (٨٥,٠%) إلى وجود حاجة ملحة أو متوسطة لتواجد الأخصائي النفسي الرياضي للعمل في الأندية الرياضية. بينما أشار

(١٥,٠%) فقط من عينة الدراسة إلى عدم الحاجة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية.

٤. تبين النتائج وضع اللاعبين السعوديين لتطوير الاتصال بين المدرب واللاعب، وتيسير تماسك الفريق المعنوي، والاستشفاء بعد الإصابة، وتطوير تقدير الذات، والتدريب على تركيز الانتباه كأهم الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي.

٥. اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين آراء اللاعبين السعوديين يمكن عزوه لمستوى الممارسة (دولي، وغير دولي) في تقدير أهمية تنظيم الاستثارة، والتدريب على التصور العقلي، وإدارة الضغوط، وإستراتيجية التحدث للنفس، والتدريب على إدارة الأفكار، والصراع الداخلي لصالح اللاعبين الدوليين مقارنة بغير الدوليين.

٦. تظهر النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الدراسة وفقاً للدرجة (أولى، وشباب) في تقدير أهمية تنظيم الاستثارة، وإستراتيجية التحدث للنفس لصالح لاعبي الدرجة الأولى مقارنة بدرجة الشباب.

٧. تبين النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعات الدراسة وفقاً للدرجة (أولى، وشباب) في تقدير أهمية تعديل السلوك، والتعامل مع الإحباط، وإدارة الأزمات، والمشاكل الأسرية، والصراع الداخلي لصالح لاعبي درجة الشباب مقارنة بلاعبي الدرجة الأولى.

-التوصيات:

بناء على ما تم في هذه الدراسة من إجراءات وما توصلت إليه من نتائج واستنتاجات يرى الباحث التوصية بما يلي:

١. العمل على توعية الرياضيين السعوديين وتثقيفهم بأهمية وأثر العوامل النفسية على الأداء، من خلال نشر نتائج الدراسات العلمية والتطبيقية للاستفادة منها سواء كان ذلك في القدرة على تطوير مستوى الأداء، أو فيما يتعلق بتطوير الجوانب الشخصية للاعبين.

٢. العمل على توعية وتثقيف الرياضيين بنوع الخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي وتحديد علاقتها باللاعب ومدى ما يتوقعه الأخير من هذه الخدمات والعلاقة والذي بدوره يعمل على زيادة شعور الرياضيين بالثقة والطمأنينة تجاه الأخصائي النفسي الرياضي.

٣. العمل على تحديد مهام وواجبات الأخصائي النفسي الرياضي بشكل واضح خاصة فيما يستطيع أو لا يستطيع القيام به سواء فيما يتعلق بتحسين الأداء أو القدرة على توجيه الرياضيين وإرشادهم لتحقيق أقصى درجات النجاح.
٤. العمل على تحديد احتياجات المستفيدين من خدمات الأخصائي النفسي الرياضي وتقييم مدى التزامهم بتطبيق البرنامج النفسي.

ملحق رقم ١:

استبانة مفهوم اللاعبين السعوديين لعلم النفس الرياضي والخدمات التي يقدمها الأخصائي النفسي الرياضي
عزيزي الرياضي

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

يقوم الباحث من قسم التربية البدنية وعلوم الحركة بجامعة الملك سعود بأجراء دراسة بهدف التعرف على مفهوم اللاعبين السعوديين الشخصي نحو علم النفس الرياضي ونوع الخدمات المطلوب تقديمها من قبل الأخصائي النفسي الرياضي. عزيزي أن الاشتراك في هذا البحث اختيارياً ويمكنك الانسحاب من المشاركة في البحث في أي وقت، علماً أن البيانات سوف تستخدم فقط لأغراض البحث. سيكون لتعاونكم واهتمامكم بالإجابة على الاستبانة المرفقة الأثر الفعال في تحقيق أهداف الدراسة.

أولاً: الرجاء كتابة البيانات التالية:

- (١) العمر () سنة
(٢) المستوى التعليمي؟ لا يوجد () ابتدائي () متوسط () ثانوي () جامعة ()

أخرى أذكرها-----

(٣) اللعبة التي تمارسها حالياً؟ كرة قدم () كرة طائرة () كرة سلة ()

ألعاب قوي () تنس طاولة () تنس ارضي () جمباز ()

(٤) عدد سنوات ممارستك للعبة بشكل عام؟ () سنة

٥) الدرجة التي بدأت بها ممارسة اللعبة؟

براعم () ناشئين () شباب () درجة أولى ()

٦) الدرجة التي تمثل فيها فريقك حالياً؟ شباب () أولى ()

٧) هل سبق لك تمثيل المنتخب؟ نعم () لا ()

ثانياً: الرجاء الإجابة على الأسئلة التالية:

٨) أنكر مفهومك الشخصي نحو علم النفس الرياضي؟

٩) ما درجة أهمية علم النفس الرياضي كجزء رئيسي من برامج إعداد اللاعبين أثناء

التدريب:

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧ ٨ ٩ ١٠

مهم بدرجة كبيرة

غير مهم

١٠) ما مدى الحاجة لعمل الأخصائي النفسي الرياضي في الأندية مع اللاعبين؟

لا يوجد حاجة على الإطلاق (١) يوجد حاجة متوسطة (٢) يوجد حاجة ملحة (٣)

ثالثاً: فيما يلي بعض العبارات التي تعبر عن الخدمات المقدمة من قبل الأخصائي النفسي الرياضي. إقرأ كل عبارة جيداً، ثم ضع علامة (√) في الخانة التي تحدد درجة أهمية كل منها، علماً أن هناك مقياس من ١ إلى ٧ للتعبير عن وجهة نظرك عن كل عبارة، حيث يمثل رقم (١) عدم الأهمية، بينما يمثل رقم (٧) أهمية كبيرة:

| الرقم | العبارة | غير مهم | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | مهم جداً |
|-------|----------------------------------|---------|---|---|---|---|---|---|---|----------|
| ١ | تيسير تماسك الفريق المعنوي | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٢ | تطوير الاتصال بين المدرب واللاعب | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٣ | تنظيم الاستشارة | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٤ | التدريب على التصور العقلي | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٥ | التدريب على الاسترخاء | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٦ | إدارة الضغوط | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٧ | التدريب على تركيز الانتباه | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٨ | إستراتيجية التحدث للنفس | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ٩ | التدريب على إدارة الأفكار | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٠ | التدريب الدافعي | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١١ | تعديل السلوك | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٢ | التعامل مع الإحباط | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٣ | الاستشفاء النفسي بعد الإصابة | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٤ | إدارة الأزمات | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٥ | وضع الأهداف | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٦ | تطوير تقدير الذات | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٧ | المشاكل الأسرية | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |
| ١٨ | الصراع الداخلي | ١ | ٢ | ٣ | ٤ | ٥ | ٦ | ٧ | | |

المراجع:

١- السقاء، صلاح بن أحمد (٢٠٠٤) مدى إدراك الرياضيين السعوديين لمفهوم الأخصائي النفسي الرياضي واتجاهاتهم نحوه (دراسة استطلاعية)، دراسات وبحوث، مجلة خاصة تصدرها جامعة حلوان.

- ٢-راتب، أسامة كامل (٢٠٠٠) تدريب للمهارات النفسية تطبيقات في المجال الرياضي،
القاهرة، دار الفكر العربي.
- ٣-شمعون، محمد العربي، وإسماعيل، ماجدة محمد (٢٠٠٢) التوجيه والارشاد النفسي في
المجال الرياضي.
- ٤-علاوى، محمد حسن (١٩٩٧) علم نفس المدرب والتدريب الرياضي، القاهرة، دار
المعارف.
- ٥-علاوى، محمد حسن (٢٠٠٢) علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية. القاهرة، دار الفكر
العربي.
- ٦-علاوى، محمد حسن (٢٠٠٢) مدخل في علم النفس الرياضي، القاهرة، مركز الكتاب
للنشر.
- 7-Blinde, E.M.& Tierney, J.E. (1990). Diffusion of sport psychology into elite U.S.
Swimming programs. *The Sport Psychologist*, 4, 130-144.
- 8-Feltz, D.L. (1992). The nature of sport psychology. In Horn, T.S. (Ed.)
Advances in sport psychology. Champaign, IL: Human Kinetics.
- 9-Fenker, Jr., R.M., & Lambiotte, J.G. (1987). A performance enhancement
program for college football team: One incredible season. *The Sport
Psychologist*, 1, 224-236.
- 10-Francis, N.C. (1992). Collegiate soccer players' perceptions of sport
psychology, services, Unpublished master's thesis, University of North
Carolina, Greensboro.
- 11-Goldberg, A. S. (1998). Sports slump busting. Champaign, IL: Human
Kinetics.
- 12-Gould, D., Hodge, K.P., & Peterson, K., Petlichkoff, L. "Psychological
Foundations of Coaching: Similarities and Differences Among
Intercollegiate Wrestling Coaches". *The sport psychologist*, 1, (1987), 293-
308.
- 13-Gould, D., Murphy, S., Tammen, V., & May, J., (1991). An Evaluation of U.S.
Olympic Sport Psychology, Consultant Effectiveness. *The Sport
Psychologist*, 5 (2) 111-127.
- 14-Gould, D., Tammen, V., Murphy, S., & May, J., (1989). An Examination of
U.S. Olympic Sport Psychology Consultants and the Services They Provide.
The Sport Psychologist, 3 (4), 300-312.
- 15-Heishman, M.F., & Bunker. L. (1989). Use of mental preparation strategies
by international elite female lacrosse players from five countries. *The sport*

- psychologist, 3, 14-22.
- 16-Kozar, B., & Lord, R. (1983). Psychological consideration for training the elite athlete. In E.R. Hall & M. McIntyre (Eds.), *Olympism: a movement of the people. Proceedings of the United States Olympic Academy VII* (pp.78- 96). Lubbock, TX: Texas Tech University.
- 17-Orlick, T., & Partington, J. (1988). Mental links to excellence, *The Sport Psychologist*, 2, 105-130.
- 18-Partington, J. & Orlick, T. (1991). An analysis of Olympic sport psychology consultants best-ever consulting experiences. *The Sport Psychologist*, 5, 183-193.
- 19-Ravizza, K. (1988). Gaining entry with the athletic personnel for season-long consulting. *The sport psychologist*. 2, 243-254.
- 20-Ravizza, K. (1990). Sportpsych consultation issues in professional baseball. *The sport psychologist*, 4, 330-340.
- 21-Rushall, B. (1989). Sport psychology: The key to sporting excellence. *International Journal of Sport Psychology*, 20, 165-190.
- 22-Schell, B., Hunt, J., & Llayd, C. (1984). An investigation of future market opportunities for sport psychologist. *Journal of sport psychology*, 6, 335-350.
- 23-Schellenberger, H. (1990). Psychology of team sports. *Canadian Cataloguing in Publication Data*.
- 24-Shaw, D.F., Gorely, T., & Corban, R.M., (2005). *Sport & Exercise Psychology*. Garland Science/BIOS Scientific Publishers.
- 25-Smith, R.E., & Johnson, J. (1990). An organizational empowerment approach to consultation in professional baseball, *The sport psychologist*, 4, 347-357.
- 26-Sullivan, J. & Hodge, K. P. (1991). A survey of coaches and athletes about sport psychology in new Zealand. *The sport psychologist*. 2, 140-151.
- 27-Tierney, III, J.E. (1988). Diffusion of sport psychology ideas and techniques into the elite U.S. swimming community. Unpublished master's thesis, Southern Illinois University.
- 28-Vealey, R.S. (1994). Current status and prominent issues in sport psychology interventions. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 26, 495-502.
- 29-Weinberg, S.R. & Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- 30-Williams, J. M., & Krane, V. (1993). Psychological Characteristics of peak performance. In J. M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance*, Mayfield, Mountain View, CA, pp. 137-147.