



وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة الجزائر - الجزائر 3-



شعبة التدريب الرياضي

doct14602021

أطروحة مقدمة لنيل شهادة الدكتوراه الطور الثالث

في تخصص الإرشاد النفسي الرياضي بعنوان:

المعايير الأساسية للعملية الإرشادية النفسية الرياضية المساعدة
على التفوق الرياضي
(دراسة حالة لفريق المصارعة، رأس الواد برج بو عريريج)

إشراف البروفيسور:

بن عكي محند أكلي

إعداد الطالب:

بن النور مصباح

السنة الجامعية: 2021/2020

فهرس المحتويات

أ----- مقدمة:

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 5----- 1- الإشكالية وتحديد المشكلة:
- 7----- 2- فرضيات البحث:
- 8----- 3- أهداف البحث وأهميته:
- 8----- 4- أسباب اختيار الموضوع:
- 9----- 5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:
- 12----- 6- الدراسات السابقة أو المشابهة:
- 16----- خلاصة:

الجانب النظري

الفصل الثاني: العملية الإرشادية

- 20----- تمهيد:
- 21----- 1- تاريخ الإرشاد النفسي ومراحل تطوره:
- 22----- 1-1- مرحلة التركيز على الإرشاد المهني:
- 22----- 2-1- مرحلة التركيز على الإرشاد والتوجيه التربوي:
- 23----- 3-1- مرحلة التركيز على حركة القياس النفسي:
- 23----- 4-1- مرحلة التركيز على التوافق والصحة النفسية:
- 24----- 5-1- مرحلة علم النفس الإرشادي:
- 24----- 6-1- مرحلة التركيز على النمو النفسي:
- 26----- 2- مفهوم الإرشاد النفسي وعلاقته ببعض المصطلحات:
- 28----- 3- نظريات وطرق الإرشاد النفسي:
- 28----- 3-1- نظريات الإرشاد النفسي:

35	2-3- طرق الإرشاد النفسي:
38	4- مفهوم وأهداف العملية الإرشادية النفسية الرياضية:
38	1-4- مفهوم العملية الإرشادية النفسية الرياضية:
39	2-4- أهداف العملية الإرشادية النفسية الرياضية:
41	5- خطوات العملية الإرشادية الرياضية:
41	1-5- خطوات العملية الإرشادية عند روجرز:
41	2-5- تقسيم "أبوحماد":
42	3-5- تقسيم أبو عبيدة و نيازي:
43	4-5- تقسيم سغان 2005:
44	6- عناصر العملية الإرشادية:
44	1-6- المرشد النفسي:
46	2-6- البيئة الإرشادية:
46	3-6- العلاقة الإرشادية:
47	7- معايير العملية الإرشادية النفسية الرياضية:
59	8- وسائل جمع المعلومات في العملية الإرشادية:
67	9- معوقات العملية الإرشادية الرياضية:
70	خلاصة:

الفصل الثالث: التفوق الرياضي

72	تمهيد:
73	1- التفوق من منظور تاريخي:
76	2- مجالات التفوق:
79	3- التفوق وبعض المصطلحات ذات الصلة:
79	1-3- التفوق والموهبة:
81	2-3- التفوق و الإبداع:
81	3-3- التفوق و العبقرية:
82	4- مفهوم التفوق الرياضي:
83	5- صفات المتفوقين رياضيا:

83	1-5- الصفات الجسمية والبدنية والصحية:
83	2-5- القدرة على الأداء الرياضي أو الأداء الحركي:
83	3-5- الصفات العقلية والقدرة على التفكير السليم:
84	4-5- التحصيل الرياضي في النشاط التخصصي:
85	5-5- الصفات الانفعالية والاجتماعية:
85	6- أنماط المتفوقين رياضيا:
87	7- إرشاد المتفوقين:
91	8- الكشف على الموهوبين والمتفوقين:
92	9- تكوين المتفوقين في المجال الرياضي:
94	10- معوقات و مشكلات التفوق الرياضي:
98	خلاصة:

الفصل الرابع: المصارعة

100	تمهيد:
102	1- تاريخ المصارعة:
103	1-1- المصارعة عند المصريين القدماء:
103	2-1- المصارعة عند اليونان والرومان:
104	3-1- المصارعة عند العرب والمسلمين:
105	4-1- المصارعة في العصر الحديث:
106	5-1- المصارعة في الجزائر:
107	2- مفهوم المصارعة و أنواعها:
108	1-2- أنواع المصارعة:
110	3- المهارات الأساسية للمصارعة:
110	1-3- وضع الجسم position of body:
111	2-3- تحركات المصارعة Motion:
111	3-3- تغيير مستويات الجسم Changing:
111	4-3- الغطس و الاختراق Diving and penetration:
112	5-3- الرفع لأعلى Lifting up:

113	6-3- الخطو للخلف Back step:
113	7-3- التقوس خلفا Back arching:
113	4- الصفات البدنية والنفسية لمصارعي المستوي العالي:
115	5- تحضير المصارعين للمنافسات:
118	6- قانون المصارعة:
139	خلاصة:

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس: الإجراءات الميدانية للدراسة

142	تمهيد:
143	1- منهج البحث:
143	2- أسلوب البحث:
144	3- عينة البحث:
145	4- الدراسة الاستطلاعية:
145	5- أدوات الدراسة:
145	1-5- المقابلة:
146	2-5- الإستبيان:
148	3-5- مقياس السلوك التنافسي:
148	6- المجال الزماني والمكاني للبحث:
149	1-6- المجال الزماني:
149	2-6- المجال المكاني:
149	7- ضبط متغيرات الدراسة:
153	8- الأساليب الإحصائية:
154	خلاصة:

الفصل السادس: عرض تحليل و مناقشة النتائج

156	تمهيد:
157	1- عرض تحليل النتائج:

157	1-1- عرض و تحليل نتائج الفرضية الأولى:
158	1-2- عرض تحليل نتائج الفرضية الثانية:
168	1-3- عرض تحليل نتائج الفرضية الثالثة:
180	1-4- عرض تحليل و نتائج الفرضية الرابعة:
191	2- تفسير ومناقشة نتائج الفرضيات:
191	2-1- تفسير و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى
192	2-2- تفسير و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:
194	2-3- تفسير و مناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:
196	2-4- تفسير ومناقشة النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة:
197	3- خلاصة جزئية:---
198	4- الإستنتاج العام:
199	5- اقتراحات و آفاق بحثية:
200	خاتمة :

المراجع
الملاحق

ملخص الدراسة:

ملخص الدراسة باللغة العربية:

إن الهدف من الدراسة هو التعرف على علاقة المعايير الأساسية للعملية الإرشادية النفسية الرياضية بالتفوق الرياضي، حيث تكونت عينة الدراسة من (15) مصارعا متفوقا منهم (11) في صنف الأكابر و (04) من صنف الأواسط للموسم الرياضي (2019/2020) وقد تم اختيارها من أفراد المجتمع الأصلي للدراسة نظرا لتفوقهم في مختلف البطولات الوطنية والدولية

وقدمت تطبيق مقياس السلوك التنافسي ل"صلاح الدين أبوناهاية"، لفحص الفرضية الأولى ثم تقديم إستبيان لفحص الفرضيات الثلاثة المتبقية وتم التوصل:

- عدم وجود نسب متفاوتة في مقياس السلوك التنافسي لدى أفراد مجتمع الدراسة حيث أن كل النسب كانت في المستوى المرتفع و المستوى المتوسط، أي أن سلوك المصارعين المتفوقين يمتاز بالكفاح و النضال و القوة و الشجاعة مما ساعد بدون شك على تفوق هؤلاء المصارعين و بلوغهم أعلى مستويات الأداء خلال مشوارهم الرياضي.

- إمتلاك المصارعين المتفوقين لحرية تقرير المصير حيث لعب ذلك دورا كبيرا في حياتهم الرياضية انطلاقا من إختيارهم لرياضة المصارعة دون تدخل من أحد و تمكنهم من التعامل مع كل المشاكل و العقبات التي صادفوها في حياتهم الرياضية بالإستعانة بأنفسهم و بالمحيطين بهم عند الحاجة إلا في بعض الحالات المهمة والمصيرية و هي حالات مهمة تتطلب تدخل كل من العائلة المدرب و النادي.

- تمتع المصارعين المتفوقين بمرافقة إرشادية مستمرة ساهمت فيها مؤسسات التنشئة الاجتماعية والمتمثلة في الأسرة و المدرسة و الفريق الرياضي مما ساهم تشجيع و تحفيز و مرافقة المصارعين خلال مشوارهم الرياضي ودفعهم نحو تحقيق التفوق بالرغم من عدم مساهمة إدارة النادي في ذلك من وجهة نظر المصارعين مما يستوجب على الإدارة الإهتمام أكثر بالعملية الإرشادية للمصارعين لما قد يترتب عليه من نتائج إيجابية مستقبلا.

- ارتباط المصارعين المتفوقين و تعلقهم بالدين الإسلامي وذلك من خلال إهتمامهم بالشعائر الدينية والدروس و المواعظ التي تحثهم على السير على خطى من سبقهم من الأبطال المسلمين في شتى المجالات كما ساعدهم ذلك التعلق بالدين على التركيز و الاستعداد للمنافسات واتخاذ قراراتهم المصيرية اعتمادا على رأي الدين.

مقدمة:

لقد أصبح الاهتمام بعلوم الرياضة اليوم من طرف الباحثين والعلماء ضرورة حتمية لا بد منها من أجل رفع مستويات الأداء والوصول بالرياضيين نحو التفوق وتحطيم الأرقام القياسية، وذلك بالاعتماد على مختلف العلوم التي بإمكانها تطوير القدرات البدنية والمهارية وال نفسية وبالتالي المساهمة في تحسين نتائج الرياضيين ومردودهم خلال مختلف المنافسات الرياضية، ونظرا لتقارب المستوى البدني والمهاري لرياضيي المستوى العالي لجأ المختصون منذ سنوات عديدة إلى الاهتمام بالجانب النفسي للرياضيين في محاولة منهم لإحداث الفارق أثناء المنافسة باستخدام علوم جديدة كالإرشاد النفسي الرياضي ، فقد أصبح الرياضي كغيره من أفراد هذا العصر في حاجة ماسة إلى الإرشاد النفسي أيا كان موقعه وعمره بحكم التغيرات الاجتماعية والاقتصادية والمهنية والتقنية المتسارعة خلال مراحل النمو العمرية والتغيرات الانتقالية والتغيرات الأسرية وتعدد مصادر المعرفة والتخصصات العلمية وتطور مفهوم التعليم ومناهجه، وتزايد أعداد المسترشدين ومشكلات الزواج والتقدم الاقتصادي وما صاحب ذلك من قلق وتوتر، مما أدى إلى بروز الحاجة إلى الإرشاد، حيث تسعى البرامج الإرشادية والتدريبية إلى تحقيق مجموعة من الأهداف وهذه الأهداف تتباين بتباين المشكلات التي يعاني منها الرياضيون في مراحلهم العمرية المختلفة (ناسو سعيد صالح وحسين عباس، 20-24، 2014)

كما شهد المجال الرياضي وتحديدا في الربع الأخير من القرن الماضي تعاوننا هائلا بين العلماء والمتخصصين من مدربي الألعاب والرياضات المختلفة، والإقتناع بما يسمى الموهبة والتفوق الرياضي و العمل على ضرورة رعاية المتفوقين واحتضانهم.

ولقد أدرك العلماء والمتخصصون في المجال الرياضي أهمية الاهتمام بمثل هذه الفئة من الأفراد الذين يختلفون عن غيرهم و أمثالهم في نفس المراحل السنية، حيث تعددت محاولات المتخصصين في هذا المجال لتفسير وجود و قدرات هؤلاء المتفوقين وذلك من خلال عمل الدراسات المستفيضة، ولاشك في أن هناك العديد من الأسباب التي أدت إلى الإهتمام بالمتفوقين رياضيا وكذلك إدراك المجتمعات المتقدمة لأهمية الرياضة بضرورة

مزاولتها والوصول فيها إلى أعلى درجات الانجاز الأمر الذي يمثل في حد ذاته إعجازا بشريا لا حدود له.
(زكي محمد 2006، ص أ-ب)

وتعتبر رياضة المصارعة واحدة من الأمثلة الحية التي تحتل اليوم مكانة عالمية، باعتبارها من الرياضيات القتالية القليلة التي حضيت بمكان ضمن الرياضات الأولمبية ووصلت إلى مستوى الاحتراف، ويرجع ذلك إلى ما عمد عليه القائمون على هذه الرياضة من باحثين وعلماء من بحث في سبل تنمية الجوانب البدنية والمهارية والنفسية للمصارع، وكذا تطوير تقنيات القتال، واكتشاف المصارعين الموهوبين مبكرا والعمل على رعايتهم وفق الأسس العلمية.

حيث تتماشى اليوم المصارعة كغيرها من الرياضات الأخرى مع التطور الرهيب في مختلف المجالات للوصول بالمصارعين إلى أعلى مستويات الأداء وتحقيق التفوق خلال مختلف المنافسات الرياضية وإبراز استعدادهم "بدينا، مهاريا وسيكولوجيا" من خلال اللجوء إلى مختلف العلوم الحديثة على غرار الإرشاد النفسي الرياضي. ولكون المدرب هو المسؤول الأول والمباشر عن تطوير المستوى البدني والمهاري لجأت الدول المتقدمة إلى الاستعانة بالمتخصصين في مجال الإرشاد النفسي للاهتمام بالجانب النفسي للرياضيين خلال مختلف مراحل تكوينهم، حيث أن الاهتمام بالموهوبين والمتفوقين يتطلب رعايتهم نفسيا واجتماعيا وتربويا وجسميا، ووضع البرامج و المناهج التي تضمن لهم نموا جسميا ونفسيا واجتماعيا متكاملًا يحقق الشخصية المتكاملة (تقدير الذات) في جميع جوانبها. (قطناني محمد 2011، ص 60)

وفي الجزائر يقوم المدرب للأسف لوحده بكل عمليات الإعداد بدءا من الانتقاء وصولا إلى الاهتمام بالجوانب البدنية والمهارية والنفسية للرياضيين، ورغم ذلك استطاع بعض الرياضيين الجزائريين التفوق في مختلف المنافسات الرياضية المحلية والدولية على غرار رياضي المصارعة لنادي رأس الواد لولاية برج بوعريريج والذين استطاعوا تحقيق مستويات عالية من الأداء و التفوق في مختلف المنافسات الوطنية والعالمية لرياضة

المصارعة ومن خلال ما سبق أردنا معرفة دور المعايير الأساسية للعملية الإرشادية النفسية الرياضية في مساعدة هؤلاء المصارعين على التفوق.

حيث تم تقسيم هذا البحث إلى باب نظري يتضمن ثلاث فصول، الفصل الأول تطرقنا فيه إلى موضوع العملية الإرشادية النفسية الرياضية من خلال التعريف بكل من الإرشاد النفسي بصفة عامة تم العملية الإرشادية باعتبارها الجانب التطبيقي للإرشاد النفسي وأهدافها وخصائصها وخطواتها والوسائل المستعملة في جمع المعلومات اللازمة للعملية الإرشادية وفي الأخير تناولنا أهم الصعوبات التي تواجه العملية الإرشادية النفسية الرياضية.

أما الفصل الثاني فتطرقنا فيه إلى التفوق وعلاقته ببعض المصطلحات مثل الموهبة والإبداع ثم تناولنا التفوق الرياضي و خصائص وصفات الرياضيين المتفوقين وأهم العوامل المساعدة في تكوين الرياضيين المتفوقين وفي الأخير حاولنا الإحاطة بمختلف المشكلات التي تواجه الرياضيين المتفوقين، في حين تمحور الفصل الثالث حول تاريخ رياضة المصارعة من خلال التعريف بها وبمتطلباتها وقوانينها.

بينما تناول الباب الثاني من هذا البحث الجانب التطبيقي الذي يحتوي بدوره على فصلين الفصل الأول منه تطرق الباحث فيه إلى منهجية البحث بداية بالدراسة الاستطلاعية، ثم وصف الأدوات، وعينة البحث، ومنهج البحث، وصعوباته، والوسائل الإحصائية المستعملة

أما في الفصل الثاني من الباب التطبيقي فقد تطرق فيه الباحث إلى عرض ومناقشة محاور البحث من خلال نتائج المقياس و نتائج الاستبيان الموجهين إلى المصارعين المتفوقين.

1- الإشكالية وتحديد المشكلة:

لقد أدرك العلماء والمتخصصين في المجال الرياضي أهمية الاهتمام بفئة المتفوقين الذين يختلفون عن غيرهم من الرياضيين في نفس المراحل السنية، حيث تعددت محاولات المتخصصين في هذا المجال لتفسير وجود وقدرات هؤلاء الأفراد، وذلك من خلال عمل الدراسات المستفيضة، وكذلك إدراك المجتمعات المتقدمة لأهمية الرياضة والإيمان بضرورة مزاولتها و الوصول فيها إلى أعلى درجات الانجاز الأمر الذي يمثل في حد ذاته إجازا بشريا لا حدود له. (زكي محمد 2006،ص ب)

وتعتبر رياضة المصارعة الإغريقية الرومانية من الرياضات القتالية التنافسية العريقة التي كانت ولا زالت تحظى بكثير من الإهتمام على المستوى الدولي حيث استطاعت أن تفرض وجودها في مختلف المنافسات العالمية على غرار الألعاب الأولمبية، وفي الجزائر تشهد هذه الرياضة العديد من التطورات والإنجازات فقد تمكن رياضيوها من التفوق في مختلف المنافسات والمناسبات الرياضية القارية العالمية خاصة في السنوات الأخيرة وبما أن الوصول للمستويات الرياضية العليا لم يكن وليد الصدفة أو بطريقة عشوائية وإنما هو نتيجة لاستخدام أحدث وأفضل الأساليب العلمية في التخطيط والإعداد الرياضي بالشكل السليم، حيث يذكر محمدي أن التفوق الرياضي تحدده أربعة محاور أساسية هي " الجانب البدني، الجانب المهاري، الجانب الخططي، الجانب النفسي. (ألماني زهير 2012،ص 03)

و لما كان التفوق الرياضي في حد ذاته غاية يسعى لها كل الرياضيون كان لابد من الاستعانة بعلوم تساعد على تحقيق هذه الغاية حيث يعتبر الإرشاد النفسي الرياضي من الخدمات النفسية التي يقدمها المرشد النفسي للمسترشدين الرياضيين بهدف التغلب على المشاكل والتحديات التي تواجههم خلال مشوارهم الرياضي، لكونهم يواجهون مشكلات لها صبغة انفعالية حادة، وتتصف بدرجة من التعقيد والشدة يعجزون عن مواجهتها بدون عون أو مساعدة.

"وفي إطار علاقة المساعدة تحدث العملية التي تمكن المسترشد من أن ينمو في الاتجاه الذي اختاره بنفسه، حيث إن عمل المرشد هو أن يجعل المسترشد واعيا بالبدائل الممكنة وأن يشجعه على قبول المسؤولية والهدف الأقصى لعلاقة المساعدة الإرشادية ينبغي أن يكون ترقية نمو المسترشد وجعله يسلك سلوكا أكثر صحة ومناسبة للمواقف". (علاء الدين كفاي 1999، ص 29)

حيث تستند العملية الإرشادية النفسية الرياضية على مجموعة من المعايير الاجتماعية والنفسية والفلسفية و الفيزيولوجية بهدف مساعدة الرياضي على تحقيق ذاته، وحل مشكلاته وبرغبة منه دون إكراه و عليه فإن هذا الهدف الأساسي للإرشاد لا يمكن أن يتحقق إلا من خلال الفرد نفسه، وفي إطار الضوابط الاجتماعية، والاقتصادية، والسياسية، والدينية، والأخلاقية التي تحكم مجتمعه لذلك ولكي تتم الاستفادة على نحو أفضل لتحقيق الفرد لذاته، بما يتفق والمعايير الاجتماعية والأخلاقية المتعارف عليها في مجتمعه الذي يعيش فيه، ودون خروج عن تلك المعايير والتقاليد لذلك المجتمع، يجب أن يوجه الاهتمام قبل البدء بعملية الإرشاد، نحو المعرفة التامة بجميع المعايير التي تحكم هذا المجتمع والتي منها ما هو متفق عليه من أعراف وتقاليد ومعايير اجتماعية فيما بين أفرادها بحكم العلاقة التي تحكمهم ضمن معايير هذا المجتمع. (محمد خطاب 1986، ص 11)

كما أن على المرشد النفسي أن يعرف ما يتصل بأسباب المشكلات النفسية مثلاً إذ أن بعض العوامل قد تسبب مشكلة عند فرد ما، ولا تسبب مشكلة لدى الآخر، ولا بد أن نشير هنا إلى أن جمهور المرشدين والمعالجين النفسيين على اختلاف أديانهم أجمعوا على أن الإرشاد النفسي يقوم على معايير و أسس ومفاهيم ومبادئ دينية وروحية إذ أن المعتقدات الدينية للمرشد أو المسترشد هامة وأساسية لكونها تعد ضوابط للسلوك ومعايير مقدسة. (ألماني زهير 2012، ص 04)

وعليه فإن معرفة المعايير الأساسية التي يمكن أن تساعد الرياضي على التفوق خلال المنافسات الرياضية أمر بالغ الأهمية بالنسبة للمرشد وللمسترشد.

وانطلاقاً من المعطيات المتوفرة لدينا رأى الباحث ضرورة إخضاع معايير العملية الإرشادية النفسية الرياضية إلى الدراسة وذلك من أجل معرفة مدى مساهمة هذه المعايير في تفوق رياضي المصارعة لفريق رأس الواد ، الأمر الذي أدى بنا إلى طرح الإشكالية الرئيسية التالية:

✓ هل تساعد المعايير الأساسية للعملية الإرشادية النفسية الرياضية على تحقيق التفوق الرياضي؟

ومنه طرحنا التساؤلات الفرعية التالية:

✓ هل يتسم سلوك المصارعين المتفوقين بالكفاح من أجل الفوز؟

✓ هل يمتلك المصارعون المتفوقون حرية تقرير مصيرهم خلال مشوارهم الرياضي؟

✓ هل يحظى المصارعون المتفوقون بمرافقة إرشادية مستمرة؟

✓ هل يهتم المصارعين المتفوقين بتعاليم الدين الإسلامي في حياتهم الرياضية؟

2- فرضيات البحث:

1-2 الفرضية العامة:

✓ تساعد المعايير الأساسية للعملية الإرشادية النفسية الرياضية على تحقيق التفوق الرياضي

2-2 الفرضيات الجزئية:

✓ يتسم سلوك المصارعين المتفوقين بالكفاح من أجل الفوز

✓ يمتلك المصارعون المتفوقون حرية تقرير مصيرهم خلال مشوارهم الرياضي

✓ يحظى المصارعون المتفوقون بمرافقة إرشادية مستمرة

✓ يهتم المصارعون المتفوقون بتعاليم الدين الإسلامي في حياتهم الرياضية

3- أهداف البحث وأهميته:

تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة المعايير الأساسية للعملية الإرشادية النفسية الرياضية المساعدة على التفوق الرياضي في مختلف المنافسات الوطنية والدولية في إحدى فرق النخبة المتخصصة في رياضة المصارعة الإغريقية الرومانية في الجزائر (فريق رأس الواد، ولاية برج بوعريريج) وذلك مع مراعاة واقع الإرشاد النفسي الرياضي في الجزائر وذلك من خلال النقاط التالية:

- ✓ التعرف بالعملية الإرشادية الرياضية واستخداماتها في المجال الرياضي.
 - ✓ إبراز أهمية العملية الإرشادية في مساعدة الرياضيين المتفوقين خلال مشوارهم الرياضي.
 - ✓ التعرف على مشاكل المصارعين المتفوقين و دور العملية الإرشادية في المساعدة على التغلب عليها.
 - ✓ معرفة مدى اهتمام الطاقم الفني لفريق المصارعة كعينة للفرق الجزائرية بالإرشاد النفسي الرياضي.
 - ✓ المساهمة في البحث الميداني الخاص بالإرشاد النفسي الرياضي النخبوي في الجزائر.
 - ✓ توجيه اهتمام الباحثين لأهمية العملية الإرشادية في مساعدة الرياضيين على التفوق.
- وتتركز أهمية هذا البحث في إبراز دور المعايير الأساسية للعملية الإرشادية في المساعدة على تحقيق التفوق الرياضي اعتمادا على دراسة حالة لمجموعة من المصارعين الجزائريين المنتمين لفريق أمل رأس الرواد و المتفوقين في مختلف المنافسات الرياضية الوطنية والعالمية ، واستنادا إلى ما يشير إليه العلم الحديث في مجال الإرشاد النفسي الرياضي .

4- أسباب اختيار الموضوع:

إن الأسباب والدوافع التي أدت بنا إلى إنجاز هذا البحث تكمن بدرجة أولى في تخصصنا في ميدان الإرشاد النفسي الرياضي والرغبة في إشباع ميول الطالب والتعرف على استخدامات العملية الإرشادية النفسية الرياضية للمساهمة في مساعدة الرياضيين على التفوق خاصة كون الباحث بطل وطني سابق و مدرب للفنون القتالية، ومن جهة أخرى المساهمة في إثراء البحوث المنجزة في هذا المجال خاصة و أن الدراسات الجادة حول هذا

الموضوع تكاد تكون منعدمة، لاسيما فيما يتعلق بعلاقة عملية الإرشاد النفسي الرياضي بالتفوق الرياضي، خاصة و أن التفوق في المنافسات الرياضية الوطنية والعالمية هو الهدف الأسمى بالنسبة للرياضيين، ومن بين الأسباب كذلك التي دفعت الطالب إلى الخوض في هذا الموضوع هو التعرف على فئة المتفوقين رياضيا و البحث في معايير العملية الإرشادية النفسية الرياضية التي ساعدتهم في تحقيق التفوق والمحافظة على مستواهم وانجازاتهم الرياضية، ومن خلال الاطلاع على الدراسات والأبحاث والوسائل في مجال الإرشاد النفسي الرياضي لاحظ الباحث أن الاهتمام كان منصبا على ربط العملية الإرشادية ببعض الضغوط النفسية التي يعاني منها الرياضيون وتلاميذ المدارس بصفة عامة و كذا التحضير النفسي القصير والطويل المدى للمنافسات الرياضية و إهمال فئة الرياضيين المتفوقين أو رياضيي النخبة في الجانب البحثي.

5- تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لقد ورد في بحثنا مجموعة المفاهيم والمصطلحات ولتفادي الغموض وتبسيط البحث للقارئ وجب على الطالب التطرق إليها بالشرح والتوضيح.

1-5 العملية الإرشادية الرياضية:

يشير مصطلح العملية الإرشادية إلى الخطوات المتتابعة التي يتم من خلالها تقديم الإرشاد النفسي من المرشد النفسي إلى المسترشد، والعملية الإرشادية هي الجانب التطبيقي للإرشاد النفسي وبدونها يصبح الإرشاد النفسي مجرد آراء أو اتجاهات أو نصائح أو توجيهات، فعندما يدخل المرشد في علاقة إرشادية مع المسترشد فإن عملية الإرشاد النفسي يجب أن تنظم في مراحل معروفة. (سعفان محمد 2005، ص 19)

و العملية الإرشادية النفسية الرياضية هي تلك العملية المخططة التي تهدف إلى مساعدة الفرد الرياضي لكي يفهم نفسه على نحو أفضل وذلك من خلال التعرف على شخصيته السلوكية اتجاه المواقف المختلفة، وأيضا مساعدته على تحديد مشكلاته وتنمية إمكانياته المختلفة الجسمية والعقلية والاجتماعية والنفسية والحركية،

وتزويده بالمهارات التي تمكنه من حل مشكلاته في ضوء إمكانياته الشخصية وظروفه البيئية مما يحقق له توافق في مختلف المجالات (إخلاص محمد 2002، ص 14)

و العملية الإرشادية الرياضية هي الجانب التطبيقي للإرشاد النفسي الرياضي حيث يقوم المرشد بتقديم خدماته الإرشادية للمسترشد (الرياضي) بإتباع مجموعة من الخطوات والمراحل المنهجية وتزويده بالمهارات التي تمكنه من حل مشكلاته في ضوء إمكانياته الشخصية.

5-2- معايير العملية الإرشادية:

لكي تحقق عملية الإرشاد النفسي الرياضي هدفها الأساسي مع المسترشد على نحو أفضل، لابد لنا من إتباع المعايير التي يقوم عليها الإرشاد النفسي الرياضي حيث تنقسم هذه المعايير إلى معايير عامة تشمل (المعايير الفلسفية و الإجتماعية و النفسية و كذا المعايير الفيزيولوجية) و معايير خاصة بالعملية الإرشادية النفسية الرياضية وقد قام الباحث بحصرها في الآتي:

✓ السلوك الإنساني هو سلوك قابل للتغيير والتعديل، حيث أن الثبات لهذا السلوك هو ثبات نسبي وهذا بحد ذاته لا يعني الثبات المطلق أو الجمود وأن المرونة لا تقتصر على السلوك الظاهر الذي يمكن ملاحظته فحسب، بل يتعدى ذلك ليشمل التنظيم الأساسي لشخصية المسترشد ومفهومه لذاته، والرياضي المتفوق لابد أن يتميز بسلوك يساعده على تحقيق التفوق و الوصول إلى مستويات عالية من الأداء.

✓ حق الفرد في تقرير مصيره حيث يجب أن يكون للفرد الحق في اتخاذ القرارات المتعلقة به دون إجبار من أحد، والإرشاد ليس نصائح ولا أوامر ولا إعطاء حلول جاهزة لتحقيق الأهداف بل أن الإرشاد يعطي الحق للمسترشد أن يقرر مصيره بنفسه.

✓ عملية التوجيه والإرشاد عملية مستمرة طوال مراحل العمر المختلفة تقوم بها مؤسسات التنشئة الاجتماعية (الأسرة، المدرسة، المسجد، الإعلام) تحت إشراف المرشد النفسي الرياضي الذي يتابع تطورات المسترشد بصفة مستمرة لأن الإرشاد ليس وصفة طبية ولا حلاً جاهزاً ولا نصيحة عابرة بل هو خدمة مستمرة ومنظمة.

✓ الدين ركن أساسي في عملية الإرشاد حيث أن تعاليم الدين الإسلامي تعتبر معايير أساسية في تنظيم سلوك الأفراد و الجماعات والتمسك بها مصدر أمن نفسي وطمأنينة تبعث على مساعدة الأفراد بصفة عامة والرياضيين بصفة خاصة على التفوق و تحقيق أعلى مستويات الأداء.

3-5 التفوق الرياضي:

يتمحور الحديث عن التفوق هنا حول المستوى الذي وصل إليه الفرد في أدائه للعبة أو نشاط رياضي حيث يتم تحديد المستوى الذي وصل إليه من طرف المسؤولين والمتخصصين في اللعبة حيث يمكن تعريف التفوق الرياضي على أنه:

أعلى مستوى للأداء يصل إليه الفرد في رياضته التخصصية مقارنة بمستوى أمثاله من العاديين في ذات المجال الرياضي، وفي غيره من المجالات التي تعبر عن المستوى العقلي والوظيفي للفرد، شرط أن يكون أداءه في هذا النشاط موضع احترام بينه وبين نفسه وبينه وبين الآخرين. (زكي محمد 2006، ص 19)

ويرى الباحث أن التفوق الرياضي هو أعلى مستويات الأداء التي يقدمها الرياضي الموهوب خلال المنافسات الرياضية في رياضته التخصصية مقارنة بالفئة العمرية التي ينتمي إليها.

4-5 المصارعة:

المصارعة نوع من أنواع الرياضات القتالية التي تجري بين اثنين فيحاول كل واحد منهما أن يطرح أو يسقط الآخر على الأرض طبقا لقواعد مقررة.

وتتمثل غالبا في تشابك شخصين بالجسم واليدين والرجلين فيحاول كل واحد منهما إسقاط الآخر على الأرض وشل حركته وإرغامه على التسليم عن طريق الخنق أو الضغط أو تقييد اليدين أو الرجلين، وتبدأ المصارعة عادة بعمل تمهيدي يحاول فيه كل واحد أن يتعرف على مظهر الضعف عند منافسه لينقض عليه. (دنيا عبد

المنعم وهبة حميد وادي 2019، ص 57)

6- الدراسات السابقة أو المشابهة:

إن التطرق إلى الدراسات السابقة في البحث العلمي ضرورة لا بد منها لكونها الأساس الذي يعتمد عليه الباحث للانطلاق في البحث ولذلك سوف نحاول التطرق إلى الدراسات التي تمكنا من الإلمام بها على النحو التالي:

✓ دراسة سيون 1984 suin: حيث كان الهدف من الدراسة هو تقييم أهم خدمات الإرشاد النفسي الرياضي التي تم تقديمها للرياضيين المشاركين في دورة الألعاب الاولمبية في لوس أنجلس سنة 1984 ومدى فاعليتها في أثناء الدورة.

وشملت الدراسة عينة المرشدين النفسيين الرياضيين المشاركين في تلك الدورة والذين قاموا بتوفير الخدمات الإرشادية للرياضيين المشاركين في مختلف المنافسات و قد توصل الباحث الى أن المرشدين النفسانيين تمكنوا من توفير مجموعة من الخدمات الإرشادية للرياضيين المشاركين مما ساهم في تحسين نتائجهم و تمثلت الخدمات المقدمة فيمايلي:

(التنظيم الذاتي، التركيز، الاتصال بين اللاعب والمدرّب، مواجهة الضغوط، التغذية الرجعية، الاسترخاء، وضع الهدف، التحكم في الأفكار، التصور)

✓ دراسة فاتح عبدلي 2006: هدفت الدراسة الى معرفة أثر مهارات وخدمات الإرشاد النفسي الرياضي للمدرّب في تحسين النتائج الرياضية واستخدم الباحث المنهج الوصفي وقد شملت عينة الدراسة لاعبي كرة القدم الجزائرية لأربع فرق من القسم الوطني الأول واستخدم الباحث مقياس خدمات الإرشاد النفسي ومقياس مهارات الإرشاد النفسي وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

*إن نجاح عملية الإرشاد النفسي مسؤولية مشتركة بين المدرّب واللاعبين

*يمثل الإرشاد النفسي القاعدة الأساسية للتدريب على اكتساب وتنمية المهارات النفسية والعقلية، والتدريب على التغذية الرجعية بأنواعها.

*تحكم المدرب في خدمات الإرشاد النفسي من خصائص إرشادية وكذا القدرة على التأثير في الفريق بشكل فردي أو جماعي من العوامل الأساسية لرفع المستوى الأدائي لدى اللاعبين.

*لا يجب الاعتماد على الكم في الاتصال على حساب المحتوى لأنه كلما كان الاتصال كثير وفقير من حيث المعلومات والخدمات كان لها الأثر السلبي.

*كلما كان المدرب ملما بالمعلومات الأساسية المتعلقة بالتخصص والمجالات النظرية وكل ماله علاقة بالفريق ويقدمها في الأوقات المناسبة كان ذلك إيجابياً ومفيداً في تحسين النتائج.

*إن قيام المدرب بمسؤولياته الإرشادية من حيث تشخيص المشاكل ونقاط القوة والضعف لدى اللاعبين وإضفاء جو الجدية في التعامل من أهم العوامل في نجاح عملية الإرشاد النفسي ورفع مستوى الفريق.

*إن تسهيل عملية الاتصالات وإشراك اللاعبين وفتح المجال لهم لإبراز آرائهم والاستماع الجيد لهم وتقديم المساعدة حسب الحاجة يؤدي إلى خلق جو مناسب لظهور علاقات جيدة تسمح بتماسك الفريق وقلة الصراعات وبالتالي تحسن النتائج.

*بالرغم من بذل الجهود لنجاح عملية الإرشاد النفسي إلا أن قدرة المدرب على التحكم في القيام بمهنة الإرشاد تبقى ضرورة ملحة.

✓ دراسة محمد عوض (2009): تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين بعض المهارات النفسية لبعض الأنشطة الرياضية التخصصية ومستوى الأداء المهاري وقد شملت العينة طالبات قسم التربية الرياضية بجامعة البحرين واتبعت الباحث المنهج الوصفي وقام باستخدام مقياس المهارات النفسية ودرجة مستوى الأداء المهاري من مجموع الدرجات العلمية المتحصل عليها في النشاط الرياضي التخصصي وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

*اختلاف المهارات النفسية باختلاف الأنشطة الرياضية التخصصية.

*وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المهارات النفسية المميزة للأنشطة الرياضية ومستوى الأداء المهاري للطلّبات.

✓ دراسة قمرابي محمد (2009):

هدفت الدراسة إلى التعرف على المحددات النفسية وعلاقتها بالنجاح الرياضي واستخدم الباحث المنهج الوصفي وشملت العينة مجموعة من الرياضيين المتفوقين في الرابطة الولائية للغرب الجزائري واستخدم الباحث مقاييس (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق الرياضي، الثقة بالنفس، الطلاقة النفسية) وقد توصل الباحث إلى النتائج التالية:

*وجود ارتباطات ضعيفة بين المحددات النفسية (الشخصية، الدافعية، العدوانية، القلق، الثقة النفسية، الطلاقة النفسية) عند الناجحين في الرياضة حيث وصلت الارتباطات الدالة إلى الثلث * رغم وجود بعض الارتباطات بين المحددات النفسية أو بين أبعادها فإنه لا يمكن بأي حال اعتبارها تعمل موحدة للتأثير على الناجحين في الرياضة بل يمكن القول بان توفرها لدى الرياضيين قد يساهم في نجاحهم.

✓ دراسة نزار 2010:

حيث تمحورت الدراسة حول المهارات النفسية و التوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي لدى لاعبي كرة اليد كمتغيرين و دورهما في التأثير على مستوى الرياضي وتحقيق التفوق في المنافسة و استخدم الباحث المنهج الوصفي وشملت الدراسة لاعبي الدوري الممتاز في العراق و تمت الاستعانة بمقياس (المهارات النفسية) و مقياس (التوجه نحو أبعاد التفوق الرياضي) في جمع المعلومات و البيانات الخاصة بالدراسة لتتم معالجتها باستخدام الوسائل الإحصائية و قد استنتج الباحث مايلي:

*عدم وجود علاقة دالة معنوية بين بعد (التوجه نحو ضبط النفس) لمقياس التفوق الرياضي و أبعاد المهارات النفسية (القدرة على الاسترخاء -القدرة على مواجهة القلق -القدرة على التركيز-الانتباه-الثقة بالنفس-دافعية الانجاز الرياضي) فلم تحقق ارتباطا معنوياً.

* وجود علاقة دالة معنويا بين بعد (الإحساس بالمسؤولية) لمقياس التفوق الرياضي و أبعاد المهارات النفسية في بعدين اثنين فقط من أبعاد المهارات النفسية و هي (القدرة على التصور-الثقة بالنفس).

* عدم وجود علاقة دالة معنويا بين بعد التوجه نحو إحترام الآخرين لمقياس التفوق الرياضي و أبعاد المهارات النفسية (القدرة على التصور- القدرة على مواجهة القلق-القدرة على التركيز القدرة على تركيز الانتباه-الثقة بالنفس) حيث لم تحقق ارتباطا معنويا ماعدا في بعدين اثنين من أبعاد المهارات النفسية هي (القدرة على الاسترخاء، دافعية الانجاز الرياضي).

6-1 التعليق على الدراسات السابقة:

لقد أجمعت الدراسات التي تناولت العلاقة بين الخدمات الإرشادية أو الإرشاد النفسي من جهة والنتائج الرياضية أو التفوق الرياضي من جهة أخرى على الدور المهم الذي يلعبه الإرشاد النفسي في مساعدة الرياضيين قبل و أثناء و بعد المنافسة على التغلب على مشكلاتهم والتخلص من الضغوط التي تواجههم حيث أكدت دراسة سيون (1984)suin على قدرة الإرشاد النفسي على توفير مجموعة من الخدمات الإرشادية للرياضيين لمساعدتهم على تحسين نتائجهم الرياضية.

كما أكدت دراسة محمد عوض (2009) وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المهارات النفسية المميزة للأنشطة الرياضية ومستوى الأداء المهاري ومن جهة أخرى أكدت دراسة فاتح عبدلي (2006) على أن تحكم المدرب في خدمات الإرشاد النفسي من خصائص إرشادية وكذا القدرة على التأثير في الفريق بشكل فردي أو جماعي من العوامل الأساسية لرفع المستوى الأدائي لدى اللاعبين.

ومن بين الدراسات التي تناولت التفوق والنجاح الرياضي دراسة نزار (2010) ودراسة قمرابي محمد(2009) حيث أكدتا على أن وجود بعض الارتباطات بين المحددات النفسية أو بين أبعادها فانه لا يمكن بأي حال اعتبارها تعمل موحدة للتأثير على الناجحين في الرياضة بل يمكن القول بان توفرها لدى الرياضيين قد يساهم في تفوقهم

خلاصة:

بعد عرض إشكالية البحث والفرضيات وأسباب اختيار الموضوع وتحديد الأهداف واستعراض بعض الدراسات السابقة الخاصة بمتغيري الدراسة أمكن الشروع في استعراض الفصول النظرية المتبقية، والتطرق إلى أهم المفاهيم الواردة في الدراسة بصورة مستفيضة، وكذا الخوض في الإطار المنهجي والميداني للدراسة، من أجل الكشف عن طبيعة العلاقة بين متغيري الدراسة.