

جامعة الجزائر 3-

معهد التربية البدنية والرياضية

أطروحة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه

في نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية

تخصص: الإرشاد النفسي الرياضي

doct14652021

تحت عنوان:

محددات الإرشاد النفسي الرياضي النخبوي

لدى الفرق المحترفة لكرة القدم الجزائرية

-دراسة لمختلف مراحل تطور الرياضة الجزائرية-

تحت إشراف الأستاذ الدكتور:

بن عكي محمد أكلي

إعداد الطالب :

ألماني أحمد زهير

السنة الدراسية 2021/2020

فهرس الموضوعات

الصفحة	المحتوى
	كلمة شكر إهداء
	مقدمة
06	الإشكالية
08	فرضيات البحث
09	أهداف البحث وأهميته
10	أسباب اختيار الموضوع
10	تحديد المفاهيم والمصطلحات
12	الدراسات السابقة والمشابهة
	الجانب النظري
	الفصل الأول: الفصل الأول الإرشاد النفسي الرياضي
19	تمهيد
20	مفهوم الإرشاد النفسي
20	نشأة الإرشاد النفسي و مراحل تطوره
22	نظريات الإرشاد النفسي
23	أهداف الإرشاد النفسي
24	مفهوم الإرشاد الرياضي النفسي
25	أخصائي الإرشاد النفسي الرياضي
26	أهداف الإرشاد النفسي في المجال الرياضي
26	طرق الإرشاد النفسي
36	دور المدرب في العملية الإرشادية
36	الإرشاد من المنظور القرآني
37	البعد الروحي
40	خلاصة
	الفصل الثاني: نظريات الدافعية

42		تمهيد
43		مفهوم الدافعية
43		تطور مفهوم الدافعية
45		تعريف الدافعية
46		نظريات تفسير الدافعية
59		أهم النظريات المعرفية في مجال الدافعية
69		نظرية الدافعية المحددة ذاتيا
85		استراتيجيات زيادة الدافعية
86		وظائف الدافعية
87		تطوير الدافعية الداخلية
94		مداخل الاستقلالية وتمية المسؤولية
103		الدافعية وحاجات الرياضيين
105		الدافعية وأساليب التدريب
107		الضبط والمسؤولية
110		دراسات في إطار نظرية التقرير الذاتي ونموذج الدافعية للعمل
114		دراسات في إطار نظرية الأهداف الدافعية للإنجاز
115		تعقيب على مختلف الدراسات في مجال الدافعية
123		خلاصة
		الفصل الثالث: السلوك المرتبط بثقافة الفرد الجزائري
125		تمهيد
126		ظروف تشكيل قيم الإنسان الجزائري
127		الشخصية الوطنية الجزائرية وظروف نشأتها
137		الثقافة الفرنسية كسلاح للجزائريين ضد فرنسا
145		إيديولوجيا الجزائر المستقلة
157		خلاصة
		الفصل الرابع: كرة القدم
187		تمهيد
188		المتطلبات البدنية للاعب كرة القدم (الإعداد البدني)
193		المتطلبات المهارية للاعب كرة القدم (الإعداد الفني أو التقني)
216		المتطلبات الحطوية للاعب كرة القدم الحديثة (الإعداد الحطوي، الإعداد التكتيكي)
234		المتطلبات النفسية للاعب كرة القدم (الإعداد النفسي)
247		خلاصة
		الجانب التطبيقي:
		الفصل الأول: منهجية البحث
250		تمهيد

251		المنهج المنوع
252		الدراسة الاستطلاعية
253		مجتمع وعينة البحث
253		مجالات البحث
254		كيفية تفرغ البيانات
254		أدوات البحث
256		صدق وثبات أدوات الدراسة
257		ثبات أدوات الدراسة
257		المقابلة
259		تحليل المضمون
259		الدراسة الإحصائية
260		القرار الإحصائي
		الفصل الثاني: عرض وتحليل النتائج
262		عرض وتحليل نتائج الاستبيان
285		عرض وتحليل المضمون الخاص بالمقابلة
292		خاتمة
		المراجع
		الملاحق

مقدمة:

تُعتبر لعبة كرة القدم شكل من أشكال النشاطات الرياضية الأكثر ممارسة من قبل الشباب على مستوى قرانا الجزائرية و ذلك بفضل سهولة تداولها. و مهما كانت الصورة التي تظهر بها، سواء كانت ذات طابع مؤسساتي أو شعبي (أي تمارس في الشوارع)، تسمح ممارسة كرة القدم في التجمعات الشعبية التي تفتقر إلى الوسائل المادية و البشرية الملائمة لبعض الشباب بإبراز ذاتهم أو الترفيه عنها لتعبر عن دوافع مختلفة في طبيعتها تتأثر بالسياقات المختلفة للممارسة الرياضية. وشهد العهد الإستعماري أنواعا وأشكالا أخرى تعبر عن دوافع ذات طبيعة معنوية، فالهدف الأساسي لموضوع الدراسة هو البحث عن آفاق جديدة في كيفية دراسة الدافعية التي طبعت ممارسة كرة القدم عبر مختلف الحقبات التاريخية للجزائر وذلك بدراسة العوامل الاجتماعية والذاتية في تفسير الدافعية الرياضية وكذلك محاولة إعطاء وجهة نظر جديدة في دراسة الدافعية بالكشف عن طبيعتها وأهدافها وذلك بالاستعانة بالعوامل المؤثرة فيها المتمثلة في دعم الحاجات النفسية الأساسية لاستثارة السلوك وتوجيهه، وجاءت دراستنا هذه في إطار الاهتمام بتقصي مستويات الدافعية الداخلية المستندة إلى نظرية الدافعية المحددة ذاتيا والتي تعد من العوامل المهمة والمساعدة في تحفيز الرياضيين على تحديد وتقرير ما هم بصدد القيام به في مجمل أنشطة حياتهم المهنية المستقبلية، وسوف نحاول تطوير مجال المعرفة فيما يخص الدافعية في المجال الرياضي وبالتالي المساهمة في فهم سيرورة الإرشاد النفسي للاعب الجزائري وإبراز أهميتها في الأداء الرياضي في علاقتها بالأداء وكفاءة الانجاز. عن طريق التعرف على الأسباب التي قد تؤدي إلى تطوير الدافعية المحددة ذاتيا والدور الذي يلعبه المدرب في تسهيل الأداء أو إعاقته يمكن أن تشكل تمهيدا لدراسات طويلة في ميدان الدافعية من شأنها أن تقود المعلمين والمدربين وكذلك أولياء التلاميذ الرياضيين إلى تبني أحسن الأساليب الداعمة لحاجات المتعلمين من أجل تسجيل أحسن للأداء والنتائج فهي تؤثر مباشرة على جودة المخرجات التعليمية. من خلال وضع إستراتيجية دافعية لدعم هذه الحاجات النفسية الأساسية بالنسبة للرياضي. والتي يمكن أن تساهم حتما في إثراء جودة المخرجات التعليمية وتكون مؤشرا حقيقيا لمدى تطور مستواهم و أداءاتهم المستقبلية ومساعدتهم في انجاز المشروع الرياضي وبالتالي الوصول لنجاحهم الاجتماعي.

يتم التدريب على الإعداد البدني العام من خلال التحكم في أحمال التدريب من ناحية درجة الجهد المبذول، ومقدار الراحة المناسبة ومعرفة تأثيرهما على أجهزة الجسم المختلفة للاعب، فان الإعداد النفسي يتم التدريب عليه من خلال مساعدة اللاعب في السيطرة على أفكاره وتركيز انتباهه والتحكم بالانفعالات وعدم التوتر أو الخوف الزائد من المنافسة ، وتتطلب المستويات الرياضية العالية من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهارية والخطئية والنفسية بصورة متكاملة وذلك للمحاولة إحراز أفضل مستوى ممكن ، وقد تقاربت طرائق الإعداد البدني والمهاري والخططي ومبادئها إلى درجة كبيرة خلال السنوات الأخيرة ولذا أظهرت الحاجة إلى المزيد من العناية بالناحية النفسية ، والتفوق الرياضي يتوقف على مدى توظيف اللاعبين لمهاراتهم النفسية والبدنية، فالمهارات النفسية تمثل بعدا مهما في إعداد اللاعبين فهي تؤدي دورا أساسيا في تطوير الأداء وأصبح ينظر إليها كأحد المتغيرات التي يجب العناية بها جنبا إلى جنب مع المتطلبات البدنية والمهارية والخطئية فالأبطال الرياضيون على المستوى الدولي يتقاربون بدرجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهاري والخططي ويحدد العامل النفسي نتيجة اللاعبين أثناء المنافسة حيث تؤدي دورا رئيسيا في تحقيق الفوز ، ففي المراحل الأولى من إعداد المهارات النفسية ليتمكن تحقيق الاستفادة من تطبيق هذه المهارات في المجال التنافسي وعدم إغفالها حتى لا تعوق تحقيق الانجاز على المستوى العالي.

يهتم الإرشاد النفسي الرياضي بالمجال التنافسي في محاولة التعرف على المشاكل والمواقف التي تواجه اللاعبين للتخلص من ضغوط المنافسة، والمساهمة في إحراز البطولات العالمية والفوز بالميداليات الأولمبية واختلف أسلوب تناول الدراسات في الإعداد النفسي للمنافسات إلا أنها تصف الاستخدام الأمثل قبل الأداء مباشرة وتتضمن عددا من الاستراتيجيات مثل (التصور العقلي مهارات تركيز الانتباه، والاستثارة والثقة بالنفس)، وترجع أهمية هذه المهارات في التأثير على المستوى البدني، المهاري والخططي وتقليل نسبة الخطأ في أداء اللاعبين "إذا علمنا أن المهارات النفسية تسهم على الأقل بـ 50% من أداء معظم الرياضات (أسامة كامل راتب 1997 ص 79) وقد تزداد إلى 80% أو 90% في بعض الرياضات مثل الغولف والتنس.

تعد كرة القدم أحد الألعاب الرياضية التنافسية التي تتميز بالأداء الحركي المتغير الذي يتطلب القدرة على التجاوب السريع مع ظروف المباراة كما أنها تتميز بالكفاح المباشر بين الفريقين ، وأنها تزخر بالمواقف والضغوط النفسية التي تتميز بشدتها وسرعة تغيرها الذي من شأنه أن يؤثر على المستوى البدني، المهاري، والخططي للاعب ومن ثم على نتيجة المباراة ولذلك كان لازما على المدربين التخطيط المبكر لتنمية المهارات النفسية إلى جانب إعدادهم البدني والمهاري والخططي، ومن هذا المنطلق يحاول الباحث في هذا المشروع التطرق إلى واقع محددات الإرشاد النفسي الرياضي النخبوي لدى الفرق المحترفة لكرة القدم الجزائرية ، والدراسة والمقارنة بين مختلف مراحل تطور الرياضة الجزائرية.

لقد اخترنا في دراستنا بعض قدماء لاعبي المنتخب الوطني الثوري وكذا لاعبي بعض النوادي العاصمة اثناء فترة الاشتراكية وفترة العشرية السوداء فئة الأكاير الى جانب لاعبي فرق مولودية العاصمة، اتحاد العاصمة، شباب بلوزداد، اتحاد الحراش، و كل هؤلاء الاعبين و الفرق تنشط في الرابطة المحترفة الأولى في الفترة الحالية، من أجل إجراء دراستنا ، ولقد قسمنا بحثنا إلى بايين:

الباب الأول (الجانب النظري): ويتضمن ثلاثة فصول وهي كالتالي:

الفصل الأول: إستعرضنا موضوع الإرشاد النفسي الرياضي في الميدان الرياضي، مفهومه وطرق نشأته، وأهم النظريات التي تقوم عليها العملية الإرشادية، وإلى أهمية الإرشاد في الميدان الرياضي، وأثره الإيجابي على اللاعبين. وفي الفصل الثاني: عرضنا فيه موضوع الدوافع عند الرياضي، بالوقوف على أهم النظريات والمقاربات العلمية المفسرة له. في الفصل الثالث: حاولنا فهم طبيعة السلوك المرتبط بثقافة الفرد الجزائري. أما في الفصل الرابع فقد تناولنا فيه موضوع كرة القدم فعرضنا فيه المتطلبات البدنية، ثم المتطلبات مهارية، وبعض المتطلبات الخططية، وأخيرا المتطلبات النفسية وتطرقنا إلى أهمية كل المتطلبات للاعبي كرة القدم.

أما بالنسبة الباب الثاني فقد خصصناه للدراسة التطبيقية، فقد تضمن فصلين:

الفصل الرابع: يخص الإجراءات المنهجية للبحث.

الفصل الخامس: تم فيه عرض و تحليل ومناقشة النتائج في ضوء الفرضيات الجزئية.

ثم قدمنا بعض الاقتراحات والتوصيات، وفي الأخير ختمنا البحث بخاتمة عامة.

1. الإشكالية:

تعد المنافسات الرياضية مصدرا لكثير من المواقف الانفعالية المتغيرة أثناء المنافسات الرياضية لارتباطها بمواقف النجاح، الفشل، الفوز أو الخسارة، ولهذه النواحي الانفعالية فائدتها، إذ تبين أن اللاعب الذي لا يمتلك قدرا كافيا من السمات الشخصية مثل الشجاعة والمثابرة والإرادة والثقة بالنفس وغيرها من هذه الصفات الإرادية تحت ظروف التنافس الصعبة لا يمكنه الوصول إلى الانجاز الرياضي المنشود، كما أن الوصول للمستويات الرياضية العليا لم يكن وليد الصدفة أو بطريقة عشوائية وإنما هو نتيج للاستخدام 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" (محمدي ممدوح، 2004، ص 08)

ويذكر حسان عبد الكاظم، أن الإعداد النفسي ركن أساسي في إعداد اللاعب المتكامل من النواحي البدنية والمهارية والخططية وأن تطوير المهارات النفسية للاعبين لا يقل أهمية عن تطوير المهارات البدنية والحركية، وإنها تعطي وتضيف قوة وأهمية للعملية التدريبية باعتبار إن الجانب النفسي يدرس تأثير النشاط الرياضي على متغيرات الشخصية (حسان عبد الكاظم ونزال عبد الحليم، 2004 ص 63)، كما ذكر البصول، نقلا عن عبد المقصود 1992، أن لكل نشاط رياضي خصائصه النفسية التي يتميز بها عن غيره من السمات النفسية مثل الثقة بالنفس، التصميم، ضبط النفس والمثابرة، واثبات الذات للوصول إلى المستويات العليا (البصول ماجدولين عبد المهدي، 2008 ص 16).

الإعداد النفسي يعتبر من الظواهر الأساسية في الحقل الرياضي، حيث يلعب هذا النوع من الإعداد دورا كبيرا في الصراعات الرياضية في الوقت الحالي وله تأثير مباشر على الانجاز الرياضي مؤكدا أنه بالرغم من النقص في الإعداد البدني والتكتيكي لدى اللاعب إلا أنه حقق انتصارا غير متوقع مما يرجع السبب في هذا الانتصار إلى العامل النفسي المتمثل في الإرادة والتصميم للتغلب على المصاعب والمشاكل التي تواجه اللاعب مهما كانت درجتها. (الربضي كمال جميل، 2001 ص 63).

تعد مناهج الإرشاد النفسي حاليا من الأساليب المستخدمة في التدريب للأجل إيجاد اتجاهات جديدة لدى الرياضيين من خلال تعديل السلوك لكي يحقق المستوى المطلوب منه للنجاح في الفعالية الرياضية، فكي يسلك الفرد سلوكا معيناً لا بد من وجود دوافع تحركه والبيئة الخارجية تحكم كيفية تحقيق هذا الدافع، فالذات هي الوحدة التي تجمع مختلف الظواهر النفسية سواء كانت هذه الظواهر تتعلق بما هو إدراكي معرفي مثل الذكاء والعمليات العقلية العليا، أو القدرات الخاصة التي تكتسب من التعلم بالنقل من البيئة أو بالتعليم المقصود، كما تشمل الذات على الجانب الوجداني النزوعي الذي يتكون من الصفات المزاجية واللاشعورية، فهذا يعني أن العوامل النفسية والجسمية والاجتماعية تشترك كلها في ظهور أي من أنواع السلوك، وترتبط العوامل الجسمية (النواحي الجسمية، الصحة العامة، القدرات والاستعدادات البدنية)، ارتباطاً بالتكوين النفسي حيث تأثر فيه وتتأثر، ومن هذا يتضح أن الإرشاد النفسي مرتبط بجميع مناحي النشاط الرياضي، على مختلف مستوياته ومجالاته.

لكن للأسف فإن الكثير في الفرق النخبوية الجزائرية لكرة القدم ينظرون نظرة ضيقة لدور المرشد النفسي واقتصره على تحميس اللاعبين قبل المباراة بهدف الفوز بالمباراة، ولكن في الحقيقة أن دور المرشد النفسي الرياضي أكبر من ذلك بكثير فهو يقوم بالإعداد النفسي من الناشئ بهدف التوجيه والانتقاء، والإرشاد لتنمية السمات الدافعية وتنمية القدرات والسمات الشخصية وتنمية المهارات النفسية كالاسترخاء والتركيز والانتباه، وحل مشكلات اللاعبين مع بعضهم البعض والعمل على جعل الفريق والجهاز الفني أسرة واحدة.

يعتبر الإرشاد النفسي نوعاً من التوجيه الذي يتعامل مع المشكلات الانفعالية بالدرجة الأولى إذ لا يتعامل مع المشكلة التي يظهرها صاحبها وإنما يهتم بالفرد بنفسه (حمزة مختار، 1976 ص 237) ومن الأهمية في هذا المجال أن نركز على نظرة القرآن الكريم لعملية الإرشاد النفسي وكيفية تحقيقها والتي لها تأثير في سلوك الإنسان لا بد أن نشير إلى أن جمهور المرشدين والمعالجين النفسيين على اختلاف أديانهم أجمعوا على الإرشاد النفسي يقوم على الأسس والمفاهيم ومبادئ وأساليب دينية وروحية إذ أن المعتقدات الدينية لمرشد أو مسترشد هامة وأساسية لكونها تعد ضوابط للسلوك ومعايير مقدسة ومحدداً له (زهرة حامد عبد السلام، 1970 ص 79) لذا فإن القرآن الكريم كتاب الدين والهداية أنزله الله سبحانه تعالى على النبي صلى الله عليه و سلم للناس كافة يخاطب فيه عقل الإنسان ووجدانه

ويرشده إلى الطريق الأمثل لتحقيق ذاته ونمو شخصيته (نجاتي محمد عثمان، 1982 ص15) ومن هذا المنطلق فإن الفكر الإسلامي في الرياضة والتربية البدنية يتأسس من نظرة القرآن الشمولية للإنسان (الخولي أمين أنور، 1995 ص132). بالإضافة إلى هذا فإن المرشد النفسي الرياضي يجب أن يكون لديه معرفة وافية عن وظائف الأجهزة الحيوية للفرد وتكوين تلك الأجهزة كذلك يجب أن يعرف العلاقة بين تلك الأجهزة وسلوك الفرد.

وانطلاقاً من المعطيات المتوفرة لدينا رأى الطالب إلى ضرورة إخضاع المحددات الإرشاد النفسي الرياضي إلى الدراسة وذلك من أجل معرفة ما هو نظري وما يحصل في الواقع للفرق الجزائرية النخبوية لكرة القدم، الأمر الذي أدى بنا إلى طرح الإشكالية الرئيسية كالتالي :

- ماهي محددات الإرشاد النفسي الرياضي النخبوي بين مختلف مراحل تطور كرة القدم للرياضي الجزائري؟

ومنها طرحنا التساؤلات الفرعية التالية :

- هل البعد الروحي (العقيدة، الدين) للمجتمع الجزائري يمكن أن يُحسن ويُفعل من عملية الإرشاد النفسي لدى لاعبي كرة القدم للفرق النخبوية الجزائرية؟

- كيف يمكن تفعيل البعد المادي في تحسين وتفعيل عملية الإرشاد النفسي لدى لاعبي كرة القدم النخبوية الجزائرية؟

2 فرضيات البحث:

الفرضية الرئيسية:

- هناك اختلاف في واقع محددات الإرشاد النفسي الرياضي المعتمدة بين مختلف مراحل تطور كرة القدم للرياضي الجزائري.

لفرضيات الجزئية:

- البعد الروحي (العقيدة، الدين) للمجتمع الجزائري يمكن أن يُحسن ويُفعل من عملية الإرشاد النفسي لدى لاعبي كرة القدم.

- البعد المادي له أهمية بالغة في تحسين وتفعيل مختلف مجالات الإرشاد النفسي لدى لاعبي كرة القدم (الدافعية، الثقة بالنفس، تماسك الفريق) .

3 أهداف البحث وأهميته:

- تهدف هذه الدراسة أساسا إلى معرفة واقع محددات عملية الإرشاد النفسي الرياضي لفرق النخبة لكرة القدم الجزائرية، ومقارنة الواقع التطبيقي السائد في هذه الفرق في المراحل الأربعة، بالنظري الأكاديمي الموضوعي الموجود في كتب الإرشاد النفسي الرياضي مع مراعاة الخصائص النفسية الاجتماعية الثقافية الاقتصادية وكذلك البعد الروحي للرياضي الجزائري بالإضافة إلى أهداف أخرى حددت في النقاط الموالية :
 - إبراز واقع الإرشاد النفسي الرياضي لفرق كرة القدم النخبوية الجزائرية. -الكشف عن المردود الاقتصادي المالي لهاته النوادي الرياضية.
 - كشف عن نوعية الطرق المستخدمة في الإعداد النفسي للاعبين كرة القدم النخبوية، ومدى ملاءمتها لمقومات الرياضي الجزائري من حيث (الدين، العقيدة، الثقافة، الخصائص النفسية) وكذا الحوافز المادية.
 - المقارنة بين الواقع السائد في عملية الإرشاد النفسي الرياضي، وماهو أكاديمي موضوعي في كتب الإرشاد.
 - معرفة مدى اهتمام الطواقم الفنية لكرة القدم الجزائرية النخبوية بعمليات الإرشاد النفسي الرياضي عموما، والإرشاد النفسي العام.
 - المساهمة في البحث الميداني الخاص بالإرشاد النفسي الرياضي النخبوي.
- تتصب أهمية هذا البحث في إبراز وكشف واقع محددات الإرشاد النفسي الرياضي النخبوي للفرق لكرة القدم الجزائرية، ومقارنته بالأسس النظرية الأكاديمية، وكل ما توصل إليه العلم الحديث في مجال الإرشاد النفسي، والإعداد النفسي العام، بالإضافة إلى إبراز الواقع السائد بتكليف برامج الإرشاد النفسي ومدى ملاءمتها للمقومات الجوهرية للاعب الجزائري في كل من البعد الروحي (القرآن، السنة)، التحفيز المادي والمعنوي، التحليل النفسي اللاشعوري، وكذلك الإعداد البدني لما يتضمنه من إعداد فسيولوجي تكتيكي، تقني.

4 أسباب اختيار الموضوع:

إن الدوافع التي أدت بنا إلى القيام بهذا البحث هو أن الدراسات الجادة حول هذا الموضوع تكاد تكون منعدمة، خاصة فيما يتعلق بمحددات عملية الإرشاد النفسي الرياضي، فمن خلال الاطلاع على الدراسات والأبحاث، والوسائل في مجال الإرشاد النفسي الرياضي، حيث لاحظ الطالب أن الاهتمام كان منصبا على الإعداد النفسي (طويل، قصير المدى)، في حين تم إهمال المقومات الجوهرية للرياضي الجزائري لما يتميز به من خصائص نفسية، اجتماعية، ثقافية تميزه عن باقي الرياضيين العرب، بالإضافة إلى البيئة والبعد الروحي (العقيدة والدين) للمجتمع الجزائري.

إضافة إلى هذا هناك دافع شخصي يتمثل في أن الطالب لديه ميل لهذه النوعية من المواضيع المتعلقة بالإرشاد النفسي الرياضي، خاصة المتعلقة بكشف واقع الإرشاد في الفرق النخبوية الجزائرية، ومقارنته بما اكتسبه أثناء مرحلة التكوين.

5 - تحديد المفاهيم والمصطلحات:

لقد وردت في مشروع بحثنا مصطلحات عديدة تفرض على الطالب أن يوضحها كي يستطيع القارئ أن يتصفح فيه ما جاء دون عناء أو غموض.

5-1 الإرشاد النفسي الرياضي:

- الإرشاد في المجال الرياضي هو 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 عبد الحفيظ، 2002 ص14)

- هو عملية تعليمية تقوم على نظريات ومبادئ التعلم ليصبح الشخص متوافق مع المتطلبات الاجتماعية الحالية والمستقبلية من خلال علاقة تتألف بين المرشد وهو الشخص

الذي تم إعداده وتدريبه على الطرائق وأساليب الإرشاد النفسي والمسترشد وهو الشخص أو العميل الذي يتلقى عملية الإرشاد" (محمد إبراهيم عيد ، 2005 ص24)

هي عملية تفاعلية متواصلة تجمع بين المرشد ومختلف أعضاء الفريق للغاية تحقيق الاستقرار النفسي، والتحرر من القلق والمخاوف، وزيادة الدافعية لتحقيق الأهداف الرياضية للفريق.

5-2 الإعداد النفسي الرياضي:

- الإعداد النفسي يقصد به تلك العمليات التي من شأنها إظهار أفضل سلوك يعضد ايجابيا كلا من الأداء البدني والمهاري والخططي للاعب أو اللاعبة والفريق للوصول به إلى قمة المستويات بما يساهم ايجابيا في الوصول إلى قمة المستويات الأداء وتتلخص عملياته في البحث عن الأسباب التي تؤثر في سلوكهم ومن ثم الوصول إلى مخطط ينفذ من خلاله آليات تساهم في تطويع وتعديل السلوك بما يساهم ايجابيا في الوصول إلى قمة مستويات الأداء . (مفتي إبراهيم حماد، 1996 ص233)

ويضيف كلا من احمد فوزي وطارق محمد بدر الدين (احمد فوزي وطارق محمد بدر الدين 2001ص17) انه يمكن إيجاز مفهوم الإعداد النفسي بأنه تلك العمليات أو الإجراءات لتربوية التي تعمل على منح عمليات الاستثارة أو الكف الزائدة أو المنخفضة التي تؤثر سلبا على مستوى الانجاز الرياضي كما تساعد على التكيف مع مواقف وظروف المنافسة الرياضية وما يرتبط بها من أعباء نفسية مما قد يؤدي إلى الإقلال من الإحساس من الخوف والتوتر والقلق النفسي وعدم الثقة بالنفس والعوامل التي تؤدي إلى انخفاض مستوى الانجاز الرياضي .

يرى الطالب أن الإعداد النفسي هو عملية مكاملة ولا تنفصل عن الأداء المتكامل للاعب والتي تضم جوانب الإعداد البدني، الإعداد المهاري، والإعداد الخططي ومن المستحسن التخطيط لها على المدى الطويل والقصير.

3-5 محددات الإرشاد النفسي الرياضي :

يرى Horne 1972 (Horne 1972) أن محددات الإرشاد هي 3:

المرشد: اتجاه المرشد و خلفيته العلمية وتدريبه وخبراته في العلاقات الإرشادية.

العميل : هناك من العملاء يكون منطويا أو منبسطا، أو عميل صعب أو سهل.

المشكلة : فهي تحدد طريقة الإرشاد حسب نوعية المشكلة (شخصية، تربوية، دينية)

يرى الطالب أن محددات الإرشاد النفسي الرياضي هي: البعد الروحي، الحوافز المادية والمعنوية ، الإعداد البدني (البدني ،التقني، التكتيكي) الانتقاء والتوجيه، الإعداد النفسي الرياضي، الروح المعنوية

4-5 متطلبات كرة القدم الحديثة:

- إن إعداد اللاعبين في كرة القدم يشمل على عدة نواحي كالإعداد البدني، الإعداد المهاري

وأیضا الإعداد الخططي والذهني والنفسي. (طه إسماعيل حماد، 1989 ص90)

يرى الطالب أن متطلبات كرة القدم تتضمن المتطلبات البدنية والطاقوية والمتطلبات

البيكولوجية (الإعداد النفسي) والمتطلبات التقنية والتكتيكية والمتطلبات المرفولوجية.

6- الدراسات السابقة والمشابهة :

6-1 الدراسة الأولى سنة 2003-2004:

دراسة الطالب : اسعون محمد أكلي تحت عنوان : "الإعداد النفسي الرياضي ومدى تأثيره بالتغير الاجتماعي والثقافي" دراسة مقارنة نفسية اجتماعية وثقافية .

- رسالة ماجستير بمعهد التربية البدنية والرياضية لجامعة الجزائر سنة 2004 تحت إشراف الدكتور : بن تومي عبد الناصر .

- الاستنتاج العام من الدراسة :توصلت أهم النتائج إلى أن الإعداد النفسي الرياضي يتأثر بالتغيرات الاجتماعية السائدة وكذلك الاعتبارات الثقافية ، وأهم التوصيات التي توصل إليها الطالب هي ضرورة مراعاة البيئة الاجتماعية والثقافية لضرورة تحقيق النتائج المرجوة .

6-2 الدراسة الثانية سنة 2004-2005 :

رسالة ماجستير للطالب عبد السلام مقبل الريمي تحت إشراف الدكتور بن عكي محمد أكلي تحت عنوان: "أهمية الإعداد النفسي قصير المدى وعلاقته بنتائج الأداء الرياضي" الاستنتاج العام من الدراسة: التحضير النفسي بنوعيه سواء قصير المدى أو طويل المدى له تأثير بالغ الأداء الرياضي لرياضي المستويات العليا في اختصاص الكاراتيه.

6 - 3 الدراسة الثالثة 2003-2004:

عنوانها "تأثير التغذية الرجعية في الخفض من حالة القلق التنافسي لدى لاعبي كرة اليد" رسالة ماجستير في التربية البدنية والرياضة ، اوسماعيل مخلوف 2004/2003م حيث هدفت الدراسة إلى الحصول على حالة الاسترخاء بصفة إرادية والتحكم في أفعاله اللاإرادية ، وهذا يعمل على خفض بعض مستويات القلق أثناء المنافسات الرياضية واعتمد الباحث على المنهج التجريبي ، وأسفرت النتائج إلى وجود تأثير التغذية الرجعية على سمة القلق التي تعتبر حالة مرضية يعني بالإيجاب على الحالة النفسية للاعب .

6-4 الدراسة الرابعة 2004 - 2005

دراسة بعنوان: انعكاسات حالة الإعداد النفسي للاعبين في ظهور السلوك العدواني أثناء المنافسات الرياضية .

دراسة متمحورة حول رياضة النخبة في كرة القدم .لأندية الجزائر العاصمة، من إعداد الطالب محمد عدلان خلفوني بمعهد التربية البدنية و الرياضية بجامعة الجزائر دفعة 2004 - 2005 . و إشكالية الدراسة حددها الباحث في تساؤلات هي :

-هل يرجع السلوك العدواني للاعبين لضعف الدافع للإنجاز في المنافسات الرياضية؟

-هل يرجع السلوك العدواني للاعبين لضعف سمة التصميم أثناء المنافسة الرياضية ؟

-هل يرجع السلوك العدواني للاعبين لضعف ضبط النفس خلال المنافسة؟

من خلال نتائج الاختبارات لحالة الإعداد النفسي لهؤلاء اللاعبين (30 لاعب كرة قدم أكابر لأندية العاصمة) تبين أنها تحققت و ذلك لان معظم هذه الاختبارات تؤكد على نقص وضعف بعض الصفات النفسية لهم و المتمثلة في ضعف الحاجة لتحقيق النجاح و الفوز في المسابقات و عدم ثقتهم في أنفسهم و كذلك ضعف الحاجة لتحقيق النجاح .

6-5- الدراسة الخامسة سنة : 2002 - 2003

-دراسة بعنوان " مكانة البعد الروحي في عملية الإرشاد و النفسي الرياضي لفرق النخبة الجزائرية

من إعداد الطالب : بلخادم محمد بمعهد التربية البدنية و الرياضية جامعة الجزائر دفعة 2003 .ركز الطالب في دراسته على عناصر أساسية روحية و نفسية و تقنية و بدنية من شأنها أن تساهم في تحسين كمستوى الأداء الرياضي و بالتالي تحقيق الفوز والانتصار .

أكدت النتائج على: أهمية البعد الروحي في الرفع من مستوى الأداء الرياضي

-أهمية البعد الروحي في تحقيق الفوز والانتصار

-غياب البعد الروحي ضمن اللوائح التنظيمية لنشأة الفرق الوطنية وكذا المراسيم القانونية.

- تراجع النتائج الرياضية بسبب تقهقر البعد الروحي .

-الاهتمام المتزايد بالبعد المادي و الروحي وذلك لتحقيق الأداء الرياضي الجيد.

-أهمية الإعداد الرياضي العقلاني المتمحور حول البعد الروحي .

6-6- الدراسة السادسة 2003-2004:

بعنوان "انعكاسات حالة الإعداد النفسي للاعبين في ظهور السلوك العدواني أثناء المنافسات الرياضية في كرة القدم".

للطالب :محمد عدنان خلفوني - رسالة ماجستير معهد التربية البدنية والرياضية -2003-2004. والتي تناولت موضوع دراسة العوامل والأسباب المؤدية لسلوك العدواني والعنف

الرياضي للاعبين في أندية كرة القدم الجزائرية وارتباط هذا السلوك العدواني بضعف حالة الإعداد النفسي لدى هؤلاء اللاعبين في برنامجهم التدريبي.

واستنتج من الدراسة أن هناك نقص وضعف في الحالة النفسية لهؤلاء اللاعبين في ميدان كرة القدم في الأندية ، مما أدى ذلك إلى ظهور سلوكيات وتصرفات رياضية غير مرغوب فيها تتعكس في شكل عدائي وعنفي مع الآخرين أثناء المنافسة الرياضية أو أوقات التدريب.

6-7 الدراسة السابعة 2004-2005:

عنوان الدراسة "تأثير تدريب المهارات النفسية العقلية على نسبة قلق المنافسة عند رياضي الكاراتيه في تخصص "القتال الفعلي للكاراتيه"

رسالة ماجستير في منهجية التربية والرياضة ، عبد العزيز الوصابي ، 2004-2005 هدفت الدراسة إلى تحديد مدى تأثير المهارات النفسية العقلية لرياضي الكاراتيه في الوضعيات التنافسية الصعبة ، استخلاص مجموعة من التوصيات تكون مرشد مستقبلي ، واستنتج من هذه الدراسة النتائج المتحصل عليها في مختلف الاختبارات التي تم مراقبتها على ثلاثة مجموعات من رياضيين ذوي المستوى الرفيع - ولم تتوفر كل الشروط المنهجية الخاصة بتجربة في المخبر إلا أنها تكونت عينة البحث من 50 مدربا جزائريا و20 مدربا عربيا في رياضة الكاراتيه و20 لاعب كاراتيه تخصص قتال كوميتية يمثلون نادي مولودية الجزائر ونادي الأمن الوطني بالجزائر العاصمة المجموعة الأولى /قدم إليها أوراق الاستبيانات وهي عينة المدربين الجزائريين وأيضا للمدربين العرب في رياضة الكاراتيه المشاركين في فعاليات بطولة الألعاب العربية المقامة في الجزائر ، المجموعة الثانية /طبق المقياس على العينة الثانية وهم رياضي الكاراتيه ، نتائج الدراسة اتضح أن هناك تأثير على المهارات النفسية وذلك بزيادة أو خفض أو الحفاظ على القلق المناسب عند رياضي الكاراتيه .

6-8 الدراسة الثامنة: 2003-2004

عنوان الدراسة "تأثير القلق على الرياضيين الجزائريين خلال المنافسة" دراسة وصفية تحليلية لحالة فريق شبيبة القبائل _ رسالة ماجستير في منهجية التربية البدنية والرياضية ، قشط عبد القادر ، هدفت الدراسة إلى معرفة مصادر القلق ، وبالتالي تسهل مهمة تحضير وتهيئة اللاعبين لخوض المنافسات من دون مركب نقص ، أيضا من خلال اللاعبين ، أما من ناحية المستوى فنجد أن القلق المنخفض يعمل على الدافع المحفز والمنشط ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، أيضا استخدم الأدوات في الدراسة منها الدراسة النظرية ، مقياس تقييم الذات ، مقياس القلق المعرفي ، الاستبيان حيث كانت عينة البحث نادي شبيبة القبائل.