

الفصل الأول

مدخل البحث

مشكلة البحث وأهميته

أهداف البحث

فروض البحث

المصطلحات



مشكلة البحث وأهميته:

يتأثر الرياضى بالظروف المحيطة به عند أدائه للمهارات الحركية المختلفة خلال التدريب أو المنافسات، وتختلف نوعية ذلك التأثير وشدته تبعاً لطبيعة تلك الظروف، ففي بعض الأحيان يكون التأثير على الأداء إيجابياً وفي أحيان أخرى يكون سلبياً.

وتتميز المنافسات والمسابقات الرياضية بزيادة حماس اللاعبين وارتفاع مستويات الدافعية والاستثارة لديهم كما يصاحب ذلك في بعض الأحيان درجة عالية من الانفعال والتوتر. وتؤثر هذه الانفعالات النفسية المصاحبة للجو العام المنافسات الرياضية على أداء الرياضى بشكل واضح في معظم الأحيان. فمن جهة نلاحظ أن الكثير من الإنجازات الرياضية المتميزة تسجل خلال المنافسات والبطولات المحلية والدولية الهامة تحت ظروف من الشحن والاستثارة العالية. ومن جهة أخرى نلاحظ في بعض الأحيان انخفاض مستوى أداء الفرق الرياضية أو اللاعبين بشكل ملفت للنظر تحت ظروف مشابهة. (٩٣: ١٥٧)

وتلعب العوامل النفسية في يوم المنافسة دوراً هاماً في تحديد نوعية الأداء الذي يقوم به الرياضى ومستوى الإنجاز الذي يحققه. وذلك لان الانفعالات النفسية تتأثر بالظروف المحيطة وبأجواء المنافسة. وهي بدورها تؤثر على أداء الرياضى. فغالبا ما يصاحب المنافسة شعور بالاستثارة العالية والقلق مما يؤثر على مستوى أداء الرياضى للمهارات. (٩٣: ١٥٧)

وينظر إلى الإعداد النفسي قبل المنافسة كنوع من الإعداد النفسي قصير المدى. وهو عادة يبدأ قبل المنافسة بيومين ولا تتجاوز أسبوعاً. وتمثل هذه الأيام القليلة التي تسبق المنافسة وخاصة اليومين الأخيرين أهمية كبيرة في البرنامج التدريبي وخاصة من الناحية النفسية، لذلك ليس المستغرب أن يطلق عليها بعض المتخصصين في الإعداد النفسي للرياضيين "فترة الإعداد الحرجة" Critical Reading Period حيث أن التقصير في الإعداد النفسي خلال هذه الفترة ينعكس بدوره على النواحي الأخرى سواء كانت البدنية أو المهارية الخ. انه من الأهمية بمكان أن تشهد هذه الفترة افضل حالات الرياضى البدنية والذهنية والانفعالية. (١٤ : ٣٩٧)

وقد شهدت السنوات الأخيرة تزايد الاهتمام بالإعداد المتكامل للرياضيين من النواحي البدنية المهارية والخططية والنفسية. وحيث أن الإعداد البدني المهارى والخططي قد تعددت طرقه ومبادئه إلى حد كبير، وظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمام بدراسة العوامل النفسية المرتبطة بالإعداد الرياضى من

منظور تأثير تلك العوامل النفسية على الأداء الرياضى من ناحية وكيف تؤثر الممارسة الرياضية على نمو الشخصية والنواحي النفسية من ناحية أخرى. (١٠٠: ١٩)

ويؤكد المعنى السابق، العديد من المهتمين بالدراسات النفسية للرياضيين. حيث يتفق كل من "علاوى" ١٩٨٧ (٧١)، و "كاوس" Kauss ١٩٨٠ (١١٨)، "سالملا" Salmela ١٩٨١ (١٣٩)، "بل" Bell ١٩٨٣ (٩٩)، "هاريس" Harris ١٩٨٤ (١١٥)، على أهمية الإعداد النفسي في تطوير الأداء الرياضى. كما يؤدي الإعداد النفسي دورا هاما في تحقيق التفوق الرياضى، وخاصة فترة ما قبل واثاء المنافسة حيث يشير العديد من المهتمين بالدراسات النفسية مثل "فيشر" Fisher ١٩٧٦ (١٠٨)، "كلافور" Klavora ١٩٧٧ (١٢٠)، و "او كسندين" Oxendine ١٩٨٠ (١٣٣)، و "لاندرز" Landers ١٩٨٠ (١٢١) إلى أن هناك مستوى امثل من الاستثارة الانفعالية يناسب شخصية الرياضى، ويلتزم طبيعية المهارات الرياضية الأمر الذي يدعو إلى استخدام الأساليب الملائمة بما يضمن محافظة الرياضى على المستوى الأمثل لاستثارته الانفعالية، حتى يتسنى تحقيق افضل مستوى لادائه.

وتعتبر دراسة سمات الشخصية للرياضيين واحده من اكثر موضوعات البحث فى مجال علم النفس عامة ، وعلم النفس الرياضى خاصة ، فالخصائص البدنية الفريدة والمواهب التي يتميز بها الرياضيون تدعو العديد من المتخصصين فى علم نفس الرياضى إلى محاولة التعرف على البروفيل النفسي Profile (الصفحة الشخصية) لهؤلاء الأشخاص (١٤١: ٩٣) ويزيد من أهمية معرفتنا بطبيعية الخصائص النفسية للرياضيين المساعدة فى انتقاء الرياضيين وتوجيههم إلى الرياضات التي تناسب استعدادهم فضلا عن تطوير هذه الخصائص النفسية التي تلائم طبيعة ونوع النشاط الرياضى. (١٧٦: ٤٨) •

وتعتبر الاستثارة الانفعالية Arousal من الخصائص النفسية الهامة باعتبار أنها تعبر عن شدة الانفعال، وتستخدم بشكل متبادل مع كل من مصطلحي التنشيط Activation وتعبئة الطاقة Energy Mobilization ؟ وهى عادة نتاج العديد من الانفعالات الهامة التي تؤثر على الأداء الرياضى (١١: ١٢، ١٢) والنجاح فى المنافسة مبنى على مستوى القلق العام لدى اللاعب وكذا على حاجته إلى الإنجاز الرياضى. (٥: ٨١)

كما تحلل السمات الانفعالية أهمية خاصة لارتباطها الوثيق بالمنافسة الرياضية الأمر الذي يؤكد ضرورة أن يتسم الرياضى ببعض السمات الانفعالية

الإيجابية حتى يستطيع التحكم فى انفعالاته أو توجيهها الوجهة الملائمة وفقا لطبيعة الأداء الرياضى. (٧١: ١١١)

وعندما نتحدث عن الاستثارة الانفعالية للاعب قبل المنافسة خلال فترة الاستعداد الحرجة فان هناك عاملين هامين يؤثران فى استعداد اللاعب، ومن ثم مستوى أدائه ويرتبط العامل الأول بالبيئة المحيطة باللاعب مثل مكان انعقاد المنافسة، الأدوات والأجهزة والمناخ والطقس، الجمهور الخ، بينما يرتبط العامل الثانى بما يحدث داخل اللاعب من أفكار، ومشاعر، واتجاهات، وآمال، ومخاوف الخ، ولا شك أن هناك تداخلا بين العاملين السابقين أى ما يحدث داخل اللاعب وكذلك الأحداث التي تقع خارجه. (١٥: ٢٠٢)

هذا ويوضح "مارتنز" Martens ١٩٧٦ أن هناك هدفين رئيسيين لدراسة سمات الشخصية فى المجال الرياضى هما: مدى تأثير الشخصية على الأداء الرياضى هذا من جهة ومدى تأثير السلوك الرياضى على شخصية الفرد من جهة اخرى. (١٢٦: ٤١٧)

كما يشير "كراتى" Cratty ١٩٧٣ إلى أن هناك خصائص نفسية تميز بعض الأنشطة الرياضية عن البعض الآخر (١٠٤: ١٩). كما يوضح كل من "رونالد" و "روبرت" Ronald & Robert ١٩٨١ انه من المتوقع تبين بعض سمات الشخصية لدى الرياضيين تبعا لاختلاف نوع النشاط الرياضى . (١٠٦: ١٧٦)

ويذهب "ريان" Ryan ١٩٧٦ إلى ما هو ابعد من ذلك ويشير إلى أن اختلاف بعض سمات الشخصية لدى الرياضيين قد يكون شيئا متوقعا تبعا لمركز اللعب أو نوع المسابقة فى نشاط رياضي معين . (١٣٦: ٤٠٩)

ويمكن تصنيف سمات الشخصية باعتبارها تجمعات سلوكية ويستدل عليها من سلوك الفرد إلى السمات الجسمية والسمات العقلية والسمات الدافعية والسمات الانفعالية. (٦٤: ١٦)

هذا وبالرغم من تعدد وجهات النظر حول تحليل وتفسير أثر الجانب الانفعالى للشخصية على الأداء الرياضى. فان هناك اتفاقا حول أهمية إجراء المزيد من البحث والدراسة وخاصة فى مجال المستويات الرياضية العالية للتوصل إلى السمات الانفعالية الإيجابية المرتبطة بالتفوق الرياضى. (٦٤: ٣)

هذا وتشير نتائج الاستعراض المرجعي للبحوث أن هناك عددا كبيرا منها اهتم بالتعرف على السمات الشخصية للرياضيين وهناك عدد آخر اهتم بدراسة الجانب الدافعى للشخصية فى الرياضة. وبينما هناك عددا من البحوث

اهتمت بدراسة الخصائص أو السمات الانفعالية لدى الرياضيين فان اغلبها تتعامل مع متغير نفسي واحد مثل القلق.

وهناك دراسات اهتمت بدراسة السمات الانفعالية باستخدام مقياس خاص لذلك الغرض كما في دراسات العربي شمعون ١٩٧٩ على لاعبي الأنشطة الرياضية المختلفة (٦٤)، والمفتي إبراهيم ١٩٨٢ للاعبين كرة القدم (٩٠)، وعويس الجبالي ١٩٨٣ على لاعبي العاب القوى (٥٣)، ورضا حفي ١٩٨٥ في كرة السلة (٢٩)، وعاطف نمر خليفة ١٩٨٦ في الملاكمة (٤٥)، وأسامة راتب ١٩٩١ في السباحة (١٦)، وأسامة راتب ومصطفى مرسى ١٩٩١ في السباحة . (١٩)

وبالنسبة للدراسات التي أجريت في البيئة الأجنبية مثل دراسة "هنت" Hunt ١٩٦٩ على الزوج والبيض (١١٣)، و"فانك وكراي" Vank And Cretty ١٩٧٠ على الأنشطة الفردية والجماعية (١٤٨)، و"ساج" Sage ١٩٧٦ على ثمانية أنشطة رياضية (١٣٨)، و"جورج" George ١٩٧٦ التي اشتملت على لاعبي أنشطة رياضية مختلفة (١٠٩)، و"روشال" Rushall ١٩٧٦ التي أجريت على لاعبي كرة القدم (١٣٧)، ودراسة "وجيفلي" Oglivie ١٩٧٦ التي أجريت على السباحين (١٣٠).

ومما يلفت النظر أننا نلاحظ في أحيان كثيرة أن (المدرّب/المربي الرياضي) يتعامل مع الناحية الانفعالية للاعب بطريقة فجّة غير دقيقة فنرى من يطلب من اللاعب أن يتحلّى بدرجة الاستثارة المرتفعة، أو أن يتخلص من مشاعر انفعالية معينة، دون التفكير في مقدار الاستثارة الملائمة لهذا اللاعب، وما هو نوع الانفعال الذي يساعد على تحسين أدائه نحو الأفضل. (١٣٦:١٥)

انه من الأهمية بإمكان أن نقرر هنا، أن توجيه الاستثارة الانفعالية للاعب يتوقف على عاملين أساسيين هما طبيعة شخصية اللاعب، وطبيعة الموقف، بمعنى آخر من المفيد أن نحدد ما هي الانفعالات التي تجعل اللاعب أكثر استعداداً وتهيئة للأداء الجيد وما هو مقدار أو مستوى الانفعال الملائم. ونظراً لقلّة عدد البحوث التي تناولت دراسة الخصائص الانفعالية من منطلق نظرة تكاملية تتضمن المتغيرات الهامة من حيث السمات الانفعالية والاستثارة الانفعالية ظهرت الحاجة إلى إجراء هذا البحث وخاصة للاعبين كرة الماء.

كما ويعتبر مركز التحكم Locus Of Control من المفاهيم الحديثة نسبياً والذي اشتق من نظرية التعلم الاجتماعي Social Learning Theory وعلى ضوء ذلك نرى أن الأشخاص يختلفون في إدراكهم لمصدر التدعيم باعتبار هل

هو تدعيم من الخارج External-Control ، أي يدركه الفرد باعتبار أمراً مستقلاً وغير متسق بصورة دائمة مع تصرفاته ، أي كنتيجة للحظ أو للصدفة أو للقدر أو كنتيجة لتأثير الآخرين ، أم هو نتيجة التدعيم من الداخل Internal - Control ، أي يدركه الفرد متسقة مع سلوكه الشخص أو مع سماته المميزة والدائمة. (٢٩:٤٨،٣٠)

ويشير "سنجر" Singer ١٩٨٢ إلى أهمية دراسة هذا المفهوم النفسي لدى الرياضيين باعتبار أنه يساعد على تقييم الأداء الرياضي في ضوء معرفة مسببات الأداء وليس الاقتصار على نوعية وفاعلية الأداء فحسب ، الأمر الذي يعمل على تطوير دافعيه الإنجاز لدى الرياضيين نحو الأفضل. (١٤٢ : ٤٦)

ويشير عنان ١٩٩٥ نقلاً عن "تشاليب" Challip إلى أن موضوع مركز التحكم يمثل أحد الموضوعات الهامة في تناول كثير من موضوعات السلوك المتجه نحو الإنجاز ولا يزال يحتاج إلى كثير من البحوث والدراسات المؤيدة. (١٩٨ : ٨٠)

هذا وتشير مراجعة الدراسات السابقة في البيئة العربية إلى وجود بعض الاهتمام نحو بحث العلاقة بين هذا المتغير الهام - مركز التحكم - بمتغيرات الدافعية مثل دراسات "سالم حسن" ١٩٨٥ في ألعاب القوى (٣١)، و "إبراهيم خليفة" و "سالم حسن" ١٩٨٦ في ألعاب القوى (٣) و "هنية الكاشف" ١٩٨٦ في الألعاب الجماعية (٩٢)، و "على توفيق" ١٩٨٩ في السباحة (٥٠)، و "محمود سالم" ١٩٩٠ في ألعاب القوى (٨٤)، و "عماد أبو القاسم" ١٩٩١ في كرة اليد (٥٢)، و "محمد الشحات" ١٩٩٢ في الهوكي (٧٩)، و "ظاهر الشاهد" ١٩٩٣ في السباحة (٤٣) و "إيهاب عفيفي" ١٩٩٧ في (المنازلات) (٢٢).

وقد تناولت بعض الدراسات القليلة في البيئة الأجنبية منها دراسة "مارتنز" Martens ١٩٧١ على الناشئين (١٢٤)، و "مولستيد" Molsted ١٩٨١ على الطلبة الجامعيين (١٢٧)، و "كيلديا" Kildea ١٩٨٠ على اللاعبات وغير اللاعبات (١١٩)، و "سابينزا" Sepienza ١٩٨٤ على لاعبي ولاعبات الكرة الطائرة. (١٤٢)

غير أنه في حدود علم الباحث لا توجد دراسات اهتمت بدراسة العلاقة بين مركز التحكم والمتغيرات الانفعالية قيد الدراسة خاصة لدى لاعبي كرة الماء.

ومن خلال خبرة الباحث كلاعب دولي سابق ومدرّب لكرة الماء لاحظ أن البرامج التدريبية بالأندية المصرية لم تضع للجانب النفسي وزناً في برنامج التدريب ومنحنيات الإعداد البدني والمهاري والخططي هذا بالإضافة إلى أن

عملية تقييم الفرق واللاعبين من الناحية النفسية تتم بطريقة ذاتية تعتمد على وجهة نظر المدرب بعيداً عن الموضوعية ويفسر ذلك ما يؤكد أهمية الدراسة الحالية وما تبدو عليه فرق كرة الماء في تذبذب مستوى الفرق التي أصبحت ظاهرة هامة تستحق الدراسة. ويرى الباحث ان العوامل النفسية الانفعالية قد تلعب دوراً في ذلك التذبذب مما دعا الباحث القيام بدراسة البروفيل النفسي الانفعالي للاعبى كرة الماء والذي قد يساعد العاملين في مجال الرياضات المائية للوقوف على السمات النفسية الانفعالية المميزة للاعبى كرة الماء وذلك بغرض التقويم والتوجيه للحالة الراهنة بما تقصر عنه النتائج وقد تفيد كذلك في التنبؤ بمستوى أداء فرق كرة الماء .

وتحدد مشكلة البحث في الدراسة الحالية على محاولة الإجابة عن تساؤل. ما هي الخصائص المميزة للبروفيل النفسي الانفعالي المميز للاعبى كرة الماء ؟ وما هي طبيعة العلاقة بين مركز التحكم والبروفيل النفسي الانفعالي لدى اللاعبين في مراحل الناشئين والعمومي ؟ ما هي طبيعته علاقه بين مركز التحكم والبروفيل النفسي الانفعالي لدى اللاعبين المحليين والدوليين ؟ ونظراً لعدم توافر مقياس نوعى خاص لقياس مركز التحكم لدى لاعبى كرة الماء، فقد وجهت الدراسة الحالية اهتمامها لبناء مقياس لهذا الغرض.

أهداف البحث:

انطلاقاً من موضوع الدراسة الحالية وضع الباحث الأهداف التالية:

- ١- بناء مقياس لمركز التحكم (وجهة الضبط Locus Of Control) للاعبى كرة الماء.
- ٢- دراسة الفروق بين لاعبى كرة الماء في مرحلتى الناشئين والعمومي وفقاً لخصائص البروفيل النفسي الانفعالي ومركز التحكم.
- ٣- دراسة الفروق بين لاعبى كرة الماء المحليين والدوليين وفقاً لخصائص البروفيل النفسي الانفعالي ومركز التحكم.
- ٤- دراسة العلاقة بين البروفيل النفسي الانفعالي ومركز التحكم للاعبى كرة الماء للعيينة الكلية .
- ٥- دراسة الفروق بين مستويات الاستثارة الانفعالية للاعبى كرة الماء في كل من السمات الانفعالية ومركز التحكم.

فروض البحث:

- ١- توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة الماء في مرحلتى الناشئين والعمومى وفقاً لخصائص البروفيل النفسى الانفعالى ومركز التحكم.
- ٢- توجد فروق دالة إحصائية بين لاعبي كرة الماء المحليين والدوليين وفقاً لخصائص البروفيل النفسى الانفعالى ومركز التحكم.
- ٣- هناك علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين البروفيل النفسى الانفعالى ومركز التحكم لدى لاعبي كرة الماء في مرحلتى الناشئين والعمومى فى العينة قيد البحث.
- ٤- توجد فروق دالة إحصائية بين مستويات الاستثارة الانفعالية فى السمات الانفعالية ومركز التحكم لدى لاعبي كرة الماء فى العينة قيد البحث .

المصطلحات المستخدمة:

- ١- البروفيل النفسى الانفعالى : Emotional Psychological Profile
يقصد به إطار فرضى تتجمع داخله مجموعة من الخصائص النفسية الانفعالية الدالة على متغيرات متوسطة الدرجات متفاوتة تعتبر مسئولة عن سلوك اللاعب فى التدريب أو المنافسة وتتحدد فى الدراسة الحالية بالسمات التالية.
أ- السمات الانفعالية كما يقيسها مقياس الاستجابة الانفعالية فى الرياضة.
ب- الاستثارة الانفعالية كما يقيسها مقياس الاستثارة الانفعالية للرياضيين.
- ٢- مركز التحكم (وجهة الضبط) : Locus Of Control
هي الوجهة التي قد يعزى إليها سبب النجاح أو الفشل أو سبب النتائج أو الأداء وعمّا إذا كان هذا السبب يرجع إلى شئ داخل الفرد (داخلي) أو شئ خارج الفرد (خارجي) . (٧٠ : ٣٣٦)
- ٣- وجهة الضبط الداخلى : Internal Control
هو اعتقاد الرياضى أن التدعيم الذي يلي أفعاله وتصرفاته الشخصية متسقاً مع سلوكه الشخصى مع ملاحظة أن هذا التدعيم لا يتحقق إلا إذا كان الرياضى شاعراً به ومدرّكاً للعلاقة السببية بين أفعاله والنتائج المترتبة عليه.
(١٤ : ٤٣٥)
- ٤- وجهة الضبط الخارجى : External Control
هو اعتقاد الرياضى أن التدعيم الذي يلي أفعاله وتصرفاته الشخصية باعتباره أمراً مستقلاً وغير متسق بصورة دائمة مع تصرفاته، أي انه يدركه كنتيجة للحظ أو للصدفة أو للقدر أو كنتيجة لتأثير الآخرين. (١٤ : ٤٣٢)

٥- القدرة : Ability

هو اكتساب مهارات خاصة في رياضة معينة إذا أعطى التدريب المناسب، أي أن القدرة هي إمكانية الوصول لدرجة من الكفاية عن طريق التدريب. (٧١:٦٢)

٦- صعوبة المهمة : Task Difficulty

هي عبارة عن بعض الأعمال أو الواجبات التي توكل للاعب أثناء التدريب أو المباراة بحيث أن تكون ذات طابع خاص وأعلى من مستوى اللاعب. (تعريف إجرائي)

٧- الجهد : Effort

الاستمرار في العمل لفترات طويلة وإتمام الأعمال التي يكلف بها وبذل مزيد من العمل فيما يوكل إليه من واجبات. (تعريف إجرائي)

٨- الحظ : Lucky

هو عبارة عن القدر الأوفر من النصيب الذي يناله اللاعب من غير توقع. (تعريف إجرائي)

٩- لاعب كرة الماء في مرحلة العمومي : Adult Water Polo Player

هو اللاعب الممارس لنشاط كرة الماء ومنتميا لأحد الأندية الرياضية ومقيد بسجلات الاتحاد المصري للسباحة للهواة واشترك في الدوري العام الذي يقيمه الاتحاد أو المنطقة التابع لها ناديه وأن يزيد عمره عن ٢٠ سنة . (تعريف إجرائي)

١٠- لاعب كرة الماء في مرحلة الناشئين : Junior Water Polo Player

هو اللاعب الممارس لنشاط كرة الماء ومنتميا لأحد الأندية الرياضية ومقيد بسجلات الاتحاد المصري للسباحة للهواة واشترك في الدوري العام الذي يقيمه الاتحاد أو المنطقة التابع له ناديه وألا يزيد عمره عن ١٨ سنة . (تعريف إجرائي)