

اثر منهج ارشادي جمعي في تنمية التوافق النفسي وتعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة شباب

زينب لازم عبد الرزاق

أ.د. حسن هادي شروم كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة المثنى

تاريخ استلام البحث: ٢٠٢٤/٤/٥

تاريخ قبول البحث : ٢٠٢٤/٤/٣٠

الكلمات المفتاحية :منهج ارشادي ، منهج جمعي ، التوافق النفسي ، مهارة الاعداد
ملخص البحث :

تجلت أهمية البحث في امكانية استخدام الارشاد الجمعي في لعبة الكرة الطائرة لضرورة الاسراع في تقليل الفجوة التي تفصل بين اللاعبين انفسهم او بين اللاعبين والكادر التدريبي وكذلك لربط الأساليب التدريبية والمهارات الهجومية والدفاعية بإرشادهم جماعي والتمكن من السيطرة والتحكم في الأفكار السلبية وتنمية التوافق النفسي وتعلم بعض المهارات الهجومية والدفاعية واستغلال الأفكار الإيجابية الارشادات المناسبة المساهمة في تنمية النواحي المهارية وتعلم المهارات لتحقيق أهداف البحث الموسوعة قيد الدراسة. كما هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر المنهج الارشادي الجمعي المصاحب لمنهاج المدرب في تنمية التوافق النفسي وتعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة ، فضلا عن ايجاد الفروق بين اللاعبين المطبق عليهم المنهج الارشادي الجمعي مع تمارين المدرب واللاعبين المطبق عليهم منهاج المدرب فقط. اما مشكلة البحث فقد تضمنت بأهم التساؤل هل للمنهج الارشادي الجمعي المصاحب لمنهاج المدرب أثر في تنمية التوافق النفسي وتعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للاعبين الشباب نادى الرميثة؟ اما عينة البحث فقد شملت لاعبين شباب نادى الرميثة بالكرة الطائرة والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا، حيث حددت العينة بالطريقة العشوائية (١٢) لاعبا تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين (مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية) بواقع (٦) لاعبين لكل مجموعة . واهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة هي ان الجلسات الارشادية المطبقة والمعدة من قبل الباحثة والمصاحبة لمنهاج المدرب لها الدور في تنمية التوافق النفسي للاعبين كرة الطائرة لنادى الرميثة ، وكذلك ان الجلسات الارشادية المطبقة والمعدة من قبل الباحثة والمصاحبة لمنهاج المدرب لها الدور في تعلم المهارات الدفاعية والهجومية بالكرة الطائرة للاعبين نادى الرميثة

**The effect of a group counseling approach in developing psychological
adjustment and learning the skill of preparing for volleyball
among young people**

Abstract

The importance of research was evident in the possibility of using group guidance in the game of volleyball due to the necessity of quickly reducing the gap that separates the players themselves or between the players and the coaching staff, as well as to link training methods and offensive and defensive skills to their collective guidance and to be able to control and control negative thoughts, develop psychological compatibility

and learn some offensive skills. Defensiveness and exploiting positive thoughts. Appropriate guidance that contributes to the development of skill aspects and learning skills to achieve the research objectives under study. Players to whom the collective guidance curriculum is applied along with the coach's exercises, and players to whom only the coach's curriculum is applied. As for the research problem, it included the most important question: Does the collective guidance curriculum that accompanies the coach's curriculum have an impact on developing psychological compatibility and learning the volleyball preparation skill for the youth players of the Rumatha Club?

The research sample included (20) young players from the Rumatha Volleyball Club. The sample was randomly determined (12) players who were divided into two equal groups (a control group and an experimental group) with (6) players for each group. The most important findings of the study are that the guidance sessions applied and prepared by the researcher and accompanying the coach's curriculum have a role in developing the psychological adjustment of the volleyball players of the Al Ramatha Club, and also that the guidance sessions applied and prepared by the researcher and accompanying the coach's curriculum have a role in learning defensive and offensive skills with the ball. The plane for Al Rumatha Club players.

Keywords: counseling approach, collective approach, psychological adjustment, preparation skill

١ - التعريف بالبحث:

١-١ مقدمة البحث وأهميته:

تساهم عملية التدريب النفسي والارشادي في وصول الرياضيين الى المستويات العالية من خلال الأعداد المتكامل لجميع النواحي البدنية والمهارية والخططية والنفسية ، الامر الذي جعل الخبراء والمختصون يبحثون عن وسائل حديثة ومتنوعة تضم نمطا تدريبياً يساند الأساليب التعليمية والتدريبية المتبعة لرفع مستوى أداء الرياضيين ومنها الارشاد الجمعي او التدريب العقلي الذي يتضمن إجراءات ووسائل معرفية ذات فعالية للتأثير الإيجابي في الأداء الحركي ، فالرياضي بحاجة إلى التوافق النفسي والتفكير بالمهارة كما هو الحال بالنسبة لأداء المهارة بدنياً .

كما ويعد الارشاد الجمعي احدى الطرق للحصول على ((قدرة اللاعب على التحكم والانتباه والتركيز حيث يمثل الأخير نوع مباشر من أنواع التدريب العقلي إذ بواسطته يتم تصفية ذهن وإعادة التنظيم))^(١) . (محمد العربي : ١٩٩٦ : ٤)

ومن الملاحظ أن جميع الألعاب الفرعية والفردية عندما يؤدي اللاعبون مهاراتهم الحركية بحالة من التوافق النفسي فإنهم يحصلون على نتائج إيجابية في أدائهم . والكرة الطائرة واحدة من الألعاب الفرعية التي تحتاج إلى الأداء بدرجة عالية من التوافق النفسي . ((فمن العوامل التي تسهم إسهام مباشر في تحسين مستوى أداء لاعب الكرة الطائرة هو قدرته على التركيز وان تشتيت أفكار اللاعب وضعف التوافق النفسي لديه تعد من الصعوبات التي تؤثر في تعلم المهارات الهجومية والدفاعية)) فالتوافق النفسي الاجتماعي إحدى تلك المتغيرات الهامة في التعامل مع المواقف التي يمر بها الفرد الرياضي في حياته اليومية وتعزز ثقته بنفسه وتحمله الصعاب بشجاعة والاعتماد على النفس والالتزام بالواجبات المطلوبة منه للقيام بها .

ونظراً لطبيعة لعبة الكرة الطائرة من حيث الوقت وطبيعة الجهد النفسي والبدني من أداء لبعض المهارات الهجومية والدفاعية، جعل توظيف لاعب الكرة الطائرة لقدراته وإمكانياته النفسية والعقلية بصورة جيدة هي العنصر الأساسي لتعلم المهارات الهجومية والدفاعية . ولكي تتم الاستفادة من إمكانياته العقلية إلى أقصى مدى ممكن ، يتطلب منه ذلك قدرة عالية من التوافق النفسي .

ويعد الارشاد الجمعي من الطرق الحديثة نوعاً ما ، ولا شك ان الانفتاح الفكري قدم الفرد وتزداد الحاجة لدراسته وهذا يتجلى من خلال الارشاد الجمعي التي تعطى للاعبين ، إذ تؤدي المناهج الإرشادية دوراً كبيراً في تعديل سلوك اللاعبين وخاصة فيما يدور حول تنمية التوافق النفسي والاجتماعي وخاصة تلك البرامج التي تعتمد في مناهجها العلمية الرصينة على البرنامج الإرشادي (علاجي - سلوكي) .

وبناءً على ما تقدم فإن أهمية البحث تكمن في امكانية استخدام الارشاد الجمعي في لعبة الكرة الطائرة لضرورة الاسراع في تقليل الفجوة التي تفصل بين اللاعبين انفسهم او بين اللاعبين والكادر التدريبي وكذلك لربط الأساليب التدريبية والمهارات الهجومية والدفاعية بارشادهم جماعي والتمكن من السيطرة والتحكم في الأفكار السلبية وتنمية التوافق النفسي وتعلم بعض المهارات الهجومية والدفاعية واستغلال الأفكار الإيجابية الارشادات المناسبة المساهمة في تنمية النواحي المهارية وتعلم المهارات لتحقيق أهداف البحث الموضوع قيد الدراسة .

١ - ٢ مشكلة البحث:

إنّ تحقيق الانجازات تتطلب دراسة أدق التفاصيل وذلك للارتقاء بالمستوى بغية الوصول إلى المستويات العليا وتحقيق الانجازات العالية , سواء من الناحية البدنية أو المهارية أو النفسية بغية وصول اللاعبين الى التكامل على كافة المستويات , وهذا ما تقتقر اليه اغلب الاندية في الدوري العراقي بالكرة الطائرة وهي قلة الاهتمام بوجود المعد او الاخصائي النفسي وعلى هذا الاساس تحاول الباحثة في ان تبين اهمية المناهج النفسية المصاحبة لتدريبات المدرب في الجانب الرياضي ومن هنا تكمن مشكلة البحث في الاجابة على التساؤلات الآتية :

- هل للمنهج الارشادي الجمعي المصاحب لمنهاج المدرب أثر في تنمية التوافق النفسي وتعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للاعبي الشباب نادي الرميثة؟.
- هل لتطبيق المنهاج المعد من قبل المدرب كافياً للوصول بمستوى أعلى في التوافق النفسي ومهارة الاعداد بكرة الطائرة بدون مصاحبة منهج الارشادي ؟ .
- هل يوجد فرق في التوافق النفسي ومهارة الاعداد بالكرة الطائرة بين اللاعبين المطبق عليهم المنهج الارشادي الجمعي المصاحب لمنهاج المدرب وبين اللاعبين المطبق عليهم منهاج المدرب فقط .
- إذا كان هنالك فرق فلأي من اللاعبين تكون الأفضلية .

١-٣ أهداف البحث:

١. التعرف على أثر المنهج الارشادي الجمعي المصاحب لمنهاج المدرب في تنمية التوافق النفسي وتعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للاعبي نادي الرميثة .
٢. التعرف على الفروق بين اللاعبين المطبق عليهم المنهج الارشادي الجمعي مع تمارينات المدرب واللاعبين المطبق عليهم منهاج المدرب فقط.

١-٤ فروض البحث:

١. للمنهج الارشادي الجمعي أثر ايجابي في تنمية التوافق النفسي للشباب بالكرة الطائرة.
٢. للمنهج الارشادي الجمعي أثر ايجابي في تعلم مهارة الاعداد بالكرة الطائرة للاعبي الشباب .
٣. توجد فروق معنوية بين اللاعبين المطبق عليهم المنهج الارشادي الجمعي مع تمارينات المدرب واللاعبين المطبق عليهم منهاج المدرب فقط.

١-٥ مجالات البحث :

- اولاً- المجال البشري: لاعبو نادي الرميثة الشباب بالكرة الطائرة للموسم الرياضي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) .
- ثانياً- المجال الزمني : للفترة من (٢٠٢٣/١١/١٢) ولغاية (١٧ / ٣ / ٢٠٢٤) .

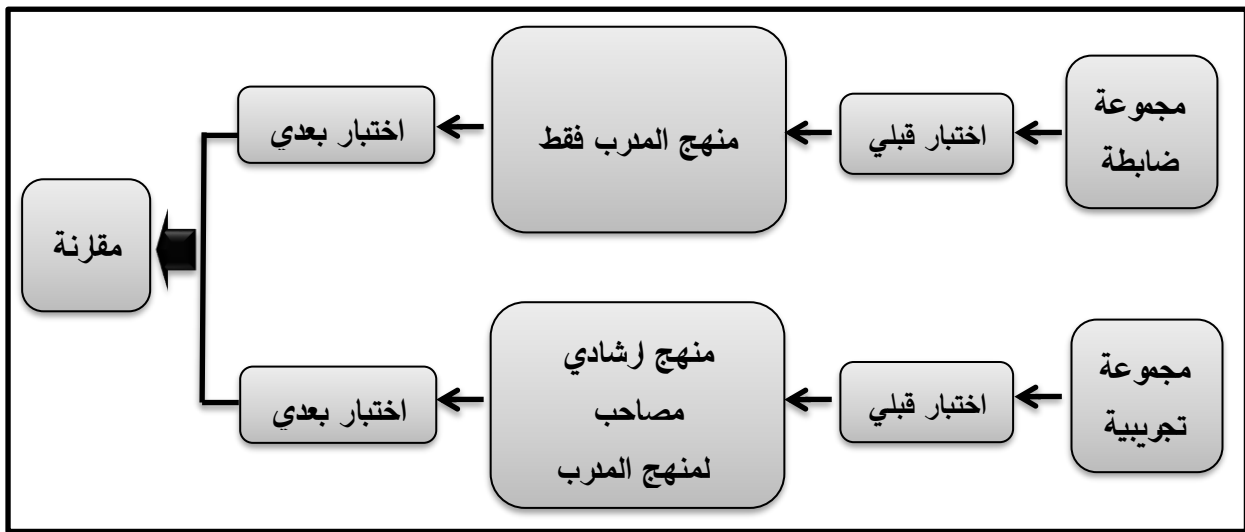
ثالثاً- المجال المكاني : منتدى شباب الرميثة (قاعة الشهيد محمد علي الحساني) .

الفصل الثالث

٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث :

"يعد المنهج التجريبي أقرب مناهج البحوث لحل المشكلات بالطريقة العلمية فهو محاولة للتحكم في المتغيرات والعوامل الأساسية جميعها باستثناء متغير واحد أو أكثر يقوم الباحث بتغييره بهدف تحديد وقياس تأثيره العلمي (سامي محمد : ٢٠٠٠ : ٢٥٩) , ولكون طبيعة البحث تحتاج معرفة تأثير (معين) لذا استعانت الباحثة بالمنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة) ذات الاختبارين القبلي والبعدي كونه يتلاءم وطبيعة حل مشكلة البحث والشكل (٣) يوضح ذلك



شكل (٣)

يوضح تصميم التجريبي للبحث

٣-٢ أدوات البحث

٣-٢-١ مجتمع البحث وعينته

حددت الباحثة مجتمع بحثها والمتمثل بلاعبي شباب نادي الرميثة بالكرة الطائرة، والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا، أما عينة البحث والتي تعد جزءاً من " المجتمع الأصلي الذي يحتوي على بعض العناصر يتم اختيارها منه وذلك بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي " (محمد عبد الفتاح : ٢٠٠٨ : ١٨٦) . و بالطريقة العشوائية حددت الباحثة (١٢) لاعبا تم تقسيمهم الى مجموعتين متكافئتين (مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية) بواقع (٦) لاعبين لكل مجموعة .

٣-٢-٢ وسائل جمع المعلومات

١. المصادر العربية والاجنبية .
٢. الاستبانة .
٣. الاختبار والقياس.

٣-٣ الأجهزة الادوات المستعملة في البحث :

- جهاز حاسوب نوع (LENOVO).
- حاسبة يدوية.
- ساعة توقيت الكترونية.
- ملعب كرة طائرة .
- كرات طائرة .
- صافرة .
- بورد سلة .
- استمارات تسجيل نتائج الاختبارات.
- شواخص .

٣-٤ إجراءات البحث

٣-٤-١ تحديد متغيرات البحث واختباراتها

قامت الباحثة بإجراء دراسة مسحية على عدد من المصادر العلمية والدراسات السابقة , ورأي السيد المشرف تم الاتفاق على تحديد المتغيرات واختباراتها وكانت كالاتي:

أولاً - التوافق النفسي .

ثانياً - مهارة الاعداد من الأعلى بالكرة الطائرة .

٣-٤-٢ توصيف متغيرات البحث

٣-٤-٢-١ إعداد مقياس التوافق النفسي

قامت الباحثة بالاطلاع على العديد من المصادر والدراسات السابقة ومن خلالها تم اعتماد مقياس التوافق النفسي والمعد من قبل (علي جبار مرهج) (علي جبار : ٢٠١٩ : ١١٢) كونه يقيس نفس الهدف المراد تحقيقه من قبل الباحثة ، ويتكون المقياس من (٤٦) فقرة ذات خمسة بدائل للإجابة هي (كثيراً جداً , كثيراً , كثيراً , كثيراً , كثيراً)

نادرا ما , نادرا قليلاً جداً) اما درجة المقياس فهي تتراوح من (٤٦-٢٣٠). ثم قامت الباحثة بأجراء الخطوات الاتية :

اولاً- تحديد صلاحية مقياس التوافق النفسي :

قامت الباحثة بأعداد استمارة استبيان (*) لتحديد صلاحية المقياس , إذ تم عرض هذه الاستمارة على مجموعة من الخبراء والمختصين(**) البالغ عددهم (١٠) خبراء لبيان آرائهم في صلاحية المقياس , وبعد تحديد إجابات الخبراء بـ(موافق , غير موافق) تم تحليل النتائج باستخدام (كا^٢) والنسبة المئوية وبين النتائج موافقيه جميع الخبراء على هذا المقياس كما مبين في الجدول (٢)

جدول(٢)

آراء الخبراء لتحديد صلاحية مقياس التوافق النفسي

المقياس	عدد الخبراء	الصلاحية		النسبة المئوية	قيمة كا ^٢	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		يصلح	لا يصلح				
مقياس التوافق النفسي	10	10	0	100%	10	0.000	تصلح

يبين الجدول (٢) قبول مقياس الاحتراق النفسي , الذي تم عرضه على الخبراء والمختصين , إذ جاءت نسبة دلالة اختبار (كا^٢) اصغر من نسبة الخطأ (0.05) مما يدل على تمتع المقياس بالصلاحية وما يؤكد ذلك ان نسبة القبول جاءت (١٠٠) % .

ثانياً- وضع تعليمات الاستبانة:

أن لوضع التعليمات أهمية لا يستهان بها في إنجاح عملية إجراء القياس, فقد أثبتت الدراسات أهمية الدور الذي تلعبه هذه التعليمات في تفسير النتائج , أو التأثير فيها , الذي يصعب معه إجراء عملية المقارنة بين نتائج القياس الواحد في المواقف المختلفة (امين الخولي : ١٩٩٩ : ٦٧) :

تم اعداد التعليمات الخاصة بالاستبانة لكي توضح للاعب كيفية الاجابة عن فقراتها، وقد روعي في اعداد هذه التعليمات أن تكون واضحة وسهلة الفهم , ولزيادة الوضوح فقد تضمنت التعليمات نموذجاً خاصاً عن كيفية الاجابة عن فقرات الاستبانة. كما أُشير في التعليمات إلى أنه ليس هناك إجابة صحيحة وإجابة خاطئة فالمهم هو اختيار الاستجابة التي تنطبق على اللاعب أكثر من غيرها، كما طلب من اللاعبين ضرورة الإجابة عن جميع فقرات الاستبانة بكل صراحة ودقة.

وقد كتبت التعليمات الخاصة لاستبانة في صفحة مستقلة من صفحات الاستبانة، ولزيادة الوضوح والفهم للتعليمات قامت الباحثة بقراءة التعليمات، وتوضيحها للاعبين، مع الأجابة عن التساؤلات والاستفسارات بشأنها.

* الملحق رقم (٢) ص ١١٢ .

** الملحق رقم (١) ص ١١١ .

ثالثاً- تنفيذ شروط تطبيق الاستبانة:

لكي تحصل الباحثة على استجابة صادقة، كان عليها أن تخطط لتطبيق الاستبانة، بحيث تنهيها للمختبرين ظروفًا مناسبة للاستجابة، وفي نفس الوقت تضبط العوامل التي يمكن أن تتدخل في سلامة الإجراء. ومن أهم هذه العوامل هي (ظروف إجراء القياس، وتقنين موقف القياس، ووضوح التعليمات). (صباح العجيلي: ٢٠١٠: ٦٦)

وقد حاولت الباحثة ضبط العوامل المذكورة أعلاه لضمان سلامة الإجراء قدر الإمكان، والحرص على جعل التعليمات واضحة المعنى، لتبسيط عملية أداء القياس وتحقيق الهدف المرجو منه.

٣-٢-٤-٢ توصيف اختبارات المهارات بالكرة الطائرة

أولاً- اختبار دقة مهارة الاعداد من الأعلى : (أزهار عبد الوهاب: ٢٠١٠: ٣٥)

❖ الغرض من الاختبار: قياس دقة التمرير.

❖ الأدوات: ملعب كرة طائرة شبكة بارتفاع قانوني، كرات طائرة عدد (8)، قياس حديدي وجليدي متري، شريط تحديد لاصق بالألوان مختلفة، حامل حديدي ارتفاعه (٢)م، عليه حلقة سلة قطرها (٦٥)سم.

❖ اجراءات الاختبار:

يرسم مربع (١، ب) في ركني الملعب (٥.١) م، قطر كل منهما، يبعدان عن الخط الجانبي (١)م، و يبعدان عن الخط الخلفي (٥.١)م، ويوضع الحامل قرب منتصف الشبكة ببعد مقداره (٢)م، عن الشبكة وتوضع علامة (x) على بعد (٢)م، من خط الجانب تخصص هذه العلامة لوقوف المدرب، يقوم المدرب برمي الكرة بقوس للأعلى نحو اللاعب الواقف في (الدائرة اليمين ثم اليسار) على التوالي ليقوم بإعدادها ليوجهها إلى الحلقة لتسقط فيها.

❖ التسجيل:

✓ لكل مختبر (6) محاولات ثلاث في كل دائرة.

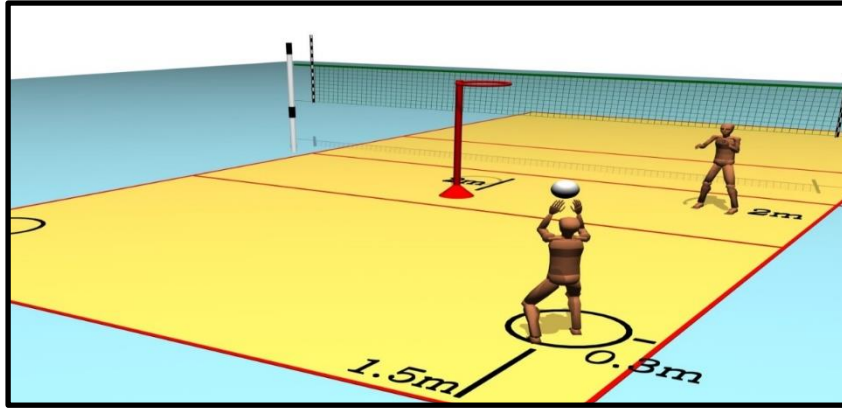
✓ (٣) نقاط لكل محاولة تدخل فيها الكرة الحلقة دون ملامستها.

✓ (٢) نقطة لكل محاولة تدخل فيها الكرة الحلقة ولامسستها.

✓ نقطة لكل محاولة تلمس الحلقة وتخرج.

✓ (صفر) في حالة أداء يخالف ما سبق.

✓ أعلى نقطة يسجلها المختبر (18) نقطة.



شكل (٨)

يوضح اختبار دقة التمرير من الاعلى من المنطقتين (١) و (٥)

٣-٥ التجربة الاستطلاعية :

يوصي خبراء البحث العلمي بإجراء تجارب استطلاعية للاختبارات المستخدمة في البحوث وذلك من أجل الحصول على نتائج ومعلومات ضرورية موثوق بها، للاستفادة منها عند اجراء التجربة الرئيسية ، فالتجربة الاستطلاعية هي "دراسة تجريبية أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيامه ببحته بهدف اختبار اساليب البحث وأدواته" (قاسم المندلاوي : ١٩٨٩ : ١٠٧) ، إذ تم اختيار (٨) لاعبين من شباب نادي الرميثة بالكرة الطائرة ، إذ طبقت هذه التجربة في يوم السبت الموافق ٢٠٢٣/١٢/٢٢ في قاعة الشهيد محمد علي الحساني المغلقة المخصصة لنادي الرميثة بالكرة الطائرة قامت الباحثة بتوزيع استمارة مقياس التوافق النفسي على اللاعبين وبعد جمع الاستمارات والتأكد من ملئ الاستمارات أجريت الباحثة الاختبارات المهارية :

ان الهدف من اجراء التجربة الاستطلاعية على عدة نقاط منها.

- ١- التعرف على مدى ملائمة الاختبارات لأفراد العينة .
- ٢- التعرف على السلبيات والإيجابيات التي تقابل الباحث في الاختبارات الرئيسية .
- ٣- كفاية الفريق المساعد* و استيعابهم لكيفية تطبيق مفردات الاختبار وتوزيعهم لمعرفة مهامهم عند إجراء الاختبارات لعينة البحث .
- ٤- المضمون، وفي الإجابة عن الفقرات من ناحية سهولتها ،أو صعوبتها ؛لغرض إعادة الصياغة.
- ٥- الوقت الذي يستغرقه كل من إعطاء التعليمات وإجراء الاختبار . ويتم حساب الأخير عن طريق استخراج متوسط الزمن الناتج من قسمة مجموع الزمنيين المستغرقين من قبل المختبرين: الأول ، والأخير على (٢).
قد اتضح من خلال ذلك أن زمن الإجابة لاستبانة التوافق النفسي تراوح بين (١٠) دقيقة، لقد أفرزت النتائج

* ينظر ملحق (٥) ، ص ١١٧ .

التي خرجت بها هذه التجربة أن جميع الأغراض المذكورة آنفاً قد تحققت ، مما يؤشر حسن استجابة اللاعبين واندفاعهم للإجابة عن الاستبانة، ومناسبة الوقت المحدد لها وحسن أخرجها وتنظيمها، كيفية أجراءها وتطبيقها، وتسجيل نتائجها. كما ظهر للباحثة ان جميع الفقرات الاستبانة كانت واضحة ، ومفهومة لدى اللاعبين.

٦- مدى مناسبة المدة الزمنية المحددة للاختبار للاعب الواحد ولباقي اللاعبين في المهارات بكرة الطائرة.

٧- استخراج الاسس العلمية للاختبارات (الصدق، الثبات، الموضوعية) .من خلال اعادة الاختبار على نفس

افراد عينة التجربة الاستطلاعية بعد اسبوع من اجراء اختبارات التجربة الاستطلاعية

وقد حققت هذه التجربة الغرض منها.

٣-٦ الأسس العلمية لنتائج الاختبارات

٣-٦-١ صدق الاختبار :

و يقصد به أن يقيس الاختبار فعلاً القدرة أو السمة أو الاتجاه أو الاستعداد الذي وضع الاختبار لقياسه .أي يقيس فعلاً ما يقصد أن يقيسه. (محمد جاسم: ٢٠١٠: ٧٢) لحساب معاملات صدق الاختبارات استخدم الباحث الصدق التجريبي ، ويُحسب هذا النوع من الصدق من ايجاد معامل ارتباط الاختبار بمحك خارجي أو داخلي، حيث أن ارتباط درجة الاختبار بمحك داخلي أو خارجي يعد مؤشر لصدق ذلك الاختبار، وإذ لم يتوفر لدى الباحث محك خارجي مناسب لجأ إلى الدرجة الكلية للاختبار كونه أفضل محك في حساب هذه العلاقة ، وعليه اعتمد الباحث معامل الارتباط (بيرسون)، بين درجات الاختبارات الفرعية، والدرجة الكلية للاختبار في حساب معامل الصدق ، والجدول (٣) يبين ذلك.

٣-٦-٢ ثبات نتائج الاختبارات :

الاختبار الثابت " هو الاختبار الذي يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج إذا طبق أكثر من مرة في ظروف متماثلة " ، (ذوقان عبيدات: ١٩٩٨: ١٩٥) تم إعادة الاختبار على نفس افراد عينة التجربة الاستطلاعية والبالغ عددهم (٨) لاعبين تحت الظروف بعد مرور ٣ أيام أي يوم الاربعاء ٢٠٢٣/١٢/٥ م ، مع مراعاة محاولة تثبيت كافة الظروف التي يتم بها الاختبار الأول ، وتم استخراج معامل الثبات بين الاختبارين بواسطة قانون معامل الارتباط (بيرسون) وأظهرت النتائج إن هنالك علاقة ارتباط عالٍ بين الاختبارات ، وذلك لأنه ((كلما اقتربت قيمة الثبات من (١+)، يدل على أن الاختبارات تتمتع بدرجة ثبات عالية كما مبين في جدول (٣).

٣-٦-٣ موضوعية نتائج الاختبارات :

إن الموضوعية أحد شروط المهمة للاختبار الجيد التي تعني " عدم تأثير الأحكام الذاتية من قبل الباحث أو أن تتوافر الموضوعية من دون التحيز والتدخل الذاتي من قبل المجرب أي كلما لا تؤثر الذاتية في الأحكام زادت قيمة الموضوعية ^(١) , إذ تم اجراء الاختبارات بوجود اثنين من المحكمين * , ولم توجد أي فروق بين نتائج المحكمين الاثنين .

جدول (٣)

الاسس العلمية لنتائج للاختبارات

معامل الموضوعية		معامل الثبات		معامل الصدق		المتغيرات
مستوى الدلالة	قيمة Person	مستوى الدلالة	قيمة Person	مستوى الدلالة	قيمة Person	
0.000	0.999	0.000	0.988	0.000	0.948	مقياس التوافق النفسي
0.000	0.999	0.000	0.992	0.000	0.971	الإعداد من الاعلى

يبين الجدول (٣) ان قيم مستوى الدلالة لمعامل الارتباط بيرسون بالنسبة للصدق والثبات والموضوعية جاءت اصغر من نسبة الخطأ وهذا يدل على معنوية الارتباط وبالتالي فإن مقياس التوافق والمهارات المحددة تتمتع بالأسس العلمية

٧-٣ التجربة الرئيسية :

١-٧-٣ الاختبارات القبلية :

اجرت الباحثة الاختبارات القبلية على لاعبي شباب نادي الرميثة بالكرة الطائرة والبالغ عددهم (12) لاعب , في يوم الخميس المصادف ١٤/١٢/٢٠٢٣ , إذ طبقت الاختبارات في قاعة الشهيد محمد علي الحساني المغلقة المخصصة لنادي الرميثة بالكرة الطائرة , إذ تم توزيع استمارات مقياس التوافق النفسي , وبعد جمع الاستمارات والتأكد من الاجابات باشرت الباحثة باختبار اللاعبين بالاختبارات المهارية بالكرة الطائرة . وقد تم تثبيت جميع الظروف المتعلقة بالاختبارات من حيث الزمان والمكان والأجهزة والأدوات وطريقة التنفيذ وذلك لخلق الظروف نفسها في الاختبارات البعدية .

* الحكم الأول : -----

الحكم الثاني : م.د احمد علي صادق

٣-٧-٢ التجانس والتكافؤ لأفراد عينة البحث

لكي تتجنب الباحثة المؤثرات التي قد تؤثر في نتائج البحث للفروق الفردية الموجودة لدى اللاعبين وللتوصل إلى مستوى واحد ومتساوٍ للعينة في المتغيرات المبحوثة ، التي تعد مؤثرة في التجربة لابد أن يتم ضبطها ولهذا أجرت الباحثة التجانس والتكافؤ و الجدولين (٤) و (٥) يبين ذلك

جدول (٤)

التجانس بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة LEVENE	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
مقياس التوافق النفسي	درجة	155.733	13.249	156.177	13.468	0.449	0.992	متجانس
الإعداد من الأعلى	درجة	11.167	1.941	11.250	2.043	0.043	0.839	متجانس

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيم مستوى الدلالة لاختبار (LEVENE) لمقياس التوافق النفسي ومهارة الاعداد بالكرة الطائرة جاءت اكبر من نسبة الخطأ (0.05) ، وهذا يعني انه لا توجد فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وهذا دليل على وجود التجانس .

جدول (٥)

التكافؤ بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة t المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
مقياس التوافق النفسي	درجة	155.733	13.249	156.177	13.468	0.057	0.955	غير معنوي
الإعداد من الأعلى	درجة	11.167	1.941	11.250	2.043	0.072	0.944	غير معنوي

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيم مستوى الدلالة لاختبار (t) للعينات المستقلة لمقياس التوافق النفسي ومهارة الاعداد من الأعلى بالكرة الطائرة جاءت اكبر من نسبة الخطأ (0.05) ، وهذا يعني انه لا توجد فروق معنوية بين المجموعتين الضابطة والتجريبية وهذا دليل على وجود التكافؤ

٣-٧-٣ خطة تطبيق المنهج الارشادي الجمعي :

لتحقيق هدف البحث المتمثل في التعرف على اثر المنهج الارشادي الجمعي المصاحب لمنهاج المدرب في تنمية بعض التوافق النفسي وبعض المهارات الهجومية والدفاعية للاعبين الكرة الطائرة ، لا بد من بناء منهج ارشادي يتلاءم وطبيعة ذلك الهدف.

إجراءات بناء المنهج الارشادي الجمعي:

اعتمدت الباحثة الاجراءات الاتية في بناء منهاجها الارشادي:

أولاً:- المنهج الانمائي:

اعتمدت الباحثة المنهج الانمائي في بناء المنهاج الارشادي وذلك للأسباب الاتية :

- أ- انه يقدم اساساً الى العاديين من الافراد لتحقيق زيادة كفاءة الفرد ودعمة الى أقصى حد ممكن.
- ب- يتضمن الاجراءات التي تؤدي الى النمو الشعوري لدى الاسوياء والعاديين والوصول بهم خلال رحلة نموهم الى اعلى مستوى ممكن من النضج والصحة النفسية.
- ج- إن المنهج الانمائي يعمل على مساعدة الأفراد العاديين المتوافقين مع المجتمع بهدف تطوير وصقل إمكانياتهم واستعداداتهم وتوجيه نموهم وسلوكهم الاجتماعي توجيهاً ايجابياً.
- د- يهدف الوصول بالفرد الى ما يتطلع إليه المجتمع ومؤسساته.

ثانياً:- أنموذج (التخطيط والبرمجة والميزانية)

اعتمدت الباحثة أنموذج (التخطيط والبرمجة والميزانية) في بناء منهاجها الارشادي كونه يسعى الى أقصى حد من الفعالية والفائدة بأقل التكاليف .

ثالثاً:- الارشاد الجمعي:

اعتمدت الباحثة في تنمية التوافق النفسي والمهارات الدفاعية والهجومية للاعبين الكرة الطائرة على المنهج الارشادي الجمعي وذلك للأسباب الاتية :-

- ١- انه اقتصادي في الوقت والجهد
- ٢- انه من الاساليب المناسبة في تحسين التوافق النفسي و المهارات الدفاعية والهجومية (كما اشارت الى ذلك العديد من الدراسات) أي من خلال التفاعل والمشاركة بين المرشد والمسترشد.
- ٣- إن الارشاد الجمعي يساعد الافراد على تحقيق التوافق وتنمية الميول والاتجاهات والتخفيف من القلق وفهم الذات وتنمية السلوك المرغوب اجتماعياً، وان برامج الارشاد الجماعية تشعر المسترشدين بالأمان من خلال مناقشة ما ينمي ميولهم او ما يزعجهم أو يقلقهم وذلك من خلال مساعدتهم في تحديد أنماط جديدة من السلوك والتوافق مع العادات الجيدة.

رابعاً:- النظرية المعرفية والنظرية السلوكية:

اعتمدت الباحثة النظرية المعرفية والسلوكية للمبررات الاتية :

١- ان الاسلوب الارشادي وفقاً للنظرية المعرفية والسلوكية لا يتطلب وقتاً طويلاً مقارنةً بالنظريات الارشادية الاخرى (حامد عبد السلام: ١٩٨١: ٢٣١)

٢- تعتمد النظريات على أثر المرشد ولأهميته في إحداث التغيير

٣- ترى كل من النظرية المعرفية والسلوكية ان السلوك غير المرغوب هو نتيجة تعلم خاطئ أو تفكير خاطئ، (عبد الستار أبراهيم: ١٩٩٨ : ٣١٤) وأن المشكلات السلوكية التي يعاني منها الافراد هي أنماط من الاستجابات الخاطئة المتعلمة،(عباس محمود: ١٩٨١ : ٤٩) ونتيجة اكتساب الافكار السلبية خلال التنشئة الاجتماعية من الوالدين أولاً ثم المجتمع (سهام درويش ابو عيطة: ١٩٩٧: ١٢٣).

وبما ان السلوك الاجتماعي هو متعلم ومكتسب من البيئة فيمكن تنميته من خلال تطبيق افكار النظريتين. وكذلك ترى النظرية المعرفية ،العمل على احداث تغيير في العمليات المعرفية وأنماط التفكير الخاطئ (بشير صالح : ٢٠٠٠: ٤٨٤).

لذلك اعتمدت الباحثة في بناء منهاجها على تحديد السلوك الخاطئ والعمل على احداث التغيير المناسب وتنمية السلوك الاجتماعي المرغوب بتطبيق النظريتين من خلال اهداف الارشاد وعلى وفقهما مثل:

١- ضرب المثل والقوة الحسنة ويتم ذلك من خلال النماذج الاجتماعية الجيدة وكذلك التركيز على دراسة الافكار والمشاعر بين المرشد والمسترشد لأجل تعديلها وتغييرها من خلال استبصار بذاته وبيئته .

٢- تؤكد النظريتين على اهمية التعزيز في تنمية السلوك الاجتماعي من خلال عرض النماذج الجيدة والمرغوبة وتأكيدها تكريرها مما يحدث عملية تعلم جديد للسلوك من خلال تعزيز السلوك المراد تعزيزه.

تخطيط المنهج الارشادي :-

من الطرائق المتبعة في التخطيط للمنهج الإرشادي هو نظام التخطيط والبرمجة والميزانية Programming,Budgeting,Planning ،ويعد هذا النظام أحد الاساليب الارشادية الفعالة في التخطيط اذ يسعى للوصول الى أقصى حد في الفعالية والفائدة وبأقل التكاليف. وخطوات التخطيط لبرامج الارشاد بناء على هذا النظام هي:

أولاً:- **تحديد الاحتياجات** : ان دراسة المرشد للحاجات الارشادية للمسترشدين خطوة اساسية لتفهم سلوك المسترشد وعامل مهم في اعداد منهج ارشادي، (سهام درويش: ١٩٩٧ : ١٢٥) ولأجل التعرف على

احتياجات المسترشدين او الحاجات الارشادية لأفراد عينة البحث اطلعت الباحثة على الادبيات الخاصة بمتغيرات البحث وبعض الاجراءات العملية للوقوف على اهم الحاجات لأفراد العينة .

ثانياً:- تحديد الاهداف:-قامت الباحثة بتحديد الاهداف العامة والخاصة للمنهج على وفق الحاجات التي تم تشخيصها على النحو الاتي:-

أ- الاهداف العامة:

يطلق عليها عادة عبارة الاهداف التربوية العامة كتنمية القيم الدينية او الاجتماعية او الاخلاقية او القومية ، إذ تعنى هذه الاهداف بوصف النتائج النهائية لمجمل العملية التربوية او الارشادية (عبد المجيد نشواتي: ١٩٩٧ : ٥٠) وبما ان الهدف من المنهج الحالي هو مساعدة لاعبي الكرة الطائرة على تعديل انماط سلوكهم وتفكيرهم وعلى النحو الذي يساعد في تحقيق التوافق النفسي لديهم لذا يعد الهدف العام هو تنمية السلوك الاجتماعي .

ب-الاهداف الخاصة:

ويطلق عليها عبارة الاهداف التعليمية الضمنية وتعنى بوصف أنماط السلوك أو الاداء النهائي المتوقع صدوره عن المسترشد بعد تعليمه السلوك المطلوب . (عبد المجيد نشواتي: ١٩٩٧ : ٥١)
فقد حددت الاهداف الفرعية للمنهج من خلال تنمية التوافق النفسي فأصبح لكل جلسة هدف يسعى المنهج لتحقيقه في سلوك اللاعبين .

ثالثاً: ايجاد المنهج ونشاطات لتحقيق الاهداف الموضوعة

يحتوي المنهج الارشادي الحالي على مجموعة من النشاطات والاساليب التي وضعت من أجل تحقيق أهدافه وهي:
تقديم الموضوع :

ويتضمن اعطاء المجموعة التجريبية موضوع الجلسة الارشادية وأهميتها بالنسبة إليهم وكيفية الاستفادة منها في الحياة الواقعية .

-الخطوات الواقعية لتعلم السلوك (الواقع)

والمقصود بهذه الخطوة ان الفرد يستطيع أن يتعلم السلوك الصحيح والواقعي من خلال إدراكه للعالم الحقيقي الذي يعيش فيه وان حاجاته يجب ان يكون اشباعها ضمن المعقول.

-تحديد الواجب البيتي(الالتزام)

ويكون ذلك من خلال اعطاء الواجبات البيتية لأفراد المجموعة الارشادية التي تعلموها في الجلسة لاستخدامها في الحياة الواقعية واليومية وذلك من أجل معرفة مدى وفائهم والتزامهم بالسلوك الصحيح الذي تعلموه في الجلسة السابقة وذلك من خلال تدوينه في كراس صغير .

رابعاً:- التقويم

يتضمن التقويم ثلاثة انواع هي:-

- ◀ **التقويم الاول:-** أجري قبل تنفيذ المنهج الارشادي ويتمثل بالاختبار القبلي.
- ◀ **التقويم البنائي:-** وتم اثناء تنفيذ المنهج وبصورة دورية من خلال المتابعة المستمرة للاعبين ومعرفة مدى الاستفادة من المعلومات الواردة فيه وفعاليتها في التطبيق العملي فضلاً عن الاسئلة المباشرة وغير المباشرة ومعرفة توقعات اللاعبين ومقترحاتهم لتقييم انفسهم ولأعضاء الجماعة في العملية الارشادية وللجلسة الارشادية وبهذه الخطوة اتخذ القرار بشأن الاستمرار في تنفيذ المنهج الحالي لإعطائه نتائج ايجابية.
- ◀ **التقويم النهائي :-** وتم في نهاية المنهج الارشادي ومن خلال اجراء مقارنة في الاختبار البعدي لملاحظة مدى تأثير المتغير المستقل وهو المنهج الارشادي في تحسين المهارات النفسية لدى لاعبي الضرب الساحق بالكرة الطائرة .

خطوات التخطيط لتنفيذ الجلسات الإرشادية(*):

- ١- تم تنفيذ المنهج الإرشادي بطريقة الإرشاد الجمعي مصاحب الى منهاج المدرب على عينة المجموعة التجريبية والبالغ عددهم (٦) لاعبين من شباب نادي الرميثة بالكرة الطائرة.
 - ٢- يطبق على عينة المجموعة الضابطة منهاج المدرب فقط .
 - ٣- تطبق الجلسة الارشادية قبل البدء بتطبيق منهاج المدرب بمدة ساعة .
 - ٤- السماح للاعبين أن يعبروا عن آرائهم ومواقفهم في أثناء الجلسة الإرشادية بهدف دعم التوافق النفسي.
 - ٥- تم إدارة الجلسات الإرشادية.
- تقديم سؤال من الواقع.
 - الفعالية والمرح من أجل إضفاء جو من المرح والسرور.
 - إعادة ما تم تعلمه في الجلسة السابقة والاستفادة منها.

(*)الملحق رقم (٦) , ص ١١٨ .

● التأكيد على الالتزام من خلال الواجب البيتي والتقييم الذاتي بواسطة تقيم اللاعبين لأنفسهم.

٦- تهيئة مكان مناسب لتنفيذ المنهج ، واختيرت قاعة الشهيد محمد علي الحساني في منتدى شباب الرميثة في محافظة المثنى .

٧- تحضير وسائل المنهج الإرشادي وأدواته وهي(السبورة، المصاطب ،كراس الواجب البيتي)

٨- عدد الجلسات الارشادية ١٦ جلسة تبدأ الجلسة الاولى يوم السبت ٣٠ / ١٢ / ٢٠٢٣ اما الجلسة الاخيرة كانت ٢٠ / ٢ / ٢٠٢٤ والجدول (٦) يبين عناوين الجلسات.

٩- تطبق في الاسبوع الواحد جلستين ارشادية تعقد في يوم (السبت , الثلاثاء) من كل اسبوع.

١٠- حددت الباحثة المدة الزمنية للجلسة الارشادية ضمن المدة الزمنية المخصصة لتدريب اللاعبين ، واستغرقت الجلسة الارشادية الواحدة زمناً يتراوح ما بين (٣٠-٤٥) دقيقة ، واذا وافقت موعد الجلسة الارشادية أحداث طارئة معيقة للحضور او عطلة رسمية تتقل الجلسة الى اليوم الذي بعده او الذي قبله .

١١- بعد الانتهاء من جلسات المنهج الارشادي الجمعي اتفق المرشد مع أفراد المجموعة الارشادية على تحديد موعد تنفيذ القياس البعدي ، للمجموعتين الضابطة والتجريبية.

الجدول(٦)

الجلسات الإرشادية وتاريخ انعقادها

الجلسات	العنوان	التاريخ
الجلسة الأولى	الافتتاحية	٢٠٢٣/١٢/٣٠
الجلسة الثانية	المنافسات الرياضية واهدافها	٢٠٢٤ / ١ / ٢
الجلسة الثالثة	أهمية العامل النفسي للرياضيين	٢٠٢٤ / ١ / ٦
الجلسة الرابعة	شرح وبيان معنى التوجيه والإرشاد النفسي	٢٠٢٤ / ١ / ٩
الجلسة الخامسة	توضيح التفاعل الاجتماعي للاعب الكرة الطائرة	٢٠٢٤ / ١ / ١٣
الجلسة السادسة	الثقة بالنفس في لعبة الكرة الطائرة	٢٠٢٤ / ١ / ١٦
الجلسة السابعة	روح التحدي	٢٠٢٤ / ١ / ٢٠
الجلسة الثامنة	القدرة على ايقاف الافكار السلبية	٢٠٢٤ / ١ / ٢٣
الجلسة التاسعة	التدريب على الاسترخاء والتصور للاعب	٢٠٢٤ / ١ / ٢٧
الجلسة العاشرة	أهمية الحد من الاستثارة الزائدة للاعب	٢٠٢٤ / ١ / ٣٠
الجلسة الحادية عشر	الموازنة بين قدرات الفرد وطموحاته	٢٠٢٤ / ٢ / ٣
الجلسة الثانية عشر	تأثير عامل الخوف في تقليل التوافق النفسي	٢٠٢٤ / ٢ / ٦
الجلسة الثالثة عشر	تأثير القلق في تقليل المستوى النفسي للاعب	٢٠٢٤ / ٢ / ١٠
الجلسة الرابعة عشر	التأثيرات النفسية للإصابات الرياضية	٢٠٢٤ / ٢ / ١٣
الجلسة الخامسة عشر	السيطرة على التحكم بالانفعالات النفسية للاعب	٢٠٢٤ / ٢ / ١٧
الجلسة السادسة عشر	الجلسة الختامية	٢٠٢٤ / ٢ / ٢٠

٣-٧-٤ الاختبارات البعدية :

بعد تطبيق المنهج الارشاد الجمعي باشرت الباحثة بإجراء الاختبارات البعدية على عينة البحث والبالغ عددها (١٢) لاعب في قاعة الشهيد محمد علي الحساني المغلقة المخصصة لنادي الرميثة بالكرة الطائرة , و أخذت الباحثة بنظر الاعتبار أن تجرى الاختبارات البعدية في الظروف نفسها المتبعة عند تنفيذ الاختبارات القبلية من حيث الزمان والمكان والأدوات والأجهزة اللازمة وبمساعدة فريق العمل المساعد ذاته في الاختبار القبلي , إذ طبقت الاختبارات البعدية في يوم الخميس المصادف ٢٢ / ١٢ / ٢٠٢٤ , إذ وزعت استمارة مقياس التوافق النفسي وبعد جمع الاستمارات باشرت الباحثة بتطبيق الاختبارات المهارية بالكرة الطائرة .

٣-٨ الوسائل الإحصائية المستعملة في البحث :

تم معالجة البيانات التي تم الحصول عليها باستعمال عدة وسائل احصائية التي تلائم مع اهداف البحث للتوصل الى معرفة النتائج من خلال استعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) .

١. الوسط الحسابي.
٢. الانحراف المعياري.
٣. النسبة المئوية .
٤. قيمة اختبار (كا^٢).
٥. معامل الارتباط بيرسون .
٦. قيمة اختبار LEVENE .
٧. اختبار (t) للعينات المترابطة.
٨. اختبار (t) للعينات المستقلة.
٩. قيمة حجم الاثر Cohen's .
١٠. قيمة حجم الاثر Eta

الفصل الرابع

٤ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها

٤-٤ عرض نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبار البعدي وتحليلها ومناقشتها :

٤-٤-١ عرض نتائج المجموعتين الضابطة والتجريبية لمقياس الثقة بالنفس ومجالاته في الاختبار البعدي وتحليلها :

جدول (١٢)

الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في متغيرات البحث بالاختبارات البعدية

المتغيرات	وحدة القياس	المجموعة الضابطة		المجموعة التجريبية		قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة الاحصائية
		س	ع	س	ع			
مقياس التوافق النفسي	درجة	166.86 7	11.63 2	181.53 3	6.970	2.649	0.024	معنوي
الإعداد من الأعلى	درجة	13.100	1.349	15.112	1.077	2.854	0.017	معنوي

يبين نتائج الجدول اعلاه ان قيم مستوى الدلالة لاختبار (t) للعينات المستقلة لمقياس التوافق النفسي ومهارة الاعداد بالكرة الطائرة جاءت أصغر من نسبة الخطأ (0.05) ، وهذا يعني وجود فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية ولصالح نتائج عينة المجموعة التجريبية .

٤-٤-٣ مناقشة النتائج متغيرات البحث لمجموعتي البحث الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية

تبين الجداول اعلاه وجود فروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في الاختبارات البعدية ولصالح المجموعة التجريبية وتعزو الباحثة هذه الفروق إلى الجلسات الارشادية المصاحبة لمنهاج المدرب والمعدة من قبل الباحثة والتي ساهمت في تنمية التوافق النفسي وكذلك المهارات بالكرة الطائرة .
وترى الباحثة ان التحسن بمستوى التوافق النفسي ومهارات الكرة الطائرة لأفراد عينة البحث التجريبية، الذي احتوى على مجموعة من الأساليب التي طورت من امكانيات اللاعبين مما أدى إلى انسجام بين اللاعبين مما

عزز من الرغبة والاندفاع والحماس في التدريبات اضافة إلى البرنامج الإرشادي المعدة من قبل الباحثة وربطها بالتنافس مع الأداء المهاري ، ساهم في تحسين المهارات .

وترى الباحثة أن إمكانية التدريب يعتمد على مهارة المدربين في معرفة ماهية الأهداف وكيفية تحقيقها ، وهنا يجب أن يكون لدينا مسار واتجاه واضح لعمل المدرب ، وهذا يشمل المعرفة في أنشطة أو ألعاب مشابهة للعب الحقيقي وأن هنالك المزيد من الإضافات على النشاط أو اللعبة التي لها أثرها في تطوير اللاعب مهارياً ونفسياً". (Fleek :2002: 322)

ظهر مما سبق فاعلية البرنامج الإرشادي في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي للاعبين كرة الطائرة الشباب ، إذ إن هناك فروقا دالة بين متوسط اتجاه المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج الإرشادي وبين متوسط لاعبي المجموعة الضابطة التي لم تخضع إلى أي برنامج إرشادي، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي المعد لهذا الغرض له فعالية وتأثير في تنمية التوافق النفسي الاجتماعي وخفض التردد النفسي.

إن نتيجة هذه الدراسة تتفق مع نتائج الدراسات التي أشارت إلى أن الإرشاد الجماعي يساهم في تعديل اتجاهات الأفراد كدراسة (العادلي : ١٩٩٣)، ودراسة (العزاوي ، ١٩٩٧) ودراسة (العامري ، ١٩٩٩) ، ودراسة (خليل ، ١٩٩٠)، التي أشارت إلى تأثير الإرشاد والتوجيه التربوي على اتجاهات طلبة كلية التربية نحو مهنة التدريس ، ودراسة (العبيدي ، ١٩٩١)، التي توصلت إلى تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في مستوى الاتجاه نحو التعليم المهني بعد أن تعرضت إلى برنامج إرشادي ، ودراسة (هدى جلال)، ودراسة علي صبحي.

وبما إن جلسات البرنامج الإرشادي قد استغرقت (١٦) جلسة إرشادية تتخللها نشاطات وتوجيهات وشرح لموضوعات تتعلق بلعبة كرة الطائرة والمناقشة وتبادل الآراء ووجهات النظر فإنه ليس بعيداً إن تتأثر آراء ومشاعر واتجاهات هؤلاء اللاعبين الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي المذكور وإن يتعدل سلوكهم ولذلك فقد كانت الباحثة موفقة في توظيف أسلوب الإرشاد الجماعي في تنمية سلوك اللاعبين من خلال طريقة الإرشاد الجماعي وعن طريق أسلوب المناقشة الجماعية.

والمنهج الإرشادي الجماعي له تأثيرا فعالا في تطور الاداء الفني لدى اللاعبين في مهارات (حائط الصد والاعداد واستقبال الارسال) (لان المنهج الارشادي ساعد اللاعبين على معالجة اوجه القصور وخاصة الذين تكون استجاباتهم بطيئة كما تزيد من فاعلية الوحدة التدريبية) ، لذا نرى الاخصائيين في الكرة الطائرة يبحثون عن السبل التي يستطيع بواسطتها المدرب ان يرفع مستوى اللاعب التكتيكي والتكتيكي، وقد ساهم المنهج الارشادي للاعبين على التطور في الاداء الفني لمهارة حائط الصد من خلال توفر المجال الكافي اثناء الجلسات الارشادية لتصحيح الاداء والابتعاد عن الالخطاء وبالتالي سيحصل اللاعب ثبات الاداء لان تفكيره سيكون منصبا على الاداء فقط وكذلك تظهر اهمية الاعداد في الكرة الطائرة انه روح الهجوم هذا ماكان واضحا للاعبين في جلسات البرنامج حيث اوضح المرشد بان مهارة الاعداد تعد الخطوة الاولى التي اذا ماتمت بشكل صحيح ومتقن فان نجاح الهجوم سيكون نسبته عالية لذا فان من يقوم بهذه المهمة يجب ان يعرف اولاً مدى

اهمية دوره في احراز الفوز لانه العقل المخطط داخل الملعب والموزع للكرات حسب ماتقتضيه خطة اللعب لذا يمكن ان يكون اللاعب المعد هو المسؤول عن اعداد الكرات كافة التي تصل الية بدقة وكفاءة عالية للمهاجمين.

وتغزو الباحثة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة إلى عدة أسباب:(جمال الخطيب

: ١٩٩٦ : ٣٠٩)

- تهيئة الجو المناسب في أثناء عملية الإرشاد والتوجيه.
- إعطاء اللاعب فرصة كبيرة داخل المجموعة مما جعل اللاعبين يتصرفون بثقة عالية .
- التأكيد من قبل الباحثة على التحدث بحرية من دون خوف أو تقيد مما جعل اللاعبين يفكرون بأكثر من حل مناسب.
- استعملت الباحثة إستراتيجية فعالة وهي تكوين علاقة إرشادية قوية مع المسترشدين قدم من خلالها المرشد الدعم والتشجيع للمجموعة الإرشادية للمضي قدماً في تحقيق الأهداف الإرشادية.
- تبادل الآراء ووجهات النظر بين اللاعبين فإنه ليس بعيداً إن تتأثر آراء ومشاعر وسلوك هؤلاء اللاعبين الذين تعرضوا للبرنامج الإرشادي لذلك كان له الدور الايجابي.
- ان استخدام مهارة ايقاف التفكير السلبي في البرنامج الارشادي الاثر الكبير لتغيير المعتقدات والافكار الخاطئة التي يواجهها اللاعبون وخاصة ان الكثير من الاستجابات والاضطرابات النفسية منها الثقة بالنفس والاتصال الاجتماعي والذات المهارية تعتمد على حد كبير على وجود معتقدات خاطئة يبينها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به وهذا ما يسلم به العلاج النفسي السلوكي المعاصر .
- ان للتدريب على مهارة الحديث الذاتي الاثر الواضح على المجموعة التجريبية وخاصة الاولى لما للحديث الذاتي من تاثير في التغير الملموس في الدافعية لدى اللاعبين نحو التدريب والمنافسة والتطور وقد اشار (عبد الهادي ١٩٩٩) الى ان (الحديث الذاتي يخلق الدافعية عند الفرد ويساعده على تصنيف مهاراته وتوجيه تفكيره للقيام بالمهارة المطلوبة) ويرى (مينيكوم) بان تعديل السلوك يمر بطريق متسلسل في البدء بالحوار الداخلي والبناء المعرفي. كما ان البرنامج الارشادي المستخدم قد اسهم في تكوين عملية المراقبة الذاتية عند اللاعبين.
- قد اثبت البرنامج الارشادي فعاليته لاسيما لاحتوائه على مهارات وفنيات قد احدثت حالة من التكيف والتوازن النفسي مع الثقة بالنفس والاتصال الاجتماعي والذات المهارية والتحكم بها التي قد عانى فيها اللاعبون من قبل المتمثلة بالضغوط الاسرية والاجتماعية والصحية وضعف الثقة بالنفس كونها مصادر

رئيسية لأحداث الضغوط النفسية لديهم حيث اوضح في البرنامج ان المثير الضاغط انه مشكله تحتاج الى حل بدلا من النظر الية كمثير فاذا تبني الفرد هذا الاطار عندها يمكن ان تظهر لديه مجموعة من السلوكيات التكيفية الاجتماعية (رنا الزواوي: ١٩٩٢ : ١٥)

- كان من ضمن الاساليب والفنيات المستخدمة هي تأكيد الباحثة فيها على ادخال مهارات الاسترخاء العضلي ضمن برنامج الارشاد النفسي والتي تبنتها الباحثة في برنامجها الارشادي كونها علاجا ناجحا في التحكم بالضغوط وتحسين مستوى المهارات النفسية.
- تفسير النجاح الذي احرزته جلسات البرنامج الارشادي الحالي الى قوة العلاقة بين افراد المجموعة التجريبية والباحثة التي بدورها قد اثرت على نجاح البرنامج حيث كان اللاعبون يلقون الاهتمام من قبل الباحثة وتصغي الى ما لديهم من مشاكل ويقدم النصح والارشاد لهم مما كان يؤدي الى عملية تفريغ انفعالي للاعبين فضلا عن الرغبة الصادقة من قبل اللاعبين في المشاركة الفاعلة للجلسات الارشادية وهذا يتفق مع ما ابدته معظم الدراسات والبحوث السابقة واكد عليه(زهران: ١٩٩٨ : ٢٣٥)(من ان الاقبال من قبل المسترشد امر هام وضروري لنجاح العملية الارشادية).

الفصل الخامس

٥- الاستنتاجات والتوصيات

١-٥ الاستنتاجات

١. أن إعداد مقياس التوافق النفسي هو جدير بالقياس .
٢. ان الجلسات الارشادية المطبقة والمعدة من قبل الباحثة والمصاحبة لمنهاج المدرب لها الدور في تنمية التوافق النفسي للاعبي كرة الطائرة لنادي الرميثة .
٣. ان الجلسات الارشادية المطبقة والمعدة من قبل الباحثة والمصاحبة لمنهاج المدرب لها الدور في تعلم المهارات الدفاعية والهجومية بالكرة الطائرة للاعبي نادي الرميثة .
٤. ان حجم الأثر كان كبيراً في التوافق النفسي ومهارات الدفاعية والهجومية بالكرة الطائرة بين نتائج المجموعة التجريبية ونتائج المجموعة الضابطة .

٥-٢ التوصيات :

١. الافادة من مقياس التوافق النفسي والذي قام الباحث بأعداده وتطبيقه للكشف عن مستوى التوافق النفسي للاعبين الكرة الطائرة .

٢. ضرورة قيام الاخصائي النفسي الرياضي بتنمية وتطوير المهارات النفسية نحو ابعاد التفوق الرياضي للاعبي الكرة الطائرة مع الاهتمام بالتعرف على نواحي القوة والضعف وملاحظة تطورها ومواصلة تقييمها مع تسجيل معدلات كل لاعب.
٣. ضرورة القاء محاضرات نوعية على اللاعبين لمختلف الفئات اثناء الوحدات التدريبية من قبل مختص في الارشاد النفسي وعلم النفس الرياضي.
٤. اجراء دراسات اخرى للكشف عن العلاقة والتأثير بين التوافق النفسي مع المهارات بكرة الطائرة.
٥. اجراء دراسات اخرى للكشف بتطبيق الجلسات الارشادية على فعاليات اخرى غير كرة الطائرة.
٦. الاستفادة من الجلسات الارشادية للبحث الحالي لإجراء دراسات مماثلة على اللاعبين المعاقين بكرة الطائرة لمعرفة التأثيرات المنهج على اللاعبين المعاقين.

المصادر

- امين الخولي ، محمود عنان : المعرفة الرياضية الاطار المفاهيمي في اختبارات المعرفة الرياضية اسس بنائها ونماذج منها ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٩ ، ص ٦٧.
- بشير صالح الرشدي ، راشد علي السهل : مقدمة في الارشاد النفسي ، ط ١ ، مكتبة الفلاح للنشر ، الكويت ، ٢٠٠٠ ، ص ٤٨٤.
- ذوقان عبيدات وآخرون: البحث العلمي - مفهومه وأدواته واساليبه ، ط ٦ ، عمان ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٨ ، ص ١٩٥ .
- راهية عباس العادلي : فاعلية الإرشاد الجمعي في مفهوم الذات وتحمل المسؤولية الاجتماعية لدى الأحداث الجانحين ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الأولى (أبن الرشد) ، جامعة بغداد ، ١٩٩٣ .
- سامي محمد ملحم : مناهج البحث في التربية الرياضية ، ط ١ ، عمان ، دار المسرة للنشر و التوزيع ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٥٩ .
- سامي مهدي العزاوي: أثر الإرشاد الجمعي في تعديل الاتجاه السلبي نحو المدرسة لدى طلبة المرحلة المتوسطة ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية ، ١٩٩٧ .
- صالح جاسم الدوسري : الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج الإرشاد والتوجيه ، مجلة رسالة الخليج العربي ، العدد الخامس عشر ، السنة الخامسة ، الرياض ، ١٩٨٥ ، ص ٤٢٤ .

- صباح حسين العجيلي (وآخرون) : مبدئ القياس والتقويم التربوي , بغداد , مكتب احمد الدباغ للطباعة والاستتساخ , ٢٠٠١ , ص ٦٦.
- صباح مرشد العبيدي : أثر الإرشاد التربوي في اتجاهات طلبة المرحلة المتوسطة نحو التعليم المهني , رسالة ماجستير , كلية التربية الأولى (أبن الرشد), جامعة بغداد , ١٩٩١ .
- عباس محمود عوض : علم النفس العام, بيروت , دار الجامعية للطباعة والنشر , ١٩٨١. ص ٤٩
- عبد الستار أبراهيم: الاكتئاب (اضطراب العصر الحديث- فهمه واساليب علاجه), ط ١, الكويت , المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب , ١٩٩٨ , ص ٣١٤.
- عبد المجيد نشواتي : علم النفس التربوي , ط ٩, مؤسسة الرسالة للطباعة, عمان , ١٩٩٧ , ص ٥٠ .
- علي جبار مرهج: رسالة ماجستير, جامعة الكوفة , كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة, ٢٠١٩, ص ١١١, ١١٢.
- قاسم المندلوي (وآخرون): الاختبارات والقياس والتقويم في التربية الرياضية , بغداد, دار الحكمة, ١٩٨٩ , ص ١٠٧.
- محمد العربي شمعون : التدريب العقلي في المجال الرياضي , القاهرة , دار الفكر العربي , ١٩٩٦ , ص ٤ .
- محمد جاسم الياسري: الاسس النظرية لاختبارات التربية البدنية , دار الضياء للطباعة والنشر , النجف الاشرف, ٢٠١٠, ص ٧٢.
- محمد عبد الفتاح الصيرفي: البحث العلمي- الدليل التطبيقي للباحثين , ط ٢؛ عمان , دار وائل للنشر, ٢٠٠٨, ص ١٨٦.
- نداء إبراهيم خليل: أثر الإرشاد والتوجيه التربوي على اتجاهات طلبة كلية التربية نحو مهنة التدريس , أطروحة دكتوراه , كلية التربية , جامعة الموصل , ١٩٩٠ .
- نوال قاسم العامري: إعداد برنامج إرشادي لتعديل اتجاهات طلبة الجامعة السلبية نحو الزواج , أطروحة دكتوراه , كلية التربية (أبن رشد) , جامعة بغداد , ١٩٩٩ .
- وجيه محبوب ١٩٩٣: طرائق البحث العلمي ومناهجه, دار الحكمة للطباعة والنشر , بغداد, ص ٢٢٥.
- علي صبحي خلف: اثر برنامج إرشادي في تعديل اتجاهات الطلاب نحو لعبة الجمناستيك, أطروحة دكتوراه, جامعة بغداد, كلية التربية الرياضية , ٢٠٠٧.
- جمال الخطيب, علي الحديدي : تعديل السلوك, ط ١, منشورات جامعة القدس المفتوحة, عمان, ١٩٩٦, ص ٣٠٩ .

- رنا الزواوي: اثر الارشاد الجمعي للتدريب على المشكلات في خفض التوتر ،رسالة ماجستير (غير منشورة)، مكتبة الدراسات العليا ،الجامعة الاردنية، عمان ،١٩٩٢، ص ١٥ .
- حامد عبدالسلام زهران: التوجيه والارشاد النفسي، ط٣، عالم الكتب، القاهرة، ١٩٩٨، ص ٢٣٥ .
- (1) Fleek,T , quinn , R, carr , carr, DBM Yen , we 8 string field v, 2002 The official us gouth soccer coaching manhal , Dallas: us youth soocr , us youth soocr, p322.

الملاحق

ملحق (١)

الجلسة الأولى (الافتتاحية)

تاريخ انعقادها: ٢٠٢٣/١٢/٣٠

زمن الجلسة : ٤٥ دقيقة

❖ الحاجات المرتبة بالموضوع وتشمل ماياتي :

- ١- التهيؤ للبرنامج الإرشادي الموجه .
- ٢- التعرف بين أفراد المجموعة من جهة وبين المرشد من جهة أخرى .
- ٣- ان يتعرف أفراد المجموعة على أهمية البرنامج الإرشادي .
- ٤- معرفة مكان وزمان الجلسات الإرشادية .

❖ الهدف العام للجلسة :

- تهيئة أفراد المجموعة التجريبية للتفاعل مع البرنامج الإرشادي والتوجيهي .

❖ الأهداف الخاصة :

- ١- إن يتم التعارف بين اللاعبين من جهة والمرشد من جهة أخرى .
- ٢- تعريف اللاعبين على الضوابط والتعليمات الخاصة بالجلسات الإرشادية .
- ٣- تعريف اللاعبين على محتويات البرنامج الإرشادي وتهيئة مكان الجلسات .

❖ الفنيات الإرشادية المتبعة في الجلسة :

- ١- قدم المرشد إلى للاعبي المجموعة التجريبية الإرشادية وفتح الفرصة لكل لاعب يقدم نفسه .
- ٢- قدم المرشد تعريف ماهية الإرشاد المباشر و غير المباشر بوصفه أسلوبا إرشاديا والهدف العام من التدريب .

- ٣- وضع المرشد الهدف الخاص من التدريب .

- ٤- اتفق على الزمان والمكان اللذان يقدم فيها البرنامج الإرشادي مع التأكيد على الالتزام والمواظبة على الحضور .

٥- وجه المرشد سؤال للمجموعة التجريبية إذا كان احدهم لا يرغب المشاركة في الجلسات الإرشادية.

٦- أنهى المرشد الجلسة بإلقاء التحية على أفراد المجموعة .

❖ التقييم البنائي :

المرشد سؤال إلى أفراد المجموعة الإرشادية على رأيهم بالبرنامج الإرشادي وتوقعاتهم عنه .