

## تأثير برنامج ارشادي نفسي علي انخفاض مستوى التمرد النفسي الرياضي لدي مدربي كرة القدم

د/محمد السيد شاكر عباس<sup>١</sup>

المقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر التوجيه والإرشاد النفسي الرياضي أحد المجالات التطبيقية لعلم النفس الرياضي وهذا النوع من الإرشاد لا ينتظر حدوث الأزمة أو المشكلة ثم يبحث عن العلاج، ولكن يتوقع المشكلات في مرحلة مبكرة ويتعامل معها قبل أن تصل إلى النقطة التي تتطلب التدخل، هذا بالإضافة إلى حل المشكلات القائمة والمحتملة الحدوث وكذلك التدخل في مواقف الأزمات.

و يهدف التدريب الرياضي إلي تحقيق الرياضي لأعلي مستوى من الإنجاز الرياضي خلال النشاط التخصصي ويتحقق ذلك من خلال الإرتفاع بمحددات الأداء للرياضي حتي يصل إلي المثالية ويتضح ذلك عندما نرتفع بمستوي مكونات الهيكل البنائي لحالة اللاعب التدريبية المختلفة بدنية ، مهارية ، خطوية ، عقلية ، نفسية ( ٤٧٥ : ٣ ) .  
ويذكر " يحيى السيد إسماعيل" (٢٠٠٢م) بان الوصول إلى المستويات العالية في النشاط الرياضي يرتبط ارتباطاً مباشراً بمدى قدرة المدرب على إدارة وتنفيذ عملياته التدريب الرياضي ونجاحه في الارتقاء بقدرات لاعبيه أي مقدرته على تخطيط وتنفيذ وتقويم هذه العملية. (١٥ : ٢٩)

ويشير محمد علاوي ، حمدي عويس (٢٠٠٤م) الي ان التمرد يعد من اهم الظواهر السلوكية التي تؤثر سلباً علي الصحة النفسية للفرد الرياضي لما له من أثار مباشرة علي حياة الفرد النفسية والجسمية أو كلاهما فالتمرد يعد اضطراب سلوكي مكتسب ن البيئة. (١٦٩ : ٢٢)

<sup>١</sup> مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية - كلية التربية الرياضية - جامعة أسيوط

والمدرّب الرياضي " هو القائد الرياضي الذي يقع على عاتقه القيام بتخطيط وقيادة وتنظيم الخطوات المستقبلية لعمليات التدريب الرياضي وتنظيمها وتنسيقها في مناهج عملية هادفة". (١٥ : ٢٠)

ويري علاء صادق (٢٠٠٢م) ان التمرد افة مدمرة للمدرّب واللاعب الرياضي ومرضاً مشتتاً لجمهور اللاعبين وتماسك الجماعة ، نتيجة عدم الثقة مما يؤدي الي توتر العلاقات بين اعضاء الفريق والمدرّب والادارة والحكام نتيجة لحالة التمرد والعصيان والاصرار علي الرأي.(١٧ : ١٢)

يعتبر التمرد من الظواهر السلوكية التي تؤثر سلبا في الصحة النفسية للرياضي، وينظر إليه علي أساس أنه من بين أهم الظواهر النفسية غير السوية التي تؤثر سلبا علي أداء الرياضي ، لما له من أثار مباشرة علي حياة الفرد الرياضي النفسية والجسمية أو كلاهما معاً ، والتمرد اضطراب سلوكي مكتسب من البيئة وينمو لدي الفرد وفقا لاستعداداه العصبي لذلك.(٢٢ : ١٦٩)

والتمرد دائما قلقا ومتوتر ومضطرب وغير مستقر انفعالياً نتيجة للاحباطات والصراعات الناتجة عن عدم القدرة علي تحقيق أهدافه أو اشباع رغباته، فأهدافه دائماً غير واقعية ومستوي طموحه يفوق قدراته وامكاناته ، وقد يزيد من ذلك سواء هو عدم كفاية الدخل أو الانتماء لمستوي اقتصادي أو اجتماعي منخفض.(١٦ : ١٧١)

والتمرد ظاهرة سلوكية سريعة العدوي ، سرعان ما تنتقل من رياضي لآخر، واهمالها قد ينذر بوباء مدمر للرياضة ، والتمرد بين الرياضيين ظاهرة جديدة انتشرت مؤخراً ، وقد تنذر بخطر قادم علي المجتمع ، فما أصعب وأخطر أن يتحول هذا السلوك البشع إلي وباء وذلك عندما يصل الرياضي إلي درجة عدم الإيمان بالعادات والتقاليد وقيم المجتمع وقوانينه وشعوره بأنها قيود ونواهي تفرض علي سلوكه ، ويخرج عندها نهائياً من زمرة المجتمع والجماعة ، ويمثل التمرد عدم التوافق بين الرياضي وبيئته.

(٢٢ : ١٦٩)

ويضيف "محمد علاوي" (٢٠٠٢م) أنه يجب على المدرب الرياضي محاولة الاستفادة بقدر الإمكان من منحنيات التعلم في مجال عملة التربوي، إذ إنها طريقة موضوعية يمكن بواسطها الحكم على مستوى اللاعب ومقارنته بالآخرين، كما أنها دليل هام يوضح للمدرب صحة الوسائل والطرق التي يستخدمها في عملية التعليم والتدريب. (٧٩:٢٣)

لذا فإن شخصية المدرب وثقافته وعلمه وخبرته وحسن تعامله كل هذا يلعب دوراً هاماً في نجاحه في مهمته كمدرب، وفي احترام جميع من يعملون معه لآرائه وفكره وتنفيذ واجباته. فمعيار نجاح المدرب باي حال من الأحوال ليس حصوله مع الفريق الذي يدرسه على بطولة الدوري أو الفوز في المباريات، ففي الحقيقة ان المعيار الحقيقي للحكم على كفاءة المدرب في أدائه هو: كيف كان الفريق قبل أن يقوم المدرب بتدريبه ومستواه؟ ثم كيف أصبح هذا الفريق بعد مرور فترة زمنية معينة في حدود موسم أو موسمين على الأقل. (١٦،١٥:١٨)

حيث يؤدي الاهتمام المبالغ فيه بعملية المنافسة الرياضية من قبل بعض المدربين نتيجة تركيز اهتمامهم بتحقيق الفوز والمكسب بالمباراة باي شكل من الأشكال وذلك لارتباط الفوز بالنسبة لهم العديد من المكاسب سواء كانت (مادية – معنوية – الشهرة والمجد) وذلك من خلال وسائل الإعلام والصحافة والجمهور، مما ينتج عنه حدوث نوع من الضغط النفسي على المدرب الرياضي. (١٩ : ٩١)

وتشير "إخلاص عبدالحفيظ" (٢٠٠٢م) أن كثيراً ما نلاحظ في المجال الرياضي هبوط مستوى أداء بعض الرياضيين، أو عدم استقرار مستواهم أو اعتزال البعض الآخر، وكذلك ظهور بعض الرياضيين بشكل مغاير لطبيعتهم، كذلك تعرض الرياضيين لدرجات عالية من الانفعال وشدة الاستثارة ولضغوط نفسية عديدة مما يؤثر على صحتهم العقلية والجسمية والاجتماعية الأمر الذي دعا إلى الحاجة إلى الإرشاد النفسي الرياضي .

(١٩:٤)

وتشير أماني عبد المقصود عبد الوهاب (٢٠٠٦) ان علم النفس الإيجابي هو ذلك العلم الذي يبحث بين جنباته عن تلك الصفات الفاعلة والإيجابية التي تعضد من قيمة

الإنسان، وتؤكد على إنسانيته وتضفي عليها عمق التسامي والتباهي بتلك المشاعر الإنسانية الإيجابية، فمجال علم النفس الإيجابي هو ذلك العلم الذي يفتش في الإنسان عن أجمل ما فيه، وأنبئ ما فيه من مشاعر وأحاسيس. (٩ : ٧٩)

وتكمن الخطورة في ان الرياضي المتمرد قد يكون من الرياضيين المتميزين والموهوبين رياضياً ، غير أنها تحدث في بعض الأحيان من الرياضيين العاديين ولكنها ليست بنفس الدرجة ، وهنا يجب التعرف علي ابعاد هذه الظاهرة من جذورها من اجل التدخل التربوي لإحلال الجو العاطفي الايجابي وتحقيق التوافق النفس بدلا من التمرد والعناد.(١٦ : ٢٤٩)

ويري البعض أنه يصعب السيطرة علي هذا السلوك نظراً للأصول الوراثية لأنماط الجهاز العصبي والأنماط المزاجية التي تحدده ويكن يشير علاوي " أنه يمكن باتأثير التربوي الهادف العمل علي تنمية الصفات المزاجية الايجابية وإخماد أو الإقلال من اثار الصفات السلبية.(٢١ : ٩٦)

ومن خلال خبرة الباحث كلاعب كرة قدم سابق وعمله كحكم درجة أولي بالاتحاد المصري لكرة القدم لاحظ أثناء إدارته للعديد من المباريات بدوري القسم الرابع والثالث والثاني أن الاهتمام المبالغ فيه بعملية المنافسة الرياضية من قبل بعض المدربين نتيجة تركيز اهتمامهم بتحقيق الفوز والمكسب بالمباراة باي شكل من الأشكال وذلك لارتباط الفوز بالنسبة لهم بالعديد من المكاسب سواء كانت (مادية – معنوية ) ينتج عنه حدوث نوع من الضغط النفسي على المدرب الرياضي مما يؤدي إلي تمرد المدرب نحو (حكم المباراة أو اللاعبين أو أفراد الجهاز المعاون) متمثلاً ذلك في اعتراضه علي قرارات الحكم وعدم الانصياع إليه أثناء المباراة الأمر الذي يؤدي بطبيعة الحال إلي طرد المدرب وحرمان فريقه من الاستفادة بخدماته أثناء المباراة ، وقد يصل الأمر إلي خسارة فريقه ، ولعل ذلك ما دفع الباحث للقيام بهذه الدراسة.

حيث تؤكد العديد من الدراسات السابقة كدراسة انتصار الرفاعي (٢٠٠٤)(١٠) ، إيمان العيوطي (٢٠٠٥)(٩) ، وسمير مهنا (٢٠٠٩)(١٣) ، ومحمد حسني (٢٠١١)(٢٥)

على أهمية وقدرة برامج الإرشاد النفسي في حل العديد من المشكلات النفسية كتتمية الثقة بالنفس وخفض حدة الغضب والقلق وتخفيف الضغوط النفسية وعلاج المشكلات السلوكية وعلاج القلق باختلاف مجالاته ونقص الدافعية، ولذلك قرر الباحث استخدام برامج الإرشاد النفسي لعلاج مشكلة بحثه.

ولعل البرامج الإرشادية النفسية التي يتم إعدادها وتنظيمها على وفق أسس علمية، هي أحد الوسائل الهامة المستخدمة في تحديد المسببات التي تقود إلى حل المشكلات النفسية عند الرياضيين ومنها التوتر والقلق والضغوط النفسية والعزوف ونقص الدافعية والتمرد النفسي وغيرها ، إذ تساعد هذه البرامج الإرشادية الرياضي على أن يتخذ لنفسه أهدافاً واقعية تتفق مع قدراته واستعداداته، إذ تساعده على تفهم نفسه تفهماً سليماً وذلك بمعاونته على تقويم نفسه ومعرفة قدراته ونواحي الضعف والقوة لديه، ومعاونته على استخدام إمكانياته إلى أقصى حد ممكن.

هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلي التعرف علي تأثير برنامج ارشادي نفسي علي انخفاض مستوي التمرد النفسي الرياضي لدي مدربي كرة القدم.

**فروض البحث:**

توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسات القبلية والبعديّة في اتجاه القياسات البعديّة في انخفاض مستوي التمرد النفسي الرياضي لدي مدربي كرة القدم بمحافظة أسيوط.

يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي تأثيراً إيجابياً في انخفاض مستوي التمرد النفسي الرياضي لدي مدربي كرة القدم بمحافظة أسيوط.

**بعض المصطلحات المستخدمة في البحث :****الإرشاد النفسي :**

عملية الهدف منها مساعدة الرياضيين على فهم وتحليل استعداداتهم وقدراتهم وميولهم وحاجاتهم وإمكاناتهم ومشكلاتهم المختلفة ، واستخدام تلك المعرفة في اتخاذ القرارات المناسبة بما يحقق لهم التوازن. (٨ : ١٤)

**التمرد النفسي الرياضي:**

هو رد فعل سلبي يميل الي العصيان وعدم الانصياع لأوامر السلطة والقوانين مما يؤثر علي مجريات الاحداث في بيئة المنافسة. (٢٨ : ٦)

**المدرّب الرياضي:**

هو شخصية تربوية تؤثر تأثيراً كبيراً في التنمية الشاملة للاعبين من اجل الوصول بهم إلى أعلى مستوى ". (١٢ : ٢١)

**إجراءات البحث:****منهج البحث:**

استخدم الباحث المنهج التجريبي ذو "التصميم التجريبي للمجموعة التجريبية الواحدة " عن طريق القياس القبلي والقياس البعدي ، وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

**مجتمع البحث:**

يتمثل مجتمع البحث في مدربي كرة القدم بأندية محافظة اسيوط وسوهاج بدوري القسم الرابع والثالث والثاني وعددهم (٤١) مدرب والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم موسم الرياضي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م.

**عينة البحث:**

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من مدربي كرة القدم بأندية محافظة اسيوط بدوري القسم الرابع والثالث والثاني وعددهم (١٨) مدرب والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم موسم الرياضي ٢٠٢٣/٢٠٢٤ م، كما اختار الباحث عدد (١٦) مدرب للدراسة الاستطلاعية من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية.

## اعتدالية عينة البحث :

قام الباحث بإجراء اعتدالية أفراد عينة البحث الأساسية وذلك للتأكد من أن البيانات الخاصة بأفراد العينة تتوزع إعتدالياً في متغيرات البحث ويتضح ذلك من جدول (١)(٢) الاعتدالية في هذه المتغيرات والتي قد تؤثر على نتائج البحث.

## جدول (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء للمتغيرات الانثروبومترية لدى عينة البحث (ن = ١٨)

م	المتغيرات	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للتوصيف		
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	العمر الزمني	سنة/شهر	٤٢.٢	٤.٥٩	٠.٢٥٠-
٢	الطول	سم	١٧٣.٥٠	٢.٢٠	٠.٣٩٠
٣	الوزن	كجم	٧٦.٥٥	٢.٨١	١.٦٥
٤	سنوات التدريب	سنة/شهر	١٨.٩	٣.١٢	٠.٤٤٥-

يتضح من جدول (١) أن متغيرات عينة البحث (العمر الزمني ، الطول ، الوزن ، العمر التدريبي) تتبع التوزيع الاعتدالي وهذا يتضح في معامل الالتواء حيث انحصرت القيم ما بين  $(\pm 3)$ ، حيث كانت أعلى قيمة للالتواء (١.٦٥) وأقل قيمة (-0.445) مما يدل على اعتدالية عينة البحث في هذه المتغيرات .

## جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء لمتغير التمرد النفسي لدى عينة البحث (ن = ١٨)

م	التمرد النفسي	وحدة القياس	الدلالات الإحصائية للتوصيف		
			المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	التمرد نحو الحكم	الدرجة	٢٣.١٦	٢.٠٠	٠.٥٠٢
٢	التمرد نحو اللاعب	الدرجة	١٩.٢٢	١.٥١	٠.٠٣٣
٣	التمرد نحو مجلس الإدارة	الدرجة	١٨.٣٣	١.٣٢	٠.٣٥٨-
٤	التمرد نحو الجهاز التدريبي	الدرجة	١٦.٩٤	١.٦٩	٠.٠٩٧
٥	التمرد نحو الجمهور	الدرجة	١٥.٢٧	١.٠١	٠.١٢٢-

يتضح من جدول (٢) أن متغيرات التمرد النفسي تتبع التوزيع الاعتيادي وهذا يتضح في معامل الالتواء حيث انحصرت القيم ما بين  $(\pm 3)$ ، حيث كانت أعلى قيمة للالتواء (٠.٥٠٢) وأقل قيمة (-0.358) مما يدل على اعتدالية عينة البحث في هذه المتغيرات .

### أدوات جمع البيانات

#### تحليل المراجع والأبحاث العلمية:

قام الباحث بتحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة التي أهتمت بدراسة برامج الإرشاد النفسي وظاهرة التمرد النفسي مثل دراسة (٢) (٤) (٦) (٧) (٨) (١٠) (١٣) (١٤) (١٨) (٢٣) (٢٦) (٢٧) (٢٩) (٣٠) (٣١) (٣٢).

#### استمارات استطلاع رأي الخبراء المستخدمة في البحث (إعداد الباحث) :-

• إستمارة تسجيل بيانات المدربين: (الاسم- العمر الزمني- الطول - الوزن - سنوات التدريب). مرفق (٢)

• إستمارة تسجيل حضور المدربين لجلسات البرنامج. مرفق (٣)

• إستمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول تحديد محاور البرنامج الإرشادي

النفسي. مرفق (٤) وجدول (٣) يوضح ذلك

#### المقابلة الشخصية:

قام الباحث بإجراء المقابلة الشخصية مع السادة الخبراء وتم عرض استمارات

الإستبيان كل على حدة لإبداء الرأي في كل استمارة على حدة لعدد (١٠)

خبراء. مرفق (١)

- مقياس التمرد النفسي لمدرربي كرة القدم. اعداد مصطفى محمد أمين (٢٠١٧م) (٢٦).

مرفق (٥)

- البرنامج الإرشادي النفسي . مرفق (٦)

- الأجهزة والأدوات المستخدمة في البحث:



قام الباحث بتحديد الأدوات والأجهزة التي تستخدم في تنفيذ إجراءات البحث للحصول على البيانات المراد الحصول عليها.

- ميزان طبي لقياس الوزن بالكيلو جرام. - حجرة محاضرات

- رستا ميتر لقياس الطول (بالسنتمتر). - كاميرا فيديو

### جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء الخبراء في أبعاد البرنامج الإرشادي النفسي المقترح (ن=١٠)

م	عناصر البرنامج	مجموع آراء الخبراء	النسبة المئوية
١	فترة البرنامج الإرشادي النفسي المقترح ثمانية أسابيع	٩	٩٠ %
٢	عدد الجلسات الإرشادية في الأسبوع جلتين	٨	٨٠ %
٣	زمن الجلسة الإرشادية الواحدة (٣٠) دقيقة.	٩	٩٠ %
٤	المحاضرة - المناقشة والحوار - النمذجة - التعزيز - الممارسة	١٠	١٠٠ %

يتضح من الجدول (٣) ومن خلال النسبة المئوية لآراء الخبراء تم تحديد فترة البرنامج الإرشادي وعدد الجلسات الإرشادية في الأسبوع وزمن الجلسة الإرشادية الواحدة والفتيات المستخدمة في البرنامج حيث ارتضى الباحث نسبة ٨٠% فأكثر. الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية في الفترة من يوم الثلاثاء ٢٠٢٤/١/٩ حتي يوم السبت ٢٠٢٤/١/٢٠ م على عينة قوامها (١٦) مدرب من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وذلك بغرض إجراء المعاملات العلمية. المعاملات العلمية المستخدمة في البحث:

### أولاً : الصدق:

قام الباحث باستخدام صدق التمايز عن طريق إيجاد الفروق بين مجموعتين إحداهما مجموعة مميزة متصدرين في جدول الترتيب الدوري وعددهم (٨) مدربين ، ومجموعة غير مميزة وعددهم (٨) مدربين غير متصدرين في جدول ترتيب الدوري ، وتم إجراء هذا القياس يوم الثلاثاء الموافق ٢٠٢٤/١/٩ م ، وقد قام الباحث بحساب دلالة

الفروق بين المجموعتين للتأكد من صدق المقاييس والاختبارات المستخدمة، وجدول (٤) يوضح ذلك.

#### جدول (٤)

دلالة الفروق في مستوى التمرد النفسي لدى افراد المجموعة المميزة وغير المميزة (ن١ + ن٢ = ١٦)

قيمة المحسوبة (ت)	المجموعة غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	متغيرات التمرد النفسي
	ع±	س	ع±	س		
٩.٥٨	٢.٣٥	٢٢.١٢	١.٦٠	١٦.٠٠	درجة	التمرد نحو الحكم
٦.٦٠	١.٣٠	١٩.٠٠	٠.٩٢	١٤.٥٠	درجة	التمرد نحو اللاعب
١٣.٩٦	١.٠٣	١٨.٧٥	١.٠٦	١٣.٠٠	درجة	التمرد نحو مجلس الادارة
٩.٤٥	١.٦٦	١٧.٢٥	١.٢٨	١٣.٢٥	درجة	التمرد نحو الجهاز التدريبي
٥.٣٣	٠.٩١	١٥.٦٢	١.٣٠	١٢.٠٠	درجة	التمرد نحو الجمهور

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٢٠

يتضح من جدول (٤) وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسطات درجات المجموعة المميزة والمجموعة غير المميزة في مستوى التمرد النفسي في إتجاه المجموعة المميزة ، حيث تراوحت قيمة (ت) المحسوبة ما بين (٥.٣٣ - ١٣.٩٦) وهى أكبر من قيمة (ت) الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) ، مما يدل على أن المقياس المستخدم علي درجة مقبولة من الصدق.

#### ثانياً : الثبات :

قام الباحث باستخدام طريقة تطبيق الإختبار وإعادة تطبيقه (Test - Re test) بفارق زمنى قدرة (١١) يوماً من تطبيق القياس الأول يوم الثلاثاء ١٠/٩/٢٠٢٤ م حتي يوم السبت ٢٠/١٠/٢٠٢٤ م على عينة قوامها (٨) مدربين من مجتمع البحث وخارج عينة البحث الأساسية وهم أفراد المجموعة المميزة التي تم استخدامها في الصدق، ويوضح جدول (٥) معاملات الثبات بين التطبيقين.

## جدول (٥)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني في مستوى التمرد النفسي (ن = ٨)

قيمة (ر) المحسوبة	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	متغيرات التمرد النفسي
	ع±	س	ع±	س		
٠.٧٥٩	١.٤٠	١٦.٢٥	١.٦٠	١٦.٠٠	درجة	التمرد نحو الحكم
٠.٥٧٠	٠.٩٩	١٥.٨٧	٠.٩٢	١٤.٥٠	درجة	التمرد نحو اللاعب
٠.٦٧٠	٠.٧٤٤	١٤.٦٢	١.٠٦	١٣.٠٠	درجة	التمرد نحو مجلس الإدارة
٠.٦٥٣	١.٤٠	١٤.٣٧	١.٢٨	١٣.٢٥	درجة	التمرد نحو الجهاز التدريبي
٠.٥٣٠	١.٢٤	١٤.١٢	١.٣٠	١٢.٠٠	درجة	التمرد نحو الجمهور

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٤٦٨

يتضح من جدول (٥) عدم وجود فروق معنوية في مستوى التمرد النفسي بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني حيث تراوح معامل الارتباط ما بين (٠.٧٥٩ - ٠.٥٣٠) مما يشير أن المقياس المستخدم المستخدمة علي درجة مقبولة من الثبات .

البرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

هو الخطة التي تتضمن عدة أنشطة تهدف إلى مساعدة الفرد على الإستبصار السلوكي والوعي بمشكلاته وتدريبه على حلها وعلى اتخاذ القرارات اللازمة بشأنها ولهذا الجانب أهمية نحو توظيف طاقات الفرد وتنمية قدراته ومهاراته.

• الهدف من البرنامج:

تزويد المدربين بالمفاهيم والمعارف والمعلومات النظرية عن التمرد النفسي في المجال الرياضي وأسبابه وأشكاله وكيفية التغلب علي هذه الظاهرة السلبية خلال المنافسة الرياضية.

• أسس إعداد البرنامج:

بعد إطلاع الباحث على العديد من المراجع العلمية المتخصصة في المجال الرياضي وكذلك في مجال الإرشاد النفسي كمرجع رقم (٢) (٤) (٦) (٧) (٨) (١٠)

(١٣) استخلص الباحث بعض أسس بناء البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في النقاط التالية:

- مراعاة السمات الخاصة بالعينة قيد البحث.
- تناسب محتوى البرنامج مع أهدافه.
- أن يتسم البرنامج بالأمان والاستمرارية والتتابع.
- اختيار نوعية الوسائل الإرشادية التي تحقق هدف الدراسة.
- أن يعمل محتوى كل وحدة على تحقيق الأهداف المحددة لهذا البحث.
- أن تتناسب الوسائل الإرشادية المستخدمة مع قدرات اللاعبين وخصائص نموهم.
- أن تتناسب الأدوات المستخدمة مع محتوى البرنامج.
- **مراحل الجلسة الإرشادية ( المقابلة):**

تحتوي الجلسة الإرشادية على ثلاث مراحل وهي: الافتتاح، الإعداد، الإقبال، والمرحل الثلاث تمر خلال المقابلة، ونشير إلى كل مرحلة كالتالي:

#### - مرحلة الافتتاح:

تستغرق مرحلة الافتتاح خمس دقائق، حيث يتم التركيز على إجراءات الجلسة أما بالنسبة لموضوعات مرحلة الافتتاح فإنها تختلف باختلاف أهداف الجلسة، ويمكن حصر أهم هذه الموضوعات في الآتي:

- الترحيب بأعضاء الجماعة الإرشادية.
- التحقق من حضور أعضاء الجماعة الإرشادية.
- التذكير بما تم الوصول إليه في الجلسة أو الجلسات السابقة.
- الإستماع إلى ملاحظات الأعضاء حول ما تم الوصول إليه.
- مراجعة التكاليفات التي تم الإتفاق على تنفيذها في الجلسات السابقة.
- شرح الهدف من الجلسة الإرشادية، حيث أن لكل جلسة أهداف يجب تحقيقها، فهي بمثابة أهداف فرعية للبرنامج.

– إتاحة الفرصة أمام أعضاء الجماعة لإعطاء ملاحظاتهم واقتراحاتهم فيما يخص أهداف و إجراءات الجلسة الحالية مع إدخال ما يتم الاتفاق عليه ضمن إجراءات الجلسة.

– تهيئة أعضاء الجماعة للدخول في المرحلة الثانية من البرنامج.

#### - مرحلة الإعداد:

تستغرق مرحلة الإعداد ٢٠ دقيقة، وفي هذه المرحلة يتم تنفيذ الإجراءات المتفق عليها والمخطط لها، ومن أدوار المرشد النفسي (الباحث) في هذه المرحلة :

– العرض والتوضيح والتفسير للموضوعات والإجراءات.

– توجيه الأعضاء للبدء في المناقشة والممارسة.

– توجيه الأعضاء لتنفيذ التمرينات الخاصة بكل جلسة.

– إدارة الجلسة الإرشادية.

#### - مرحلة الإنهاء:

تستغرق هذه المرحلة خمس دقائق، وفي هذه المرحلة يمارس المرشد النفسي (الباحث) السلوكيات التالية:

– تلخيص ما تم التوصل إليه في مرحلة البناء.

– الإستماع إلى ملاحظات واستفسارات الأعضاء.

– توضيح التكاليفات المطلوب تنفيذها خارج الجلسة.

– التأكيد على موعد الجلسات التالية. (٢٥: ٦٥ - ٦٨)

● الوسائل الإرشادية التي استخدمها الباحث لتطبيق البرنامج:

يتميز برنامج الإرشاد النفسي بالكثير من الفنيات المستخدمة في تنفيذها، ولإنتقاء أفضل الفنيات التي تخدم البحث الحالي وتتناسب مع أهداف البرنامج وخصائص الأفراد المستفيدين من البرنامج.

**- المحاضرة:**

يستخدم الباحث مجموعة من المحاضرات العلمية البسيطة لتعريف الأفراد بمفهوم وتعريف التمرد النفسي، وأسباب حدوثه ومدى تأثيره على الأداء الرياضي.

**- المناقشة والحوار:**

يستخدم الباحث المناقشة والحوار في الجلسات الإرشادية لتوضيح الأفكار والأهداف والرد على الإستفسارات لتحقيق مزيد من التفاعل داخل الجلسة.

**- النمذجة:**

يقوم الباحث بأداء نموذج للتمارين والأنشطة المستخدمة في البرنامج حتى يتمكن المشاركون من أدائها بصورة صحيحة لكي يتم تحقيق أهداف الجلسة الإرشادية، وتستخدم النمذجة ليس للتعليم فحسب وإنما تستخدم لبث الثقة في نفوس المتدربين وإشعارهم بالإطمئنان لوجود المرشد النفسي بجانبهم، كذلك تستخدم النمذجة لبث روح المرح واللعب والمنافسة حتى لا يشعر المدربون بالملل من البرنامج.

**- التعزيز الإيجابي:**

يستخدم الباحث هذه الوسيلة لتدعيم أي تحسن إيجابي يحدث للأفراد المشاركين في البرنامج داخل الجلسات.

**- الممارسة:**

وهذه الوسيلة تتمثل في تمارينات الإسترخاء وبعض الألعاب الصغيرة، حيث تضيف نوع من المرح والسعادة على المشاركين في البرنامج وحتى لا يشعرون بالملل والضيق.

**• محتوى البرنامج:**

يحتوي البرنامج الإرشادي النفسي على ١٦ جلسة إرشادية موزعة على (٨) أسابيع بواقع جلستين أسبوعياً، ووزمن الجلسة ٣٠ دقيقة، حيث توصل الباحث الى هذه النتيجة من خلال استطلاع رأي السادة الخبراء. مرفق (١)

• التوزيع الزمني للبرنامج :

جدول (٦) التوزيع الزمني لمحتوي البرنامج

مدة البرنامج	عدد الأسابيع	عدد الجلسات الأسبوعية	زمن الجلسة الواحدة	الزمن الكلي للبرنامج
شهرين	٨	٢	٣٠	٤٨٠ دقيقة

إجراءات تنفيذ البحث:

قام الباحث بتطبيق البرنامج الإرشادي النفسي علي العينة الأساسية للبحث علي النحو التالي:

- إجراء القياسات القبليّة:

قام الباحث بإجراء القياس القبلي للمتغيرات قيد البحث على عينة البحث الأساسية وذلك يوم الاربعاء الموافق ٢٤/١/٢٠٢٤ م والتي تضمنت قياس مستوى التمرد النفسي الرياضي لدي عينة البحث.

- تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي:

قام الباحث بتطبيق البرنامج الإرشادي النفسي علي عينة البحث الأساسية في الفترة من يوم الاثنين الموافق ٢٩/١/٢٠٢٤ م وحتى الاربعاء ٢٠/٣/٢٠٢٤ م لمدة (٨) أسابيع بواقع (٢) جلسات في الأسبوع ، حيث بلغت عدد الجلسات في البرنامج الإرشادي النفسي (١٦) ستة عشر جلسة ، وتم تحديد زمن الجلسة خلال البرنامج بواقع (٣٠) دقيقة .

- إجراء القياسات البعدية:

بعد الانتهاء من تطبيق البرنامج الإرشادي النفسي قام الباحث بإجراء القياس البعدي على أفراد عينة البحث وذلك يوم السبت الموافق ٢٣/٣/٢٠٢٤ م وبنفس شروط وترتيب إجراء القياسات القبليّة والتي تضمنت قياس مستوى التمرد النفسي الرياضي لدي عينة البحث.

## المعالجات الإحصائية المستخدمة:

وفقاً لطبيعة البحث وأهدافه استخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي. النسبة المئوية .  
معامل الالتواء . اختبار (T. Test) لدلالة الفروق الإحصائية.  
الإنحراف المعياري . معامل الارتباط . - مربع إيتا.

## عرض ومناقشة النتائج:

أولاً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول والذي ينص علي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات القياسات القبليّة والبعديّة في اتجاه القياسات البعديّة في انخفاض مستوي التمرد النفسي لدي مدربي كرة القدم.

## جدول (٧)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوي

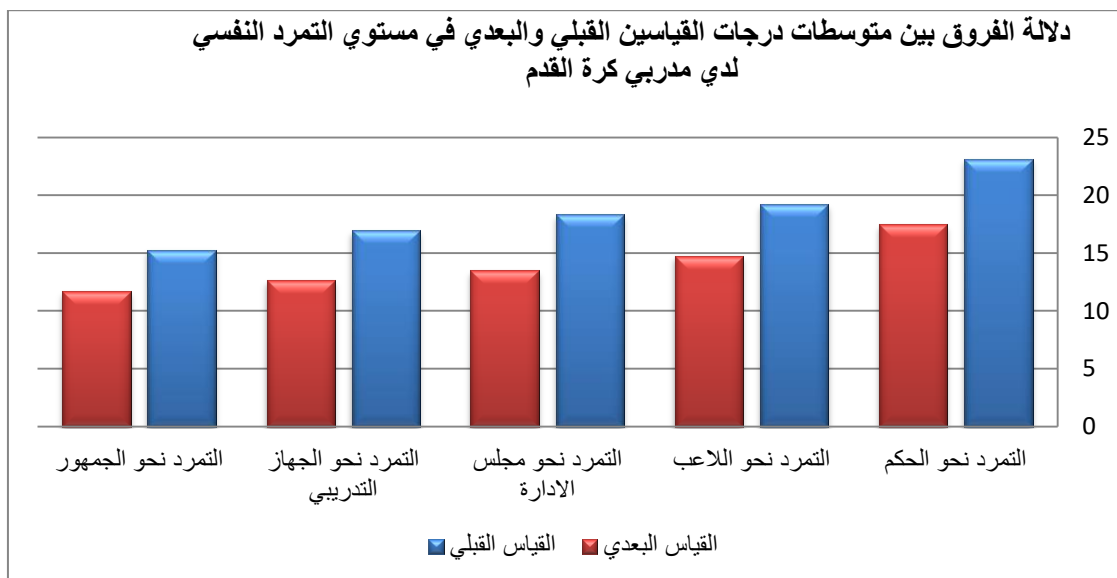
التمرد النفسي الرياضي لدي مدربي كرة القدم (ن = ١٨)

قيمة (ت)	فرق المتوسطات	القياس البعدي		القياس القبلي		متغيرات التمرد النفسي
		±ع	س	±ع	س	
١٢.٧٥	٥,٨٢	١.٨٨	١٧.٤٤	2.00	23.16	التمرد نحو الحكم
١٠.٧٣	٤,٤٥	١.٠٠	١٤.٧٧	1.51	19.22	التمرد نحو اللاعب
١٥.٨٣	٤,٨٣	١.٢٤	١٣.٥٠	1.32	18.33	التمرد نحو مجلس الادارة
١٠.٨٤	٤,٢٨	١.٩٤	١٢.٦٦	1.69	16.94	التمرد نحو الجهاز التدريبي
٩.٩٥	٣,٦١	١.٤١	١١.٦٦	1.01	15.27	التمرد نحو الجمهور

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,١٠١

□





شكل (١) دلالة الفروق بين متوسطات درجات القياسين القبلي والبعدي في مستوى التمرد النفسي لدى مدربي كرة القدم يتضح من خلال جدول (٧) وشكل (١) وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات القياس القبلي ومتوسطات درجات القياس البعدي في مستوى التمرد النفسي لدى مدربي كرة القدم لصالح القياس البعدي عند مستوى دلالة (٠.٠٥) حيث أن قيمة (ت) المحسوبة تراوحت ما بين (٩,٩٥ إلى ١٥,٨٣) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى (٠,٠٥).

وفي هذا الصدد يذكر "احمد عبد اللطيف" (٢٠١١م) أن علم النفس الإرشادي هو أحد فروع علم النفس الذي يعني بالجانب التطبيقي، حيث يهتم بمساعدة الأفراد على معالجة مشكلاتهم أو الوقاية من بعض المشكلات المتوقعة أو تنمية مهارات أساسية حياتية لهم. (١٠:٢)

فالمدرّب الناجح هو الذي يتوافق فكرياً ومهاريًا مع لاعبيه، وعليه أن يشعر بمدى فاعلية علاقاته مع لاعبيه سواء كان ذلك داخل الملعب أو خارجه واحترام جميع اللاعبين بنفس الدرجة.

وهذا ما أشار إليه محمد جمال عبدالمنعم (٢٠٠٧م) إلى أن الحكم يمثل عنصراً هاماً في المنظومة الرياضية، فالتحكيم الجيد يؤدي إلى الاجادة والتركيز في اللعب دون إظهار

أي نوع من أنواع التمرد أو الاحتجاج ، كذلك فإن التحكيم السيئ له مساوئ كثيرة وتؤثر بشكل مباشرة علي مجريات المباراة. (٢٠ : ٢)

كما يشير محمد حسن علاوي (٢٠٠٢م) بأنه يجب أن تتأسس علاقة المدرب باللاعبين علي الاحترام والعطف والحب والثقة المتبادلة ، وأن يتخذ جميع اللاعبين له إخوة وأصدقاء وأبناء فيشعر ويحس بهم بأفراحهم وأحزانهم وشاركهم مشاكلاتهم الشخصية. (٢٤ : ٢٠)

وهذا يتفق مع ما ذكره هاني احمد الخياط(٢٠٠٣م)(٢٧) إلي أنه كثيراً ما يصادف المدرب الرياضي العديد من المواقف العصبية سواء خلال التدريب أو في المنافسة الرياضية وهذه المواقف تتطلب دائماً من المدرب ضبط النفس والسيطرة علي انفعالاته حيث أن سرعة الانفعال والغضب والعصبية تسهم في الاضرار بالعمل التربوي للمدرب الرياضي.

ويذكر أسر نبيل (٢٠٠٩م)(٥) أن ضعف الثقة المتبادلة بين المدرب متخذ القرار وبين اللاعبين منفذوا القرار من الاسباب الهامة التي تعوق تنفيذ القرار.

ويذكر سامي اسماعيل يوسف (٢٠٠٩م) أن هناك عوامل مرتبطة بخصائص المنافسة الرياضية ومن هذه العوامل الموقف التنافسي الذي يعتبر مصدراً للسلوك المتمرد من قبل المدربين وبخاصة في وجود الإحباط ، ولذلك توجد علاقة طردية بين الإحباط والتمرد في المنافسة الرياضية، هذا بالإضافة إلي أن الفريق المهزوم يميل إلي التمرد عن الفريق الفائز. (١٢ : ١٨)

وهذا ما تأكده نتائج بعض الدراسات التي توصلت إلي أن هناك بعض العوامل المرتبطة بخصائص المدرب والتي تؤثر في ظهور السلوك العدواني والمتمرد في الرياضة ، حيث يشير سامي يوسف اسماعيل "٢٠٠٩م"(١٨) إلي أن هناك فروق فردية بين المدربين في صفاتهم وخصائصهم الشخصية التي تؤدي بدورها الي التباين بين المدربين في استجاباتهم لمثيرات السلوك العدواني أثناء المنافسة الرياضية .

كما يري الباحث أن تناغم وانسجام المدرب مع اعضاء الجهاز الفني يساعد علي بلوغ الأهداف المنشودة، كما يعمل علي التقارب فيما بينهم وجعل المناخ النفسي للفريق الرياضي جيد.

وفي هذا الصدد يشير ابراهيم مجدي السهل "١٩٩٦م" (١) علي أن المواقف الانفعالية التي يصدرها الجمهور في غضون المنافسات الرياضية علي المستويات العليا دائما تنعكس تأثيراتها الانفعالية بصورة واضحة علي المدرب الرياضي تبعاً لدرجتها وشدتها.

وذكر " جاك بريم " Jack bream أن الحرية أمر طبيعي في سلوك الفرد وحياته، ولكن هذه الحرية إذا قيدت أو هددت بالتقييد فإنه يصبح لدى الفرد قوة مضادة للأحوال والبيئة المسؤولة عن تقييد حريته فيتج مايسمى بالتمرد النفسي لدى الفرد، والذي يتوقف حجم التمرد فيه علي أهمية السلوك الحر المعاق أو المهدد بالإعاقة وحجم تهديد السلوك (٣١ : ٦٩)

يعتبر التمرد من الظواهر السلوكية التي تؤثر سلبا في الصحة النفسية للرياضي ، وينظر إليه علي أساس أنه من بين أهم الظواهر النفسية غير السوية التي تؤثر سلبا علي أداء الرياضي ، لما له من آثار مباشرة علي حياة الفرد الرياضي النفسية والجسمية أو كلاهما معاً ، والتمرد اضطراب سلوكي مكتسب من البيئة وينمو لدي الفرد وفقا لاستعداده العصبي لذلك. (٢٢ : ١٦٩)

حيث تؤكد العديد من الدراسات السابقة كدراسة انتصار الرفاعي (٢٠٠٤) ، إيمان العيوطي (٢٠٠٥) ، وسمير مهنا (٢٠٠٩) ، ومحمد حسني (٢٠١١) على أهمية وقدرة برامج الإرشاد النفسي في حل العديد من المشكلات النفسية كتتمية الثقة بالنفس وخفض حدة الغضب والقلق وتخفيف الضغوط النفسية وعلاج المشكلات السلوكية وعلاج القلق باختلاف مجالاته ونقص الدافعية والعزوف الرياضي والتمرد النفسي.

ثانياً : عرض ومناقشة نتائج الفرض الثاني والذي ينص علي : يؤثر البرنامج الإرشادي النفسي تأثيراً إيجابياً في انخفاض مستوي التمرد النفسي لدي مدربي كرة القدم.

## جدول (٨)

مقدار حجم تأثير البرنامج في انخفاض مستوى التمرد النفسي لدى مدربي كرة القدم (ن = ١٨)

م	متغيرات التمرد النفسي	قيمة ايتا (N <sup>2</sup> )	مقدار حجم التأثير
١	التمرد نحو الحكم	٠.٧٤	كبير
٢	التمرد نحو اللاعب	٠.٦٨	كبير
٣	التمرد نحو مجلس الادارة	٠.٧١	كبير
٤	التمرد نحو الجهاز التدريبي	٠.٩٥	كبير
٥	التمرد نحو الجمهور	٠.٨٣	كبير

يتضح من جدول (٨) أن قيمة حجم التأثير (N<sup>2</sup>) بالنسبة لمتغيرات التمرد النفسي [التمرد نحو الحكم ، التمرد نحو اللاعب ، التمرد نحو مجلس الادارة ، التمرد نحو مجلس الادارة ، التمرد نحو الجهاز التدريبي ، التمرد نحو الجمهور] تراوحت ما بين (٠.٦٨ : ٠.٩٥) وهي قيمة كبيرة، مما يدل على أن البرنامج الإرشادي النفسي ذو فاعلية كبيرة في انخفاض مستوى التمرد النفسي لدى مدربي كرة القدم.

و يرجع الباحث ذلك التحسن إلي تأثير محتوى البرنامج الإرشادي وما يتضمنه من معلومات ومعارف وتدريبات وتمارين ساعدت المدربين في تصحيح الأفكار والمفاهيم الخاطئة مما أدى إلى انخفاض مستوى التمرد النفسي لدى مدربي كرة القدم المشاركين في البرنامج.

وفي هذا الصدد يذكر "احمد عبد اللطيف" (٢٠١١م) أن علم النفس الإرشادي هو أحد فروع علم النفس الذي يعني بالجانب التطبيقي، حيث يهتم بمساعدة الأفراد على معالجة مشكلاتهم أو الوقاية من بعض المشكلات المتوقعة أو تنمية مهارات أساسية حياتية لهم. (١٠:٢)

وتشير إخلاص عبد الحفيظ (٢٠٠٢م) إلى أن هناك عدد من الأهداف التي يمكن تحقيقها من خلال عملية الإرشاد النفسي للرياضيين ومن أهمها: مساعدة الرياضي على

الالتزام بالخلق الحميد ، مساعدة الرياضي على تنمية المفهوم الإيجابي نحو ذاته ، تمكين الرياضي من توجيه حياته بنفسه في حدود قدراته ، العمل على إشباع دوافع الرياضي وتحقيق مطالبه ، توجيه الرياضي إلى أفضل الطرق لتحقيق أعلى درجات النجاح ، تزويد الرياضيين بقدر كافي من المعلومات التخصصية لمساعدتهم في معرفة الذات وتحقيق التوافق النفسي.(٤ : ٢١)

يعتبر التوجيه والإرشاد النفسي الرياضي أحد المجالات التطبيقية لعلم النفس الرياضي وهذا النوع من الإرشاد لا ينتظر حدوث الأزمة أو المشكلة ثم يبحث عن العلاج، ولكن يتوقع المشكلات في مرحلة مبكرة ويتعامل معها قبل أن تصل إلى النقطة التي تتطلب التدخل، هذا بالإضافة إلى حل المشكلات القائمة والمحتملة الحدوث وكذلك التدخل في مواقف الأزمات.

وتشير "إخلاص عبدالحفيظ" (٢٠٠٢م) إلي أن كثيرا ما نلاحظ في المجال الرياضي هبوط مستوى أداء بعض الرياضيين، أو عدم إستقرار مستواهم أو اعتزال البعض الآخر، وكذلك ظهور بعض الرياضيين بشكل مغاير لطبيعتهم، كذلك تعرض الرياضيين لدرجات عالية من الانفعال وشدة الاستثارة ولضغوط نفسية عديدة مما يؤثر على صحتهم العقلية والجسمية والاجتماعية الأمر الذي دعا إلى الحاجة إلى الإرشاد النفسي الرياضي. (٤ : ١٩)

ويتفق ذلك مع نتائج أسماء متولي (٢٠١٤)(٨) حيث أكدت على أن للبرنامج الإرشادي النفسي تأثير إيجابي على تعديل اتجاهات تلميذات المرحلة الإعدادية نحو ممارسة الأنشطة اللاصفية ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلا من انتصار الرفاعي" (٢٠٠٤م)(١٠) والتي أكدت على حدوث تطور في مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبيين مما أثر إيجابيا على مستوى الانجاز لديهم، سمير مهنا (٢٠٠٩)(١٣) حيث أوضح أن للبرنامج الإرشادي دور كبير في فهم الحكام لحالات الضغوط النفسية وكيفية التعامل معها، أسماء حسين (٢٠١٦م)(٧)، والتي توصلت إلى أن البرنامج الإرشادي أدى إلى تحسين اتجاهات التلميذات نحو ممارسة الأنشطة الصيفية. والتي أكدت نتائجهم

على أن تقديم المعارف والمعلومات وتصحيح الأفكار الخاطئة والتي يجهلها الفرد عن المتغير قيد الدراسة تساعد في تحسين التفكير الإيجابي نحو ذلك المتغير.

#### الاستنتاجات :

- البرنامج الإرشادي النفسي له تأثير إيجابي علي انخفاض مستوى التمرد النفسي لدي مدربي كرة القدم بمحافظة أسيوط.
- بلغت قيمة حجم التأثير ( ٢N ) بالنسبة لمتغيرات التمرد النفسي [التمرد نحو الحكم ، التمرد نحو اللاعب ، التمرد نحو مجلس الادارة ، التمرد نحو مجلس الادارة ، التمرد نحو الجهاز التدريبي ، التمرد نحو الجمهور] تراوحت ما بين (٠.٦٨ : ٠.٩٥) وهي قيمة كبيرة،

#### التوصيات :

- في حدود مجتمع البحث والعينة المختارة وفي ضوء أهداف البحث وتسؤولاته وفروضه وما تم التوصل إليه من نتائج يوصي الباحث بم يلي:
- ١- تطبيق البرنامج الإرشاد النفسي المستخدم في البحث لما له من تأثير ايجابي علي انخفاض مستوى التمرد النفسي لدي مدربي كرة القدم.
  - ٢- ضرورة أن تشمل دورات الرخص التدريبية (A-B-C-D) المقدمة من الاتحاد المصري لكرة القدم علي جزء مخصص للاعداد النفسي لمدربي كرة القدم.
  - ٣- ضرورة أن تشمل الدورات الأساسية المقدمة من نقابة المهن الرياضية للمدربين علي جزء مخصص للاعداد النفسي ومعرفة الظواهر السلبية المؤثرة علي الأداء الرياضي مثل التمرد النفسي والعنف وغيرها.
  - ٤- تزويد الاتحاد المصري لكرة القدم بنتائج هذه الدراسة للوقوف علي بعض الظواهر السلبية المؤثرة علي مستوى الرياضة في الملاعب المصرية إلا وهي ظاهرة التمرد النفسي.
  - ٥- اجراء دراسات أخرى مشابهه علي مدربي الرياضات الجماعية الفردية والجماعية.

### **(((المراجع)))**

#### **أولاً المراجع العربية:**

- (١) ابراهيم مجدي أشهل: السمات الانفعالية للاعبى المنتخبات كرة القدم تحت ١٨ سنة وعلاقتها بنتائج البطولة الدولية للشباب، مجلة علوم وفنون الرياضة ، مج (٨)، ٣٤ ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان، القاهرة، ١٩٩٦م.
- (٢) أحمد عبد اللطيف أبو أسعد: علم النفس الإرشادي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، ٢٠١١م.
- (٣) أحمد محمود محمد إبراهيم : " موسوعة محددات التدريب الرياضي النظرية والتطبيق لتخطيط البرامج التدريبية برياضة الكاراتيه " ، منشأة المعارف ، الإسكندرية ، ٢٠٠٥م .
- (٤) إخلص محمد عبد الحفيظ: التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، ط١، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٢م.
- (٥) أسر نبيل الشاذلي : بناء مقياس القدرة علي اتخاذ القرار لدي مدربي الأنشطة الرياضية المختارة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا، ٢٠٠٩م.
- (٦) أماني عبد المقصود عبد الوهاب (٢٠٠٦): السعادة النفسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقين من الجنسين، مجلة البحوث النفسية والتربوية، كلية التربية، جامعة المنوفية، المجلد (٢١)، العدد (٢).
- (٧) إنتصار مظهر الرفاعي: اثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوى الانجاز الرياضي، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد، ٢٠٠٤م.

- (٨) إيمان حسني العيوطي: فاعلية برنامجين للإرشاد النفسي الديني والإرشاد السلوكي في خفض حدة الغضب لعينة من المراهقات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنصورة، ٢٠٠٥م.
- (٩) سامي اسماعيل يوسف: السلوك العدواني للرياضيين من الذكور والإناث في بعض الأنشطة الرياضية، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا، ٢٠٠٩م.
- (١٠) سمير مهنا عناد: تأثير منهج إرشادي نفسي لتخفيف الضغوط النفسية المصاحبة قبل أداء المباراة للحكام الدوليين في كرة القدم، إنتاج علمي، كلية التربية الرياضية، جامعة ديالى، العراق، ٢٠٠٩م.
- (١١) عبد الله حسين اللامي: " أسس العلمية للتدريب الرياضي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة، ٢٠٠٤م.
- (١٢) عبد الله حسين اللامي: " أسس العلمية للتدريب الرياضي، جامعة القادسية، الطيف للطباعة، ٢٠٠٤م.
- (١٣) عزت محمود الكاشف: الاعداد النفسي للرياضيين ، دار الفكر العربي ، القاهرة ١٩٩١م.
- (١٤) علاء صادق (٢٠٠٢م): جريدة الأخبار، العدد ١٥٧١٧ ، السنة ٥١، القاهرة، ١٠/٩/٢٠٠٢م.
- (١٥) علي فهمي البيك، عماد الدين عباس أبو زيد: " المدرّب الرياضي في الألعاب الجماعية - تخطيط وتصميم البرامج والأحمال التدريبية نظريات وتطبيقات"، منشأة المعارف، الإسكندرية، ٢٠٠٣م.
- (١٦) عماد سمير محمود: " الإعداد النفسي في المجال الرياضي - للاعب والمدرّب والحكم"، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠١٤م.
- (١٧) محمد جمال عبد المنعم : بناء مقياس تقدير الذات لدي حكام الأنشطة الرياضية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا، ٢٠٠٧م.



- (١٨) محمد حسن علاوي : مدخل علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ،  
١٩٩٨م
- (١٩) محمد حسن علاوي ، حمدي علي عويس : بناء مقياس التمرد النفسي لدي اللاعبين في  
المجال الرياضي ، المجلة العلمية للتربية الرياضية ، حلوان  
٢٠٠٤م.
- (٢٠) محمد حسن علاوي: "سيكولوجية المدرب الرياضي"، دار الفكر العربي،  
القاهرة، ٢٠٠٢م.
- (٢١) محمد حسن علاوي: "علم نفس الرياضية والممارسة البدنية"، مركز الكتاب الحديث،  
القاهرة، ٢٠١٨م.
- (٢٢) محمد حسني زين العابدين: تأثير برنامج رياضي إرشادي لتعديل بعض المشكلات  
السلوكية لدى أطفال المؤسسات العقابية، رسالة ماجستير، كلية  
التربية الرياضية للبنين جامعة بنها، ٢٠١١م.
- (٢٣) هاني أحمد الخياط : دراسة مقارنة بين المدربين واللاعبين في السلوك القيادي  
المفضل لدي المدرب الرياضي في بعض الأنشطة المختارة،  
رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة طنطا،  
٢٠٠٣م.
- (٢٤) ياسر محمد أبو هدوس :تقنين مقياس التمرد النفسي لدى المراهقين على البيئة  
الفلسطينية"، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مجلد 11 ، عدد 3 ،  
جامعة الأقصى، فلسطين، ٢٠١٠م.
- (٢٥) يحيى السيد إسماعيل: المدرب الرياضي بين الأسلوب التقليدي والتقنية الحديثة في  
مجال التدريب، المركز العربي للنشر، الزقازيق، ٢٠٠٢م.

ثانياً المراجع الانجليزية :

- 26) **Beryl. T, Atkins, Allain. D, Rosemary. C, le robert and collins super senior, 1er edition, Hérisey, MCP –Jouve Orleans, Paris, France, 1995.**
- 27) Christier, j.et (2001): **The effects of bar-sponsoreol alcohol beverage promotion crossings and non-binges drinkers,** journal of publicly policy & marketing.
- 28) **Davis M.J, Bloom G.A, Salmela J.H: job satisfaction of accomplished mal university basketball coaches (The canadian Context), international journal of sport psychology, 36 (3), 2005**