

الفصل الأول

١ / . مقدمة البحث

١ / ١ - المقدمة ومشكلة البحث

٢ / ١ - أهمية البحث .

٣ / ١ - أهداف البحث .

٤ / ١ - فروض البحث.

٥ / ١ - مصطلحات البحث .

١/١ المقدمة ومشكلة البحث :

يتأثر اللاعب الرياضي بالظروف المحيطة به عند أدائه للمهارة الحركية المختلفة خلال التدريب أو المنافسات ، وتختلف نوعية هذا التأثير تبعاً لطبيعة تلك الظروف ففي بعض الأحيان يكون الأداء بصورة ايجابية وفي أحيان أخرى يكون بشكل سلبي ، 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 للمنافسات الرياضية على الأداء الرياضي بشكل واضح في معظم الأحيان، فمن جهة نلاحظ أن الكثير من الانجازات الرياضية المتميزة تسجل خلال المنافسات والبطولات المحلية والدولية الهامة تحت ظروف الشحن والاستثارة العالية ، ومن جهة أخرى نلاحظ في بعض الأحيان انخفاض مستوى أداء الفرق الرياضية أو اللاعبين بشكل ملفت للنظر تحت ظروف مشابهة (١٠ : ٢) .

وتلعب العوامل النفسية في المنافسة دوراً هاماً في تحديد نوعية الأداء الذي يقوم به الرياضي ومستوي الإنجاز الذي يحققه ، ذلك لأن الانفعالات النفسية تتأثر بالظروف المحيطة وبأجواء المنافسة وهي بدورها تؤثر في الأداء الرياضي فغالبا ما يصاحب المنافسة شعور بالاستثارة العالية والقلق مما يؤثر على مستوى الأداء الرياضي للمهارات (٣٥ : ١٥٧) .

وينظر إلى الإعداد النفسي قبل المنافسة كنوع من الإعداد النفسي قصير المدى وهو عادة ما يبدأ قبل المنافسة بيومين ولا يتجاوز أسبوعاً ، وتمثل هذه الأيام القليلة وخاصة اليومين الأخيرين أهمية كبيرة في برامج التدريب وخاصة من الناحية النفسية ، لذلك ليس من 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 ، وأنه من الأهمية بمكان أن تشهد هذه الفترة أفضل حالات الرياضي البدنية والذهنية والانفعالية (٤ : ٣٩٧) .

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

المرتبطة بالإعداد الرياضي ذلك من منظور تأثير تلك العوامل النفسية على الأداء الرياضي من ناحية ، وكيف تؤثر الممارسة الرياضية على نمو الشخصية والنواحي النفسية من ناحية أخرى (١ : ٤٩) .

ويؤكد المعنى السابق العديد من المهتمين بالدراسات النفسية للرياضيين مثل علاوى (١٩٨٧) ، كايوس " kauss " (١٩٨٠) ، " سالملا " Salmela (١٩٨١) ، بل " Bell " (١٩٨٣) ، هارس " Harris " (١٩٨٤) ، أسامة راتب (١٩٩٧) كما يشير العديد من علماء النفس الرياضي أمثال اوجليفي وتتكو " ogilive & tutko " (١٩٧٤) إلا أن الجوانب الانفعالية في المجال الرياضي تتطلب المزيد من الدراسات والبحوث حيث ترتبط المنافسات بالعديد من المواقف الانفعالية المتغيرة التي تتميز بقوتها ، كما تتعدد مواقف الفوز والهزيمة من لحظة لأخرى في المنافسة الرياضية الواحدة ، وقد تصطبغ الحالات الانفعالية للاعب في أثناء سير المنافسة ببعض حالات الاستثارة التي تؤثر بصورة أو بأخرى على المستوي العام للاعب (٢٣ : ٢٧٥) .

وتعتبر دراسة السمات الانفعالية للرياضيين واحدة من أهم موضوعات البحث والدراسة في مجال علم النفس عامه وعلم النفس الرياضي خاصة فالخصائص النفسية التي يتميز بها الرياضيون تدعو العديد من المتخصصين في علم النفس الرياضي إلى محاولة التعرف على البروفيل النفسي " profile " لهؤلاء الأشخاص .

ويزيد أهمية معرفتنا بطبيعة الخصائص النفسية للرياضيين المساعدة في انتقاء الرياضيين وتوجيههم إلى الرياضات التي تناسب استعدادهم فضلا عن تطوير تلك الخصائص النفسية التي تلائم طبيعة ونوع النشاط الرياضي (١٧ : ١٧٦) .

وتعتبر الاستثارة الانفعالية Arousal من الجوانب النفسية الهامة باعتبار أنها تعبر عن شدة الانفعال وتستخدم بشكل متبادل مع كل من مصطلح التنشيط Activation وتعبئة الطاقة Energy mobilization " و هي عادة نتاج العديد من الانفعالات التي تؤثر على الأداء الرياضي (٥ : ١١ ، ١٢) .

و تحلل السمات الانفعالية للاعبين أهمية خاصة لارتباطها الوثيق برودود أفعال اللاعبين خلال مواقف المنافسة الرياضية ، الأمر الذي يؤكد أهمية أن يتسم الرياضي ببعض السمات الانفعالية الايجابية حتى يستطيع التحكم في انفعالاته أو توجيهها الوجهة الملائمة وفقاً لطبيعة الأداء الرياضي.

هذا وبالرغم من تعدد وجهات النظر حول تحليل وتفسير اثر الجانب الانفعالي للشخصية على الأداء الرياضي . فإن هناك اتفاقاً حول أهمية إجراء المزيد من البحث والدراسة وخاصة في مجال المستويات الرياضية العالية للتوصل إلى السمات الانفعالية الايجابية المرتبطة بالتفوق الرياضي (٢٠ : ٣) .

وتعتبر رياضة الاسكواش من الرياضيات التي تزخر بأنواع متعددة من المواقف الانفعالية التي تتميز بقوتها والتي تؤثر بصورة واضحة على سلوكيات اللاعب داخل الملعب الأمر الذي يتطلب تدريب اللاعبين على التحكم في انفعالاتهم وإخضاعها للسيطرة ، كما أن ديناميكية الحالات الانفعالية في غضون المنافسة والتي تتغير بسرعة من انفعال معين إلى انفعال مغاير مما يؤثر على مستوى أداء اللاعب في المنافسة ، بالإضافة إلى أن رياضة الاسكواش تعد من الرياضات التي لا تسير فيها مواقف اللعب على وتيرة واحدة فلكل موقف من هذه المواقف حلول ممكنة ومتعددة ويتطلب الأمر تضامناً عناصر القدرات الحركية المهارية والتي بدورها تتأثر بالسمات الانفعالية للاعب ، فهي من أهم الجوانب النفسية التي تتحكم في سلوك اللاعب وردود أفعاله في الأداء خلال المواقف المتباينة بالمنافسة .

حيث يشير " راتب أحمد قبيعة ، خالد الكردي " (١٩٨٧) إلى أن الاسكواش لعبة تفكير متوازن واتخاذ قرارات فورية وإضافة إلى أنها عمل رياضي متوازن أنها حرب تشمل التخطيط الفكري والجسدي معاً للضربات التكتيكية للمعركة مما يعني ضرورة السيطرة الكاملة على الفكر والجسد واللعبة الراحبة هي نتيجة عامة للقرارات الصغيرة السريعة .

كما يؤكدان على أن الاسكواش أساساً معركة فكرية كالشطرنج وإنها مواجهة تنافسية تحاول فيها إبراز نفسك أقوى من المنافس .. أنها معركة مع نفسك أولاً للسيطرة على أعصابك وانفعالاتك للتركيز والخروج بأفضل عرض وأفضل نتيجة (١١ : ١٤٦) .

كما وأن رياضة الاسكواش من الرياضات التي تعتمد بالدرجة الأولى على طريقة اللعب بنظام المطاردة والمقصود هنا مطاردة المنافس بالإضافة إلى مطاردة الكرة كما انه طوال فترة اللعب تظهر في أشكال مختلفة تكرر مهارة واحدة لأطول فترة . الغرض منها التأثير على الناحية النفسية للمنافس (١٦ : ١٩) .

٢/١ أهمية البحث : -

ونظرا لممارسة الباحث لرياضة الاسكواش بالإضافة إلى عمله الحالي كمسئول نشاط رياضي فقد لاحظ أنه في أحيان كثيرة أن المدرب يتعامل مع الناحية الانفعالية للاعب بطريقة غير دقيقة فنرى من يطلب من اللاعب أن يكون لديه درجة عالية من الاستشارة ، أو أن يتخلص من مشاعر انفعالية معينة دون التفكير في مستوى الاستثارة الملائم لهذا اللاعب وما هو نوع الانفعال الذي يساعد على تحسين أدائه نحو الأفضل .

ونظراً لقلة عدد البحوث التي تناولت دراسة الخصائص الانفعالية للرياضيين ، بالإضافة إلى أن رياضة الاسكواش تعد من الرياضات الفردية التي لم تتناولها كثير من الأبحاث والدراسات العلمية فلم تحظى هذه الرياضة بالاهتمام البحثي الكافي والملائم لشعبية وانتشار تلك الرياضة .

وعلى حد علم الباحث فلم يسبق تناول السمات الانفعالية في رياضة الاسكواش بصفة خاصة ، لذلك تعد هذه الدراسة هي الأولى من نوعها في مجال رياضة الاسكواش .

لذا رأى الباحث أنه من الأهمية تناول الخصائص الانفعالية للاعبين بالدراسة والبحث العلمي بهدف إبراز أهمية هذا الجانب في التأثير على اللاعبين خلال المواقف المتباينة في المنافسة ، بالإضافة إلى التأكيد على أهمية الجانب النفسي فيما يحققه اللاعبين من انجاز رياضي ، كما أنه يمكن لتلك الدراسة أن تسهم في إلقاء الضوء على مزيد من الفهم للسمات الانفعالية المميزة للاعبي الاسكواش .

أيضا تعتبر هذه الدراسة من الدراسات القليلة التي تتعرض لدراسة المتغيرات النفسية ممثلة في " السمات الانفعالية " وعلاقتها بالأداء المهاري ممثل في " الاختبارات مهارية للاعبي الاسكواش . بما يساهم في التعرف على المميزات الخاصة للاعبي الاسكواش تبعا لمتغيرات تلك الدراسة .

٣/١- أهداف البحث:-

- تهدف الدراسة إلى التعرف على السمات الانفعالية الخاصة بلاعبي الإسكواش وعلاقتها بمستوي الأداء المهاري من خلال :-
- ١- التعرف على العلاقة بين السمات الانفعالية ومستوي الأداء المهاري لدى لاعبي الاسكواش .
 - ٢- التعرف على نسب مساهمة السمات الانفعالية الخاصة بلاعبي الإسكواش في مستوي الأداء المهاري .

٤/١- فروض البحث :

- ١- يوجد ارتباط دال إحصائيا بين السمات الانفعالية ومستوي الأداء المهاري للاعبي الاسكواش .
- ٢- تباين نسب مساهمة السمات الانفعالية في مستوي الأداء المهاري للاعبي الاسكواش.

٥/١- المصطلحات المستخدمة في البحث :

١/٥/١- رياضة الإسكواش Squash sport :

هي إحدى أنواع رياضيات المضرب التي تمارس بين ٤ " أربعة حوائط مختلفة الارتفاعات بين لاعبين اثنين يتناوبان في ضرب كره اسكواش بمضربهما " . (١٢ : ٨)

٢/٥/١- السمات الانفعالية Emotional Traist * :-

يعرفها الباحث التعريف الإجرائي التالي : " هي صفات اللاعب التي تستنتج من سلوكه في مواقف المنافسة ، وتتميز بالثبات النسبي ويشترك فيها اللاعبون بدرجات متفاوتة من الشدة التي يطلق بها كل منهم سلوكه أو إستجابته خلال مواقف المنافسة " " تعريف إجرائي "

٣/٥/١- مستوى الأداء المهاري للاعبي الإسكواش :-

" هي الدرجة المعيارية التي يحصل عليها اللاعب في اختبارات متغيرات الضربة الأمامية ، متغيرات الضربة الخلفية ، الإرسال " " تعريف إجرائي "

٤/٥/١- المهارات الأساسية للاسكواش :-

هي مجموعة الحركات الضرورية الهادفة التي تؤدي بغرض معين في إطار قانون رياضة الاسكواش سواء كانت هذه الحركات بالكرة والمضرب أو بدونها " (١٢ : ٨) .