

الفصل الأول

١ / ٠ مشكلة البحث وأهدافه وتسؤولاته

١ / ١ مشكلة البحث

١ / ٢ أهداف البحث

١ / ٣ تساؤلات البحث

١ / ٤ تعريف المصطلحات

١ / ٠ مشكلة البحث وأهدافه وتساؤلاته

١ / ١ مشكلة البحث :

شهد العالم فى العصر الحديث تطوراً منقطع النظير فى مختلف الميادين الصناعية والاقتصادية والعلمية والتكنولوجية وغيرها من الميادين . وانعكس أثر ذلك كله على النواحي المختلفة للتربية البدنية والرياضة . كما ظهر كثير من المفكرين والعلماء فى شتى دول العالم أسهموا بقسط وافر فى تقدم ورقى مختلف البحوث والاختراعات العلمية الحديثة فى شتى المجالات وكذلك تبادل الخبرات والمؤتمرات العلمية ، والتوسع الهائل فى إنشاء معاهد للثقافات الرياضية فى مختلف أنحاء العالم ، الأمر الذى أسهم فى تقدم وازدهار التربية البدنية والرياضة (١٣ : ٣٤ - ٣٥) .

ويعتبر علم النفس الرياضى من بين أهم العلوم التطبيقية فى مجال التربية البدنية والرياضة ، وعلم النفس الرياضى يبحث فى الموضوعات النفسية المرتبطة بالنشاط الرياضى على مختلف مجالاته ومستوياته ، كما يبحث فى الخصائص والسمات النفسية للشخصية التى تشكل الأساس الذاتى للنشاط الرياضى ، بهدف تطوير هذا النوع من النشاط البشرى ومحاولة إيجاد الحلول العلمية لمختلف مشاكله التطبيقية (١٤ : ٢٦) .

ومن بين الموضوعات التى اهتم علم النفس الرياضى بدراساتها الانفعالات حيث تلعب الانفعالات دوراً هاماً بالغ الأثر فى حياة الفرد ، اذ ترتبط بدوافعه وحاجاته وبأنواع الأنشطة المتعددة التى يمارسها . ولا يوجد على الإطلاق أنواع من التعلم او العمل او اللعب او النشاط المبدع الخلاق او العلاقات الاجتماعية المختلفة دون أن تصطبغ باللون الإنفعالى المميز لها .

وتعتبر الخبرات الانفعالية فى بعض الاحيان دوافع فى حد ذاتها وحالات الخوف والقلق أحسن مثال على ذلك . فالدوافع عبارة عن حالة توتر فى الكائن الحى تبعث فيه حاجه فيسعى الكائن الحى الى اشباعها لتخفيف حدة توتر الدوافع وحالات الخوف والقلق تعتبر مثال لحالات انفعالية فيها توتر يتميز بالشعور بعدم الراحة فيسعى الكائن الحى فى مثل هذه الحالات الى ازالة التوتر لكى يشعر بالراحة (١٤ : ٢٤٥) .

ويعتبر القلق أحد الانفعالات الهامة وأكثرها ارتباطا بالأداء الرياضى وكثيرا ما يحدث هذا الشعور أستجابة للمخاوف والصراعات والهموم ، التى تتجم عن الاحباط الفعلى او المتوقع للجهود المبذولة من أجل إرضاء الحاجات وما يتصل بها من دوافع وحوافز . فاذا لم يتحسن الحال فإن القلق يستحكم وهو حالة نفسية داخلية تتصف بالتوتر والخوف ، وذلك بالنسبة لبعض الامور المحدده أحيانا ، واحيانا أخرى بصورة عامة وغامضة ، وهكذا يكون القلق شعورا عاما فيه خشية وعدم رضا وضيق . وعندما نقول أن القلق ينجم عن الاحباط المعين أو الفشل المحدد لا يعنى أن سببه معلوم دوما ذلك لوجود عوامل غير متوقعة وبعيدة عن المصدر الاصلى . وهكذا يبدو القلق أحيانا من غير سبب ، فالواقع أن سببه بعيد ومعقد (٣ : ١١٢) .

وأشار ماثيو تشايبيل Mathou Chaibl إلى معنى القلق بأنه : " خوف غامض لا يعرف سببه بوضوح ، فالشخص القلق يشعر بالخوف ولكنه لا يدرك بوضوح مصدر خوفه" (٥ : ٨) .

كما أشارت نجاح التهامي نقلاً عن سبيلبرجر Spielberg الى أن "دراسة القلق كسمة وكحالة لدى الرياضيين تسهم فى توجيههم وإرشادهم بصورة ايجابية وخاصة بالنسبة لرياضة المستويات العالية" (٥ : ٢٠) .

وتعتبر الالعاب الجماعية من الرياضات ذات الاثارة الانفعالية ، فسرعة الاستثارة ، والفرح ، والحزن ، والارتباك كلها سلوكيات ناتجة عن الحالة الانفعالية التى تنتاب اللاعب قبل أو أثناء المنافسه وقد تصل الحالة الانفعالية أقصاها ولا يستطيع اللاعب السيطرة عليها فيكون العدوان على الاخرين ، لذا فان إعداد اللاعب نفسيا للمباريات سواء أكان هذا الاعداد طويل المدى أم قصير المدى يعتبر من أهم الاسس للاعداد الشامل للاعب والفريق ككل ، حيث لا يتوقف مستوى أداء اللاعب خلال المباراة على لياقته البدنية والمهارية والخططية فقط بل يتوقف أيضا وبقدر كبير على اعداده النفسى (١٨ : ٢٥ - ٢٧) .

ويشير محمد علاوى فى هذا الصدد : إلى أن مسؤولية التوجيه والارشاد النفسى للاعبين تقع على عاتق المدرب الرياضى ، إذ أن ارشادات المدرب الرياضى وتوجيهاته من العوامل الهامة التى تؤثر تأثيرا بالغا على الحالة النفسية للفرد الرياضى . فعلى سبيل المثال

إذا ظهر على المدرب الرياضى بعض المظاهر الانفعالية السلبية كالخوف أو الاضطراب أو القلق مثلا فان ذلك يحتمل إنتقال أثره الى اللاعبين . ومن ناحية اخرى اذا بدا المدرب غير مكترث لاهمية المباراة ويظهر استخفافه بها فان اللاعبين بدورهم قد يأخذون عنه هذا السلوك ولذا يجب على المدرب الرياضى أن يظهر أهتمامه بالمباراة ولكن دون مغالاه ويعمل على تشجيع وبث روح الحماس والميل للكفاح واستثارة دوافع اللاعبين نحو بذل أقصى الجهد والكفاح الشريف " (١٢ : ١٧٧ - ١٧٨) .

ولكى يتحقق للمدرب الرياضى النجاح فى عمله لا بد وأن يكون متمتعا بقدر كبير من المؤهلات الفنية ، والسمات الارادية ، وأن يكون محبا ومخلصا لعمله ، وأن تكون لديه القدرة على مواجهة الصعاب وما لم ينعكس ذلك على تصرفاته وسلوكه تجاه اللاعبين لن يصبح قادرا على التأثير على سلوك اللاعبين (٩ : ٨) .

ويرى الباحث أنه يجب أن يكون هناك تفاعل اجتماعى بين المدرب واللاعب لما له من أهمية قصوى فى أثناء مرحلة المنافسات الرياضية ، لان التفاعل الاجتماعى بين المدرب ولاعبيه عندما يصل الى مرحلة الثقة فان هذه الثقة التى تنشأ بين المدرب ولاعبيه تساعد كثيرا فى نجاح عمل المدرب الرياضى ، وكذلك نجاح اللاعبين فى تنفيذ فكر وتعليمات المدرب حتى لو كانت هذه التعليمات تنتقل الى اللاعبين عن طريق الاشارة أو النظرة .

ومن هنا تكمن المشكلة فى العلاقة التأثيرية (الاجتماعية) بين شخصيه المدرب ومكانته لدى اللاعبين وكذلك شخصية اللاعبين أنفسهم وطالما اتجهت هذه العلاقة نحو الاتجاه الصحيح كتب لها النجاح .

وينظر الباحث هنا الى القلق النفسى ومدى تأثيره على المدربين قبل المباراة وهل هذا القلق ينتقل بطبيعته الى اللاعبين ، والى أى مدى يتأثر اللاعبون به ، وهل هذا القلق أيضا يختلف بين مدربى فرق الالعاب الجماعية طبقاً لشعبية كل لعبة والضغط العصبى الذى يوضع فيه المدرب قبل المباراة لانه مطالب بتحقيق نتائج يرضى عنها جميع أطراف اللعبة من مسئولين وجماهير .

وقد اختار الباحث لدراسته الحالية موضوع « القلق لدى مدربي بعض فرق الألعاب الجماعية وعلاقته بقلق اللاعب » لمحاولة دراسة ظاهرة القلق لدى مدربي الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) وعلاقته بقلق اللاعب في كل لعبة على حده .

٢ / ١ أهداف البحث :

يهدف البحث الى محاولة التعرف على :

- ١ - القلق كحالة وكسمة لدى لاعبي فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) .
- ٢ - القلق كحالة وكسمة لدى مدربي فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) .
- ٣ - الفروق بين قلق المدرب وكسمة وقلق اللاعب كسمة في فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) .
- ٤ - الفروق بين قلق المدرب كحالة وقلق اللاعب كحالة في فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) .

٣ / ١ تساؤلات البحث :

تمت صياغة الفروض في صورة تساؤلات كما يلي :

- ١ - هل توجد فروق بين لاعبي فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) في القلق كحالة وكسمة ؟
- ٢ - هل توجد فروق بين مدربي فرق الألعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) في القلق كحالة وكسمة ؟

٣- هل توجد فروق بين قلق المدرب كسمة وقلق اللاعب كسمة فى فرق الالعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) ؟

٤- هل توجد فروق بين قلق المدرب كحالة وقلق اللاعب كحالة فى فرق الالعاب الجماعية (كرة القدم - الكرة الطائرة - كرة اليد) ؟

١ / ٤ تعريف المصطلحات :

القلق :

هو خبرة عنيفة من الخوف والتوجس يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله ولا يمت الى موقف تهديد خارجى واقعى (١٠ : ٨٧) .

قلق السمة :

يعرف " سبيلبرجر Spielberger " قلق السمة بأنه : " الفروق الفردية الثابتة نسبيا فى الاستعداد للقلق التى تميز بين الافراد فى نزعتهم نحو الاستجابة للمواقف المدركة على أنها مهددة لهم بدرجات مرتفعة الشدة من حالة القلق " (٣٦ : ٣) .

قلق الحالة :

يعرف " سبيلبرجر Spielberger " قلق الحالة بأنه : " حالة أنفعالية وقتيه تتميز بمشاعر ذاتية للتوتر وتوقع الشر + وهذه الحالات تختلف فى شدتها وتتغير من وقت لآخر " (٣٦ : ٣) .

الالعاب الجماعية :

يقصد بالالعاب الجماعية فى الدراسة الحاليه كل من كرة القدم والكرة الطائرة وكرة اليد والتى تمارس باستخدام الكرة كأداة للعب والتى تميز بالطابع التنافسى طبقا لقواعد وقوانين دولية معترف بها . (١٥ : ١٧)