



## برنامج نفسي لإستثارة الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية لسرعة العودة للمنافسة

أ.د/ عاطف نمر خليفة

م.د/ حسن يوسف عبدالله أبوزيد

عبدالرحمن محمد عبدالرحمن

يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج إرشادي نفسي لإستثارة الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية لسرعة العودة للمنافسة ، استخدم الباحث المنهج التجريبي ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٠) لاعب من لاعبي كرة القدم وكرة اليد والكرة الطائرة بمحافظة الدقهلية حيث بلغت العينة الاستطلاعية (٢٠ لاعب) بينما بلغت العينة الاساسية (١٠ لاعبين) من لاعبي نادي جزيرة الورد ونادي الحوار، وقد أظهرت النتائج فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي المقترح في إستثارة الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية لسرعة العودة للمنافسة للعينة التجريبية قيد البحث .

## **A psychological program to stimulate the motivation of the injured in sports competitions to quickly return To competition**

**Prof. Dr. Atef Nimr Khalifa.**

**Dr. Hassan Youssef Abdullah Abu Zeid**

**Abdelrhman Muhammad Abdelrhman Youssef Khwisah**

The research aims to identify the effectiveness of a psychological counseling program to stimulate motivation among the injured in sports competitions to quickly return to competition, the researcher used the experimental method, and the study was conducted on a sample of 30 football, handball and volleyball players in Dakahlia Governorate, where the pilot sample reached (20) Player) while the basic sample reached (10 players) from the players of the Island of Roses Club and the Dialogue Club, and the results showed the effectiveness of the proposed psychological counseling program in stimulating the motivation of the injured in sports competitions to quickly return to competition for the experimental sample under study.

## برنامج نفسي لإستثارة الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية لسرعة العودة للمنافسة

أ.د/ عاطف نمر خليفة

م.د/ حسن يوسف عبدالله أبوزيد

عبدالرحمن محمد عبدالرحمن

### مقدمة:

يعد موضوع الدافعية من أهم موضوعات علم النفس، وأكثرها دلالة سواء على المستوى النظري أو التطبيقي، فلا يمكن حل المشكلات السلوكية النفسية دون الاهتمام بدوافع الكائن الحي التي تقوم بالدور الاساسي في تحديد سلوكه كما وكيفا، ويرتكز تراث علم النفس التجريبي الخاص بعمليات تعلم والتذكر والعمليات الإدراكية ومعظم جوانب سلوك الإنسان أو الحيوان على أساس فروض لها علاقة بمبادئ الدافعية في علم النفس، وذلك لأنها تساعد في الوقوف على أفضل فهم وتفسير سلوك الكائن الحي حتى يمكن التنبؤ به وضبطها في المستقبل.

وقد أشار ( محمد علاوى ٢٠١٢م) إلى دافعية الإنجاز الرياضي بأنها استعداد الرياضي لمواجهه موقف المنافسة الرياضية ومحاولة التفوق والامتياز عن طريق إظهار قدر كبير من النشاط والفاعلية والمثابرة كتعبير عن الرغبة والكفاح والنضال من أجل التفوق والامتياز في مواقف المنافسة الرياضية (٩: ١٣٦) .  
والجدير بالذكر أن معدلات الإصابات الرياضية في تزايد مستمر في مختلف الرياضات والمسابقات وذلك لشدة المنافسات وكثرة الضغوط النفسية المصاحبة للأداء بالرغم من التطور المذهل في علم التدريب الرياضي والعلوم المرتبطة به ، والسؤال الذي يفرض نفسه في هذا الصدد هل لعلم النفس الرياضي دور في الرعاية النفسية في حالة الإصابة؟ وأن اللاعب لا يحتاج فقط الى العلاج والتأهيل الطبي، بل يحتاج أيضا الى التأهيل النفسي حتي يتعدى حاجز الخوف من مخاطر الإصابة الرياضية ، وحتى يستطيع اللاعب العودة الى مستواه الحقيقي السابق قبل الإصابة . (٣: ٢٥٥)

### مشكلة البحث وأهميته:

هناك الكثير من الدراسات التي اهتمت بدراسة العلاقة بين العديد من المتغيرات النفسية والأداء المهارى فى أنشطة رياضية متنوعة وذلك للتعرف على طبيعة العلاقة بينهما ولقد تباينت نتائج تلك الدراسات من حيث تحديد أهم المتغيرات المرتبطة بالأداء الرياضى ومن استعراض نتائج الدراسات اتضح أن من بين أكثر المتغيرات النفسية ارتباطا بالأداء الرياضى هي القلق والثقة بالنفس والدافع للإنجاز (٢: ٥٤).

يذكر محمد علاوي (١٩٩٨م) أن من بين التساؤلات التي تثار حاليا بين العاملين في مجال الرياضة من إداريين ومدربين وللاعبين التساؤل التالي: مامدى الاستفادة التطبيقية من مجال علم النفس الرياضى للإرتقاء بالقدرة والمستوى للرياضيين؟ ويعزى محمد علاوي هذا التساؤل إلى إهتمام بعض المراجع والبحوث العلمية فى مجال علم النفس الرياضى بالمزيد من الجوانب النظرية وفى نفس الوقت قلة الإهتمام بالجوانب التطبيقية لهذا العلم ، وفى ضوء ذلك يعتبر الإعداد النفسي للرياضيين وبصفه خاصه تدريب المهارات النفسية من بين المجالات الهامة لعلم النفس ( ٨:١٢).

تعتبر الإصابة الرياضية أحد المعوقات الهامة لتحقيق الإنجاز الرياضى والوصول الى اعلى المستويات فهي تعتبر من العوامل الهامة فى إجبار اللاعب على الإبتعاد على المنافسة الرياضية ولقد تعددت تعاريف الإصابة فشملت مفهومها وأسبابها والنتائج المترتبة منها على صحة الفرد وإنجازه ، سواء كانت من الناحية البدنية أو المهارية أو النفسية ، وحيث أن كثير من المدربين يهتمون بالجوانب البدنية والفسيوولوجية والتدريبية للوصول باللاعب الى اعلى مستوى رياضى ممكن ويغفلون الجانب النفسى فى التدريب بالرغم من انه يلعب دورا كبيرا فى السلوك الحركى وفى انفعالات اللاعب واستجاباته خلال اشتراكه فى النشاط الرياضى ليساهم فى تحقيق الفوز لتحطيم الارقام خاصا اذا تقاربت مستويات اللاعبين (١٦:٣٥٠).

وقد استنتج الباحث أن الدافعية من أكثر النواحي النفسية إرتباطا بالأداء الرياضى من حيث تأثيرها علي الإصابة الرياضية وتأثير الدافعية فى سرعة العودة من الاصابة الرياضية ، هذا وقد قام الباحث بإجراء هذا البحث لوضع برنامج نفسي يستثير دافعية اللاعب المصاب لحثه على العودة من الإصابة فى أقل فترة زمنية ممكنة لممارسة النشاط الرياضى مرة أخرى وإلمام المدرب واللاعب للنواحي النفسية قد يساعد اللاعب على تخطي فترة إصابته ، والتأهيل الى ما بعد الإستشفاء من الإصابة ما هو إلا تأهילה نفسيا أولا قبل أن يكون تأهילה بدنيا بل يأتى دور التأهيل النفسى فور وقوع الإصابة حتى لا تؤثر على اللاعب فيما بعد ، كما يتضح أهمية هذا البحث فى ندرة الدراسات" فى حد علم الباحث"التي تناولت تأثير الجوانب النفسية على سرعة العودة من الإصابة الرياضية .

ومن خلال عمل الباحث كأخصائي إصابات ملاعب وتأهيل بدني لاحظ ان هناك كثير من اللاعبين فى الرياضات المختلفة يتعرضون الى بعض الاصابات خلال عملية التدريب وأيضا خلال المنافسات والمباريات وعند حدوث هذه الاصابة للاعب تتغير حالته النفسية أثناء حدوث الإصابة وأثناء فترة العلاج خوفا من أن الأصابة قد تؤثر على مستوى أداء المهارات الرياضية وقلقا من أن الجزء المصاب قد لايرجع الى حالته الطبيعية فى أقل وقت ممكن ، كل هذه العوامل قد تؤثر على اللاعب المصاب وتصحبها كثير من المتغيرات النفسية التى تعوق وتؤخر عودة اللاعب من الاصابة لذا سعى الباحث لإجراء هذا البحث وهذه الدراسة (لإستثارة دافعية اللاعبين المصابين لسرعة عودتهم للمنافسات الرياضية ).

## أهداف البحث:

- يهدف البحث إلى التعرف على فاعلية برنامج نفسي لإستثارة الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية لسرعة العودة للمنافسة ويتحقق ذلك من خلال الإجراءات الآتية:
- بناء مقياس الدافعية "لدي مصابي المنافسات الرياضية" وذلك للتعرف على مستوى الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضي " عينة البحث " .
  - بناء برنامج إرشادي نفسى مقترح لإستثارة الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية وذلك للتعرف على فاعلية البرنامج الإرشادي النفسى المقترح على تحسين مستوى الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية " عينة البحث.

## فروض البحث :

1. توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين القياس القبلى والقياس البعدى للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدى فى متغير الدافعية.
2. توجد نسب تحسن فى القياس البعدى للمجموعة التجريبية فى مستوى الدافعية .

## مصطلحات ومفاهيم البحث:

### الدافعية:

يرى (ناصر السيد ٢٠٠٤م) أن موضوع الدافعية فى علم النفس من الموضوعات التى تبحث عن أسباب أو محركات السلوك أى عن القوى التى تؤدى بالناس الى القيام بما يقومون به من سلوك ونشاط وما يسعون اليه من أهداف. كما يعتبر من بين أهم الموضوعات الى تهتم المربى الرياضي وأكثرها إثارة لاهتمامه إذا يهمله أن يعرف لماذا يستمر بعض الافراد فى ممارسة النشاط الرياضى والمواظبه على التدريب ومحاولة الوصول لأعلى المستويات الرياضية فى حين ينصرف البعض الأخر عن الممارسة ويتقاعدون فى منتصف الطريق (١٤ : ٧) .

### الإصابة الرياضية:

هى عبارة عن إعطاب قد تصيب الجاهز السائد المحرك (عضلات،عظام،مفاصل) أو الأعصاب فتعوق معها التطور الديناميكي لمستوى الرياضى وتحول دون استمراره فى أداءه لتدريباته أو مشاركاته الرسمية والدوية وهى ظاهرة مرضية (٤ : ١٣) .

### التأهيل النفسى الرياضى للاعب المصاب:

هو خطه نفسية تساعد اللاعب على استعادة قدراته الذهنية والوظيفية بأفضل مستوى ممكن من اللياقة النفسية بهدف عودة اللاعب الى التدريب والمنافسة فى اسرع وافضل وقت ممكن ، وتقليل الفاقد البدني والفنى قدر الإمكان (١ : ١١٧) .

## الدراسات السابقة :

### الدراسات السابقة فى الدافعية:

١. دراسة قام بها مجاهد محمد (٢٠١٣م) بعنوان " فاعلية برنامج تدريبي للتحكم الذاتى وبرنامج تدريبي لدافعية الإنجاز فى تخفيف الاحتراق النفسى لدى معلمى ذوى الاحتياجات الخاصه من الجنسين " ، هدفت الدراسة الكشوف عن أثر برنامج تدريبي للتحكم الذاتى وبرنامج تدريبي لدافعية الإنجاز فى تخفيف الاحتراق النفسى لدى معلمى ذوى الاحتياجات الخاصه من الجنسين وتضمنت عينة الدراسة (٨٠) معلم ومعلمه من معلمى ذوى الاحتياجات الخاصة وتم اختيارهم من مدارس ذوى الاحتياجات الخاصة ببلقاس التعليمية واعتمدت الدراسة على برنامج تعليمى للتحكم الذاتى وبرنامج تدريبي لدافعية الإنجاز وتم استخدام أساليب إحصائية منها المتوسطات والانحرافات المعيارية واختبار (ت) للعينات والغير المرتبطة ، معامل الارتباط لبيرسون، أسلوب تحليل التباين الأحادى.

### وتوصلت نتائج الدراسة الى :

- ودود فروق دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعه التجريبية الأولى على مقياس الاحتراق النفسى والتحكم الذاتى لصالح القياس البعدى .
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعه التجريبية الثانية على مقياس الاحتراق النفسى والدافعية للإنجاز لصالح القياس البعدى.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعه التجريبية على مقياس الاحتراق النفسى والتحكم ودافعية الإنجاز لصالح القياس البعدى.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى درجات القياسين القبلى والبعدى للمجموعه الضابطة على مقياس الاحتراق النفسى والتحكم الذاتى ودافعية الإنجاز (٧).

٢. دراسة "بورنان شريف مصطفى ٢٠١١ " بعنوان " قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الإنجاز الرياضى لدى لاعبي الرياضات الجماعية فى الجزائر - دراسة ميدانية لفرق القسم الوطنى الأول " ، هدفت الدراسة الى الوقوف على معرفة أبعاد قلق المنافسة ودافعية الإنجاز التى تميز رياضى كرة القدم المستوى الأول والتعرف على العلاقة بين هذين المتغيرين (قلق المنافسة - دافعية الإنجاز) وكذا معرفة مدى الإختلاف الموجود بين اللاعبين فى دافعية الإنجاز حسب مستويات قلق المنافسة ومن جهة اخرى التعرف على الفروق فى قلق المنافسة حسب متغير الخبرة ونتائج الفريق ، إستخدم الباحث المنهج الوصفى وتكونت عينة البحث من (٤٥ لاعب كرة قدم) من مجتمع اصلى مكون من ٤٠٠ لاعب يمثلون كافة فروع القسم الأول وتتراوح أعمارهم ما بين ١٨ عام فأكثر.

### وأهم نتائج الدراسة:

- يتميز لاعبو كرة القدم المستوى الأول بأبعاد متعددة من قلق المنافسة (الثقة بالنفس - القلق المعرفي - القلق البدني)
- يتميز اللاعبون بأبعاد مختلفة من دافعية الإنجاز وهي دافع إنجاز النجاح ودافع تجنب الفشل.
- وجود علاقة إرتباطية إيجابية بين قلق المنافسة ودافعية الإنجاز وأبعادها.
- وجود فروق دالة إحصائية في دافعية الإنجاز بين فئة ذوى المستوى المنخفض وفئة ذوى المستوى المرتفع من قلق المنافسة. (٦)

### الدراسات السابقة فى الإصابات:

١. أجرى محمد على عبد العزيز محمد البرعى (٢٠١٠م) دراسة بعنوان " فاعلية برنامج نفسى للتأهيل من إصابات مفصل الركبة للاعبى كرة القدم" وتهدف الدراسة الى التعرف على طبيعته العلاقة بين التصور العقلى والإصابة ، فاعلية البرنامج النفسى المقترح للتأهيل من إصابة مفصل الركبة للاعب كرة القدم ، طبيعته العلاقة بين الأسترخاء وإستعادة الشفاء والإصابة ، واستخدم الباحث المنهج التجريبي ، وأختار الباحث عينه البحث بالطريقة العمدية من لاعبي الدرجة الأولى لفريق كرة القدم للمرحلة السنية فوق ٢٠ سنة بنادى الصيد المصرى ويطبق عليهم البرنامج النفسى متمثلا فى مهارات التدريب العقلى بجانب البرنامج العلاجى التأهيلي لكل لاعب على حدة ودرجة وطبيعته الإصابة بما يتاح من حالات ، ويتم عمل قياس قبلى وبعدى للقدرة على التصور والإسترخاء وايضا عمل قياس قبلى وبعدى للإصابة،ومن أهم نتائج الدراسة وجود فروق دلالة احصائية بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي علي التصور والاسترخاء والاصابة الرياضية. (١٠)
٢. أجرى محمد على عبد المعبود (٢٠٠٠م) دراسة بعنوان " الإصابات الرياضية لدى ناشئى كرة اليد أسبابها وطرق الوقاية منها " بهدف التعرف على الأصابات البدنية المنتشرة لدى لاعبي كرة اليد الناشئين وأماكن الجسم الأكثر تعرضا لها وكذلك طرق الوقاية منها ، اتبع المنهج الوصفي على عينه مكونه من (١٠٠) ناشئى ، (٦٠) ناشئته، (١٨) خبير ، (١٩) مدرب ، أستخدم اداة المقابلة الشخصية وإستمارة الإستبيان وتوصلت الدراسة الى ما يلي:

- أكثر الإصابات شيوعا هي الكدم ثم التمزق ثم الألتواء .
- أكثر أجزاء الجسم تعرضا للإصابة كالتالى مفصل الركبة ومفصل الكتف ومفصل الفخذ ومفصل الرسغ والساق والعضد والمرفق ومفصل القدم .
- سبب الإصابة عدم الاهتمام بالاحماء وعدم التدرج وإهمال عوامل الأمن والسلامه وإهمال الجوانب الصحية وسوء الحالة (١١) .

## إجراءات البحث:

### منهج البحث :

طبقاً لأهداف البحث استخدم الباحث المنهج التجريبي مستعيناً بإحدى التصميمات التجريبية والمعروفة بإسم تصميم القياس القبلي والبعدي على مجموعة تجريبية واحدة حيث تخضع المجموعة التجريبية إلى قياس قبلي ثم يتم تعرضها للبرنامج المراد اختبار فاعليته ثم يجرى قياس بعدى وتقرن درجات القياسين القبلي والبعدي لإيجاد دلالة الفروق .

### مجتمع وعينة البحث

#### مجتمع البحث :

يتكون مجتمع البحث من لاعبين بأندية منطقة الدقهلية وهي ( نادي جزيرة الورد الرياضي - نادي الحوار للالعاب الرياضة - نادي مركز شباب ستاد المنصورة - نادي المنصورة الرياضي ) .

#### عينة البحث :

اشتملت عينة البحث الأساسية باجمالي (١٠) لاعبين مصابين وهم كالتالي ٦ لاعبين مصابين من الفريق الاول للكرة الطائرة رجال بنادي جزيرة الورد الرياضي ، ٤ لاعبين مصابين من الفريق الأول لكرة اليد رجال بنادي الحوار الرياضي وتم اختيارهم بالطريقة العمدية ، هذا فضلاً عن عينة التقنين ( الصدق والثبات ) وقوامها (٣٠) لاعب تم اختيارهم من المجتمع الأصلي للبحث ومن خارج عينة الدراسة الأساسية.

#### أسباب اختيار عينة البحث:

- جميع أفراد العينة من لاعبين أندية مدينة المنصورة .
- الإنتظام فى البرنامج المقترح طوال فترة إجراء التجربة .
- أن تكون مشاركة أفراد العينة بموافقتهم ورغبة منهم .
- أن يكون عمر أفراد العينة من سن (٢٠-٤٠ عام).

### جدول (١)

توصيف عينة البحث.

النادي			اللعبة			العينة
نادى المنصورة	نادى الحوار	جزيره الورد	كرة قدم	كرة يد	كره طائرة	
١٥	٨	٧	١٥	٨	٧	الإستطلاعية
٠	٤	٦	٠	٤	٦	التجريبية

## تجانس عينة البحث:

لجمع البيانات اللازمة للبحث تم إجراء بعض القياسات للمتغيرات الوصفية حتى يتم التأكد من تحقيق تجانس عينة البحث .

## التحقق من اعتدالية توزيع العينة الكلية للبحث:

للتأكد من تجانس العينة الكلية للبحث (٤٠) لاعب (المجموعة التجريبية والمجموعة الاستطلاعية)؛ قام الباحث بعمل بعض القياسات، للتأكد من اعتدالية توزيع البيانات بين أفراد العينة في المتغيرات قيد البحث، كما هو موضح في جدول (2).

## جدول (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسيط ومعامل الالتواء لعينة البحث الاستطلاعية والأساسية في العمر الزمنى والعمر التدريبي.

(ن=٤٠)

المتغيرات	وحدة القياس	المتوسط	الوسيط	الانحراف	الالتواء
العمر الزمنى (السن)	سنة	٢٧,٨٣	٢٨,٠٠	٥,٠٦	٠,١٠-
العمر التدريبي (سنوات الممارسة)	سنة	١٥,٣٨	١٥,٥٠	٣,٩٠	٠,١٠-

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء انحصرت ما بين (-٣) و(+٣) مما يدل على أن قياسات العينة الكلية للبحث في المتغيرات قيد البحث قد وقعت تحت المنحنى الاعتدالي وهذا يدل على تجانس أفراد عينة البحث الكلية في هذه المتغيرات.

## أدوات البحث:

- مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية " إعداد / الباحث " . مرفق (٤)
- البرنامج الإرشادي النفسي المقترح لتحسين مستوى الدافعية" إعداد الباحث. مرفق (٥)

## خطوات بناء مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية:

### تحديد محاور المقياس:

لتحديد أبعاد مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية قام الباحث بعمل مسح مرجعي بعد الاطلاع على العديد من المقاييس السابقة المستخدمة لقياس الدافعية وكان الهدف من هذا المسح المرجعي هو تحديد الأبعاد التي من خلالها سيتم إختيار وإنقاء الأبعاد المناسبة والملائمة لطبيعة عينة البحث والجدول التالي يوضح آراء السادة الخبراء في محاور المقياس :



### جدول (3)

آراء السادة الخبراء في محاور مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية (ن= ٩ خبراء)

ملاحظات	معامل لوش لصدق المحتوى	النسبة	عدد الخبراء الموافقون	المحاور
	١,٠٠٠	١٠٠,٠٠	٩	المحور الأول : الرغبة فى التفوق
	٠,٧٧٨	٨٨,٨٩	٨	المحور الثانى : مستوى الطموح
	٠,٧٧٨	٨٨,٨٩	٨	المحور الثالث: المثابرة
	٠,٧٧٨	٨٨,٨٩	٨	المحور الرابع: الاستقلالية
	١,٠٠٠	١٠٠,٠٠	٩	المحور الخامس: الثقة بالنفس
	٠,٧٧٨	٨٨,٨٩	٨	المحور السادس: الالتزام
	٠,٧٧٨	٨٨,٨٩	٨	المحور السابع: التركيز فى الأداء
	٠,٧٧٨	٨٨,٨٩	٨	المحور الثامن: تحديد الهدف
حذف	٠,٣٣٣	٦٦,٦٧	٦	المحور التاسع: الدافع الذاتى
حذف	٠,١١١	٥٥,٥٦	٥	المحور العاشر: التغلب على العقبات

الحد الأدنى لمعامل لوش المقبول إحصائيًا عند ن = ٩ خبراء = .٠ (٠,٧٧٨)

بعد أن قام الباحث بحذف وتعديل العبارات في ضوء اقتراحات السادة الخبراء، فكانت نتائج استطلاع رأي الخبراء التوصل للصورة التجريبية للمقياس، والتي يوضحها جدول (4).



#### جدول (4)

الصورة النهائية لعبارات المقياس بعد العرض على السادة الخبراء

المحاور	قبل التعديل	بعد التعديل
المحور الأول : الرغبة فى التفوق	١٠ عبارات	٧ عبارات
المحور الثانى : مستوى الطموح	١٠ عبارات	٨ عبارات
المحور الثالث: المثابرة	١٠ عبارات	٦ عبارات
المحور الرابع: الاستقلالية	١٠ عبارات	٨ عبارات
المحور الخامس: الثقة بالنفس	١٠ عبارات	٧ عبارات
المحور السادس: الالتزام	١٠ عبارات	٧ عبارات
المحور السابع: التركيز فى الأداء	١٠ عبارات	٨ عبارات
المحور الثامن: تحديد الهدف	١٠ عبارات	٦ عبارات
مقياس الدافعية لدى مصابى المنافسات الرياضية	٨٠ عبارة	٥٧ عبارة

يتضح من جدول (4) أن الصورة الأولية للمقياس كانت تحتوي على عدد (٨٠) عبارة، وبعد عرض العبارات على المحكمين للتحقق من الصدق المنطقى للمقياس، أصبحت الصورة التجريبية تحتوي على عدد (٥٧) عبارة.

#### حساب معامل صدق المقياس:

استخدم الباحث طريقة الاتساق الداخلى، عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين المحاور والمحاور وبعضها وبين العبارات والمحاور التي تنتمي إليها، وبين العبارة والدرجة الكلية للمقياس، كما في جدول (5) .

جدول (5)

معاملات الارتباط بين أبعاد ومحاور المقياس (ن=30)

الدرجة الكلية	المحور الثامن	المحور السابع	المحور السادس	المحور الخامس	المحور الرابع	المحور الثالث	المحور الثانى	المحور الأول	المحاور
٠,٨٦١	٠,٧٧٧	٠,٧١٢	٠,٧٦٤	٠,٦٨٨	٠,٧٠٤	٠,٦٥٧	٠,٦٨١		المحور الأول : الرغبة فى التفوق
٠,٨٢٢	٠,٧٥٦	٠,٧٣٤	٠,٦٧٣	٠,٧٢٨	٠,٦٥٩	٠,٦٩٧			المحور الثانى : مستوى الطموح
٠,٨٤٥	٠,٧٤٠	٠,٦٨٦	٠,٧٢١	٠,٧٤٣	٠,٦٦١				المحور الثالث: المثابرة
٠,٧٨٥	٠,٧٤١	٠,٧٢٦	٠,٦٤٦	٠,٦٢١					المحور الرابع: الاستقلالية
٠,٨١٢	٠,٧٤١	٠,٦٨٠	٠,٦٥٢						المحور الخامس: الثقة بالنفس
٠,٧٩٥	٠,٦٦٥	٠,٦٠٥							المحور السادس: الالتزام
٠,٨٠١	٠,٧٩٤								المحور السابع: التركيز فى الأداء
٠,٨٢٧									المحور الثامن: تحديد الهدف
									الدرجة الكلية للمقياس

قيمة ج(٠,٠٥,٢٨)=٠,٣٦١

يوضح جدول (5) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (0,05) بين درجة كل محور وبين الدرجة الكلية مما يدل على صدق الاتساق الداخلي للمقياس.

### حساب معامل ثبات المقياس:

اتبع الباحث طريقة التجزئة النصفية لسبيرمان براون، ومعادلة جتمان؛ بالإضافة إلى معامل ثبات "ألفا كرونباخ"، وتعطي معامل اتساق داخلي لبنية المقياس، بالإضافة إلى التعرف على العبارات التي تؤدي إلى خفض أو رفع معامل الثبات الكلي لأداة القياس عند حذفها؛ كما في جدول (6).

### جدول (6)

#### ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية و ألفا كرونباخ

ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية		المحاور
	جتمان	سبيرمان براون	
0,737	0,747	0,777	المحور الأول : الرغبة في التفوق
0,797	0,835	0,737	المحور الثاني : مستوى الطموح
0,790	0,754	0,750	المحور الثالث: المثابرة
0,797	0,824	0,837	المحور الرابع: الاستقلالية
0,780	0,724	0,820	المحور الخامس: الثقة بالنفس
0,803	0,762	0,743	المحور السادس: الالتزام
0,757	0,820	0,797	المحور السابع: التركيز في الأداء
0,795	0,797	0,735	المحور الثامن: تحديد الهدف
0,809	0,762	0,743	الدرجة الكلية للمقياس

يتضح من جدول (6) أن معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية تراوح ما بين (0,724) و(0,837)، وأن معامل ثبات ألفا كرونباخ تراوح ما بين (0,737) و(0,809)، مما يدل على أن المقياس قيد البحث ذو معامل ثبات عال.

### طريقة تصحيح المقياس:

بعد استكمال الخطوات السابقة صمم المقياس على غرار طريقة (رنسيس ليكرت) حيث تم وضع أمام كل عبارة سلم رباعي ( غالباً - أحياناً - نادراً - أبداً ) وأعطيت هذه الاستجابات في تقدير الدرجات كما يلي :

### جدول (7)

#### ميزان التقدير لاستجابة عبارات مقياس الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية

أبداً	نادراً	أحياناً	غالباً	ميزان التقدير العبارات
١	٢	٣	٤	الإيجابية
٤	٣	٢	١	السلبية

وقد فضل الباحث هذا السلم التقديري حيث يعطى مجالاً لتحديد الاتجاه بدرجة أكبر من الدقة ومنعاً للحيدانية حيث يتم تصحيح كل بعد على حده وذلك بجمع حاصل الدرجات للعبارات التي يتكون منها كل بعد وكلما اقتربت درجة المفحوص من الدرجة (٤٦) في كل من البعد (الأول والثاني والثالث والرابع) والدرجة (٤٤) في البعد (الخامس والسادس والسابع والثامن) كلما دل ذلك على المزيد من الدافعية المرتبطة بهذا البعد ، كما يمكن جمع درجات الأبعاد الثمانية للتعرف على المجموع الكلي للمقياس حيث يكون إجمالي درجة المقياس (٢٢٨ درجة).

#### المعاملات العلمية للمقياس:

#### صدق المقياس (استعان الباحث بعدة طرق لحساب صدق المقياس وهما)

#### صدق المحتوى:

حيث قام الباحث بتحليل الأطر النظرية والدراسات السابقة والقوائم والمقاييس (المسح المرجعي) للتعرف على أبعاد مقياس الدافعية .

#### صدق المحكمين :

تم إيجاد صدق المحكمين بعرض المقياس على السادة المحكمين خلال الفترة من (٢٠١٩/١٢/٧) إلى (٢٠١٩/١٢/٣١) وطلب الباحث منهم إبداء الرأي حول مناسبة الأبعاد لموضوع البحث وكذلك مناسبة العبارات لكل بعد من الأبعاد المذكورة مسبقاً ، ولقد حدد الباحث نسبة مئوية قدرها ( ٧٥ % ) لقبول البعد أو العبارة ، وبناءً على آراء المحكمين تم إعادة صياغة (٤) عبارات وحذف (٢٣) عبارة ، وقد احتوى المقياس على ثماني أبعاد يتضمن (٥٧) عبارة ، واعتبر الباحث نسبة اتفاق المحكمين على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه.

## صدق الاتساق الداخلي :

تم التحقق من صدق المقياس باستخدام الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس وعباراته ، حيث تم تطبيق المقياس خلال الفترة من ( ٢ / ١ / ٢٠١٢٠ ) إلى ( ٢٠ / ١ / ٢٠٢٠ ) على عينة الدراسة الاستطلاعية (عينة التقنين ) وقوامها (٣٠) لاعبا .

### جدول (8)

الأبعاد وعدد العبارات المنتمية لها وأرقامها في الصورة النهائية لمقياس الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية وأرقام العبارات المستبعدة وأرقام العبارات السلبية لكل بعد وأرقام العبارات السلبية في الصورة النهائية للمقياس بعد إجراء المعايير العلمية . ( صدق الاتساق الداخلي -

### ( الثبات )

الأبعاد	عدد العبارات	أرقام العبارات في الصورة النهائية للمقياس	أرقام العبارات المستبعدة	أرقام العبارات السلبية	العبارات السلبية في الصورة النهائية للمقياس
الرغبة في التفوق	٧	١،٢،٣،٤،٦،٧	٨،٩،١٠	٥	٥
مستوى الطموح	٨	١١،١٢،١٣،١٥،١٦،١٧	١٩،٢٠	١٤،١٨	١١،١٥
المتابعة	٦	٢١،٢٢،٢٣،٢٤،٢٦	٢٧،٢٨،٢٩،٣٠	٢٥	٢٠
الإستقلالية	٨	٣١،٣٢،٣٣،٣٤،٣٥،٣٦،٣٧، ٣٨	٣٩،٤٠	-	-
الثقة بالنفس	٧	٤١،٤٢،٤٣،٤٥،٤٦،٤٧	٤٨،٤٩،٥٠	٤٤	٣٣
الإلتزام	٧	٥١،٥٢،٥٣،٥٤،٥٥،٥٦،٥٧	٥٨،٥٩،٦٠	-	-
التركيز في الأداء	٨	٦١،٦٢،٦٤،٦٧،٦٨	٦٩،٧٠	٦٣،٦٥، ٦٦	٤٦،٤٨، ٤٩
تحديد الهدف	٦	٧١،٧٢،٧٣	٧٧،٧٨،٧٩،٨٠	٧٤،٧٥، ٧٦	٥٥،٥٦، ٥٧
المجموع	٥٧	٥٧	٢٣	١١	١١



يتضح من جدول (٨) أن عدد العبارات النهائية للمقياس بلغ (٥٧ عبارة) موزعة على ثماني أبعاد وذلك بعد إجراء المعايير العلمية (صدق الاتساق الداخلي - الثبات) حيث تم حذف (٢٣ عبارات) جراء تلك العملية .

### جدول (٩)

الحد الأقصى والحد الأدنى لدرجة كل بعد في الصورة النهائية لمقياس الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية

م	الأبعاد	عدد العبارات	الحد الأقصى للدرجة	الحد الأدنى للدرجة
١	الرغبة في التفوق	٧	٢٨	٧
٢	مستوي الطموح	٨	٣٢	٨
٣	المثابرة	٦	٢٤	٦
٤	الإستقلالية	٨	٣٢	٨
٥	الثقة بالنفس	٧	٢٨	٧
٦	الإلتزام	٧	٢٨	٧
٧	التركيز في الأداء	٨	٣٢	٨
٨	تحديد الهدف	٦	٢٤	٦
	المجموع	٥٧	٢٢٨	٥٧

يتضح من الجدول (٧) الحد الأقصى والحد الأدنى لدرجة كل بعد في الصورة النهائية لمقياس الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية ، أي أن الدرجة الكلية للمقياس تراوحت ما بين (٢٢٨) درجة كحد أقصى، (٥٧) درجة كحد أدنى.

### جدول (١٠)

درجة وجود مستوى الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية

م	الحالة	الدرجة	
		من	إلى
١	مستوى الدافعية عالي	٢٢٨	١٧١
٢	مستوى الدافعية متوسط	١٧١	١١٤
٣	مستوى الدافعية تحت المتوسط	١١٤	٥٧
٤	مستوى الدافعية منخفض	أقل من ٥٧	

## البرنامج الإرشادي النفسي المقترح:

قام الباحث بإعداد برنامج إرشادي نفسي مقترح لتحسين مستوى الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية وذلك بعد أن قام الباحث بإجراء المسح المرجعي الشامل للمراجع والأبحاث العلمية والدراسات المرجعية ذات الصلة الوثيقة بالبحث ومن خلال ذلك وضع الباحث البرنامج على الأسس والخطوات التالية :

### **الهدف من البرنامج:**

**الهدف العام :**

هو تحسين مستوى الدافعية بأبعاده الثمانية وهى :

- |                     |                    |
|---------------------|--------------------|
| الترقية فى التفوق . | الثقة بالنفس .     |
| مستوى الطموح.       | الإلتزام .         |
| المثابرة.           | التركيز فى الأداء. |
| الإستقلالية         | تحديد الهدف.       |

### أهداف خاصة :

1. أن يتعرف اللاعب على مفهوم الدافعية وأبعادها وأهميتها .
2. تحسين قدرات اللاعب على استخدام مهارات الدافعية فى مواقف الحياة العامة ومع بعضهم البعض داخل الفريق .
3. تحسين رغبة اللاعب فى التفوق والنجاح.
4. تحسين مستوى الطموح لدى اللاعبين .
5. تحسين مهارة التكيف مع المواقف الاجتماعية الجديدة بسهولة .

### مصادر البرنامج :

الإطار النظري للبحث والذي يلقى الضوء على متغيرات البحث (الإرشاد النفسي - الدافعية) ، بعض البرامج التي تم إعدادها فى إطار دراسات وبحوث سابقة والتي اعتمد عليها الباحث بشكل كبير فى بناء البرنامج الخاص به وبعينته مثل البرنامج المقترح لتحسين مستوى الدافعية لكلاً من :

## جدول (١١)

### برامج سابقة تناولت تحسين مستوى الدافعية

م	الاسم	تاريخ الدراسة	العينة	رقم المرجع
١	ممدوح محمد الدسوقي	٢٠٠٢	طلبة	١٢
٢	مجاهد محمد مجاهد	٢٠١٣	معلمي ذوي الاحتياجات الخاصة	١٠
٣	مني مختار المرسي عبدالعزیز	١٩٩٩	الناشئين الرياضيين	١٣
٤	أسماء إبراهيم محمد مطر	٢٠١٠	طلبة	٥
٥	هاشم عبدالمريد عبدالحميد	٢٠١٧	حكام كرة قدم	١٥

آراء الأساتذة في مجال علم النفس الرياضي والصحة النفسية في البرنامج الإرشادي النفسي المقترح كما هو موضح في جدول (١١) حيث قام الباحث بعرض محتويات البرنامج على السادة المحكمين والمتخصصين لاستطلاع آرائهم وقد تناوله الباحث بالتعديل والتطوير حسب التوجيهات وتم عرض البرنامج في صورته النهائية على السادة المحكمين مرة أخرى حتى تم الاتفاق على صلاحيته من حيث المحتوى وطريقة التطبيق والجدول التالي يوضح التوزيع الزمني للبرنامج .

### الإطار العام لتنفيذ البرنامج :

قام الباحث بوضع الجلسات الإرشادية لمتغير الدافعية قيد البحث وقسمت إلى (٢٤ جلسة إرشادية) بواقع (جلستين) أسبوعياً وكانت مواعيد التطبيق يومي (السبت والثلاثاء) من الساعة الثانية ظهراً حتى الساعة الثانية واربعين دقيقة بواقع (٤٠ دقيقة) للجلسة الواحدة قبل بداية تمرين الفريق بساعة ويكون زمن الجلسة مقسم إلى و(٣٠دقيقة) جانب إرشادي و(١٠ دقائق) استرخاء والجدول التالي يوضح ذلك .

## جدول (١٢)

### أجزاء الجلسة الإرشادية

م	البيان	الزمن
١	إرشادي	٣٠ ق
٢	استرخاء	١٠ ق

### أجزاء الجلسة الإرشادية :

اشتملت الجلسة الإرشادية على جزئين هما :

### الجزء الاول ( الإرشادي ):

حيث تناول الباحث في هذا الجزء أبعاد الدافعية وهي ثمانى أبعاد (الرغبة في التفوق ، مستوى الطموح ، المثابرة ، الاستقلالية ، الثقة بالنفس ، الإلتزام ، التركيز في الاداء ، تحديد الهدف ) وكل بعد من هذه الأبعاد يتضمن محاور فرعية تكمل بناء هذا البعد وهذا بناءً على رأى السادة المحكمين لهذا الجزء من البرنامج .

### الجزء الثاني ( الاسترخاء ):

حيث يكون الهدف من هذا الجزء هو عودة اللاعب المصاب إلى حالته الطبيعية واسترخاء لجميع عضلات جسمه ، وقد استخدم الباحث الاسترخاء العضلي والتحكم فى التنفس والتصور حيث يكون اللاعب المصاب مهياً لبداية التأهيل البدني مع المعالج ويكون على أتم الاستعداد للمشاركة.

### إجراءات البحث:

### الإعداد للتطبيق :

- قام الباحث بتحديد وإعداد الإطار العام للبحث ومجالاته المختلفة وأهدافه وتحديد المتغيرات الأساسية المراد قياسها وتحديد الأدوات الملائمة لقياس المتغيرات المختلفة قيد البحث وذلك بالرجوع إلى المشرفين والاستعانة بالدراسات المرجعية.
- قام الباحث ببناء للدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضي.
- قام الباحث بإعداد برنامج الإرشاد النفسي المقترح بعد إجراء استطلاع رأى المحكمين حول تحديد محتويات البرنامج من ( مدة البرنامج - عدد جلسات البرنامج فى الأسبوع - زمن الجلسة فى البرنامج - الفنيات والأساليب المستخدمة فى البرنامج ) وبعد ذلك قام الباحث بإعداد خطة الجلسات التنفيذية للبرنامج ثم إعداد البرنامج المقترح ، ثم قام الباحث بتطبيق البرنامج بعد إجراء القياس القبلي على عينة البحث .

## الدراسة الاستطلاعية :

- أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٣٠) لاعب من أندية الدقهلية وهي نادي جزيرة الورد الرياضي نادي الحوار الرياضي نادي مركز شباب ستاد المنصورة الرياضي نادي المنصورة الرياضي وهذه العينة غير العينة الأصلية وتطبق عليهم نفس شروط عينة الدراسة الأساسية وكانت تهدف إلى ما يلي :
١. التعرف على مدى صلاحية الأدوات وحساب صدق وثبات المقياس المستخدم لقياس الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية .
  ٢. التعرف على الصعوبات التي تواجه الباحث ووضع الحلول المناسبة للتغلب على تلك الصعوبات
  ٣. تحديد درجة استجابة المبحوثين للبحث بصفة عامة والمقاييس بصفة خاصة.
  ٤. تحديد الزمن الذي يستغرقه المبحوثين في الإجابة على المقاييس .
  ٥. تحديد صعوبات الصياغة .
  ٦. قام الباحث بالتطبيق الأول لحساب صدق المقاييس وذلك في الفترة الزمنية من يوم السبت الموافق ٢٢ / ١٠ / ٢٠١٩ حتى يوم السبت الموافق ٢ / ١١ / ٢٠١٩ وقام بالتطبيق الثاني في الفترة الزمنية يوم الخميس الموافق ١٤ / ١١ / ٢٠١٩ حتى يوم الثلاثاء الموافق ٢٦ / ١١ / ٢٠١٩ لحساب ثبات المقاييس باستخدام إعادة التطبيق أي بفارق زمني قدره ١٢ يوم .

## وقد أسفرت النتائج إلى :

تحديد الأدوات التي تصلح للاستخدام في القياس حيث استخدم الباحث مقياس الدافعية لدي مصابي المنافسات الرياضية " إعداد الباحث " . مرفق رقم (٣) .

## التجربة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق البرنامج في الفترة من يوم السبت الموافق ٣٠ / ١١ / ٢٠١٩ م إلى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٢ / ٢٠٢٠ م ، وقد أجريت التجربة على مرحلتين كما يلي :

مرحلة القياس القبلي ( قبل تطبيق البرنامج ):

تم إجراء ذلك القياس في يوم الثلاثاء الموافق ٢٦ / ١١ / ٢٠١٩ بنادي مركز شباب ستاد المنصورة بالصالة المغطاة ، وقد إتبع الباحث الخطوات الآتية عند إجراء القياس :

١. جمع البيانات الشخصية عن اللاعبين ( الاسم - تاريخ الميلاد - اسم النادي - صفة اللاعب).
٢. قام الباحث بقياس الدافعية لعينة البحث عن طريق مقياس الدافعية الذي أعده وصممه " الباحث "
٣. تم تصحيح جميع أوراق المقاييس بمفاتيح التصحيح المعدة لذلك .

### مرحلة تطبيق البرنامج :

قام الباحث بتطبيق البرنامج خلال الفترة من يوم السبت الموافق ٣٠ / ١١ / ٢٠١٩ م إلى يوم السبت الموافق ٢٢ / ٢ / ٢٠٢٠ م ، وتم تنفيذ البرنامج في (١٢) أسبوع ، بواقع جلستين أسبوعياً ، بمجموع (٢٤) جلسة ، وتستغرق كل جلسة (٤٠ دقيقة) .

### مرحلة القياس البعدي ( وهي آخر جلسة في البرنامج ) :

تم إجراء ذلك القياس يوم السبت الموافق ٢٢ / ٢ / ٢٠٢٠ م ، وقد إتبع الباحث في ذلك القياس نفس الخطوات السابقة التي أتبعته في إجراء القياس القبلي.

### عرض ومناقشة نتائج البحث:

#### عرض نتائج الفرض الأول:

#### التحقق من صحة الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه: " توجد فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في محاور (مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية) قيد البحث لصالح القياس البعدي"؛ وللتحقق من صحة الفرض الأول استخدم الباحث اختبار (ت) لعينتين مرتبطتين من البيانات (*Paired Sample tTest*)، لدالة الفروق بين متوسط الدرجات في القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في محاور (مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية) قيد البحث، كما تم حساب حجم التأثير (*Effect Size*) باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ ) في حالة اختبار (ت)، وباستخدام (*ES*) ويفسر طبقاً لمحكات لكوهين، وللتحقق من فاعلية البرنامج استخدم الباحث نسبة الكسب لـ"ماك جوجيان" وتكون مقبولة إذا لم تقل قيمة هذه النسبة عن (٠,٦)، بالإضافة إلى نسبة الكسب المعدل لـ"بلاك" ويكون الحد الفاصل لهذه النسبة هي (١,٢)، بالإضافة إلى نسبة التغيير/ التحسن (*Change Ratio*)، كما في جدول (١٣) و(شكل (١)).

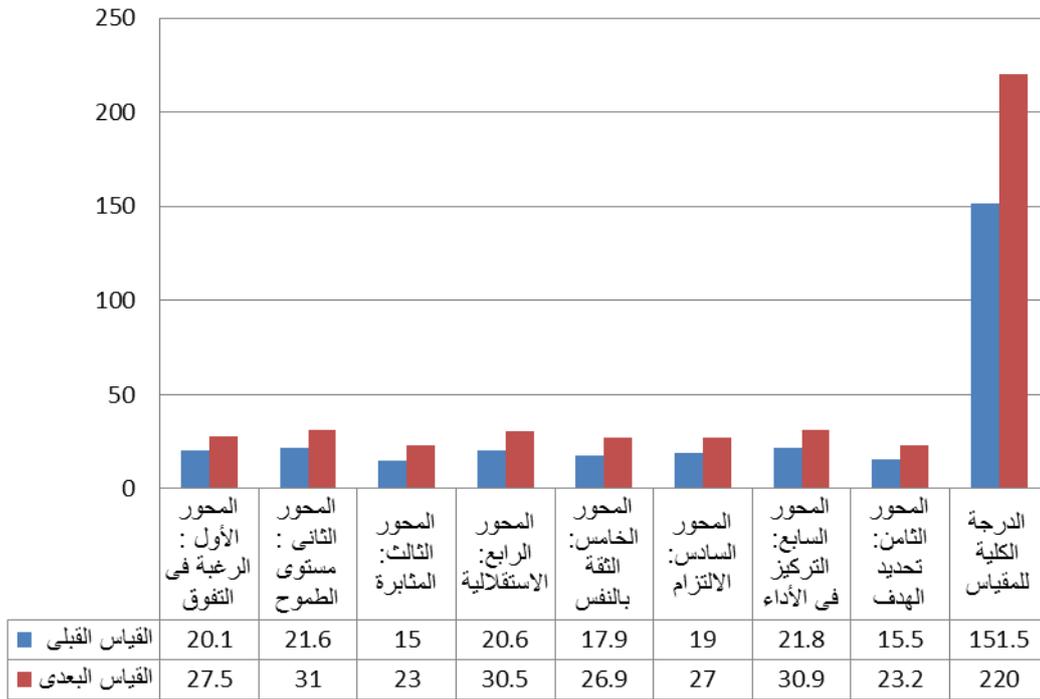
جدول (١٣)

دلالة الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في محاور (مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية) قيد البحث. (ن=١٠)

حجم التأثير (ES)	$(\eta^2)$	قيمة (ت)	القياس البعدي		القياس القبلي		المحاور
			الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	الانحراف (ع ±)	المتوسط (س)	
١,٩	٠,٦٨١	٤,٣٨	٠,٥٣	٢٧,٥٠	٥,٣٤	٢٠,١٠	المحور الأول : الرغبة في التفوق
٢,٣	٠,٦٨٣	٤,٤٠	٠,٦٧	٣١,٠٠	٦,٥٢	٢١,٦٠	المحور الثاني : مستوى الطموح
٢,٤	٠,٧٧٩	٥,٦٣	٠,٨٢	٢٣,٠٠	٤,٥٢	١٥,٠٠	المحور الثالث: المثابرة
٢,٣	٠,٨٣٦	٦,٧٦	٠,٥٣	٣٠,٥٠	٤,٨٤	٢٠,٦٠	المحور الرابع: الاستقلالية
٢,١	٠,٧٨٩	٥,٨١	٠,٣٢	٢٦,٩٠	٥,٠٠	١٧,٩٠	المحور الخامس: الثقة بالنفس
٢,٧	٠,٧٩٨	٥,٩٦	٠,٠٠	٢٧,٠٠	٤,٢٤	١٩,٠٠	المحور السادس: الالتزام
٣,٦	٠,٨٦٥	٧,٦٠	٠,٧٤	٣٠,٩٠	٣,٦١	٢١,٨٠	المحور السابع: التركيز في الأداء
٣,٦	٠,٨٣٤	٦,٧٢	٠,٧٩	٢٣,٢٠	٣,٢١	١٥,٥٠	المحور الثامن: تحديد الهدف
٢,٧	٠,٨٣٨	٦,٨٣	١,٠٥	٢٢٠,٠٠	٣١,٨٩	١٥١,٥٠	الدرجة الكلية للمقياس

تج (٩, ٠,٠٥) = ٢,٢٦ يتضح من جدول (١٣) أن قيم (ت) المحسوبة تراوحت بين (٤,٣٨) و(٧,٦٠).

ولتحديد الدلالة التطبيقية للمتغير المستقل علي المتغير التابع تم حساب حجم التأثير باستخدام مربع ايتا ( $\eta^2$ ) الذي يعبر عن حجم تأثير المتغير المستقل في المتغير التابع، وتراوحت قيم ( $\eta^2$ ) بين (٠,٦٨١) و(٠,٨٦٥) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge). وتراوحت قيم (ES) بين (١,٩) و(٣,٦) وهذا يدل على حجم تأثير (ضخم Huge).



شكل (١) الفروق بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية في محاور (مقياس الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية) قيد البحث

مناقشة جدول (١٣):

\* توجد فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي في الدافعية .

يتضح من نتائج جدول (١٣) أنها قد أيدت فاعلية البرنامج الإرشادي النفسي لتحسين مستوى الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية حيث إتضحت فاعلية البرنامج الإرشادي من خلال وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين القياس القبلي والقياس البعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الدافعية حيث كان متوسط القياس القبلي في هذا المتغير ( ١٥١,٥ ) بانحراف معياري (٣١,٨٩) وبالتالي يكون متوسط مستوى الدافعية يقع في مرحلة المتوسط كما هو موضح في جدول (١١) بينما أصبح متوسط القياس البعدي لهذا المتغير بعد البرنامج والذي تعرض له اللاعبون المصابون (٢٢٠,٠٠) بانحراف معياري (١,٠٥) وبالتالي يكون متوسط مستوى الدافعية يقع في مرحلة المرتفع كما هو موضح أيضاً في جدول (١٣) وأن قيمة " ت " (٦,٨٣).

وتتفق نتائج هذه الدراسة من خلال هذا الفرض مع نتائج دراسة كلاً من أسماء إبراهيم محمد مطر "٢٠١٠" (٥) و مجاهد محمد مجاهد " ٢٠١٣ " (٧) وهاشم عبدالمرید عبدالحمید موسی " ٢٠١٧ " (١٥) حيث توصلوا من خلال دراستهم أنه يوجد فروق بين القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي للمجموعة التجريبية في متغير الدافعية كما أن البرنامج يؤثر تأثيراً إيجابياً على متغير الدافعية بأبعاده المختلفة على الرغم من إختلاف عينات التطبيق داخل دراستهم .

ويرى الباحث أن هذه الفروق بين القياسين القبلي والبعدي يدل على مدى فاعلية البرنامج الإرشادي النفسى فى تحسين مستوى الدافعية لدى مصابي المنافسات الرياضية وتمتعهم بمستوى مرتفع من الدافعية بما يتضمنه من أبعاد (الرغبة فى التفوق - مستوى الطموح - المثابرة - الاستقلالية - الثقة بالنفس -الالتزام - التركيز فى الأداء - تحديد الهدف) . أن ما أحدثه البرنامج الإرشادي النفسى من إيجاد الفروق بين القياسين إلى أن البرنامج كان يحتوى على عدد من الجلسات الإرشادية والتي تعرض لها اللاعب المصاب حيث كانت عبارة عن جلسات ارشادية جماعية استخدم فيها الباحث مجموعة مختلفة من الفنيات والأساليب الارشادية والتي منها لعب الدور والنمذجة والتنفيس الانفعالى وأسلوب حل المشكلة والتعزيز الإيجابى وغيرها من الفنيات التى جعلت اللاعبين المصابين لديهم رغبة فى التفوق وان يكون لدى اللاعب طموح يسعى للوصول إليه وأن علي قدر من المثابرة والتحمل ومواصلة العمل وعلي درجة عالية من الإستقلالية وكذلك زيادة ثقة اللاعب بنفسه مع ضرورة الإلتزام والإنضباط وزيادة التركيز وأيضاً تحديد الاهداف التي يسعى اللاعب لتحقيقها .

ويتضح مما سبق ومن خلال النتائج أن الفرض الأول للدراسة تم تحقيقه وهو وجود فروق إحصائية ذات دلالة معنوية بين القياس القبلي والقياس البعدي للمجموعة التجريبية لصالح القياس البعدي فى متغير الدافعية .

### الإستنتاجات:

فى ضوء أهداف وفروض البحث والمنهج المستخدم، وفى حدود عينة البحث وخصائصها ومن خلال التحليل الإحصائى واستناداً على النتائج التى تم التوصل إليها أمكن للباحث التوصل للاستنتاجات الآتية:

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي فى مقياس الدافعية تم حساب حجم التأثير وتراوحت قيم ( $\eta^2$ ) بين (٠,٦٨١) و(٠,٨٦٥) وهذا يدل على أن البرنامج مؤثر بدرجة عالية.
٢. توجد فروق دالة إحصائياً بين القياس القبلي والبعدي فى مقياس الدافعية حيث بلغت نسبة التحسن ٤٥,٢١% ويرجع نسبة التحسن إلى تطبيق البرنامج الإرشادى النفسى وهذا يدل أن البرنامج فعال ويحقق المطلوب منه بجودة عالية.

٣. إمكانية التوصل إلى مقياس نوعى للدافعية يتضمن ثمانى محاور أساسية هما :

- الرغبة في التفوق (٧ عبارة) .
- مستوى الطموح (٨ عبارة) .
- المثابرة (٦ عبارة) .
- الإستقلالية (٨ عبارة) .
- الثقة بالنفس (٧ عبارة) .
- الإلتزام (٧ عبارة) .
- التركيز في الأداء (٨ عبارة) .
- تحديد الهدف (٦ عبارة) .

#### التوصيات:

فى ضوء ماتوصل إليه البحث الحالي من نتائج تم التوصل إلى مجموعة من التوصيات يمكن إيجازها فيما يلى:

١. الاهتمام بتطبيق مقياس الدافعية بشكل دورى على اللاعبين المصابين .
٢. الاهتمام بتطبيق البرنامج الإرشادى النفسى المقترح لإستثارة الدافعية على جميع المصابين .
٣. الاستعانة بإدخال البرنامج الإرشادى النفسى المقترح لإستثارة الدافعية والبرامج الارشادية المشابهة ضمن برامج وخطط النشاط الرياضى بالأندية الرياضية مع ضمان استمرارية أداء هذه البرامج وليس لفترة وتنتهى .
٤. تدعيم الدافعية لدى المصابين من خلال إقامة الدورات التدريبية والارشادية السنوية يركز محتواها على إستثارة الدافعية والتى أسفرت الدراسة الحالية على أنه يمكن إستثارتها وتحسينها وتنميتها.
٥. تعاون المدربين والمسؤولين الرياضيين مع الباحثين عند إجراء البحوث العلمية لإمكانية الحصول على نتائج يمكن الإستفادة منها .
٦. الإهتمام بإنشاء مراكز للإرشاد النفسى داخل الأندية الرياضية ، نظرا للحاجة الماسه للاعبين بوجه عام واللاعبين المصابين بوجه خاص الى التوجيه والارشاد النفسى .
٧. السعى إلى التكاملية فى الأجهزة الفنية بوجود الإخصائى النفسى الرياضى وبرامج التوجيه والإرشاد النفسى لإكساب اللاعبين والمدربين المهارات النفسية نظراً لدورها الهام .

## المراجع:

١. ابراهيم عبد ربه خليفة ٢٠٠٦: "التأهيل النفسى للاعب المصاب" الجمعية المصرية للعلم النفسى الرياضى، المجلد الثالث، القاهرة..
٢. أحمد محمد على قطب ٢٠١١: "تأثير برنامج تدريبي نفسي وفقا لنمط الايقاع الحيوى لتطوير المهارات النفسية ومستوى الاداء الهجومي لدى كلية التربية الرياضية، جامعه بنها.
٣. اسامه رياض ٢٠٠٢: "الطب الرياضى واصابات الملاعب" دار الفكر العربى، القاهرة.
٤. أسامه رياض، إمام حسن محمد النجمى ١٩٩٩: "الطب الرياضى والعلاج الطبيعى" ط ١ مركز الكتاب للنشر، القاهرة
٥. أسماء ابراهيم محمد مطر ٢٠١٠: "فاعلية برنامج ارشادى لتنمية دافعية الانجاز لدى المتأخرين دراسيا" رسالة ماجستير كلية التربية جامعه بنها.
٦. بورنان شريف مصطفى ٢٠١١: "قلق المنافسة الرياضية وعلاقته بدافعية الانجاز الرياضى لدى لاعب الرياضات الجماعية فى الجزائر، الاتحادية للدراسات الاجتماعية والانسانية العدد ٧-٢٠١١ م
٧. مجاهد محمد مجاهد ٢٠١٣: "فاعلية برنامج تدريبى للتحكم الذاتى وبرنامج لدافعية الانجاز فى تحقيق الاحتراف النفسى لدى معلمى ذوى الاحتياجات الخاصة بين الجنسين، رسالة دكتوراه، كلية التربية جامعه كفر الشيخ ٢٠١٣.
٨. محمد حسن علاوي ١٩٩٨: "مدخل فى علم النفس الرياضى مركز الكتاب للنشر، القاهرة
٩. محمد حسن علاوي ٢٠١٢: "علم نفس الرياضة والممارسة البدنية" مطبعة المدنى، القاهرة.
١٠. محمد على عبد العزيز ٢٠١٠م: "فاعلية برنامج نفسي للتأهيل من اصابات مفصل الركبة للاعبى كرة القدم" رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعه حلوان.
١١. محمد على عبد المعبود (٢٠٠٠م): دراسة بعنوان "الإصابات الرياضية لدى ناشئى كرة اليد أسبابها وطرق الوقاية منها" ماجستير كلية التربية الرياضية، جامعه حلوان.
١٢. ممدوح محمد الدسوقي (٢٠٠٤ م) : العلاقة بين ممارسة خدمة الفرد الجماعية وزيادة الدافعية لدى الطلاب منخفض التحصيل الدراسي، المؤتمر العلمي السابع عشر، كلية الخدمة الإجتماعية، جامعه حلوان.
١٣. مني مختار المرسي عبد العزيز ١٩٩٩م: "بناء مقياس دافعية الانجاز لدى الناشئين الرياضيين" دراسة تحليلية ومقارنة، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية جامعه حلوان.



١٤. ناصر السيد ابراهيم ٢٠٠٤ م: "الدوافع المرتبطة بممارسة كرة القدم لدى الصم والبكم المسجلين بالاتحاد المصرى لرياضات المعاقين" رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية جامعته الزقازيق .
١٥. هاشم عبد المريد عبد الحميد موسى ٢٠١٧ م : "فاعلية برنامج تكافئى لتحسين جودة الحياه على مواجهه الضغوط النفسيه وزيادة الدافعية للانجاز الرياضى لدى حكام كرة القدم" رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعته حلوان .
١٦. يوسف محمد كامل أمين ١٩٩٨ م : "أثر برنامج تأهيلي مقترح لمفصل القدم الملتوية للاعبى الكرة الطائرة" مجلة نظريات وتطبيقات ، كلية التربية الرياضية للبنين بأبو قير ، الاسكندرية .