



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أم القرى
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسات العليا / الدكتوراه

فاعلية أسلوب دحض الأفكار في النضج الإنفعالي والإعاقة النفسية للاعبين الشباب بكرة اليد

أطروحة مقدمة الى مجلس كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة
ديالى وهي جزء من متطلبات نيل درجة الدكتوراه في علوم التربية البدنية
وعلوم الرياضة

من قبل

جاسم محمد راضي

بإشراف

أ.د. ألاء زهير مصطفى

2019م

1440هـ

١- التعريف بالبحث :

١-١ المقدمة وأهمية البحث:

إنَّ التطبيق الجديد لعلم النفس الرياضي يتضمن تعزيز الأداء الفردي والجماعي بواسطة افراد او جماعات، كذلك لتحسين الحالة النفسية للفرد والفريق التي قد تعرقل الأداء بالحالة النفسية الضعيفة، وبعد علم النفس الرياضي من بين الفروع العلمية التي تحتل مكانة مرموقة في الآونة الأخيرة بين سائر علوم النفس وعلوم الرياضة المختلفة .

إن أسلوب دحض الأفكار من الأساليب السلوكية المعرفية التي تساعد على تغيير أفكار غير عقلانية وغير منطقية إلى أفكار عقلانية أو منطقية إذ تبنى عليه فلسفة واضحة وتقوم على أفكاره عقلانية من خلال الحوار والمناقشة بين المرشد والمسترشد من أجل تحقيق أهدافه، ويعد أسلوب دحض الأفكار من الفنيات المهمة التي تعد قلب نظرية الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي، والتي تعد احدى أساليبه، فهي أسلوب ارشادي تم توصيفه من قبل (Ellis&Haper) عام ١٩٩٠، إذ وجدوا ان الافكار غير منطقية وغير العقلانية هي السبب الرئيس للمشاعر والأحاسيس المزعجة.

"ويمتاز هذا الأسلوب بانه لا يأخذ الأقتناع أو دحض الأفكار على شكل الإصرار أو الرفض الدائم بل يتخطى ذلك لكي يسهل عملية النمو المعرفي حتى يصل إلى أفكار منطقية مناسبة بحيث ينوع المرشد في أساليبه بحيث تكون متناسبة مع كل موقف دون اتباع طريقة واحدة في الإرشاد" (١).

(١) باسم محمد علي: الدليل العملي في الارشاد والعلاج النفسي، ط١، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، عمان، الأردن، ص١٣٧، ٢٠١٠.

وإن "أسلوب دحض الأفكار يستخدمه المرشدون وهو يركز على الأفكار اللاعقلانية مثل الخطر من جهة ، ومن جهة أخرى يقابلها التفكير السليم المنطقي مثل الامن ، إذ يتطلب من المرشد دحض الأفكار والمعتقدات لان واقعها ليس حقيقياً، لذلك يجب التخلص من الأفكار الخاطئة بعد التعرف على واقعها ،حيث يقتنع الشخص ان كان تفسيره خطأ في تصور الأحداث ،كذلك يلحظ أن الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي يتطلب أن يثق المرشد بالمرشد حتى يقتنع بان افكاره كانت غير منطقية ومعتقداته مبنية على أساس غير منطقي بعد أن يتحقق من ذلك يبدأ بالمرحلة التالية وهي تصحيح الأفكار الخاطئة والسلبية ويعاد تصحيح نظرتة التشاؤمية للحياة" (١).

أن مصطلح "النضج الانفعالي يتضمن مفهومين مهمين من مفاهيم علم النفس هما النضج والانفعال والأول يعني التغيرات المستمرة والمتابعة داخل الفرد خلال مراحل نموه وهو يخص العوامل الداخلية التي تؤثر في السلوك وتحديدده، أما الثاني(الانفعال) وهو يختلف حسب النظريات فالنظرية الوراثة تعزو الانفعال الى الاستعداد الوراثي الذي ينقل للفرد والنظرية الشرطية لبافلوف ترده الى أساس مادي إلى الدماغ " (١).

"ويرى بافلوف أن شخصية الفرد ترتكز على مجموعة كبيرة ومتعددة ومترابطة من المنعكسات الشرطية وان ظهور العصاب عند الانسان يعتمد بالدرجة الأساس على العوامل الوراثة والتكوينية" (٢).

تبرز أهمية البحث من خلال ما تقدم وذلك لكون النضج الإنفعالي له دور مهم في الأداء الرياضي خصوصاً للاعبين الشباب بكرة اليد لذا من الأفضل قياسه

(١) كاظم علي هادي : علم النفس السريري، كلية التربية، الجامعة المستنصرية، بغداد، ٢٠١٢، ص١٤٩.

(٢) كمال الدسوقي ؛ علم النفس ودراسة التوافق ، لبنان بيروت ، دار النهضة العربية ، ١٩٨٣.

(٢) فخري الدباغ ؛ أصول الطب النفسي، ط٣، دار النهضة للطباعة والنشر ،بيروت ، ١٩٨٣.

للاعبين الشباب لكرة اليد، إذا ما علمنا بعدم توفر أداة قياس رياضية عراقية أو عربية أو اجنبية لقياس الإعاقة النفسية ستزيد من أهمية البحث ، لذا ارتأى الباحث بناء مقياسي للإعاقة النفسية والنضج الانفعالي وإعداد برنامج ارشادي بأسلوب دحض الافكار من أجل أن يستخدم من قبل المدربين والباحثين وذوي الاختصاص لقياس هذا المفهوم لدى اللاعبين الشباب لكرة اليد،ومن ثم المساهمة في عملية النجاح الرياضي من أجل خدمة الرياضة وتطورها في عراقنا العزيز.

٢-١ مشكلة البحث:

أشارت الكثير من البحوث والدراسات النفسية الحديثة إلى إن كثير من الاخفاقات الرياضية وعدم تحقيق النتائج المطلوبة ترجع الى عوامل عدة، كالحروب والظروف التي تعرّض لها العراق وقد تركت أثرا سلبيا على النضج الإنفعالي للاعبين الشباب وعلى صحتهم النفسية، إذ ظهرت بعض السلوكيات الغريبة على هذه الفئة بالذات منها سرعة التأثر والانفعال ، وقد تكون لديهم بعض السلوكيات غير المرغوبة فيها مثل التباهي والتفاخر في مدى إلحاق الأذى وضعف الاستقرار، وضعف النضج الإنفعالي، والتي تؤثر على المراهقين في مجالات الحياة المختلفة، وان هنالك انتشاراً للحالات النفسية والانفعالية والتي تمثلت منها ضعف النضج الانفعالي بين لاعبي كرة اليد الشباب، وإنّ هذه الفئة العمرية أكثر عرضه للإصابة بها من غيرهم ، و وجد ان فقدان الخجل والتعاطف مع الآخرين كلها حالات ينتج عنها سلوكيات غير مرغوبة لصاحبها في مجالات الحياة، وفضلاً عن أن هناك ضغوطات ومواقف عدة يتعرض لها اللاعبون على صعيد الكم والنوع تولد لنا القلق والغضب والضعف في النضج الانفعالي، وفي الوقت الحاضر من ضمن الأمور التي قد يصاب بها اللاعب والتي تدخل من ضمن الاعاقات هي الإعاقة النفسية والتي زادت معدلاتها في الوقت الحاضر نظراً لزيادة أزمات وضغوط العمل والحياة وكثرة المشكلات

وتعقدتها وضعف الروابط الاجتماعية مثل الزمالة والصداقة والجيرة والقربة وضعف الروابط الاجتماعية والدينية لدى الكثير من الناس مثل الحب والاخوة والصداقة والرحمة والعدل والايثار والتسامح.

ومن خلال أطلاع الباحث على هذه المفاهيم وجدها تهتم بالسلوك والتفكير والتصرفات وتنمية المهارات النفسية وتغيير السلوك والتفكير مما يؤدي الى تغيير الاستجابة بالشكل الأمثل، وإذا ما علمنا بعدم وجود مقياس للاعاقة النفسية لقياس هذا المفهوم ومن هنا تبرز مشكلة البحث المتمثلة بعدم وجود أداة قياس للاعاقة النفسية رياضية عراقية أو عربية أو أجنبية في المجال الرياضي أو المجالات الأخرى على حد علم الباحث، لقياس هذا المفهوم وهذا المقياس لا يقل أهمية عن المقاييس الرياضية الأخرى لذا سعى الباحث لبناء مقياسين واعداد برنامجين ارشاديين بأسلوب دحض الافكار.

٣-١ أهداف البحث :-

- ١- التعرف على فاعلية أسلوب دحض الأفكار في النضج الانفعالي والاعاقة النفسية
- ٢- بناء مقياس النضج الانفعالي للاعبين الشباب بكرة اليد.
- ٣- بناء مقياس الإعاقة النفسية للاعبين الشباب بكرة اليد .
- ٤- اعداد برنامجين ارشاديين بأسلوب دحض الأفكار للنضج الانفعالي والاعاقة النفسية للاعبين الشباب بكرة اليد .

١-٤ فروض البحث :-

١. لا توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعات الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس النضج الإنفعالي و الإعاقة النفسية بأسلوب دحض الافكار .
٢. لا توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعات التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي على مقياس النضج الإنفعالي والإعاقة النفسية بأسلوب دحض الافكار .
٣. لا توجد فروق دالة احصائياً بين المجموعات التجريبية والمجموعات الضابطة في الاختبار البعدي على مقياس النضج الإنفعالي و الإعاقة النفسية بأسلوب دحض الافكار .

١-٥ مجالات البحث :-**١-٥-١ المجال البشري :**

لاعبوا المراكز الوطنية لرعاية الموهبة الرياضية الشباب بكرة اليد في العراق .

١-٥-٢ المجال الزمني :

المدة من ٢٠١٢ / ٢ / ٢٠١٨ لغاية ٢٠ / ٣ / ٢٠١٩ .

١-٥-٣ المجال المكاني :

القاعات الرياضية الداخلية التي يجري عليها اللاعبون الشباب تدريباتهم ومنافساتهم في المراكز التدريبية في العراق .

١-٦ تعريف المصطلحات:

١-٦-١ أسلوب دحض الأفكار :

"هي فنية معرفية cognitive technique يستعملها المرشد العقلاني الانفعالي السلوكي، لدحض الأفكار اللاعقلانية عند المسترشد من خلال المناقشة والحوار بين المرشد والمسترشد، لحثه على التخلي عن هذه المعتقدات" (١).

١-٦-٢ النضج الإنفعالي :

"هو التحول في وسائل التغيير الانفعالية العقلية الى وسائل الكبار العقلية والتي تنتم بالنضج والواقعية" (٢).

"هو السلوك الدال على قدرة اللاعب على ضبط الانفعال والتعبير عنه بصورة ناضجة ومنتزعة بعيداً عن السلوك الطفولي والذي يتسم بالتهور والاندفاع" (٣).

١-٦-٣ الإعاقة النفسية :

"هي تلك الصفات البغيضة التي لدى الانسان مثل الحسد والغيرة والحقد والانانية والضمير الميت واعداء النجاح والتفوق" (٤).

(١) منى محمد صالح العامري؛ دراسة فعالية الإرشاد النفسي العقلاني الانفعالي والعلاج المتمركز على العميل في علاج بعض حالات الإدمان بين طلاب دولة الإمارات العربية المتحدة، أطروحة دكتوراه، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، ص ٢٦، ٢٠٠٤.

(٢) كمال الدسوقي؛ علم النفس ودراسة التوافق، لبنان بيروت، دار النهضة العربية، ص ٣١٧، ١٩٨٣.

(٣) محمد غالي واخرون؛ اضطرابات البعد الانفعالي لعمال النقل العام، مصر، القاهرة، مطبعة المليونى، ١٩٧١.

(٤) مدحت ابو النصر؛ الإعاقة النفسية، ط٢، مصر، القاهرة، مجموعة النيل العربية للنشر، ٢٠٠٥، ص ١٣٨.

ملخص الاطروحة باللغة العربية

فاعلية أسلوب دحض الأفكار في النضج الإنفعالي والإعاقة النفسية للاعبين
الشباب بكرة اليد

إشراف
أ.د. ألاء زهير مصطفى

الباحث
جاسم محمد راضي

إن علم النفس الرياضي فرع من فروع علم النفس العام يدرس الرياضة بصفقتها ظاهرة اجتماعية نفسية إذ إن علاقة علم النفس الرياضي والطرائق المتبعة بالتربية البدنية علاقة متبادلة فالرياضة ليست ظاهرة إجتماعية أو نفسية وحسب بل هي جوانب ومظاهر وتقاليد متعددة تسهم في تطوير وتوسيع علم النفس الرياضي، وتبرز أهمية البحث لكون النضج الانفعالي له دور مهم في الأداء الرياضي مما دعى الباحث لبناء مقياس للنضج الانفعالي، وإذا ما علمنا بعدم توفر أداة قياس رياضية عراقية أو عربية لقياس الإعاقة النفسية وبناء مقياس لها ستزيد من أهمية البحث، وتتلخص مشكلة البحث بأن كثير من الإخفاقات الرياضية وعدم تحقيق النتائج المطلوبة ترجع الى عوامل عديدة، كالحروب والظروف التي تعرّض لها العراق وقد تركت أثراً سلبياً على النضج الانفعالي للاعبين الشباب، ومن ضمن الأمور التي قد يصاب بها اللاعب هي الإعاقة النفسية والتي زادت معدلاتها في الوقت الحاضر نظراً لزيادة أزمات وضغوط العمل والحياة، وهدف البحث التعرف على اثر أسلوب دحض الأفكار في النضج الانفعالي والاعاقة النفسية وبناء مقياسي النضج الانفعالي والاعاقة النفسية، واستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمته طبيعة المشكلة، إذ توصل