

# الفصل الثاني

## تحليل و مناقشة النتائج

## تمهيد:

كل بحث يبدأ بمشكلة، ثم جمع المعلومات النظرية لتحليل البيانات وأخيراً ترجمة أو مناقشة النتائج التي تم الحصول عليها من خلال الدراسة الميدانية. إن هذه العملية هي التي تقود أي باحث في أي تخصص كان إلى تحقيق أهداف البحث التي تم تسطيرها مسبقاً، وبالتالي استخلاص النتائج ووضع النظريات العلمية، ونحن في هذا الفصل سنعمل على عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي يمكننا الوصول إليها من خلال استعمالنا لاستمارة الاستبيان.

— السؤال الأول :

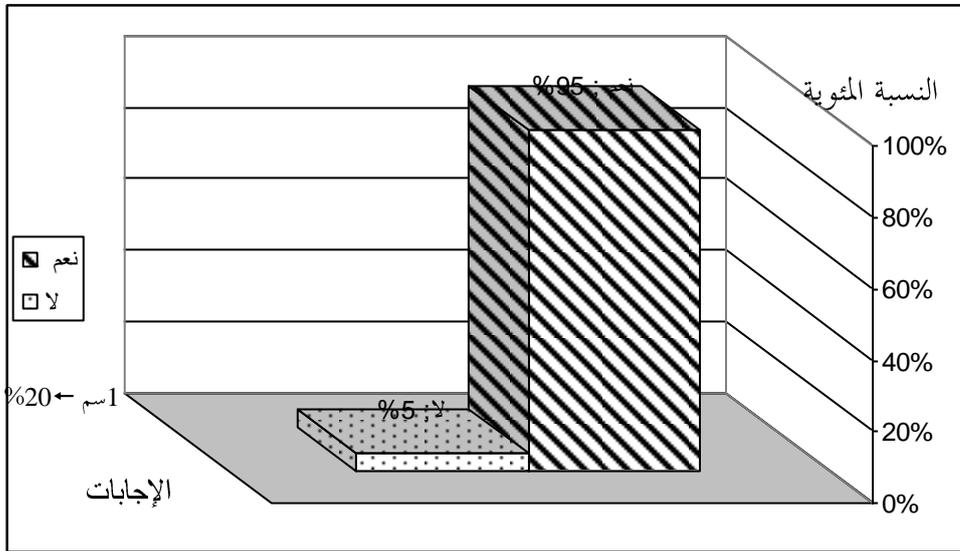
هل تتدرب بجدية لكي تصبح أفضل لاعب في رياضتك ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة إمكانية التدريب بجدية لي يصبح اللاعب أفضل في رياضته .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	57	95%
لا	03	5%
المجموع	60	100%

جدول رقم 01 : جدول يوضح أهمية التدريب بجدية لكي يصبح اللاعب أفضل في رياضة .



أعمدة بيانية رقم 01 توضح معرفة أهمية التدريب بجدية لكي يصبح اللاعب في رياضته.

تحليل مناقشة النتائج :

إن خلال الجدول نلاحظ أن أغلبية اللاعبين أجابوا بنعم ، أي نسبة قدرت بـ : 95% وهذا يعني أنهم يتدربون بجدية لكي يصبحوا أفضل اللاعبين في رياضتهم أما نسبة 5% من اللاعبين يرون أن التدريب بجدية ليس هو السبيل للوصول إلى أعلى وأفضل المستويات .

ومنه نستنتج أن التدريب بجدية من أفضل السبل للوصول للاعب إلى أعلى المستويات في رياضته.

هنا يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى و المتعلقة بـ : أن التدريب النفسي له دور في تحقيق سمة الحاجة إلى الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال الثاني :

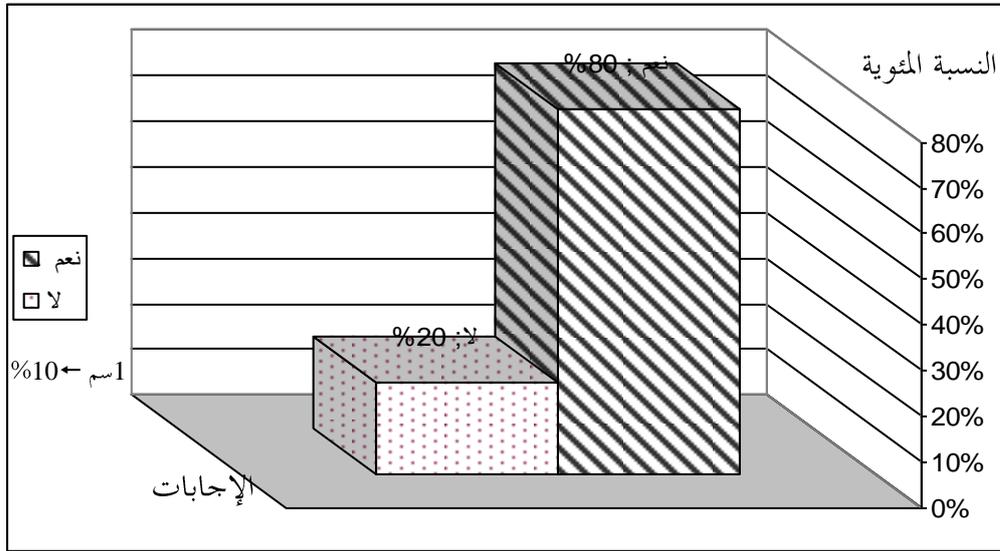
هل مستواك أفضل في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة إذا ما كان مستوى اللاعبين أفضل في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
80%	48	نعم
20%	12	لا
100%	60	المجموع

جدول رقم 02 : جدول يوضح أفضلية مستوى اللاعبين في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة



أعمدة بيانية رقم 02 توضح أفضلية مستوى اللاعبين في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة.

تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 80% من اللاعبين يرون أن مستواهم أفضل في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة بينما يرى بقية اللاعبين والمقدرة نسبتهم بـ 20% أن مستواهم ليس أفضل في المنافسات القوية على ما هو عليه في المنافسات السهلة .

ومنه نستنتج أن مستوى اللاعبين يكون أفضل في المنافسات القوية ويرجع ذلك إلى عدة أسباب منها نوعية المنافسة ودرجة استعداد اللاعبين لها والحاجة إلى الفوز .

وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة الحاجة للإنجاز لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال الثالث :

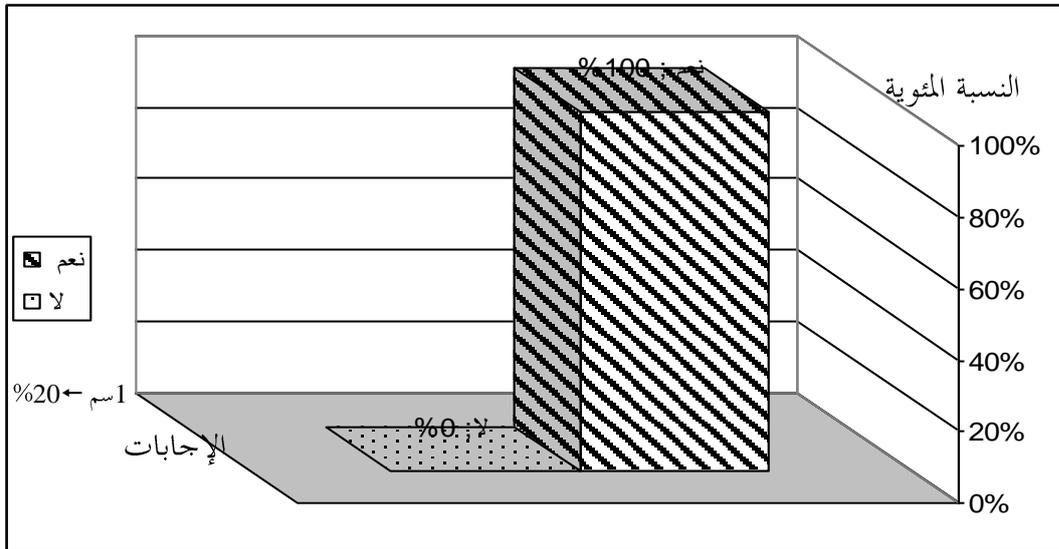
هل تبذل قصارى جهدك في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات في الرياضة؟

الغرض من السؤال :

معرفة إذا كان اللاعبون يبذلون قصارى جهدهم في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات في الرياضة.

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	60	100%
لا	00	100%
المجموع	60	100%

جدول رقم 03: جدول يوضح أهمية الجهد المبذول في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات .



أعمدة بيانية رقم 03 توضح أهمية الجهد المبذول في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية.

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن كل اللاعبين أجابوا بنعم بنسبة 100% وهذا يعني أنهم يبذلون قصارى جهدهم في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات في الرياضة .

ومنه نستنتج أنه كلما كان الجهد المبذول أكبر من طرف اللاعبين كلما استطاع اللاعبون الوصول إلى أهدافهم والمتمثلة في الوصول إلى أعلى المستويات في رياضتهم .

ومن خلال ذلك يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة الحاجة للإنجاز لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت.

— السؤال الرابع :

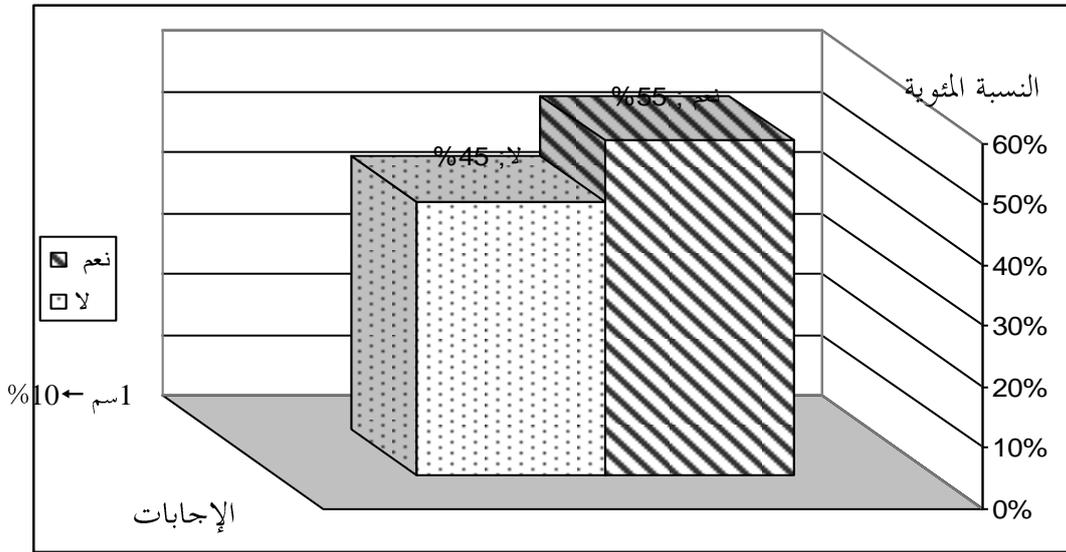
هل التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
55%	33	نعم
45%	27	لا
100%	60	المجموع

جدول رقم 04 : جدول يوضح أهمية التدريب الشاق في الوصول للتفوق الرياضي.



أعمدة بيانية رقم 04 توضح أهمية التدريب الشاق في الوصول للتفوق الرياضي.

تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن نسبة 55% من اللاعبين أجابوا بنعم، بمعنى أنهم يرون أن التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي، بينما ترى نسبة 45% من اللاعبين أن التدريب الشاق لفترات طويلة ليس هو السبيل للتفوق الرياضي.

ومنه نستنتج أن طول فترة التدريب و كثافته يمكن اللاعبين من زيادة رصيدهم المهاري وتحسين قدراتهم البدنية والنفسية والعقلية وبالتالي خوضهم لأي منافسة مهما كان حجمها والوصول من خلالها إلى هدف واحد ووحيد وهو التفوق والنجاح على المستوى الرياضي.

وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى والمتمثلة في: أن التدريب النفسي دور في تحقيق سمة الحاجة إلى الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت.

— السؤال الخامس:

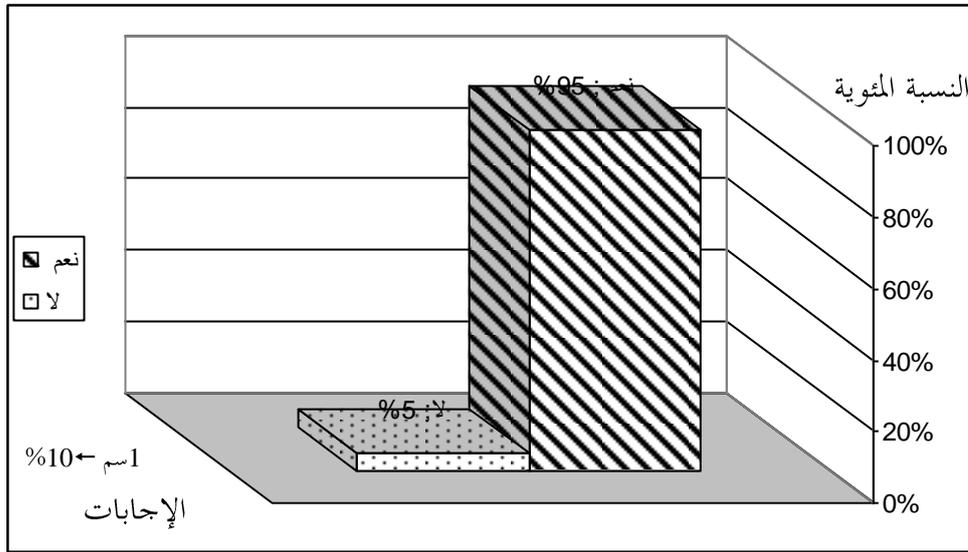
هل من طبيعتك أن تواجه تحدي المنافس؟

— الغرض من السؤال:

معرفة ما إذا كان من طبيعة اللاعبين مواجهة تحدي المنافس.

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
95%	57	نعم
5%	03	لا
100%	60	المجموع

جدول رقم 05: جدول يوضح طبيعة اللاعبين في مواجهة تحدي المنافس.



أعمدة بيانية رقم 05 توضح طبيعة اللاعبين في مواجهة تحدي المنافس.

تحليل ومناقشة النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم اللاعبين أجابوا بنعم بنسبة 95%. بمعنى أن أغلبهم يواجهون تحدي المنافس ، بينما نسبة 5% من اللاعبين والذين أجابوا بلا يرون العكس وانه ليس من طبيعتهم مواجهة تحدي المنافس .

ومنه نستنتج أن مواجهة تحدي المنافس من طرف اللاعبين أمر ضروري لما يزيده من ذلك من اللعب بأكثر كفاءة وتحسين مهاراتهم وزيادة الإصرار والرغبة في الفوز واثبات وجودهم .

وعلى ذلك يمكن القول أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة الحاجة للانجاز لدى لاعبي كرة القدم .

— السؤال السادس :

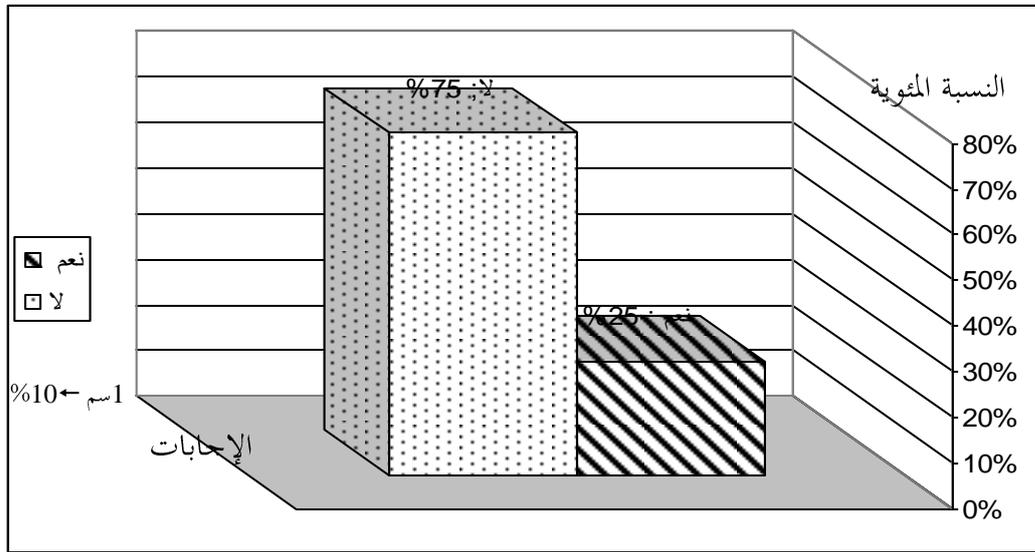
هل يبدو لك في بعض المنافسات أنك لا تتنافس بصورة جدية ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون يبدو لهم أنهم لا يتنافسون بصورة جدية في بعض المنافسات .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	15	%25
لا	45	%75
المجموع	60	%100

جدول رقم 06 : جدول يوضح مستوى تنافس اللاعبين في بعض المنافسات .



أعمدة بيانية رقم 06 توضح جدية تنافس اللاعبين في بعض المنافسات

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من اللاعبين أجابوا بلا وهذا يعني أنهم لا يبدو لهم أنهم لا يتنافسون بصورة جدية في بعض المنافسات بينما نسبة 25% من اللاعبين أجابوا بنعم فهم يرون أنهم لا يتنافسون بصورة جدية في بعض المنافسات .

وعليه نستنتج أن التنافس بصورة جدية يكون في أغلب المنافسات مهما كان نوعها وحجمها وذلك من أجل الظفر بالنتائج النهائية للمنافسات ، بالإضافة إلى إثبات اللاعبين لوجودهم .

ومنه يمكننا القول أن الفرضية الجزئية الأولى قد تحققت والمتمثلة في : أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة الحاجة إلى الانجاز لدى لاعبي كرة القدم .

— السؤال السابع :

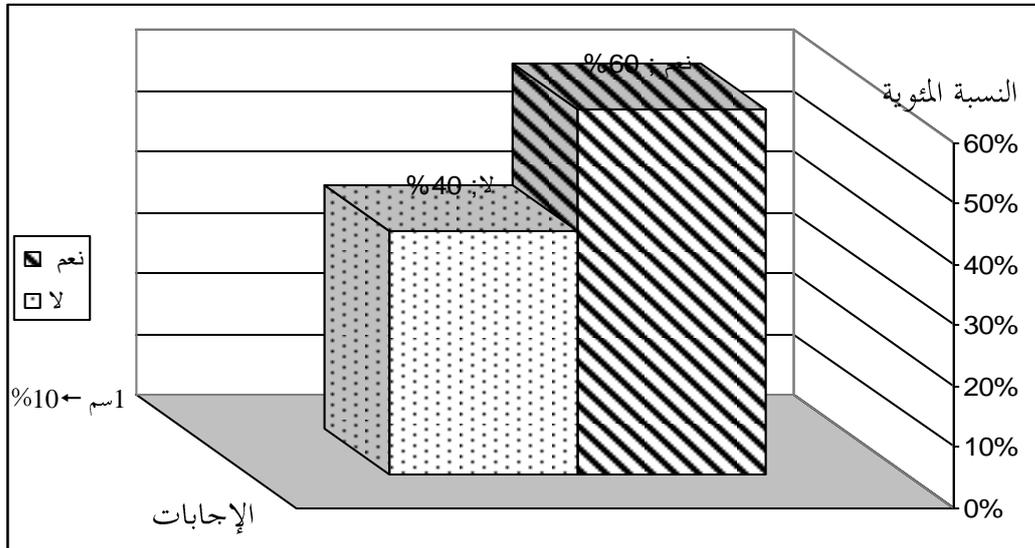
هل أثناء المنافسة عندما تنفعل بسبب ما تستطيع أن تهدأ بسرعة واضحة ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون يستطيعون أن يهدؤوا بسرعة واضحة إذا انفعلوا بسبب ما .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
60%	36	نعم
40%	24	لا
100%	60	المجموع

جدول رقم 07 : جدول يوضح درجة استطاعة اللاعب في العودة بسرعة إلى الهدوء عند الانفعال أثناء المنافسة



أعمدة بيانية رقم 07 توضح درجة استطاعة اللاعب في العودة بسرعة إلى الهدوء عند الانفعال أثناء المنافسة

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن نسبة 60% من اللاعبين أجابوا بنعم وهذا يعني أنهم يرون بأنهم يستطيعون الهدوء بسرعة واضحة عندما ينفعلون أثناء المنافسة بسبب ما ، بين يرى اللاعبون الذين أجابوا بلا والمقدرة نسبتهم بـ 40% أنهم لا يمكنهم العودة بسرعة إلى الهدوء أثناء المنافسة إذا ما انفعلوا لسبب ما . ومن هنا نستنتج أن التحكم في الأعصاب وضبط النفس أثناء المنافسة له دور كبير الفصل في النتائج كثير من المباريات .

وهذا ما يحقق الفرضية الجزئية الثانية والمتمثلة في : أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة ضبط النفس لدى

لاعبي كرة القدم .

— السؤال الثامن :

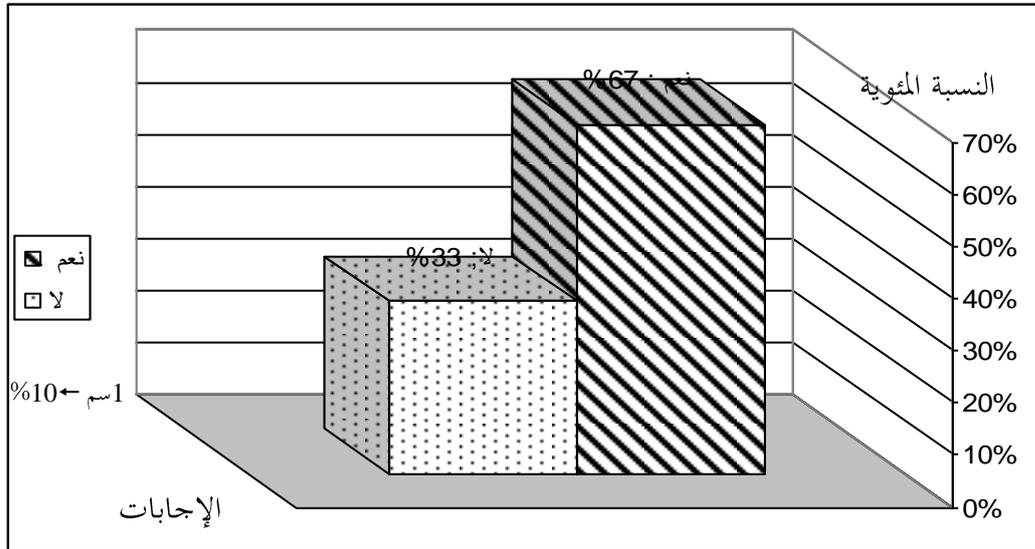
هل عندما تسوء الأمور في المنافسة تستطيع أن تتحكم في انفعالاتك بدرجة كبيرة ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة إذا ما كان باستطاعة اللاعبين التحكم في انفعالهم بدرجة كبيرة عندما تسوء الأمور في المنافسة .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	40	67%
لا	20	33%
المجموع	60	100%

جدول رقم 08 : جدول يوضح درجة تحكم اللاعبين في انفعالهم عندما تسوء الأمور في المنافسة



أعمدة بيانية رقم 08 توضح درجة تحكم اللاعبين في انفعالهم عندما تسوء الأمور في المنافسة

تحليل ومناقشة النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 67% من اللاعبين أجابوا بنعم وهذا يعني أنهم يرون أنه

باستطاعتهم التحكم في انفعالهم بدرجة كبيرة عندما تسوء الأمور في المنافسة بينما نسبة 33% من

اللاعبين يرون عكس ذلك وهم لا يستطيعون التحكم في انفعالهم .

ومنه نستنتج أنه كلما استطاع فريق التحكم في انفعالاته كلما كان الأقرب للفوز والنجاح في المنافسة

وبالتالي يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية والمتمثلة في : أن للتدريب النفسي دور في تحقيق ضبط

النفس لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال التاسع :

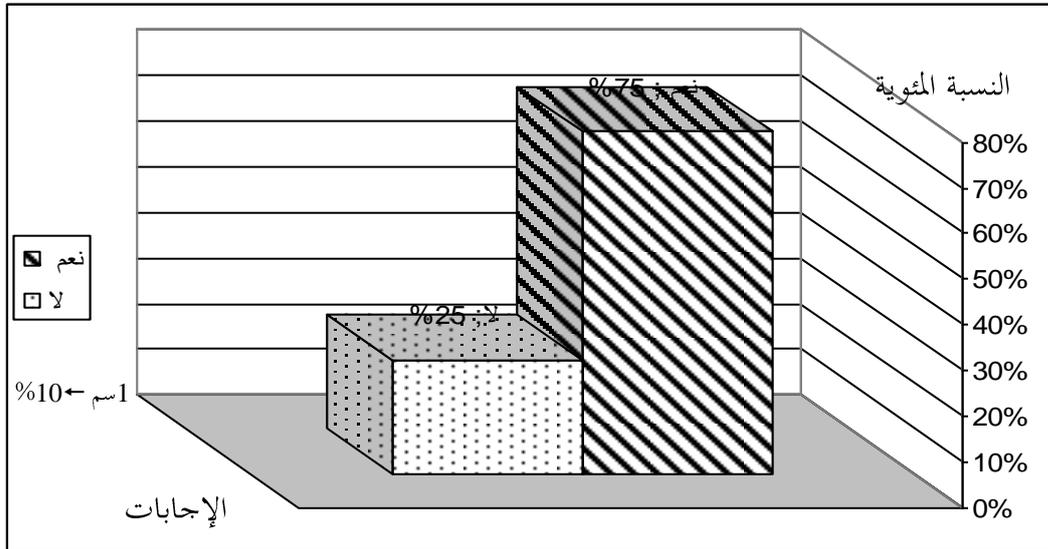
هل عندما ترتكب بعض الأخطاء في بداية المنافسة لا يؤثر ذلك على أدائك ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان ارتكاب بعض الأخطاء في بداية المنافسة لا يؤثر ذلك على أداء اللاعبين .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	45	75%
لا	15	25%
المجموع	60	100%

جدول رقم 09 : جدول يوضح درجة تأثير الأخطاء في بداية المنافسة على أداء اللاعبين .



أعمدة بيانية رقم 09 توضح درجة تأثير الأخطاء في بداية المنافسة على أداء اللاعبين.

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن نسبة 75% من اللاعبين أجابوا بنعم وهم يرون أن ارتكابهم للأخطاء في بداية المنافسة لا يؤثر ذلك على أدائهم ، فيما ترى نسبة 25% من اللاعبين أن ذلك يؤثر على أدائهم

ومنه نستنتج أن ارتكاب بعض الأخطاء في بداية المنافسات لا يؤثر بصورة كبيرة على مستوى الأداء ، شريطة تداركها ومحاولة التخلص منها ، فتأثيرها يظهر جليا إذا ما تكررت كثيرا أثناء المنافسة .  
وعليه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت والمتمثلة في : أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة ضبط النفس لدى لاعبي كرة القدم .

— السؤال العاشر :

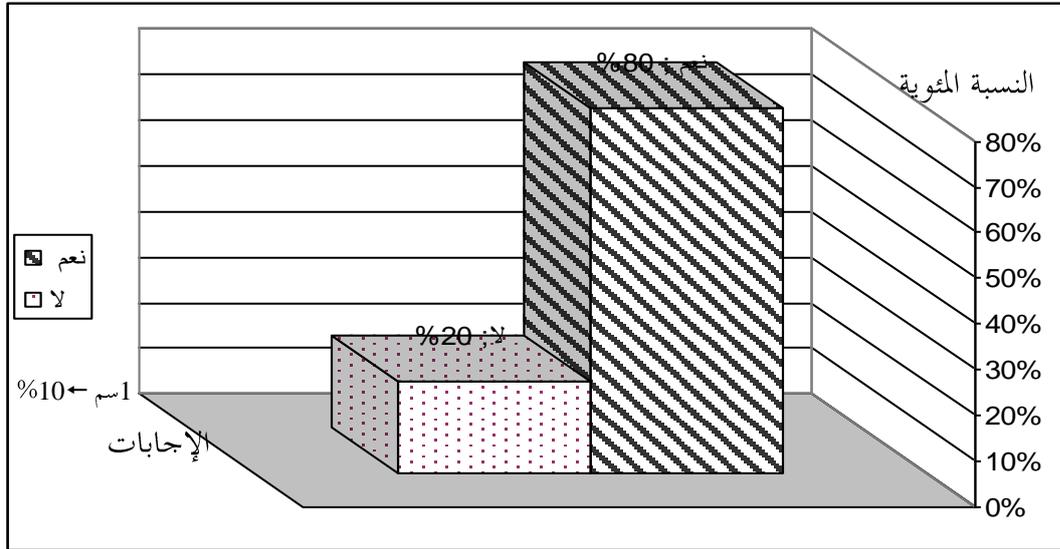
هل تفقد أعصابك بصورة نادرة أثناء المنافسة ؟

— القرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبين يفقدون أعصابهم بصورة نادرة أثناء المنافسة .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	48	80%
لا	12	20%
المجموع	60	100%

جدول رقم 10 : جدول يوضح درجة فقدان اللاعبين لأعصابهم أثناء المنافسة .



أعمدة بيانية رقم 10 توضح درجة فقدان اللاعبين لأعصابهم أثناء المنافسة.

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال هذا الجدول نلاحظ أن نسبة 80% من اللاعبين أجابوا بنعم فهم يرون أنهم يفقدون أعصابهم بصورة نادرة أثناء المنافسة ، أما 20% من اللاعبين فيرون أنهم يفقدون أعصابهم أثناء المنافسة . ومنه نستنتج أن ضبط النفس في المنافسة أمر هام وضروري خاصة في المنافسات الرسمية التي تتطلب جهدا وصبرا كبيرين .

ويمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية المتمثلة في : أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة ضبط النفس لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال الحادي عشر :

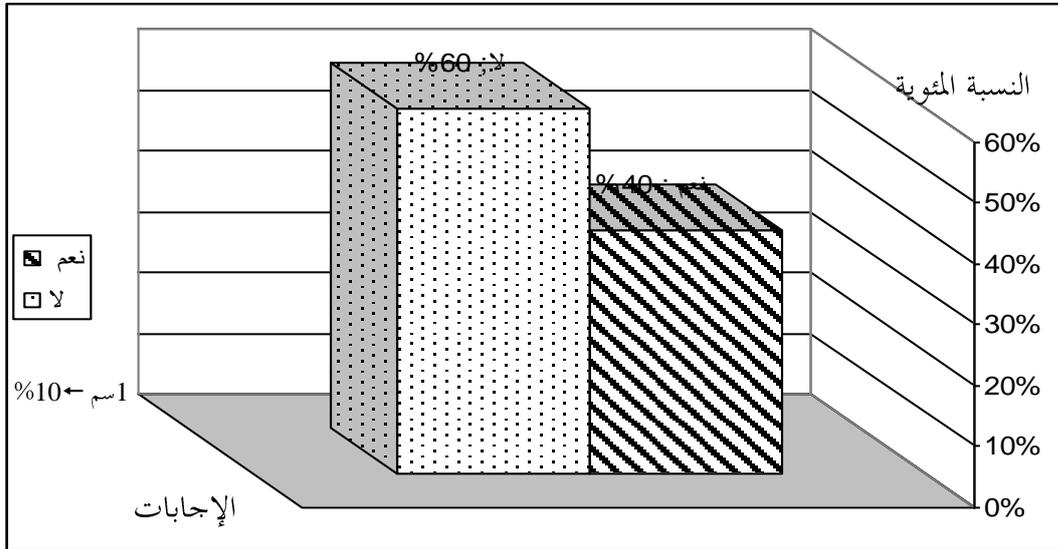
هل يعتقد بعض زملائك بأنك من اللاعبين الذين يتميزون بشدة الانفعال ؟

— الغرض من هذا السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعب يرى بأن زملائه يعتقدون أنه يتميز بشدة الانفعال

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	24	40%
لا	36	60%
المجموع	60	100%

الجدول رقم 11 : جدول يوضح اعتقاد زملاء بأنه يتميز بشدة الانفعال .



أعمدة بيانية رقم 11 توضح اعتقاد زملاء للاعب بأنه يتميز بأنه يتميز بشدة الانفعال .

تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 20% أجابوا بنعم أي أن زملائهم ينظرون إليهم أنهم شذوا

الانفعال ونسبة 60% أجابوا بـ لا أي أن زملائهم ينظرون عليهم أنهم لا يفعلون شدة .

وعليه نستنتج أن نظرة الآخرين من زملاء للاعب خاصة إذا كانت سلبية مثل أنه يتميز بشدة حيث

نقص ثقة اللاعب بنفسه وبالآخرين وبالتالي تذبذب العلاقات فيما بين اللاعبين .

ولذلك يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية والمتمثلة في أن : للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة

ضبط النفس لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال الثاني عشر :

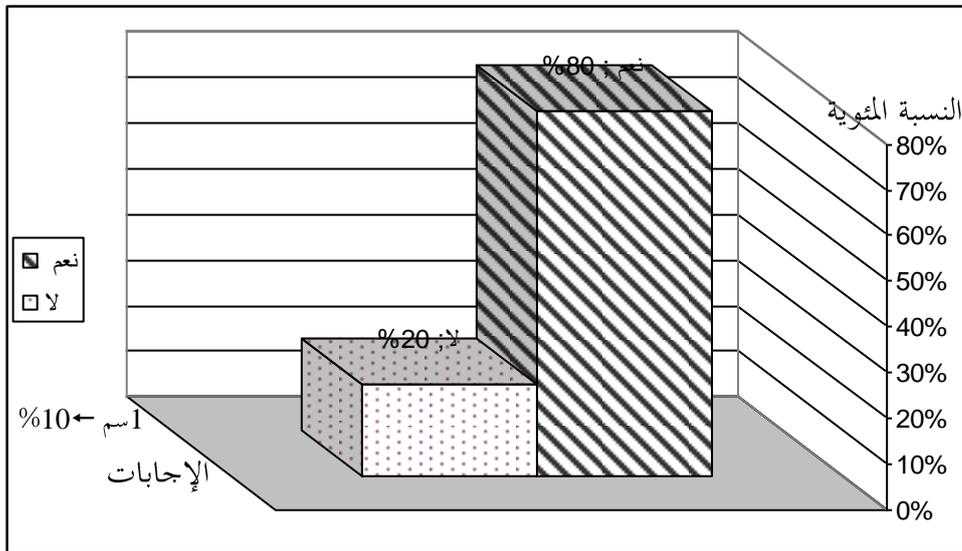
هل القلق والتوتر الذي قد تشعر به قبل المنافسة يضايقك ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان القلق والتوتر الذي قد يشعر به اللاعبون قبل المنافسة يضايقهم .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	48	80%
لا	12	20%
المجموع	60	100%

جدول رقم 12 : جدول يوضح تأثير القلق والتوتر قبل المنافسة على اللاعبين .



أعمدة بيانية رقم 12 توضح درجة تأثير القلق والتوتر قبل المنافسة على اللاعبين

تحليل ومناقشة النتائج :

نلاحظ من خلال الجدول أن معظم اللاعبين ونسبة 80% أجابوا بنعم منهم يرون أن القلق والتوتر الذي قد يشعرون به قبل المنافسة يضايقهم بينما يرى البقية من اللاعبين والذين تقدر نسبتهم بـ 20% أن ذلك لا يؤثر عليهم أو يضايقهم .

ومن هنا نستنتج أن الحالات النفسية والمزاجية السيئة التي قد يشعر بها اللاعبون قبل المنافسة تنعكس سلبا على مستوى أدائهم ، ويختلف هذا الانعكاس حسب درجة تأثير هذه الحالات على اللاعبين .  
وعليه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثانية قد تحققت والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة ضبط النفس لدى لاعبي كرة القدم .

– السؤال الثالث عشر:

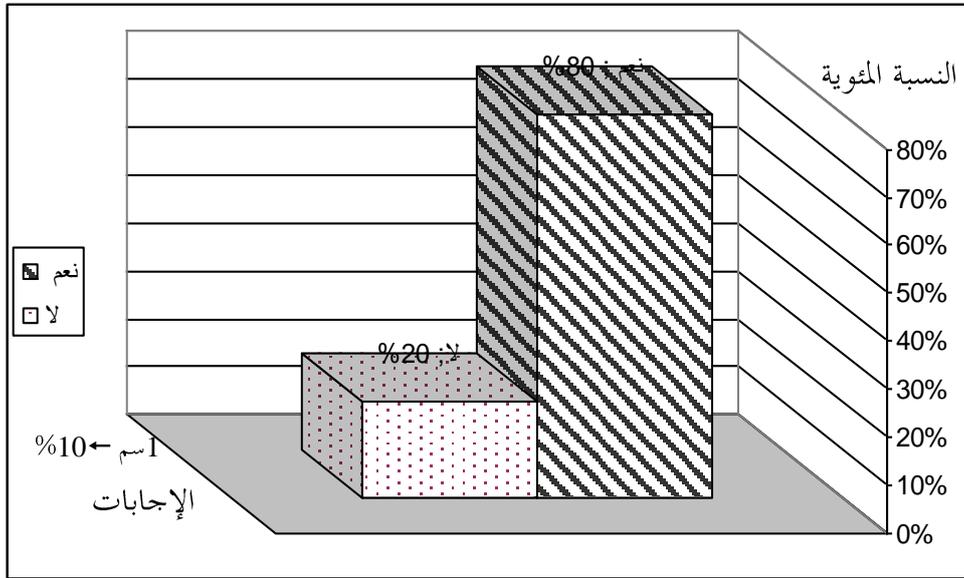
هل تنفذ بدقة كبيرة جدا كل ما يطلبه المدرب منك ؟

– الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون ينفذون بدقة كبيرة جدا كل ما يطلبه منهم المدرب .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
80%	48	نعم
20%	12	لا
100%	60	المجموع

جدول رقم 13: جدول يوضح درجة تنفيذ اللاعبين لتعليمات المدرب .



أعمدة بيانية رقم 13 توضح درجة تنفيذ اللاعبين لتعليمات المدرب .

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 80% أجابوا بنعم ، أي أنهم ينفذون بدقة كبيرة جدا ما يطلبه منهم مدربيهم هم ، ونسبة 20% أجابوا بـ: لا أي أنهم لا ينفذون بدقة كبيرة جدا كل ما يطلبه المدربون منهم. وعليه نستنتج أن تنفيذ خطط المدرب وإتباع كل ما يطلبه من اللاعبين والانضباط والتفكير بتعليماته ونصائحه ، يمكن اللاعب من تطوير مهاراته واكتساب مهارات جديدة كما يمكن للفريق الوصول إلى أهدافه وتحقيق النجاح والتفوق في المنافسات .

ومنه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثالثة والمتمثلة في أن التدريب النفسي له دور في تحقيق سمة التدريسية لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

السؤال الرابع عشر:

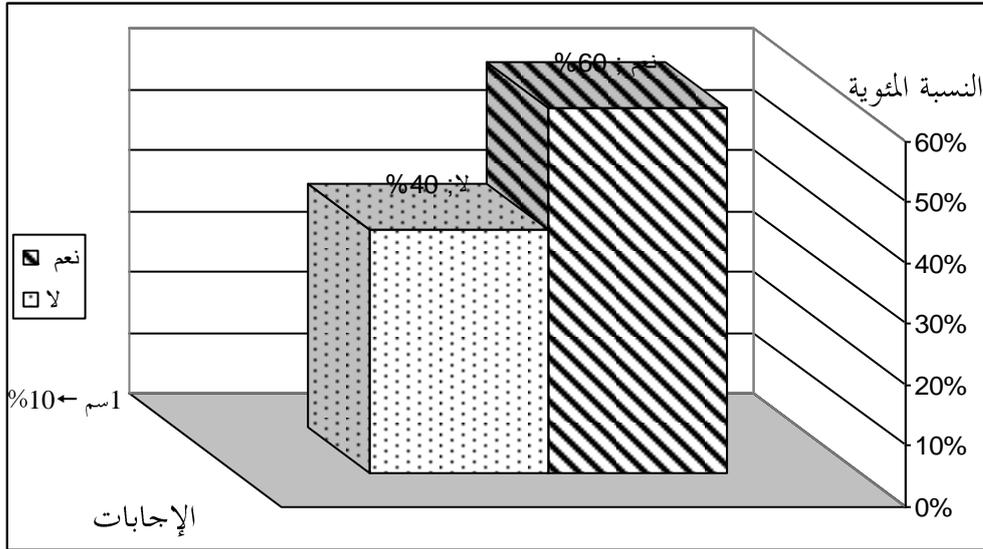
هل هبوط مستوى اللاعب هو نتيجة لأخطاء اللاعب وليس نتيجة لأخطاء المدرب ؟

الغرض من السؤال :

معرفة إذا ما كان هبوط مستوى اللاعبين هو نتيجة لأخطائهم وليست نتيجة لأخطاء المدرب ؟

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	36	60%
لا	24	40%
المجموع	60	100%

الجدول رقم 14 : جدول يوضح سبب هبوط وتدني مستوى اللاعب .



أعمدة بيانية رقم 14 توضح سبب هبوط وتدني مستوى اللاعب .

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 60% أجابوا بنعم أي أن بسبب هبوط المستوى اللاعبين هو نتيجة لأخطاء اللاعبين ونسبة 40% منهم يرون أن بسبب هبوط المستوى اللاعبين هو نتيجة لأخطاء المدربين . ومنه نستنتج أن تحمل اللاعبين مسؤولية أخطائهم وليست نتيجة لأخطاء المدرب هو دليل على روح المسؤولية التي يتمتع بها اللاعبون وهي من السمات والصفات النفسية التي يجب أن يتحلى بها اللاعب بالإضافة إلى الثقة بالنفس وروح المبادرة والشجاعة والمثابرة والتصميم إلى غير ذلك من الصفات النفسية . وعليه يمكن القول أن الفرضية الجزئية الثالثة والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة التدريبية لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال الخامس عشر :

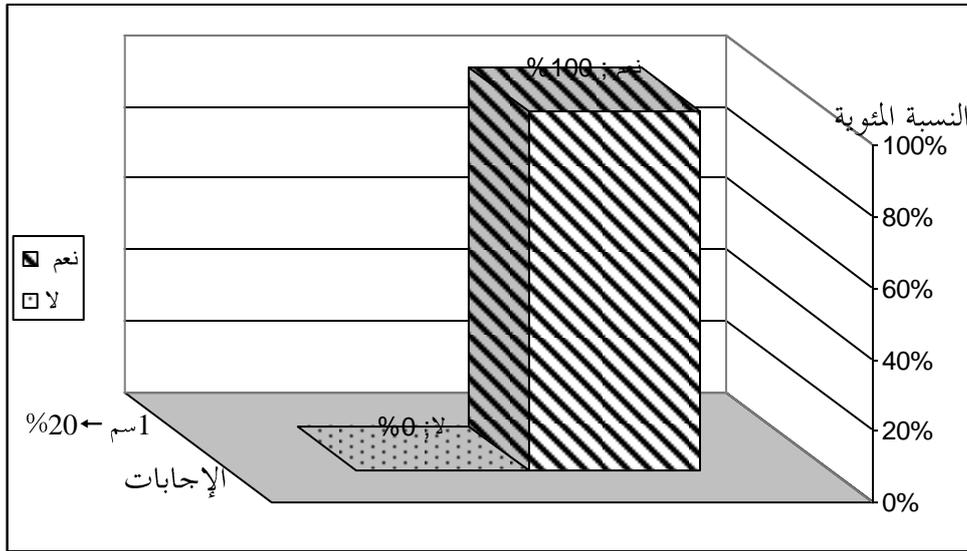
هل تحترم كل مدرب قام بتدريبك ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون يحترمون كل مدرب قام بتدريبهم .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	60	100%
لا	00	00%
المجموع	60	100%

جدول رقم 15 : جدول يوضح علاقة اللاعبين بالمدرسين الذين قاموا بتدريبهم .



أعمدة بيانية رقم 15 توضح علاقة اللاعبين بالمدرسين الذين قاموا بتدريبهم

تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن كل اللاعبين أجابوا بنعم أي بنسبة 100% .

إن جميع اللاعبين يرون بأنهم يحترمون كل من قام بتدريبهم ومنه نستنتج أن ممارسة الرياضة بشكل عام وكرة القدم بشكل خاص تكسب ممارستها بالإضافة إلى الصفات البدنية والمهارية صفات أخلاقية كاحترام الزميل والمدرّب وحتى الجمهور إلى غير ذلك من الأخلاق التي تغرسها الرياضة في اللاعبين .

— السؤال السادس عشر:

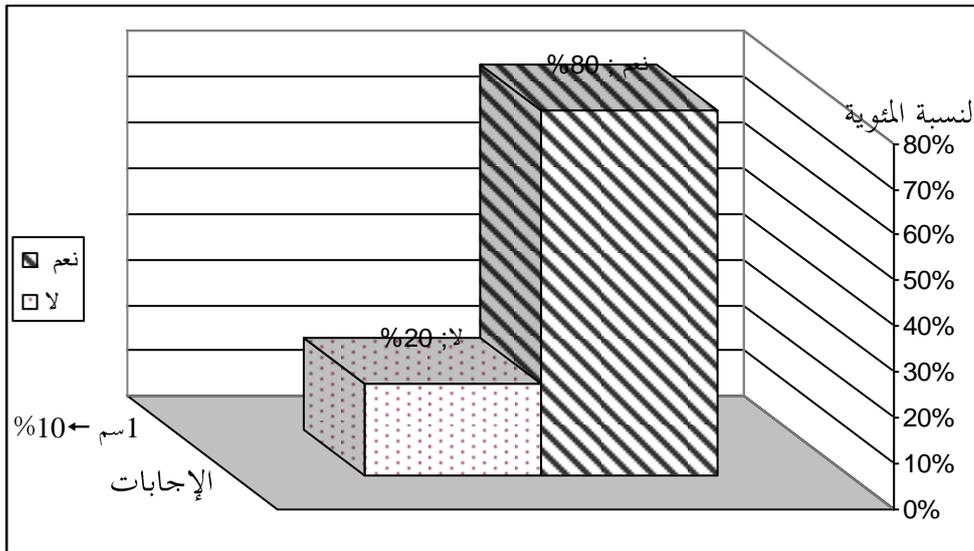
هل تستشير مدربك دائما عندما تواجه بعض المشكلات ؟

— الغرض من السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون يستشيرون مدربهم دائما عند مواجهة بعض المشكلات ؟

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	48	80%
لا	12	20%
المجموع	60	100%

الجدول رقم 16 : جدول يوضح درجة استشارة اللاعبين لمدربهم عند مواجهة بعض المشكلات .



أعمدة بيانية رقم 16 درجة استشارة اللاعبين لمدربهم عند مواجهة بعض المشكلات .

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 80% من اللاعبين يستشيرون المدربين دائما عندما توجههم بعض

المشكلات ونسبة 20% من اللاعبين لا يستشيرون مدربيهم دائما عندما تواجههم بعض المشكلات .

وبالتالي نستنتج أن المدرب يلعب دورا كبيرا في حل مشاكل اللاعبين خاصة إذا ما استشاروه في ذلك شريطة

أن يكون المدرب ملما بالنواحي النفسية للاعبين .

— السؤال السابع عشر :

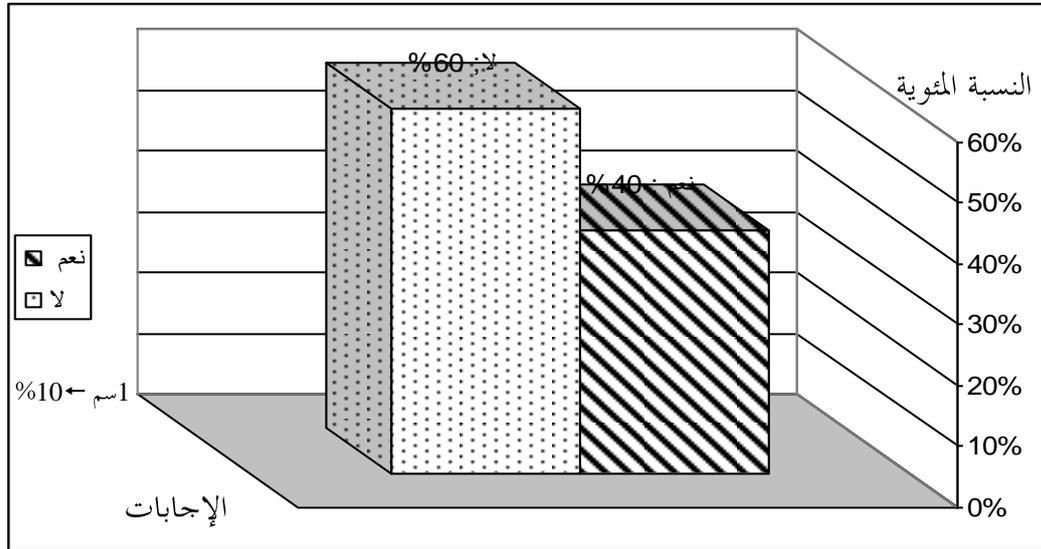
هل تشعر بأن مدربك لا يفهمك ؟

— الغرض من هذا السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون يشعرون بأن مدربهم لا يفهمهم جيدا .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	24	40%
لا	36	60%
المجموع	60	100%

الجدول رقم 17 : جدول يوضح درجة تفهم المدرب للاعبين .



أعمدة بيانية رقم 17 يوضح درجة تفهم المدرب للاعبين.

تحليل و مناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 40% أجابوا بنعم ، أي أن مدربوهم لا يفهموهم جيدا ونسبة

60% أجابوا بـ: لا أي أن مدربوهم يفهموهم جيدا .

ومنه نستنتج أن التعرف على اللاعبين وتفهمهم أمر ضروري بالنسبة للمدرب لكي يستطيع بذلك

التقرب إليهم ومحاولة التعرف على مشكلاتهم وحلها إن وجدت.

وعليه فإن الفرضية الجزئية الثالثة والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة التدريبية لدى

لاعي كرة القدم قد تحققت .

— السؤال الثامن عشر :

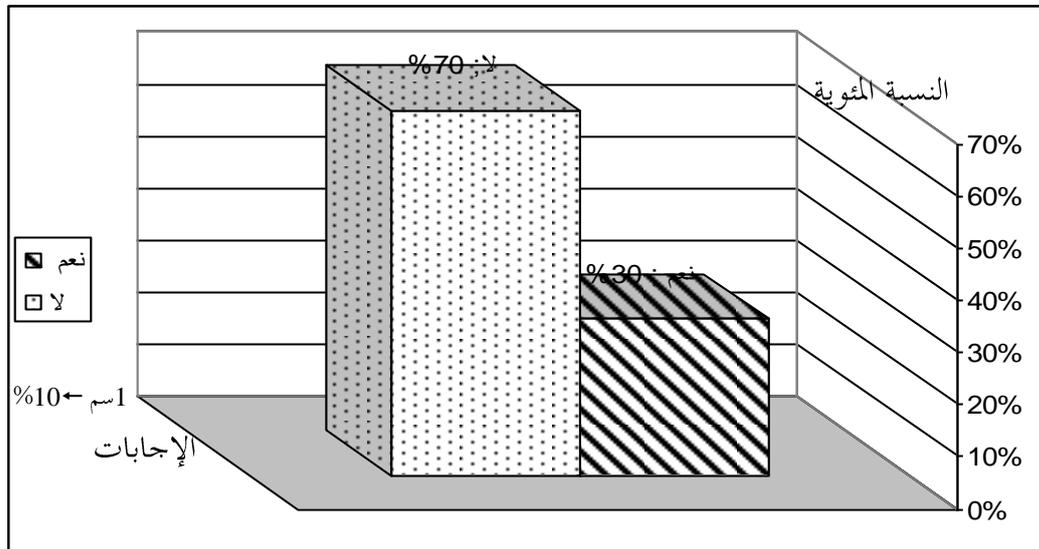
هل إذا لم يشركك المدرب كأساسي في المنافسة تعتقد أنه يتخذ منك موقفا ؟

— الغرض من هذا السؤال :

معرفة ما إذا كان اللاعبون يعتقدون بأن مدرّبهم يتخذ منهم موقفا اذا لم يشركهم كأساسيين في المنافسة .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
نعم	18	30%
لا	42	70%
المجموع	60	100%

جدول رقم 18 : جدول يوضح نظرة اللاعب للمدرب عند عدم إشراكه كلاعب أساسي في المنافسة .



أعمدة بيانية رقم 18 توضح نظرة اللاعب للمدرب عند عدم إشراكه كلاعب أساسي في المنافسة

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 30% أجابوا بنعم أي أن المدرب إذا لم يشركه في المنافسة كلاعب أساسي ، أنه بذلك يتخذ منه موقفا ، بينما نسبة 70% أجابوا بـ لا أي أن مدرّبهم إذا لم يشركه في المنافسة كلاعب أساسي فهذا لا يعني أنه يتخذ منه موقفا .

ومنه نستنتج أن احترام قرارات المدرب من الأساسيات الواجب توفرها في الفريق الرياضي فالمدرب يتخذ بعض القرارات قد تكون ضد رغبة اللاعب لكن ظروف المنافسة هي التي تفرض ذلك كنوع الخطط واللاعبين المناسبين لتنفيذها وفق حجم ونوع المنافسة .

— السؤال التاسع عشر:

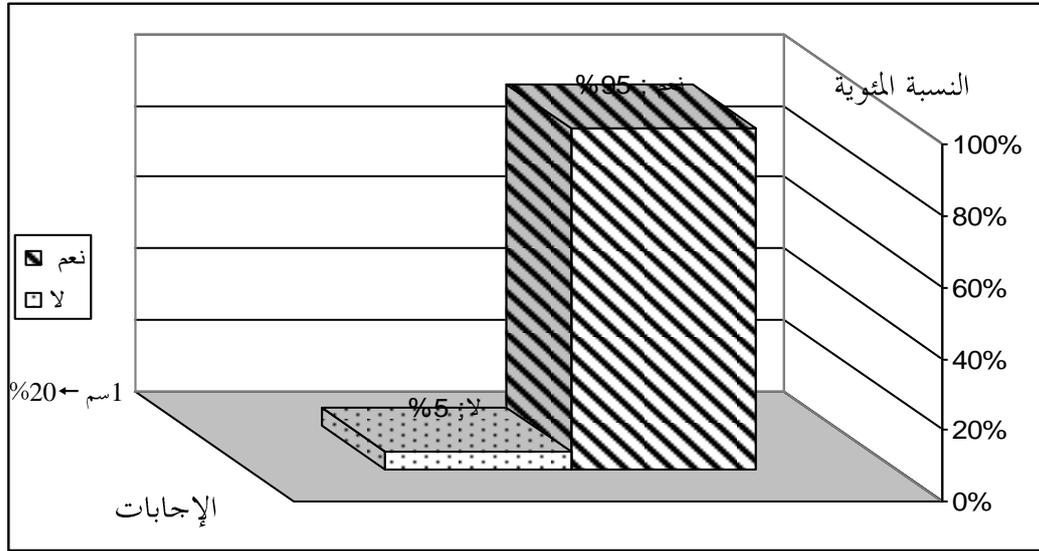
هل علاقتك بمدرّبك حسنة ؟

— الغرض من السؤال:

معرفة ما إذا كانت علاقة اللاعبين بمدرّبهم حسنة .

النسبة المئوية	التكرارات	الإجابة
95%	57	نعم
5%	03	لا
100%	60	المجموع

جدول رقم 19: جدول يوضح علاقة اللاعب بالمدرّب.



أعمدة بيانية رقم 19 توضح علاقة اللاعب بالمدرّب.

تحليل ومناقشة النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن نسبة 95% أجابوا بنعم أي أن علاقتهم بمدرّبهم حسنة ، ونسبة 5% أجابوا بـ لا أي أن علاقتهم بمدرّبهم غير حسنة و اختلف تريرهم في ذلك فمنهم من يرى أن المدرّب لا يقحمهم كأساسيين ومنهم من يرى أن المدرّب لا يضعهم في مراكز اللعب التي يجذبونها .  
نستنتج أن الوصول إلى الاستقرار في الفريق وبالتالي النجاح والتفوق في المنافسات يشترط أن تكون العلاقات بين المدرّب واللاعبين فيما بينهم علاقات جيدة لكي يستطيع المدرّب تفهم انشغالاتهم وحل مشاكلهم والوصول بالفريق إلى نجاحات أكثر.

— السؤال العشرون :

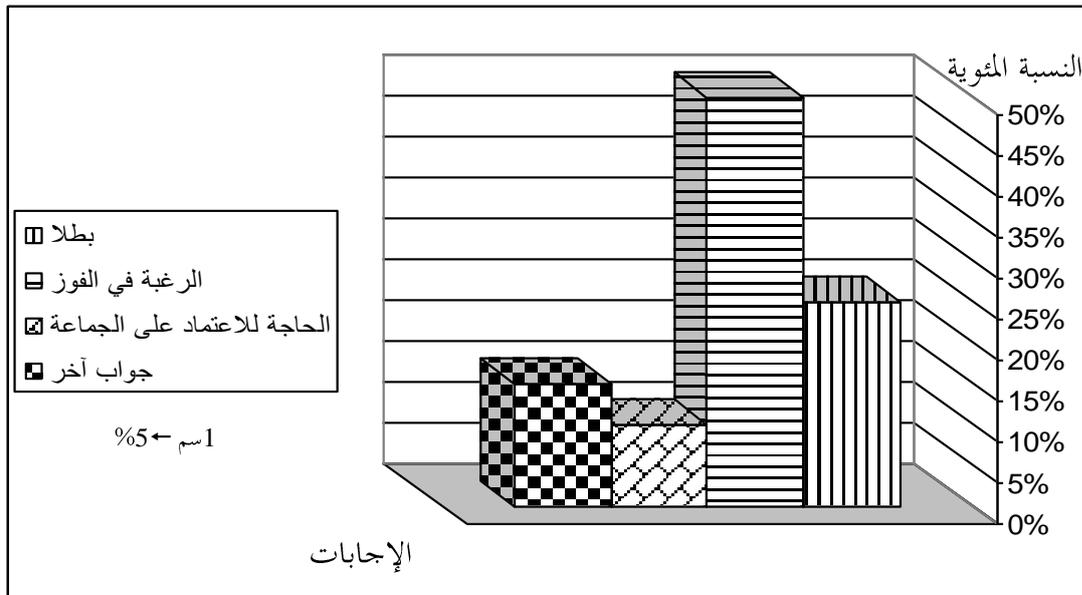
من وراء ممارستك لهذه الرياضة هل تسعى أن تكون ؟

— الغرض من السؤال:

معرفة هدف اللاعبين من وراء ممارستهم لرياضتهم .

الإجابة	التكرارات	النسبة المئوية
بطلا	15	25%
الرغبة في الفوز	30	50%
الحاجة للاعتماد على الجماعة	06	10%
جواب آخر	09	15%
المجموع	60	100%

جدول رقم 20: جدول يوضح أهداف اللاعبين من وراء ممارسة الرياضة



أعمدة بيانية رقم 20 توضح أهداف اللاعبين من وراء ممارسة الرياضة

تحليل ومناقشة النتائج:

نلاحظ من خلال الجدول أن نسبة 25% الهدف من وراء ممارستهم لرياضة كرة القدم من أجل أن يصبحوا أبطالاً ، ونسبة 50% من أجل الرغبة في الفوز ، ونسبة 10% الحاجة للاعتماد على الجماعة و15% أجابوا حبا في اللعبة أو تنمية القدرات البدنية والصفات الأخلاقية .

ومنه نستنتج أن اللاعبين يختلفون من حيث الأسباب وراء ممارستهم للرياضة وكذلك حيث الأهداف التي يريدون الوصول إليها ، فلكل لاعب مبتغى يرد تحقيقه من خلال ممارسته للرياضة .

الاستنتاج العام :

من خلال ما تناولناه في الجزء التطبيقي ، من طرح أسئلة الاستبيان الخاص باللاعبين وكذا عرض نتائجها وسرد تحليلاتها ، استخلصنا من خلال هذا البحث النتائج التالية :

— فمن خلال نتائج السؤال الأول والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان اللاعبون يتدربون بجدية لكي يصبحوا الأفضل في رياضتهم حيث كانت معظم الإجابات بنعم ، أي أنهم يتدربون بجدية لكي يصبحوا أفضل اللاعبين في رياضتهم ، بينما ترى قلة قليلة من اللاعبين عكس ذلك ، فهم يرون أن التدريب بجدية ليس هو السبيل للوصول إلى أعلى وأفضل المستويات .

وهذا ما يفسر أن التدريب بجدية يعتبر من أفضل وأنجح السبل للوصول للاعب إلى أعلى المستويات والتفوق في رياضته .

— أما نتائج السؤال الثاني والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان مستوى اللاعبين أفضل في المنافسات القوية عن المنافسات السهلة حيث كانت جل الإجابات بنعم ، حيث يرى اللاعبون أن مستواهم أفضل في المنافسات القوية على ما هو عليه في المنافسات السهلة ، بينما ترى نسبة قليلة من اللاعبين عكس ذلك ، وهو ما يفسر أن مستوى اللاعبين يكون أفضل في المنافسات القوية ، ويجمع ذلك إلى عدة أسباب منها نوعية وحجم المنافسة ودرجة الاستعداد لها والحاجة إلى الفوز بها .

— بينما من خلال نتائج السؤال الثالث والذي كان الهدف منه معرفة ما إذا كان اللاعبون يبذلون قصارى جهدهم في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات في الرياضة ، فكانت كل إجابات اللاعبين بنعم وهذا يعني أنهم يبذلون قصارى جهدهم في سبيل الوصول إلى أعلى المستويات في رياضتهم .

وهذا ما يفسر أنه كلما كان الجهد المبذول من طرف اللاعبين كبيراً كلما استطاعوا الوصول إلى التفوق .

— أما نتائج السؤال الرابع والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان التدريب الشاق لفترات طويلة هو الطريق للتفوق الرياضي ، فقد كانت إجابة نسبة جد معتبرة من اللاعبين بنعم ، وهو ما يعني أنهم يرون بأن التدريب الشاق لفترات طويلة هو السبيل للتفوق الرياضي ، بينما يرى البعض الآخر من اللاعبين الذين أجابوا بلا عكس ذلك .

وهو ما يفسر أن طول فترة التدريب وكثافته تمكن اللاعبين من تنمية رصيدهم المهاري وتحسين قدراتهم البدنية والنفسية والعقلية وبالتالي الوصول إلى درجة من التفوق والنجاح الرياضي .

— ومن خلال نتائج السؤال الخامس الذي كان الهدف منه معرفة ما إذا كان من طبيعة اللاعبين مواجهة تحدي المنافس ، فكانت إجابات أغلب اللاعبين بنعم بمعنى أنهم يواجهون تحدي المنافس ، بينما ترى نسبة ضئيلة والتي أجابت بلا عكس ذلك فهم لا يواجهون تحدي المنافس .

وعليه يمكن تفسير ذلك بأن مواجهة تحدي المنافس من الأمور الضرورية والواجب توفرها لدى اللاعبين لما يزيدهم ذلك من إصرار في اللعب والرغبة في الفوز واللعب بأكثر كفاءة وبالتالي تحسين مهاراتهم

— ومن خلال نتائج السؤال السادس الذي كان الهدف منه معرفة ما إذا كان اللاعبون لا يتنافسون بصورة جدية في بعض المنافسات فكانت قلة من الإجابات بنعم ، أي أنهم لا يتنافسون بصورة جدية في بعض المنافسات ، وأغلب الإجابات كانت بلا أي أنهم يتنافسون بصورة جدية وهذا ما يفسر أن اللاعبين لهم حرص كبير على تحقيق وإحراز نتائج جيدة من خلال جدية التنافس .

— منة خلال نتائج السؤال العشرون والذي كان الغرض منه معرفة الهدف من وراء ممارستك لهذه الرياضة وإلى ما تسعى فكانت ربع الإجابات أن يكون بطلا ونصف الإجابات كانت الرغبة في الفوز ، ونسبة قليلة أجابت بالحاجة للاعتماد على الجماعة ونسبة أكبر من سابقتها بإجابات أخرى ، إذن من خلال هذه النتائج يظهر أن الإجابات تتنوع حسب أهداف ورغبات كل لاعب هذا حسب خصائصه وميوله وإمكانياته في تحقيق أهدافه .

ومن خلال نتائج هذه الأسئلة يمكن القول أن الفرضية الجزئية رقم 1 والمتثلة في أن للتدريب النفسي دور في الرفع من مستوى الأداء للمهملري للاعبين كرة القدم.

— أما من خلال نتائج السؤال السابع والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان اللاعبون يستطيعون أن يهدئوا بسرعة واضحة إذا ما انفعلوا لسبب ما فكانت الإجابات معظمها بنعم ، أي أنهم يستطيعون أن يهدئوا بسرعة واضحة إذا ما انفعلوا والإجابات الباقية كانت بلا ، أي أنهم لا يستطيعون أن يهدئوا بسرعة واضحة ومنه يمكن القول أن ضبط النفس و التحكم في الأعصاب له دور كبير في تحقيق نتائج إيجابية .

— ومن خلال نتائج السؤال الثامن والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان باستطاعة اللاعبين التحكم في انفعالاتهم بدرجة كبيرة عندما تسوء الأمور في المنافسة فكانت معظم الإجابات بنعم ، أي أنهم يتحكمون في انفعالاتهم في حالة ما إذا ساءت الأوضاع ، والنسبة المتبقية المعتبرة كانت بلا ، أي أنهم لا يتحكمون في انفعالاتهم وهذا ما يبين أنه كلما كان اللاعب يتحكم في انفعالاته كلما قرب إلى الفوز أي أنه ينعكس ذلك على أدائه .

— من خلال نتائج السؤال التاسع والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان ارتكاب بعض الأخطاء في بداية المنافسة لا يؤثر على أداء اللاعبين فكانت أغلبية الإجابات بنعم ، أي أن ارتكاب الأخطاء في بداية المنافسة لا يؤثر على أداء اللاعبين ، والنسبة الأقل منها كانت لا ، أي أنهم يتأثرون بالأخطاء التي تكون في بداية المنافسة وسلبا على أدائهم ومنه خلصنا باستنتاج مفاده أنه إذا ارتكب لاعب خطأ فإنه يؤثر على نفسيته سلبا ويحدث له ارتباك ولكن يجب عليه تدرك ذلك من أجل تحقيق نتائج أفضل .

— ومن خلال السؤال العاشر والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان اللاعبون يفقدون أعصابهم بصورة نادرة أثناء المنافسة فكانت جل الإجابات بنعم ، وهذا ما يعني بأنهم يرون أنهم يفقدون أعصابهم بصورة نادرة أثناء المنافسة ، بينما بقية اللاعبين الذين أجابوا بلا فيرون أنهم ممن يفقدون أعصابهم بصورة أو بأخرى أثناء

المنافسة ، وذا ما يفسر أن ضبط النفس في المنافسة من السمات الهامة التي يجب على اللاعب أن يتحلى بها لأنها من العوامل التي تحدد في الأخير نتائج المباريات .

— أما السؤال الحادي عشر والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان اللاعب يرى أن زملائه يعتقدون بأنه يتميز بشدة الانفعال فكانت إجابة معظم اللاعبين بلا فهم يرون بأن زملائهم لا يعتقدون بأنهم يتميزون بشدة الانفعال ، وهناك لاعبون أجابوا بنعم حيث يعتقدون أن بعض الزملاء يعتقدون بأنهم شديدي الانفعال ، وهذا ما يفسر أن نظرة الزملاء والمدرّب للاعب بقدر ما كانت ايجابية فإنها تكسب اللاعب الثقة في النفس والرغبة في إعطاء المزيد والانتقال من الحسن إلى الأحسن .

— أما نتائج السؤال الثاني عشر والذي كان الهدف منه معرفة ما إذا كان القلق والتوتر الذي قد يشعر به اللاعبون قبل المنافسة يضايقهم ، حيث كانت أغلب الإجابات بنعم ، بمعنى أن القلق والتوتر يضايقهم ، بينما البقية التي أجابت بلا فرأت العكس وأن القلق والتوتر لا يؤثر على أدائهم أو يضايقهم ، وهذا ما يفسر أن الحالات النفسية السلبية التي قد يشعر بها اللاعب قبل المنافسة تلعب دورا سلبيا ومؤثرا على مجمل أداء اللاعب طيلة المنافسة .

ومنه يمكن القول أنه من خلال نتائج الأسئلة ( 07،08،09،10،11،12 )، فإن للتدريب النفسي يعمل على الرفع من مستوى هذه المهملرات النفسية للاعبين كرة القدم وهذا ما يحقق الفرضية الجزئية الثانية .

أما نتائج السؤال الثالث عشر والذي كان المتبغى منه معرفة ما إذا كان اللاعبون ينفذون بدقة كبيرة جدا ما يطلبه منهم المدرّب ، فكانت إجابة غالبية اللاعبين بنعم ، بمعنى أنهم ينفذون بدقة كلما يطلبه منهم مدرّبهم ، بينما ترى الأقلية الأخرى التي أجابت بلا أنهم لا يتقيدون بتعليمات وأوامر المدرّب . وهذا ما يفسر أن تنفيذ والانضباط بتعليمات وأوامر المدرّب من طرف اللاعبين تمكن الفريق من الوصول إلى الإنجاز والتفوق الرياضي .

— ومن خلال نتائج السؤال الرابع عشر والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان هبوط مستوى اللاعب هو نتيجة لأخطائهم وليس نتيجة لأخطاء المدرّب حيث كانت إجابة نسبة جد معتبرة من اللاعبين بنعم ، فهم يرون أن سبب هبوط مستواهم هو نتيجة لأخطائهم بينما ترى نسبة أخرى قليلة من اللاعبين أن مسؤولية هبوط مستواهم هو نتيجة لأخطاء المدرّب .

وهذا ما يفسر أن روح المسؤولية التي يتمتع بها اللاعبون من الصفات النفسية التي من الواجب توافرها لدى اللاعبين بالإضافة إلى إتباع تعليمات ونصائح المدرّب .

— أما نتائج السؤال الخامس عشر والذي كان الغرض منه معرفة ما إذا كان اللاعبون يحترمون كل مدرّب قام بتدريبهم فكانت كل الإجابات بنعم ، وهذا يعني أن اللاعبين يحترمون كل من يتسنى له تدريبهم وهذا ما يفسر أن الصفات الأخلاقية يجب أن تتوفر لدى كل لاعب ويعمل على تطويرها من خلال ممارسته للرياضة فالرياضة أخلاق .

ومن خلال نتائج السؤال السادس عشر والذي كان الغرض منه هو معرفة ما إذا كان اللاعبون يستشيرون مدربهم دائما عند مواجهة بعض المشكلات حيث كانت إجابة معظم اللاعبين بنعم ، وهو ما يعني أنهم يقومون بذلك ، بينما نسبة قليلة من اللاعبين أجابت بلا ، بمعنى أنهم لا يستشيرون مدربهم في حل مشاكلهم ، وهذا ما يفسر أن المدرب يلعب الدور الأساسي والمحوري في حل مشاكل اللاعبين، خاصة إذا كان ملما بالنواحي النفسية وله خبرة في التعامل مع أنواع المشاكل والتخلص منها .

أما نتائج السؤال السابع عشر والذي كان الهدف منه معرفة ما إذا كان اللاعبون يشعرون بأن مدربهم لا يفهمهم جيدا كانت إجابة نسبة كبيرة من اللاعبين بلا فهم لا يشعرون بأن مدربهم لا يفهمهم، بينما يرى بقية اللاعبين الذين أجابوا بلا أن مدربهم لا يفهمهم جيدا.

وهذا ما يفسر أن التقرب من اللاعبين ومحاولة معرفة انشغالهم وتشخيص مشاكلهم والعمل على حلها من الواجبات التي تقع على عاتق المدرب، وهي من الأمور الأساسية التي من اللازم توفرها لدى المدرب. ومن خلال السؤال الثامن عشر والذي كان الغرض منه هو معرفة ما إذا كان اللاعبون يعتقدون بأن المدرب يتخذ منهم موقفا إذا لو يشركهم كأساسيين في المنافسة حيث أجابت نسبة كبيرة من اللاعبين بلا، أي أنهم لا يعتقدون ولا يشعرون بذلك، بينما قلة قليلة منهم والتي أجابت بنعم، فترى أنه يبدو لهم إذا لم يشركوا في المنافسة كأساسيين فإن المدرب يتخذ منهم موقفا.

وهذا ما يفسر أن احترام تعليمات وقرارات المدرب من أساسيات النجاح والتفوق سواء بالنسبة على الصعيد الشخصي للاعب أو بالنسبة للفريق ككل.

ومن خلال نتائج السؤال التاسع عشر والذي كان الغرض منه هو معرفة ما إذا كانت علاقة اللاعبين بمدربهم حسنة فأجاب أغلب اللاعبين بنعم ونسبة قليلة أجابت بلا، مفسرة ذلك بعدة أسباب منها أنهم يرون بأن المدرب لا يضعهم في مراكز اللعب المفضلة لديهم إلى غير ذلك من الأسباب، وهذا ما يفسر أن احترام المدرب واحترام قراراته من الأخلاقيات التي من الواجب أن يتميز بها أي لاعب والعمل على تمتين العلاقة بالمدرب وتنميتها.

ومنه نستنتج من السؤال رقم ( 13، 14، 15، 16، 17، 18، 19) أن الفرضية الجزئية الثالثة والمتمثلة في أن للتدريب النفسي دور في تحقيق سمة التدريب لدى لاعبي كرة القدم قد تحققت.

ومن خلال عرضنا وتحليلنا ومناقشتنا لجميع النتائج المحصل عليها والتي حققت فرضيات البحث الجزئية، نستنتج أن الفرضية العامة للبحث قد تحققت والمتمثلة في أن للتدريب النفسي تأثير على الأداء المهاري للاعب كرة القدم.

## خاتمة:

كرة القدم لها مكانة مرموقة تفوق جميع الرياضات الأخرى ، ومهاراتها الأساسية تعتبر مهارات كل الأنشطة الرياضية ، ونظرية التدريب الحديث تتطلب اللإلمام بأصول التدريب والتكامل في جميع الجوانب .لقد حاولنا جاهدين من خلال هذا الموضوع ، الذي يعتبر من بين أهم المواضيع ذات الشأن الكبير في المجال الرياضي بصفة عامة ، ومجال كرة القدم بصفة خاصة ، أن نبين ما إذا كان التدريب النفسي يلقي العناية من طرف المدربين ومسؤولي الفرق من جهة ومن جهة أخرى نريد التعرف على تأثير التدريب النفسي على الأداء المهاري للاعب كرة القدم ، حيث أن موضوع الدافعية بمختلف أبعادها ( الحاجة للإنجاز ، ضبط النفس ، التدريبية ... الخ ) يعتبر من أكثر موضوعات علم النفس أهمية وإثارة واهتمام الناس جميعا ، خاصة في المجال الرياضي فهو يهتم المدرب في معرفة دوافع ممارسة اللاعبين للنشاط الرياضي حتى يمكن له أن يستعملها في تطوير أدائهم نحو الأحسن ، بالخصوص فئة الأشبال التي تتزامن مع مرحلة عمرية هامة في حياة الإنسان ، هي مرحلة المراهقة والتي تتميز بعدة تغيرات فيزيولوجية ، وجسمية ، عقلية ، انفعالية واجتماعية بالنسبة للاعب . وحاولنا من خلال دراستنا أن نصل إلى نتائج أكثر دقة عن طريق الدراسة الميدانية أو التطبيقية التي قادتنا إلى بعض ملاعب الولاية ووضع بعض الأسئلة بين أيدي اللاعبين ، كان الهدف منها التعرف عن تأثير التدريب النفسي على الأداء المهاري للاعب كرة القدم ، وتم التوصل بذلك إلى نتائج حققت فرضيات دراستنا الجزئية والفرضية العامة . ولقد حاولنا أيضا الإحاطة بموضوع دراستنا من شتى الجوانب والخروج بنتائج موضوعية ودقيقة ، نأمل أن لا تكون نقطة نهاية بل دفعة جديدة للدخول أكثر والتعمق الأكبر في هذا الموضوع المتشعب والذي يتطلب دراسات وبحوث عديدة متنوعة . وفي الختام نأمل أن تساهم هذه الدراسة في تحسين وتطوير الرياضة وخاصة كرة القدم وذلك من خلال تبيننا لمسؤولي الفرق والمدربين لأهمية دور التدريب النفسي في تحقيق وزيادة الأداء المهاري للاعبين نحو ممارسة كرة القدم ، وأن هذه الأخيرة لا تعتمد فقط على الجوانب البدنية والتقنية فحسب ، ولكن من الضروري أن يكون هناك تكامل بين هذه الجوانب ، وكذلك التعامل مع مختصين نفسانيين يمكنهم تقديم الكثير لكرة القدم في بلادنا .