

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد الحميد بن باديس - مستغانم -

معهد التربية البدنية والرياضية

قسم: التربية البدنية والرياضة

بحسب مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في تخصص

علوم الحركة وحركة الإنسان

تحت عنوان :

دراسة وصفية لسلوك الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم

دراسة وصفية أجريتها على لاعبي الجهوي الغربي الكبار
(عين تادلس - سيدلنصر - مولودية حجاج - شباب بوقيرات)

- إشراف:
* د/ بلكبش قادة

- إعداد الطلبة:
* بوشارب سيد احمد
* بداني حاج كمال

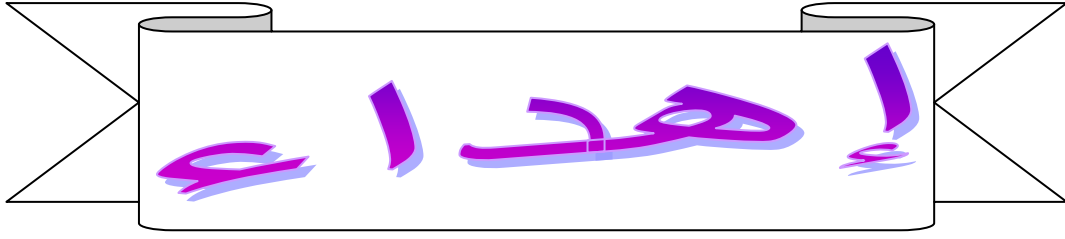
- لجنة المناقشة
* الرئيس: د/ قوراري
* العضو: أ/ حرباش

السنة الجامعية : 2013/2012

* شكر و تقدير *

قال الله تعالى: ” وَإِذْ تَأَذَّنَ رَبُّكُمْ لَئِن شَكَرْتُمْ لَأَزِيدَنَّكُمْ وَلَئِن كَفَرْتُمْ إِنَّ عَذَابِي لَشَدِيدٌ ” [إبراهيم: 17]

- ❖ نشكر الأستاذ الدكتور المشرف السيد: بلكبش قادة على توجيهاته و مساعداته طيلة انجازنا لهذا العمل.
- ❖ نشكر كل الفرق الرياضية لكرة القدم قسم الجهوي .
- ❖ كما لا ننسى أن نتقدم بالشكر الجزيل إلى كل أساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية مستغنام اللذين لم يبخلوا علينا بمعلوماتهم القيمة طوال سنوات الدراسة.
- ❖ و إلى كل من ساعدنا في انجاز هذا العمل.



إلى من قال فيهم الله عز و جل: " وَقَضَى رَبُّكَ أَلَّا تَعْبُدُوا إِلَّا إِيَّاهُ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا إِمَّا يَبْلُغَنَّ
عِنْدَكَ الْكِبَرَ أَحَدُهُمَا أَوْ كِلَاهُمَا... وَقُلْ رَبِّ ارْحَمْهُمَا كَمَا رَبَّيَانِي صَغِيرًا " "الإسراء/23-

"25

إلى التي تسهر الليالي من أجلنا، إلى التي تفرح لأفراحنا و تحزن لأحزاننا إلى منبع المحبة
و الحنان... أمي الغالية.

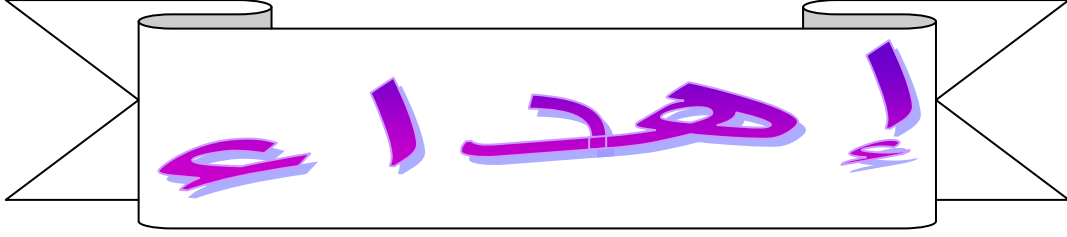
إلى الذي علمني أسرار الحياة، إلى الذي أخذت من لسانه أفضل الحكم و الأمثال، و امتثلت
بصدقه و ورعه... أبي العزيز.
إلى زوجتي و ابنتي الكتكوتة شيماء نور الهدى
إلى كل إخوتي و أخواتي

إلى الدكتور " بلكبش قادة " و إلى المرحوم " د/ شعلال عبد المجيد "

إلى كل الزملاء و الزميلات خاصة: ، ، ، ، ، و إلى جميع طلاب قسم التربية البدنية
والرياضة دفعة 2012-2013.

إلى كل هؤلاء أهدي ثمرة جهدي

بداني حاج كمال



اللهم لك الحمد حتى ترضى و لك الحمد إذا رضيت و لك الحمد بعد
الرضا دائما و أبدا
أهدي ثمرة جهدي إلى
إلى من أفنى ولا يفنى حبهما
أمي.. أمي.. أمي الغالية نبع الحنان ومهد الصفاء، رهن الأمان أبي العزيز
ملهم الغرائم ومخير دربي النجاح
عرفانا و تقديرا
إلى كل إخوتي و أخواتي ، زوجتي ، جميع الأهل والأحبة والأصدقاء وزميلي
في هذا البحث المتواضع.
إلى الدكتور "بلكبش قادة"
كما نترحم على المرحوم "د/ شعلال عبد المجيد"
إلى جميع طلبة دفعة 2013/2012 إلى كل من عرفته في مستوى الدراسي

بوشارب سيد احمد

محتويات البحث

الموضوع	رقم الصفحة
شكر وتقدير.....	أ.....
الإهداء.....	ب.....
محتويات البحث.....	ث.....
قائمة الجداول.....	د.....
قائمة الأشكال.....	ر.....

الفصل التمهيدي

التعريف بالبحث

مقدمة.....	2.....
1. الإشكالية.....	2.....
2. فرضيات البحث.....	3.....
3. أهداف البحث.....	3.....
4. أهمية البحث.....	4.....
5. مصطلحات البحث.....	4.....
6. الدراسات المشابهة.....	5.....

الباب الأول (الدراسة النظرية)

مدخل الباب الأول

الفصل الأول : الغضب أثناء المنافسة

مقدمة.....	11.....
1 الغضب.....	11.....
1.1 مفهوم الغضب.....	11.....
2.1 أنواع الغضب.....	11.....
1.2.1 حالة الغضب.....	11.....
2.2.1 سمة الغضب.....	11.....
3.2.1 قمع الغضب.....	11.....
4.2.1 إظهار الغضب.....	12.....

12.....	5.2.1 ضبط الغضب.....
12.....	3.1 مراحل الغضب.....
12.....	4.1 أسباب الغضب في الرياضة.....
13.....	5.1 أعراض الغضب.....
14.....	6.1 التعبير عن الغضب.....
14.....	1.6.1 التعبير عن الغضب.....
14.....	2.6.1 كبح الغضب.....
14.....	3.6.1 الغضب الهادئ.....
15.....	7.1 التفسير المعرفي للغضب.....
15.....	8.1 توجيه انفعال الغضب للرياضيين.....
16.....	9.1 درجة اختلاف السلوك العدواني في الأنشطة الرياضية وعلاقتها بالغضب.....
17.....	خاتمة.....

الفصل الثاني: الإحباط و علاقته بالرياضة

19.....	مقدمة.....
19.....	2. الإحباط.....
19.....	1.2 مفهوم الإحباط.....
20.....	2.2 أنواع الإحباط.....
21.....	3.2 خصائص ومتغيرات الإحباط.....
21.....	4.2 مصادر الإحباط.....
22.....	5.2 آثار الإحباط وكيفية التعامل معه.....
22.....	1.5.2 الفشل قد يبعث على الإبداع والنجاح.....
22.....	2.5.2 الإحباط يؤدي إلى العدوان.....
23.....	3.5.2 الإحباط ووسائل الدفاع الأولية.....
23.....	4.5.2 الإحباط يؤدي إلى الاستسلام واليأس والاضطرابات النفسية.....
23.....	6.2 كفايات مواجهة الإحباط.....
24.....	7.2 العوامل التي تؤثر على القدرة على تحمل الإحباط.....
25.....	8.2 نظريات الإحباط.....
29.....	خاتمة.....

الفصل الثالث : تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

31.....	مقدمة.....
31.....	3 تاريخ كرة القدم وتطورها.....
31.....	1.3 مفهوم الرياضة.....
31.....	2.3 أنواع الرياضات.....
31.....	1.2.3 الرياضة الفردية.....
32.....	2.2.3 الرياضة الجماعية.....
32.....	3.3 تعريف كرة القدم.....
32.....	4.3 تاريخ ظهور وانتشار كرة القدم.....
34.....	5.3 تطور لعبة كرة القدم في العالم.....
37.....	6.3 تطور لعبة كرة القدم في الجزائر.....
37.....	1.6.3 المرحلة الأولى 1895-1962.....
38.....	2.6.3 المرحلة الثانية 1962-1976.....
38.....	3.6.3 المرحلة الثالثة 1976-1990.....
39.....	4.6.3 المرحلة الرابعة 1991-إلى يومنا هذا.....
40.....	7.3 شعبية كرة القدم في الجزائر.....
41.....	8.3 الخصائص النفسية الخاصة بلاعبي كرة القدم.....
41.....	4 الأكابر.....
41.....	1.4 سمات فئة الأكابر.....
41.....	1.1.4 سمات فئة الأكابر النفسية.....
41.....	2.1.4 سمات فئة الأكابر الاجتماعية.....
42.....	3.1.4 سمات فئة الأكابر المعرفية.....
42.....	4.1.4 سمات فئة الأكابر الانفعالية.....
42.....	2.4 المظاهر السلوكية العامة للكبار.....
42.....	3.4 التطور الجسمي و الفيزيولوجي للكبار.....
43.....	1.3.4 الجهاز الحركي.....
43.....	2.3.4 التغير العقلي والمعرفي.....
43.....	3.3.4 التغير الحسي.....
44.....	4.3.4 التغير الانفعالي.....

44.....	5.3.4 التغيير السلوك الاجتماعي.....
45.....	خاتمة.....

الباب الثاني(الدراسة الميدانية)

مدخل الباب الثاني

الفصل الأول : منهجية البحث والإجراءات الميدانية

49.....	تمهيد.....
49.....	1. منهجية البحث والإجراءات الميدانية.....
49.....	1.1 المنهج العلمي المتبع.....
50.....	2.1 مجتمع الدراسة.....
50.....	3.1 عينة الدراسة وخصائصها.....
50.....	4.1 مجالات البحث.....
51.....	5.1 أدوات البحث وأسسها العلمية.....
51.....	6.1 الدراسة الاستطلاعية.....
52.....	7.1 الدراسة الرئيسية.....
52.....	8.1 الأسس العلمية للأداة.....
53.....	9.1 الأساليب الإحصائية.....
54.....	10.1 صعوبات البحث.....
54.....	خاتمة.....

الفصل الثاني : عرض وتحليل ومناقشة النتائج

56.....	تمهيد.....
56.....	1.2 عرض وتحليل ومناقشة النتائج.....
87.....	2.2 استنتاجات.....
88.....	3.2 مقابلة النتائج بالفرضيات.....
89.....	4.2 خلاصة عامة.....
90.....	5.2 الاقتراحات.....

المصادر والمراجع

الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
53	نتائج ثبات وصدق المقياس للاعبين	01
56	الشعور بالغيظ.	02
57	الشعور بالضيق.	03
58	الشعور بالرغبة في الانتقام .	04
59	الشعور بالرغبة في الصياح في وجه شخص ما .	05
60	الشعور بالرغبة في تحطيم الأشياء .	06
61	الشعور بالجنون من الغيظ .	07
62	الشعور بالرغبة بضرب الطاولة بعنف .	08
63	الشعور بالرغبة في ضرب شخص ما .	09
64	الشعور بالاحترق من الداخل .	10
65	الشعور بالرغبة في توجيه الشتائم .	11
66	المزاج السريع الاستشارة .	12
67	الطبع الحاد .	13
68	الميل للتسرع و الاندفاع .	14
69	الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخريين في تأخيرهم .	15
70	الشعور بالضيق حينما لايلقى عمله الجيد تقدير .	16
71	فقدان السيطرة على النفس .	17
72	النفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا .	18
73	الشعور بالغضب بشدة حينما يتعرض للنقد أمام الآخريين .	19
74	الشعور بالرغبة في ضرب شخصا ما حين يتعرض للإحباط .	20

قائمة الجداول

الصفحة	العنوان	الرقم
75	الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على تقدير ضعيف	21
76	الشعور بالجمود في الحياة.	22
77	الشعور بالحاجة لانجاز له معنى.	23
78	الشعور بالحاجة إلى توجيه	24
79	الشعور بنفاذ الصبر.	25
80	الشعور بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياة اللاعب.	26
81	الشعور بالخلو من الأوهام.	27
82	الشعور بالإحباط.	28
83	الشعور بخيبة الأمل.	29
84	الشعور بقلّة الشأن.	30
85	الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان منخططا لها.	31

قائمة الأشكال البيانية

الصفحة	العنوان	الرقم
56	يبين الشعور بالغيظ.	01
57	يبين الشعور بالضيق.	02
58	يبين الشعور بالرغبة في الانتقام .	03
59	يبين الشعور بالرغبة في الصياح في وجه شخص ما.	04
60	يبين الشعور بالرغبة في تحطيم الأشياء.	05
61	يبين الشعور بالجنون من الغيظ.	06
62	يبين الشعور بالرغبة بضرب الطاولة بعنف.	07
63	يبين الشعور بالرغبة في ضرب شخص ما.	08
64	يبين الشعور بالاحتراق من الداخل.	09
65	يبين الشعور بالرغبة في توجيه الشتائم.	10
66	يبين المزاج السريع الاستثارة.	11
67	يبين الطبع الحاد.	12
68	يبين الميل للتسرع و الاندفاع.	13
69	يبين الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخريين في تأخيره.	14
70	يبين الشعور بالضيق حينما لايلقى عمله الجيد تقدير.	15
71	يبين فقدان السيطرة على النفس.	16
72	يبين التفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا.	17
73	يبين الشعور بالغضب بشدة حينما يتعرض للنقد أمام الآخريين.	18
74	يبين الشعور بالرغبة في ضرب شخصا ما حين يتعرض للإحباط.	19
75	يبين الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على تقدير ضعيف	20

قائمة الأشكال البيانية

الصفحة	العنوان	الرقم
76	يبين الشعور بالجمود في الحياة.	21
77	يبين الشعور بالحاجة لانجاز له معنى.	22
78	يبين الشعور بالحاجة إلى توجيه	23
79	يبين الشعور بنفاذ الصبر.	24
80	يبين الشعور بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياة اللاعب.	25
81	يبين الشعور بالخلو من الأوهام.	26
82	يبين الشعور بالإحباط.	27
83	يبين الشعور بخيبة الأمل.	28
84	يبين الشعور بقلّة الشأن.	29
85	يبين الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان مخططا لها.	30

الفصل التمهيدي

التعريف بالبحث

مقدمة.

1. الإشكالية.

2. فرضيات البحث.

3. أهداف البحث.

4. أهمية البحث.

5. مصطلحات البحث.

6. الدراسات المشابهة

مقدمة:

يشهد العالم الرياضي تطورا مذهلا في الانجازات الرياضية، نتيجة الجهود المبذولة من قبل العلماء والباحثين في هذا المجال عن طريق تفاعل علوم التربية الرياضية مع العلوم الأخرى كالفيزيولوجيا، البيوميكانيك، علم النفس وعلم الاجتماع وذلك من اجل الارتقاء بمستوى هذا الانجاز والارتقاء بالرياضة نحو الأفضل والحصول على المستويات العالية.

كما أن تطور الرياضة يرجع إلى التطبيق العلمي في التدريب والمباريات والبحوث العلمية والتجارب التي تؤثر بشكل مباشر على الرياضي .

يعتبر علم النفس الرياضي من بين العلوم التي يرجع لها الفضل في تطوير الرياضة، وه و الذي يدرس سلوك الرياضي في مختلف التخصصات الرياضية فردية كانت أم جماعية. ويبحث المهتمون في مجال علم النفس الرياضي موضوعات مهمة وحساسة التي تدعم الرياضة وتجعلها في أحسن مستوى مثل موضوعات الشخصية، الدافعية، العدوان، العنف..... الخ.

ويذكر المؤرخون في المجال الرياضي أن الغضب والإحباط كان ملازما للرياضة منذ العصور القديمة وخاصة الرياضات الجماعية ككرة القدم التي تعتبر من النشاطات الرياضية ولها مكانتها على المستوى العالمي.

نظرا لان المنافسات الرياضية خاصة الجماعية منها تحمل بين طياتها احتمالات الفوز والهزيمة قد تؤثر سلبا في سلوكيات اللاعب المنهزم ويثير لديه بعض الانفعالات السلبية.

ونحن نعتقد أن الغضب والإحباط في الرياضة ينتج عنهما العديد من الحوادث والإصابات بين اللاعبين، وبالتالي نرى أن المجال الرياضي وخاصة لعبة كرة القدم التي كانت من المفروض أن تكون فرصة للتعرف بين الفرق المتنافسة من اجل الفوز إما بشكل ماديا أو بشكل معنوي وبالتالي ينتج عن ذلك العديد من الإصابات بين اللاعبين، متناسين أهمية اللعبة وتحملها من معاني الحب والصدقة.

1) الإشكالية:

تعتبر المنافسة الرياضية المحك الرئيسي الذي تترجم فيه فعليا قدرات اللاعب البدنية والفنية، المهارة والنفسية، ومدى استعداداته بهدف تحقيق الفوز في لقاء تحكمه قواعد وقوانين اللعبة، وغالبا ما تتميز المنافسات الرياضية بظهور مستوى مرتفع من التوتر العصبي والانفعالي عند اللاعبين.

الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث

وترتبط ديناميكية الحالة النفسية للاعبين أثناء المباراة بظروف الأداء الذاتية والموضوعية، تنتج عنها استجابات سلوكية متباينة في مواقف اللعب وتشكل صعوبات أمام تقدم مستوى الأداء، وبالتالي تؤدي بهم إلى ما يعرف بالانهيار النفسي، وكما هو معروف أثناء المباراة من الممكن أن يؤدي انهيار النفسي إلى انخفاض درجة تحكم اللاعبين في أنفسهم، وتحت وطأة هذه الحالة ترتكب الكثير من الأخطاء وينتهك القانون من قبل اللاعبين بإتباع أساليب غير مشروعة مثل الخشونة المتعمدة. (أ. بوجرادة عبد الله، 2012). وهذا جراء الغضب الذي يؤدي بالضرورة إلى حدوث إصابات.

كما يعتبر الغضب إحدى الانفعالات الأساسية للإنسان والكائن الحي عموماً والغضب هو أكثر هذه الحالات غواية على العواطف السلبية ذلك لأن الحوار الداخلي عن حقوق الذات والذي يستحثه الغضب يملأ الذهن بقناعات قوية عن أحقية دفع هذا الغضب (محمد يوسف حجاج، التعصب والعدوان في الرياضة- رؤية نفسية اجتماعية..، 2002).

كما يمثل الإحباط أيضاً من العوامل الرئيسية المسببة للغضب والذي ينتج عنه إعاقة أو تأجيل إشباع دافع معين أو حاجة معينة لدى اللاعب بأنه العملية التي تتضمن إدراك الفرد لعائق يحول دون إشباع حاجاته أو توقع الفرد حدوث هذا العائق في المستقبل (محمد جاسم محمد، 2004، صفحة 159). وانطلاقاً من النظريات المحددة للغضب والإحباط في المجال الرياضي والعوامل المسببة. من خلال ملاحظتنا اليومية للمجتمع الرياضي خاصة في عالم كرة القدم، والاطلاع في بعض المجالات ودراسات علم النفس و علم النفس الرياضي طرحنا التساؤل الآتي :

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهران؟

- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الإحباط عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهران؟

2) أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى دراسة وصفية لسلوك الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم وهذا لتحقيق الأهداف التالية :

- تحديد الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهران.
- التعرف على العلاقة الموجودة بين الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهران.

(3) فرضيات البحث:

- بعد طرح التساؤلات التي تمهد من وراءها التوصل إلى معرفة سلوك المتغيرين (الغضب، الإحباط) لدى لاعبي كرة القدم، من هذا المنطلق جاءت الفرضيات كالتالي :
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهران.
 - هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الإحباط عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهران.

(4) أهمية البحث:

تبدوا أهمية الدراسة من خلال متغيرات البحث (الغضب، الإحباط) اللذان يعتبران ملازمان للاعب أثناء المنافسة، ولا يقف الاهتمام بهما من حيث هما ظاهرتان نفسية، بل بشكل محور الاهتمام في ميادين الحياة العامة وميادين الدراسات النفسية.

بما أن البحث المرسوم دراسة تحليلية لمستويات الغضب والإحباط يريد الباحثان من خلالها معرفة وتحديد الأسباب التي تؤدي إلى حدوث الغضب والإحباط وكذلك علاقتهما الارتباطية فيما بينهما مع عرض للطرق الأكثر جدوى لتفادي وضبط وردع اللاعبين في الوقوع في هذه الانفعالات التي تقود بالسلب على اللاعب والمنافسة والجمهور والمجتمع.

(5) مصطلحات البحث :

الغضب : يعتبر الغضب احد الانفعالات الأساسية للإنسان وهو أكثر الحالات تصلبا وعنادا، وهو حالة نفسية بيولوجية تتكون من مشاعر ذاتية بالغضب وبدرجات متفاوتة من الاستثارة أو الضيق

البيسط إلى الغيظ الشديد يصاحبها تنشيط للجهاز العصبي الذاتي ويمثل حالة مؤقتة من مواقف
لآخر .

الإحباط :

هو حالة شعورية تعزري الفرد إذا ما فشل في تحقيق غاية يريد الوصول إليها ، وهو مجموعة من
الشاعر المؤلمة كالضيق -التوتر-القلق- الشعور بالعز.

كرة القدم :

لعبة جماعية تلعب بفريقين مكونان من 11 لاعبا وتعتمد على اللياقة البدنية والمهارية وتحتكم
بفوز الفريق الذي يسجل أكثر الأهداف

6) الدراسات المشابهة :

تعد الدراسات المشابهة خطوة هامة يقوم بها الباحث بعد تحديده لموضوع بحثه محاولا الإلمام بجميع
جوانب هذه الدراسات وما وصلت إليه من نتائج واقتراحات وتوصيات والتي تساعد على بناء خطة
بحثه على ضوء ما جمعه من معلومات ومعارف إيماناً منه بتسلسل الحركة العلمية وتكمن أهمية هذه
الدراسات أهم البحوث في معالجة مشكلة البحث والمعرفة الأبعاد التي تحيط به ولهذا على الباحث أن
يناولها ويشري بحثه من خلالها، حيث يستعملها للحكم والمقارنة و الإثبات أو النفي (محمد حسن
علاوي، 1992 صفحة 166) وفيما يلي اهم البحوث المشابهة لموضوع بحثنا والتي تناولها باحثين
والعلماء .

6-1دراسة "جيل لند نفيلد" :

اجري هذا البحث بعنوان "ادارة الغضب" يحيث توضح لنا الباحثة جيل لند نفيلد في بحثها
*تأثير الغضب على اجسامنت وعقولنا.

*استراتيجيات لمنع تراكم الاحباطات.

*كيف يمكن ان نتعامل مع مشاكل الغضب المكتوم والذي يتم توجيهه بشكل خاطىء.

*كيف نحتفظ بهدوءنا في مواجهة ثوران الغضب.

كمايوضح البحث ابط خطوات للتعامل مع الاحباط وقد شمل البحث مجموعة من الاجزاء كانت

كالآتي :

*الجزء الاول : "فهم المزيد من الغضب" وهذا الجزء هو الجزء النظري و المرجو منه ان يساعد القارئ على ادراك مدى تاثير الغضب على اجسادنا وعقولنا وسلوكنا.

*الجزء الثاني : "ادارة الغضب" وهو الجزء العملي من البحث وهذا الجزء يساعد في كسر العادات القديمة واستبدال الاحتجابات المشروطة بسلوك جيد بحيث نتعلم كيفية التعبير عن الغضب دون اىذاء انفسنا او غيرنا.

*الجزء الثالث : "كيف نتعامل مع غضبا لآخرين ويعرض هذا الجزء ارشادات وتمارين للتحكم في ثورة الاخرين.

*الجزء الرابع : "استراتيجيات وقائية" وتساعد هذه الاستراتيجيات في تحديد الطرق التي ممكن من خلالها تغير

انماط السلوك العامة واسلوب الحياة وهكذا تتقي تراكم الاحباطات و القلق.

6-2دراسة محمد صقر :

اجري هذا البحث بعنوان "الاحباط".

بحيث يرى محمد صقر ان الاحباط هو المرحلة المتقدمة من التوتر بحيث يصل بنا الامر الى حد الاستسلام

والشعور بالعجز والرغبة في الانطواء، وهو يؤثر سلبا على سلوكياتنا، فهو يعوق تقدمنا في مواصلة الحياة ويجعلنا مكبلين بالهموم وعاجزين عن الانجاز.

ويبين محمد صقر ان هناك طريقتان لتجاوز الاحباط وتأثيراته النفسية.

*الطريقة الاولى : وهي الطرق المباشرة كبذل مزيد من الجهد والنشاط او البحث عن طرق افضل لبلوغ الهدف او استبداله بهدف اخر ممكن التخفيف وهي عبارة عن سلوك يهدف التخفيف حدة الاحباط.

*الطريقة الثانية : الطرق الغير مباشرة ويطلق عليها في علم النفس اسم الميكانزمات او الحيل العقلية ويلجأ اليها الفرد دون الشعور منه.

ويرى ايضا الباحث ان تكرار حدوث الاحباط غالبا مايؤدي الى حدوث مشاكل نفسية معقدة وخطيرة تستدعي العلاج، وقد يكون الاحباط بناءا في بعض الاحيان لانه يدفع بالفرد لتجاوز الفشل ووضع الحلول الملائمة لمشاكله.

3-6 دراسة الشهري محمد بن زاهر :

اجري هذا البحث بعنوان "الغضب وعلاجه"

بحيث يرى الباحث ان الغضب من الاساليب التي يستخدمها الافراد للتعبير عن ردود افعالهم وتصرفاتهم اليومية، وهو اكثر المشاعر وضوحا عند الانسان في تصرفاته حين يغضب وفيه تعابير وجهه.

ويرجع الغضب الى اسباب خارجية او داخلية، فمن الممكن ان يكون السبب هو الشخص بعينه وزميل او رئيس، وقد يكون نتيجة للتعرض لخبرات تحفزه على الضيق، واستخلص الباحث مجموعة من الاجراءات التي يمكن ان تكون علاجاً للغضب منها تدريب المخ، فكلما تم تدريب المخ زادت كفاءته في عمل الوظيفة

التي تدرب عليها.

وكذا العلاج بالبناء الادراكي والعلاج الروحي والذي يعي فيهما الفرد ان ادراكه لنفسه وللاخرين هو ادراك خاطيء ويمكن اصلاحه عند ممارسة التخييلات والرياضات الروحانية مثل التأمل الذي يقوي من مهاراته

في التماس الاعذار لغيره كما تعطي له الفرصة بان يتصرف بطريقة أكثر تعقلاً وهدوءاً.

نقد الدراسات :

يرى الباحثون في المجال الرياضي أن الإحباط يلعب دوراً هاماً في العدوان، فهو يستثير الغضب ويتيح حالة من الاستعداد للقيام بسلوك عدواني كما أن مستوى الغضب الناتج عن الإحباط يتأثر بقوة الدافع من حيث شدة الرضا الناتج عن تحقيق المكسب أو اليأس الناتج عن الخسارة.

الباب الأول

الجانب النظري

الجانب النظري

مدخل

الباب الأول

- الفصل الأول: الغضب أثناء المنافسة
- الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة
- الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم خصائص الفئة العمرية

الفصل الأول

الغضب أثناء المنافسة

مقدمة.

1. الغضب.

1.1 مفهوم الغضب.

2.1 أنواع الغضب.

3.1 مراحل الغضب.

4.1 أسباب الغضب في الرياضة.

5.1 أعراض الغضب.

6.1 التعبير عن الغضب.

7.1 التفسير المعرفي للغضب.

8.1 توجيه انفعال الغضب للرياضيين.

9.1 درجة اختلاف السلوك العدواني في الأنشطة الرياضية وعلاقتها بالغضب.

خاتمة.

مقدمة :

لا يوجد احد لا يعرف الغضب، ولا يوجد احد لم يمر بأحاسيسه التي تبدأ من الضيق البسيط انتهاء إلى بركان من ثورة عارمة . فالغضب شيء طبيعي، وعادة ما يكون شيئاً صحياً و لكن وفق معايير معينة لأنه عاطفة بشرية ، وإذا وصل الإنسان إلى نقطة عدم التحكم يصبح مدمراً و يؤدي إلى مشاكل عديدة : مشاكل في العمل ،مشاكل في العلاقات الإنسانية ،أو في جودة الحياة العامة . فالناس يتفاوتون في طريقة تعاملهم مع الآخرين في حياتهم اليومية ومعالجة المثبرات التي يواجهها البعض مع الآخر.

1- الغضب:

1-1- مفهوم الغضب:

يعتبر الغضب احد الانفعالات الأساسية للإنسان و الكائن الحي عموماً،ورغم كثرة تناوله في التراث السيكولوجي إلا أن هذا المفهوم ظل لفترة طويلة يشوبه الغموض ، والخلط بينه و بين بعض المفاهيم الأخرى المرتبطة به،ويبدو أن الغضب هو أكثر الحالات تصلباً و عناداً من بين كل الحالات المزاجية التي يرغب الناس الهروب منها وقد انتهت "تايس" من دراستها إلى أن الغضب هو أسوأ الحالات النفسية التي يصعب السيطرة عليها،والغضب هو أكثر هذه الحالات غواية على العواطف السلبية، ذلك لان الحوار الداخلي عن حقوق الذات و الذي يستحثه الغضب يملا الذهن بقناعات قوية عن أحقية دفع هذا الغضب (محمد يوسف حجاج، 2002)

1-2- انواع الغضب في الرياضة:

قدم كل من «سيلبرجر» و«سيدمان» تعريفات للمصطلحات مرتبطة بموضوع الغضب في الرياضة، حيث أن الغضب يمكن تقسيمه إلى أنواع هي كالتالي:

1-2-1 حالة الغضب :

إنها حالة نفسية بيولوجية تتكون من مشاعر ذاتية بالغضب بدرجات متفاوتة من الاستثارة أو الضيق البسيط إلى الغيظ الشديد يصاحبها تنشيط للجهاز العصبي الذاتي، وتمثل حالة مؤقتة تختلف من وقت لآخر ويستثيرها عادة إدراك الفرد الرياضي انه تعرض للاهانة أو الظلم أو الإحباط.

1-2-2 سمة الغضب:

تعبّر عن تكرار تعرض الفرد الرياضي لحالة الغضب ،فالأفراد الرياضيين الذين تكون لديهم سمة الغضب مرتفعة يدركون مدى واسعاً من المواقف على أنها مثيرة للغضب ،وبذلك يتعرضون لحالة الغضب بصورة أكثر تكراراً وشدّة بالمقارنة بالأفراد الرياضيين الذين تكون سمة الغضب لديهم منخفضة.

1-2-3 قمع الغضب:

هو قمع الفرد الرياضي لمشاعر الغضب، وعدم إظهارها حين يتعرض لحالة الغضب، ويختلف ذلك عن مفهوم الغضب الموجه نحو الذات الذي يقول به أصحاب مدرسة التحليل النفسي.

1-2-4 إظهار الغضب:

يقصد به إظهار الفرد الرياضي لمشاعر الغضب في صورة سلوك عدواني لفظي أو غير لفظي.

1-2-5 ضبط الغضب:

هو موقف وسطي في التعامل مع مشاعر الغضب يقع بين قمع الغضب و التعبير عنه في صورة سلوك عدواني. ومعنى ذلك أن التعبير عن الغضب يمثل خطأ متصلاً بين طرفين، يقع عند أحدهما القمع لمشاعر الغضب، ويقع عند الآخر التعبير عن مشاعر الغضب في صورة عنف و تدمير وعدوان في حين يتوسط الضبط المعتدل لمشاعر الغضب.

كما يرى «بص-بيري» أن الغضب هو الجسر بين كل من العدوان البدني و اللفظي من جهة و العدا من أخرى، و يشمل الغضب على المشاعر و الحركات التعبيرية و ردود الفعل الفسيولوجية أو كمجموعة من السلوكيات أو كل هذه الأشياء مجتمعة معا.

وهناك فرق بين الغضب و المضايقة طبقاً لمعظم التحليلات النفسية فالاختلاف الأساسي بين الغضب و المضايقة هو اختلاف في الدرجة، فالغضب أكثر شدة من المضايقة. (الشهري محمد بن زاهر، بدون سنة، صفحة انترنات)

مثال على ذلك « أعضب من إهانة المدرب لي و أتضايق من التغيير ببدل أثناء المنافسة » وهناك فرق في قبول الاستجابة أثناء الغضب و المضايقة، فالأشخاص المتضايقون في الغالب يحاولون إخفاء مشاعرهم و يتركوا الموقف بأقصى سرعة ممكنة .

والشخص الغاضب من جهة أخرى يمكن أن يخرج عن وعيه و يسعى إلى المواجهة باختصار، فالفرق بين الغضب و المضايقة نوعي و كمي أيضاً، فإذا كنت غاضباً قليلاً فلا يعني هذا أكثر من أنك متضايق جداً و يظهر الغضب في السطح البيني بين الذات و المجتمع بطريقة تختلف عن طريقة المضايقة. (حجاج، التعصب و العدوان في الرياضة، 2002)

1-3 مراحل الغضب في الرياضة:

في الرياضة يمر الفرد أثناء غضبه بمشاعر عديدة منها الصفات التالية:

ضيق، استياء، كدر، إستتارة، عبوس، سخط، نقمة، إساءة..... وغيرها من الصفات التي تعكس عدم رضاء الإنسان عن موقف ما تعرض له.

1-4 أسباب الغضب في الرياضة:

الغضب يرجع إلى أسباب خارجية أو داخلية، فمن الممكن أن يكون السبب إنسان بعينه مثل زميل في العمل أو الرئيس نفسه، أو قد يكون نتيجة للتعرض لخبرات تحفره على الضيق مثل: أزمة المرور، إلغاء رحلة سفر، وقد يرجع إلى أسباب أخرى من القلق كإطالة التفكير في الأمور الخاصة و العائلية أو في ذكريات مؤلمة تثير مشاعر الغضب عند إسترجاع الإنسان لها.

ومن أسباب الأخرى للغضب

الإرهاق

الجوع

الألم

المرض

الاعتماد على عقاقير بعينها أو إساءة استعمالها

الانسحاب من تأثير مخدر.

الإضطرابات النفسية مثل الاكتئاب ثنائي القطب.

العوامل الجينية

مواجهة مصدر الألم، هذا العامل الرئيسي المسئول عن الغضب لأنه بدون المواجهة ينتهي الشعور بالخوف

لدى الإنسان. (كيالي طه سهام، بدون سنة، صفحة انترنات)

1-5 أعراض الغضب:

إرتفاع ضغط الدم

زيادة إفرازات هرمونات الضغوط.

قصر التنفس

خفقان القلب

الإرتعاش

الإمساك

تقلص حدقة العين

قوة بدنية

عضلات مشدودة

الاستثارة

صمت

نفور

سلوك عدواني سلبي

حسد

غيرة

عدم الشعور بالأمان

عدم تقرير الذات

الإدانة

الاكتئاب

م القلق

عدم القدرة على النوم

إصدار الآراء سلبية

الشكوى المستمرة (كيالي طه سهام، بدون سنة، صفحة انترنات)

1-6 التعبير عن الغضب :

الطريقة الطبيعية السوية للتعبير عن الغضب هي الإستجابة بشكل عنيف نوعا ما، لأنه إحساس طبيعي يتميز به الإنسان البشري كما سبق وأن أشرنا إلى ذلك لكي يتجاوب مع التهديدات التي يواجهها و يصدر في شكل سلوك عدواني و أحاسيس قوية لتمكنه من الدفاع عن نفسه .

فالغضب مطلوب و ضروري لكي يحيا الإنسان حيث يجد فيه متنفسا لضغوطه على الجانب الآخر، من غير المسموح ممارسة العنف مع الأشخاص التي تعرضنا للضيق و الذي يتم غرسه منذ الصغر كما هو مقدم على صفحات مواقع الفيديو لوجود القوانين التي تحكمنا بالإضافة إلى المعايير الاجتماعية و قدرة الإنسان من داخله على أن يضع قيودا على ما يصدره من سلوك، و يمر الشخص بعمليات إدراكية واعية وغير واعية أثناء التعامل مع خبرة الغضب وهم ثلاث :

1-6-1 التعبير عن الغضب :

الشكل الأول في التعامل مع الغضب هو التعبير الصريح عنه ، وهو ليس شكل عدائي وإنما هو سلوك يستمر بالقوة والتعقل في أن واحد، فهو غضب صحي قوامه إخراج المشاعر الثورية الكامنة داخل نفس الشخص و بالتالي عدم تعرضه للضغوط المدمرة، لكي يقوم الشخص بالتعبير عن الغضب لا بد أن يحدد احتياجاته و كيف يلبسها بدون أن يؤذي الآخرين، وكون الإنسان حازما فهذا يعني أن يحترم نفسه و يحترم الآخرين.

1-6-2 كبح الغضب (عدم التعبير عنه) :

من الممكن كبت الغضب و كبحه لكن هذا الشكل خطير للغاية، لأن الإنسان لا يستطيع التعبير عن مشاعره و إخراجها، و بالتالي تتراكم الأحاسيس السلبية داخل النفس و تترجمها في صورة ضغط دم مرتفع اكتئاب ،..... الخ.

وعندما يقع الإنسان في هذا الفشل من التعبير عن غضبه ،يبدأ تكيف الشخص مع هذا الكبت في إصدار السلوك العدائي تجاه الآخرين لأنه ليس لديه القدرة على المواجهة كما انه يفشل في إقامة علاقة اجتماعية ناجحة.

1-6-3 الغضب الهادئ :

أما الغضب الهادئ الشكل الثالث من أنواع التعامل مع الغضب ،يهدف إلى تغيير مسار الغضب وهذا يحدث عند التوقف و التفكير في الغضب للتركيز على شيء ايجابي و الغرض من هذا الكبح ومنع ظهور

الفصل الأول: الغضب أثناء المنافسة

المشاعر الثورية هو تحويلها إلى سلوك بناء ايجابي، وهذا الغضب متوازن حيث يستطيع الشخص تهدئة غضبه من الداخل بجانب المظهر الخارجي من عدم إتباع السلوك الثوري (الطالب بوعلام الله حمزة، 2009)

1-7 التفسير المعرفي للغضب :

أشار «أليس» في مطلع كتابه عن «الغضب» (كيف نعيش بالغضب و بدونه) بأن هناك الكثير من المشكلات الصعبة التي تواجه الإنسان و تعمل على إحباطه أو تمنعه من الوصول إلى أهدافه و الحصول على ما يريد، فهي أشياء موجودة فعلا ، ويتساءل «أليس» لنا ألا نغضب من هذه المنغصات اليومية؟ ويجيب عن هذا التساؤل بأن معظم علماء النفس اتفقوا على أنه لا بد للشخص من أن يشعر بالغضب حتما، فهم يرون أن الرضيع حديث الولادة يعبر عن العواطف بالمقارنة بالغضب و الغيظ في الأولى من الحياة، كما أنه على مدار العصور أو فترات النمو واجه الكثير من البشر مشاعرهم الخاطئة التي تنم عن الغضب ويقول «أليس» أن هناك وجهة نظر تؤيد أن الإنسان يحتاج إلى الغضب ليحمي نفسه من هجمات العالم العدائي العدواني، فإذا لم يغضب ليحمي نفسه أصبح معرضا لسيطرة الآخرين عليه ويستغلونه و يعرضون حرته و ممتلكاته للخطر، ويستغلون سلبته أو ما يسمى (طبيعته الطيبة) بإساءة إستخدامه لكي يحصلوا على مكسب شخصي لهم دون أن يهتموا لمصلحته. وعلماء النفس الذين يعتقدون وجهة النظر هذه يقولون أنه إذا لم يستعد الإنسان للقتال ليحصل على ما يريد فان أمامه فقط البديل ليظل سلبيا صامتا يستغله الآخرون ويمنعونه من تحقيق أهدافه.

وعلى وجه العموم وطبقا لموقف علماء نفس الرياضة فهناك أحد الإختيارات الثلاثة للتعامل مع الغضب أثناء المنافسة و التدريب الرياضي :

الإختيار الأول: أن يشعر الفرد الرياضي بالغضب ولكنه يكتبه ويقمعه.

الإختيار الثاني: أن يشعر الفرد الرياضي بالغضب و يعبر عنه بحرية

الإختيار الثالث: يتمثل في الغضب البناء أو العدوان الإبداعي (محمد يوسف حجاج، 2002)

1-8 توجيه انفعال الغضب للرياضيين :

الواقع أن المحدد الأساسي لإستخدام إنفعال الغضب لدى اللاعب قبل المنافسة، أو أثناءها يتوقف لحد كبير على مقدرة اللاعب في التحكم و السيطرة الجيدين على هذا الإنفعال، فإذا كان اللاعب يشعر بالتكيف مع هذا الشعور بالغضب و يستطيع التحكم فيه فان هذا الشعور قد يكون مفيدا ولا بأس من إستخدامه، لكن غالبا ما يصاحب إنفعال الغضب فقدان التحكم و السيطرة وفي هذه الحالة يتوقع زيادة الأخطاء و ضعف المقدرة على التركيز.

والخلاصة أن إنفعال الغضب قد يكون له بعض الفائدة كمصدر لزيادة الإستثارة الإنفعالية، ولا حرج في ذلك حيثما أن اللاعب يعتاد على هذا الشعور ويتكيف معه، فضلا عن إمكانية السيطرة و التحكم فيه و الواقع أن القليل من اللاعبين لا يستطيعون ذلك، لذا فإنه يبدو أن هذا الإنفعال مضاره أكثر من نفعه، وقد

يكون من الأهمية أن يعرف المدرب بعض الأساليب الملائمة للتحكم في إنفعال الغضب و السيطرة عليه و مناقش منها على النحو التالي :

أولاً: يلعب عامل الزمن دورا بارزا في إنخفاض حدة إنفعال الغضب، لذلك قد يكون من المناسب أن يطلب المدرب من اللاعب الجلوس بعيدا عن موقف إستشارة الغضب، ويطلب منه التفكير في موضوع ما غير المنافسة، ثم سرعان ما يهدأ و يجمع أفكاره ثم العودة مرة أخرى لمتابعة المباراة، ومن الأهمية بمكان عندما يطلب المدرب من اللاعب التوقف لفترة من الوقت عند المشاركة الفعلية في المباراة، أن يوضح له أن ذلك ليس نوعا من العقاب لضعف مستوى أدائه، ولكن بغرض التهدئة وإستعادة حالته الطبيعية، كما يجب أن يتسم أسلوب المدرب بالهدوء وعدم العصبية عندما يطلب من اللاعب التوقف عن المشاركة في الأداء لفترة تسمح بإستعادة حالته الطبيعية.

ثانياً : يعتبر إنشغال اللاعب ببعض الأنشطة البديلة، أثناء فترة إستبعاده عن المشاركة في اللعب من النواحي المفيدة التي تساعد على إستعادة حالته الطبيعية في أسرع وقت، فعلى سبيل المثال بدلا من أن يفكر و يركز على أسباب و مظاهر الغضب يقوم اللاعب بالحديث أو المناقشة مع زميل له في موضوع ما، كما ينصح أن يؤدي اللاعب بعض تمارينات الإحماء و التهيئة، سواء ما كان يتعلق منها بالناحية البدنية أو الناحية العقلية فمثل هذه الأنشطة التي يمارسها اللاعب تحدث أثرا طيبا على تهدئة، ومن ثم إنخفاض استثارته الانفعالية.

ثالثاً: تعتبر ممارسة التدريب العقلي من أكثر الأساليب ملائمة حيث يطلب من اللاعب التركيز على الأداء اللاحق وليس التركيز على المنافس أو الإداريين أو نتائج المباريات (اسامة كامل راتب، 1990، الصفحات 147-148)

1-9 درجة اختلاف السلوك العدواني في الأنشطة الرياضية وعلاقته بالغضب :

إن الشعور بالغضب يحدث عادة نتيجة لموقف إحباط يواجه اللاعب أو إهانة موجهة لشخصه، وقد يكون هذا الشعور بالغضب نحو المنافس كما قد يكون نحو الأداة المستخدمة، ولكن هناك مشكلة عند محاولة إستخدام الغضب كمصدر للإستشارة، منها أن هذا الشعور الإنفعالي قد ينتقل إلى سلوك اللاعب خارج المنافسة، كما أن مواقف المنافسة الرياضية تحمل عادة بين طياتها العديد من مصادر الشعور بالغضب بسبب التوتر الزائد لبعض أنشطتها، وإذا أضيف إلى ما سبق أن إنفعال الغضب يمكن أن يؤدي إلى زيادة الإستشارة الإنفعالية عن المستوى المطلوب للأداء، كما أن هناك صعوبة بالنسبة للاعب الذي يتميز بالإستشارة الزائدة الناتجة عن إنفعال الغضب في سيطرته على إنفعالاته وخاصة أن هناك واجبات حركية يشملها النشاط الرياضي لا يناسبها هذا الإنفعال، ويتضح أن أهمية التعامل مع هذا الإنفعال بحیطة و الحذر البالغين .

ومما يجدر الإشارة إليه أن إستشارة إنفعال الغضب للاعب قبل المنافسة يتطلب جهدا كبيرا نظرا لعدم وجود شيء حقيقي يمكن أن يستثير غضبه في كثير من الأحيان، وليس الأمر كذلك بالنسبة للإنفعالات أخرى

الفصل الأول: الغضب أثناء المنافسة

الشعور بالغضب قبل المنافسة ولكن نظرا لأن فترة إستمراره قليلة، لذا ليس هناك ما يضمن إستمرار هذا الشعور خلال فترة المسابقة أو أثناء المراحل الحرجة من الأداء وربما قادنا هذا المعنى إلى استخلاص هام مفاده أن إنفعال الغضب تقل فائدته خاصة مع المنافسة الرياضية التي تستغرق فترة طويلة نسبيا من الزمن، ومقابل ذلك يكون ملائما لبعض المسابقات التي تؤدي خلال فترة وجيزة من الزمن مثل مسابقات رفع الأثقال أو مسابقات الرمي أو مسابقات الوثب. (اسامة كامل راتب، 1990، الصفحات 126-127-128)

خاتمة:

لعب الغضب دورا حيويا في حياة الإنسان الباكرة وذلك على إعتبار أن الغضب كان يستدعي قوة و طاقة يحتاجها الإنسان لبقائه في العالم معاد والبقاء للأقوى، أما في عالمنا الحاضر فإن اللجوء المشروع للغضب محدود، ورغم أن إنفعال الغضب و الكره يساهم أحيانا في زيادة القوة و الطاقة لدى اللاعبين وخاصة المحترفين منهم والذين يمارسون الأنشطة الرياضية ذات الإحتكاك البدني المرتفع مثل المصارعة، والملاكمة..... الخ

فإن إعتبار هذا الإنفعال كأحد المصادر الهامة في إعداد اللاعب وزيادة طاقته على الأداء، يعتبر موضع إستفهام لإعتبارات تربوية، منها أن هذا الشعور له جوانبه السلبية، كان يفقد اللاعب التحكم و السيطرة على إنفعالاته، وعدم إحترام والتقدير بين اللاعب و منافسه وفي حالة عدم النجاح أو فوز يعتبر اللاعب ذلك أمرا موجها لذاته، ويؤثر سلبيا على شخصيته .

وعندما نتعرض لمناقشة هذا الإنفعال الخاص بالغضب و الكره، فليس ذلك من منطلق التأييد لإستخدامه كمصدر للإستشارة الإنفعالية، ولكن بإعتبار أنه واقع عملي لدى بعض الرياضيين يؤثر ولا شك في مستوى أدائهم، فضلا عن أن هناك أنشطة رياضية تشجع زيادة درجة العدوانية لدى اللاعب عن أنشطة أخرى .

الفصل الثاني

الإحباط وعلاقته بالرياضة

مقدمة.

2. الإحباط.

1.2 مفهوم الإحباط.

2.2 أنواع الإحباط.

3.2 خصائص ومتغيرات الإحباط.

4.2 مصادر الإحباط.

5.2 آثار الإحباط وكيفية التعامل معه

6.2 كفايات مواجهة الإحباط.

7.2 العوامل التي تؤثر على القدرة على تحمل الإحباط.

8.2 نظريات الإحباط.

خاتمة.

■ مقدمة :

كل شخص يحمل عددا من الدوافع والحاجات و الرغبات، يسعى دوما لإشباعها و تحقيقها حيث تقف خلف العديد من أشكال سلوكه اليومي وقد ينجح الشخص في إشباع دوافعه و رغباته و قد يفشل في ذلك.

إن التعرض للفشل في إرضاء بعض الدوافع و الحاجات في حالات يجب أن يمر بها الإنسان في حياته اليومية، وذلك بسبب العديد من القيود و الظروف الداخلية و الخارجية(ظروف الزمان، المكان، القيم الاجتماعية و الظروف المادية...) لذلك نقول إن التعرض لبعض حالات الفشل في إشباع الحاجات و الرغبات أمر طبيعي عند الإنسان، حيث تسمى هذه الحالة إحباطا، فهذا الأخير هو حالة من الخيبة يشعر بها الفرد نتيجة الفشل في إشباع حاجة لديه أو تحقيق رغبة معينة.

2 الإحباط :

2-1 مفهوم الإحباط و تعريفه:

ينظر على انه: حالة انفعالية (استجابة انفعالية) يرافقها شعور بالفشل موقف أو موقف مثير يتضمن مثيرات عدة.

إدراك الفرد لعائق يمنعه من إشباع حاجة لديه أو تحقيق رغبة.

أن الموقف الإحباطي في الحقيقة، تهديد للشخصية الفرد حيث يتضمن ثلاثة عناصر أساسية:

العنصر الأول:

هو الشخص نفسه، أي دوافعه و رغباته (التي تدفعه للقيام بسلوك ما من اجل إشباعها)

العنصر الثاني:

هو موضوع الدافع أو الرغبة، أي الشيء الذي يرضي الدافع و يشبع الحاجة (مثل الطعام في حالة الجوع، وشرب الماء في حالة العطش و الاحترام في حالة حاجة إلى التقدير)

العنصر الثالث:

وهو العائق الذي يعيق الشخص و يمنعه من بلوغ الشيء(الحافز)الذي يشبع الدافع و الرغبة (مثل عوائق الزمان و المكان و الواقع و الأخلاق و الظروف الاجتماعية و المادية).

ويمكننا أن نعرف الإحباط بأنه الحالة الانفعالية التي يمر بها الفرد حين يدرك وجود عائق يمنعه من إشباع دافع لديه أو توقع مثل هذا العائق في المستقبل، ما يرافق ذلك من تهديد وتوتر نفسي . (محمد قاسم عبد الله، 2010 صفحة 125) يعرف الإحباط بصورة عامة على انه عملية تتضمن إدراك الفرد لعائق يعيق إشباع حاجة له، أو توقع حدوث هذا العائق في المستقبل مع تعرض العضوية من جراء ذلك لنوع ما من أنواع التهديد (جوودة بن جابر، 2011 صفحة 253)ويقصد بمصطلح الإحباط Frustration على أنه عرقلة مسيرة الكائن الحي إلى هدف، وسواء كان سعيه لهذا الهدف عن وعي أو لا وعي، والإحباط هو الذي يستحث تطور الأنا ولكنه عندما يتجاوز الحد يسبب الإصابة بالأعصاب، والإحباط أما شخصي و

إما بيئي.

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

الإحباط الشخصي يأتي من العجز الشخصي كإنخفاض الذكاء أو وجود عاهات بالشخص، وتأتي الإحباطات البيئية من العوائق الموجودة في البيئة مثل الفقر أو القيود الاجتماعية التي تحول بين الإنسان وتحقيق أهدافه (عبد الرحمن عيسوي، 2005 صفحة 93) ويقصد بالإحباط إعاقة الفرد من تحقيق هدفه وأصحاب نظرية (الإحباط-العدوان) يرون أن الإحباط يؤدي إلى سلوك عدواني ويكون هذا السلوك موجهًا نحو مصدر الإحباط أو قد يتجه نحو مصدر آخر كبديل للمصدر الأصلي، وقد نلاحظ في المجال الرياضي حدوث سلوك عدواني من بعض اللاعبين كنتيجة لعدم قدرتهم على مواجهة منافسيهم أو كنتيجة لقيام منافسيهم بإعاقتهم من تحقيق هدفهم (محمد حسن علاوي، 1998 صفحة 28)

2-2 أنواع الإحباط :

يمكن تصنيف الإحباط حسب عدة أسس منها :

* حسب شدة الإحباط :

فهناك إحباط بسيط يتمك في إعاقة حاجة وقتية، فالطالب الذي يريد الوصول إلى قاعة الإمتحان في الوقت المحدد ولكنه لا يتمكن من ذلك نظرا لتعطيل السيارة التي تقله يمر في وضع إحباط بسيط، وهناك إحباط صعب يتمثل في إعاقة تحقيق هدف معين في الحياة بعد العمل من أجل تحقيقه مدة طويلة من الزمن ، فالطالب الذي سعى لسنوات طويلة وعمل جاد لتحصيل علامات عالية لتأهيله لدخول كلية الطب ، ولكنه لم يحصل إلا على علامات متواضعة لا تمكنه من تحقيق هدفه، يصاب بإحباط من النوع الصعب.

* حسب مصدر الإحباط :

وهناك ثلاثة أشكال لهذا الإحباط على النحو التالي :

- الإحباط الأولى والإحباط الثانوي : فالشعور بعدم الإرتياح أمام إلحاح حاجة معينة تظهر في غير وقتها يسمى إحباطا أوليا ، مثل الشعور بالحاجة إلى النوم أو الطعام أو الشراب في غير الوقت المعتاد لتلبية الحاجة. أما إذا رافق الحاجة وجود عائق إضافي يعيق إشباعها، فإن الإحباط يسمى عندئذ إحباطا ثانويا كان يرافق الجوع وهو عائق يمنعنا من تناول الطعام.

- الإحباط السلبي والإحباط الايجابي : فإذا كانت الحاجة موجودة ووجد ما يعيق إشباعها من غير أن يرافق ذلك خطر شديد يهدد الذات سمي الإحباط سلبيًا ، أما إذا رافق الإعاقة خطر شديد فالإحباط عندئذ إيجابي مثل إمتناع رجل عن الخروج من البيت خوفا من الإصابة برصاصة أعداء يتربصون به، فالإحباط هنا إيجابيا حتى تكون حاجته إلى الخروج ضرورية ومالحة.

- الإحباط الداخلي والإحباط الخارجي : فالإعاقة قد تكون صادرة من الداخل الفرد نفسه مثل الإعاقة الناتجة عن الصراع الداخلي أو عن الخوف أو الندم أو نتيجة ضعف الحواس أو الإصابة بأحد الأمراض الجسمية، وقد تكون الإعاقة خارجية نتيجة الشروط المحيطة بالشخص مثل تهديد المجتمع أو الأهل لشخص ما إرتكب مخالفة معينة وقد تكون الإعاقة نتيجة العوز أو الفقر مثل عدم توفر وسيلة الشراء... الخ. (جودة بن جابر، 2011 صفحة 355)

2-3 - خصائص ومتغيرات الإحباط :

- 1- ربما يكون الموقف الإحباطي خاصا بعينه (مثل فشل طالب في الإمتحان) يكون عاما يحدث لعدد كبير من الأفراد والجماعات (مثل المجاعة مثلا أو كارثة...).
- 2- إدراك الفرد للموقف الإحباطي يعتمد على عوامل عدة هي ، قوة الدافع وشدته، طول مدة إعاقته وتكرارها. فكلما كان الدفع قويا (كالدوافع العضوية مثلا). وكلما طالت مدة إعاقته كان تأثير الإحباط أشد وأسوأ.
- 3- كلما كانت ثقة الفرد بنفسه و بيته كبيرة، كان تأثير الإحباط أقل.
- 4- الموقف الإحباطي النسبي، كالذي يعتبر إحباطا قويا لفرد ما قد لا يكون كذلك بالنسبة لشخص آخر بل ربما يكون باعثا على الرضا، ومثاله الشخص الذي إعتاد التدخين ولم يجده، يمر بموقف إحباطي شديد في حين عدم وجود التبغ يبحث على الرضا عند غير المدخن ، ومثله يقال عن الشخص الذي إعتاد تناول القهوة صباحا ولكنه لم يجدها في المنزل ، فإنه يمر بالإحباط شديد وفي حين عدم وجود القهوة ليس له مثل هذا الأثر عند شخص آخر لم يعتد تناول القهوة صباحا.
- 5- الفشل والإحباط ربما يقود إلى النجاح وذلك لأن الإحباط يعتبر بمكانة إنارة للسلوك والتحريض له. إن كثير من الناس يأخذون غيره من فشلهم ليكون دافعا لهم للنجاح في المستقبل في الواقع، يصدق هذا القول على حالات الفشل الأولى فقط (مثل رسوب الطالب مرة أو مرتين يدفعه لمزيد من الجهد). أما تكرار الفشل أكثر من ذلك فيقود إلى العكس حيث يؤدي إلى نوع من اليأس والقنوط والاكتئاب. (محمد قاسم عبد الله، 2010 صفحة 126)

2-4- مصادر الإحباط :

- إن العراقيل التي تعمل على إعاقة السلوك الموجه نحو تحقيق أهداف معينة كثيرة ومتعددة منها :
- * البيئة الطبيعية المحيطة بالفرد : كإنقطاع الكهرباء أثناء الإعداد للإمتحان ، كهطول المطر في موعد رحلة جامعية.
 - * البيئة الإجتماعية : كالقيد التي يفرضها الكبار على الصغار والرجال على النساء وكذلك الواقع الإجتماعية التي تتمثل في تقاليد المجتمع وأعرافه وقيمه ومثله التي تقف في كثير من الأحيان عائقا أمام تحقيق الحاجات الفردية.
 - * الواقع الذاتية : كالعيوب الذاتية التي قد تحد من السلوك الفرد وتعيقه، ونذكر منها العمى والطرش والشلل ومحدودية الموهبة، والقدرة العقلية.
 - * الصراع : مثل وجود الفرد في وضع صدامي يتمثل في قدرته على الإختيار بين هدفين أو بين إشباع حاجتين، فإن تحقيق واحدة يعمل على إحباط الأخرى وذلك عندما يتغير تحقيق الحاجتين معا. (جودة بن جابر، 2011 صفحة 354)

2-5- أثار الإحباط والتعامل معه :

إن للإحباط أثار متنوعة بعضها إيجابية (وهذه حالة نادرة) وبعضها سلبيا وضارا (وهذه الأغلب).

2-5-1 الفشل قد يبعث على الإبداع والنجاح :

وهذا ما أشرنا إليه سابقا أن بعض حالات التجديد والإحباط والفشل تعتبر بمثابة حافز ومثير للإبداع وسلوك حل المشكلات.

والواقع أن موقفى التحديد وحل المشكلات متشابهات بل ومتطابقت أحيانا، لأن في كليهما عائق يجول دون تحقيق الشخص لأهدافه ، هذا العائق دفعه لكي يتغلب عليه فإذا لم يكن هناك مواقف مشكلة فلن يكون هناك حلول ويدون وجود حلول للمشكلات سوف لن يحصل تقدم وإزدهارا ، بل ستبقى الحضارة في حالة خمود ، فالحالة الإنفعالية (التوتر والقلق) المصاحب للإحباط قد يكون مرغوبا لأنه بمثابة دافع ومحرض للسلوك الإيجابي والمبدع، من هنا فإن بعض العلماء يطلق كلمة قلق، أو وهم وضيق ليدلوا على الإحباط والقلق يعمل عمل الدافع، إلا أننا نعرف أن القلق والإحباط إذا زاد عن حده المتوسط فإنه يحدث أثار عكسية ويمنع الشخص من النشاط وبالتالي الإبداع والنجاح بالإختصار نقول أن الحالات الدنيا من الإحباط وما يرافقه من قلق يعتبر بمثابة مثير ومحرض يدفع الشخص لمزيد من العمل والإنجاز والإبداع، أما إذا تكرر الفشل والإحباط وما يرافقه من قلق زائد فإنه بمثابة معيق يحول دون العمل والإنجاز لأنه يخلق حالة من اليأس والقنوط. مثاله الطالب الذي رسب مرتين يبذل مزيد من الجهد للنجاح ويدفعه ذلك للتفوق، أما إذا تكررت حالات رسوبه مرات عديدة فإنه ستنتهي إلى حالات اليأس.

2-5-2 الإحباط يؤدي إلى العدوان :

فقد ركز العديد من العلماء السلوكيين على الآثار المصاحبة للإحباط وخاصة أثره على السلوك العدواني وقد أجريت تجارب عديدة في هذا الخصوص من قبل دولا رد، وقد توصل هذان العالمان إلى النتيجة القائلة بان الإحباط يؤدي دوما إلى حالة العدوان، وأن السلوك العدواني بكل أشكاله تسبقه دوما حالة إحباط وفشل.

إن العدوان الناتج عن التهديد المرافق للإحباط يُؤخذ أشكاله عديدة :

إما أن يكون عدوانا لفظيا (كلمات بذيئة وتعنيف) أو يكون عدوانا جسميا (ضرب-رفس-تخريب) وقد يكون مباشرا (موجه إلى مصدر الفشل والتهديد نفسه) أو غير مباشر (موجه إلى مصدر آخر غير المصدر الأصلي للفشل). (محمد قاسم عبد الله، 2010 صفحة 128)

2-5-3- الإحباط ووسائل الدفاع الأولية :

يقود الإحباط الفرد لإتباع العديد من آليات الدفاع النفسية مثل الكوص والتبرير، والإسقاط والتكرارات فالسيدة التي فشلت (إحباط) في حياتها الزوجية ، قد يدفعها إلى أن تذهب إلى والدتها بحيث تجلس في حضنها وتبكي كما كانت تفعل حين كانت طفلة وبحاجة للحنان(أنها نكصت لمرحلة ماضية).

(محمد قاسم عبد الله، 2010 صفحة 129)

2-5-4- الإحباط يؤدي إلى الاستسلام واليأس والإضرابات النفسية :

إذا تكررت حالات الإحباط والفشل عند الفرد فإنه يخلق عنده حالة من اليأس والإستسلام يرافقها :
*ضعف الثقة بالنفس ، والشعور بعدم الكفاءة، والشعور بالعزلة والوحدة، وعندما تصل الشخصية إلى هذه المرحلة، تكون عرضة للإضرابات النفسية فوراً في حالة تعرضها إلى موقف ضاعفاً أو شدة نفسية ، ونستطيع تمثل ذلك في الشكل التالي :

تكرار الإحباط ← اليأس والاستسلام
موقف ضاعط ← اضطراب نفسي/عقلي.

"فشل وقلق مستمر" "ضعف الثقة بالنفس" "شدة نفسية" لقد شدد باندرؤا سلغم ان على تكرار الإحباط يؤدي إلى الاكتئاب والعجز المتعلم.

2-6- كيف مواجهة الإحباط :

- إن مواقف الإحباط حتمية لا يمكن إلغاؤها كلية من الحياة الإنسان، وكل ما نستطيع عمله حيالها هو أن نساعد الفرد في مواجهتها والتصدي لها بحيث تقلل من أثارها السلبية وهذه الإرشادات :
- جب تدريب الفرد وتعيوده على تحمل قدر معين من الإحباط والفشل مند الصفر دون أن تترك أثراً سيئاً فيه، فالحياة لا يمكن أن تعطي التدريب على احتمالته متى كان حتمياً.
 - يجب أن لا يكون هناك هوة سحيقة بين مستوى طموح الفرد وقدراته ، أي أن لا يبالغ في طموحاته وأماله بالنسبة لإمكاناته وقدراته الجسمية والنفسية والمادية ، وإنما عليه أن يرسم لنفسه أهدافاً تقع ضمن دائرة وحدود إمكاناته، إن التفاوت بين مستوى الطموح والقدرات من علامات الشخصية المضطربة.
 - وضع الخطط والبرامج، التي يرسمها الفرد لنفسه لتساعده في مواجهة المواقف الإحباطية، لأنها تتيح له أن يضع في حساباته كل المتغيرات والإحتمالات فيقلق عنده نوعاً من الإستعداد للمواجهة والتصدي بحيث لا يفاجأ.

تنمية الفرد لقدراته وإستعداداته وخبراته بليستمرار مما يزيد من كفاءته ويكون أقل عرضة لحالات الفشل. في الواقع إن هذه بعض الإرشادات النفسية والتربوية العامة، تساعدنا في مواجهة الإحباط، ولكن

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

- إذا نظرنا بشكل عملي للطرق التي يتبعها الفرد حين مروره بالإحباط، فإننا نرى يتبع طرقا مباشرة وأخرى غير مباشرة هي :
- زيادة المجهول : ومحاولة الفرد التخلص من العائق، فإذا رسب الطالب في الإمتحان أو المقابلة سيبدل مزيدا من الجهد للنجاح في المرات التالية، وإذا أتى طفل وأخذ اللعبة منه، فإنه سيغضب ويعتدي على الطفل لإسترجاع لعبته....وهكذا.
- تغيير الطريقة : فإذا لم ينفع الجهد الإضافي لإزالة العائق فقد يحاول الفرد تغيير طريقة الحل التي كان يتبعها وإتباع أخرى توصله أي هدفه، فإذا علقت الطابطة فوق الشجرة ربما يحاول الطفل تسلق الشجرة وقد يعجز عن ذلك، وقد يكرر محاولاته ولكنه لا يحقق في هذه الحالة قد يهتدي إلى طريقة فذف الكرة بالحجارة، والطالب قد يغير طريقة دراسته إذا فشلت محاولاته السابقة.
- تغيير الهدف : إذا فشلت الطريقتان السابقتان يغير الفرد هدفه، فإذا فشل الطالب مرات متكررة في كلية الطب قد يحول إلى الهندسة، وإذا فشل في الحصول على مقعد لمشاهدة الفلم السينمائي المرغوب، فانه يتعب لمشاهدة فلم آخر أو السهرة بمكان آخر.

هذه الطرق المباشرة كلها شعورية إرادية تعتمد على التفكير والتروي وغالبا ما تنجح في تخليص الفرد من الإحباط.

أما الطرق غير المباشرة : فهي في الواقع أساليب الدفاع الأولية (آليات الدفاع) اللاشعورية مثل الكبت والتبرير والنكوص. (محمد قاسم عبد الله، 2010 الصفحات 130-131)

2-7-العوامل التي تؤثر على تحمل الإحباط :

إن الإحباط ظاهرة عالمية وكثيرة الحدوث في حياتنا، لذلك فإن الفرد أن يتعلم كيف يتحمل الإحباط وكيف يعيش مع إحباطاته، فهو إن لم يتمكن من ذلك سيواجه بصعوبات كثيرة للتكيف مع متطلبات الحياة، وينظر إلى القدرة على تحمل الإحباط كدليل للنضج الإنفعالي والاجتماعي للفرد، إن الإستجابة للموقف الإحباطي "تختلف حسب أمور عديدة منها" :

- نوعية الأفراد : فبعض الأفراد يتحملون درجة عليا من الإحباط ، بينما لا يتحمل البعض الآخر أدنى درجات الإحباط.
- عناصر الإحباط : فقد يرى شخص في عنصر ما إحباطا شديد القوة ، بينما يراه آخر عديم القوة أو الضعف وقد يراه طرف ثالث عاملا يبعث على الرضا.

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

- أصول التنشئة الاجتماعية : فالتربية المتسلطة الحامية للطفل لا تشعه على تطوير القدرة على تحمل الإحباط لأنها تزوده بكل ما يحتاج، وتقوم بإتخاذ القرارات له.
- دوافع الفرد وقوتها وطول مدة إعاقة إشباع هذه الدوافع : فالإحباط الشديد يلحق بالدافع القوي حين يعاق إشباعه، ويشتد الإحباط حين تطول مدة الإعاقة.
- درجة ثقة المرء بنفسه : فالشخص الواثق من نفسه يستطيع أن يواجه المواقف الإحباطية الشديدة بقوة، وإن يتغلب بسهولة على المواقف الإحباطية البسيطة ، ولا هذا الحال الضعيف الثقة بالنفس.
- الظروف البيئية المحيطة : مثل الظروف الإقتصادية والإجتماعية والحضارية، فالمحيط الذي تشيع فيه الحرية ويسود فيه النظام والقانون وتساوي الفرض وكغمرة قيم إحترام الإنسان يمنح الأفراد قوة في مواجهة الإحباط أكثر من المحيط الذي تسوده شريعة الغاب وانعدام النظام والقانون والتعسف والتسلط. (جودة بن جابر، 2011 صفحة 356)

2-8- نظريات الإحباط :

أصحاب هذه النظرية "دولار" وزملائه 1939 الذين افترضوا إن السلوك العدواني يسبقه إحباطا يتمثل في المواقف الذي يجب فيها الفرد نفسه إذا وجه عائق يمنعه من إشباع دوافعه كما انه يشمل الحالة الانفعالية المصاحبة لذلك , وقد قام "بركوتير" 1993 بإعادة صياغة هذه النظرية وأشار إلى أن استعداد الفرد للعدوان كما أن الاستجابة العدوان للإحباط معنى الإحباط يمكن تعديله بالتعليم. (محمد حسن علاوي، 1998 صفحة 24)

يقصد به كذلك إعاقة الفرد عن محاولته تحقيق هدف ما . (محمد حسن علاوي، 1998 صفحة 27) وأصحاب نظرية -الإحباط العدواني" يرون أن الإحباط يؤدي إلى السلوك العدواني قد يكون هذا السلوك عدواني موجها نحو مصدر الإحباط أو قد يتجه نحو مصدر آخر كبديل للمصدر الأصلي المسبب للإحباط، وقد نلاحظ في المجال الرياضي حدوث سلوك عدواني من بعض اللاعبين كنتيجة لعدم قدرتهم على مواجهة منافسيهم كنتيجة لقيام منافسيهم بإعاقاتهم عن تحقيق هدفهم. (محمد حسن علاوي، 1998 صفحة 28)

-يشير أصحاب هذه النظرية مثل "جون دولار" بيل ميللر على إن العدواني يحدث نتيجة الإحباط، بحيث أن قوة الاستمالة العدوان ترتبط بصورة مباشرة وبدرجة و"مرات الإحباط(الذي يمثل عائق يحول دون إشباع الحاجات أو تحقيق الأهداف) فإذا لم ينجح ذلك فان المعتمد قد ينجحه على مظاهر

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

انفعالية مثل الانسحاب البأس والاكتئاب أو قد يوجه العدوان نحو ذاته (محمد حسن علاوي، 1998
صفحة 27)

يحدث حين يحول عائق ما دون تحقيق الفرد لأهدافه وإشباعه لحاجته، إذا تجد فشل الفرد في الحصول على ما يريد بوتيرة الإحباط لديه والطاقة التي يولدها هذا الإحباط تدفعه إلى الاعتدال على العائق الذي يعتقد انه يحجبه عن أهدافه ، وحيث يعجز الفرد على الاعتداء على هذا العائق فانه ينتج به تلك الطاقة العدوانية إلى هدف آخر (زين العابدين درويش، 1993)

ومن الشائع في الموقف المحيطة أن يهاجم الفرد مباشرة الأشياء والأشخاص الذين هم مصدر إحباطه، فالطفل الذي يشمله زميله عادة ما يريد له بلهاته ومهاجمته جسميا، وهذا ما تراه في ساحات المدارس وحتى في الشوارع والأحياء بين الأطفال... وهناك أسباب مباشرة وأخرى غير مباشرة.

● الأسباب المباشرة :

- الانفعال العاطفي
- سوء معاملة الوالدين
- سوء معاملة الرفاق وفقدان الانسجام والتفاهم المتبادل مع الأصحاب
- الإصابات الرياضية

● الأسباب الغير المباشرة :

- الطابع العصبي للأفراد
 - الدوافع التي تناسب مع قدرات التلاميذ
 - الشعور بالإحباط.
 - الحماس الرياضي (الاندفاع في النشاط)
- ومن خلال ما اشرنا إليه نجد أن العدوانية تشمل العوامل الفطرية والوراثية والمكتسبة، فهي ظاهرة اجتماعية تختلف من مجتمع لآخر ومن زمن لآخر.

-فرضية الإحباط العدواني :

-ترغم هنا الاتجاه مجموعة من الباحثين في النفس بجامعة "يول" الأمريكية هم دولار dollard
دوي pood , ميلل miller مور, monn , سيزا sems ونشر أول كتاب لهم بعنوان الإحباط
والعدوان، وقاما في بتحليل رأي "فرويد" القاضي وبان الإحباط يقود إلى العدوان وشم تعريف الإحباط بان

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

تلك الحالة التي تحدث عندما يعاق إشباع الهدف، أو هو الأثر النفسي المؤلم المترتب على عدم الوصول للهدف أو تكرار الفشل.

ولقد تناول "دولار" نظرية الإحباط-العدوان في ضوء نظرية المشير والاستجابة حيث يرى أن العدوان دافع عزيزي داخلي ولكن ليتحرك بواسطة الغريزة بل بتحريض من مشيرات خارجية وإذا سيشير "دولار" وفقا لهذه

النظرية إلى حدود السلوك العدواني دهنما يفترض وجود إحباط، والإحباط دائما إلى العدوان. (عزة عبد الغني حجازي، 1986 صفحة 29)

وتمثل هذه الفرضية واحدة من التفسيرات السببية الكبرى للعدوان فالإحباط يحدث حالة من التحريض على العدوان وانه دائما يسبقه إحباط، ويفترض أن عدم تحقيق الهدف يسبب الإحباط يؤدي إلى سلوك عدواني ازداد الأشخاص أو الأشياء التي حالف دون تحقيق الهدف ويحدد "دولارميلر" ثلاث عوامل تحدد كمية العدوان الناتج عن الإحباط .

-شدة الدافع المرتبط بالاستجابة المحيطة :

كما زادت شدة الدافع الذي يرغب الفرد في أشياعه، وثم إعاقته الإشباع زادت شدة الإحباط، ومن ثم زادت شدة السلوك العدواني.

-وصول الإحباط إلى الاكتمال :

حيث يؤدي تراكم الإحباطات الثانوية أو الضعيفة إلى درية كبيرة من الإحباط ومن ثم سلوك عدواني عنيف (محمد السيد عبد الرحمان، 2004 الصفحات 430-431)

ويرى "دولار" إن الكبت عامل مؤثر في العدوان حيث يخفف في مشاعر العدوان لدرجة ما ويوضع إن الدرجة من إنسان لأخر حسب قدرته على كبت مشاعره العدوانية وقد يوجه الفرد عدوانية إلى الخارج ويتوقف هذا العدوان على قوة عوامل الكف. (محمد حسن علاوي، 1998 صفحة 25)

فإذا كانت هذه العوامل تحول دون توجيه العدوان ضد الذات أقوى إذا اعتقد الفرد انه السؤال عن فشله أو إحباطه ويصبح بذلك، الكف مصدر آخر للإحباط وهناك بعض الآراء التي ترى انه ليس الإحباط في حد ذاته مشير للعدوان بل هناك ضوابط أو تغيرات يشترط توافر ما كي يؤدي الإحباط إلى حدود السلوك العدواني ومنها :

-مقدار التسامح أو العقاب الذي يواجه به العدوان.

-قابلية الفرد المتحمل للإحباط

ويشير "buss" إلى أن هذه النظرية تتصور أن العدوان لا يحدث إلا استجابة للإحباط ويصاحبه نوع من الغضب وهي بذلك تتجاهل فئة عريضة من الاستجابات العدوانية التي لا يصاحبها شعور بالإحباط (Buss, 1961 p. 161)

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

وهذا ما يؤكد "روبيرت" حينما أشار إلى أن العدوان أسباب أخر كما أن للإحباط تأثيرات متعددة. ويتمتع مما سبق أن فرض "دولار" وزملائه كونه كل إحباط يعيقه عدوان لا بد أن يتحرى فيه الدقة والضبط المنهجي في قياسي الموقف وترجمته من حيث الطبيعة ونوعية الوقف المحيط وتكرار مواقف الإحباط، وكذلك طبيعة شخصية الملتقي الموافق المحيطة فرما يواجه فرد موقف الإحباط بخيمة الأمل والانسحاب من الواقع أو الهروب منه أو توجيهه للعدوان أو نحو مصدر الإحباط ، فإذا لم ينجح ذلك فإن المتعدي قد يتجلى الى العدوان على مصدر ثانوي (محمد حسن علاوي، 1998 صفحة 22)

-فرضية الإحباط العدوان ل"بيركوتيز":

تجاهلت فرضية الإحباط- العدوان مدى الاختلاف بين الناس في قدرتهم على التفاصيل مع الإحباط وقد أعاد "بيركوتيز" صياغة فرضية الإحباط-العدوان وأشار كان قوة الإحباط المسببة للعدوان تعتمد على مستوى أثاره التي يحددها الإحباط، كما تتبدل الظروف الفردية في العدوان، فعندما يتعرض الأطفال المتأصل لديهم السلوك العدواني لمثيرات العدوان وتبعاً لنظرية الإحباط-العدوان كبير كويتز. فإن السلوك ينتج عن خليط من القوى الداخلية(الغضب) والمثيرات الخارجية والمثيرات العدوانية.

وتساعد هذه النظرية في تفسير كيف تستثار الاستجابات العدوانية وكيف تنمو العادات العدوانية وكيف تصبح المثيرات عدوانية، ويمكن توضيح نظرية "بيركوتيز" عن الإحباط و العدوان طبقاً للشكل التالي (محمد السيد عبد الرحمان، 2004 الصفحات 431-432)

-فرضية "بيركوتيز" للإحباط والعدوان:

الإحباط قد يلعب دوراً مهماً في تحقيق الصحة النفسية أو التحول بها إلى حالات

1- الإحباط النفسي: فهو يعتبر من أهم العوامل المؤثرة على توافقك الشخصي وكلما كانت قوتك أعظم وتماسك شخصيتك امتن واصلب استطعت تحمل الإحباط وثابتت في تجاوز عوائقه ومشاعره وانطلقت في الحياة محققاً هدفك أو مغيره ناعماً بحياتك وسعيداً بسعادتك ولحظاتك.

2- العوامل المؤثرة(عدل):

فكلما استسلمت للعوائق التي تواجهها وما يصاحبها من مشاعر الإحباط : مستوى عتبة الإحباط. لتحقيق حدة تلك المشاعر(ميكانيزمات التوافق) بسرعة، أو كثرت من ألبؤ إلى الحيل النفسية واستغرقت فيها فترات طويلة كانت عتبة الإحباط لديك منخفضة.

قوة العائق الذي يحول بينك وتحقيق هدفك أو إشباع حاجتك.

شدة الرغبة في الهدف.

عدم توفر أهداف بديلة.

. التراكم الحبري وتجارب الإحباط السابقة. (المواقع الالكترونية)

3- وسيلة لتخلي الإحباط(عدل):

الفصل الثاني: الإحباط وعلاقته بالرياضة

- ويعتبر نموذجاً عملياً على ضغوط العمل... استخدم النظام التهدئة الفوري.
- مع كل مشكلة توجد... تراجع المرفق من زواياه العدة, وتذكر قول القائل... السيطرة على الذهن فرصة لاكتشاف حل المشكلة.
- يجب أن نشعر بان تؤديه من أعمال، له أهمية كبيرة في تحقيق أهداف العمل.
- هيبئ نفسك لمواجهة أي عائق، ولكن بتفكير ايجابي.
- اصبر على الإحباطات جميعاً. (المواقع الالكترونية)
- لا تعط فرصة للشك بان يتسلل إلى قلبك ، وكن على يقين تام بأن ما تنجزه من أعمال يكون مشرفاً.

خاتمة :

إن التعرض للفشل في إرضاء بعض الدوافع و الحاجات في حالات يجب أن يمر بها الإنسان في حياته اليومية وذلك بسبب العديد من القيود والظروف الداخلية و الخارجية (ظروف الزمان والمكان، القيم الاجتماعية، الظروف المادية...) لذلك نقول إن التعرض لبعض حالات الفشل في إشباع الحاجات و الرغبات أمر طبيعي عند الإنسان، وهذا ما نسميه بالإحباط.

ولكن بقاء الحال من المحال، فما نعيشه من لحظات الإحباط فهي لن تدوم، وكلما ازداد الكرب والضيق قرب الفرج لقوله تعالى « حَتَّىٰ إِذَا اسْتَيْسَرَ الرُّسُلُ وَظَنُّوا أَنَّهُمْ قَدْ كُذِّبُوا جَاءَهُمْ نَصْرُنَا فَنُجِّيَ مَنْ نَشَاءُ وَلَا يُرَدُّ بَأْسُنَا عَنِ الْقَوْمِ الْمُجْرِمِينَ » (القران الكريم، سورة يوسف، الآية 110)

الفصل الثالث

تاريخ كرة القدم مع خصائص المرحلة العمرية

مقدمة.

3. تاريخ كرة القدم وتطورها.

1.3 مفهوم الرياضة.

2.3 أنواع الرياضات.

3.3 تعريف كرة القدم.

4.3 تاريخ ظهور وانتشار كرة القدم.

5.3 تطور لعبة كرة القدم في العالم.

6.3 تطور لعبة كرة القدم في الجزائر.

7.3 شعبية كرة القدم في الجزائر.

8.3 الخصائص النفسية الخاصة بلاعبي كرة القدم.

9.3 سمات فئة الأكاير.

10.3 المظاهر السلوكية العامة للكبار.

11.3 التطور الجسمي والفيزيولوجي للكبار.

خاتمة.

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

مقدمة :

إن رياضة كرة القدم بلغت من الشهرة حدا لم تبلغه الألعاب أو الرياضيات الأخرى، كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت فيشدة الإقبال على ممارستها والتسابق على المشاركة في منافستها، ويعود سبب ذلك إلى ما تحتويه من مهارات يتأثر بها الجمهور، مما ساهم في الارتقاء بها إلى أرقى مستويات في مختلف منافسات رياضة وزاد من أهميتها وتطورها، وكغيرها من الألعاب الرياضية فقد مرت بالعديد من المراحل و التطورات قبل وصولها إلى المستويات الحالية. ولذلك سوف تخصص هذا الجزء من البحث، لتتطرق إلى تاريخ كرة القدم في العالم وفي الجزائر.

3-1- رياضة كرة القدم تاريخها وتطورها :

3-1-1- مفهوم الرياضة :

إن الرياضة كلمة من أصل الإنجليزي sport ومعناها التسلية ، كما إنها نشاط لشغل وقت يتركز على التمارين للصفات الجسمية وفي نفس الوقت الفراغ يتركز على حرية الاختبار والمجانية وروح المخاطرة و الخضوع للقوانين وروح المنافسة والاحتكار الإرادي بالخضم ، كما إن الرياضة هي ذلك الانفعال الاندفاع للوصول إلى المستويات العالية.

واختلف العلماء في تعريفهم للرياضة حيث :

* يعرفها "هرت" 1925م بأنها كل أنواع التمارين أو النشاطات البدنية التي يراد بها تحقيق مستوى معين. مع وقت للراحة يتخلل هذه التمارين، وتؤدي هذه التمارين ضد خصم أو حاجز معين كالمسافة أو الوقت أو صعوبة أو خطر معين.

* إما "فرنست" 1968م يعرفها بأنها نشاط ليس له هدف أو منفعة مباشرة يتم في شكل مسابقة تتركز على مجهود عضلي شديد ويتطلب هذا المجهود استعمال الكثير من الطاقة وتكون هته المسابقة عادة مصحوبة بالتشجيع، إذن فالرياضة هي نشاط خاص بأوقات فراغ يغلب عليه الجهد البدني وتتكون بطريقة تنافسية وفي إطار قواعد معينة.

3-2 أنواع الرياضات :

من المعروف إن الرياضة تخدم الفرد والجماعة على حد سواء وذلك من ممارستها منفردا أو في إطار جماعي، ومن هذا يتبين إن الرياضة نوعان :

3-2-1- الرياضة الفردية :

هي تلك الألعاب والنشاطات التي يمارسها شخص بمفرده لا دون الاستعانة بالآخرين ونذكر لذلك عدة أمثلة: - الرياضة القتالية : الجيدو، الكراتي، المصارعة بأنواعها الملائكة.....الخ.

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

* العاب القوى بجميع أنواعها : الجري، رمي الرمح، رمي المطرقة، القفز العالي، القفز الطويل، القفز بالزانة.....الخ.

- السباحة بأنواعها : سباحة على (الظهر، الحرة، الصدر، الفراشة.....الخ).

3-2-2-الرياضة الجماعية :

قد تختلف آراء المختصين في إعطاء مفهوم الرياضة الجماعية، فهناك من يرى أنها ما هي إلا نشاط لشغل وقت الفراغ وهناك من يرى إنها نشاط جماعي هادف كبقية النشاطات داخل المجتمع، وهناك من يذهب إلى ابعده من ذلك فيرى إنها وسيلة تربوية ترفيهية ممتعة تكتسي طابعا جماعيا مهما. ورغم هذا الاختلاف إلا أن الأغلبية منهم يتفقون على أن الرياضة الجماعية تعتبر نشاط جماعي كبقية النشاطات الجماعية في المجتمع يشترك فيها عادة أكثر من شخص واحد في جو تنافسي وتعاوني لتحقيق هدف جماعي مشترك، وهي وسيلة تربوية مهمة تساهم في التطوير الايجابي للعديد من الجوانب عند الفرد، سواء كانت جسمية أو نفسية أو اجتماعية أو تربوية ونذكر عدة أمثلة للرياضات الجماعية (كرة القدم، كرة اليد، كرة السلة، كرة الطائرة، الهوكي، البيسبول.....الخ).

3-3-تعريف كرة القدم :

كرة القدم هي لعبة جماعية يتم فيها تسجيل أكبر عدد من الأهداف في شبك المنافس أو الخصم والمحافظة على الشباك نظيفة من الأهداف وتلعب بين فريقين يضم كل فريق (11) لاعبا وتلعب بكرة مستديرة مصنوعة من الجلد وتدوم المبراة (90) دقيقة أي (45) دقيقة لكل شوط يتخللها وقت للراحة بين الشوطين (15)، تجري المباراة بين فريقان يرتديان ألبسة مختلفة وتتكون هذه الأخيرة من تبان، قميص وحذاء خاص باللعبة، ويمكن الهدف الأساسي في حسن صنع اللعب بشكل جماعي من اجل التطبيق الجيد للخطط. (مختار سالم، 1988 صفحة 12)

3-4-تاريخ ظهور وانتشار لعبة كرة القدم:

إذا أرجعنا إلى تاريخ كرة القدم وجدنا إنها في بدايتها كانت تتم بالارتجال ولا تقوم على

أسس

من الفن والدراسة، وقد اتفق جميع خبراء التربية البدنية والرياضة والمؤرخون على إن لعبة كرة القدم بدأت على أن لعبة كرة القدم بدأت ممارستها منذ زمن بعيد وذلك بين الجيوش حيث التاريخ م ن الجيوش الصينية.

كانت تمارس لعبة تشبه إلى حد كبير لعبة كرة القدم، وكانوا يعتبرونها تدريبا مكتملا للتدريبات العسكرية كما إن الجيوش الرومانية كانت تمارس كرة القدم، وبعد هؤلاء تقلها الانجليز وتعاهدوها بالصقل، ولم تكن هناك قوانين للعبة حيث كانت تقام المباراة بين بلدين أو هدنتين متقاربتين ويحاول كل منهما أن

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

يصل بالكرة إلى وسط البلدة ليدخلها غازيا منتصرا , وكانت المباراة تستمر أياما أو أسابيع أو ربما شهورا , وكانت المباراة مصحوبة بحوادث كثيرة تصل إلى حد سقوط ضحايا أثناء إقامة المباريات مما حمل بعض الحكومات إلى إصدار قوانين تحرم لعبة كرة القدم واستنادا إلى المناقشات التاريخية بين العلماء والمؤرخين فان بعضهم يقول إن لعبة كرة القدم ظهرت في القرنين الثالث والرابع قبل الميلاد كأسلوب عسكري تدريبي في الحين وتحديدًا في الفترة الممتدة بين سنة 206 قبل الميلاد وسنة 25 بعد الميلاد كما ورد في احد مصادر التاريخ الصيني, وكانت اللعبة تسمى باسم صيني « تسو تشو tsv.chv » (فيصل رشيد العياش الديلمي، لحمر عبد الحق صفحة 3)

الكلمة الأولى تعني الركل والثانية تعني الكرة, وكل ما عرف عنها من تفاصيل أنها كانت تتألف من قائمتين عموديتين يزيد ارتفاعها عن "30 قدم" مكسوة بالحرائر المزركشة وبينهما شبكة من الخيوط الحريرية يتوسطها ثقب مستدير مقدار قطره « قدم واحد » .

وكان هذا الهدف يوضح أمام الإمبراطور في الحفلات العامة حيث يتبارى الجنود بمهاراتهم في ضرب الكرة لكي تمر من هذا الثقب , وكانت بالقوة والشدة التي هي عليها الآن بل منفوخة في رخاوة بهواء يعادل 9/10 من حجمها تقريبا, وكان جزاء الفائز صرف كمية من الفواكه والنبيد و الزهور والقصبات. وفي ايطاليا عرفت لعبة كرة القدم قديما باسم « كلشيو calcio » (فيصل رشيد العياش الديلمي، لحمر عبد الحق صفحة 3)

كانت تلعب في "فلورنسا" مرتين في السنة من يوم 24 جويلية بمناسبة عيد "jazzons" وكانت الايام بمثابة العيد وكانت المنافسة تقام بين فريقين الأول احمر باسم "Rossi" والثاني ابيض باسم "biomcki" ويضم كبل فريق "21" لاعب يلعبون في "PITZEA" وكان المرمى عبارة عن عرض الملعب كله وكان اللعب خشنا والملعب مغطى بالرمال و إلى اليوم مازالت هاتان المباراة تقامان في نفس المؤد وقال بعض المؤرخين :

إن المجتمع اليونان كان لديهم لعبة تسمى "épiscyres" لدى الرومان لعبة أخرى باسم « harpas tom ». وبلدان هؤلاء جاؤوا بها إلى الجزر البريطانية عند احتلالهم لها , وذكر المؤرخون أن الرومان لعبوا كرة القدم في كل بلد احتلوه أثناء غزواتهم من بينها الجزائر ومصر.

وادعى البريطانيون إن لعبة كرة القدم من أفكارهم وحدهم واشتهروا على ذلك بواقعة تاريخية هي : إن الدانمركيين احتلوا الانجليز في فترة ما بين 1016 إلى 1042 بعد الميلاد وان الانجليز حاربوهم في معركة كان من أثارها إن الجنود الانجليز قطعوا رأس قائد دانمركي وداسوه بأرجلهم واخذوا يضربونه بأقدامهم مثل الكرة (مختار سالم، 1988 صفحة 13)

وبعد ذلك استبدلوا الرأس البشري بكرة للعبة, وأصبح هذا الحادث تقليدا بحيث تدريجيا ظهر بعض الأطفال يتقاذفون بين أقدامهم جسما كرويا من جلد البقر فنشأت فكرة كرة القدم, ثم تحولت بمرور

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

الزمن إلى لعبة كرة القدم واعتبروا إن تاريخ ظهورها 1050 إلى 1075 بعد الميلاد وكانوا يسمونها ركل الرأس الدائري ثم سميت بعد ذلك بكرة القدم, وكانوا يمتونها « football » ثم تخصص لها لا ميادين و لا قانون.

و قد حرم الملك هنري الثاني لعب كرة القدم سنة 1154م إلى 1189م وعند وفاته سنة 1189م كانت لعبة كرة القدم مجرد ذكرى لان تحريمها ظل نافذا حتى 400 سنة. وجاء عهد الملك جيمس الأول فشحح اللعبة, ويذكر التاريخ إن بعض الملوك انجلترا او قفوا لعب كرة القدم وأولهم «ادوارد الثاني» في عام 1349م

وواقف لعبها «ادوارد الثالث» في سنة 1389م, وفي 1391م قال الملوك إنها لعبة.... لا تصلح للتدريب العسكري وأنها لعبة خطيرة تخلف ضحايا كثير.

وفي عام 1800م تكرر مساواة عدد لاعبي الفريقين, وحدد المرمى بين قدمين وثلاث أقدام وظلت القوانين تتحسن من اجل صالح اللعبة, و1831م ظهرت اللعبة في «ايرلندا» ومنها إلى أمريكا الشمالية ثم

دخلت اللعبة إلى استراليا عن طريق عمال المناجم في عام 1858م, استمرت في انتشار حتى دخلت إلى مصر عن طريق الجيوش الانجليزية عام 1882م, إما في سوريا فانتشرت اللعبة فيها بفضل الجيوش الفرنسية كما انتشرت اللعبة في شمال إفريقيا عن طريق الاحتلال الفرنسي والاسباني والاطالي, وكان الشباب في كل من الجزائر و المغرب و تونس يمارسون اللعبة في النوادي الجمعيات المختلفة, وللعلم فان المنتخبات والنوادي الفرنسية كانت تضم في صفوفها لاعبين ممتازين من أصل جزائري.

3-5 تطور لعبة كرة القدم في العالم :

إن رياضة كرة القدم بلغت حدا من الشهرة لم تبلغه الألعاب الرياضية الأخرى واكتسبت شهرة وشعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها ومشاهدة مبارياتها حتى أصبحت تسمى بمعشوقة الجماهير وقد مرت كرة القدم بتطورات عديدة وعند استقراءنا نجد إنها ظهرت في الصين في القرنين الثالث والرابع قبل الميلاد كأسلوب تدريب عسكري وسميت "تسو تشو tsv chv" فيها يذهب المؤرخون. (المذكورة الرياضية، 1998 صفحة 6)

إن اللعبة ظهرت في اليابان تحت اسم "ko mari" منذ 14 قرن من جهة أخرى يقول الايطاليون إن اللعبة ظهرت عندهم و كانت تسمى "calcio" لكن المؤرخون البريطانيون ادعوا إن لعبة كرة القدم من أفكارهم وحدهم واستبدلوا بواقعة ; كل رأس القائد الدائري المهزوم حوالي 1050-1075 بعد الميلاد وكانوا يسمونها "foot Ball".

وكان الظهور رسمي للعبة سنة 1863م تحت اسم جمعية كرة القدم وفي سنة 1930م كانت أول بطولة عالمية بكرة القدم بالارغواني بمشاركة(13) منتخب (04) من اوروبا و(09) من أمريكا.

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

أما أول مقابلة فجرت بين فرنسا المكسيك و انتهت لصالح الأول(04-01) وكان شرف التسجيل أول التسجيل أول هدف في المونديال من نصيب الفرنسي "لوسيان لوزان" أما صاحب أول بطولة فهو بالارغواي.

وقد تم توقيف كأس العلم التي كان من المقرر تنظيمها في البرازيل سنة 1942م بسبب الحرب العالمية الثانية و تم تأجيلها إلى سنة 1950م حيث شاركت فيها (13) دولة وتميزت هذه الدورة بحادثة ماركتنا الشهيرة حيث فازت الاورغواي على البرازيل في الملعب هذه وللمرة الثانية في تاريخها. وفي ما يلي أهم المخطات التاريخية في كرة القدم. (فيصل رشيد العياش الديلمي، لحر عبد الحق صفحة 6)

1845م وضعت جامعة كامبريدج القواعد(13) للعبة كرة القدم.
1855م أسس أول نادي لكرة القدم ببريطانيا (نادي شيفيل) .
1863م أسس اتحاد البريطاني لكرة القدم(أول اتحاد في العالم).
1871م سمح لحارس المرمى باستخدام يديه لصد كرة القدم ومسكها.
1875م حدد ارتفاع عارضة المرمى (2,44) وطبق تغيير المرمى بعد الاستراحة.
1880م وضعت قاعدة رمي التماس باليدين.
1882م عقد مؤتمر دولي بلندن ضم مندوبي الاتحادات كل من بريطانيا , استلنداو ايرلندا وويلز وتقرر فيه إنشاء هيئة دولية على تنفيذ القانون وتعديله وقد اعترف الاتحاد الدولي عند تأسيسه بها.
1885م تقرر السماح بالاحتراف في كرة القدم.
1891م تقرر وضع الشبكة خلف المرمى كما تقرر مادة ضربة الجزاء وظهر على الساحة حكم المباراة مع المساعدين.

1904م تأسيس الاتحاد الدولي لكرة القدم .FIFA
1907م تأسيس الاتحاد البريطاني للهواة.
1925م إدخال قانون حالة التسلل.
1928م انفصال بريطانيا عن الاتحاد الدولي لكرة القدم.
1930م إقامة أول كأس العالم في الرغواي وفازت بها الارغواي.
1931م وضعت عقوبة الخطأ في الرمية التماس بنقل الحق للفريق الآخر , وسمح للحارس إن يخطو بالكرة أربع خطوات بدل اثنين.
1934م فازت ايطاليا بكأس العالم.
1936م جرت محاولة تعيين حكمين للمباراة.
1938م فازت ايطاليا بكأس العالم.

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

- 1939م متقرر وضع أرقام على ظهور اللاعبين وتوقفت المباريات الدولية الرسمية بسبب الحرب.
- 1945م انشأ نعت الباربات الدولية الرسمية.
- 1946م عودة التحد البريطاني إلى عائلة الاتحاد الدولي.
- 1949م أقيمت أول دورة الكرة القدم بين البحر المتوسط.
- 1950م كاس العالم في البرازيل وفوز الاوروغواي بالكأس, وتقرر أيضا إقامة دورة عسكرية بكرة القدم.
- 1953م الدورة العربية الأولى للألعاب الرياضية بالإسكندرية وكانت كرة القدم من ابرز ألعابها.
- 1954م كاس العالم بسويسرا وفوز ألمانيا على المجر (3-2).
- 1955م دورة المتوسط ومن ابرز ألعابها كرة القدم.
- 1958م كاس العالم في السويد وفازت بها البرازيل على السويد (5-2).
- 1962م كاس العالم في الشيلي وفازت البرازيل على تشيك سلوفاكيا (3-1).
- 1963م كاس العرب في لبنان.
- 1966م كاس العالم بالبحر المتوسط.
- 1976م كاس العالم في المكسيك وفوز البرازيل على ايطاليا (4-1) للمرة الثالثة واحتفاظها بالكأس نهائيا.
- 1974م كاس العالم ألمانيا وفازت بها ألمانيا على هولندا (2-1).
- 1978م كاس العالم بالأرجنتين بمشاركة تونس وفازت الأرجنتين على هولندا (3-1) بعد تمديد الوقت.
- 1980م مشاركة الجزائر لأول مرة بلعبة كرة القدم في الألعاب الاولمبية في موسكو. (فيصل رشيد العياش الديلمي، لحر عبد الحق الصفحات 7-8)
- 1982م كاس العالم باسبانيا وشاركت (24) فريقا ضمنهم منتخب عربيان هما : الجزائر والكويت وعرفت هذه الدورة انجازات تاريخيا للجزائر وفازت الأرجنتين بها.
- 1990م تنظيم الجزائر كاس إفريقيا للأمم وفوزها على نيجيريا في النهائي (1-0).
- 1990م كاس العالم بايطاليا وفوز ألمانيا على الأرجنتين في النهائي (1-0).
- 1994م كاس العالم في الولايات المتحدة وفوز البرازيل على ايطاليا في النهائي بركلات الترجيح.
- 1998م كاس العالم في فرنسا وفوز هذه الأخيرة على البرازيل في النهائي (3-0).
- 2002م تنظيم كاس العالم لأول مرة بصفة مشتركة بين اليابان وكوريا الجنوبية وعرفت فوز البرازيل على ألمانيا في النهائي (2-0).
- 2006م فوز ألمانيا بشرف استضافة كاس العالم والتي ستقام في هذه الصائفة.

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

وبالإضافة إلى كل هذا فقد كان لكرة القدم الفضل الكبير في تقليص الهوة بين الشمال والجنوب فقد أصرت دول القارتين الجنوبيتين على المشاركة بانتظام في كأس العالم منذ سنة 1970م، ومحاولة الوقوف في وجه الدول المتقدمة من خلال تسجيل نتائج إيجابية.

وفي 1978م شاركت تونس كممثلة لإفريقيا في الأرحنتين، وبعد الاحتجاجات وافقت الاتحادية الدولية على إضافة فريق من كل قارة في الدورات المقبلة، فاغتنمت كل من الجزائر والكامرون فرصة المشاركة في كأس العالم بإسبانيا 1982م وأبهرتا العالم بمستواهما العالي، حيث لقت الجزائر ألمانيا درسا وفازت عليها (2-1) كما فازت على الشيلي (3-2) وانتهت في الأخير أمام النمسا (2-0).

وحرمت من التأهل إلى الدور الثاني بعد التواطؤ بين المنتخبين الألماني والنمساوي الشيء الذي دفع الاتحاد الدولي إلى إقامة المباريات الحاسمة في نفس التوقيت ولكن رغم هذا إلا أن منطق الدول المتقدمة لم يتغير إلى أن جاءت فرصة كأس العالم 1990م بإيطاليا، حيث فعل الفريق الكامروني القادم من العالم الثالث المتخلف في نظر الغرب ولم يكن في الحسبان وكذا إن يتأهل إلى الدور النصف النهائي أمام عمالقة الكرة في العالم، حيث أقصى على يد إنجلترا بشرف بعد تمديد الوقت (3-2) وكان الكامرون قد فاز على الأرحنتين في الدور الأول (1-0) وعلى كولومبيا (2-0) في الدور الثمن النهائي بفضل ونظرا للنتائج المحققة اضطرت الاتحادية الدولية إلى إضافة فريق ثالث للقارة السمراء في 1994م بالولايات المتحدة حيث ابهر المنتخب النيجيري المتبعين، ليصعد العدد إلى (5) ممثلين في مونديال فرنسا 1998م وما النتائج المسجلة في المونديال كوريا ج.و اليابان سنة 2002م إلا لدليل على مدى تطور كرة القدم في كل من إفريقيا وآسيا، حيث فاجأ الشغل المشارك الأول مرة الملاحظين بفوزه على حامل اللقب المنتخب الفرنسي (1-0) ووصله (1) الدور النهائي بعد فوزه على السويد في الدور الثمن النهائي وخسارته أمام تركيا في الدور الربع النهائي بصعوبة (1-0) دون إن تسمى ما فعلته كوريا ج.و بإقصائها لكل من إسبانيا في الثمن النهائي (2-1) وإيطاليا في الدور الربع النهائي (1-0) وحصلت على المرتبة الرابعة بعد خسارتها أمام تركيا في إنجاز غير مسبوق للكرة الآسيوية.

3-6. تطور كرة القدم الجزائرية :

- يقسم المختصون والمتابعون لمشوار كرة القدم الجزائرية تطورها إلى ثلاث مراحل أساسية هي :

3-6-1- المرحلة الأولى: 1895م-1962م انطلاقة جزئية في ظروف صعبة .

- تعتبر رياضة كرة القدم من بين أول الرياضات التي ظهرت واتحدت لها مكانا مهما في المجتمع الجزائري، وقد اكتسبت شعبية لا مثيل لها وهذا بفضل الشيخ "عمر محمود علي رايس" الذي أسس أول نادي للممارسة كرة القدم في الجزائر سنة 1895م والذي كانت بدايته الرسمية سنت 1912م تحت اسم مولودية الجزائر MCA، وعليه فان هذا النادي هو عميد الندية الجزائرية، غير إن هناك من يقول إن النادي الرياضي لقسنطينة CSC هو اعرف نادي في الجزائر تأسس قبل سنة 1921م .

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

- وبعد تأسيس كل من مولودية الجزائر وشباب قسنطينة تأسست عدة فرق منها : غالي معسكر , الاتحاد الإسلامي لوهراڤ , الاتحاد الرياضي الإسلامي للبليدة, الاتحاد الإسلامي الرياضي للجزائر .- (المذكرة الرياضية، 1998 صفحة 56).
- ونظرا لحاجة الشعب الجزائري الماسة كل قوى أبنائه من اجل الانضمام والتكتل اصد الاستعمار كانت الرياضة عموما وكرة القدم خاصة كوسيلة من وسائل الكفاح.
- حيث كانت تنظم مقابلات بين الفرق من أبناء الشعب الجزائري وفرق من المهريڤ , ومع تزايد الأندية الإسلامية ازداد عدد الباريات وأصبحت هذه الأخيرة تعطي الفرصة.
- لأبناء الشعب بالتجمع والتظاهر بعد كل مقابلة, ففي المقابلة التي جمعت بين فريق مولودية الجزائر بفريق "سانت اوجين" بولو عيب حاليا هناك اشتباكات عنيفة بين أبناء الشعب وقوة الاستعمار واعتقل مع كبير من الجزائريين , وهذا ما أدى بقيادة القوة إلى تجميد النشاطات الرياضية في 11 مارس 1956م تجنباً للإضرار التي تلحق بالجزائريين 1 (المذكرة الرياضية، 1998 صفحة 6)
- وقد عرفت الثورة التحريرية تكوين فرقة جبهة التحرير الوطني 18 ابريل 1958م وهذا تطبيقاً لمبدأ تنويع الكفاح, وانظم إلى الفريق لاعبين ممتازين كانوا ينشطون في البطولة فرنسية منهم : مخلوفي, زوبا, كريمو... الخ, وكان هذا الفريق يمثل الجزائر في مختلف المنافسات العربية والدولية.
- 3-6-2 المرحلة الثانية : 1962م - 1975م** الكرة الجزائرية تنفس الصعداء بعد استرجاع السيادة الوطنية والحصول على الاستقلال شهدت كرة القدم في بلادنا مرحلة جديدة حيث نظمت أول دورة كروية بتاريخ 13 أكتوبر 1962م من طرف مجلس الرياضة تحت إشراف الدكتور "م معوش" وقد شاركت في هذه الدورة أندية : الوداد البيضاءوي (المغرب) , الترجي التونسي, الاتحاد طرابلس (ليبيا).
- ويبلغ عدد الممارسين لهذه اللعبة في الجزائر حوالي 111000 ممارس, ينشطون في ما يقارب 1410 جمعية رياضية في 48 ولاية, وضمن 8 رابطاتجهوية.
- وقد نظمت أول بطولة جزائرية بكرة القدم موسم 1962م-1963م, وقد فاز بها الاتحاد الإسلامي للجزائر, ونظمت أول كأس للجمهورية سنة 1963م وفاز بها وفاق سطيف.
- إما أول مقابلة للفريق الوطني الجزائري فكانت سنة 1963م ضد المنتخب بلغاريا(2-1) لصالح الجزائر, إما أول لقاء رسمي للجزائر فقد كان ضد تونس 1964م إما تتويج للجزائر فكان إفراز الميدالية الذهبية في الألعاب المتوسطية 1975م بالجزائر اثر فوزه على نظيره الفرنسي(3-2).
- وعلى صعيد الأندية الوطنية فأول تتويج تحصلت عليه مولودية الجزائر وذلك بفوزها بكأس إفريقيقيا للأندية البطلة 1976م ضد نادي "كونا كري" من غينيا.
- 3-6-3 المرحلة الثالثة : 1976م - 1996م** الفترة الذهبية :

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

- بعد فترة الستينات جاءت الإصلاح الرياضي , حيث عرفت هذه الفترة قفزة نوعية لرياضة كرة القدم الجزائرية وهذا نظر لتوفر المنشآت الرياضية الإمكانية المادية, ومن بين اكبر المنشآت الرياضية في الجزائر نجد مركب جويلية الالبي الذي دشن سنة 1972م والذي يعتبر رمز للرياضة الجزائرية بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة.
- وخلال هذه المرحلة تم دمج معظم الأندية في المؤسسات الاقتصادية الكبرى وكمثال على ذلك نذكر نادي مولودية الجزائر التي ضمت الشركة سون طراك الكبرى , كما تم دمج بعض الأندية في السلطات البلدية.
- وبدأت نتائج الإصلاح الرياضي تظهر منذ سنة 1978م حيث تحصل المنتخب الجزائري على الميدالية الذهبية في الألعاب الإفريقية بالجزائر وهذا بعد فوزه على نيجيريا(1-0).
- إما في سنة 1979م فقد نالت الجزائر على ميدالية البرونزية في الألعاب المتوسطية المقامة في يوغسلافيا, وتواصلت انجازات الكرة الجزائرية حيث نشط المنتخب الوطني الجزائري نهائي كأس أمم إفريقيا في سنة 1980م وصل في نفس السنة إلى ادوار متقدمة في العاب الالومبية بموسكو.
- وفي سنة 1982م كانت أول مشاركة جزائرية في نهائيات كأس العالم باسبانيا ثلثها مشاركة ثانية 1986م بالمكسيك.
- وكانت مشاركة الجزائر في النهائيات أمام إفريقيا منتظمة من سنة 1980م إلى سنة 1992م حيث حصل المنتخب الوطني على المرتبة الثالثة في دورة المغرب 1988م ليحصل على اللقب الإفريقي لأول مرة في الجزائر 1996م بعد فوزه على نيجيريا في النهائي(1-0).

- أما فيها يخص الأندية الوطنية فان دعم المؤسسات الاقتصادية لها جعلها تحصل على عدة ألقاب قارية وإقليمية حيث توجت مولودية الجزائر بكأس العالم إفريقيا للأندية البطة 1976م, كما فازت شبيبة القبائل بثلاث ألقاب قارية سنوات : 1998 م 1996 م 1995م.

دون إن ننسى انجازات الوفاق السطايفي الذي توج بكأس الأندية البطة في سنة 1988م والكأس الافرواسيوية 1989 م .

وبددا يمكن اعتبار المرحلة أهم مرحلة في التاريخ كرة القدم الجزائرية.

3-6-4- المرحلة الرابعة :

الكرة الجزائرية في أزمة من 1991م إلى يومنا هذا لقد عرفت هذه الفترة تدهورا كبيرا للكرة الجزائرية , الشيء الذي أدى إلى التأثير السلبي على نتائج المنتخب الوطني وعلى سمعته القارية والدولية , حيث

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

أصبح الفريق الوطني لقمة صائغة لجميع المنتخبات الإفريقية بدءاً من دور السنغال سنة 1992م والتي ظهر فيها بمستوى متواضع جدا وخيب آمال الشعب الجزائري ومنجي كرة القدم في بلادنا وتوالت الإخفاقات وخيبة الأمل بإقصاء المنتخب من المشاركة في دورة الأمم إفريقيا بتونس 1994م بسبب إداري أو ما يعرف بقضية اللاعب "كعروف" حيث أدرج اسم اللاعب ضمن قائمة اللاعبين في المقابلة الرسمية التي جمعت الجزائر بالسنغال يوم 10 جانفي 1993م في إطار التصنيفات المؤهلة لهذه الدورة علما إن اللاعب كان معاقبا دون إن ننسى إقصاء الفريق الوطني من المشاركة في النهائيات كاس العالم بالولايات المتحدة بنفس السنة. وإضافة إلى كل هذا فان المنتخب الوطني لم يسجل نتائج ايجابية في الدورات : 1996م بجنوب إفريقيا وخروجه أمام البلد المضيف (2-1), 1998م ببوركينا فاسو وانهمز في جميع مبارياته وخروجه من الدور الأول, دورة نيجيريا وغانا سنة 2000م إقصاء المنتخب على يد الكامرون في الربع النهائي (2-1) وفي سنة 2002م بمالي كان الإقصاء من الدور الأول, دورة تونس 2004م الخروج من الدور الربع النهائي أمام المغرب (3-1), ووصلت الإخفاقات إلى ذروتها في هذه السنة بعد عدم تمكن الفريق الوطني من التأهل إلى نهائيات كاس العالم بالمانيا 2006م, ونهائيات كاس أمم إفريقيا بمصر في نفس السنة. أما على صعيد الأندية الوطنية في الاستثناء إنجازات شبيبة القبائل والتي تعتبر بمثابة الشجرة التي تعطي الغاية, فقد كانت النتائج سلبية للغاية وفيها يلي إنجازات الأندية الوطنية على المسويين القاري والإقليمي :

1995م فوز شبيبة القبائل بكاس الكؤوس الإفريقية.

1997م إحراز مولودية وهران على كاس الأندية العربية.

2001م فوز شبيبة القبائل بكاس الكاف.

2002م فوز شبيبة بكاس الكاف للمرة الثانية على التوالي.

2003م فوز شبيبة بالكأس للمرة الثالثة على التوالي واحتفاظها بالكأس نهائيا.

3-7 شعبية كرة القدم في الجزائر :

إن الرياضة كرة القدم بالأكثر الألعاب انتشارا في العالم , حيث بلغت حدا من الشهرة لم تبلغه اي من الألعاب الرياضية الأخرى, كما اكتسبت شعبية كبيرة ظهرت في شدة الإقبال على ممارستها على مشاهدة مبارياتها.

وقل منجد بلدا في العالم لا يعرف أبنائه لعبة كرة القدم أو لم يسمعوها بها , فهذه اللعبة تجذب الناس بالمختلف الأعمار , وبالرغم من وجود عدة ألعاب نالت التشجيع والإعجاب , إلا أن لعبة كرة القدم تبقى وستبقى لعبة رقم واحد في العالم.

وإذا تحدثنا عن الشعبية وحب اللعبة في العالم يجب إن نذكر دول القارة الجنوبية لامريكا : الاغواي, البرازيل, البراغواي, الأرجنتين... الخ. حيث أن سكان هذه الدول يحبون لعبة كرة القدم إلى درجة وصلوا فيها إلى حد التقديس للعبة, ويقال أن غرام شباب هذه الدول بلغ حد الجنون ومن المعروف أن الدول

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

أمريكا الجنوبية نالت اللقب العالمي (9) مرات مجتمعة (البرازيل 5 القاب, الأرجنتين لقبين, الارغواي لقبين).

*الارغواي : مساحتها 180000 كلم أي 3/1 من مساحة فرنسا, عدد سكانها 2 مليون نسمة وفي حوالي 3600 نادي وتضع حوالي 125000 لاعب.

*البرغواي : مساحتها 170000 كلم وعدد سكانها 1.5 مليون نسمة, وفيها 1100 نادي يضع حوالي 75000 لاعب.

ومن هذا إن من بين 16 سلكن من سكان الارغواي نجد واحد على الأقل يمارس كرة القدم وهذه النسبة تكاد لا تصدق.

ومما سبق نستطيع إن نذكر سر جنون الشباب هذه الدول بلعبة كرة القدم وان نكتشف حرارة جماهيرهم وسبب الحوادث المثيرة التي تحدث في ملاعبهم ومما يزيد في الدهشة يقول "عوض شبعان" أول شيء صدمني عند وصولي إلى البرازيل في عام 1953م هو الشغف. جميع أفراد الشعب البرازيلي جلالا ونساء, شيوخا

وشبابا وأطفالا بكرة القدم, حيث لا تتدخل منزلا في "ريودي جانيرو" او "ساو باولو" أو غيرها بالما ونجد الحديث عن فريق الفلاني أو اللاعب الفلاني (مجلة الوطن الرياضي، 12/08/1985).

3-8 الخصائص النفسية الخاصة بلاعبي كرة القدم :

تتمثل خصائص نفسية للاعب كرة القدم في الخصائص الخلقية وفي الطباع, روح الفريق, حب اللاعب للعبة, الثقة بالنفس, الإرادة والعزم, الشجاعة التحمل وتمالك النفس, المثابرة, الضبط و الوقاية الذاتية. ومن جهة ثانية يجب مراعاة الجانب الاجتماعي للاعب و القدرة على السيطرة على الدوافع والانفعالات.

وبصفة عامة فان الرياضيين العدوانيين قادرين على تحويل هذه الصفة (العدوانية) إلى تصارع من اجل تحقيق هدف ما, وكذا تقبل الهزيمة وقرارات الحكام وتحمل تجاوزات الجمهور.

3-9 سمات فئة الأكاير :

3-9-1-سمات فئة الأكاير النفسية :

إن للكبير مجموعة من السمات النفسية الخاصة والتي اكتسبها خلال حياته, وهي سمات تؤثر دون شك في تخطيط منهجيته وتحديد أهدافه وفي نوعية المحتوى والخبرات التي تقدم له, وفي طريقة تقديمها وتقويمها.

3-9-2-سمات فئة الأكاير الاجتماعية :

يختلف الكبار عن الصغار حيث إن الكبار يبدؤون ولديهم خبرات طويلة في الحياة, كما ان لديهم دائرة واسعة في الاتصالات والعلاقات والمسؤوليات والأدوار الاجتماعية المختلفة, فهو من العاملين في

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

مجالات العمل المختلفة ولهم مسؤوليات واهتمامات بالقضايا العامة المحلية و العالمية. (علي احمد مذكور الصفحات 101-108)

3-9-3- سمات فئة الأكاير المعرفية :

إن خيرات الكبير مفاهيمه قد تكون خاطئة وبذلك تقف كعائق إمام تفوقه , فقد تصيبه بالجمود والتصلب , مما يؤدي إلى عدم تقبله بسهولة للحقائق والمعايير والقيم وبعض الخبرات المقدمة من طرف أأرب , لذا لا بد للمنهج المتبع إن يعالج هذا الوضع.

3-9-4- سمات فئة الأكاير الانفعالية :

يجب إن تاخذ الاعتبار الحياة الانفعالية للكبار شديدة العمق , والقديد والحدة فما يقدم إليه يجب إن يكون مقبولا حتى يمكن دمج في الحياة الانفعالية للكبار ومن المشاعر والاتجاهات الهامة عند الراشد تلك التي تتصل بذاته ومدى قدراته ودافعه نحو التفوق وتقديم المردود الأحسن , ولاستعداده لقبول الخبرات الجديدة فالخوف من الفشل على سبيل المثال وان كان يؤدي إل زيادة الحرص والاتفاق في الأداء أحيانا إلا إن المبالغة في هذا الشعور قد تؤدي إلى تدني الأداء عند الكبين

3-10- المظاهر السلوكية العامة للكبار :

ابرز نواحي التغيير التي تطرأ على كل مظهر من المظاهر السلوكية حياة الكبار ما يلي :

أ- يصل إنتاج الفرد في هذه المرحلة إلى ذروته ونضجه , وتعد هذه المرحلة مرحلة الكفاح والتناقص وإرساء قواعد الحيات على أسس ثابتة.

ب- يؤثر مدى النجاح الفرد أو فشله في تحقيق مطالب نموه في حياته وخاصة في وسط العمر ويؤثر هذا النجاح أو الفشل على عمل الفرد ومكانته الاجتماعية وحياته العائلية هذا ويؤثر نجاح الفرد في تحقيق مطالب الرشد المبكر بمدى نجاحه في تحقيق مطالب نمو المرحلة السابقة للرشد أي مرحلة المراهقة وعلى الفرد إن يعمل دائما على تحقيق المطالب التي لم يستطيع تحقيقها في مراهقته لذا أصبح تكيفه مع بيئته عملية شاقة و قاسية بل عسيرة أحيانا.

ج- عندما يتخلق النضج بالفرد في أي ناحية من ناحية الجسمية , العقلية , المعرفية , الانفعالية , العاطفية أو الاجتماعية فان الفرد يجد صعوبة في تكيفه (فؤاد اليمن السيد صفحة 362)

3-11- التطور الجسمي والفيزيولوجي للكبار :

يرى "ترول" 1975م ان مرحلة الرشد الأولى (20-35) سنة بصفة خاصة تمثل عند الفرد قمة نضجه الجسمي والفيزيولوجي والتي بدأها في المرحلة السابقة (المراهقة الثانية) وبذلك تعتبر مرحلة الرشد الأولى مرحلة الاكتمال عند الراشد في معظم وظائفه الجسمية والفيولوجية من وزن الجسم إلى

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

تحديد النهائي للملامح ومقاييس الجسم. إن بداية تلك المرحلة تمثل عند الراشد أوج عطائه حيث تتميز واضحة في صحته سرعة استجابة الحركية والتي تبدأ في الهبوط النسبي في أواخر المرحلة التالية وعلى ذلك تشهد الفروق بين الجنسين تمايز حيث يصل التمايز في الطول في حدود (8-10سم) والوزن حوالي (8-10كغ). (بسطوسي احمد، 1996 صفحة 191)

3-11-1- الجهاز الحركي تشمل هذه الفترة ما بين (18-20) سنة تقريبا وحتى سن الثلاثين ،

تتميز حركة الإنسان اليومية وحركة العمل إثناء هذه المرحلة أساسا بدرجة عالية من التنظيم و ثبات تدريجي لأسلوب أداء كل فرد ، ويتم بناء السلوك الحركي المميز لشخصية الفرد على أساس : مدى النشاط الحركي ، التوقيت الفردي ، حجم وقوة الحركة وصفات أخرى وتظل هذه الصفات ثابتة نسبيا لفترة طويلة. وبرز ما يمكن إن نميزه في هذه المرحلة على مستوى الجهاز الحركي قدر معين من الاعتدال حيث يصبح الأداء هادئ ويميل إلى تحقيق هدف ما ، الاقتصاد بقدر كبير و تنطبق هذه الصفات على الجهاز الحركي للرجال بالذات وتوجد فروق فردية كبيرة في حركة المرأة إلا أنها تكون بصفة عامة أكثر مرونة ونعومة وتنوع، كذلك أكثر تغير من حركة الرجل ، وفي مرحلة البلوغ يتراجع المستوى الرياضي لدى المدربين ويستمر هذا التراجع حتى نهاية هذه المرحلة ويحدث التراجع بسرعة كبيرة ويتضح خلال هذه المرحلة وجود فروق فردية كبيرة بين مستويات الجنسين ويتضح هذا الفارق بالذات في قدرات التحمل والقوة وبعض قدرات السرعة وعلى العكس من ذلك توجد فروق بسيطة أو لا توجد فروق على الإطلاق بين مستويات الجنسين في القدرات التوافقية العامة وبالذات فيما تتطلب البراعة. إما بالنسبة للرياضيين فتكون مرحلة البلوغ المبكر هي الفترة التي يحدث فيها اكتمال على مستوى كل القدرات حيث يصل الرياضيين إلى تحقيق البطولات وتسجيل الأرقام.

(فؤاد اليمن السيد الصفحات 379-380)

ويمك القول إن هي آخر فرصة لاكتمال المستوى و الأداء العالي والإبداع الفني، والثقة الكاملة في الأداء والسيطرة والحفاظة على المستوى. وتظهر الفروق الفردية بين الجنسين من خلال رقة ونعومة وإنسانية حركات النساء خاصة في الجمباز، أما بالنسبة للرجال في القوة العضلية والسرعة والتحمل.

3-11-2- التغير العقلي والمعرفي:

الزمن يتغير ونحن نتغير مع الزمن فنزداد تعصبا لآرائنا كلما السن ونفقد جزءا كبيرا من مروءتنا ونحن اشد حاجة إلى التكيف مع ظروف البيئة المتغيرة من حولنا و نقاوم كل ما جديد علينا لفرض ثقتنا بالماضي ولخوفنا من المستقبل.

3-11-3- التغير الحسي :

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

الحواس هي أبواب العقل ومنافذه إلى العالم الخارجي ويعتمد إدراك الفرد لهذا العالم على وظيفة تلك , يقوم الجهاز العصبي بتجميع الاستشارات الحسية وتحويلها إلى مدركات عضلية وهكذا يدرك الفرد نفسه وعالمه المحيط به حواسه.

ولكل وتتحاث الحواس من ناحيتها التكوينية بالزمن فتبدأ ضعيفة في الطفولة ويكتمل نموها في سن المراهقة والرشد وتضعف في الشيخوخة , والحواس تتفاوت في مدى تغيرها من فرد إلى آخر. ولقد اتفقت معظم نتائج الأبحاث العلمية على تأكيد إن الضعف الأخير الذي ينتاب اغلب الحواس يبدأ واضحا كليا بعد سن الخمسين.

3-11-4-التغير الانفعالي :

إن مظاهر الحياة الانفعالية للكبار توضح نواحي قلقهم ومخاوفهم , ونقاط ضعفهم وقوتهم حتى نصل بهم إلى اعلي مستوى من الاتزان فيسيروا بجياتهم على هدى من أمرهم وعلى بيئة من طبيعتهم. تنتمي الثورة الانفعالية في المراهقة إلى النضج وتهدا انفعالات الفرد وتستقيم وجهتها ذلك عندما يصل النمو إلى مرحلة التكيف الوي مع بيئته فيقبل التغيرات الجسمية والحسية والحركية التي حولته من طفل إلى راشد.

وما يكاد الإنسان يرضى عن نفسه وعن عالمه حتى يبدأ مرحلة جديدة من مراحل ليبدأ صراعه من جديد مع الحياة , فيبدأ دورته الأخرى في مراحل نموه المقبلة وهكذا تسير الحياة بالفرد من الصراع في الرشد إلى اتزان في نهايته, ومن صراع في بدء وسط العمر إلى اتزان في نهايته. (فؤاد اليمن السيد الصفحات 437-438)

3-11-5-تغيرات السلوك الاجتماعي :

ينفذ السلوك الاجتماعي للفرد من تطوره من الرشد إلى الشيخوخة عن مظاهر أصلية تميز حياته عن بقية الأطوار الأخرى التي مر بها , وتمتد دائرة النشاط الاجتماعي بالمراهق حتى يؤدي إلى تكوين جماعات النظائر المتميزة عن غيرها من الجماعات البشرية الأخرى , ثم يضيق مجال هذا النشاط بالفرد في رشده إلى العزلة وما تلبث هذه العزلة حتى تنفتح على المجالات الواسعة للعلاقات الاجتماعية الخصبية في منتصف العمر , ثم بعد ذلك لتضيق في الشيخوخة وتتأثر مكانة الاجتماعية في قوتها وضعفها بمدى خصوبة هذا التفاعل الاجتماعي ووحده. وهكذا تمضي الحياة بالفرد في مظاهرها الاجتماعية ويعود الفرد ليوافق بين نفسه وبين العوامل الاجتماعية التي تتغير من حوله فتؤثر في سلوكه في وئام مع نفسه ومع عالمه المحيط به. (فؤاد اليمن السيد صفحة 455)

الفصل الثالث: تاريخ كرة القدم وخصائص المرحلة العمرية

الخاتمة :

شهدت كرة القدم تطورا ملحوظا مند ظهورها مدهشا إلى يومنا هذا سواء من حيث المكانة التي أصبحت تحتلها بين الرياضيات الأخرى أو من ناحية قوانينها التي شهدت تعديلات متواصلة بالإضافة إلى تطور طرق لعبها, كما تزداد الاهتمامات بها يوم بعد يوم ولم تقتصر هذه الاهتمامات على الجانب أليدي أو المهاري أو الخططي فحسب بل وتعديله إلى الجانب النفسي لماله من اثر فعال في انجاز اللاعبين وتحقيق الفوز.

و خصائص المرحلة العمرية من زوايا عدة جسمية, حركية, انفعالية واجتماعية وذلك بغية كشف خبايا هذه الفئة المجتمع إلا وهي الأكاير.

وبالتالي ينبغي برجة أهداف الشخص المقبل على هذه الأهداف, وذلك عن طريق القيام بتشجيع ممارسة الرياضة و المنافسة في كل مكان وزمان.

الباب الثاني

الكتاب التظرفي

مدخل

الباب الثاني

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

الفصل الأول

منهجية البحث والإجراءات الميدانية

تمهيد.

1. منهجية البحث والإجراءات الميدانية.

1.1 المنهج العلمي المتبع.

2.1 مجتمع الدراسة.

3.1 عينة الدراسة وخصائصها.

4.1 مجالات البحث.

5.1 أدوات البحث وأسسها العلمية.

6.1 الدراسة الاستطلاعية.

7.1 الدراسة الرئيسية

8.1 الأسس العلمية للأداة .

9.1 الوسائل الاحصائية.

10.1 صعوبات البحث.

خاتمة.

يتم التركيز كثيرا على الجانب التطبيقي في البحوث العلمية وهذا قصد الإجابة على التساؤلات التي تطرح حول الموضوع المدروس، وذلك بتوظيف التقنيات الإحصائية في التحليل والتفسير للتأكد من صحة الفرضيات المصاغة أو بطلانها وهنا تتجلى أهمية اختبار الوسائل الصحية والمناسبة لجمع المعلومات والتقنيات المناسبة للترجمة المتعلقة بالبيانات.

سوف نتناول في هذا الفصل المتعلق بالمنهجية الدراسية الميدانية من حيث المنهج المناسب وعينة الدراسة وشرح الأدوات والوسائل المستعملة لجمع المعلومات وتحليل ذلك مع إبراز علاقتها بالفرضيات وكذا إبراز التقنيات الإحصائية المستعملة.

1) منهجية البحث والإجراءات الميدانية :

1.1) المنهج العلمي المتبع :

المنهج هو "الطريق المؤدي إلى الهدف المطلوب أو هو الخيط غير المرئي الذي يشد البحث من بدايته حتى النهاية قصد الوصول إلى نتائج معينة (محمد ازهر السماك وآخرون، 1980، صفحة 42)، بما أن موضوع بحثنا يتعلق حول مستويات الغضب والإحباط فإن الباحثان يريان أن الدراسة يناسبها إتباع المنهج المسحي وهو التعبير الكمي لمسح جانب مستوى الغضب والإحباط للعينة المستخدمة. فالمنهج المسحي يعتبر طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميًا عن طريق جمع المعلومات المقننة عن المشكلة وتصنيفها وإخضاعها للدراسة الدقيقة (عمار بجوش، محمد محمود الذنياب، 1995، صفحة 130).

وكما عرفه "وجيه محجوب" : هو عبارة عن استقصاء حول ظاهرة من الظواهر التربوية و النفسية على ما هي عليه في الحاضر قصد تشخيصها و كشف جوانبها وتحديد العلاقة بين عناصرها وإيجاد العلاقة بينها وبين الظواهر الأخرى التي لها علاقة بها (وجيه محجوب حاسم، 1985، صفحة 63).

بما أن الطلبة بصدد دراسة ظاهرة أو مشكلة نفسية لدى الرياضيين والمتمثلة في دراسة تحليلية لمستويات الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم توجب علينا أن نتبع هذا المنهج قصد الوصول إلى نتائج واقتراحات وتوصيات تفيد اللاعبين للارتقاء بالرياضة إلى المستوى العالي.

2.1) مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من مجموعة اللاعبين لكرة القدم الجهوي الأول غرب وهران وتمثلت في فريق (شباب بوقيراط - غالي عين تادلس - مولودية حجاج - سيدي لخضر)

3.1) عينة الدراسة وخصائصها:

إن الهدف من اختيار العينة هو الحصول على معلومات من المجتمع الأصلي الذي يتكون من 268 لاعبا فليس من السهل أن يقوم الباحثان بتطبيق بحثهما على جميع أفراد المجتمع الأصلي، فالعينة هي انتقاء عدد من الأفراد الدراسية معينة كجعل منهم ممثلين لمجتمع الدراسة. وقد اعتمد الباحثان في دراستهما حول مستويات الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم صنف أكابر، مستوى جهوي أول. وقد اختار الباحثان ولاية مستغانم نظرا للتسهيلات التي قد يجدها للاتصال بهذه الفرق بحيث تتكون عينة البحث من (40) لاعب مقسمون على أربع (4) فرق هي : غالي عين تادلس - مولودية حجاج - شباب بوقيراط - سيدي لخضر.

4.1) مجالات البحث:

1.4.1) المجال البشري :

تمثل المجال البشري من 40 لاعب يزاولون نشاطهم (تدريب، لعب) في الجهوي الأول لكرة القدم غرب وهران.

2.4.1) المجال المكاني:

أجريت الدراسة على مستوى فرق كرة القدم الجهوي الأول غرب وهران وتمثلت كمايلي :

- ملعب غالي عين تادلس

- ملعب شباب بوقيراط

- ملعب مولودية حجاج

- ملعب سيدي لخضر

3.4.1) المجال الزمني:

بعد الموافقة على موضوع البحث من قبل المشرف بتاريخ 2013/02/03 تحت الدراسة النظرية إلى غاية شهر مارس، وبتاريخ 2013/03/20 تم إجراء الدراسة الاستطلاعية واختيار العينة.

أما الدراسة الرئيسية للجانب التطبيقي فكانت من 2013/04/09 إلى 2013/05/06 حيث قام الباحثان في هذه المرحلة بتوزيع الاستمارات وجمعها من قبل اللاعبين.

5.1- أدوات البحث وأسسها العلمية:

قصد الوصول إلى حلول الإشكالية البحث المطروحة و التحقق من صحة أو نفي فرضيات البحث لزم إتباع أنجع الطرق وذلك من خلال الدراسة والتفحص وهذا باستخدام الأدوات التالية :

1.5.1) الدراسة النظرية :

التي يصطلح في تسميتها بالمعطيات البيولوجرافية حيث تتمثل بالاستعانة بالمصادر والمراجع من كتب،مذكرات ومجلات،جرائد رسمية، نصوص منشورة التي يدور محتواها حول مستوى الغضب والإحباط ومختلف العناصر المشابهة التي تخدم هذا الموضوع.

2.5.1)المقياس :

استخدمنا في بحثنا هذا مقياس الغضب والإحباط .

- مقياس الغضب يفيد هذا المقياس في تحديد مدى الغضب الذي يجمه اللاعبون وعدم القدرة على السيطرة على ضبط الذات،ويهتم بقياس الغضب كسمة موجودة لدى الفرد وكحالة انفعالية مؤقتة يحتوي على 10 عبارات الغضب كحالة و 10 عبارات الغضب كسمة. (د احمد عبد اللطيف ابو اسعد، 2009، صفحة 211).

- مقياس الإحباط هو اختبار ذاتي لتحديد درجة الإحباط ومن خلال هذا الاختبار يتم التعرف على مدى الإحباط واليأس وخيبة الأمل الموجودة لدى اللاعبين يحتوي على 10 عبارات .(د احمد عبد اللطيف ابو اسعد، 2009، الصفحات 181-182)

6.1) الدراسة الاستطلاعية:

"هي عبارة عن دراسة أولية يقوم بها الباحث على عينة صغيرة قبل قيام بالبحث".

1.6.1) الغرض من الدراسة الاستطلاعية :

-تحديد العينة من مجتمع الدراسات ومحاولة التقرب إليها

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

- اختبار مدى فعالية ووسائل البحث حسب ما يلاءم عينة البحث وما يخدم الدراسة.
 - إبعاد كل شيء يعيق تحقيق الدراسة الرئيسية.
 - ضبط المتغيرات من حيث الثبات والصدق والموضوعية.
- وقد تمت الدراسة الاستطلاعية بتاريخ 20/03/2013 إلى غاية 27/03/2013 بفريق سيدي علي وأجريت على 10 لاعبين. كما ساعدتنا على إجراء الدراسة الرئيسية واخذ نظرة مسبقة على طريقة العمل وكذا تفادي بعض الصعوبات التي يمكن أن تواجهنا.

7.1) الدراسة الرئيسية :

أجريت الدراسة الرئيسية في بادئ الأمر بتاريخ 09/04/2013 وذلك بالاتصال أو التقرب إلى مصلحة إدارة الفرق المرجع العمل معها في الدراسة التطبيقية وقبل إجراء الدراسة لأنه لا بد علينا من تهيئة كافة الإجراءات لنجاح البحث وهي كالآتي :

- 1-الاتصال بالفرق الرياضية لفرض السماح لنا بإجراء بحثنا على اللاعبين والمدربين.
 - 2-معرفة قوائم اللاعبين الاستخراج العينة المدروسة, والنسب المستهدفة في البحث.
 - 3-تحضير المقياس للعينة المدروسة (40) لاعبا.
- وبعد كل هذا قمنا بالمشروع في الجانب التطبيقي وذلك بتقسيم الاستمارات على اللاعبين وجمعها في أول العملية.

8.1) الأسس العلمية للأداة :

1.8.1) ثبات:

يقول "فان دالين Van Dalian " عن ثبات الاختبار يعتبر ثباتا إذا كان يعطي نفس النتائج باستمرار إذا ما تكرر على نفس المفحوصين وتحت نفس الشروط (د محمد صبحي حسنين، 1995، صفحة 193)

هو مدى استمرار ظاهرة معينة في مناسبات مختلفة ، (مقدمة عبد الحفيظ، 1993، صفحة 34) أي إن اختيار يعطي النتائج إذا أعيد على نفس الأفراد وفي نفس الظروف، حيث قمنا باختبار على لاعبي

الفصل الأول: منهجية البحث والإجراءات الميدانية

كرة القدم وكان عددهم 10 لاعبين ثم أعيد الاختبار بعد أسبوع وتحت نفس الظروف على العينة، بعد قيامنا بالتجربة الاستطلاعية واستخلاص النتائج عن طريق معامل الارتباط لبيرسون. وتحصلنا على إيجاد القيمة الجدولية لبيرسون عند مستوى الدلالة 0.01 ودرجة الحرية 9 استخلصنا النتائج التي تتعلق بدرجة ثبات الجدول "1" بحيث يتضح الاختبار المذكور بدرجة عالية، ولأن القيمة المحسوبة لمعامل الثبات لبيرسون أكبر من القيمة الجدولية ودرجة الحرية بالنسبة للاختبار فان ذلك يدل على أن الاختبار يتميز بالثبات.

معامل الثبات	معامل الصدق	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة	درجة الحرية (ن - 1)	حجم العينة
0.97	0.96	0.91	0.01	9	10

جدول "1" يوضح ثبات وصدق المقياس للاعبين

2.8.1) الصدق :

صدق الاختبار أو المقياس يشير إلى الدرجة التي يمتد إليها في قياس ما وضع من اجله فالاختبار أو المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافة الظاهرة التي صمم لقياسها (د محمد صبحي حسنين، 1995، صفحة 193)

3.8.1) الموضوعية :

لقد استخدمنا للوصول إلى موضوعية الاستبيان وهذا بعرض المقياس الغضب والإحباط لتحكيم من طرف دكاترة المعهد.

9.1) الوسائل الإحصائية :

يعرف محمد صبحي أو صالح وعدنان محمد الإحصاء بأنه العلم الذي يبحث في جمع البيانات وتنظيمها وعرضها وتحليلها واستقرار النتائج واتخاذ القرارات التي تبني عليها. (د/محمد صبحي او صالح عدنان محمد عوض، 1984، صفحة 9)

ان الهدف من استعمال المعالجة الإحصائية هو التوصل الى مؤشر كمية تساعدنا على التحليل والتفسير و التحكم (مقدمة عبد الحفيظ، 1993، صفحة 34).

1.9.1) معامل الارتباط :

تم استعمال معامل الارتباط -r- لبيرسون وذلك من اجل التأكد من ثبات الاختبار .

2.9.1) النسبة المئوية :

استخدمت في وصف التكرارات التي حصلت عليها العينة وفقا للقانون التالي :

النسبة المئوية = عدد التكرارات \times 100/الكلية للعينة (معين امين السيد، 1988، صفحة 34)

3.9.1) اختبار حسن المطابقة :

يستخدم لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها،

وأن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

10.1) صعوبات البحث :

إن القيام بالبحث العلمي يعتبر عملية صعبة تتطلب التحكم في جميع الظروف المحيطة به بطريقة علمية،

والصعوبات والعراقيل كثيرة في كل البحوث ونحن سنحاول سرد بعض الصعوبات التي صادفتنا أثناء

إجراء البحث:

- قلة الدراسات التي اهتمت بدراسة الغضب. والإحباط.

- قلة المصادر التي اهتمت بدراسة الاتجاهات النفسية للغضب والإحباط.

خاتمة:

لقد تضمن هذا الفصل على منهجية الدراسة واجرائها، وكما تطرقنا إلى الأدوات المستعملة وتمثل في

مقياس الغضب والإحباط، مع ضبط المتغيرات الدراسة التي تشمل منهج البحث وعينتها ومجالاتها

وأدواتها ومحاورها ثم إلى الأساليب الإحصائية التي تتناسب مع موضوع البحث.

الفصل الثاني

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد.

1.2 عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

2.2 استنتاجات.

3.2 مقابلة النتائج بالفرضيات.

4.2 خلاصة عامة.

5.2 الاقتراحات.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

تمهيد :

تتطلب منهجية هذا البحث عرض وتحليل النتائج و مناقشتها،وعلى هذا الأساس اقتضى الأمر عرض وتحليل النتائج التي كشفت عنها الدراسة وفق طبيعة البحث وقام الطلبة بعرض النتائج في جداول وتمثيلها بيانياً.

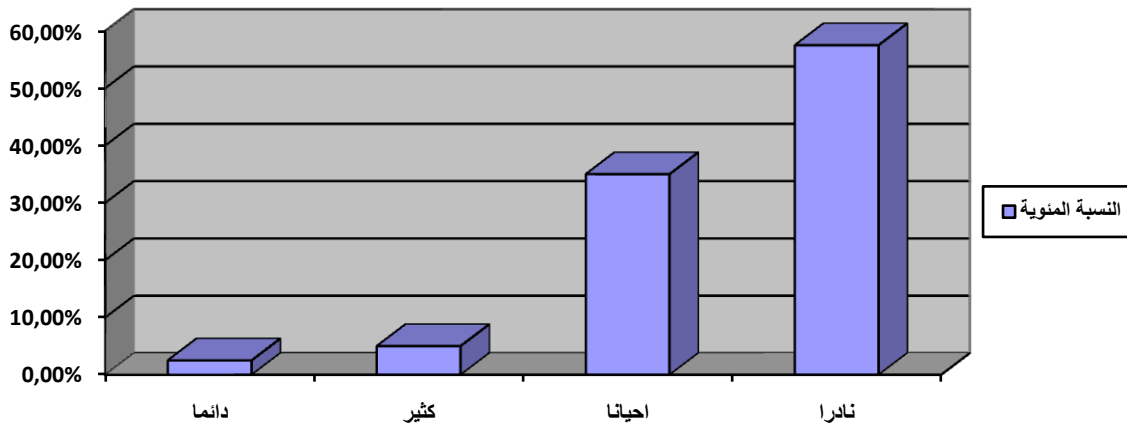
1-2. عرض وتحليل النتائج :

المحور الأول : الغضب كحالة

العبارة رقم 01 : الشعور بالغيظ

الهدف من العبارة : الجدول رقم "02" يبين الشعور بالغيظ

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² المحسوبة
نادرا	23	%57.5	10	16.9	33
أحيانا	14	%35	10	1.6	
كثيرا	02	%5	10	6.4	
دائما	01	%2.5	10	8.1	
المجموع	40	%100			



مخطط رقم "02" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالغيظ

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

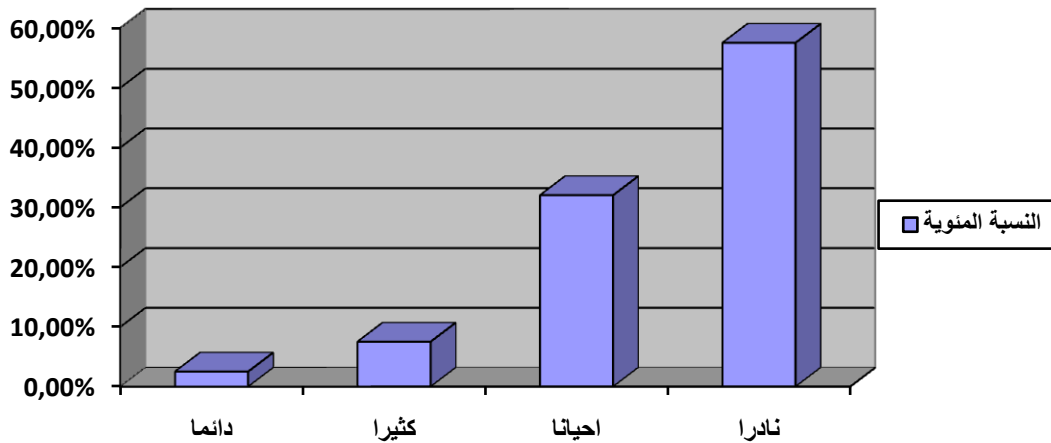
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "02" يتضح لنا أن نتائج الشعور بالغيب كانت كالآتي :
 57.5% كانت إجابتهم ب نادرا و35.0% كانت إجابتهم ب أحيانا , و5.0% كانت إجابتهم ب كثيرا, و2.5% كانت إجابتهم ب دائما، و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 33، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 وهذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "02" : الشعور بالضيق

الهدف من العبارة :الجدول رقم "03" يبين الشعور بالضيق

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	23	57.5%	10	16.9	30.8
احيانا	13	32%	10	0.9	
كثيرا	03	7.5%	10	4.9	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "03" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالضيق

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

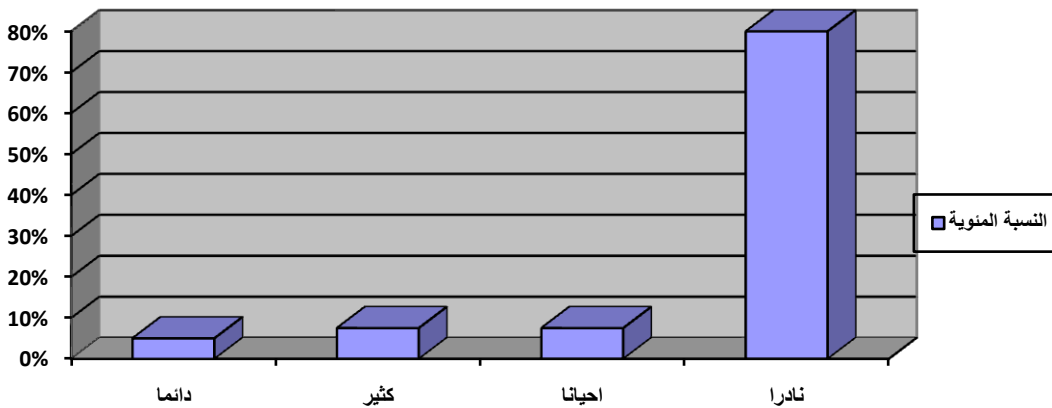
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "03" يتضح لنا أن نتائج الشعور بالضيق كانت كالأتي :
 57.5% كانت إجاباتهم ب نادرا و32.0% كانت إجاباتهم ب أحيانا , و7.5% كانت إجاباتهم ب كثيرا, و2.5% كانت إجاباتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 30.8، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 وهذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "03" : الشعور بالرغبة في الانتقام

الهدف من العبارة :الجدول رقم "04" يبين الشعور بالرغبة في الانتقام

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
نادرا	32	80%	10	48.4	66.3
أحيانا	03	7.5%	10	4.9	
كثيرا	03	7.5%	10	4.9	
دائما	01	5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "04" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة في الانتقام

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

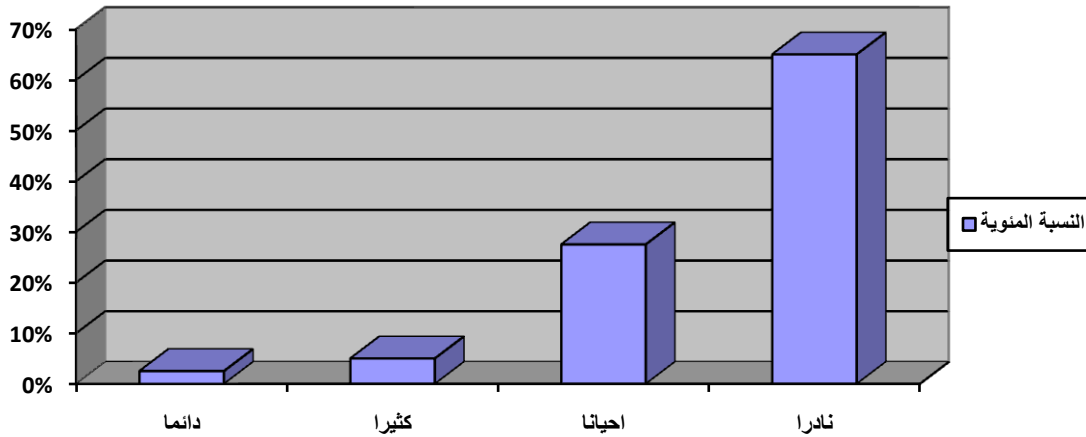
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "04" يتضح لنا إن النتائج الشعور بالرغبة في الانتقام كانت كالأتي : 80% كانت إجابتهم ب نادرا و 7.5% كانت إجابتهم ب احيانا و 7.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت كا² المحسوبة قيمة 66.3، و بالكشف عن قيمة كا² الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "04" : الشعور بالرغبة في الصياح في وجه شخص ما.

الهدف من العبارة :الجدول رقم "05" يبين الشعور بالرغبة في الصياح في وجه شخص ما.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² المحسوبة
نادرا	26	65%	10	25.6	40.2
أحيانا	11	27.5%	10	0.1	
كثيرا	02	5%	10	6.4	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "05" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة في الصياح في وجه شخص ما

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

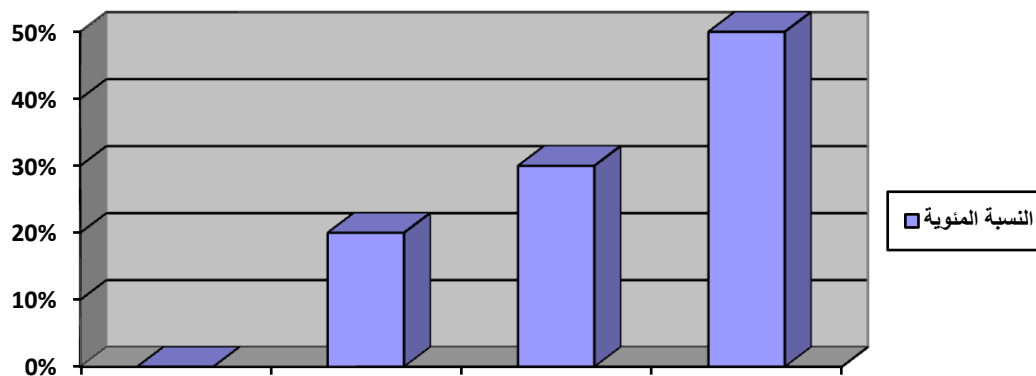
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "05" يتضح لنا أن النتائج الشعور بالرغبة في الصباح في وجه شخص ما كانت كالآتي : 65.0% كانت إجابتهم ب نادرا و 27.5% كانت إجابتهم ب أحيانا و 5.0% كانت إجابتهم ب كثيرا و 2.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 40.2، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "05" : الشعور بالرغبة في تحطيم الأشياء

الهدف من العبارة : الجدول رقم "06" يبين الشعور بالرغبة في تحطيم الأشياء.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	20	50%	10	20.8	10
أحيانا	12	30%	10		
كثيرا	08	20%	10		
دائما	00	0.00%	10		
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "06" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة في تحطيم

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

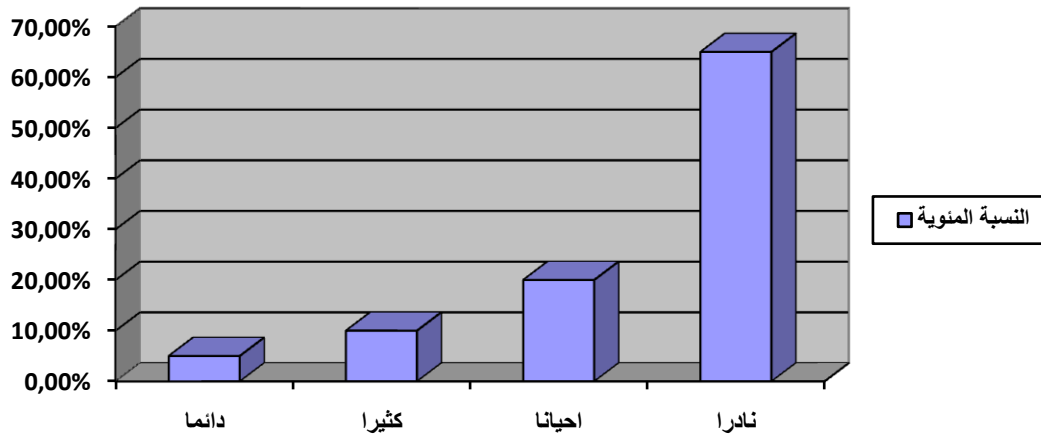
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "06" يتضح لنا أن النتائج الشعور بالرغبة في تحطيم الأشياء كانت كالأتي : 50.0% كانت إجابتهم ب نادرا و 30% كانت ب أحيانا و 20% كانت إجابتهم بكثير في حين لم يجب أي لاعب ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 20.8، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 وهذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدتها بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "06" : الشعور بالجنون من الغيظ

الهدف من العبارة :الجدول رقم "07" يبين الشعور بالجنون من الغيظ

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	26	65.5%	10	25.6	36
أحيانا	08	20%	10	0.4	
كثيرا	04	10%	10	3.6	
دائما	02	5%	10	6.4	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "07" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالجنون من الغيظ

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

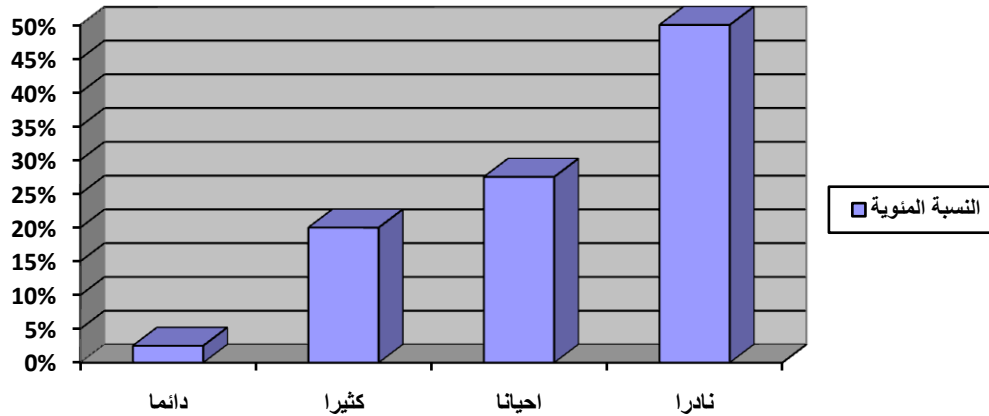
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم " 07 " يتضح لنا إن النتائج الشعور بالجنون من الغيظ كانت كالأتي : 56.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 20% كانت إجابتهم ب أحيانا و 10% كانت إجابتهم ب كثيرا و 5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 36، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 وهذا عند درجة حرية (ن-1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "07": الشعور بالرغبة بضرب الطاولة بعنف

الهدف من العبارة :الجدول رقم "08" يبين الشعور بالرغبة بضرب الطاولة بعنف

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
نادرا	20	50%	10	10	18.6
أحيانا	11	27.5%	10	0.1	
كثيرا	08	20%	10	0.4	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "08" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة بضرب الطاولة

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

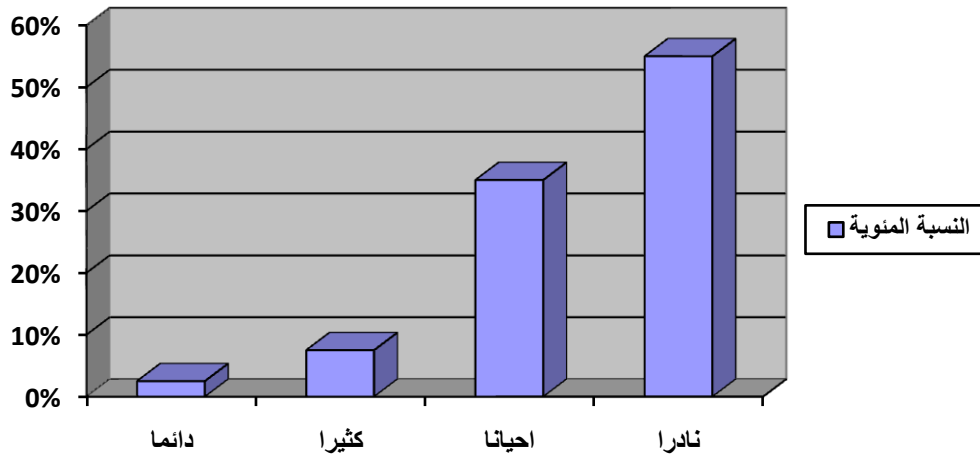
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "08" يتضح لنا إن النتائج الشعور بالرغبة بضرب الطاولة بعنف كانت كالأتي : 50% كانت إجابتهم ب نادرا و 27.5% كانت إجابتهم ب أحيانا و 20% كانت إجابتهم ب كثيرا و 2.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 18.6، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "08" : الشعور بالرغبة في ضرب شخص ما.

الهدف من العبارة :الجدول رقم "09" يبين الشعور بالرغبة في ضرب شخص ما.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	22	55%	10	14.4	29
أحيانا	14	35%	10	1.6	
كثيرا	03	7.5%	10	4.9	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "09" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة في ضرب شخص

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

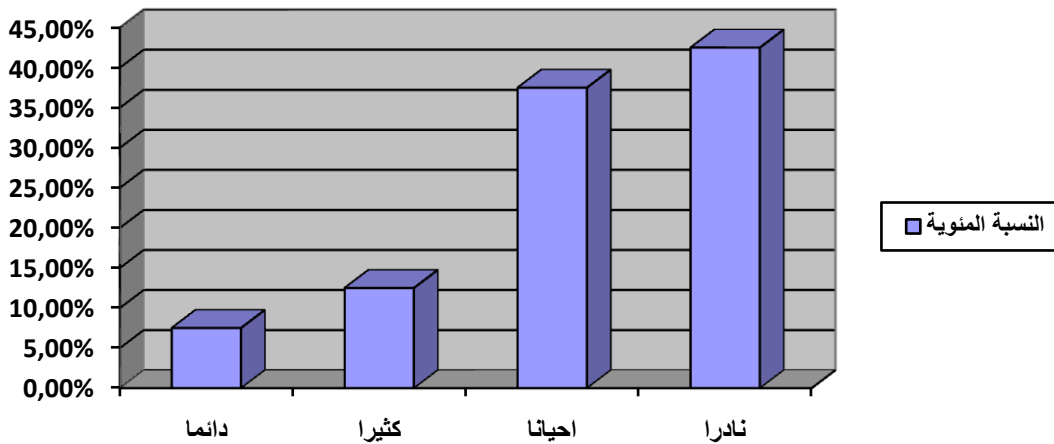
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "09" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالرغبة في ضرب شخص ما كانت كالآتي : 55% كانت إجابتهم ب نادرا و 35.0% كانت إجابتهم ب أحيانا و 7.5% كانت إجابتهم ب كثيرا و 2.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 29، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "09" : الشعور بالاحترق من الداخل.

الهدف من العبارة : الجدول رقم "10" يبين الشعور بالاحترق من الداخل.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	17	42.5%	10	4.9	14.8
أحيانا	15	37.5%	10	2.5	
كثيرا	05	12.5%	10	2.5	
دائما	03	7.5%	10	4.9	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "10" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالاحترق من الداخل

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

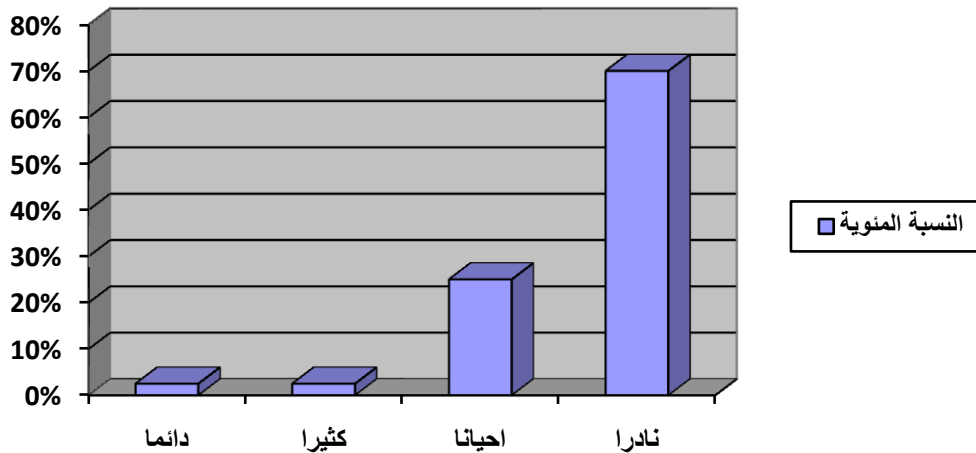
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "10" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالاحترق من الداخل كانت كالأتي : 42.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 37.5% كانت إجابتهم ب أحيانا و 12.5% كانت إجابتهم ب كثيرا و 7.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 14.8، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "10" : الشعور بالرغبة في توجيه الشتائم

الهدف من العبارة : الجدول رقم "11" يبين الشعور بالرغبة في توجيه الشتائم.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	28	70%	10	32.4	
أحيانا	10	25%	10	00	
كثيرا	01	2.5%	10	8.1	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%		48.6	



مخطط رقم "11" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة في توجيه الشتائم

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحليل والاستنتاج :

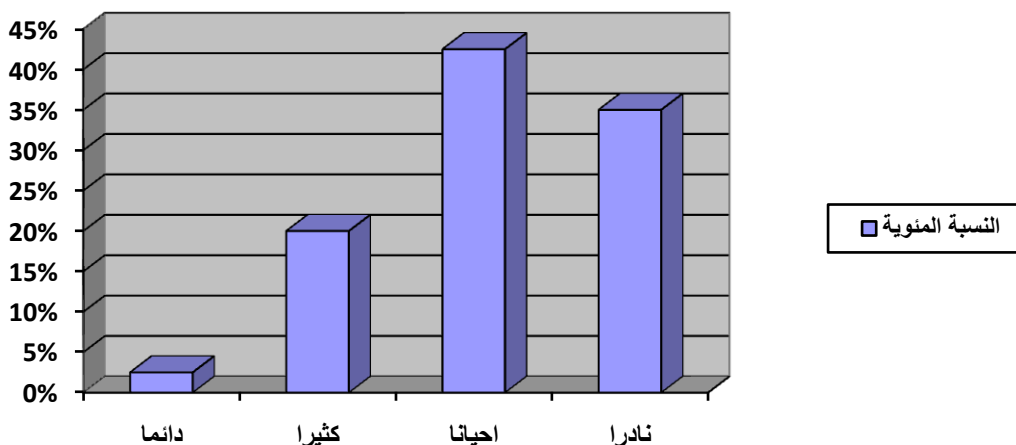
من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "11" يتضح لنا إن النتائج الشعور بالرغبة في توجيه الشتم كانت كالأتي :70% كانت إجابتهم ب نادرا. و 25% كانت إجابتهم ب احيانا و 2.5% كانت إجابتهم ب كثيرا و 2.5% كانت إجابتهم ب دائما. ولمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 48.6، وبالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 وهذا عند درجة حرية $(n-1)=1$ و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

المحور الثاني : الغضب كسمة

العبارة رقم "11" : المزاج سريع الاستشارة

الهدف من العبارة : الجدول رقم "12" يبين المزاج سريع الاستشارة

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	14	35%	10	1.6	15
أحيانا	17	42.5%	10	4.9	
كثيرا	08	20%	10	0.3	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "12" لأعمدة بيانية تبين المزاج سريع الاستشارة

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

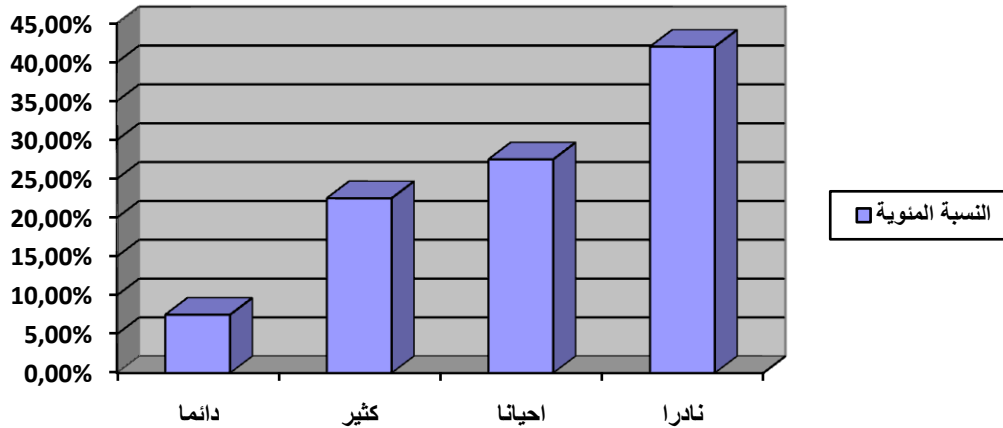
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "12" يتضح إن نتائج المزاج سريع الاستشارة كانت كالأتي :35% من اللاعبين كانت إجابتهم ب نادرا و 42.5% كانت إجابتهم ب أحيانا و 20% كانت إجابتهم ب كثيرا و 2.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 15، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "12" : الطبع الحاد

الهدف من العبارة :الجدول رقم "13" يبين الطبع الحاد.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	17	42.5%	10	4.9	10
أحيانا	11	27.5%	10	0.1	
كثيرا	09	22.5%	10	0.1	
دائما	03	7.5%	10	4.9	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "13" لأعمدة بيانية تبين الطبع الحاد.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

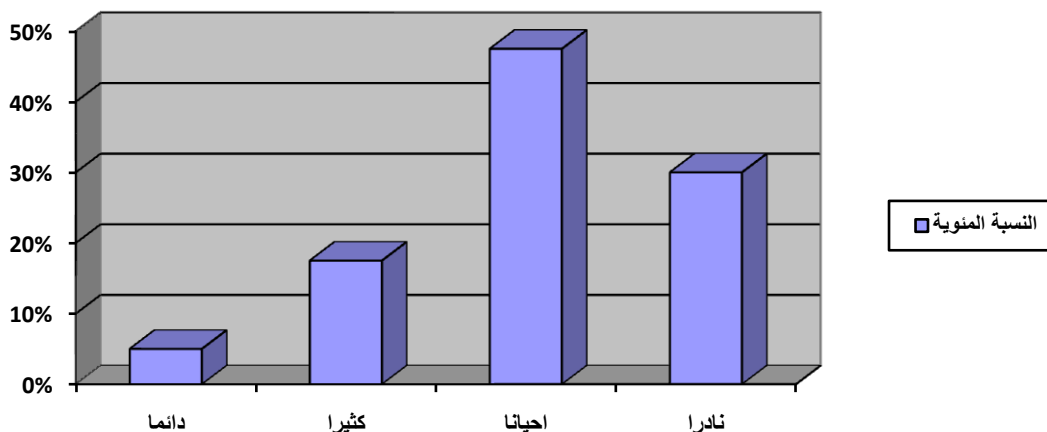
التحليل والاستنتاج :

من خلال النتائج المدونة في الجدول رقم "13" يتضح لنا إن نتائج الطبع الحاد كانت كالآتي : 42.5% من إجاباتهم كانت ب نادرا, و 27.5% من إجاباتهم كانت ب أحيانا, و 22.5% من إجاباتهم كانت ب كثيرا, و 7.5% من إجاباتهم كانت ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 10، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية $(n-1)=1$ و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "13" : الميل للتسرع و الاندفاع

الهدف من العبارة :الجدول رقم "14" يبين الميل للتسرع و الاندفاع.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
نادرا	12	30%	10	15.8	0.4
أحيانا	19	47.5%	10		8.1
كثيرا	07	17.5%	10		0.9
دائما	02	5%	10		6.4
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "14" لأعمدة بيانية تبين الميل للتسرع و الاندفاع.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

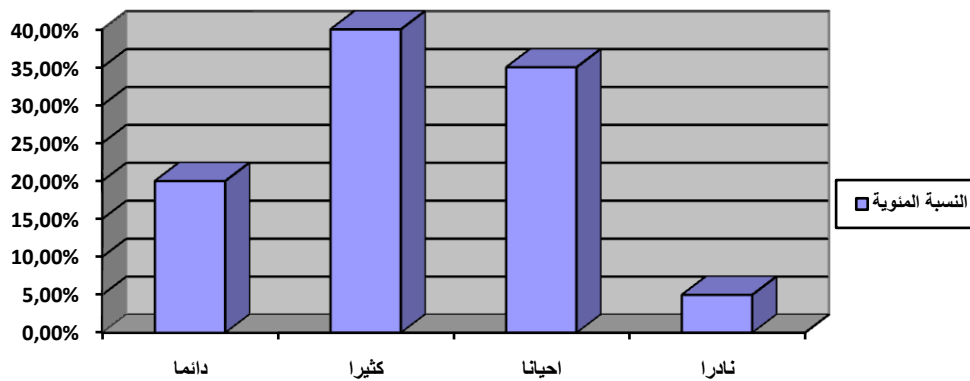
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "14" يتضح لنا إن نتائج الميل للتسرع و الاندفاع كانت كالآتي : 30% كانت إجابتهم ب نادرا و 47.5% كانت إجابتهم ب أحيانا و 17.5% كانت إجابتهم ب كثيرا و 5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 15.8، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "14" : الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخرون في تأخيره

الهدف من العبارة : الجدول رقم "15" يبين الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخرون في تأخيره

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	02	5%	10	6.4	12
أحيانا	14	35%	10	1.6	
كثيرا	16	40%	10	3.6	
دائما	08	20%	10	0.4	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "15" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخرون في تأخيره

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

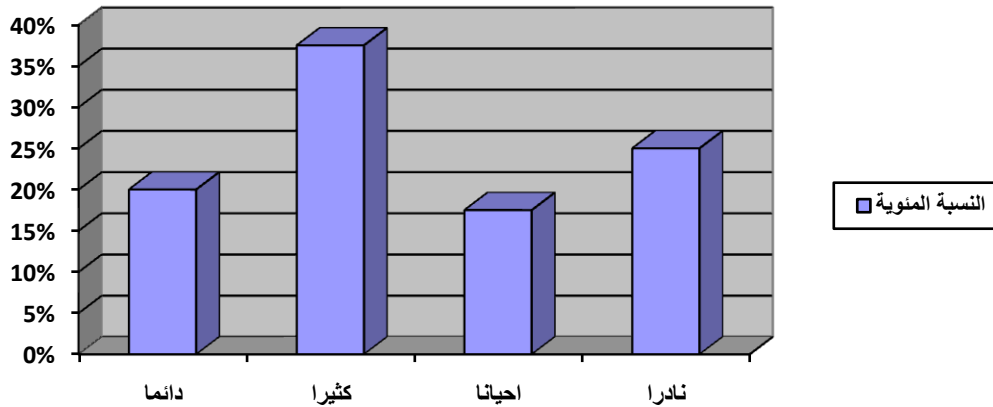
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "15" يتضح لنا إن النتائج الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخرون في تأخيرها كانت كالأتي 5% كانت إجابتهم ب نادرا و 35% كانت إجابتهم ب أحيانا و 40% كانت إجابتهم ب كثيرا و 20% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 12، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "15" : الشعور بالضيق حينما لا يلقي عمله الجيد تقديرا

الهدف من العبارة : الجدول رقم "16" يبين الشعور بالضيق حينما لايلقى عمله الجيد تقديرا

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
نادرا	10	25%	10	00	3.8
أحيانا	07	17.5%	10	0.9	
كثيرا	15	37.5%	10	2.5	
دائما	08	20%	10	0.4	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "16" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالضيق حينما لايلقى عمله الجيد تقديرا.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

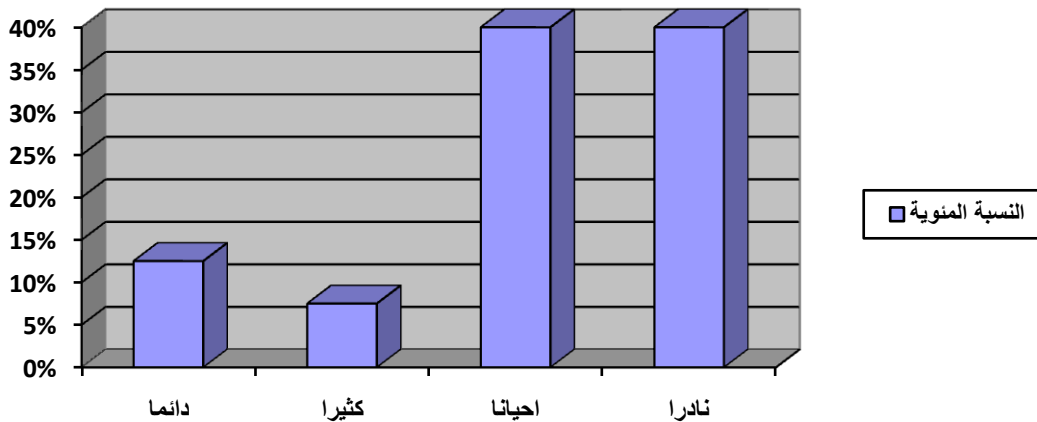
التحليل والاستنتاج

من خلال الجدول رقم "16" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالضيق حينما لا يلقي عمله الجيد تقديرا كانت كالآتي: 25% كانت إجابتهم ب نادرا و 17.5% كانت إجابتهم ب أحيانا و 37.5% كانت إجابتهم ب كثيرا , و 20% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 3.8، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أصغر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "16" : فقدان السيطرة على النفس

الهدف من العبارة :الجدول رقم "17" يبين فقدان السيطرة على النفس.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	16	40%	10	3.6	14.6
أحيانا	16	40%	10	3.6	
كثيرا	03	7.5%	10	4.9	
دائما	05	12.5%	10	2.5	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "17" لأعمدة بيانية تبين فقدان السيطرة على النفس.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

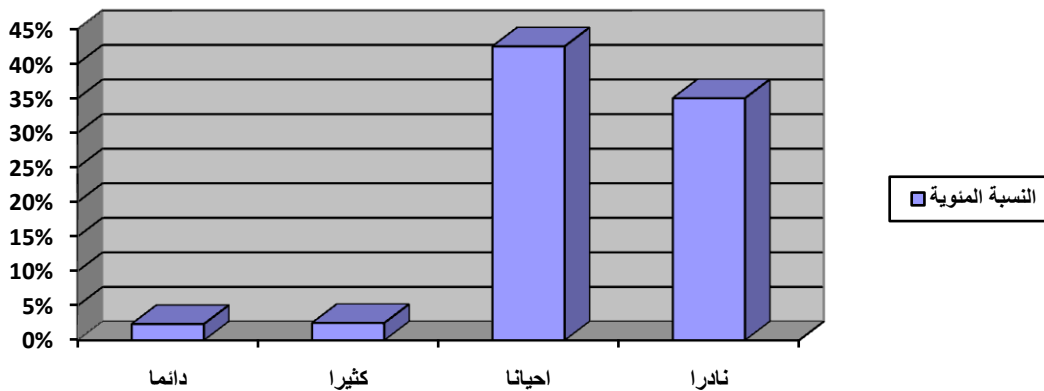
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "17" يتضح لنا إن نتائج فقدان السيطرة على النفس كانت كالآتي : 40% كانت إجاباتهم ب نادرا و 40% كانت إجاباتهم ب أحيانا , و7.5% كانت إجاباتهم ب كثيرا و12.5% كانت إجاباتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 14.6، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن - 1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "17" : التفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا

الهدف من العبارة :الجدول رقم "18" يبين التفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	14	35%	10	1.6	15
أحيانا	17	42.5%	10	4.9	
كثيرا	08	20%	10	0.4	
دائما	01	2.5%	10	8.1	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "18" لأعمدة بيانية تبين التفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

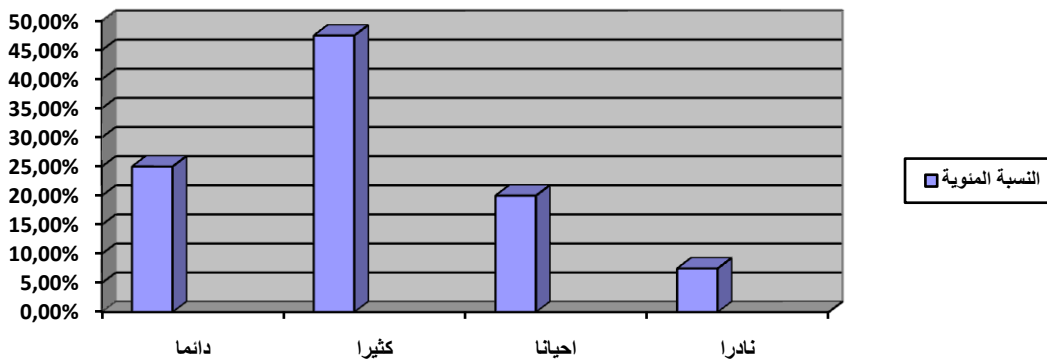
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "18" يتضح لنا إن نتائج التفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا كانت كآتي : 35% كانت إجابتهم ب نادرا و 42.5% كان إجابتهم ب أحيانا و 20% كانت إجابتهم بكثير و 2.5% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 15، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدتها بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "18" : الشعور بالغضب بشدة حينما أتعرض للنقد أمام الآخرين

الهدف من العبارة : الجدول رقم "19" يبين الشعور بالغضب بشدة حينما أتعرض للنقد أمام الآخرين

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
نادرا	11	7.5%	10	0.1	4.2
أحيانا	14	20%	10	1.6	
كثيرا	10	47.5%	10	00	
دائما	05	25%	10	2.5	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "19" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالغضب بشدة حينما أتعرض للنقد أمام الآخرين

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

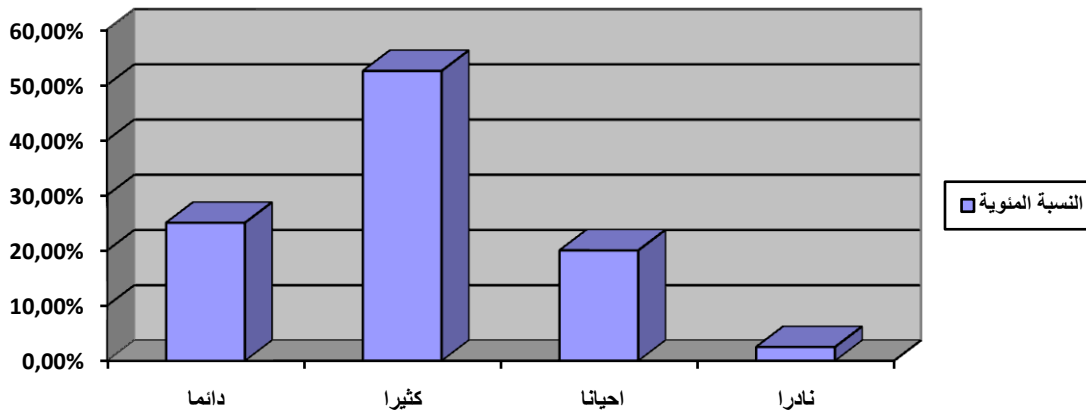
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "19" يتضح لنا إن النتائج الشعورية بالغضب بشدة حينما أتعرض للنقد أمام الآخرين كانت كالآتي : 7.5% كانت إجاباتهم ب نادرا و 20% كانت إجاباتهم ب أحيانا و 47.5% كانت إجاباتهم ب كثيرا , و 25% كانت إجاباتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 4.2، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "19": الشعور بالرغبة في اضرب شخص ما حين يتعرض للإحباط.

الهدف من العبارة :الجدول رقم "20" يبين الشعور بالرغبة في اضرب شخص ما حين يتعرض للإحباط

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
نادرا	21	2.5%	10	12.1	30.6
أحيانا	16	40%	10	3.6	
كثيرا	03	52.5%	10	4.9	
دائما	00	25%	10	10	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "20" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالرغبة في اضرب شخص ما حين يتعرض للإحباط

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

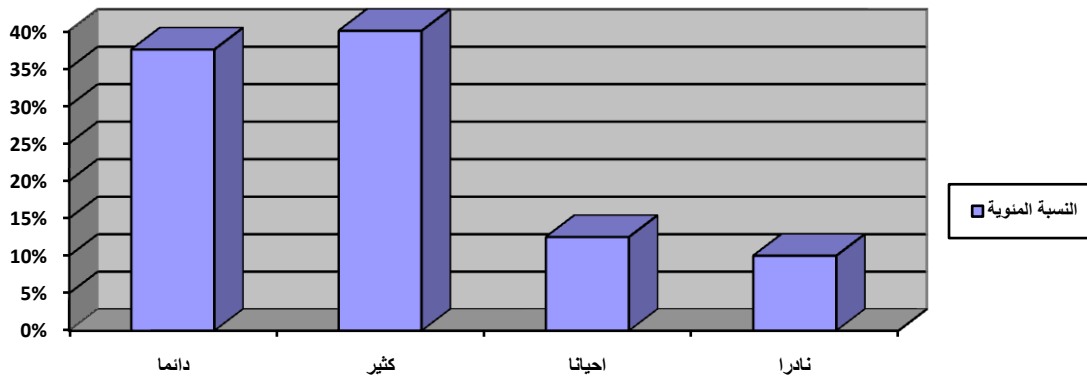
التحليل والاستنتاج :

من خلال الدول رقم "20" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالرغبة في اضرب شخص ما حين يتعرض للإحباط كانت كالأتي : 2.5% كانت إجابتهم ب نادرا ، و 20% كانت إجابتهم ب أحيانا 52.5% كانت إجابتهم ب كثيرا و 25% كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 30.6، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "20" : الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على تقدير ضعيف

الهدف من العبارة :الجدول رقم "21" يبين الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على تقدير ضعيف

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
نادرا	04	10%	10	3.6	3.6
أحيانا	16	12.5%	10	3.6	3.6
كثيرا	15	40%	10	2.5	2.5
دائما	05	37.5%	10	2.5	2.5
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "21" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على

تقدير ضعيف

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحليل والاستنتاج :

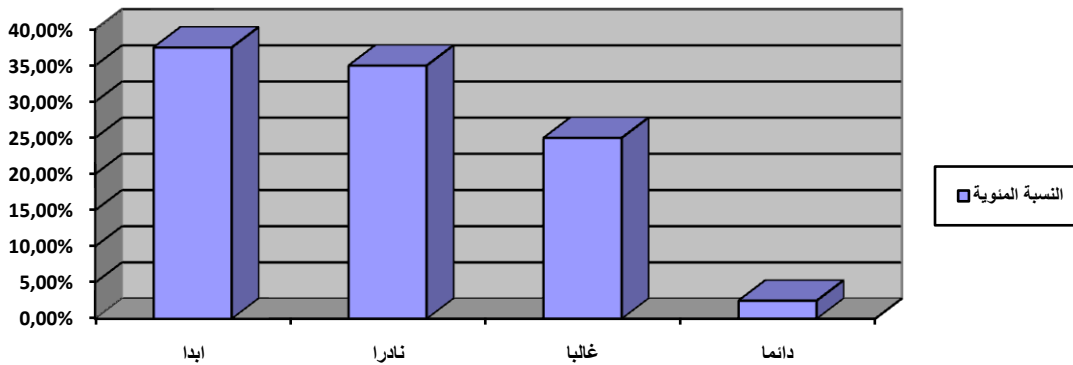
من خلال الجدول رقم "21" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على تقدير ضعيف كانت كالآتي : 10% كانت إجابتهم ب نادرا , 12.5 % كانت إجابتهم ب أحيانا 40 % كانت إجابتهم ب كثيرا و 37.5 % كانت إجابتهم ب دائما. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت كا² المحسوبة قيمة 12.2، و بالكشف عن قيمة كا² الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

المحور الثالث : الإحباط

العبرة رقم "01" : الشعور بالجمود في الحياة

الهدف من العبرة : الجدول رقم "22" يبين الشعور بالجمود في الحياة

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
دائما	01	2.5%	10	8.1	12.2
غالبا	10	25%	10	00	
نادرا	14	35%	10	1.6	
أبدا	15	37.5%	10	2.5	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "22" لأعمدة بيانية الشعور بالجمود في الحياة.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

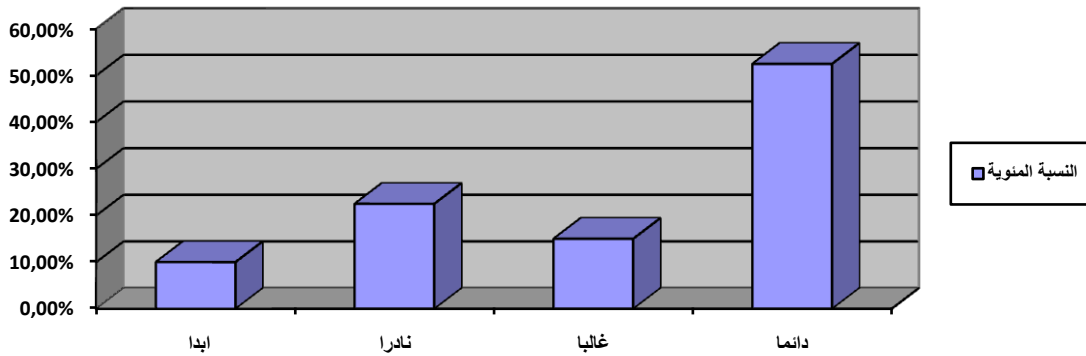
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "22" يتضح لنا أن نتائج الشعور اللاعب بالجمود في الحياة كانت كالآتي : 2.5% كانت إجابتهم بد دائما و 25% كانت إجابتهم ب غالبا و 35% كانت إجابتهم ب نادرا و 37.5% كانت إجابتهم ب أبدا. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 12.2، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "2" : الشعور بالحاجة لانجاز له معنى

الهدف من العبارة : الجدول رقم "23" يبين الشعور بالحاجة لانجاز له معنى.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
دائما	21	52.5%	10	12.1	17.4
غالبا	06	15%	10	1.6	
نادرا	09	22.2%	10	0.1	
أبدا	04	10%	10	3.6	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "23" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالحاجة لانجاز له معنى.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحليل والاستنتاج :

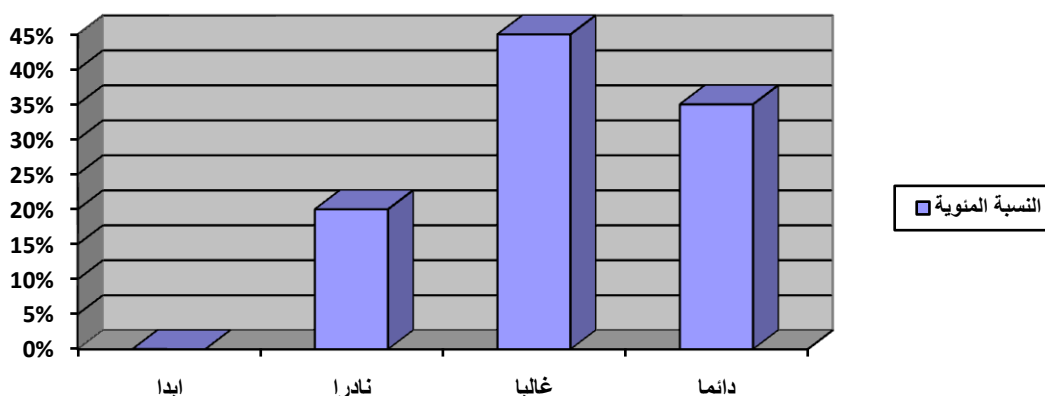
من خلال الجدول رقم "23" يتضح لنا أن نتائج الشعور بالحاجة لانجاز له معنى كانت كالآتي :

52.5% إجابتهم كانت ب دائما و 15% كانت إجابتهم ب غالبا و 22.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 10% كانت إجابتهم ب أبدا. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 17.4، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "3" : الشعور بالحاجة إلى التوجيه

الهدف من العبارة : الجدول رقم "24" يبين الشعور بالحاجة إلى التوجيه

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
دائما	14	35%	10	1.6	18.4
غالبا	18	45%	10	6.4	
نادرا	08	20%	10	0.4	
أبدا	00	0.00%	10	10	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "24" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالحاجة إلى التوجيه

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

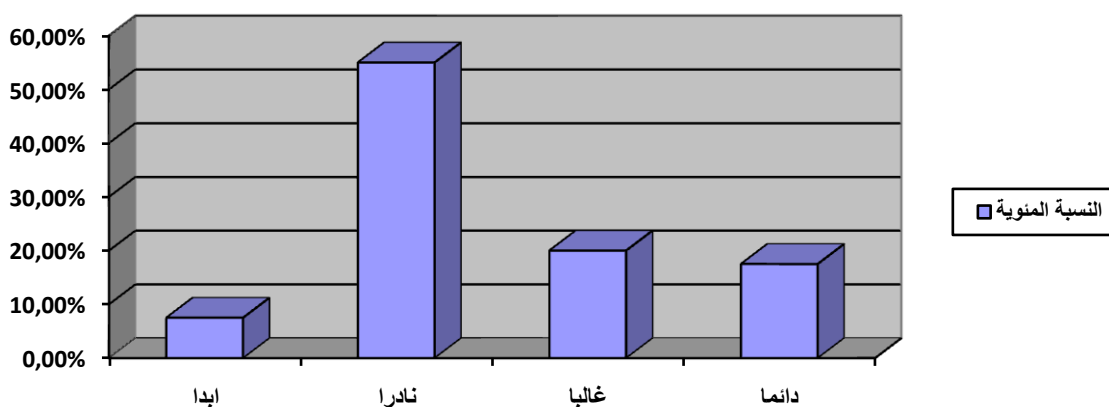
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "24" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالحاجة إلى التوجيه كانت كالأتي : 35 % كانت إجابتهم ب دائما و 45% كانت إجابتهم ب غالبا و 20% كانت إجابتهم ب نادرا في حين لم يجب أي من ب أبدا. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت كا² المحسوبة قيمة 18.4، و بالكشف عن قيمة كا² الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "04": الشعور بنفاذ الصبر

الهدف من العبارة : الجدول رقم "25" يبين الشعور بنفاذ الصبر

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
دائما	07	17.5%	10	0.9	20.6
غالبا	08	20%	10	0.4	
نادرا	22	55%	10	14.4	
أبدا	03	7.5%	10	4.9	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "25" لأعمدة بيانية تبين الشعور بنفاذ الصبر

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

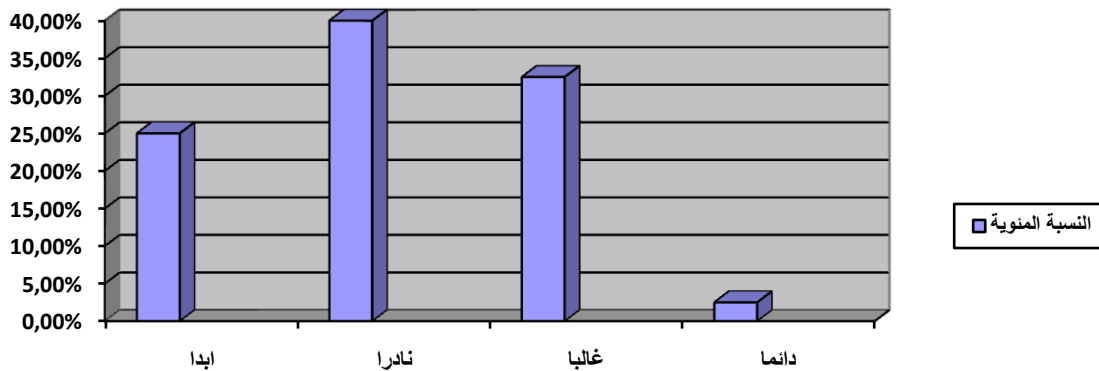
التحليل و الاستنتاج :

من خلال الجدول " 25" يتضح لنا أن نتائج الشعور بنفاذ الصبر كانت كالآتي : 17.5% كانت إجابتهم ب دائما و 20% كانت إجابتهم ب غالبا و 55% كانت إجابتهم ب نادرا و 7.5 % كانت إجابتهم ب أبدا. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت كا² المحسوبة قيمة 20.6، و بالكشف عن قيمة كا² الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن - 1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "05" : الشعور بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياة اللاعب

الهدف من العبارة :الجدول رقم "26" يبين الشعور بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياة اللاعب

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
دائما	01	%2.5	10	8.1	12.6
غالبا	13	%32	10	0.9	
نادرا	16	%40	10	3.6	
أبدا	10	%25	10	00	
المجموع	40	%100			



مخطط رقم "26" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياة اللاعب

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

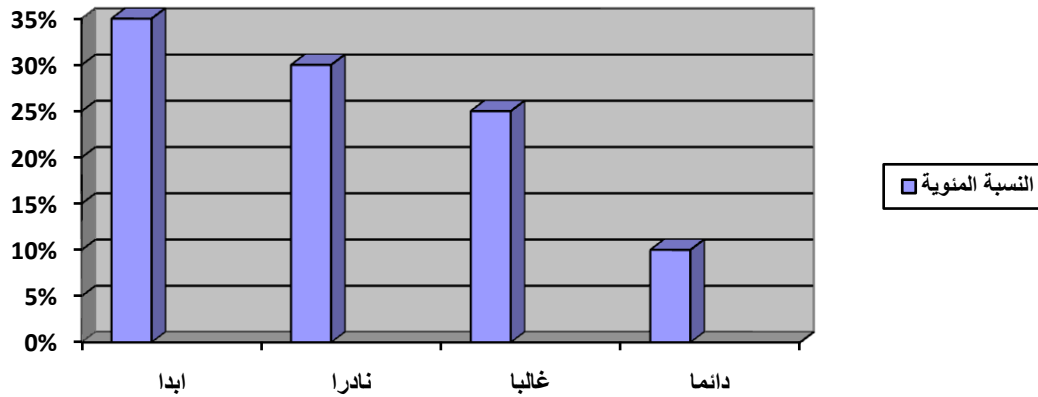
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "26" يتضح لنا إن نتائج ما إذا كان اللاعب يشعر بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياته كانت كالآتي : 2.5% كانت إجاباتهم ب دائما و 32.5% كانت إجاباتهم ب غالبا و 40% كانت إجاباتهم ب نادرا و 25% كانت إجاباتهم ب أبدا. و معرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 12.6، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0.05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "06" : الشعور بالخلو من الأوهام

الهدف من العبارة : الجدول رقم "27" يبين الشعور بالخلو من الأوهام.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
دائما	04	10%	10	3.6	5.6
غالبا	10	25%	10	00	
نادرا	12	30%	10	0.4	
أبدا	14	35%	10	1.6	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "27" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالخلو من الأوهام

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

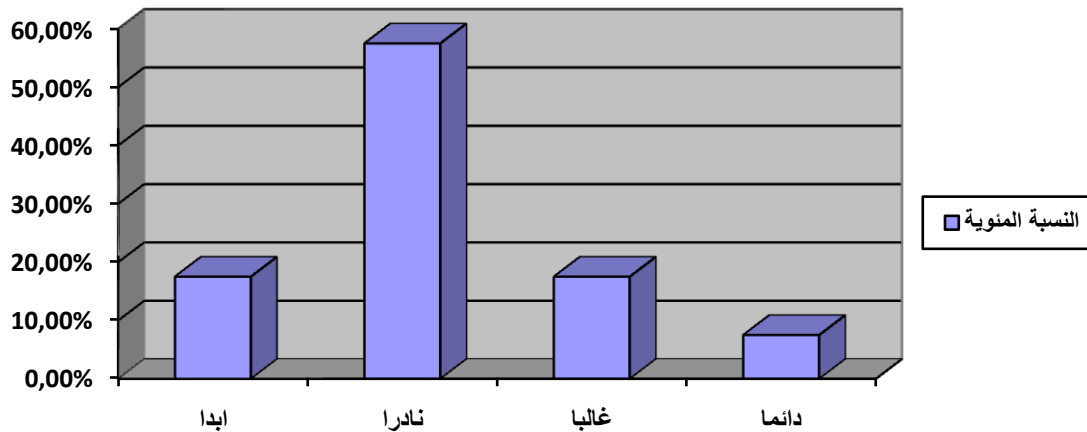
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "27" يتضح لنا إن نتائج الشعور بالخلو من الأوهام كانت كالأتي :10% كانت إجابتهم ب دائما 25 % كانت إجابتهم ب غالبا و 30 % كانت إجابتهم ب نادرا 35% كانت إجابتهم ب أبدا. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 5.6، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن - 1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "07" : الشعور بالإحباط

الهدف من العبارة : الجدول رقم "28" يبين الشعور بالإحباط

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 المحسوبة
دائما	03	7.5%	10	4.9	23.6
غالبا	07	17.5%	10	0.9	
نادرا	23	57.5%	10	16.9	
أبدا	07	17.5%	10	0.9	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "28" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالإحباط

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

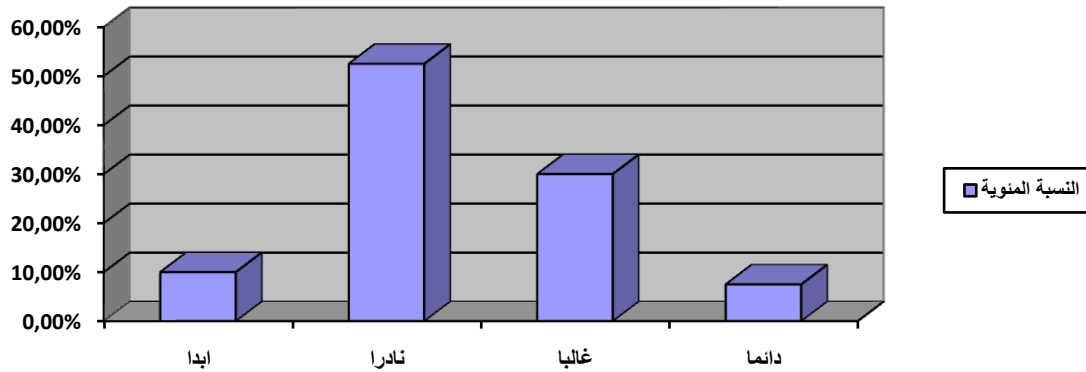
التحليل والاستنتاج :

من خلال رقم "28" يتضح لنا أن نتائج الشعور بالإحباط كانت كالآتي : 7.5% كانت إجابتهم ب دائما و 17.5% كانت إجابتهم ب غالبا و 57.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 17.5% كانت ب أبدا. و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت كا² المحسوبة قيمة 23.6، و بالكشف عن قيمة كا² الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "08" : الشعور بالخيبة الأمل

الهدف من العبارة : الجدول رقم "29" يبين الشعور بالخيبة الأمل

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
دائما	03	7.5%	10	4.9	21
غالبا	12	30%	10	0.4	
نادرا	21	52.5%	10	12.1	
أبدا	04	10%	10	3.6	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "29" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالخيبة الأمل

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

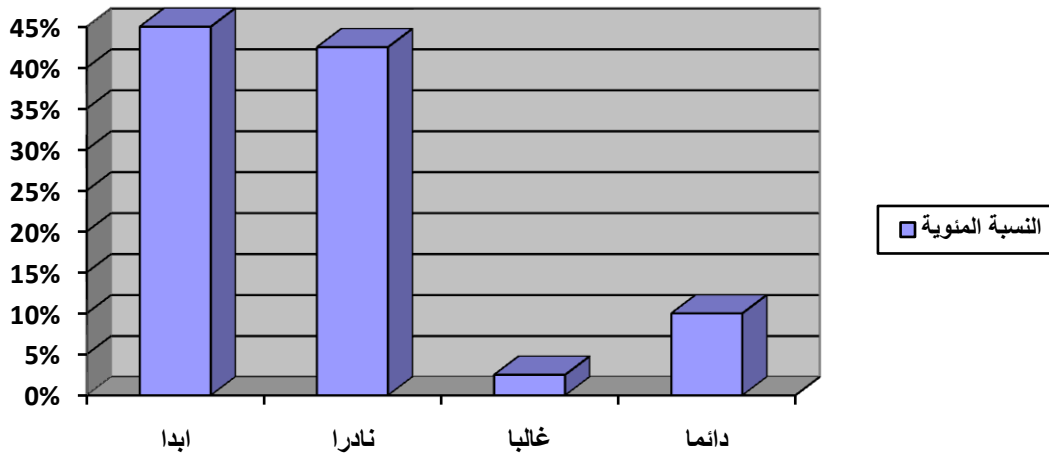
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "29" يتضح لنا أن نتائج الشعور بالخيبة الأمل كانت كالأتي : 7.5% كانت نتائجهم ب دائما و 30% كانت إجابتهم ب غالبا و 52.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 10% كانت إجابتهم ب أبدا، و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 21، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "09" : الشعور بقلة الشأن

الهدف من العبارة : الجدول رقم "30" يبين الشعور بقلة الشأن.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	χ^2 المحسوبة	χ^2 الجدولية
دائما	04	10%	10	3.6	23
غالبا	01	2.5%	10	8.1	
نادرا	17	42.5%	10	4.9	
أبدا	18	45%	10	6.4	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "30" لأعمدة بيانية تبين الشعور بقلة الشأن

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

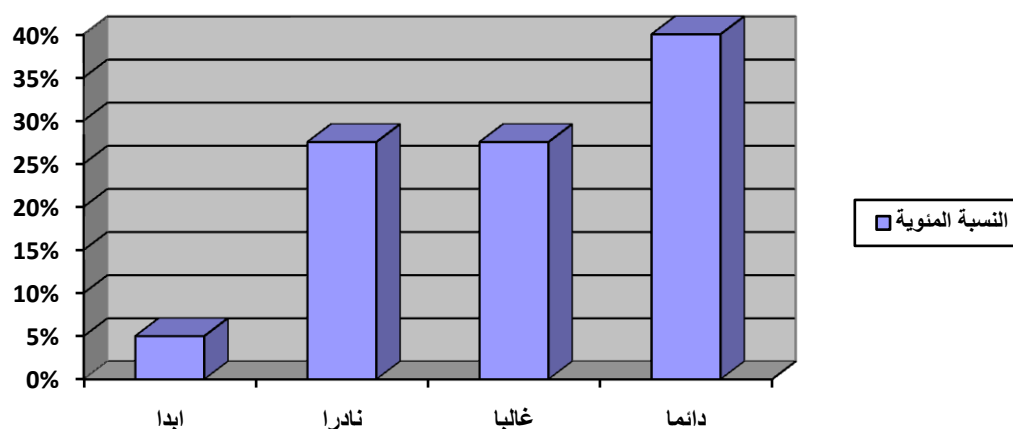
التحليل والاستنتاج :

من خلال الجدول رقم "30" يتضح لنا أن نتائج الشعور بقلّة الشّأن كانت كالآتي : 10% كانت إجابتهم ب دائما و 2.5% كانت إجابتهم ب غالبا و 42.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 45% كانت إجابتهم ب أبدا، و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت كا² المحسوبة قيمة 23، و بالكشف عن قيمة كا² الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن - 1) = 1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت كا² المحسوبة أكبر من كا² الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

العبارة رقم "10" : الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان مخططا لها.

الهدف من العبارة : الجدول رقم "31" يبين الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان مخططا لها.

الاقتراحات	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات المتوقعة	كا ² المحسوبة	كا ² الجدولية
دائما	16	40%	10	3.6	10.2
غالبا	11	27.5%	10	0.1	
نادرا	11	27.5%	10	0.1	
أبدا	02	5%	10	6.4	
المجموع	40	100%			



مخطط رقم "31" لأعمدة بيانية تبين الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان مخططا لها.

الفصل الثاني: عرض وتحليل ومناقشة النتائج

التحليل و الاستنتاج :

من خلال الجدول "31" يتضح لنا أن نتائج الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان مخططا لها كانت كالآتي : 40% كانت إجابتهم ب دائما و 27.5% كانت إجابتهم ب غالبا و 27.5% كانت إجابتهم ب نادرا و 5% كانت إجابتهم ب أبدا، و لمعرفة مدى دلالة الفرق بين القيم المشاهد، و المتوقعة تم معالجة النتائج الخام المتحصل عليها باستخدام اختبار حسن المطابقة، حيث بلغت χ^2 المحسوبة قيمة 10.2، و بالكشف عن قيمة χ^2 الجدولية تبين أنها تساوي 7.82 و هذا عند درجة حرية (ن-1)=1 و مستوى الدلالة الإحصائية 0,05. و لما كانت χ^2 المحسوبة أكبر من χ^2 الجدولية، فإنه يمكن الأخذ بصحة التفسير و بدرجة ثقة 95%، أن القيم المشاهدة بينها و بين القيم المتوقعة فروق لا يمكن أن ترجع للصدفة.

- 1 - من خلال النتائج المحصل عليها نجد أن جل اللاعبين لا يكونون في حالة غضب أو إحباط قبل المنافسة، بل هناك أسباب عديدة تجعل اللعب يدخل في مثل هذه الحالات والتي تؤثر سلبا على أدائه أثناء المنافسة.
- 2 - كثيرا ما يكون الإحباط عاملا من العوامل التي تؤدي إلى حالة الغضب وتخرج اللاعب عن حالته الطبيعية ويمكن الجزم أن العملية عكسية إذا أن غضب اللاعب قد يجعله محبطا إلى فقدان الأمل والشعور بخيبة الأمل.
- 3 - بالرغم من كل ذلك فإن هذا لا ينفي وجود بعض اللاعبين الذين نادرا ما يشعرون بمثل هذه الحالات (غضب أو إحباط) حتى ولو توفرت العديد من العوامل المؤدية لذلك وهذا نتيجة التحضير الجيد "البدني،النفسي".

2-3 مقابلة النتائج بالفرضيات :

بالوقوف على النتيجة النهائية للدراسة والتي تتلخص في دراسة وصفية لسلوك الغضب والإحباط لدى لاعبي كرة القدم، بالنظر إلى الفرضيات المطروحة من قبل الباحثين لزم علينا مقرنتها بالنتائج المتوصل إليها :

1) الفرضية الأولى :

افترضا الباحثان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب وهران.

وعلى ضوء النتائج المحصل عليها ومن خلال نتائج الجدول (8)،(14)،(18)،(20)، نجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب وهران. وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأولى.

2) الفرضية الثانية :

افترض الباحثان أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب وهران، وعلى ضوء النتائج المحصل عليها ومن خلال نتائج الجدولين رقم (19)،(30) نجد أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب وهران، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الثانية.

2-4 الخلاصة :

ما هو معمول به حاليا في ميادين الرياضة إلا وهو البحث عن أجمع السبل والوسائل لتطوير المستوى في أي لعبة وخاصة كرة القدم والنهوض بها إلى أرقى المستويات.

تعتبر مشكلة الغضب والإحباط من أهم المشاكل التي شغلت اهتمام الباحثين وهذا الانتشار لها المفعز خاصة في الملاعب وهذا ما جعل الساهرين على اللعبة القيام بعدة ملتقيات وكذا دراسات لتقصي أسباب هذه الظاهرة حيث توجد مؤثرات تعمل على إظهار هذا السلوك (الغضب والإحباط) منها الاجتماعية والثقافية والنفسية.

وقد تطرقنا في بحثنا هذا إلى دراسة احد الجوانب النفسية ألا وهو الغضب و الإحباط لدى لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب وهران.

وقد اتبعنا المنهج الوصفي من اجل الوصول إلى الهدف، والذي اعتمد على تحليل نتائج عينة البحث والاطلاع على بعض الدراسات المشابهة والكتب المتوفرة، كما اعتمدنا في الجانب النظري حيث حصرت النتائج والملاحظات وتم إسقاط الضوء على مفهوم الغضب و الإحباط ونظريتهما ومصادرها. وكانت الخلاصة من هذه الدراسة كالآتي :

موضوع الغضب و الإحباط ما هو إلى محاولة أو تجربة تفسير وشرح سلوك الرياضي نحو المنافسة على أساس وجود مثل هذه الحالات والتحكم فيها يكون من شأنه أن يعطي اتزان نفسي للاعب أثناء المنافسات.

2-5 التوصيات :

من خلال الاستنتاجات المستخلصة من هذا البحث تمكنا من إعطاء بعض التوصيات بحيث تمثلت فيما

يلي :

- نوصي مسؤولي الفرق الوطنية أن يكونوا على دراية بجميع العوامل المؤدية إلى حالة الغضب والإحباط قبل المنافسة والمؤثرة على فريقهم.
- كما نوصي مسؤولي الفرق الوطنية بالبحث والاطلاع على أنجع واحداث الطرق للتعرف على حالات الغضب والإحباط قبل المنافسة الرياضية والتي يمكن أن يتعرض لها اللاعبون.
- نوصي مسؤولي الفرق أن يحاولوا التقليل من درجة الغضب و الإحباط لدى لاعبيهم مهما كان الأمر.
- القيام ببعض الاختبارات النفسية للرياضيين قصد معرفة حالتهم النفسية و محاولة معالجتها وكذا الاهتمام بالجوانب النفسية للاعبينهم قبل وأثناء وبعد المنافسات.
- كما يجب على الرابطة الوطنية وضع إجراءات صارمة في حق اللاعبين الذين يخرجون عن نطاق الرياضة والمنافسة وهذا لردعهم وتعويدهم على التحكم في النفس في مثل هذه الانفعالات.

المصادر والمراجع

المراجع

- 1) Buss. (1961). *psychology of aggression*. new york.
- 2) أبو جرادة عبد الله. (2012). *الابعاد النفسية للسلوك العدواني عند لاعبي كرة القدم*. بسكرة: مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية/العدد السابع.
- 3) اسامة كامل راتب. (1990). *دوافع التفوق في النشاط الرياضي*. دار الفكر العربي.
- 4) الشهري محمد بن زاهر. (بدون سنة). *لا تغضب*. الموسوعة الحرة ويكيبيديا.
- 5) الطالب بوعلام الله حمزة. (2009). *علم النفس*.
- 6) القران الكريم. (سورة يوسف، الآية 110).
- 7) المذكرة الرياضية. (1998). *المركز الوطني للاعلام والوثائق الرياضية*.
- 8) المواقع الالكترونية. <http://sez.ae/vb/showthread.php?t=30661>.
- 9) المواقع الالكترونية. <http://www.ourpetclub.com/vb/archive/-289.html>.
- 10) بسطوسي احمد. (1996). *اسس ونظريات الحركة*. مصر: دار الفكر العربي - الطبعة الاولى.
- 11) جودة بن جابر. (2011). *علم النفس الاجتماعي*. الطبعة الثانية.
- 12) د د احمد عبد اللطيف ابو اسعد. (2009). *دليل المقاييس و الاختبارات النفسية والتربوية*. المملكة الاردنية.
- 13) د د محمد صبحي حسنين. (1995). *القياس والتقويم في التربية البدنية والرياضة*. القاهرة: دار الفكر العربي الجزء الاول.
- 14) د د/محمد صبحي او صالح عدنان محمد عوض. (1984). *مقدمة في الاحصاء*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- 15) د/محمد يوسف حجاج. (2002). *التعصب و العدوان في الرياضة*.
- 16) زين العابدين درويش. (1993). *علم النفس الاجتماعي*. مطابع زمزم ط1.
- 17) عبد الرحمان عيسوي. (2005). *دراسات في علم النفس الاجتماعي*.
- 18) عزة عبد الغني حجازي. (1986). *الشخصية الايجابية المفهوم والقياس*.
- 19) علي احمد مذكور. *منهج تعليم الكبار*. مصر: دار الفكر العربي القاهرة.
- 20) عمار بحوش، محمد محمود الذنياب. (1995). *مناهج البحث العلمي و طرق اعداد البحوث*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- 21) فؤاد اليمن السيد. *الاسس العلمية للنمو الطفولة الى الشيخوخة*. مصر: دار الفكر العربي.
- 22) فيصل رشيد العياش الديلمي، لحر عبد الحق. *كرة القدم-كتاب منهجي لطلبة واساتذة التربية البدنية والرياضة*.
- 23) كيالي طه سهام. (بدون سنة). *الغضب و علاجه*. الموسوعة الحرة ويكيبيديا.

- (24) م معين امين السيد. (1988). *المعين في الاحصاء*. الجزائر: دار العلوم للنشر والتوزيع مطبعة امزيان القبة.
- (25) م مقدمة عبد الحفيظ. (1993). *الاحصاء و القياس التربوي*. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.
- (26) مجلة الوطن الرياضي. (12/08/1985). الجزائر: العدد89.
- (27) محمد ازهر السماك وآخرون. (1980). *الاصول في البحث العلمي*. الموصل: دار الحكمة للطباعة و النشر.
- (28) محمد السيد عبد الرحمان. (2004). *نظريات النمو "علم النفس و النمو التقدم"*.
- (29) محمد جاسم محمد. (2004). *مشكلات الصحة النفسية وعلاجه* ط1. الاصدار الاول. الاردن: مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- (30) محمد حسن علاوي. (1998). *سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة*. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- (31) محمد حسن علاوي. (1992). *علم النفي الرياضي*. القاهرة: الطبعة الثامنة، دار المعارف.
- (32) محمد قاسم عبد الله. (2010). *مدخل الى الصحة النفسية*. الطبعة الخامسة.
- (33) محمد يوسف حجاج. (2002). *التعصب والعدوان في الرياضة-رؤية نفسية اجتماعية*. جامعة حلون.
- (34) مختار سالم. (1988). *كرة القدم لعبة الملايين*. سوريا: مكتبة المعارف، بيروت.
- (35) وجيه محجوب حاسم. (1985). *طرق البحث العلمي ومناهجه*. العراق: مطبعة جامعة الموصل.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم
قسم التربية البدنية والرياضة

أخي الرياضي :

يسرنا أن نضع بين يديك مقياس الغضب والإحباط الذي أعده (سييليرجر) وقام بإعداد صورته

بالعربية، الدكتور القريشي، عبد الفتاح بهدف قياس الغضب كحالة وكسمة، وتحديد درجة الإحباط لدى اللاعبين وأحيطكم علما أن البحث تحت عنوان :

دراسة تحليلية لمستويات الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم

يرجى الإجابة على أسئلة المقياس بوضع إشارة (X) أمام كل عبارة من العبارات الموجودة

سواء ب : نادرا، أحيانا، كثيرا، دائما، غالبا، أبدا.

نعلمكم انه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة إنما الإجابة تعبر عن رأي الشخص المجيب.

يرجى عدم التأثر بآراء الآخرين عند الإجابة و عدم الاستفسار، حول قراءة العبارة بصورة جيدة واختيار احدى الاجابات الاربعة .

يرجى الاجابة على جميع العبارات، وعدم ترك أي سؤال من اجل الحصول على نتائج المطلوبة.

إعداد الطالبان:

* بوشارب سيد احمد

* بداني حاج كمال

إشراف:

* د/ بلكيش قادة

السنة الجامعية 2012/2013

مقياس الغضب

الرقم	الفقرة	نادرا	أحيانا	كثيرا	دائما
1	الشعور بالغيظ.				
2	الشعور بالضيق.				
3	الشعور بالرغبة في الانتقام .				
4	الشعور بالرغبة في الصياح في وجه شخص ما.				
5	الشعور بالرغبة في تحطيم الأشياء.				
6	الشعور بالجنون من الغيظ.				
7	الشعور بالرغبة بضرب الطاولة بعنف.				
8	الشعور بالرغبة في ضرب شخص ما.				
9	الشعور بالاحترق من الداخل.				
10	الشعور بالرغبة في توجيه الشتائم.				
11	المزاج السريع الاستثارة.				
12	الطبع الحاد.				
13	الميل للتسرع و الاندفاع.				
14	الشعور بالغضب حينما يتسبب الآخريين في تأخيره.				
15	الشعور بالضيق حينما لايلقى عمله الجيد تقدير.				
16	فقدان السيطرة على النفس.				
17	التفوه بألفاظ غير لائقة حين يستثار غضبا.				
18	الشعور بالغضب بشدة حينما يتعرض للنقد أمام الآخريين.				
19	الشعور بالرغبة في ضرب شخصا ما حين يتعرض للإحباط.				
20	الشعور بالغضب حينما يقوم بعمل جيد ويحصل على تقدير ضعيف				

مقياس الإحباط

أبدا	نادرا	غالبا	دائما	العبارات	الرقم
				الشعور بالجمود في الحياة.	1
				الشعور بالحاجة لانجاز له معنى.	2
				الشعور بالحاجة إلى توجيه	3
				الشعور بنفاذ الصبر.	4
				الشعور بالعجز في السيطرة على ما يجري في حياة اللاعب.	5
				الشعور بالخلو من الأوهام.	6
				الشعور بالإحباط.	7
				الشعور بخيبة الأمل.	8
				الشعور بقلّة الشأن.	9
				الشعور بالانزعاج لعدم سير الأمور كما كان منخططا لها.	10

RESUME :

Titre de l'étude : Étude descriptive du comportement de colère et de frustration chez les joueurs de football classe seniors.

L'étude vise a :

- Identifier les causes qui conduisent à l'apparition de la colère et de la frustration chez les joueurs de football dans la première région divisionnaire ouest Oran
- Identifier la relation entre la colère et la frustration chez les joueurs de football seniors dans la première région divisionnaire ouest Oran

HYPOTHESE :

- Il existe des différences statistiquement significatives à un état de colère chez les joueurs de football seniors dans la première région divisionnaire ouest Oran
- Il existe des différences statistiquement significatives à la frustration chez les joueurs de football seniors dans la première région divisionnaire ouest Oran

Procédures de l'étude sur le terrain:

Echantillon : Un échantillon aléatoire de 40 joueurs qui se spécialisent dans le football.

Domaine spatial: Cette étude a été menée devant les tribunaux de ces équipes

Domaine temporel: à ce stade les formulaires standards ont été distribués depuis 04/09/2013 jusqu'à 05/06/2013, par les deux chercheurs, puis recueillies auprès de tous les joueurs.

Méthode : nous avons adopté dans notre étude sur l'approche descriptive.

Echelle: notre recherche a été basée sur l'échelle de colère et de frustration du Dr. Slingenberg et Dr Abdel Fattah al-Qurashi, qui envisagent tous les éléments de l'objet de l'étude.

Conclusions:

- Il ya plusieurs raisons directe et indirecte conduit à la colère et de la frustration chez les joueurs de football
- Il existe une relation inévitable entre la colère et la frustration

Recommandations:

- Nous recommandons que les responsables des équipes nationales doivent être conscients de tous les facteurs conduisant à un état de colère et de frustration avant tout championnat ou compétition qui affecte leur équipe.
- Nous recommandons également au responsables de rechercher et accéder aux méthodes les plus efficaces et les plus récentes pour identifier les cas de colère et de frustration, qui peuvent être exposés aux joueurs.
- Association nationale doit mettre des mesures strictes contre les joueurs qui sortent du champ du sport et de la concurrence et à les dissuader et de les habituer à la maîtrise de soi.

SUMMARY:

Study Title: A descriptive study of the behavior of anger and frustration among senior class football players.

The study aims to:

- Identify the causes that lead to the appearance of anger and frustration among football players in the first divisional western region Oran
- Identify the relationship between anger and frustration among senior soccer players in the first divisional western region Oran

EVENT:

- There are statistically significant in a state of anger among senior soccer players in the first divisional differences western region Oran
- There are statistically significant frustration among senior soccer players in the first divisional differences western region Oran

Procedures of the field study:

Sample: A random sample of 40 players who specialize in football.

Spatial Domain: This study was conducted in the courts of those teams

Time domain at this stage standard forms were distributed from 04/09/2013 to 05/06/2013, the two researchers then collected from all players.

Method: we adopted in our study of the descriptive approach.

Scale: Our research was based on the level of anger and frustration Slingenberg Dr. Abdel Fattah al-Qurashi Dr, considering all elements of the object of the study.

Conclusions:

- There are several direct and indirect reasons led to anger and frustration among football players
- There is an inevitable relationship between anger and frustration

Recommendations:

- We recommend that the national team leaders should be aware of all factors leading to a state of anger and frustration before any league or competition affecting their team.
- We also recommend that the responsible search and access to the most effective methods and the latest to identify cases of anger and frustration, which can be exposed to the players.
- National Association must put strict measures against players who leave the field of sport and competition and to deter and to accustom them to self-control.

ملخص الدراسة

عنوان البحث : دراسة وصفية لسلوك الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم صنف الأكاير.

تهدف الدراسة إلى : من خلال البحث الذي قمنا به ارتأينا إلى الوصول إلى بعض الأهداف وهي :

*تحديد الأسباب التي تؤدي إلى الحدوث الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب

وهرا

*التعرف على العلاقة الموجودة بين الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم أكابر الجهوي الأول غرب وهرا

فرضيات الدراسة :

*هناك فارق ذات دلالة إحصائية لحالة الغضب عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهرا

*هناك فارق ذات دلالة إحصائية لحالة الإحباط عند لاعبي كرة القدم الجهوي الأول أكابر غرب وهرا

إجراءات الدراسة الميدانية :

العينة : عينة عشوائية تتكون من 40 لاعبا في تخصص كرة القدم.

المجال المكاني : أجريت هذه الدراسة في ملاعب هذه الفرق.

المجال الزمني : تم توزيع استمارات المقياس في يوم 2013/04/09 إلى غاية 2013/05/06 حيث قام

الباحثان في هذه المرحلة في توزيع الاستمارات ثم جمعها من قبل اللاعبين.

المنهج المستخدم : يمثل المنهج الطريقة التي يسلكها الباحث في الدراسة، وبما أن المنهج يكون إتباعا

لطبيعة الدراسة فإننا اعتمدنا في دراستنا على المنهج الوصفي.

المقياس : اعتمدنا في إجراء البحث على مقياس الغضب والإحباط لسيليجر وقام بتعريبه د/القرشي عبد

الفتاح اللذان يدرسان كل ما يتعلق بعناصر الموضوع.

استنتاجات :

*هناك أسباب عديدة مباشرة وغير مباشرة تؤدي إلى حدوث الغضب والإحباط عند لاعبي كرة القدم.

*هناك علاقة حتمية بين الغضب والإحباط وان كل حالة من هذه الحالات تعتبر عاملا من عوامل الشعور

بالأخرى.

التوصيات :

*نوصي مسؤولي الفرق الوطنية أن يكونوا على دراية بجميع العوامل المؤدية إلى حالة الغضب والإحباط قبل

المنافسة والمؤثرة على فريقهم.

*كما نوصي المسؤولين بالبحث و الاطلاع على أنجع واحد الطرق للتعرف على حالات الغضب والإحباط

والتي يمكن أن يتعرض لها اللاعبون

*يجب على الرابطة الوطنية وضع إجراءات صارمة في حق اللاعبين الذين يخرجون عن نطاق الرياضة

والمنافسة وهذا لردعهم وتعويدهم على التحكم في النفس في مثل هذه الانفعالات.