

## اثر برنامج ارشادي في تحسين السلوك التنافسي واختبار دقة التهديد المتحرك بكرة قدم الصالات

استلام البحث: ٢٠٢٤/٦/١٣

أ.م.د. اسيل ناجي فهد

الجامعة المستنصرية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

[aseelnaji@uomustansiriyah.edu](mailto:aseelnaji@uomustansiriyah.edu)

قبول البحث: ٢٠٢٤/٧/١٠

[u.iq](http://u.iq)

### ملخص البحث

ان اغلب المدربين كرة قدم الصالات و اخصائيين النفسيين داخل الفريق الرياضي يركزون على الجوانب النفسية السلبية دون تركيز على جوانب النفسية الايجابية وبما ان السلوك هو انعكاس الشخصية وخاصة السلوك التنافسي فهو يعتبر الحاجات النفسية التي يتم اشباعها عن طريق تنافس وتحقيق الفوز الذي يؤثر بصورة مباشرة او غير مباشرة على اهم المهارات بكرة القدم الصالات وهي التهديد التي تعتبر الاساس في نجاح الفريق لذا سعت الباحثة بناء برنامج ارشادي لتحسين السلوك التنافسي والتهديد .ومن هنا جاء التساؤل التالي هل يؤثر البرنامج الارشادي على كل من السلوك التنافسي والتهديد ، تم تحديد مجتمع البحث بأندية بغداد لكرة قدم الصالات للمحترفين للعام (٢٠٢٣-٢٠٢٤) وهم ٧ اندية اما عينة البحث تم اختيار العينة ٢ نادي اذ يمثل احدهم المجموعة الضابطة اذ كان الاول نادي البيات الشرطة عددهم (١٣) لاعب والثاني نادي الشرطة العراقية عددهم (١٣) لاعب تم اخذ ٣ لاعب من كل نادي لاجراء التجربة فاصبحت النسبة (٧٧٪) بعدها طبقت الباحثة الاختبار القبلي على عينة البحث ثم اعدت الباحثة البرنامج الارشادي بالاعتماد على نظرية السلوكية حيث تم تحويل فقرات المقياس الى مواضيع جلسات بالاعتماد على فنيات النظرية تم تطبيق البرنامج لمدة شهرين تضمنت (٨) جلسات واحده في الاسبوع والجلسة ارشادية عبارة عن (٩٠) دقيقة وبعد الانتهاء اجرت الاختبارات البعدية في نفس ظروف الاختبارات القبليّة ثم جمع النتائج وتفرغها واستنتجت الباحثة فاعلية البرنامج الارشادي وفق الاسلوب مباشرة والطريقة الفردية في تحسين السلوك التنافسي ودقة التهديد لدى اللاعبين .

**الكلمات المفتاحية :** مقياس السلوك التنافسي , اختبار دقة التهديد

### *The effect of a counseling program in improving competitive behavior and testing the accuracy of moving goals in futsal*

*Al-Mustansiriya University / College of Education and Sports Sciences*

*Asst.prof. Dr. Aseel naji Fahad*

### **Abstract**

*Most futsal coaches and psychologists within the sports team focus on the negative psychological aspects without focusing on the positive psychological aspects, and since behavior is a reflection of personality, especially competitive behavior, it is considered the psychological needs that are satisfied through competition and achieving victory, which affects directly or indirectly. The most important skill in futsal football is scoring, which is considered the basis for the team's success. Therefore, the researcher sought to build a guidance program to improve competitive behavior and scoring. Hence the following question came: Does the guidance program affect both competitive behavior and scoring? The research community was identified with Baghdad futsal clubs. For the professionals for the year (2023-2024), they are 7 clubs. As for the research sample, 2 clubs were chosen, with one of them representing the control group. The first was the Police Equipment Club, numbering (13) players, and the second was the Iraqi Police Club, numbering (13) players. 3 players were taken from each club to conduct the*

experiment. The percentage became (77%). After that, the researcher applied the pre-test to the research sample. Then the researcher prepared the counseling program based on behavioral theory, where the items of the scale were converted into session topics based on the techniques of the theory. The program was applied for a period of two months, which included (8) one sessions per week and the counseling session. It is (90) minutes, and after completion, the post-tests were conducted in the same conditions as the pre-tests, then the results were collected and transcribed, and the researcher concluded the effectiveness of the guidance program according to the method directly and the individual method in improving the competitive behavior and scoring accuracy of the players.

**Keywords:** competitive behavior scale , purposeful excellence test

### ١- المقدمة.

ان البرنامج الارشادي احد فروع علم النفس التطبيقية حيث يقوم علم النفس بتشخيص السمات والقدرات النفسية الايجابية والسلبية اما الارشاد هو ايجاد علاج نفسي ارشادي للسمات والقدرات السلبية عن طريق الارشاد والعمل على تعزيز وتحسين الايجابية منها ان السلوك التنافسي احد مظاهر الحاجات النفسية التي تعكس عن طريق سلوك الفرد هو استعداد الرياضي للتنافس في ظل وجود الخصم و الدافع نحو الإنجاز (١٠ : ٩٦) اي سلوك انجازي يتمثل اشباع بعض الحاجات النفسية (١٠:١) وهذا لا يتحقق الا عن طريق الاتزان النفسي من قدرات وسمات تنعكس بالسلوك التنافسي بما ان كرة قدم الصالات تحتاج الى تنافس جماعي لجميع اعضاء الفريق لتحقيق الفوز (١١ : ٤٥) وان مستوى الفريق يعتمد على ما يتمتع بها أعضاء الفريق من سلوك تنافسي والقدرة على توجيه السلوك وتعزيزه نحو الافضل لتحقيق دقة التهديد وذلك يعني وضع البرنامج الارشادي. ومن هنا جاءت اهمية البحث في معرفة اثر برنامج ارشادي في تحسين السلوك التنافسي واختبار دقة التهديد المتحرك لنادي البيات الشرطة بكرة قدم الصالات .

ان اغلب المدربون كرة قدم الصالات و اخصائين النفسيين داخل الفريق الرياضي يركزون على الجوانب النفسية السلبية دون تركيز على الجوانب النفسية الايجابية وبما ان السلوك هو انعكاس الشخصية وخاصة السلوك التنافسي فهو يعتبر الحاجات النفسية التي يتم اشباعها عن طريق تنافس وتحقيق الفوز الذي يؤثر بصورة مباشرة او غير مباشرة على اهم المهارات بكرة القدم الصالات هي التهديد التي تعتبر الاساس في نجاح الفريق لذا سعت الباحثة بناء برنامج ارشادي لتحسين السلوك التنافسي ودقة التهديد المتحرك .

ومن هنا جاء التساؤل التالي هل يؤثر البرنامج الارشادي على كل من السلوك التنافسي ودقة التهديد المتحرك بكرة قدم الصالات

### ٢- الغرض من الدراسة

وضع برنامج نفسي ارشادي للسمات والقدرات السلبية عن طريق الارشاد والعمل على تعزيز وتحسين الايجابية منها ان السلوك التنافسي احد مظاهر الحاجات النفسية التي تعكس عن طريق سلوك الفرد هو استعداد الرياضي للتنافس في ظل وجود الخصم والدافع نحو الإنجاز

### ٣- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

#### ٣-١ منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملائمة طبيعة مشكلة البحث

#### ٣-٢ مجتمع البحث وعينة

تم تحديد مجتمع البحث بأندية بغداد لكرة قدم الصالات للمحترفين للعام (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤) عددهم (٧) اندية لكل نادي (١٣) لاعب اي عددهم (٩١) لاعب اما عينة البحث تم اختيار العينة (٢٦) لاعب من نادي البيات الشرطة والشرطة العراقية أي النسبة (٢٩٪) لتسهيل مهمة الباحثة لأجراء البحث اذ كان الاول نادي البيات الشرطة عددهم (١٣) لاعب والثاني نادي الشرطة العراقية عددهم (١٣) لاعب اقدم للمجموعة الضابطة والآخر للمجموعة التجريبية وتم اخذ (٣) من كل نادي لأجراء التجربة الاستطلاعية

**٣-٣ الادوات ووسائل جمع المعلومات**

- كرة صالات
- لوحة دقة التهديف
- ساعة توقيت
- طباشير
- مقياس سلوك التنافسي
- اختبار دقة التهديف المتحرك
- هدف كرة قدم صالات
- لوحة دقة التهديف

**٣-٤ متغيرات البحث****٣-٤-١ مقياس السلوك التنافسي (٨:٦)**

استخدمت الباحثة مقياس السلوك التنافسي الذي تم اعدادها من قبل محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) وهو مقياس مقنن يتكون من ٥٨ وبدائل الإجابة هي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي كثيرا ، تنطبق علي قليلا ، لا تنطبق علي أبدا) اعطت للبدائل السلبية (١,٢,٣,٤) اما البدائل الإيجابية اعطت درجات (٤,٣,٢,١) أعلى درجة للمقياس ٢٣٢ و أقل درجة للمقياس ٨٥ اما الوسط الفرضي ١٤٥

**٣-٤-٢ اختبار دقة التهديف المتحركة (٢٧٩:٢)**

اسم الاختبار: دقة التهديف المتحركة

الغرض : دقة اداء التهديف المتحرك

الادوات: كرة قدم الصالات ، لوحة دقة التهديف ، ساعة توقيت ، طباشير

طريقة الاداء : وضع لوحة تحتوي على ارقام واشكال والوان تثبت على هدف كرة قدم الصالات يقف اللاعب لمسافة ٦م ويعطى المدرب ايعازات بشكل سريع (رقم عربي انكليزي ، اشكال والوان ) مع حساب الوقت خلال عشر ايعازات من المدرب التسجيل : يعطى محاولتين لكل للاعب ويحسب الافضل وتعطى لكل محاولة صحيحة ١ والمحاولة الخاطئة صفر لعشرة ايعازات

**٣-٥ التجربة الاستطلاعية**

تم اجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاحد المصادف ٢٠٢٣/١٠/١ لمعرفة مدى فهم عينة البحث للمقياس والاختبار ومدى ملائمة لعينة الوقت المستغرق للإجابة على مقياس السلوك التنافسي واختبار دقة التهديف على عينة قوامها (٦) لاعبين من نادي الشرطة العراقية واليات الشرطة

**٣-٦ التجربة الرئيسية****٣-٦-١ الاختبار القبلي**

تم اجراء الاختبار القبلي يوم السبت بتاريخ ٢٠٢٣/١٠/١٤ على عينة كل من عينتين التجريبية و المجموعة الضابطة عددهم (١٠) لاعبين من نادي الشرطة العراقية تم تطبيق مقياس السلوك التنافسي واختبار دقة التهديف المتحرك لكرة قدم الصالات على مجموعتين الضابطة وتجريبية

**٣-٦-٢ البرنامج الارشادي**

بعد تطبيق الاختبار القبلي على عينة البحث تم اعداد برنامج الارشادي بالاعتماد على النظرية السلوكية (٣:١٢٨) واطسون جون التي تحتوي على (١٢) فنية هي ( التعزيز موجب وسالب , دعم الاجتماعي , العقاب , الاطفاء والاقصاء , لاغراق وإغاضة , التعزيز , تبادل السلوكي , تقليل الحساسية , التدريب التوكيد , برنامج ضبط , النمذجة) حيث تم تحويل فقرات المقياس الى مواضيع جلسات بالاعتماد على فنيات النظرية تم تطبيق البرنامج لمدة شهرين من يوم السبت ٢٠٢٣/١٠/١٤ الى يوم السبت ٢٠٢٣/١٢/١٦ تضمنت ١٦ وحدة ارشادية جلستان في الأسبوع والجلسة ارشادية عبارة عن (٩٠) دقيقة استخدمت الباحثة المنهج الوقائي الارشادي ذي الاسلوب الفردي وذلك لصعوبة جمع العينة في مكان واحد بسبب طبيعية عمل العينة اما طريقة الارشاد المباشر واحتوت الجلسة على الاقسام التالية (موضع الجلسة , الحاجة المرتبطة بالموضوع , الاهداف العامة والخاصة , الاستراتيجيات , وفنيات النظرية , التقويم البيئي ) ملحق<sup>(١)</sup> نموذج هيكل الجلسة الارشادية

## ٣-٦-٣ الاختبار البعدي

باشرت الباحثة بأجراء الاختبار البعدي من مقياس السلوك التنافسي واختبار دقة التهديد المتحرك على مجموعتين الضابطة والتجريبية في نفس ظروف الاختبار القبلي استمرت اربعاء وخميس ٢٠٢٣/١٢/٢١-٢٠

## ٧-٣ الوسائل الاحصائية

استخدمت الباحثة الحقيبة الاحصائية spss

## ٤- عرض النتائج ومناقشتها

٤-١ عرض قيمة  $t$  المحسوبة للمجموعتين بين التجريبية والضابطة للاختبارات القبالية كل من مقياس السلوك التنافسي ودقة التهديد المتحرك جدول (١)

المتغيرات	المجموعة	الاختبار القبلي		قيمة $t$ المحسوبة	مستوى الخطأ	فرق الاوساط	فرق الانحرافات	دلالة الفروق
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي					
المقياس السلوك التنافسي	قبلي	١٤٦,٩	٢,٦٨٥	٠,١٥٣	٠,٢٠٠	٠,٢٠٠	١,٣٠٧	غير معنوي
	تجريبية	١٤٧,١	٢,١٤٢					
اختبار دقة التهديد المتحرك	قبلي	٤,٣	٠,٤٨٣	٠,٣٧٢	٠,١٠٠	٠,١٠٠	٠,٢٦٨	غير معنوي
	قبلي	٤,٤	٠,٦٩٩					

٤-٢ عرض المعالم الاحصائية لدى المجموعة الضابطة والتجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي كل من مقياس السلوك التنافسي ودقة التهديد المتحرك

المتغيرات	المجموعة	عدد العينة	الاختبارات القبالية		الاختبارات البعدية		ت المحسوبة	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
مقياس السلوك التنافسي	تجريبية	١٠	١٤٦,٩	٢,٦٨	١٦١,٨	١,٩٣	٦,٠٥٧	٠,٠٠	معنوي
	ضابطة	١٠	١٤٧,١	٣,١٤٢	١٥٥,٤	٣,٠٢٥	١,٩٦	٠,٠٨١	غير معنوي
اختبار دقة التهديد	تجريبية	١٠	٤,٣	٠,٤٨٣	٥,٩٠٠	٠,٦٧	٨,٥٧	٠,٠٠٠	معنوي
ضابطة	١٠	٤,٤	٠,٦٩٩	٤,٨	٠,٧٣٧	٣,٠٠	٠,٠١٥	غير معنوي	

٤-٣ عرض قيمة  $t$  المحسوبة للمجموعتين بين التجريبية والضابطة للاختبارات البعدية كل من مقياس السلوك التنافسي ودقة التهديد المتحرك

المتغير	المجموعة	الاختبارات البعدية		فرق الاوساط الحسابية	فرق الانحرافات	قيمة ت	نسبة الخطأ	دلالة الفروق
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي					

مقياس السلوك التنافسي	تجريبية	١٦١,٨	١,٩٣	٤,٤٠	١,١٣٥	٣,٨٧	٠,٠٠١	معنوي
	ضابطة	١٥٥,٤	٣,٠٢٥					
اختبار دقة الهدف المتحرك	تجريبية	٥,٩	٠,٩٩	١,١٠	٠,٣٧	٢,٩٥	٠,٠٠١	معنوي
	ضابطة	٤,٨٠٠	٠,٦٣٢					

### مناقشة النتائج

من خلال عرض الجداول تبين ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الاختبارات القبليّة والبعديّة ولصالح الاختبارات البعديّة وهناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاختبارات البعديّة في المجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية كون المجموعة خضعت للبرنامج الإرشادي وإن مساعدة الافراد للتمتع بصحة نفسية سليمة تتطلب بناء برنامج إرشادي لمساعدتهم في تغيير سلوكهم لتحقيق التوافق النفسي مع بيئتهم الخارجية واستثمار طاقاتهم على خير وجه (٥٠:٧) وتشير الدلائل البحثية إلى فعالية البرامج الإرشادية في تعديل السلوك عموماً وفي التخفيف من هذه الاضطرابات النفسية خصوصاً (٧٧:٩) وكون الارشاد يعمل تحسين السلوك اذ يؤثر على مستوى اللاعب كذلك عدم استعداد اللاعبين نفسياً وعقلياً لكل المجريات قبل المنافسة وبعدها اذ يؤثر وبشكل سلبي او إيجابي على اللاعبين (٦٧:٥)

بما أن السلوك قصدي وليس عشوائي فهناك أغراض يسعى السلوك أن يحققها فإشباع الحاجات يعمل السلوك لتحقيقه (٩٨ :٩) هذا ما يفسر طبيعة السلوك التنافسي للرياضي باعتباره سلوكاً ظاهراً يتمثل في إشباع بعض الحاجات النفسية (٣٣:٨) التي يتحقق عن طريق الارشاد وعمل الارشاد على تحسين مهارة وهذا ما أكدته ( راتب ١٩٩٥ ) " ان ممارسة الأنشطة الرياضية تؤدي إلى خفض السلوك باعتباره وسيلة لتنفيس الطاقة كذلك استخدمت الباحثة المنهج الإرشادي وسيلة تربوية مناسبة لتفريغ التنافس لدى اللاعبين في لعبة كرة القدم الصالات لتساعدهم ، للتخلص من نزواتهم المضطربة وغير المستحبة لديهم وتم التوصل إلى فاعلية المنهج الإرشادي النفسي في تحسين أداء بعض المهارات الهجومية للاعبين كرة القدم الشباب (٤٣:٤)

### ٥- الاستنتاجات

- اظهرت النتائج تأثير البرنامج الإرشادي على متغيرات البحث بشكل عام
- استخدام النظرية السلوكية والفنيات ساهم بشكل كبير في تحسين السلوك التنافسي ودقة الهدف المتحرك بكرة قدم الصالات
- فاعلية البرنامج الإرشادي وفق الاسلوب مباشرة والطريقة الفردية في تحسين السلوك التنافسي ودقة الهدف المتحرك لدى اللاعبين

### ٦- المصادر

- ١- اسامة كامل راتب ؛ تدريب المهارات النفسية - تطبيقها في المجال الرياضي : ( القاهرة , دار الفكر العربي )
- ٢- أسيل ناجي فهد ؛ بناء وتقنين اختبارات دقة وتوافق وتركيز الهدف وعلاقتهم بالشجاعة الرياضية للاعبين كرة الصالات : ( المجلد ٥ , عدد ١ , ٢٠٢٣ )
- ٣- احمد عبد اللطيف ؛ نظريات الارشاد النفسي والتربوي , ط ١ , الطبعة الثانية ( عمان , دار الميسرة , ٢٠١٢ )
- ٤- إخلص محمد عبد الحفيظ؛ التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي:( القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٢ )
- ٥- بهاء متي روفانيل؛ التحمل النفسي لدى المراهقين وعلاقته بالعمر والجنس والترتيب الولادي : ( رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية ابن رشد ، ٢٠٠٣ )
- ٦- سعد محمد ؛ الاغتراب الرياضي وعلاقته بالسلوك التنافسي لدى لاعبي رفع الاثقال للمتقدمين : ( بحث منشور جامعة المثني ، عدد ٤ ، الشهر ٣ ، ٢٠١٨ )
- ٧- صالح جاسم الدوسري ؛ الاتجاهات العلمية في تخطيط برامج التوجيه والإرشاد ع ١٥ : ( الرياض، مجلة رسالة الخليج العربي، ١٩٨٥ )
- ٨- عدنان احمد؛ الارشاد النفسي وتعديل السلوك: ( فلسطين، دنيا الراي، ٢٠٠٦ )

9-Gerow, R.J. (1991): Psychology: An introduction N.Y. Scott Foresman, Co

- 10-Naji Fahd A. (2024). A composite test (control of the ball and scoring accuracy) and its relationship to the sense of self among futsal players. *Journal of Physical Education Studies and Research* , 34 (1), 97–112.  
<https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i1.449>
- 11-Aseel Naji Fahd. (2023). The effect of building a counseling program in improving the desired behavior and the accuracy skill of passing the ball for futsal players in clubs in Maysan Governorate. *Al-Qadisiyah Journal of Physical Education Sciences* , 23 (2.2), 118–129. Retrieved at from  
<https://spojou.qu.edu.iq/index.php/qjpes/article/view/36>
- 12-naji, aseel. (2023). The effect of a counseling program on improving emotional release and testing some complex offensive skills among futsal players: *Wasit Journal of Mathematical Sciences* , 17 (4), 269-293  
<https://doi.org/10.31185/wjoss.402>
- 13-Fahad, A. N. (2023). Self-talk and its contribution to stress, psychological stress, psychological endurance, and a composite skill test for futsal players. *Sports Culture*, 14(2), 425–438. <http://doi.org/10.25130/sc.23.2.24>
- 14- <https://www.riped-online.com/articles/empathy-and-its-relationship-to-personal-influence-among-futsal-coaches-in-iraq-95592.html>

## ٧- التوصيات

- حث المختصين على اهمية الارشاد للاعبين بشكل عام وكرة القدم الصالات بشكل خاص
- دعم الارشاد النفسي في مختلف الرياضات لحاجة اللاعبين اساليب ارشادية تجعلهم مشاركين بشكل فعال
- تعميم نتائج على المجتمع الرياضي
- حث المدربين والكوادر التدريسية على اهمية البرنامج الارشادي وتعزيز السمات النفسية وتأثيرها على اداء المهارات الرياضية
- اعداد برامج ارشادية على سمات وصفات اخرى غير التي تناولت في البحث

## ملحق (١)

## مقياس سلوك التنافسي

ت	الفقرات	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا	تنطبق علي بدرجة كبيرة	لا تنطبق علي ابدا
١	أستطيع ان احقق اهدافي مهما واجهتني صعوبة			
٢	أفصح عن حاجتي ورغبتني الداخلية			
٣	إذا عزمت على شيء ما انفذه			
٤	احترم الاواصر الرياضية			
٥	أحب الاثارة والمغامرة			
٦	اعتقد الحظ يلعب دورا بنجاح الكثير من اللاعبين			

				٧	اتبع العادات والتقاليد الخاصة بالمجتمع
				٨	ابتعد عن المناقشات
				٩	قراري الصحيح اتمسك به
				١٠	اسعى الى رضا الاخرين عني حتى يكونون انطباع جيدة عني
				١١	انبه صديقي اذا اخطأ
				١٢	أرى الفشل احد اسباب ضعف الارادة لدى اللاعب
				١٣	اعمل على تخفيف معاناة اللاعبين
				١٤	اخشى المناقشة الحادة مع اصدقائي
				١٥	اثر بأصدقائي اكثر مما اثار بهم
				١٦	التزم واجباتي داخل الفريق
				١٧	اقوم بالأشياء الصعبة التي لا يقوم بها الاخرين
				١٨	استطيع التحكم بمشاعري بأصعب المواقف
				١٩	اشعر بالمسؤولية الاجتماعية بالأخرين
				٢٠	اسعى جاهدا الى تحقيق نتائج جيدة في فريق
				٢١	ابادر بالاعتذار اذا حدثت مشكلة
				٢٢	اقضي اغلب وقتي لإسعاد اهلي واحبابي
				٢٣	تنتابني حالة من الاضطراب اذا واجهت مشكلة مفاجئة
				٢٤	ليس لدي المقدره على مقاومة التعب
				٢٥	احترم قانون الالعاب الرياضية والتزم بها
				٢٦	ابذل كل ما لدي من طاقة لإنجاز مهامي
				٢٧	يصعب استئارتي من قبل الاخرين
				٢٨	اشعر بالمتعة عندما لعب داخل الفريق
				٢٩	امتلك القدرة على ايجاد الحل لمشاكلي

٣٠	افرض على مدربي وزملائي ان يحترموني			
٣١	احب ان يكون هناك تنوع في حياتي			
٣٢	اريد تحقيق اهدافي المستقبلية			
٣٣	لدي علاقات طيبة تربطني مع زملائي			
٣٤	استقبل الافكار المبتكرة بسهولة			
٣٥	اؤمن ان لكل فرد يأخذ بمقدار ما يجتهد			
٣٦	قضاء اوقات فراغي في اعمال مفيدة			
٣٧	اكرر محاولة العمل الذي افشل به			
٣٨	حياتي تسير وفق مسار محدد وليس لدي القدرة في تغيرها			
٣٩	احب دائما ان اخلق جوا ممتع مع الاصدقاء			
٤٠	اخشى ان اتخذ قرار يهم شخصيتي وليس لدي القدرة على تحمل النتائج			
٤١	المسؤولية الرياضية تقيد اللاعب			
٤٢	دائما يكون ردي حاسم مع الآخرين			
٤٣	لدي القدرة على تغيير موقف زملائي تجاه ما اعتقده صحيح			
٤٤	ان الانسان لا يقدر ان يحيا الا مع مشاركة الآخرين			
٤٥	اؤكد على القرارات التي اتخذها			
٤٦	انا دائما واقعي في التعامل مع المواقف			
٤٧	اشعر انني شخصا ذات قيمة بالمجتمع			
٤٨	اشعر انني عاجزا عند تكليفي بمهمة صعبة			
٤٩	اساعد اصدقائي عندما يكونون بأمر الحاجة لي			

				انصح الاشخاص المترددين بأن يكونون اكثر جرأة في حياتهم	٥٠
				اجد صعوبة في تصحيح الاخطاء التي ارتكبتها	٥١
				اعتبر ان بعض الاعمال التي قمت بها تحديا لي ولقدراتي وللمحيطين بي	٥٢
				اعلم اني اذا واصلت وضع القدم واحدة امام الاخرى اعلم انني اتقدم في النهاية	٥٣
				اشعر بالضعف عند تحمل مشكلتين مع بعض	٥٤
				اسعى دوما لأكون لاعب مثابر	٥٥
				اعتبر مشاكل الحياة الصعبة تحديا للنمو الشخصي	٥٦
				لدي القدرة على اتمام مهماتي التي اكلف بها	٥٧
				اوجه النقد للأشخاص عندما يتطلب ذلك	٥٨

## ملحق (٢) جلسة الثانية

موضوع الجلسة : التسامح والنقد البناء (مدة الجلسة ٩٠ دقيقة ) تاريخ ١٧ / ١٠ / ٢٠٢٣

موضوع الجلسة	الحاجات	الاهداف السلوكية	النشاطات والفنيات	التقويم البنائي
التسامح والنقد البناء	١- الحاجة الى خفض المشاجرات داخل الفريق	١- خفض شعور اللاعب من عدم رضا داخل الفريق	- تقوم الباحثة بتعليم معنى التسامح للاعبين - وتوضيح الفكرة يعد الفريق كالحبل المتين الذي يستند عليه كل اعضاء الفريق وذلك لينطلق الفريق انطلاقاً صحيحة - شرح الفوز ومفهوم وتبين الباحثة ماهو اسلوب الفريق الناضج الذي يؤثر على الفوز أن اي انانية يؤثر على سلوك الفريق -كيف التصرف اذا تعرض احد اللاعبين الى الانتقاد داخل الفريق اما يقوم بالإجابة بالصمت او بالرد القاسي	تشخيص الايجابيات والسلبيات للجلسة الارشادية عن طريق الحديث مع اللاعبين
	٢- الحاجة الى توطيد او اصر العلاقات بين الفريق	٢- ان ينمي كل لاعب او اصر العلاقات الناجحة مع اللاعبين واسرته والمدرّب والهيئة الادارية للنادي	- التدريب البيئي تطلب الباحثة من كل لاعب توثيق اساليب الخلافات مع اعضاء الفريق بالافكار المنطقية العقلانية عن طريق اشتراك اعضاء الفريق في تغيير الاسلوب	