جامعة الشهيد مصطفى بن بولعيد باتنة2

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

المقياس :علم النفس الرياضي الأستاذ: د-صولة ط

السنة الثانية: نشاط- ر -التربوي– تدريب رياضي الموسم الدراسي2020/2019

عنوان المحاضرة رقم03: الاتجاهات والتوجهات المعاصرة في علم النفس الرياضي

1 - رؤية مستقبلية حول الاتجاهات الحديثة لعلم النفس الرياضة

في مجال التربية البدنية و الرياضية هناك عدة تساؤلات مازالت تبحث عن إجابات تعكس إلى حد كبير طبيعة الاتجاهات المستقبلية لعلم النفس الرياضة ونقدم بعض التساؤلات المطروحة

- هل الفترة القادمة ستشهد من المزيد من المشاركة الفعالة للأخصائي النفسي الرياضي؟ وهذا من أجل مساندة المدربين و الرياضيين الممارسين في إطار الأساليب التدريب النفسية التي تقدم تدعيم تطور الشخصية الرياضية للفرد الرياضي .
- ما هي الاتجاهات المستقبلية في مجال البحث في علم النفس الرياضي ؟
- ما نوع الخدمات التي يتوقع في المستقبل أن يكون الأخصائي النفسي الرياضي مؤهلا لتقديمها ؟

ومازال العديد من الأسئلة تطرح في هذا السياق حول المقررات المكثفة لعلم النفس الرياضي وحول البرامج المقدمة في خدمة الرياضة من حيث المشرفين و الممارسين ، وحسب استطلاع رأي العلماء نستفيد ببعض المعلومات مفيدة ترتبط بالإجابة عن بعض هذه التساؤلات المطروحة وبعض الاهتمامات الأخرى وحسب توقعات ورأي جميع الباحثين و رواد علم النفس الرياضي مثل رأي **سكانلان** scanlan توقعوا مستقبل لعلم النفس الرياضي في نمو متزايد وهذا إذا كانت أهمية المشاركة الفعالة وتضافر الجهود لجميع العاملين في الاختصاص ، وكما أوضح **لاندرز وسميث** أن علم النفس الرياضي سيشهد نظاما معرفيا متداخلا بين علوم الرياضة وعلم النفس الرياضي.

وكما يتوقع **ندفر** أن في الفترة القادمة سيشهد علم النفس الرياضي المزيد من التداخل بينه وبين علوم البيوميكانيك فسيولوجيا الرياضة وأنه الدراسات و التصاميم الاختبارات تكون تحت تأثير العمليات المعرفية و العمليات الفسيولوجية في بيئات متعددة .ويؤكد **سنجر** أن الفترة القادمة ستشهد المزيد من الدراسات للموا الواقعية وذلك من خلال المواقف المعملية المشابهة لمواقف الرياضية وكما أكد **أورليك** أن علم النفس الرياضي يتجه نحوى المزيد من الاهتمام للتطبيقات والنظرة التكاملية بين المهارات الذهنية والتمرين اليومي البدني و الفني و كما يرى إن ارتباط التدريب الذهني بالتفوق في الرياضة يعتمد على التكيف مع العديد من الأبعاد الأخرى وكذلك يشير الى تطور المهارات الذهنية للأطفال الصغار سوف يحظي المزيد من الاهتمام مع مرور الوقت.

ومن هنا نرى أنة قضية تأهيل الأخصائيين النفسيين الرياضيين سوف تضل من القضايا الرئيسية كما أوضح **سنجر و وينبرج** على أهمية تطوير الشهادات المعتمدة و المعايير الخاصة لصالح تأهيل الناجح للأخصائين في هذا المجال غلى غرار المقررات الأكاديمية لكسب المهارات الممارسة العملية المتطورة الحديثة في مجال الرياضي ، كما يؤكد بقية الباحثين و العلماء على المزيد من العمل و البحث الأكاديمي من أجل الترقية الأكاديمية في تأهيل الشهادات المكونة لعلم النفس الرياضي وأهيل أيضا من الناحية الأخرى الأشخاص للعمل في المجال الرياضي واستخدام الاختبارات النفسية في المواقف الرياضية و التدريب الاسترخائي مع الرياضيين .

وبيد و أن وجهات النظر حول الرؤية المستقبلية لعلم النفس الرياضي وأهمية هذا الاختصاص حسب سوق الشغل ومتطلباته في هذا المجال وطرق تكوين الأكاديمي وتأهيل الأخصائيين في علم النفس الرياضي بالعمل الناجح و التحكم الراشد في الواقف الضاغطة التنافسية وكذا برامج التدريب المكثفة من غير تأثير أو احتراق النفسي

إضافة على ما سبق أنه اتفق رواد علم النفس الرياضي حول الرؤية المستقبلية لعلم النفس الرياضي على أن التحدي الأكبر هو مدى تقدم البناء المعرفي بين النظري و التطبيق وهذا الإجراء هو الذي يضمن المزيد من الاعتراف و التأثير الأكاديمي و المهني لعلم النفس الرياضي.

2 - التوجهات المعاصرة في علم النفس الرياضي :

يلاحظ في المجال الرياضي هناك عدة توجهات رأي المدربين والأخصائيين في طريقة برمجة الخطة العملية لغرض النجاح و التفوق المهني ويكون توجه العمل على أساس توجيه معين بناء على أسلوب مبني على اهتمام رأي المدربين أو الأخصائيين حسب القدرات المعرفية و الفرص المتاحة لهم في العمل مثال على ذلك ، فهناك من يتجه بأسلوبه الخاص مثلا بالخطة الدفاعية من أجل الفوز وهناك من يتجه إلى الخطة الهجومية وهناك من يتجه بالخطتين معا ، ومثل هذه التوجهات المتعددة و المتنوعة التي يميل إليها العديد من المدربين والأخصائيين في مجال الرياضي ، كذالك مثل هذه التوجهات التي يميل إليها الباحثين و العلماء في مجال علم النفس الرياضي لإجراء البحوث و الدراسات الميدانية. وفي ضوء ما أشار به كل من **دودج فرنالد 1997 وواينبرج و جولد1995** بأنه يمكن تقديم أهم التوجهات المعاصرة في علم النفس الرياضي على النحو التالي :

- ✓ **التوجه النفسي الفسيولوجي**
- ✓ **التوجه السلوكي**
- ✓ **التوجه المعرفي**
- ✓ **التوجه المعرفي السلوكي**

2-1 التوجه النفسي الفسيولوجي:

إن في اعتقاد أصحاب هذا التوجه أن أفضل طريقة لدراسة السلوك و الخبرة و العمليات العقلية لدى الفرد الرياضي أثناء الممارسة الرياضية تكون في إطار دراسة تكوينات الجهاز العصبي و الجينات و الهرمونات و عير ذلك من العمليات الفسيولوجية و البيولوجية النفسية لأنها أساس الاستجابات السلوكية النفسية.كما يرون أن القياسات الفسيولوجية لقياس نشاط المخ – والنبض – والضغط – وقدرة العضلات – وسرعة الاستجابة – وغير ذلك من القياسات و هي لمحاولة توصيل إلى العلاقات بينها وبين السلوك الرياضي – فعلى سبيل المثال تستخدم قياس النبض القلب وقياس ضغط الدم و بعض القياسات الفسيولوجية الأخرى لمحاولة التعرف على القلق ودرجة التوتر اللاعب أثناء الواقف التنافسية المهددة و الضاغطة لديه وأيضا التنبؤ بسلوكه من خلال هذه المواقف المدروسة .وكما يرون أنصار هذا التوجه أن القياسات الفسيولوجية مؤشر جيد ونافع للتعرف على المتغيرات النفسية قبل المنافسة الرياضية.

2-2 التوجه السلوكي:

في هذا التوجه يتركز الاهتمام على دراسة الاستجابات السلوكية للممارسين الرياضيين وفق للمثيرات البيئية الخاصة بهم ، مع ضرورة التوجيه والاهتمام العديد من المتغيرات الأخرى المحددة لهذه الاستجابات السلوكية كالخصائص المميزة للشخصية و العمليات العقلية التي تؤثر بشكل مباشر في الاستجابات السلوكية وكما يضعون أهمية قليلة بالنسبة لجوانب التفكير و الشخصية و الإدراك. ويتم التسليط الضوء على العوامل البيئية أو الموقفية هي التي تسهم على التأثير المباشر على السلوك الممارس للنشاط الرياضي ومن بينها عوامل التدعيم و التحفيز و الثواب و التعلم مع الآخرين أو القدوة و التأثيرات البيئية الموقفية هي التي تشكل الطريق في تحديد السلوك و الخبرة للفرد الممارس النشاط الرياضي.

2-3 التوجه المعرفي:

يتركز الاهتمام في هذا التوجيه إلى العمليات العقلية و المعرفية كالتفكير و الانتباه و التركيز و التصور و التدكر . هما يدخلان في محددات السلوك و الخبرة للفرد الممارس النشاط الرياضي .والاهتمام لأصحاب هذا التوجه هو العمليات العقلية الذهنية (العمليات المعرفية) أي التركيز على دراسة الإدراك الحسي حيث هذا الإدراك أو المعارف العقلية هي المحدد الأساسي في السلوك و الخبرة ، ولقد أسهمت تكنولوجيا المعلومات والاتصال و الحسابات الآلية وعمليات معالجة المعلومات ساعدت على اكتساب واستعادة استخدام هذه المعلومات في المجال الرياضي في مختلف المواقف وتساعد الإنسان على استخدام هذه المعلومات في عالمه الخارجي.

4-2 التوجه المعرفي السلوكي:

يرى أصحاب هذا التوجه أن السلوك نتاج العلاقة بين العمليات العقلية المعرفية و المتغيرات الموقفية البيئية وأن تفسر هذه العلاقة باختلاف من رياضي إلى آخر مما يؤدي إلى تغاير الاستجابة من رياضي إلى آخر ومن موقف إلى آخر أي خلال كيفية إدراك وتفسير الفرد للبيئة أو الموقف ويؤكدون على الادراكات و الأفكار و المحددات الأساسية للسلوك فعلى سبيل المثال قد يفسر اللاعب بعض العبارات على أن القلق معوق في موقف بيئي معين كموقف الامتحان النظري مثلا في حين آخر قد يفسر هذه العبارات على أنها قلق ميسر في موقف المنافسة الرياضية مثلا .وهناك العديد من الباحثين في علم النفس الرياضي الذين يفضلون التوجه المعرفي السلوكي وينظرون إليه أنه التوجه المناسب لدراسة العديد من الموضوعات النفسية في المجال الرياضي.

3 - مجالات التخصص المهني في علم النفس الرياضي

1-3 التأهيل المهني للأخصائي النفسي الرياضي:

حسب الرؤية التاريخية يعتبر علم النفس الرياضي نظاما معرفيا ينبثق أساسا من التربية البدنية و الرياضية كما يشهد علم النفس الرياضي تطورا هاما من قبل المختصين و الباحثين . وقد أثار ذلك الوضع مشكلة بين النفسيين الرياضيين في تحديد من هم الأشخاص المؤهلون لهذا الغرض في تقديم الخدمات و الرعاية الجيدة للرياضيين كما حظيت هذه القضية اهتمام متزايد في السنوات الأخيرة ومن بين المهتمين **الباحث و العالم جون سيلف** تولى رئاسة وتطوير علم النفس الرياضي التطبيقي AAAS 1989 و **فرانك جاردنر 1991** العالم النفسي الشهير ، ولقد اهتمت اللجنة الأولمبية بالولايات الأمريكية U-S-O-C 1983 بتقديم حل جزئي و النظر في هذه القضية عموما على تحديد الأشخاص الذين يحق لهم مزاولة مهنة الأخصائي النفسي الرياضي وكما توصلت إلى تحديد 03 فئات من الأخصائيين.

- **الاخصائي النفسي الرياضي في مجال العمل الإكلينيكي والإرشادي.**
- **الاخصائي النفسي الرياضي التربوي.**
- **الاخصائي النفسي الرياضي في مجال البحث.**

ويعتبر تحديد الدور الذي يقوم به الأخصائي النفسي الرياضي من الأشياء الهامة التي تظهر أهمية علم النفس الرياضي ولكل المهنيين من مدربين ورياضيين ودارسين ، كما يمكن تحديد أدوار ووظائف الأخصائي النفسي الرياضي في ضوء الفئات الثلاثة المقترحة.

1-1-3 الأخصائي النفسي الرياضي الإكلينيكي والإرشادي:

ينظر على أنه تدرب على الميدان علم النفس الرياضي الإكلينيكي ويحمل إجازة معتمدة لهذا النوع من العمل ومن الأهمية أن يكون لديه الخبرة الواسعة و العميقة واهتمام أكبر في مجال التربية البدنيةو الرياضية .ويتوقع من الأخصائي الإكلينيكي الرياضي

التأهل لتعامل مع المشكلات الانفعالية و الشخصية التي تؤثر على بعض الرياضيين بدرجة كبيرة وخطورة فهذه الخبرة الرياضية لدى الرياضي قد تمثل نوعا ما من الضغط النفسي أو التوتر الشديد المصاحب الآثار النفسية المعيقة للأداء سلبيا .

3-1-2 الأخصائي النفسي الرياضي التربوي:

تتضمن هذه الفئة على الذين حصلوا على تأهيل أكاديمي في التكوين في المعاهد ت- ب- ر حيث درسوا المقررات علم النفس الرياضي ومن ثم يتوقع منهم أن يقدموا خدماتهم التطبيقية للتعليم و التعلم حسب المبادئ النفسية الصحيحة بما يساهم في تطوير الأداء الرياضي أو المتعلمين والعمل على الاستمتاع بالنشاطات الرياضية واستخدام مهارتها كوسيلة لتحسين كفاءاتهم السلوكية الحركية في مهارات الحياتية و التكيف مع الحياة

3-1-3 الأخصائي النفسي الرياضي في مجال البحث

يجب الاستمرار النمو المعرفي وتوسيع النظرة البحثية في مجال علم النفس الرياضي >حتى يحظي بالاعتراف و التقدير كأحد العلوم الاجتماعية الإنسانية لذلك تظهر أهمية دور مواصلة الأبحاث و النمو المعرفي وذلك من طرف الباحثين والمهنيين بتدعيم البناء النظري من خلال البحث في المشكلات التطبيقية وإيجاد الحلول لها .

4 - المعايير الأخلاقية التي توجه عمل الأخصائي النفسي الرياضي:

حسب الممارسات إلى كل من الأخصائيون الثلاث وحسب طبيعة عملهم المذكور سابقا سواء كان في تطبيق مبادئ التعلم الحركي لمساعدة الرياضي في معرفة استخدام التصور والاسترخاء بفاعلية أو أن العلاج النفسي أو القياس النفسي الذي يقوم به الأخصائي الإكلينيكي.

وحتى تتسنى مساعدة الأخصائيين النفسيين في الالتزام بأخلاقيات المهنة فهنا مجموعة من المعايير في تقديم الأخلاقيات في تقديم الخدمة إلى الفرد الرياضي .

- تحمل مسؤولية نتائج العمل ، وبذل الجهد لضمان الخدمة الصحيحة و الهادفة
- كفاءة الأخصائيين ودورها في تقديم الخدمات واستخدام الطرق والأساليب المناسبة و الفعالة والناتجة من التدريب والخبرة الميدانية الذاتية للأخصائي.
- العمل وفق المعايير القانونية والأخلاقية
- أخذ القرارات بدقة وموضوعية و التأكد من أخذ المعلومات و العمل بها من الأشخاص الرياضيين
- احترام الأفراد الذين يتعامل معهم من الممارسين وتحقيق السعادة وحسن التعامل برفاهية وهدوء وعدم سرب أسرار المفحوصين إلى خارج العمل
- التحلي بالوعي و اليقظة و الفهم الراشد واستخدام الأساليب التقويم الأكثر حداثة و أفضل نفعا للرياضيين
- انتماء البحوث و المعطيات المعمولة بها إلى مجال البحوث العلمية الإنسانية وعلم النفس الرياضي.