

المحاضرة 12

المدرّب كموجه ومرشد

1- واجبات المرشد والمدرّب في إطار الخدمة الإرشادية :

يمكن أن يساهم المدرّب المربي لرياضي ،المرشد النفسي بنصيب كبير في ابتكار أساليب وحالات تساعد الرياضي لتطوير طاقته في نوع النشاط الرياضي الذي يمارسه ،ولذل يمكننا المساعدة في تحقيق الآتي :

إعداد الرياضي لمواقف المنافسة الضاغطة مثل :اللعّب على ارض المنافس ،أو التنافس أمام جمهور كبير لأول مرة ،أو اللعّب مع المنافس سبق له هزيمته.

- مساعدة الرياضي على فهم وسائل التغلب على الفشل خاصة وان هناك احتمال لمواجهة ضغوط خارجية متعددة كمتطلب في كثير من الرياضات التي يمارس بها الرياضيين تدريباتهم فترة طويلة مثل المنازلات الفردية ،كرة القدم ،التجديف .

- مساعدة الرياضيين على تحقيق مزيد من الاتصال الناجح مع زملائهم وإداريهم ،والحكام والجمهور .

- مساعدة الرياضيين على فهم دافعيتهم في الرياضة ،خصوصا إذا هم انتقلوا من ظروف خارج البيئة الرياضية تؤثر عليهم مثل ضغط الأقارب ،أو الأصدقاء أو الوالدين

- وأيضا مساعدة الرياضي عندما تكون دافعيته منخفضة ،فضلا عن مساعدة الرياضي في نهاية حياته الرياضية على عدم الشعور بالذنب ،أو الشك في قدراته الذاتية ،وأن يتقبل حدوده البيولوجية .

- مساعدة الرياضي على فهم سمات الشخصية الهدامة (غير المرغوبة) مثل (السلوك العدوانى) التي قد تشجع أحيانا عن طريق النظام الرياضي ،وذلك بالتخلص منها أو السيطرة عليها داخل المجال الرياضي وخارجه وبالتالي يساعد المدرّب والمربي

الرياضي والمرشد النفسي الرياضي على زيادة الوعي بأنفسهم ، وإكسابهم قيم وسمات جيدة . يمكن للمدرب والمربي الرياضي التغلب على بعض المشاكل المعاصرة للرياضة والنااتجة عن بناء برامجها ، سواء بتناول الرياضيين بشكل فردي او جماعي وذلك بتغيير الظروف والشروط التي أدت إلى ذلك كالآتي :

في كل الحالات فان المدرب والمربي مسئولان أولا عن الرياضي فيما يتعلق بصحته العامة ، أو إعدادة في لياقة جيدة ن أو تحديد أهدافه الشخصية (النوعية) اللازمة لتطوير قدراته واستعداداته.

أن يلتزم المدرب المربي الرياضي ، أن قيمة الرياضي تكمن في كونه إنسانا لا أن تحدد قيمته فقط على أساس تحقيقه الفوز أو التعرض للهزيمة ، فإذا التزم المدرب والمربي بهذا التوجه في إعداد الرياضي فانه سيكون أكثر استمتاعا بالممارسة الرياضية ، وأكثر صحة وفي معظم الحالات سيؤدي بصورة أفضل ، ولكن القيام بهذا الدور يستلزم أن يكون المدرب ، المربي ، مجهزا للقيام بذلك وفي نفس الوقت لا يهتم بالنتائج بقدر اهتمامه بالأداء.

إن اهتمام المدرب أو المرشد النفسي الرياضي بالتركيز على الأداء بالنسبة للرياضي فإن ذلك سوف يدفعهما إلى عمل الآتي :

دعم الاتجاهات ، والعادات غير المكتملة التطور لدى الفرد الرياضي لتثبيتها .

إذا كان هناك تركيز على الدافعية الخارجية أو العدوان الشخصي فإن قد يؤدي الى مشاكل نفسية لدى الرياضي تعطي مؤشر للمدرب والمرشد والحكم والرياضي نحو ضرورة تعلم ماذا يجب على كل منهم عمله للتغلب على ذلك مثل هذه المشاكل .

زيادة الدافعية الداخلية مقابل الدافعية الخارجية كي يكتشف الرياضي قدراته وتزداد ثقته بنفسه ويختفي السلوك العدواني غير المقبول.

تعزيز السلوك الايجابي ، وعدم تعزيز السلوك السلبي التعلم الرياضي السيطرة على انفعالاته .
التزام المدرب والمربي بتطوير أداء الرياضي ، فان ذلك سيمكن الرياضي من تحقيق انجازات كبيرة .

ويجب أن يتذكر المدرب أثناء ذلك أن واجب الرياضي لا ينحصر في وجود المعارف النظرية كالإعداد النفسي لكن من أية أهداف يجب أن يعمل ويؤدي صفات نفسية معينة في هذا الموقف أو ذاك .

ولبناء الصفات النفسية المستمرة والثابتة لدى الرياضيين التي تحدد سلوكهم في ظل أية ظروف تنافس رياضي مهما كان مدى تعقدها وصعوبتها لا يجوز القيام بالتحضير النفسي بصورة الصدفة من وقت لآخر ويجب القيام بهذا العمل بصورة مستمرة ومنظمة .

2- دور المدرب إلى الإرشاد في المسابقات الرياضية :

يشغل الإرشاد كمهمة للاشتراك في المباريات مكان خاصا في تعبئة الرياضي أو الفريق حيث تنعكس فيه كل الجوانب لتحضير الرياضي ويمكن القول أن الإرشاد يوحد ويجمع في الوحدة المتكاملة - بين التحضير البدني والتكتيكي والنظري والنفسى للرياضي .

وقد يترتب على الإفراط في توجيه التعليمات والتوصيات إلى الرياضي إخفاقه في المسابقة لأن الرياضي سينشغل بالتفكير بالنتيجة التي ستحقق من مشاركته وسيحسب من الإخفاق بدلا من تركيز نفسه على التأهب المعنوي والإداري لمواجهة الخصم وتتحول أفكار المدرب التي تمت صياغتها في الإرشاد (المهمة) غالى الإرشاد الشخصي الهادف للرياضيين

إن الإرشاد النفسى في المجال الرياضي ليس بالأمر السهل أو البسيط ولكنه مسؤولية كبيرة ولذلك فهو يحتاج إلى تضافر جهود جميع اللاعبين في المجال الرياضي والمتعاملين مع اللاعب وأفراد أسرته والأقارب والأصدقاء من اجل مساعدته على التغلب

على الصعوبات التي يواجهها ،ويجب ألا يقتصر الإرشاد في المجال الرياضي على اللاعبين فقط يجب أن يشمل التلاميذ في المدارس حيث أننا نلاحظ أن هناك إعداد كبيرة من التلاميذ لا يرغبون في الاشتراك في حصة التربية الرياضية لأسباب عديدة ،الأمر الذي يتطلب العمل على توجيههم وإرشادهم وعلى الرغم من أهمية التوجيه والإرشاد ،ولكي نصل إلى حلول للمشاركة التي يواجهها اللاعبون في مجال الرياضة التنافسية ،أو المشاكل التي تتعلق بالرياضة المدرسية ،فان ذلك يستلزم الاهتمام بأن تكون برامج التوجيه والإرشاد جزء لا يتجزأ من خطة العمل وتحديد المسؤولين عن دوره في العملية (فريق الإرشاد) وتحديد مسؤوليات كل منهم حتى يتعرف كل منهم على دوره في العملية الإرشادية ،مع مراعاة إعدادهم وتدريبهم لتولي تلك المسؤولية ،وأن يكونوا على أعلى درجة من الإعداد والخبرة والتعاون والحماس .

ومن الملاحظ أن الدول المتقدمة اهتمت بتوفير برامج التوجيه والإرشاد للاعبين وأيضاً المدربين ،كما حدث تطور ملحوظ في علم النفس الرياضي التطبيقي ،فقد تزايدت العضوية في التنظيمات الخاصة بعلم النفس الرياضي مما يعكس النمو والرضا عن المهمة ومن هذه التنظيمات شعبة علم النفس الرياضي في إطار الجمعية الأمريكية لعلم النفس تحت رقم 47 وجمعية تطوير علم النفس الرياضي التطبيقي .

ولقد ازدادت مكانة علم النفس الرياضي في كل من وسائل الإعلام المرئية والمكتوبة ،وحدث تقدم في الإقبال عليه بشكل عام فالأفراد الرياضيين والمنظمات الرياضية واللاعبين المحترفين والمستويات الاولمبية في حاجة متزايدة إلى خدمات المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي ،وتقدم هذه الخدمات أما بطريقة فردية (الأخصائي مع اللاعب) أو بطريقة جماعية (الأخصائي مع الفريق) ولذلك فنحن في أشد الحاجة إلى التعرف على دور الأخصائي النفسي الرياضي ومكانته بالنسبة للفريق ولكي ينجح الأخصائي النفسي الرياضي في عمله التوجيهي والإرشادي مع اللاعبين ،فان الأمر

يتطلب منه أن يكون على درجة عالية من الفهم الكامل للبيئة الرياضية التي يتعامل معها ،وأن يصبح داخل البناء التنظيمي للفريق ،وأن يعمل على تقوية وتوطيد علاقته بكل من أعضاء الجهاز التدريبي والجهاز الطبي والجهاز الإداري للفريق.

والعملية الإرشادية عملية تعاونية نظرا لأنها مسئولية جماعية فالإرشاد النفسي ليس مسئولية فرد ، فهو عملية شاملة تتضمن العديد من الجوانب لذلك يجب أن يكون الفريق الإرشادي متكاملا حيث أن كل مسئول في الفريق الإرشادي يعمل من زاوية تخصصه وبذلك يمكنكم تقديم أفضل الخدمات الإرشادية للاعب بما يحقق له التوافق والتوازن النفسي ولكي تحقق العملية الإرشادية أهدافها يجب مراعاة أن يتوافر في أعضاء الفريق الإرشادي .

الاستعداد الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي وأيضا سمات الشخصية الإرشادية بالإضافة إلى إعداد هذا الفريق من الناحيتين العلمية والعملية .

فمن الناحية العلمية يجب أن يدرس بعض المواد التي تزوده بمعلومات وافية عن السلوك الإنساني أثناء الممارسة الرياضية مثل علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي وعلم الاجتماع الرياضي ،وسيكولوجية الشخصية الرياضية والقياس النفسي ،ومناهج البحث العلمي ،وعلم النفس الإداري وعلم النفس العام من "الناحية العلمية" يجب اكتساب فريق إرشاد المهارات اللازمة التي تمكنهم من القيام بعملهم على أكمل وجه مثل المهارة في استخدام الوسائل الإرشادية على اختلاف أنواعها ،وفي إقامة العلاقة الإرشادي ،وفي دراسة الحالة ،واستخدام جميع المصادر المتاحة في البيئة في العملية الإرشادية وكذلك المهارة في استخدام الوسائل المختلفة لتقييم البرامج الإرشادي .

3-الأخصائي النفسي الرياضي في البيئة الرياضية :

إن دور الأخصائي النفسي الرياضي يختلف بشكل واضح من موقف إلى آخر ،ولذلك يجب علينا التعرف على الصفات المختلفة لدور الأخصائي النفسي في التنظيمات الرياضية المختلفة ،فاختلاف دور الأخصائي النفسي الرياضي في المواقف المتباينة ويزودنا بخلفية متنوعة عن الأخصائي النفسي الرياضي ،إن القبول النسبي للعمل في مجال علم النفس الرياضي كأخصائي نفسي رياضي قد تعرض لبعض العراقيل والمضايقات من خلال التشويش وإحداث جدول حول حقيقة الدور الذي يقوم به هؤلاء الأخصائيون النفسيون الرياضيون وطبيعة عملهم.

إن هذا الارتباك والجدل حول دور الأخصائي النفسي الرياضي غالبا ما يحتاج إلى توضيح الأهداف ،فالاعتراضات والانتقادات التي واجهت الأخصائي النفسي الرياضي والهجوم الذي تعرض له ،ترجع إلى الاعتقاد بأنه ليس من الضروري وجوده مع الفريق ،حيث يعتقد البعض أن عمله غير ضروري كما أنه يكون مصدرا للعديد من المشاكل ولقد حدث تطور ملحوظ في مجال علم النفس الرياضي نتيجة للتطوير الرياضي بشكل عام ،وقد حدث تطور في طبيعة الرياضة وفي الأغراض والتكنيك الأمر الذي يتطلب منا الاطلاع على تقدم المعلومات النفسية بجانب النواحي الفنية والخططية والإلمام والمعرفة بكل ما يتعلق بالفريق ،وفاعلية التنظيم حتى يمكننا الانجاز بفاعلية أفضل.الارتباك والجدل حول دور الأخصائي النفسي الرياضي غالبا ما يحتاج إلى توضيح الأهداف ،فالاعتراضات والانتقادات التي واجهت الأخصائي النفسي الرياضي والهجوم الذي تعرض له ،ترجع إلى الاعتقاد بأنه ليس من الضروري وجوده مع الفريق ،حيث يعتقد البعض أن عمله غير ضروري كما أنه يكون مصدرا للعديد من المشاكل ولقد حدث تطور ملحوظ في مجال علم النفس الرياضي نتيجة للتطوير الرياضي بشكل عام ،وقد حدث تطور في طبيعة الرياضة وفي الأغراض والتكنيك الأمر الذي يتطلب منا الاطلاع على تقدم المعلومات النفسية بجانب النواحي الفنية والخططية والإلمام والمعرفة بكل ما يتعلق بالفريق ،وفاعلية التنظيم حتى يمكننا الانجاز بفاعلية أفضل.الارتباك والجدل حول دور الأخصائي النفسي الرياضي غالبا

ما يحتاج إلى توضيح الأهداف ،فالاعتراضات والانتقادات التي واجهت الأخصائي النفسي الرياضي والهجوم الذي تعرض له ،ترجع إلى الاعتقاد بأنه ليس من الضروري وجوده مع الفريق ،حيث يعتقد البعض أن عمله غير ضروري كما أنه يكون مصدرا للعديد من المشاكل ولقد حدث تطور ملحوظ في مجال علم النفس الرياضي نتيجة للتطوير الرياضي بشكل عام ،وقد حدث تطور في طبيعة الرياضة وفي الأغراض والتكنيك الأمر الذي يتطلب منا الاطلاع على تقدم المعلومات النفسية بجانب النواحي الفنية والخطية والإلمام والمعرفة بكل ما يتعلق بالفريق ،وفاعلية التنظيم حتى يمكننا الانجاز بفاعلية أفضل.

كذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي تذكر حقيقة هامة وهي انه لكي يحقق النجاح في عمله فلا بد من الاستمرار في الاطلاع على مسؤوليات المتخصصين الآخرين مع الفريق (جهاز تدريبي ،جهاز طبي ،جهاز إداري) والعمل بشكل تعاوني مع تلك الأجهزة من أجل النهوض بالفريق.

إن الإرشاد النفسي الرياضي ليس بالأمر السهل أو البسيط ولكنه مسؤولية كبيرة ولذلك فهو يحتاج إلى تضافر جهود جميع اللاعبين في المجال الرياضي والمتعاملين مع اللاعب وأفراد أسرته والأقارب من أجل مساعدته على التغلب على الصعوبات التي يواجهها ،ويجب ألا يقتصر الإرشاد في المجال الرياضي على اللاعبين فقط يجب أن يشمل التلاميذ في المدارس .

" على الرغم من أهمية التوجيه والإرشاد إلا انه لا يوجد أفراد مؤهلين لتولي تلك المهمة ،ولكننا نجد أن هناك من يقوم بها على سبيل الاجتهاد وهذا ما يظهر في الفرق حيث يقوم المدرب والمدير الفني بإرشاد وتوجيه الفريق" ولكي نصل إلى حلول عملية للمشاكل التي يواجهها اللاعبون في مجال الرياضة التنافسية ،أو المشاكل التي تتعلق بالرياضة عموما فإن ذلك يستلزم ان تكون برامج التوجيه والإرشاد جزء لا يتجزأ من خطة العمل وتحديد المسؤولين عن عملية الإرشاد (فريق الإرشاد) وتحديد مسؤوليات كل منهم على دوره في العملية

الإرشادية مع مراعاة إعدادهم وتدريبهم لتولي تلك المسؤولية ،وأن يكونوا على أعلى درجة من الإعداد والخبرة والتعاون والحماس .

ومن الملاحظ أن الدول المتقدمة اهتمت بتوفير برامج التوجيه والإرشاد للاعبين وأيضاً المدربين ،كما حدث تطور ملحوظ في علم النفس الرياضي التطبيقي فقد تزايدت العضوية في التنظيمات الخاصة بعلم النفس الرياضي في إطار الجمعية الأمريكية لعلم النفس تحت رقم 47 ...وأيضاً تطوير علم النفس الرياضي التطبيقي .

ولقد ازدادت مكانة علم النفس الرياضي في كل من وسائل الإعلام المرئية والمكتوبة وحدث تقدم في الإقبال عليه بشكل عام ،فالأفراد الرياضيين والمنظمات الرياضية وللاعبين المحترفين والمستويات الاولمبية في حاجة متزايدة إلى خدمات المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وتقدم هذه الخدمات للاعبين إما بطريقة فردية (الأخصائي مع اللاعب) او بطريقة جماعية (الأخصائي مع الفريق) ولذلك فنحن في أشد الحاجة إلى التعرف على دوره الأخصائي النفسي الرياضي ومكانته بالنسبة للفريق .

ولكي ينجح الأخصائي النفسي الرياضي في عمله التوجيهي والإرشادي مع اللاعبين ،فان الأمر يتطلب منه ان يكون على درجة عالية من الفهم الكامل للبنية الرياضية التي يتعامل معها ،وان يصبح داخل البناء التنظيمي للفريق وان يعمل على تقوية وتوطيد علاقته بكل من أعضاء الجهاز التدريبي والجهاز الطبي والجهاز الإداري للفريق .

والعملية الإرشادية عملية تعاونية نظراً لأنها مسؤولية جماعية ،فالإرشاد النفسي ليس مسؤولية الفرد ،فهو عملية شاملة تتضمن العديد من الجوانب لذلك يجب أن يكون الفريق الإرشادي متكاملًا حيث أن كل مسئول في الفريق الإرشادي يعمل من زاوية تخصصه ،وبذلك يمكن تقديم أفضل الخدمات الإرشادية للاعب بما يحقق له التوافق والتوازن النفسي . ولكي تحقق العملية الإرشادية أهدافها يجب مراعاة أن يتوافر في أعضاء الفريق الإرشادي الاستعداد الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي ،وأيضاً سمات الشخصية الإرشادية بالإضافة إلى إعداد هذا الفريق من الناحيتين والعملية فمن الناحية العامة يجب أن يدرس

بعض المواد التي تزوده بمعلومات وافية عن السلوك الإنساني أثناء الممارسة الرياضية مثل :علم النفس الرياضي ،وعلم النفس التربوي الرياضي ،وعلم نفس النمو ،وعلم النفس الفارق ،وعلم النفس الفسيولوجي ،والصحة النفسية ،ومناهج البحث العلمي ،وعلم النفس الإداري ،وعلم النفس العام ،ومن الناحية العلمية "يجب إكساب فريق الإرشاد المهارات اللازمة التي تمكنهم من القيام بعملهم على أكمل وجه ،مثل المهارة في استخدام الوسائل الإرشادية على اختلاف أنواعها ،وفي إقامة العلاقة الإرشادية ،وفي دراسة الحالة واستخدام الوسائل المختلفة لتقييم البرنامج الإرشادي .

إن دور الأخصائي النفسي الرياضي يختلف بشكل واضح من مواقف إلى آخر ،ولذلك يجب علينا التعرف على الصفات المختلفة لدور الأخصائي النفسي في التنظيمات الرياضية المختلفة ،فاختلاف دور الأخصائي النفسي الرياضي في المواقف المتباينة ويزودنا بخلفية متنوعة عن الأخصائي النفسي الرياضي ،إن القبول النسبي للعمل في مجال علم النفس الرياضي كأخصائي نفسي رياضي قد تعرض لبعض العراقيل والمضايقات من خلال التشويش وإحداث الجدل حول حقيقة الدور الذي يقوم به هؤلاء الأخصائيون النفسيون الرياضيون وطبيعة عملهم .

إن هذا الارتباك والجدل حول دور الأخصائي النفسي الرياضي غالبا ما يحتاج إلى توضيح الأهداف فالاعتراضات والانتقادات التي واجهت الأخصائي النفسي الرياضي والهجوم الذي تعرض له ترجع إلى الاعتقاد بأنه ليس من الضروري وجوده مع الفريق ، حيث يعتقد البعض أن عمله غير ضروري كما انه يكون مصدرا للعديد من المشاكل .

ولقد حدث تطور ملحوظ في مجال علم النفس الرياضي نتيجة للتطور الرياضي بشكل عام ،فقد تطور في طبيعة الرياضة وفي الإعراض والتكنيك ،الأمر الذي يتطلب منا الاطلاع على تقدم المعلومات النفسية بجانب النواحي الفنية والخططية ،والإلمام والمعرفة بكل ما يتعلق بالفريق ،وفاعلية التنظيم ،حتى يمكننا الانجاز بطريقة أفضل .

كذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي تذكر حقيقة هامة وهي أنه لكي يحقق النجاح في عميه يجب على الأخصائي النفسي الرياضي تذكر حقيقة هامة وهي انه لكي يحقق النجاح في عمله فلا بد من الاستمرار في الاطلاع على مسؤوليات المتخصصين الآخرين مع الفريق (جهاز تدريبي ،جهاز طبي ،جهاز إداري) والعمل بشكل تعاوني مع تلك الأجهزة من أجل النهوض بالفريق .

4-الصفات الضرورية لنجاح الأخصائي النفسي الرياضي :

المرشد النفسي من الناحية الفنية أو الاصطلاحية هو أحد المتخصصين في علم النفس والذي يحمل في العادة درجة الدكتوراة في علم النفس أو الدبلوم في التربية وانه يختص بالتعامل مع المشاكل الشخصية التي لا تتدرج تحت الأمراض ،مع ذلك المشاكل الأكاديمية أو الدراسية والمشاكل الاجتماعية أو الأسرية والمشاكل العلمية أو المهنية أو مشاكل الطلاب أما عن المهارات التي يتعين عليه إتقانها فهي لا تختلف كثيرا عن مهارات الأخصائي في علم النفس الاكلينيكي أو علم النفس العيادي أو العلاجي ولكن جل عمله ينصب عن المشاكل الغير الطبية .

لقد تناولت العديد من الدراسات الحديثة تقويم دور الأخصائي النفسي الرياضي كمستشار للفرق الرياضية ،ومدى فاعلية وتأثير هذا الدور على أعضاء الفرق الرياضية ،فقد أشارت نتائج دراسات كل من "جولد ومورفي ،تامن وماي 1991 إلى التأثير القوي للأخصائيين النفسيين عندما يعملون مع الرياضيين بشكل فردي أفضل من العمل مع الفريق كذلك فإن تقارير الأخصائيين النفسيين أنفسهم عن العمل مع الفرق تكون أكثر صعوبة لأنهل تتضمن جوانب كثيرة هامة ، بالإضافة إلى ذلك عندما يتم تقدير شخصية الأخصائيين النفسيين عن طريق المدربين ،فإنهم سوف يحصلون على تقديرات منخفضة في القدرة على العمل بشكل

مناسب ومريح مع البيئة الرياضية للفريق وهذه المعلومات يمكن أن تدل على عدم وضوح الدور الذي يقوم به الأخصائي النفسي الرياضي مع الفرق الرياضية .

كذلك يجب علينا التعرف على المهارات والخصائص التي يجب أن تتوفر في الأخصائي النفسي الرياضي والتي يحتاجها لتنظيم اللاعبين وقد تناولت بعض الدراسات آراء كل من المدربين واللاعبين حول الصفات الشخصية الضرورية للأخصائي النفسي الرياضي فقد أشارت نتائج دراسة "أور ليك وباتنجتون (1987) والتي أجريت على الرياضيين الاولمبيين الكنديين أن هؤلاء الرياضيين يفضلون الأخصائي النفسي الرياضي الذي تتوفر فيه صفات الود والقدرة على التحمل والمرونة والمهارة في التخصص وكذلك فإن قوة كل من المهارات الشخصية ومهارات التدريب العقلي تمدنا بوجهة نظر حيوية وهامة لنجاح الاستشارات النفسية في مجال علم النفس الرياضة .

بالإضافة إلى ذلك فإن "اور ليك" "بارتجتون" 1987 أوضحا أن الأخصائي النفسي الرياضي يجب أن تتوفر فيه الثقة بالنفس والكفاءة في العمل في البيئة الرياضية ،وأن يكون متطفلا ، وأن يكون عمليا ولديه معرفة واسعة ،حيث أن المدربين يرغبون في التعرف على الخدمات التي يقدمها هؤلاء الأخصائيين مثل تدريب المهارات العقلية للرياضيين ،وأيضا تحسين وزيادة الاتصالات بين اللاعب والجهاز التدريبي ،والإداري والطبي ،وتوجيه سلوكيات التدريب ويرى شين مورفي 1995 أن الأخصائي النفسي الرياضي يساعد على فهم أفضل لشخصية الرياضي الذي يحتاج المدرب لزيادة دافعيته وتحسين وسائل الاتصال معه.

إن هذه المعلومات التي يتم الحصول عليها عن طريق تقدير الحالة النفسية ،والملاحظة والمقابلة ،والتفاعل الشخصي مع اللاعبين تتيح الفرصة للمدربين لأداء أعمالهم بأفضل الطرق وبشكل مناسب.

ويوجه عام فإن اللاعبين ينظرون إلى الأخصائي النفسي الرياضي للفريق على انه يقدم خدمات متنوعة تتضمن التدخل في الأزمات والإرشاد النفسي وتدريب المهارات العقلية من أجل تحسين الأداء وتنمية العلاقات الإرشادية ولذلك يجب علينا أن نضع في الاعتبار أن اللاعبين يعتبرون عناصر هامة ومؤثرة في الاستشارات التي يقوم بها الأخصائي النفسي وفي قدرته على الأداء بشكل جيد والعمل في بيئة الفريق .

لذلك يجب على الأخصائيين النفسيين الرياضيين يكونوا أكثر ايجابية وتعاون مع المدير الفني والجهاز التدريبي والإداري والطبي للفريق ،إن تنمية وتطوير علاقة العمل الايجابية يجب أن تبدأ بفهم كامل لادوار ومسؤوليات مدرب الفريق.

ويمكن تلخيص الصفات التي يجب توافرها في الأخصائي النفسي الرياضي في النقاط التالية :

- الكفاءة في العمل في البيئة الرياضية .
- التمتع بالتفكير العلمي.
- القدرة على تحمل المسؤولية.
- التمتع بدرجة عالية من الثقة بالنفس.
- التمتع بالمرونة ويتميز بالود.
- المهارة في التخصص.
- التمتع بالذكاء الاجتماعي ،والقدرة على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين.
- التميز بالنضج الاجتماعي ،وذو فكر متحرر مع التعصب أيا كان نوعه.
- القدرة على فهم وتحليل الآخرين من خلال المعلومات المتوفرة لديه.
- لديه الرغبة القوية في العمل مع الآخرين ومساعدتهم.
- التمتع بسرعة البديهة والقدرة على التفكير المنطقي السليم.
- لديه القدرة على الابتكار .

- أن يكون على درجة عالية من المعرفة وسعة الاطلاع.
- لديه القدرة على التعاون مع الآخرين.
- التحلي بالصبر والقدرة على ضبط النفس.
- لديه مفهوم ايجابي نحو ذاته.
- التمتع بالتوافق النفسي والصحة النفسية .
- أن يكون حسن المظهر.

5- دور الأخصائي النفسي الرياضي في تنمية الفريق :

إن الأخصائي النفسي الرياضي هو الطي يصمم العمل لإرساء الفريق ولذا يجب عليه الاقتناع بأن علم النفس الرياضي التطبيقي هو المجال الشرعي الذي يمكن أن يصنع مساهمة حقيقية في انجاز الأهداف كذلك عليه مراعاة أن يكون لائقا لإرساء الفريق دون المغالاة في استعراض مهاراته ،وأن يضع في اعتباره أن يكون مساعد للرياضيين وبصفة خاصة اللاعبين المحترفين.

وفيما يلي عدد من النقاط التي يقوم بها الأخصائي النفسي الرياضي لكي يساهم في عملية تنمية الفريق وهي :

- الإحساس بالأفراد الرياضيين.
- توظيف البيئة الرياضية.
- تحديد الأعباء الوظيفية .

1- الإحساس بالأفراد الرياضيين :

من الملاحظ في المجال الرياضي أحجام اللاعبين عن قبول الأخصائي النفسي الرياضي كعامل مساعد ومفيد للعمل في التنظيم الرياضي ،فالعديد من اللاعبين يعتقدون في عدم وجود دور لأخصائي النفسي الرياضي مع الفريق .

لذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي العمل على فهم البيئة الرياضية وان تكون لديه القدرة على تحصيل المعرفة ولديه خبرة وتجربة في النواحي الفنية الخاصة بتدريب المهارات العقلية ،فضلا عن ذلك فعليه أن يذهب إلى اللاعب بدلا من جعل اللاعب يأتي إليه وحينئذ فإن الأخصائي النفسي الرياضي سيحصل على فرصة القبول والتقدير من جانب اللاعبين .

2- توظيف البيئة الرياضية :

يجب أن يهتم الأخصائيون النفسيون الرياضيون بالتعرف على أدوارهم والعمل على تطوير معلوماتهم النفسية قدراتهم الذاتية ،كذلك يجب أن تتوفر لديهم درجة عالية من الثقة في مهنتهم ومن الضروري أيضا أن يهتم الأخصائيون بقضاء معظم الوقت مع الفريق ومتابعة تدريجيا كأعضاء طبيعيين في الفريق .

وعلى الأخصائي النفسي للفريق أن يتفهم أن أعضاء الفريق يفضلون التعامل كأسرة ،لذل يجب عليه الاندماج معهم والتعرف على مشاكلهم والعمل على حلها وتذليل جميع العقبات التي تعارض تقدمهم ،فمعايشة الأخصائيين النفسيين لأعضاء الفرق الرياضية تتيح لهم فهم الآمال و الاحباطات لديهم.

ولكي يتحقق التأثير الايجابي فغن ذلك يستلزم أولا أن يكونوا أمناء مع أنفسهم بخصوص ما إذا كان لديهم التدريب المناسب الضروري وإذا كانوا يمتلكون المهارات والمعلومات اللازمة للقيام بهذه المهمة والعمل في البيئة الرياضية ،كذلك أيضا يجب أن يكون لدى الأخصائيين النفسيين القدرة على تنظيم الأهداف والمهارات ،ومن

الأهمية بمكان أن نتفهم دور الأخصائي النفسي الرياضي ،ومعرفة حدود وظيفته بالنسبة للفريق وما يستطيع عمله وما لا يستطيع عمله.

ويجب أن نشير إلى حقيقة هامة ،وهي أن التغيرات التي تحدث في الجهاز الإداري والجهاز التدريبي يمكن أن تفسر أو حتى تنهي عمل الأخصائيين النفسيين فجأة ،وبدون أي أخطاء من جانبهم .

3- تحديد الأعباء الوظيفية :

لقد اقترح "مورفي 1988" إن أنشطة الأخصائي النفسي للفريق متعددة كما أنها تشمل العديد من الأفراد فالأخصائي النفسي للفريق يصبح عضو عامل في التنظيم الرياضي الذي يعمل به ،ولذلك يجب عليه العمل على تنمية العلاقات الايجابية مع كل المستويات في التنظيم بما يتيح لهم الاستفادة من خدماته الإرشادية ،فعلى سبيل المثال فالجهاز التدريبي يمكنه الاستفادة بمعلومات الأخصائي النفسي في أثناء التعرف على اللاعبين ،وأيضاً فريق الطب الرياضي يمكنه أيضاً الانتفاع عن تلك الخدمات ذات القيمة ،فالأخصائي النفسي يتعامل مع كل المستويات في التنظيم الرياضي بكل إخلاص وأمانة وثقة وبدون خوف الأمر الذي ينعكس على البيئة النفسية للتنظيم.

إن الأخصائي النفسي الرياضي لديه العديد من الأعباء الوظيفية ،ويجب أن تكون وظيفة الدور وتحديد صفات العمل هي أساس التدريب الشخصي واحتياجات التنظيم ،والخدمات التخصصية التي يقدمها الأخصائي النفسي للفريق يجب أن تتضمن الاختبارات النفسية ،والإرشاد لتحسين الأداء والعمل على تنمية العلاقة الايجابية مع الفريق ،والخدمات العلمية ،وفيما يلي شرح مبسط لهذه الخدمات.

6-المدرّب والإرشاد النفسي :

أن يعد المدرب اللاعبين للتعامل مع المواقف التي تحدث في المنافسة بمعنى أن يجعل لاعبيه أكثر وعياً بالسلوك المقبول في المنافسة بمعنى أن يجعل لاعبيه أكثر وعياً بالسلوك المقبول في النشاط الرياضي الذي يمارسونه، خاصة اللاعبين الناشئين، وفي المنافسات الفردية، لأنه عادة ما نجد أن اللاعبين الناشئين غير معتادين على التكتيك المقبول، ويصبحون محبطين بما يقوم به منافسيهم من سلوك أو تكتيك يقبله قانون النشاط وهذا الإحباط يؤدي بالتالي إلى احتمال العدوان نحو المنافسين...

لذلك يجب على المربين أن يقضوا وقتاً كافياً في تعليم اللاعبين ذوي الخبرة القليلة لما يمكن أن يحدث في المنافسة .

7-فاعلية التنظيم الرياضي :

أن البنية الرياضية معقدة للغاية وفهمها الدقيق والتعرف على تأثيراتها يحتاج إلى فريق متكامل من الأخصائيين النفسيين لوضع حلول لمشاكلها الدقيقة ،لذلك فإنه يجب علينا أن نوجه اهتمامنا للتعرف على فاعلية التنظيم الرياضي والدراسات التي أجريت عليه في مجال علم النفس الرياضي ومن الأهمية بمكان أن يتقهم الأخصائية، النفسيون الرياضييون أنهم يعملون داخل التنظيم، ولذلك فهم في حاجة إلى فهم كامل لقواعد التنظيم، والأنظمة الإدارية والأهداف والقيم والبناء المعرفي، إن التفاعلات داخل التنظيم يشار إليها حديثاً بالثقافة التنظيمية وهي تعبر أمر حيوي وهام لنجاح أو فشل الأخصائي النفسي الرياضي للفريق، كذلك يجب على الأخصائي النفسي الرياضي أن يكون ملماً بالقواعد التي تحكم التنظيم، والعلاقات مع الإدارة العليا وجهاز التدريب الطبي الرياضي ومسؤولي الإعلام وغيرهم ولكي يصل الفريق إلى أعلى المستويات فإن الأخصائي النفسي الرياضي يحتاج إلى توضيح النقاط التالية :

- أهداف الفريق ومهام العمل .

- العلاقة بين الفريق والإدارة العليا للتنظيم.
- مصادر الضغوط الشخصية (وسائل الإعلام ، المشجعين)
- تاريخ الفريق أو التنظيم.

8- طرق الإرشاد النفسي :

يرى "حامد زهران 1998" أن هناك العديد من الطرق التي تستخدم في الإرشاد النفسي وهي :

1- الإرشاد الفردي :

وهو الذي يتم لفرد واحد فقط وجها لوجه ،وهو عبارة عن علاقة مخططة بين الأخصائي النفسي والفرد ، ويتوقف نجاحه على نوع العلاقة الإرشادية التي تنشأ بينهما ،وفي هذا النوع من الإرشاد يتم تبادل المعلومات ،ويقوم الأخصائي بإثارة دافعية الفرد ، ووضع خطط العمل المناسبة وتفسير المشكلات التي يعاني منها الفرد ويستخدم الإرشاد الفردي في الحالات التي تتميز بالطابع الفردي والتي لا يمكن بحثها في شكل جماعي .

2- الإرشاد الجماعي :

أن الفرد كائن اجتماعي بطبعه فهو لا يعيش بمعزل عن الجماعة بل يشترك مع الجماعة في كثير من الخصائص والأنماط السلوكية ،فالفرد له أنماط معينة من السلوك تميزه عن غيره من الأفراد في حين انه يتشابه مع الأفراد الآخرين في أنماط سلوكية أخرى.

وفي هذا النوع من الإرشاد يتم اختيار الأفراد ذوي المشكلات المتشابهة مما يكون عاملا مشتركا بينهم يؤدي إلى تماسكهم ويتم تقسيمهم إلى جماعات صغيرة العدد ،وتتم عملية الإرشاد مع الجماعة كوحدة ،ولذلك يجب أن يعرف كل فرد في الجماعة أهداف العملية الإرشادية وأسلوب العمل ومسؤوليات كل منهم .

ويجب على الأخصائي النفسي تهيئة المجال للتفاعل الاجتماعي بين أعضاء الجماعة ،وعليه مراعاة عدم احتكار المناقشة ،بل يجب تشجيع الأعضاء على النشاط والمشاركة الايجابية ،وأن يكون على علم ودراية بسلوكيات الجماعة ديناميتهـا .

3- الإرشاد الموجه :

وهو عبارة عن الإرشاد الممركز حول الأخصائي النفسي أو الممركز حول الحقيقة ويستخدم هذا النوع من الإرشاد مع الأفراد الذين تنقصهم المعلومات ويطلبونها لاحتياجهم إليها ،ويقوم الأخصائي النفسي في الإرشاد الموجه بتحمل جانب كبير من المسؤولية الإرشادية على أساس افتراض أن لديه خبرة واسعة ومعلومات وافية وقدرة على كشف الصراعات وتفسير السلوك .

ويقوم الأخصائي بدور ايجابي في تلك العملية فهو يقدم بها للفرد المعلومات التي يحتاج إليها كما انه يستثير حاجاته ودوافعه ويقدم له الحلول والنصائح المباشرة .

4- الإرشاد غير الموجه :

ويطلق عليه الإرشاد الممركز حول العميل أو الإرشاد الممركز حول الذات ويرجع الفضل لهذه الطريقة في الإرشاد إلى "مارل روجرز" صاحب نظرية الذات حيث يرى أن هدف تلك الطريقة هو مساعدة الفرد على النمو النفسي السليم ،وذلك عن طريق مساعدته على فهم نفسه على نحو أفضل ،والعمل على تغيير مفهومه عن ذاته بحيث يتطابق مع الواقع وكذلك تغيير المفهوم السلبي للفرد نحو ذاته إلى مفهوم ايجابي .

فالأخصائي النفسي الذي يوجه كل اهتمامه للفرد ويشجعه ويتقبله كما هو ويفهم وجهات نظره ،ويقدم له بعض النصائح في مناخ إرشادي صادق تسود فيه

العلاقات الودية والتسامح يكون كالمرآة التي يستطيع الفرد أن يعكس عليها مشاعره واتجاهاته وانفعالاته وهذا يؤدي بدوره الى وضوح الرؤية لدى الفرد بالنسبة لشخصيته ويزداد استبصاره لها.

5- الإرشاد النفسي الديني :

يعتبر الدين ركن أساسي في التوجيه والإرشاد ، فالعملية الإرشادية هدفها الأساسي تحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي للفرد والإرشاد النفسي الديني الذي يقوم على أساس ومفاهيم ومبادئ روحية وأخلاقية ، كما يهتم بتكوين حالة نفسية متكاملة بحيث يكون سلوك الفرد متماشيا مع المعتقدات الدينية الأمر الذي يؤدي إلى توافقه وتمتعته بالصحة النفسية .

ويهدف الإرشاد النفسي الديني إلى تحرير الفرد من الشعور بالإثم والخطيئة التي تهدد أمنه النفسي ومساعدته على تقبل ذاته وتحقيق وإشباع حاجته إلى الشعور بالأمن والسلام النفسي وهذا النوع من الإرشاد يقوم على مساعدة الفرد على فهم نفسه على نحو أفضل ومعرفة القيم والمبادئ الدينية والأخلاقية .

6- الإرشاد السلوكي :

إن الإرشاد السلوكي يهدف إلى تغيير وتعديل وضبط سلوك الفرد ويتم هذا النوع من الإرشاد على أسس ومبادئ نظريات التعليم بوجه عام والتعليم الشرطي بوجه خاص ويطلق عليه أحيانا "إرشاد التعلم" ويرى "ازنك" أن الإرشاد السلوكي يتضمن إعادة التعليم والتعلم .

إن سلوك المتعلم يمكن تعديله فالفرد يوجه لديه العديد من الدوافع منها ما هو أولى ومنها ثانوي يكتسب عن طريق التعلم وقد يكون تعلم الفرد لتلك الدوافع غير سليم ويرتبط بأساليب غير توافقية في إشباعها وفي هذه الحالة يحتاج إلى تعلم جيد يكون أكثر توافقا.

7- الإرشاد خلال العملية التربوية :

ويقصد به تقديم الخدمات الإرشادية من خلال العملية التربوية ككل في إطار برنامج محدد ،بحيث تتفق أهداف العملية الإرشادية مع أهداف العملية التربوية ككل ،ومما هو معروف فان العملية التربوية تهدف إلى نمو الفرد في كافة الجوانب وإعداده ليكون مواطنا صالحا قادرا على تحمل مسؤولياته ومواجهة مشكلاته وحلها وتزويده بالمهارات الاجتماعية المختلفة ،كما تهدف عملية التربية أيضا إلى تحقيق التوافق النفسي للفرد ،وذلك من خلال تعليم كيفية تحقيق بينه وبين البيئة التي يعيش فيها الأمر الذي ينعكس على صحته النفسية