

الفهرس

الصفحة

الموضوع

٥	الإهداء
٧	الفهرس
١١	تقديم
	الفصل الأول
	مقدمة عن التوجيه والإرشاد النفسى
١٤	- مفهوم التوجيه والإرشاد النفسى
١٥	- علاقة التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى
١٥	• التوجيه والإرشاد وعلم النفس
١٧	• التوجيه والإرشاد وعلم الاجتماع
١٨	• التوجيه والإرشاد وعلم الاقتصاد
١٩	• التوجيه والإرشاد وعلوم الدين
١٩	• التوجيه والإرشاد وعلوم التربية الرياضية
٢١	- أهداف التوجيه والإرشاد النفسى فى المجال الرياضى
٢٢	- أسس التوجيه والإرشاد النفسى

الفصل الثانى

نظريات التوجيه والإرشاد النفسى

٣٥	- نظرية التحليل النفسى
٤٣	- نظرية الذات
٤٨	- نظرية السمات

الموضوع

الصفحة

- نظرية المجال ٥٣
- النظرية السلوكية ٥٩
- نماذج تطبيقية في المجال الرياضي ٦٤

الفصل الثالث

المعلومات الإرشادية

- المعلومات الضرورية لعملية التوجيه والإرشاد النفسي ٦٩
- مصادر الحصول على المعلومات ٧٠
- وسائل جمع المعلومات ٧٠
- المقابلة ٧٢
- الملاحظة ٨٣
- دراسة الحالة ٨٩
- الاختبارات والمقاييس ٩٥
- السجل القصصي ١٠٣
- السجل المجمع ١٠٦

الفصل الرابع

طرق الإرشاد النفسي

- الإرشاد الفردي ١١١
- الإرشاد الجماعي ١١١
- الإرشاد الموجه ١١٢
- الإرشاد غير الموجه ١١٢
- الإرشاد النفسي الديني ١١٣
- الإرشاد السلوكي ١١٤

الموضوع

الصفحة

- الإرشاد خلال العملية التربوية ١١٤
- الإرشاد بالقراءة ١١٥
- الإرشاد بالواقع ١١٥
- الإرشاد باللعب ١١٥
- الإرشاد لوقت الفراغ ١١٦
- الإرشاد المختصر ١١٧
- الإرشاد العرضي ١١٧
- الإرشاد الذاتي ١١٧
- الإرشاد الخياري ١١٨

الفصل الخامس

برنامج التوجيه والإرشاد النفسي

- خطوات إعداد برنامج التوجيه والإرشاد ١٢٢
- تحديد الأهداف ١٢٢
- تخطيط البرنامج ١٢٤
- تحديد الإمكانيات ١٢٤
- تحديد الميزانية ١٢٥
- تحديد الخدمات ١٢٥
- تنفيذ البرنامج ١٢٥
- تقييم البرنامج ١٢٦

الفصل السادس

دور الأخصائي النفسي الرياضي والمدرّب في العملية الإرشادية

- فاعلية التنظيم الرياضي ١٣١

- الإحصائي النفسى الرياضى فى البيئة الرياضية ١٣٢
- الصفات الضرورية لنجاح الإحصائي النفسى الرياضى ١٣٣
- دور الإحصائي النفسى الرياضى فى تنمية الفريق ١٣٥
- الخدمات التى يقدمها الإحصائي النفسى الرياضى للفريق ١٣٨
- المدرب الرياضى ١٤١
- الاحتراق النفسى للمدرب الرياضى ١٤٤
- دور المدرب الرياضى فى مواجهة الاحتراق النفسى ١٤٦
- دور المدرب الرياضى فى العملية الإرشادية ١٤٧
- تماسك الفريق ١٤٩
- ماهية تماسك الجماعة (الفريق) ١٥٠
- العوامل المرتبطة بالتماسك ١٥٨
- العوامل التى تحول دون تماسك الجماعة ١٦١
- بناء تماسك الفريق ١٦٢
- دور المدرب فى تماسك الفريق ١٦٢
- دور اللاعب فى تماسك الفريق ١٦٦
- قياس التماسك ١٦٨

الفصل السابع

توجيه وإرشاد الرياضيين المصابين

- الإصابات الرياضية ١٨١
- التأثيرات النفسية للإصابات الرياضية ١٨١
- العوامل النفسية فى تخطيط العلاج ١٩١
- دور المدرب الرياضى فى توجيه وإرشاد الرياضيين المصابين ٢٠١
- واجبات الرياضى المصاب فى العملية الإرشادية ٢٠٢

تقديم

يتميز العصر الحالى بأنه عصر الضغوط النفسية والقلق، الأمر الذى يتطلب منا الاهتمام بمواجهة العوامل المسببة لها، والتصدى لها لمساعدة الفرد على التكيف مع الواقع الذى يعيش فيه، ووصولاً به إلى الصحة النفسية السليمة ولكى نتمكن من تحقيق ذلك لابد من الاهتمام بالبرامج التوجيهية والإرشادية ونقدم هذا الكتاب إلى العاملين فى المجال الرياضى من أجهزة فنية وإدارية والرياضيين للتعرف على أهم المفاهيم الأساسية فى التوجيه والإرشاد النفسى وكيفية تطبيقها عملياً فى المجال الرياضى.

وعلى الرغم من أهمية التوجيه والإرشاد للفرد بصفة عامة، إلا أنه يكتسب أهمية خاصة للمتعاملين مع المجال الرياضى وعلى الأخص اللاعبين والمدربين نظراً لتعرضهم للعديد من الضغوط النفسية الشديدة ومواقف الاستثارة العالية التى ترتبط بالتدريب أو المنافسات والتى قد تؤدى فى الحالات الشديدة إلى انسحابهم من الرياضة بل وتدميرهم نفسياً ويحدث ذلك فقط فى حالة عدم توجيههم وإرشادهم لكيفية مواجهة تلك الضغوط مما يجعلهم يستجيبون بشكل سلبى.

لذلك فقد جاءت فكرة هذا الكتاب كمحاولة لتوضيح بعض الأساليب والطرق التى يمكن استخدامها فى التوجيه والإرشاد فى المجال الرياضى، وأيضاً لتوضيح دور المدرب فى العملية الإرشادية فى حالة عدم وجود إحصائى نفسى رياضى مع الفريق.

وقد تناول الفصل الأول من الكتاب مفهوم التوجيه والإرشاد، وعلا التوجيه والإرشاد بالعلوم الأخرى، وأهداف التوجيه والإرشاد، وأسس التوجيه والإرشاد. كما تناول الفصل الثانى أهم نظريات التوجيه والإرشاد، أما الفصل الثالث فقد تناول المعلومات الضرورية لعملية التوجيه والإرشاد، ومصاب