# التمرد النفسي الرياضي

ينعكس تأثير المواقف الانفعالية في غضون المنافسات الرياضية للمستويات العليا تبعاً لدرجه اهميتها على الحالة البدنية والمهارية والخططية للاعب . فالكثير من اللاعبين يميلون الى اعلان سخطهم على ما يتعرضون له من اوامر ومطالب وضغوطات مختلفة ولهذا يلجئون الى ممارسة سلوكيات تميل الى الثورة والتمرد والعدوانية ، وهذا يتجلى من خلال الضغوط التي يتعرض اليها اللاعب والمتمثلة بجو المنافسة والمدرب والإداريين والحالة الاجتماعية اذ تبدأ الضغوط الاجتماعية من الوالدين والأسرة والمقربين والجمهور وأعضاء الفريق وهيئة التدريب والجميع يدفع اللاعب الى تحقيق الفوز ، وبالتالي فان اللاعب المتمرد يتجه بأفعاله وأقواله الى الاعتراض وعدم الانصياع الى القوانين والواجبات التي توفرها شروط المنافسات الرياضية وإثارة المشكلات ، وان اللاعب المتمرد يميل دائماً الى صنع المشكلات .

لا يمكن ارجاع التمرد النفسي الى عامل واحد ، وإنما هناك مجموعة عوامل اجتماعية ونفسية مرتبطة بها . ولعل أنماط المعاملة الوالدية تعد من المتغيرات والعوامل التي تسهم او تؤثر في درجة التمرد النفسي . فإذا كانت الأساليب المتبعة من قبل الأب او الأم او كليهما خاطئة وهادمة تثير مشاعر الخوف والقلق وعدم الشعور بالأمن وتستمد مشاعر العجز والإحباط في نفوس الأبناء والتي يترتب عليها توافقهم النفسي والاجتماعي الذي قد يؤدي الى تنشيط التمرد النفسي ، اما اذا كانت هذه الاساليب سوية بناءة تقوم على الثقة المتبادلة والتفاهم والحب والاحترام الى جانب التوسط والاعتدال في إشباع حاجات الأبناء فإنها سيترتب عليها تنشئة أبناء متوافقين يتمتعون بالصحة النفسية .

**التمرد لغة واصطلاحاً:**

**التمرد لغةً** :- ورد في معجم لسان العرب : معنى تمردَ في اللغة عتى وطغى ، اي المبالغ في ركوب المعاصي الذي لا ينفع فيه الوعظ والتنبيه .

**التمرد في الاصطلاح** :- بأنه " العصيان وعدم الاذعان لمطالب الكبار وبمعنى اكثر تنديدا عدم قيام الفرد بعمل ما يطلبه الاب او الام في الوقت الذي يجب ان يعمل فيه " .

وهناك من عرفه بأنه رفض الفرد لكل ما يوجه اليه من فعل او قول ومقاومته ، حيث ان تلك الاقوال والأفعال لا تتفق مع قيمه ومبادئه الخاصة .

التمرد النفسي رياضياً :

يعرف التمرد النفسي رياضيا بأنه " سلوك الرياضي الذي يتضمن ردة فعل عنيفة بالعصيان وعدم إطاعة الاوامر متحديا الانظمة والتعليمات ومعبراً عنها بالتهديد والصياح مما يسبب إلحاق الاذى بنفسه او بالآخرين .

**مفهوم التمرد النفسي**

لقد اهتم علماء النفس بمفهوم التمرد النفس كمتغير مهم ارتبط ارتباطاً مباشراً بسلوك الإنسان ، لأنه يصيب بنسبة كبيرة شريحة الشباب ، وهي شريحة مهمة فالشباب يمثل الركيزة الاساسية للبناء الاجتماعي والاقتصادي ، لذلك كان الاهتمام بظاهرة التمرد النفسي ليشمل كل ما يقوم به الفرد من سلوك من اجل اشباع حاجاته ورغباته وتحقيق هدفه في الحياة ، وان الميول التمردية قد تكون مفيدة في مساعدة الفرد على النمو في اتجاه الاستقلال ، حيث يحدث تأثيرا على مجموعة من السلوكيات التي تساعد الفرد على استعادة الحرية التي يعتقد انه فقدها ، غير ان التمرد المطول يمكن ان يكون خطراً او مؤذياً في نفس الوقت ، فقد يحمل هذا النوع من التمرد . النزعة الى الجنوح مثل اللجوء الى شرب الكحول وتعاطي المخدرات ، او اعمال النصب والتخريب .

فالتمرد النفسي يُحدث خللاً في نظام البيئة النفسية بفعل عوامل خارجية تسبب الفوضى والتأثير السيئ في توازنها وتكيفها مع واقعها وتكون الفوضى عبارة عن

ناتجاً عرضياً للتداخل الحاصل بين مظهري محتوى ( الفكر والسلوك ) ، فمن المسلم به أن لكل جيل همومه ومشكلاته وطموحاته ، وان لكل مرحله عمريه ظروفها وخصوصيتها فالفرد وليد مجتمعه وزمنه متفاعل مع تكوينه البيولوجي ، كما أن كيانه النفسي مرتبط بمعطيات الحياة في الحقبة التي عاشها في أسرته أو في المجتمع الكبير الذي ينتمي إليه وفي هذا السياق يمكن النظر لمرحله الشباب بمثابة مرحلة انتقاليه ما بين المراهقة من جهة والرشد من جهة أخرى وهي تتدخل في المرحلتين في بعض خصائصها وبعض السمات التي تطبع الفرد فيها ، ومن ذلك خاصية الرفض والتمرد الناجمة عن عدم القناعة بما هو كائن ومن ثم رفضه ، وقد يتخذ الرفض شكل التمرد على منطقه الوصاية الذي يحاول الكبار فرضه على الشباب بحجة عدم اكتمال نموهم وقصور خبرتهم ، وقد يصبح الرفض معنوياً مثلما هي أعال في النكتة الناقدة لأحد جوانب الوجوب المادي الواقعي .. وقد يكون التمرد بصيغة ألحاق ألأذى الجسدي بالأخر وتخريب ممتلكاته .

ويرى بعض العلماء أن من ابرز السمات التي لوحظت على شخصية المتمرد شيوع مشاعر عدم الرضا مع أسرهم نتيجة لسلوك الأب المتحفظ على العادات والتقاليد وصرامته وميله للضغط على الأبناء بقصد إرغامهم على الانصياع لأوامره في الأسرة .

**أما مجالات التمرد النفسي فهي :**

١. التنكر للهوية الحضارية والإساءة إليها :- هي حالة التذمر والرفض للواقع الحضاري بكل خصوصياته الثقافية والاجتماعية والتربوية ومن ثم التصريح بتقبيح ذلك الواقع ٠
٢. التعلق بالمظاهر الشكلية الأجنبية :- وتعني حب وتقبل استعارة النماذج الشكلية الأجنبية بغض النظر عن ملائمتها لقيم المجتمع وتقاليده ٠
٣. التخنث :- التصرف بخلاف توقعات المجتمع لنوع جنسه الملاحظ أو بخلاف الدور المحدد له سلفا في المجتمع ، من حيث إن هذه التصرفات تكون غير متأثرة بعوامل فسلجية أو بيولوجية .

٤. الفوضوية :- تعني التصرف غير المسؤول والمخالف لكل القيم والأصول والأنظمة التي يحددها المجتمع .

**سمات الشخصية المتمردة**

تمتاز الشخصية المتمردة ببعض السمات منها :-

١. الشعور بعدم الرضا مع عائلتهم ولا سمّا مع الأب .

٢. ضعف القدرة على اقامة علاقات جيدة مع الاخرين .

٣. الميل لمصاحبة من لا يراعون الضوابط الاجتماعية في سلوكهم .

**الاثار النفسية للتمرد النفسي :-**

١. الجنوح والانحراف مثل تعاطي الكحول والمخدرات وأعمال النصب .

٢. قلق عاطفي يؤدي بدوره الى الاغتراب النفسي والاكتئاب .

٣. ضعف الاستقرار وكثرة الشك والريبة والكراهية والميل الى التخريب والتدمير.

٤. الشعور بالذنب نتيجة تصرفاتهم وما يسببونه للآخرين .

٥. الرغبة والاندفاعية والافتقار الى القدرة على ضبط الذات والسيطرة على النفس .

٦. التمرد احد مظاهر السلبية للتغيير الاجتماعي .

**نظرية التمرد النفسي**

إن الناس يتمنون الحرية وهذا شيء صحيح بصرف النظر عن شكل الحكومة التي يعيشون في ظلها كون الحرية منفصلة عن السياسة ولأن التمييز بين السياسة والحرية شي أساس للإنسان وان الأفراد يدركون إن الحرية على الأغلب هي السبيل لحفظ الذات ، وقد يشعر الأفراد بحرية نسبية في أغلب الأوقات وان لهم الحق في اختيار أنواع مختلفة من السلوك وفقا لرغباتهم ويعد جاك بريم أول من بحث في ردود أفعال الأشخاص نحو كسب حرياتهم المسلوبة منهم أو المهددة بذلك ويرى بأنه قد يقوم الأفراد بأفعال دون درايتهم ما سبب قيامهم بهذه الأعمال وقد يقومون بأعمال يكونون مضطرين للقيام بها .

وأنه يوجد ثلاثة عوامل رئيسة تؤثر في حجم التمرد النفسي المستثار لدى الفرد وهي:

١. اهمية السلوك الحر .

٢. نسبة السلوك المزال او المهدد بالإزالة .

٣. حجم التهديد .

وهناك من يرى ان العوامل الرئيسة التي تؤثر في حجم التمرد النفسي هي :-

١. التربية الضاغطة والمتزمتة .

٢. تسلط وقسوة القائمين على تربية الطفل .

٣. الصحبة السيئة .

٤. تركيز الاسرة على النواحي دراسية ، ونبذ الرياضة والنشاط الترفيهي ، وقلة الاصدقاء .

٥. العاهات الجسمية .

٦. تأخر النمو الجنسي وضعفه .

٧. عدم اشباع الحاجات والميول .

٨. الجو الاسري النابذ .

لقد أوضح بريم أن رد الفعل النفسي هو قوة دافعية يعتقد أنها تنشأ عندما تقلل أو تقلص الحريات الشخصية للفرد أو تتعرض للتهديد أو الاستبعاد فتسعى دافعية الفرد إلى استعادة أو استرجاع أنماط السلوك المتعرض للتهديد أو الاستبعاد وقد تنشأ هذه الدافعية في أنماط السلوك التصحيحي أو التعويضي والمعروف (بآثار رد الفعل) ويمكن أن يعبر عنها الفرد سلوكياً أو ادراكياً أو عاطفياً ويكون الفرد في حالة رد الفعل عاطفي ضيق الأفق وغير عقلاني نوعاً ما والسلوك يتناسب طردياً مع حجم التمرد فكلما كان السلوك مهماً لدى الفرد أدى ذلك إلى زيادة درجة التمرد النفسي لديه وتتوقف أهمية السلوك على الوظيفة المباشرة للقيمة الأدائية الفريدة أي عندما لا يوجد سلوك آخر لدى الفرد يمكن أن يشبع به حاجته في أقصر درجة فعلية أو ممكنة لهذه الحاجات وتزداد أهمية السلوك كلما قلت الأهمية المطلقة للحريات الأخرى في تلك اللحظة التي يحدث فيها السلوك وبما أن الأفراد يتمتعون بقدر معين

من الحرية وهذا اعتقاد يحمله معظم الأفراد الذين يعطون أهمية للحرية فإن عرف الفرد مجموعة من السلوك الحر ثم زادت نسبة السلوك المهدد أو المزال زاد حجم التمرد ويزداد حجم التمرد كلما كان احتمال تنفيذ السلوك المهدد أو المزال أكبر من قبل الآخرين ، ويكون حجم التهديد أكبر إذا كان الأشخاص الذين ينفذون هذا التهديد ذوي نفوذ اجتماعي مساوٍ لنفوذ الفرد أو يزدادون عليه في نفوذهم أما إذا كان نفوذهم أقل منه فلا يكون لتهديدهم تأثيرات كبيرة على التمرد ويتضح ذلك في نقطتين :-

١. عندما يتعرض الفرد لإزالة سلوك حر أو تهديد بإزالته فإن الفرد يستنتج بأن هناك سلوكيات أخرى قد تزال في وقت لاحق فإذا منعت سكرتيرة من مضغ اللبان أثناء العمل فقد تستنتج بأنها قد تمنع من شرب الشاي أو تناول الحلوى .
٢. إذا هدد سلوك حر لشخص معين فيعني بأن هذا إزالة أو تهديد بالإزالة لحرية شخص آخر فعندما يعلم الفرد بأنه قد تم تهديد أو إزالة سلوك حر لزميل له فإن الفرد سيعتقد بأن هذا التهديد سيشمله فإذا كانت هناك مجموعة من الموظفات يسمح لهن بالخروج في بعض ساعات العمل الرسمي وحرمت إحداهن من الخروج فإن هذا المنع قد يشمل الموظفات الأخريات وهذا المنع للموظفة سيهدد حرية الموظفات الأخريات .

فإذا ما احس الرياضي بان سلوكه الحر مهدد او انه وقع تحت سطوة اوامر وقوانين عنيفة تعمل على السيطرة عليه سوف ينتج عنه رد فعل عنيف يتميز بالعصيان وعدم إطاعة الاوامر وتحدي الانظمة والتعليمات ومعبراً عنها بالتهديد والصياح او السلوك العدواني في بعض الحالات مما يسبب إلحاق الاذى بنفسه او بالآخرين .