

القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لدى مدربي الألعاب الجماعية بدولة الكويت

*أحمد عبدالعاطي حسين

** عبد المحسن رضا دشتي

المقدمة ومشكلة البحث:-

تتميز المدنية الحديثة بتطورها السريع وتعقدتها وتغير أسلوب الحياة فيها تغيراً واضحاً مما زاد من المواقف التي تهدد حياة الإنسان ومستقبله وتزيد من قلقه وتوتره، فمن الحروب إلى الكوارث إلى غيرها من أحداث الحياة الضاغطة كالضوضاء وصعوبة المرور واتساع العلاقات الاجتماعية وتشابكها وتغير أشكالها وسوء ظروف العمل وزيادة التنافس بين الناس، كل ذلك يبين أن حياة الإنسان العادية مليئة بالضغوط والتحديات من كل نوع.

وتعتبر الضغوط المهنية من الظواهر التي قد تتوافر في أي مؤسسة في حال عدم ملائمة مدخلات هذه المؤسسة لأهدافها، أو لتأثير العوامل الاجتماعية والاقتصادية المحيطة غير الإيجابية، أو لعدم توائم التوصيف الوظيفية مع الكفايات البشرية العاملة، أو لعدم توائم العاملين مع المناخ العام للمؤسسة بشكل عام. (٢ : ٣٧)

وتعد الضغوط من أكثر الظواهر انتشاراً في شتى مجالات الحياة بصفة عامة، وفي مجال العمل بصفة خاصة، فقد استحوذ ضغط العمل على اهتمام العديد من دول العالم لما تحدثه من انعكاسات على مستويين المادي والبشري. (٥ : ١٥٩)

ولقد أصبحت الضغوط المهنية واحدة من أهم الموضوعات التي تمت دراستها دراسة وافرة في مجال السلوك التنظيمي ولعل السبب في ذلك يعزى إلى أن الضغوط لها العديد من الآثار النفسية والفسولوجية على الأفراد، كما أنها تؤدي إلى زيادة معدلات الدوران والتغيب عن العمل، كما أن الضغط الذي قد يتعرض له فرد واحد في بيئة العمل قد يؤثر على باقي الأفراد، وأخيراً من خلال التعرف على وسائل الخلل الوظيفي؛ تستطيع المؤسسة إدارة بيئة العمل بصورة فعالة. (٨ : ٦٥٠)

ونجد الضغوط المهنية توجد في معظم الأنشطة الرياضية (الفردية والجماعية) مما يتطلب إدارة الضغوط المهنية من المدربين حتى تساعدهم على البقاء في حالة تيقظ ونشاط وعلى درجة عالية من الأداء،

*أستاذ علم النفس الرياضي المساعد ورئيس قسم العلوم التربوية والتقسية الرياضية بكلية التربية الرياضية بقنا جامعة جنوب الوادي
** معلم تربية بدنية بمنطقة الأحمدية التعليمية بدولة الكويت

ويمكن حل ذلك في الضبط والتحكم، فالضغط يمكن أن يكون مفيداً أو نافعاً طالما يتوفر لدى المدرب بعضاً من مشاعر الضغط ، وعندما لا يستطيع المدرب

الرياضي التحكم في مواقفه المهنية ومع استمرارية تأثير هذا الضغط، فإن ذلك يمكن أن يؤدي إلى عدم نجاح المدرب.

ويتعرض العاملون في مجال التربية الرياضية عامة والتدريب الرياضي خاصة لدرجات متباينة من الضغوط المتعلقة بالعمل؛ حيث يشعرون بأن هذه الجهود المبذولة لا تلقى أي تقدير أو تشجيع أو إثابة، وغير مرضية للمسؤولين والرؤساء، ومن ثم فنجاح عمل المدرب الرياضي لا يتطلب فقط امتلاكه لمهارات عقلية، واعتقادهم بقدراتهم وإمكاناتهم، بل يتطلب مجموعة من القدرات الوجدانية التي تسهم في تسهيل عمليات التفكير واتخاذ القرارات المناسبة في الأوقات الصحيحة وفي أصعب الظروف والمواقف الضاغطة، فالحالة المزاجية الإيجابية تعزز قدرات الإبداع في العمل، وتزيد من قدرة المدرب المعرفية، وفعاليته الذاتية، والإنتاجية ، وتخلق تنظيمات متناغمة يلتف أعضائها حول حلم واحد هو تحقيق أهدافها.

وقد أشارت دراسة بخيت (٢٠٠٨) أن الإنسان في القرن الحالي يتعرض لسلسلة طويلة من مشكلات الحياة الضاغطة ، يمر بها يومياً نتيجة لضغوط شتى تلاحقه بسبب التغيرات السريعة المتلاحقة من تقدم وتطور هائل ، لا يستطيع مواكبتها وملاحقتها ، فيشعر بالعجز والإحباط ، ويعيش في صراع ما بين ما هو فيه وبين ما يحدث حوله من مواقف ضاغطة. (4 : ١٨٤)

ولا يمكن للمدرب الرياضي أن يؤدي وظائفه بنجاح إلا إذا كان متمتعاً بمهارات وجدانية غير معرفية يستطيع من خلالها العمل مع الآخرين لتحقيق أهداف العمل، ومواجهة التحديات والضغوط المهنية بنجاح.

والمدرب يعتبر واحداً من أهم المحاور الأساسية التي تركز عليها كافة الرياضات المختلفة، حيث يقوم المدربون بالعديد من الأدوار المتمثلة في تنظيم وتعليم وتوجيه كافة اللاعبين سواء أكانوا من الهواة أم من المحترفين في الألعاب الجماعية هذا إضافة إلى مسؤولياته عن تطوير مستوى المهارات التي يتمتع بها اللاعبون، وكذلك عن وضع الخطط الإستراتيجية المناسبة ، وتوفير التدريب اللازم لتحسين مستوى الكفاءة التي يتمتعون بها سواء أكان ذلك على المستوى النفسي أم على المستوى الجسدي أم على المستوى الفني وكافة هذه المهام والمسؤوليات من شأنها أن تؤدي إلى مزيد من الضغوط المهنية على المدربين. (10 : ٤٧) (١١ : ٢٣)

وكثيرا ما يواجه المدربون مواقف وظروف عديدة يتعرضون خلالها لحالات من الاضطراب والقلق والخوف والإحباط والغضب مما يؤثر سلبا على حالتهم الصحية والنفسية ، وينعكس بدوره على مستويات أدائهم في التدريب ، ومن ثم القدرة على تحقيق الأهداف التنظيمية ، وتأتي معظم الضغوط و التوترات من مصادر مرتبطة بالعمل وطبيعته ، كما تأتي من البيئة الخارجية التي تؤثر على الأفراد و المنظمات. (٤ : ٦٩)

ولقد أكدت نتائج دراسة (٢٠٠٩ Olusoga et al) ، على وجود العديد من الإستراتيجيات التي يمكن الاستعانة بها في التغلب على مستوى الضغوط التي يعاني منها المدربين من أبرزها استخدام آليات التدريب على المهارات النفسية بالشكل الذي يساعدهم على التكيف مع متطلبات الحياة المهنية الخاصة بهم. كما أكدت نتائج دراسة (٢٠٠٤ Kim) ، على أهمية الدعم المؤسسي والمالي الذي يتم تقديمه إلى المدربين باعتباره واحدا من الاستراتيجيات التي تساعد على تحسين مستويات الرضا الوظيفي والخفض من حدة الضغوط التي يعانون منها. (١٣ : ٤٤٢) (١٢ : ٤٥٩)

والعاملون في المجال التدريبي بشكل عام ، ومدربو الألعاب الجماعية بشكل خاص ، يواجهون مشاكل عديدة ، تتباين باختلاف العوامل المسببة لها ، وهذه العوامل تقترن بها ضغوطات ، تضعهم أمام مسؤوليات كبيرة يحاولون الإيفاء بها ، مما يعرضهم إلى الضغوط التي قد تنعكس على أداءهم المهني بشكل سلبي.

ومن جهة أخرى فقد لاحظ الباحثان خلال السنتين المنعقدتين عدم استقرار كثير من مدربي الألعاب الجماعية في مواقعهم بالأندية وكثرة تغيير مدربي الفرق ويُرجع الباحثان ذلك إلى أسباب قد تكون منها ضغوط إعلامية على المدربين أو استعجال وجود نتائج مرضية لجماهير الفرق وإدارتها أو عدم الشعور بالرضا الوظيفي من جهة المدربين أنفسهم ، وغيرها من الأسباب التي قد تتسبب في تدني كفاءة المدربين الشخصية .

فهو مطالب بحكم مهنته والمجتمع أن تكون لديه دافعية دائمة نحو انجاز وظيفته وتقديم نتائج ملموسة ، وبين هذا وذاك من الظروف والمطالب الضاغطة ، فالمدرب في الأول والأخير ، إنسان له قدرات وإمكانيات جسدية ونفسية محدودة وتتأثر حالته النفسية ودافعيته للعمل والعطاء سلبا وإيجابا بما يحيط به.

وبما أن ضغوط العمل أمر مسلم به وقائم في بيئات العمل على اختلاف أنواعها ، فإن بيئة التدريب بطبيعتها تكوينها تفرز نوعا مميزاً وخاصاً بها من أشكال ضغوط العمل لا تتشابه فيه مع مسببات وأشكال ضغوط العمل القائمة في بيئات أعمال ومهن أخرى ، وذلك دون إنكار وجود بعض السمات المشتركة ، مما

يستدعى من وجهة نظر الباحثان الحاجة إلى إجراء دراسة للتعرف على أسباب ضغوط العمل ونتائجها في بيئة التدريب وعلاقتها بالكفاءة الشخصية للمدرب .

٣/١ أهمية البحث :

قد تساعد هذه الدراسة في أن تكون قاعدة ينطلق منها باحثون آخرون للكشف عن المزيد من الحقائق المعرفية التي تهتم بهذا المجال

من المتوقع أن يوفر البحث الحالي رؤية جديدة تأخذ مبدأ الشمول والتوافق في كل ما طرح لمفهوم السمات الشخصية والضغوط المهنية لدى مدربي الألعاب الجماعية بدولة الكويت.

- تتبع أهمية البحث الحالي في كونه يتناول موضوع شائك ، وهو الضغوط المهنية

- لدي فئة مدربي الألعاب الجماعية ، ويسلط الضوء على مصادر الضغوط المهنية لديهم بما يسهم في زيادة درجة الوعي بطبيعة الضغوط التي تواجه هذه الفئة .

- يعد البحث الحالي محاولة علمية تعين العاملين في مجال التدريب الرياضي والتربية الرياضية للوقوف على القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لمدربي الألعاب الجماعية.

- قد تفيد نتائج الدراسة الحالية في بناء الاستراتيجيات والأساليب المناسبة والتخفيف من حدة تلك الضغوط لديهم على نحو يعمق اتجاهاتهم الإيجابية نحو أداء دورهم التدريبي بشكل مرض في أجواء يسودها الارتياح والاستقرار النفسي.

هدف البحث :

التعرف على قدرة مدربي الألعاب الجماعية على مواجهة الضغوط المهنية بدولة الكويت.

تساؤلات البحث :

ما مستوى قدرة مدربي الألعاب الجماعية على مواجهة الضغوط المهنية بدولة الكويت ؟

مصطلحات البحث:

الضغوط المهنية Occupational Stress:

هي مستوى من المشكلات لمطالب في بيئة العمل تؤدي إلى تغير في الحالة النفسية والجسدية للفرد

يؤدي إلى تغير في الأداء. (٩ : ٩٤)

مواجهة الضغوط Stress Coping:

هي تحدى المشكلة أو الهروب منها، واتخاذ خطوات لمنع حدوثها مرة أخرى ومن الممكن أن تتضمن الإقدام والإحجام، المقاومة أو التجنب. (١٢ : ٣٦٨)

إجراءات البحث

منهج البحث : استخدم الباحثان المنهج الوصفي وذلك لملاءمته لطبيعة وهدف الدراسة .

عينة البحث : تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية ، وقد بلغ قوامها ٩٠ مدرباً من مدربي الألعاب الجماعية و ٣٠ مدرب للعينة الاستطلاعية.

أدوات جمع البيانات :

مقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لمدربي الألعاب الجماعية مرفق (٣)
مقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية للمدرب الرياضي: (من إعداد الباحثان)
العامل الأول : إدارة الطموح المهني : ويتكون من ٧ عبارات وهي تشير في مجملها الى مستوى الطموح لديه ، وتعنى قدرة المدرب الرياضى في التحكم في ذاته واللاعبين وايضاً ادارته للمشاعر المندفعة والتفكير الواضح والوعي لمستقبله المهني

العامل الثانى : ادارة الذات المهنية ويتكون من ٥ عبارات وهي تشير في مجملها الى السمات الشخصية ويقصد بها الفروق الفردية والسمات الشخصية والعبء الذائد او المنخفض

العامل الثالث : إدارة العلاقات مع اللاعبين ويتكون من ٥ عبارات وهي تشير في مجملها الى العلاقة بين المدرب واللاعبين ويقصد بها العلاقة بينهم في واثناء عمليات التدريب والمنافسات الرياضية وفى الحياة اليومية

العامل الرابع : ادارة الاعباء والضغوط الخارجية : ويتكون من ٥ عبارات وهي تشير في مجملها الى مصادر متنوعة (مجتمع وسائل اعلام تحكيم وكذا الضغوط الواقعة على المدرب من الخارج سواء وسائل الاعلام او من الحكام وغيرهم)

العامل الخامس : موارد مادية وبشرية : ويتكون من ٤ عبارات وهي تشير في مجملها الى موارد مادية وبشرية ويقصد بها المرتبات والمكافئات والبدلات والحوافز وكثافة اللاعبين والجهد المبذول وطبيعة مكان

التدريب والمنافسة الرياضية ومواصفاته من حيث انه (صحتى - غير صحتى) تلوث الهواء ، عوامل امن وسلامه اللاعب وطبيعة اللعبه والجد الواقع على المدرب الرياضى .

خطوات بناء مقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لمدربي الألعاب الجماعية.

تحديد الهدف من المقياس : قياس قدرة مدربي الألعاب الجماعية على توجيه لاعبيهم وإدارتهم للانفعالات وعلاقتهم مع اللاعبين بشكل فعال أثناء تدريب المنافسات الرياضية.

تكوين المحاور والعبارات : في ضوء التحليل للإطار النظري تم إعداد وصياغة المحاور والعبارات حيث تكونت الصورة الأولية للاختبار من ٣٧ عبارة مرفق (٢)

وقد روعي عند صياغة العبارات ما يلي :

من حيث الشكل :

- سهولة القراءة وبساطة التعبير
- تجنب التعبيرات الخادعة أو المضللة التي يمكن أن تؤدي إلى نتائج متناقضة
- تقدم العبارة بشكل واضح ولا تحتمل أكثر من تفسير
- تنوع العبارات المقترحة بحيث يكون بعضها ايجابياً والبعض الآخر سلبياً وهذا التنوع للعبارات ما بين ايجابية وسلبية ضروري حتى لا تكون إجابات المدربين قيد البحث على وتيرة واحده .

من حيث مضمون العبارات

- أن للعبارة إجابة مقبولة يتفق عليها الخبراء
- أن تتعلق العبارة بجانب مهم من جوانب السلوك المقاس وليس بالجوانب الهامشية
- أن تكون كل عبارة مستقلة بفكرة معينة كما روعيت بعض الاشتراطات العامة مثل
- عدم استخدام تحديدات شاملة تحد من حسم المستجيب في اختيار السؤال كتعبيرات : كل - دائماً - أبداً

ومن ثم فقد صيغت العبارات وروعي فيها مقومات الصياغة الملائمة من منظرو الاعتبار السيكومترية وقد توصل الباحثان إلى عدد ٢٦ عبارة يمكن بها قياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لمدربي الألعاب الجماعية.

جدول (١)

مجموع العبارات الايجابية والسلبية المقترحة لمقياس الضغوط المهنية للمدرب الرياضي

مجموع العبارات	عدد العبارات المقترحة		المقياس
	السلبية	الايجابية	
٢٦	٥	٢١	

المعاملات السيكومترية :

(الصدق - والثبات) لمقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لمدربي الألعاب الجماعية تم التحقق من صدق المقياس من خلال حساب

صدق المحكمين: تم عرض عبارات المقياس في صورته الأولية على الخبراء مرفق (١) وعددهم (١٠) لإبداء الرأي في العبارات المقترحة من حيث مدى ملائمة العبارات المقترحة.

ويوضح جدول (٢) ذلك

جدول (٢)

تحديد النسبة المئوية وفقاً لآراء الخبراء في عبارات محاور مقياس القدرة على مواجهة الضغوط

المهنية لمدربي الرياضات الجماعية ن=١٠

م	العبارة	رأى الخبير		النسبة المئوية
		موافق	غير موافق	
١	أتقاضى راتب يكف لي حياة كريمة	٩	١	%٩٠
٢	تحظى ارائي بتقدير مجلس ادارة النادي	٨	٢	%٨٠
٣	اتخذ قراراتي بحرية داخل النادي	٨	٢	%٨٠
٤	اتجمل المسئولية عقب الهزيمة في المنافسة الرياضية	٢	٨	%٢٠
٥	اتقبل النقد البناء من وسائل الاعلام	٨	٢	%٨٠
٦	ألوح بيدي تعبيراً على رفض قرارات الحكام	٧	٣	%٧٠
٧	تتوافر بيئة تدريبية تساعدني على تحقيق اهدافي	٦	٤	%٦٠
٨	استطيع حل مشكلات اللاعبين	٩	١	%٩٠
٩	اطلع على كل ما هو جديد في التدريب الرياضي والعلوم المرتبطة	٨	٢	%٨٠
١٠	التزم بالمعايير الاخلاقية الحاكمة لمهنة التربية الرياضية	٦	٤	%٦٠
١١	يؤثر العنف السائد في المجتمع بالسلب عليا كمدرّب	٩	١	%٩٠
١٢	اشجع اللاعبين على اللعب بروح الفريق	٥	٥	%٥٠
١٣	اتواصل اجتماعيا مع اللاعبين	٧	٣	%٧٠

١٤	امتثل للقرارات الصادرة من مجلس الادارة	٩	١	%٩٠
١٥	احظى بتقدير اللاعبين	٨	٢	%٨٠
١٦	احقق انجازات رياضية بالرغم من غياب الامن	٦	٤	%٦٠
١٧	اشعر بالإرهاك البدني من اعباء العمل	٩	١	%٩٠
١٨	اتوافق مع عملي ومتطلباتي الاسرية	٩	١	%٩٠
١٩	التزم بتوقيت الوحدة التدريبية	١٠	٠	%١٠٠
٢٠	يتمتع لاعبي فريقي بالسلوك الانضباطي	٦	٤	%٦٠
٢١	لدية علاقات طيبة مع مدربي الفرق المنافسة	٨	٢	%٨٠
٢٢	يؤثر الشحن الإعلامي على أدائي كمدرّب	٩	١	%٩٠
٢٣	استطيع التحكم في انفعالاتي اثناء المنافسات الرياضية	٦	٤	%٦٠
٢٤	تتوفر الاشتراطات الصحية في العملية التدريبية	١٠	٠	%١٠٠
٢٥	اضر الى ممارسة تصرفات تتعارض مع قيمى الشخصية	٩	١	%٩٠
٢٦	اسعى لرفع شأن النادي الذى اعمل به	٩	١	%٩٠
٢٧	تتوافر الية توزيع المستحقات المالية بالنادي	٧	٣	%٧٠
٢٨	تتوافر التسهيلات والامكانيات التي تساعد على نجاح العملية التدريبية	٦	٤	%٦٠
٢٩	أؤمن بمقولة الرياضى أولاً والفوز ثانياً	٩	١	%٩٠
٣٠	احرص على حضور دورات تدريبية في مجال تخصصي	٦	٤	%٦٠
٣١	التزم بحضور الاختبارات الدورية التي تعقد من قبل اتحاد اللعبة (بدنية - مهارية - نفسية)	٥	٥	%٥٠
٣٢	استطيع مواجهة انتهاكات الجمهور	٧	٣	%٧٠
٣٣	تتوافق قدراتي مع مهام عملي	٩	١	%٩٠
٣٤	اشعر بارضا عن عملي في مجال التدريب الرياضى	٩	١	%٩٠
٣٥	أؤمن بمقولة الاستعداد والانتظام اساس نجاح العملية التدريبية	٩	١	%٩٠
٣٦	اتمتع بلياقة بدنية تمكنني من تحمل اعباء التدريب الاضافي	٦	٤	%٦٠
٣٧	لدى هدف اسعى لتحقيقه	٩	٤	%٩٠

يتضح من الجدول رقم (٢) آراء الخبراء في تحديد النسبة المئوية لكافة محاور مقياس الطغوظ المهنية لمدربي الرياضات الجماعية يتراوح ما بين بنسبة (لكل العبارات ، وقد ارتضى الباحثان الاختبار لهذه العبارات عند نسبة (٧٠%) .

جدول (٣)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثانى على العينة الاستطلاعية الدال على

الثبات لعبارات محاور الاستبيان ن = ٣٠

المحور الأول		المحور الثانى		المحور الثالث		المحور الرابع		المحور الخامس	
معامل الارتباط	الرتبة								
*٠,٨٧٧	٢٥	*٠,٩٦٧	٩	*٠,٩٦٧	٨	*٠,٩٥٥	٥	*٠,٩٧٤	١
*٠,٧٧٢	٣٢	*٠,٩٧٥	١٧	*٠,٩٧٥	١٣	*٠,٩٥٠	٦	*٠,٩٥٧	٢
*٠,٩٧٦	٣٣	*٠,٩٤٩	١٩	*٠,٩٤٩	١٥	*٠,٩٦٨	١١	*٠,٩٣٧	٣
*٠,٩٧٣	٣٤	*٠,٩٧٣	٢٠	*٠,٩٧٣	٢٦	*٠,٩٥٦	٢٢	*٠,٩٠٣	٢٤
*٠,٩٦٧	٣٧	*٠,٩١٥	٣٥	*٠,٩٥١	٢٩				

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى معنوية (٠,٠٥) = ٠,٣٦١

يتضح من الجدول (٣) ان قيم معاملات الارتباط تتراوح ما بين (*٠,٩٧٤ ، *٠,٩٠٣) مما يدل على أن جميع عبارات الاستبيان ذات داله وثبات.

الدراسة الاساسية :

بعد التأكد من توافر كافة الشروط الادارية والعلمية تم تطبيق مقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية للمدرب الرياضى على عينة البحث وقوامها ٩٠ مدرب العاب جماعية وذلك وفق للشروط الموضوعه لاختيار العينة فى الفترة من ٢٠١٦/٨/١م حت الخميس ٢٠١٦/٩/١م مع مراعات التأكيد على افراد

العينة بأهمية استجاباتهم للاستفادة منها وضرورة الإجابة على جميع العبارات وعدم اختيار أكثر من استجابة للعبارة الواحدة

ثم قام الباحثان بتصحيح المقياس ورصد وجدولت الدرجات الخام واعادها للمعالجة العلمية .

٧/٣ المعاملات الاحصائية :

- متوسطات الحسابية
 - الانحرافات المعيارية
 - معامل الارتباط بيرسون
 - معامل الثبات اسبيرمان
- ١/٤ عرض النتائج

جدول (٤)

التكرارات والنسب المئوية للمحور الأول إدارة الطموح المهني ن = ٩٠

٢ كا	لا		إلى حد ما		نعم		م
	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	
٠,٤٠٠	-	-	%٤٦,٦٦	٤٢	%٥٣,٣٣	٤٨	٢٥
٧,٥١١	%٦٤,٤٤٤	٥٨	%٣٥,٥٥	٣٢	-	-	٣٢
٠,١٧٨	%٤,٧٧	٤٣	%٥٢,٢٢	٤٧	-	-	٣٣
٣٢,٦٠٠	%١٤,٤٤٤	١٣	%٦١,١١	٥٥	%٢٤,٤٤٤	٢٢	٣٤
٢,٨٤٤	-	-	%٥٨,٨٨	٥٣	%٤١,١١	٣٧	٣٧

قيمة كا ٢ الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من الجدول (٤) أن قيمة كا ٢ المحسوبة تتراوح ما بين (٠,٤٠٠ ، ٣٢,٦٠٠) وان هناك فروق ذات دلالة احصائياً في العبارات (٣٤ ، ٣٢) وبينما لا يوجد فروق ذات دلالة احصائياً في عبارة رقم (٣٣,٣٧ ، ٢٥).

جدول (٥)

التكرارات والنسب المئوية للمحور الثانى ادارة الذات المهنية ن=٩٠

م	نعم	إلى حد ما		لا		٢كا
		التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	
٩	١٥	٥٦	%٦٢,٦٦	١٩	%٢١,١١	٣٤,٠٦٧
١٧	٤٦	٤٤	%٤٨,٨٨	-	-	٠,٠٤٤
١٩	٢	٤٤	%٤٨,٨٨	٤٤	%٤٨,٨٨	٣٩,٢٠٠
٢٠	٦	٥١	%٥٦,٦٦	٢٥	%٢٧,٧٧	٥٥,٤٠٠
٣٥	٦	٥١	%٥٦,٥٥	٣٣	%٦٦	٣٤,٢٠٠

قيمة كا الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من الجدول (٥) أن قيمة كا المحسوبة تتراوح ما بين (٠,٠٤٤ ، ٥٥,٤٠٠) وان هناك فروق ذات دلالة احصائياً فى العبارات (٩، ١٩، ٢٠، ٣٥) وبينما لا يوجد فروق ذات دلالة احصائياً فى عبارة رقم (١٧).

جدول (٦)

التكرارات والنسب المئوية للمحور الثالث إدارة العلاقات مع اللاعبين ن=٩٠

م	نعم	إلى حد ما		لا		٢كا
		التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	
٨	١٧	٥٣	%٥٨,٨٨	٢٠	%٢٢,٢٢	٢٦,٦٠٠
١٣	١٩	٤٥	%٥٠	٢٦	%٢٨,٨٨	١٢,٠٦٧
١٥	١٨	٤٦	%٥١,١١	٢٦	%٢٨,٨٨	١٣,٨٦٧
٢٦	٣٣	٣٧	%٤١,١١	٢٠	%٢٢,٢٢	٥,٢٦٩
٢٩	١١	٥٧	%٦٣,٣٣	٢٢	%٢٤,٤٤	٣٨,٤٦٧

قيمة كا الجدولية عند مستوى (٠,٠٥) = ٥,٩٩

يتضح من الجدول (٦) أن قيمة كا ٢١ المحسوبة تتراوح ما بين (٥،٢٦٩، ٣٨،٤٦٧) وان هناك فروق ذات دلالة احصائية في العبارات (٨، ١٣، ١٥، ٢٩) وبينما لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية في عبارة رقم (٢٦).

جدول (٧)

التكرارات والنسب المئوية للمحور الرابع لإدارة الاعباء والضغوط الخارجية ن=٩٠

م	نعم		إلى حد ما		لا		كا ٢١
	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	
٥	٢٧	٣٠%	٥٢	٥٧،٧٧%	١١	١٢،٢٢%	٢٨،٤٦٧
٦	٢٥	٢٧،٧٧%	٥٣	٥٨،٨٨%	١٢	١٣،٣٣%	٢٩،٢٦٧
١١	٤٢	٤٦،٦٦%	٤٨	٥٣،٣٣%	-	-	٠،٤٠٠
٢٢	٤٢	٤٦،٦٦%	٤٨	٥٣،٣٣%	-	-	٠،٤٠٠

قيمة كا ٢١ الجدولية عند مستوى (٠،٠٥) = ٥،٩٩

يتضح من الجدول (٧) أن قيمة كا ٢١ المحسوبة تتراوح ما بين (٠،٤٠٠، ٢٩،٢٦٧) وان هناك فروق ذات دلالة احصائية في العبارات (٥، ٦) وبينما لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية في عبارة رقم (١١، ٢٢).

جدول (٨)

التكرارات والنسب المئوية للمحور الخامس موارد مادية وبشرية ن=٩٠

م	نعم		إلى حد ما		لا		كا ٢١
	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	
١	١٠	١١،١١%	٤١	٤٥،٥٥%	٣٩	٤٣،٣٣%	٢٠،٠٦٧
٢	٧	٧،٧٧%	٤٢	٤٦،٦٦%	٤١	٤٥،٥٥%	٢٦،٤٦٧
٣	٢٠	٢٢،٢٢%	٤٢	٤٦،٦٦%	٢٠	٢٢،٢٢%	٣٣،٢٠٠
٢٤	٧	٧،٧٧%	٦٥	٧٢،٢٢%	١٨	٢٠%	٦٣،٢٦٧

قيمة كا ٢١ الجدولية عند مستوى (٠،٠٥) = ٥،٩٩

يتضح من الجدول (٨) أن قيمة كا ٢١ المحسوبة تتراوح ما بين (٢٠،٠٦٧، ٦٣،٢٦٧) وان هناك فروق ذات دلالة احصائية في جميع عبارات المحور الخامس موارد مادية وبشرية.

١/٢/٤ مناقشة نتائج التساؤل الأول :

في ضوء نتائج البحث يمكن مناقشة تساؤل البحث والذي نص علي ما مستوي القدرة على مواجهة الضغوط المهنية لمدربي الألعاب الجماعية بدولة الكويت

وباستعراض نتائج جدول (٤) والخاص بالعامل الأول :ادارة الطموح المهني ،يتضح أن النسبة الترجيحية قد تراوحت ما بين (٠,٤٠٠ - ٣٢,٦٠٠) وجاءت العبارة (٣٧) والتي تنص علي :لدي هدف اسعي لتحقيقه ،في الترتيب الأول بنسبة مئوية قدرها ٩٠%

ويعزي ذلك الي انه في حالة عدم وجود هدف لدي المدرب الرياضي في حياته بشكل عام فانه لا يصلح لمهنة التدريب الرياضي ،حيث ان سعي المدرب الرياضي لتحقيق نجاحات هو دور حيوي ومهم في حياة أي مدرب فنحن نري اليوم مدريون رياضيين كثر لا يحققون أي من الأنجازات الرياضية لعدم وجود هدف يسعون لتحقيقه فقد يكون تعيين هذا المدرب جاء محاباه من قبل مجلس الإدارة

لذلك نري مدربين كثر لم نكن نسمع عنهم الا القليل ولكن بعزيمتهم واصرارهم وكذا وجود أهداف يسعون لتحقيقها حققوا نجاحات لم يكن يتخيلها أحد

وباستعراض نتائج الجدول (٥) والخاص بالعامل الثاني :ادارة الذات المهنية ،يتضح أن النسبة الترجيحية قد تراوحت ما بين (٠,٠٤٤ - ٥٥,٤٠٠) وجاءت العبارة (٣٥) والتي تنص علي :أومن بمقولة : الاستعداد والانتظام أساس نجاح العملية التدريبية في الترتيب الأولي بنسبة مئوية قدرها ٩٠%

ويعزي ذلك الي أن أي مدرب رياضي لابد أن يؤمن بأن الاستعداد والانتظام في التدريب الرياضي هو أساس النجاح لأي مدرب رياضي فالمدرّب غير المنتظم والذي لا يطبق عناصر الادارة بأكملها سواء تخطيط أو تنظيم أو متابعة أو رقابة أو تنسيق أو تقويم لن يكتب له النجاح فالاستعداد والانتظام في التدريب الرياضي أساس نجاحه

وباستعراض نتائج جدول (٦) والخاص بالعامل الثالث :ادارة العلاقات مع الاعبين يتضح أن النسبة الترجيحية قد تراوحت ما بين (٥,٢٦٩ - ٣٨,٤٦٧) وجاءت العبارة (١٣) والتي تنص علي :أتواصل اجتماعيا مع الاعبين في الترتيب الأولي بنسبة مئوية قدرها ٧٠%

ويعزي ذلك الي ان أي مدرب رياضي لابد أن يؤمن بأن الاستعداد والانتظام في التدريب الرياضي هو أساس النجاح لأي مدرب رياضي فالمدرّب غير المنتظم والذي لا يطبق عناصر الادارة بأكملها

سواء تخطيط أو تنظيم أو متابعة أو رقابة أو تنسيق أو تقويم لن يكتب له النجاح فالاستعداد والانتظام في التدريب الرياضي أساس نجاحه

وقد يرجع ذلك الي أن العلاقة بين المدرب واللاعب هي علاقة مهمة جدا وذلك لأهمية الدور الانساني والاجتماعي الذي يتحققمن خلال هذه العلاقة فالمدرب الذي تكون علاقته بلاعبية سيئه لا يحقق نجاحات غالبا وعلي العكس نجد أن المدرب الرياضي الذي يتواصل مع لاعبيه ويتحدث معهم ويسمعهم ويعرف مشكلاتهم ويكون اتصالهم قوي هو من يستطيع تحقيق بطولات وانجازات مستمرة كما أن اللاعب الكويتي عاطفي بطبعة ولذلك يحتاج الي أن يتواصل مع مدربه وكسب ثقته

وباستعراض نتائج الجدول (٧) والخاص بالعامل الرابع : ادارة الأعباء والضغوط الخارجية يتضح أن النسبة الترجيحية قد تراوحت ما بين (٠,٤٠٠ - ٢٩,٢٧٦) وجاءت العبارة (٥) والتي تنص علي :انقبل النقد البناء من وسائل الاعلام في الترتيب الاولي بنسبة مئوية قدرها ٨٠%

ويعزي ذلك الي ان تقبل عامل مهم جدا لدي جميع المدربين وخاصة اذا كان هذا النقد بناء فان المدرب الرياضي يبصر عيوبه وأخطائه ويحاول جاهدا أن يصلح من كل هذه الأخطاء والسلبيات وبالتالي فان النقد البناء مهم جدا في حياة الجميع وفي حياة المدرب الرياضي بشكل أكبر

وباستعراض نتائج جدول (٨) والخاص بالعامل الخامس : الموارد المادية والبشرية يتضح أن النسبة الترجيحية قد تراوحت ما بين(٢٠,٠٦٧ - ٦٣,٢٦٧) وجاءت العبارة (٢٤) والتي تنص علي توافر الاشتراطات الصحية في العملية التدريبية في الترتيب الأول بنسبة مئوية قدرها ١٠٠%

ويعزو الباحثان ذلك الي أن فلسفة المدرب الجيد هي تنمية اللاعب والحفاظ عليه وليست فلسفة الفوز باي طريقة لذا فان المدرب الرياضي لا بد ان يراعي الاشتراطات الصحية كاملا اثناء عمليه التدريب الرياضي وكذا المنافسات الرياضية باستعراض نتائج الجدول (٤) يتضح ان النسبة الترجيحية للعوامل والدرجة الكلية لقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية للمدرب الرياضي قد تراوحت ما بين ٧٠% الي ١٠٠% وبلغت الدرجة الكلية للضغوط المهنية لمدربي الالعب الجماعية نسبة ترجيحية ٧٠% الي ١٠٠% وجاء العامل الأول الادارة الطموح المهني في الترتيب الأول بنسبة مئوية قدرها ٩٠% الي ١٠٠% في حين بلغ العامل الخامس : الموارد المادية والبشرية اقل نسبة ترجيحية بلغت ٧٠% الي ٨٠%

وتتفق تلك النتيجة مع نتائج دراسته كلا من وهيب رمضان (٧) ، احمد محمد احمد سليمان (١) وهذا يتفق مع ما أشار اليه مفتي ابراهيم (٢٠٠١) (٦) بأن المدرب الرياضي هو المسئول الأول هو القائد والمعلم فهو رجل المهام الصعبة وهو مركز المعلومات والذي يعمل علي حل المشكلات ويحسن التقدير ويكون صاحب القرارات الصائبة

وقد ترجع هذه النتائج الي أن عامل الموارد الماديو والبشرية جاء اقل العوامل وذلك يرجع كونه مهما ولكن ليست اهميته في المقام الاول فنجح المدرب الرياضي اولا وان يكتب له اسم في عالم التدريب الرياضي وهو الأساس وبعد ذلك النجاح سيجني المال حتما

ومما سبق يجب علي مجالس الادارات بالاندية الرياضية الاهتمام بتهيئته المناخ النفسي الاجتماعي المناسب والداعم للنجاح داخل المؤسسة الرياضية والاندية الرياضية الذي يراعي في تقليل الضغوط المهنية بمساعدة المدرب الرياضي علي الانجاز والابتكار وزياده كفاءته سواء في العملية التدريبية او المنافسات الرياضية ومحاولة التخلص من كل ما يحيط به من ظروف قد تعوق سير العملية التدريبية حتي ينتهي له القيام بواجبات والمسؤوليات المكلف بها.

الاستنتاجات :

من استعراض نتائج الجداول (٤، ٥، ٦، ٧، ٨) استنتج الباحثان:

- أن النسبة الترجيحية للعوامل والدرجة الكلية لقياس القدرة على مواجهة الضغوط المهنية للمدرب الرياضي قد تراوحت ما بين ٧٠% الي ١٠٠%
- وبلغت الدرجة الكلية نسبة ترجيحية ٧٠% الي ١٠٠% وجاء العامل الأول الادارة الطموح المهني في الترتيب الأول بنسبة مئوية قدرها ٩٠% الي ١٠٠%
- في حين بلغ العامل الخامس : الموارد المادية والبشرية اقل نسبة ترجيحية بلغت ٧٠% الي ٨٠%

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث والاستنتاجات يوصى الباحثان بما يلي:

- التركيز علي تدريب المدربين علي مواجهة الضغوط والمواقف الضاغطة .
- تدريب المدربين علي الاتصال مع اللاعبين أثناء المباريات .
- وضع برامج تدريبية فعالة لتحسين من الخطط التدريبية للمدربين .

- ضرورة قيام الأخصائي النفسي الرياضي بتتمة وتطوير المهارات النفسية للمدربين مع الاهتمام بالتعرف علي نواحي القوة والضعف وملاحظة تطورها ومواصلة تقييمها
- التركيز علي أهمية المهارات النفسية كأحد عوامل النجاح وتحقيق أفضل النتائج الرياضية .
- الاستعانة بالأخصائي النفسي الرياضي والتنسيق بينة وبين المدرب لنجاح العملية التدريبية .
- اهتمت هذه الدراسة بمدربي الألعاب الجماعية ولذلك يوصي بإعادة تحليل البيانات علي عينة اخري من الألعاب الفردية باستخدام أساليب عمالية متعددة للتثبت من النتائج التي تم التوصل اليها .
- صقل المدربين بدورات تدريبية عالية المستوى لزيادة الكفاءة الشخصية للمدربين .

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية

- ١ احمد محمد احمد سليمان : اساليب مواجهة الضغوط المهنية وعلاقتها بمصدر الضغط لدي معلمي التربية الخاصة ،رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق ، ٢٠٠٨م
- 2 زينب على الجبر : الضغوط المهنية التي يواجهها مدير ومديرات مدارس تجربة الادارة المدرسية بدولة الكويت ، سلسلة الدراسات النفسية والتربوية ، جامعة السلطان قابوس ، ١٩٩٨م
- 3 لطفي راشد محمد ، : نحو إطار شامل لتفسير ضغوط العمل، وكيفية مواجهتها، " الإدارة العامة، ع٧٥٤، ١٩٩٢م.
- 4 ماجدة هاشم بخيت : الشخصية الإيجابية في مواجهة الحياة الضاغطة "، المؤتمر العلمي الثاني لشباب الباحثين ، كلية التربية ، جامعة أسيوط ٢٠٠٨م
- 5 محمد حسن محمد حمادات : " لسلوك التنظيمي والتحديات المستقبلية فى المؤسسات التربوية ، دار الحامد للنشر والتوزيع ، عمان ٢٠٠٨ .
- 6 مفتي ابراهيم حماد :التدريب الرياضي الحديث :تخطيط وتطبيق وقيادة (ط=٣) القاهرة ،دار الفكر العربي،٢٠٠١م
- 7 وهيب رمضان ياسين السيد : الذكاء الوجداني وعلاقته بإدارة الضغوط المهنية لمدربي بعض الألعاب الجماعية والفردية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنصورة

٢٠١٦م ،

ثانيا: المراجع الاجنبية

- 8 Beheshtifar , Malikeh& Modaber. Hamide : The investigation of Relation between Occupational Stress and Career Plateau. p 650,2013.
- 9 Bhagat, R .S & Allie, S .M : Coping with Stressful Life Events : An Empirical Analysis , Hand Book of Occupational stress , Taylor & Francis .Ltd, 1995
- 10 Kajina,T. & Barit, R. : Psychological characteristics of coaches of successful and less successful athletes in team and individual sports. Review of Psychology, 16(1), pp. 47-56, 2009.
- 11 Kim J. c : .The effects of work expenences and institutional suppor on Job satisfaction among NCAA Coaches Master of Science, Texas ARM Univerty,459,2004.
- 12 Myers , D.G : Exploring psychology .3 rd (ed),New York , Worth publishers., Inc, 1995.
- 13 Olusoga, P., Butt, J. Hays, K. & Maynard, I : Stress in Elite sports coaching : identifying Stressors. Journal of Applied sport Psychology, 21,pp442-459,2009.