

الضغوط الحياتية وعلاقتها بالجاراة والرضا عن مهنة التدريب لدى مدربي الأنشطة الرياضية بدولة الكويت

د. محمد صلاح الدين محمد

أستاذ مشارك-قسم التربية البدنية والرياضة-كلية التربية الأساسية-الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب- دولة الكويت

د. جمال محمد الغريب

أستاذ مشارك-قسم التربية البدنية والرياضة-كلية التربية الأساسية-الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب- دولة الكويت

المقدمة ومشكلة البحث

لقد أصبحت ضغوط الحياة والانفعالات من أخطر الظواهر المعقدة التي تعمل على تهديد حياة الإنسان المعاصر في تفاعله وتعامله مع البيئة المحيطة به وما يترتب عليها من آثار نفسية سلبية فالحياة العصرية تتميز بتعرض الإنسان لكثير من مواقف الفشل والإحباط في تحقيقه رغبته وإشباع حاجته فينفلج الإنسان ، لذلك يتأمل ما يطلب منه مما يؤدي إلى وقوعه تحت وطأة الضغوط النفسية وسيطرة الانفعالات على كل نشاط يقوم به.

ويذكر "عبد الحميد على" ، و"محمد صديق" (٢٠٠٢م) أن الضغوط الحياتية أصبحت ظاهرة ملموسة في كافة المجتمعات لكن بدرجات متفاوتة ، ويحدد هذا التفاوت عدة عوامل من أهمها طبيعة المجتمعات ودرجة تحضرها وما يفرض ذلك من شدة التفاعل والإعتماد المتبادل بين المؤسسات والأفراد وندرة الموارد وشدة الصراع للفوز بجانب من تلك الموارد والمزايا وكذلك تعاضم سرعة معدل التغيير في المجتمعات وما تفرضه على نمط الحياة فيها لدرجة أن سميننا هذا العصر بعصر الضغوط (٨ : ١٠٠) .

ويذكر " محمد علاوى" (٢٠٠٢م) " إلى أنه فى المجال الرياضى يمكن اعتبار مهنة التدريب الرياضى من المهن التى ترتبط بصورة واضحة بالعديد من الضغوط على مختلف أنواعها ، إذ يرتبط عمل المدرب الرياضى أو المدير الفنى بعوامل متعددة ، تتميز بالانفعالات الحادة كالقلق والتوتر والاستثارة والضغط ، والتى قد تسهم فى إنهاك قوى وطاقات وقدرات المدرب الرياضى أو المدير الفنى بصورة ، وتعمل على إضعاف ثقته فى نفسه ، وتنمية اتجاهات سلبية نحو ذاته ونحو الآخرين ، والاعتقاد بأنه غير كفاء فى عمله كمدرب رياضى أو كمدرب فنى ، كما قد يشعر بإصابته ببعض

الأعراض المرضية العضوية ، وينتابه الصراع النفسى الذى يجرمه الاستمتاع بحياته على الوجه الأكمل (١١ : ١٨٠) .

ويشير " عبد الستار إبراهيم " (١٩٩٨م) أن مفهوم الضغط هو فى أبسط معانيه يعنى أى تغيير داخلى أو خارجى من شأنه أن يؤدى إلى استجابة انفعالية حادة ومستمرة وبعبارة أخرى مثل الأحداث الخارجية بما فيها ظروف العمل أو التلوث البيئى أو السفر والصراعات الأسرية ضغوطها مثلها فى ذلك مثل الإحداث الداخلية أو المتغيرات العضوية كالإصابة بالمرض أو الأرق أو التغيرات الهرمونية الدورية (٩ : ١٠٩).

يذكر " محمد علاوى " (١٩٩٨) نقلاً عن " سيلى selye " أن الضغوط تعد من العوامل المؤثرة فى حدوث الإجهاد والانفعال الزائد لدى الفرد ومن ناحية أخرى فإن الضغوط موجودة لدى كل فرد بدرجة مختلفة كما أن التعرض المستمر للضغوط الحادة يؤثر بصورة سلبية على حياة الفرد ويؤدى إلى ظهور الأعراض المرضية البدنية والنفسية (١٢ : ١٣) . كما يشير كلا من " مصطفى باهى " ، " سمير جاد " (٢٠٠٦ م) إلى أن الضغط هو فرض حالة من التوتر على شخصية ما ، أو آثار التوتر عليه وكلاً من العوامل البدنية والنفسية قد تكون ضاغطة وفى حالة امتداد الضغط واستمراره يؤدى ذلك إلى سوء الحالة النفسية (١٣ : ٢٧٠)

ومن الملاحظ أن المدرب الرياضى يواجه الكثير من الضغوط والمتمثلة احراز المكسب باستمرار دون خسارة لارضاء ادارة النادي والاستمرار اطول فترة ممكنة فى تولي الفريق ويكون هذا هو الهدف الذي يريد ان يصل اليه المدرب بغض النظر عن ماهية الطرق التى يصل اليها لتحقيق هذا الهدف والذى هو نتاج قوى من الضغوط الحياتية التى تقع على عاتقنا جميعا وهذا الأمر إنما يؤثر على درجة مجارته لهذه الضغوط سواء كانت هذه المجارة سلبية أم إيجابية .

والمجارة تعتبر من أبرز أنواع السلوك داخل الجماعات فحين يتفاعل الأفراد تتولد الضغوط نحو التماثل ويميل كل عضو فى الجماعة إلى أن يسلك بطريقة تتماثل مع الكثرة فى الجماعة والمدربون أعضاء فى كثير من الجماعات مثل جماعة الأسرة - المجتمع - النادي - المهنة ، وغير ذلك لذا فإن الكثير منهم يتعرضون لضغوط أثناء تفاعلهم مع هذا المجتمع .

ويذكر " أمين الخولى " (١٩٩٦م) أن الفريق الرياضى يعتبر جماعة إجتماعية صغيرة لذا فإنه يسرى عليه ما يسرى على هذه الجماعة من تفاعلات وديناميات سواء بالسلب أو بالإيجاب ولذلك فإن الفريق الرياضى يؤثر فى سلوكيات المساييرة والمغايرة تأثيره فى باقى جوانب السلوك لأن الفريق الرياضى يتميز بخصائص مميزة سواء بالبنية

المعرفية أو الوظيفة التي تتمثل في المعتقدات أو الآراء والعادات والتقاليد التي يتعلمها الفرد بنفسه ومن الآخرين (١ : ٢٢٩).

حيث يشير " سيد عثمان " (٢٠٠٢م) أنه إذا كان سلوك المساييرة والمغايرة يشبع حاجات سوية فإنه قد يشبع حاجات مرضية عند الفرد وإذا نظرنا إلى بعض مستويات التطرف في المساييرة والمغايرة مثل المساييرة المفرطة (الإمعية) والمضادة وجدنا أنها قد تحقق إشباعاً مباشراً أو غير مباشر لبعض الحاجات غير السوية (٦ : ١٢٣) .

والرضا ما هو إلا متغير تابع لمتغير مستقل وهو الاداء الذي يقوم به الفرد . على أساس أن الأداء الجيد للفرد وما يعقبه من مكافآت يؤدي إلى زيادة قدرته على إشباع حاجاته وبالتالي زيادة درجة رضاه.

حيث يشير دابرين Dubrin (١٩٨٨) الى الرضا عن العمل بأنه القوة اللازمة للشخص للقيام بعمله على أعلى مستويات الأداء ويعني ذلك ان الرضا ليس مشابها للدافع ، إنما الرضا الوظيفي هو حالة داخلية للإنسان، وهو مقدار القناعة المصاحبة للعمل. والفرد الذي يكون لديه ذلك الرضا يكون لديه مشاعر وتصرفات ايجابية نحو العمل بما يسمح بتحقيق طموحاته. (١٧ : ٢٣)

كما يشير مفهوم الرضا عن العمل "job satisfaction" إلى درجة رضا العاملين عن وظائفهم وفقاً لتصوراتهم الخاصة ، وتحدث حالة الرضا هذه عندما يجد الفرد توافقاً تاماً بين توقعات الفرد من وظيفته وبين العائد الذي يمكن الحصول عليه من هذه الوظيفة (٢ : ٩٤).
ويعد الرضا درجة شعور الفرد ايجابياً أو سلبياً تجاه عمله ، فالرضا هو الموقف أو رد الفعل العاطفي عند الفرد تجاه المهام التي يقوم بها ، وتجاه الحالة الإجتماعية والمادية لمكان العمل" (٢٠ : ١١٨).

ومن خلال ما سبق وفي ضوء إطلاع الباحث على الدراسات السابقة ومن خلال عمل الباحث لاحظ أن تدريبي الانشطة الرياضية بدولة الكويت يشعرون بانواع متعددة من الضغوط الحياتية كالنقد ،الشعور بعدم الرضا ، التقدير من الآخرين ، وغيرها من الضغوط الحياتية ، ووجد الباحث أنه من الأهمية أن نقوم بدراسة الضغوط التي يتعرض لها تدريبي الانشطة الرياضية بدولة الكويت ودراسة علاقتها بكل من والمجازاة والرضا عن مهنة التدريب لدى تدريبي الانشطة الرياضية بدولة الكويت .

هدف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين الضغوط الحياتية وكل من المجاراه والرضا عن مهنة التدريب.

تساؤلات البحث :

- هل توجد علاقة بين الضغوط الحياتية وكل من المجاراه والرضا عن مهنة التدريب لدى مدربي الأنشطة الرياضية بدولة الكويت؟

مصطلحات البحث**الضغوط الحياتية " life stress " :**

يشير " مصطفى باهى " ، " ناهد فياض " (٢٠٠٢ م) أن الضغوط الحياتية هي تلك الظروف المرتبطة بالضبط (التحكم) والتوتر والشدة الناتجة عن النقد والشعور بالرضا والتأمل الذاتي والتقدير من الآخرين (١٤: ٧).

المجاراة (المسايرة - المواكبة) Conformity :

يشير " حسن على " (١٩٩٨م) أن المجاراة هي تغير سلوكي أو اتجاهي يحدث كنتيجة لضغط الجماعة الحقيقي أو المتخيل (٤: ١٦)

الدراسات السابقة

١- قام محمد إبراهيم (٢٠٠٥م) (١٠) بدراسة استهدفت التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى سباحي المسافات القصيرة ، وإستخدام المنهج الوصفي أسلوب المسح ، وبلغت العينة على (٢٥١) من (١٩) نادى ، وإستخدم أدوات مقياس الضغوط النفسية للسباحين ، ومقياس دافعية لإنجاز ، وطانت أهم النتائج أن مستوى الضغوط يرتبط إيجابياً بالقلق كحالة وسلبياً بدافعية الإنجاز .

٢- قام طارق ابو الليل (٢٠٠٣م) (٧) بدراسة استهدفت التعرف على الضغوط النفسية و علاقتها بالقلق ودافعية الانجاز لدى لاعبي كرة القدم بمحافظة المنيا و استخدم المنهج الوصفي و اشتملت العينة على (٢٣٩) لاعب من اندية القسم الاول و الثانى بمحافظة المنيا فى الموسم الرياضى (٢٠٠٣ _ ٢٠٠٤م) وتضمنت الأدوات مقياس الضغوط النفسية للرياضيين اعداد صبرى عمران مقياس القلق كحالة اعداد تشارلز سبيلر جر تعريب محمد علاوى ، ومقياس دافعية الانجاز اعداد غبراهيم زكى قشقوش وكان من أهم النتائج أن مستوى الضغوط ارتنط إيجابياً بالقلق كحالة ، وسلبياً بدافعية الإنجاز ، كما أن مستوى الضغوط عند لاعبي القسم لأول أعلى من لاعبي القسم الثانى .

٣- قام ، "مصطفى باهي"، ناهد فياض" (٢٠٠٢ م) (١٤) دراسة الضغوط الحياتية وعلاقتها بالمجازرة لدي مدربي رياضة الجمباز ، تشتمل الدراسة علي (٤٠) مدرب جمباز تم اختيارهم عشوائياً من محافظات القاهرة - الإسكندرية - الشرقية - المنيا) والعينة الاستطلاعية قوامها (٣٠) مدرباً من أنشطة أخرى . واستخدم الباحثان مقاييس الضغوط الحياتية . ومقياس المجازرة وأظهرت النتائج أن هناك فروقاً بين منخفضي ومرتفعي الضغوط الحياتية ، وكذا توجد فروق معنوية بين عوامل مقياس الضغوط الحياتية والمجازرة لكل مجموعة من المرتفعين والمنخفضين ، وقد يرجع ذلك إلي أن الضغوط بصفة عامة تتباين من فرد إلي آخر وكذا المجازرة لأنهما مرتبطان بالسلوك الشخصي للفرد .

٤- قام" هـ . ج روبرت استلين ،" سوزان جور "، "جنيفر جوردون " Robert , -Aseltine ، Susan, - Gore , Jennifer ,Gordon (٢٠٠٠م) (١٩) بدراسة ضغوط الحياة والغضب والقلق ووضوح الأحداث ، اختبار عملي لنظرية الإجهاد (التوتر) العام حيث أن نظرية الإجهاد (التوتر) العام تنحرف عن نظريات التوتر التقليدية عن طريق التركيز علي الدور الذي تلعبه الاستجابات العاطفية للأشخاص تجاه خبرات الحياة السليمة مما تعزز لسلوك المنحرف واشتملت الدراسة علي (٩٣٩) من الشباب في المدارس الثانوية في منطقة بوسطن وأسفرت علي أن الغضب والعدائية استجابة الأحداث الحياة السليمة يلعبان دوراً سببياً في تعزيز الأشكال العدائية للجنوح إلا أنهما ليسا مرتبطان بصورة ذات دلالة بالجنوح غير العدواني أو استخدام المارجونا ، وبالإضافة إلي ذلك لا تكون التأثيرات الشرطية التي تم التنبؤ بها عن طريق نظرية الإجهاد (التوتر) العام والتي يتفاوت من خلالها تأثير التوتر (الاجهاد) علي الجنوح وفقاً للموارد الشخصية والاجتماعية للشباب لا تكون متسقة .

٥- قام" بنجامين ،ديفيد" benjamin, david (١٩٩٧م) (١٦) بدراسة استهدفت التعرف علي مصادر الضغوط المرتبطة بالأداء أثناء المنافسات واستخدم المنهج الوصفي وبلغت العينة (٣١٧) لاعب من لأنشطة المختلفة وأيضاً مستويات رياضية متنوعة ، وكان من أهم النتائج أن مصادر الضغوط المرتبطة بالأداء أثناء المنافسة هي (ضغوط مرتبطة بأهمية الآخرين - ضغوط مرتبطة بالتقييم الإجتماعي - ضغوط مرتبطة بالقلق - ضغوط مرتبطة بأدراك الإستعداد - ضغوط مرتبطة بطبيعة المنافسة - ضغوط مرتبطة بمتطلبات البيئة - ضغوط مرتبطة بعدم تحقيق المستوى المطلوب للأدوار .

٦- قام " واينبرج وجولد " Weinberg & Gonld " (١٩٩٥ م) (٢١) بدراسة استهدفت التعرف علي أهم مصادر الضغوط النفسية التي تواجه رياضي المستوى العالي واشتملت عينة الدراسة علي (٣٠٠) لاعبات وأوضحت النتائج أن من مصادر الضغوط التي تواجه رياضي المستوى العالي (زيادة ضغوط التدريب والمنافسة - عدم الاستمتاع بالتدريب أو المناقشة - زيادة الشعور بالخوف الزائد - الاستجابة السلبية لضغوط التدريب - عدم وجود فترات راحة مناسبة تسمح للرياضي باستعادة الشفاء واستجماع القوة - توقع أهداف طموحة أكثر من قدرات الرياضي

إجراءات البحث :

منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفي " بالأسلوب المسحي "

مجتمع البحث :

يمثل مجتمع البحث مدربي ومدربات الانشطة الرياضية بدولة الكويت وتم تطبيق

المقياس في الفصل الدراسي الأول ٢٠١٣/٢٠١٤م

عينة البحث :

تم اختيار العينة بالطريقة العمدية من المدربين والمدربات للانشطة الرياضية بدولة

الكويت بلغ قوامهم (١٥٠) فرد بواقع (٩٠) مدرب ، (٦٠) مدربة . جدول (١)

جدول (١)

توصيف عينة البحث ن = ١٥٠

النشاط الرياضي الفئة	طائرة	سلة	يد	بولينج	جمباز	يد	سباحه	اجمالي
رجال	١٢	١٥	١٠	٨	١٣	١٧	١٥	٩٠
النسبة	%١٣,٥	%١٦,٥٠	%١١,٥	%٨,٨٠	%١٤,٥٠	%١٨,٧٠	%١٦,٥٠	%١٠٠
سيدات	٩	١٢	٧	٥	٨	٨	١١	٦٠
النسبة	%١٥	%٢٠	%١١,٦٦	%٨,٣٣	%١٣,٣٣	%١٣,٣٣	%١٨,٣٥	%١٠٠
المجموع	٢١	٢٧	١٧	١٣	٢١	٢٥	٢٦	١٥٠
النسبة	%١٤	%١٨	%١١,٣٣	%٨,٦٦	%١٤	%١٦,٦٦	%١٧,٣٥	%١٠٠

أدوات جمع البيانات :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي الادوات التالية:

أولاً : مقياس الضغوط الحياتية إعداد / مصطفى باهي ، ناهد خيري (٢٠٠٢م)
 ثانيا : مقياس المجارة إعداد / مصطفى باهي ، ناهد خيري (٢٠٠٢ م)
 ثالثاً : مقياس الرضا عن مهنة التدريب إعداد الباحث
 أولاً - مقياس الضغوط الحياتية : ملحق (١)
 (أ) وصف المقياس :

قام بتصميم المقياس كلا من " مصطفى باهي ، ناهد خيري " (٢٠٠٢ م) ويتكون هذا المقياس من (١٨) ثمانية عشر عبارة جميعها في اتجاه المقياس وكل عبارة تمثل موقفاً للضغوط الحياتية التي قد يتعرض لها الفرد بصفة عامة والأنشطة الرياضية بصفة خاصة وكل موقف من هذه المواقف تتدرج تحته أربعة استجابات تمثل بعض الضغوط التي قد يتعرض لها المدريون . وهذه الاستجابات : (دائماً - أحياناً - نادراً - مطلقاً) وتقدر لها درجات على الترتيب (٤-٣-٢-١) ويشتمل المقياس على (٦) ست عوامل هي (النقد - الشعور بالرضا - التأمل الذاتي - التقدير من الآخرين - الاجتماعية - مفهوم الذات) وقد استخدم أسلوب التحليل العاملي لاستخراج معاملات الارتباط وكذلك التشعبات حيث تراوحت تشعبات العبارات على المحاور ما بين (٠,٤٥ - ٠,٨٨) ، كما تم استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معامل ألفا - كرونباخ وقد بلغت قيمة معامل الثبات (٠,٧٥)
 ثانيا - مقياس المجارة : ملحق (٢)
 (أ) وصف المقياس :

قام بإعداده مصطفى حسين باهي ، ناهد خيري فياض ويتكون المقياس من (١٨) ثماني عشر عبارة تمثل مقياس المجارة كل عبارة في أربعة استجابات هي موافق بشدة (٤) موافق (٣) غير موافق (٢) غير موافق بشدة (١) ويشتمل هذا المقياس على (٦) ست عوامل هي : (الإنجاز - النظامية - الثقة بالنفس - المسؤولية - لوم الذات - العدوان) وقد تم استخدام صدق المفهوم أو التكوين بطريقة الاتساق الداخلي حيث تراوحت معاملات الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي للمقياس ما بين (٠,٧٢ - ٠,٨٤) ، كما تم إيجاد الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معامل ألفا - كرونباخ وبلغت قيمة معامل الثبات ٠,٨٨ ويعني ذلك أن المقياس علي درجة مقبولة من الثبات.

ثالثاً : مقياس الرضا عن مهنة التدريب إعداد الباحث : ملحق (٣)

قام الباحثان بإعداد مقياس الرضا عن مهنة التدريب والذي يتكون من (١٧) سبعة عشر عبارة في صورتها الأولية عبارة تمثل مقياس الرضا عن مهنة التدريب كل عبارة في أربعة استجابات هي موافق بشدة (٤) موافق (٣) غير موافق (٢) غير موافق بشدة (١) وتم عرض

الاختبار على مجموعة من السادة الخبراء لبيان مدى مناسبته لقياس مستوى الرضا عن مهنة التدريب لدى عينة البحث.

جدول (٢)

اتفاق السادة الخبراء حول عبارات مقياس الرضا عن مهنة التدريب ن = ١٠

م	تكرار	النسبة	م	تكرار	النسبة
١	١٠	%١٠٠	١٠	٨	%٨٠
٢	٩	%٩٠	١١	٨	%٨٠
٣	٩	%٩٠	١٢	٨	%٨٠
٤	١٠	%١٠٠	١٣	١٠	%١٠٠
٥	٨	%٨٠	١٤	١٠	%١٠٠
٦	٥	%٥٠	١٥	٦	%٦٠
٧	٩	%٩٠	١٦	٥	%٥٠
٨	١٠	%١٠٠	١٧	٨	%٨٠
٩	٩	%٩٠			

يتضح من جدول (٢) أنه انحصرت آراء السادة الخبراء من (٥٠% إلى ١٠٠%) عبارات استمارة قياس الرضا عن مهنة التدريب لدى المدربين عينة البحث بدولة الكويت وقد ارتضى الباحثان نسبة (٨٠%) لقبول العبارات قيد البحث وبذلك تم استبعاد العبارات أرقام (٦-١٥) وقبول باقي العبارات وبذلك يكون عدد العبارات في صورتها النهائية (١٤) عبارة.

المعاملات العلمية للمقاييس الثلاث في البحث الحالي :

قام الباحث بحساب المعاملات العلمية للمقياس وذلك على النحو التالي :

أ - الصدق :

للتحقق من صدق المقياس قام الباحث بحساب صدق (الفروق بين المجموعات) باستخدام المقارنة الطرفية وذلك بحساب دلالة الفروق بين الربيع الأدنى والربيع الأعلى وذلك على عينة قوامها (٥٠) مدرباً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث ، والجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٣)

دلالة الفروق بين الربيع الاعلى و الأدنى في إبعاد المقاييس قيد البحث (ن = ٥٠)

مستوى الدلالة	قيمة ت	الربيع الاعلى		الربيع الادنى		إبعاد المقاييس	المقياس
		ع	م	ع	م		
دال	١٣,٢١	٠,٦٧	٤,٥٠	١,٠٧	٩,٣٣	النقد	الضغوط الحياتية
دال	٤,٠٧	١,٣٠	٥,٩٢	١,٢٢	٧,١٢	الشعور بالرضا	
دال	٣,١٦	١,٩٢	٦,١١	١,٤٢	٧,٣٥	التأمل الذاتي	
دال	٢,٤٩	١,٨٨	٦,٤٥	١,٨٧	٧,٤٤	التقدير من الآخرين	
دال	٣,١٨	١,١١	٧,٠١	١,٢٥	٧,٦٠	الاجتماعية	
دال	٢,١٢	١,٩٥	٦,٧٤	٢,٠١	٧,٥٢	مفهوم الذات	
دال	٢,٨٧	١,٠١	٧,٠١	١,١	٨,٣٠	الإنجاز	المجارة
دال	٢,١٧	١,٨٧	٦,٥٩	١,٦٦	٨,٢٢	النظامية	
دال	٢,٦٣	١,٣٤	٧,١٢	١,٦٧	٨,٦٠	الثقة بالنفس	
دال	٢,٨٩	٢,٠٥	٦,١٨	١,٩٤	٨,٢٤	المسئولية	
دال	٢,٥٠	١,٩٥	٦,٢٥	٢,٠١	٨,٣٥	لوم الذات	
دال	٢,٤٨	٢,١١	٦,٢٧	١,٣٤	٨,١٢	العدوان	
دال	٢,٤١	٥,١٤	٤١,١٧	٦,٢٧	٤٦,٥٧	الرضا عن مهنة التدريب	

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٤٨) = ٢,٢١

يتضح من جدول (٣) ما يلي :

توجد فروق دالة إحصائية بين الربيع الاعلى والربيع الادنى في جميع ابعاد المقاييس قيد البحث (الضغوط الحياتية - المجارة - الرضا عن مهنة التدريب) ولصالح الربيع الأعلى م مما يدل على أن المقاييس الثلاث على درجة مقبولة من الصدق .

ب - الثبات :

للتأكد من ثبات المقاييس قيد البحث قام الباحث باستخدام طريقة التطبيق واعادة التطبيق على عينة قوامها (٥٠) مدرب ومدرية من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية للبحث والجدول (٤) يوضح ذلك :

جدول (٤)

قيم معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق ن=٥٠

مستوى الدلالة	قيمة ر	إعادة التطبيق		التطبيق		إبعاد المقياس	المقياس
		ع	م	ع	م		
دال	٠,٥٩	١,٩١	٦,٧٤	١,٢٠	٦,٢٢	النقد	الضغوط الحياتية
دال	٠,٦٧	١,٤٢	٦,٨٢	١,٥٣	٢,١٤	الشعور بالرضا	
دال	٠,٧٤	١,٩٠	٦,٦٠	١,٨٠	٦,٥٥	التأمل الذاتي	
دال	٠,٥٨	١,٨٤	٧,١٤	١,١٥	٦,٦٩	التقدير من الآخرين	
دال	٠,٦٢	١,٧٤	٧,١٠	٢,٠١	٦,٩٨	الاجتماعية	
دال	٠,٥٧	٧,٩٦	٧,٢٤	١,٣٤	٦,٨٧	مفهوم الذات	
دال	٠,٦٨	٢,٢٩	٨,٧٦	١,٩٨	٧,١٤	الإنجاز	المجارة
دال	٠,٨٧	٢,١٥	٧,٩٠	١,١٧	٦,٥٩	النظامية	
دال	٠,٥٨	٢,١٤	٨,٠٢	٢,١١	٧,٨٩	الثقة بالنفس	
دال	٠,٦١	١,٩٦	٨,٢٤	١,٣٥	٧,٨٦	المسئولية	
دال	٠,٨٢	١,٩٥	٨,٢٢	١,١٣	٧,٩٥	لوم الذات	
دال	٠,٧٤	١,٨٤	٧,١٥	١,٨٤	٦,٩١	العدوان	
دال	٠,٧٦	٧,٤٧	٤٥,٠٨	٦,٢٢	٤١,١٢	الرضا عن مهنة التدريب	

يتضح من جدول (٤) أن معاملات الارتباط بين التطبيق وإعادة التطبيق في جميع المقاييس الثلاث دالة احصائياً عند مستوي (٠,٠٥) مما يدل على ان المقاييس الثلاث تتمتع بدرجة ثبات عالية .

المعالجات الاحصائية :

استخدم الباحث المعالجات الاحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي
- الانحراف المعياري
- معاملات الارتباط البسيط
- اختبار ت T.test
- تحليل التباين
- اختبار اقل فرق معنوي L.S.D

عرض النتائج

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين ابعاد مقياس الضغوط الحياتية وابعاد مقياس المجاراة لدي عينة البحث

(ن = ١٥٠)

المجاراة الضغوط الحياتية	الإنجاز	النظامية	الثقة بالنفس	المسؤولية	لوم الذات	العدوان
النقد	٠,١٤	٠,٠٥	٠,٠٥	٠,١٤	٠,٠٥	٠,٠٢-
الشعور بالرضا	٠,٠٧-	٠,٠٠-	٠,٠٢	٠,١٣	٠,١٠	٠,٠١
التأمل الذاتي	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٠٨	٠,١٤	٠,٠٩	٠,٠٢-
التقدير من الآخرين	*٠,٢٠	٠,٠٧	٠,١٥	٠,٠٦	٠,١٣	٠,٠٥
الاجتماعية	٠,١١	٠,٠٠-	٠,٠٧	٠,١٣	٠,٠٦	٠,١٠-
مفهوم الذات	*٠,١٩	٠,٠٦	٠,١٥	٠,٠٣	٠,١٢	٠,٠٢

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,١٥٩

يتضح من الجدول (٥) أنه توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين بعد "التقدير من الآخرين" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين بعد "الإنجاز" كأحد ابعاد المجاراة ، كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين بعد "مفهوم الذات" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين بعد "الإنجاز" كأحد ابعاد المجاراة .

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الضغوط الحياتية ومقياس الرضا عن مهنة التدريب لدي عينة البحث

(ن = ١٥٠)

الضغوط الحياتية	النقد	الشعور بالرضا	التأمل الذاتي	التقدير من الآخرين	الاجتماعية	مفهوم الذات
الرضا عن مهنة التدريب	*٠,١٨-	٠,٠٤-	٠,٠٣	٠,٠٧	٠,٠٩-	٠,٠٩

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) = ٠,١٥٩

يتضح من الجدول (٦) توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً بين بعد "النقد" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين مقياس الرضا عن مهنة التدريب .

جدول (٧)

دلالة الفروق الإحصائية في أبعاد مقياس الضغوط الحياتية وفقا لمتغير النوع ن=١٥٠

قيمة ر	المدرين (ن=٩٠)		المدربات (ن=٦٠)		أبعاد المقياس	المقياس
	ع	م	ع	م		
١,٠٥	١,٩٨٨	٧,٠٢	١,٥٨٧	٦,٧٠	النقد	الضغوط الحياتية
٠,٩٥٩	١,٥٣٩	٧,١١	١,٥١٢	٦,٨٦	الشعور بالرضا	
٠,٣٤٥	١,٨١٣	٦,٦٤٤	١,٨٦٥	٦,٧٥٠	التأمل الذاتي	
*٢,٠٥٥	١,٨١٠	٦,٨١١	١,٨٢٦	٧,٤٣٣	التقدير من الآخرين	
٠,٤٩٤	١,٨٥١	٧,١٤٤	١,٤٠٣	٧,٢٨٣	الاجتماعية	
١,٩٠٦	١,٨٠٠	٦,٨٦٦	١,٨٣٠	٧,٤٥٠	مفهوم الذات	

* قيمة ت الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ١,٩٦٠

يتضح من جدول (٧) أن قيمة ت دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠٥) في بعد (التقدير من الآخرين) في مقياس الضغوط الحياتية في اتجاه عينة المدربات ، بينما لا توجد فروق دالة احصائيا في باقي الابعاد.

جدول (٨)

تحليل التباين في ابعاد مقياس الضغوط الحياتية وفقا لمتغير الخبرة ن=١٥٠

المحاور	المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
النقد	بين المجموعات	1.604	2	.802	.234	غير دال
	داخل المجموعات	502.690	147	3.420		
	المجموع	504.293	149			
الشعور بالرضا	بين المجموعات	.350	2	.175	.074	غير دال
	داخل المجموعات	347.623	147	2.365		
	المجموع	347.973	149			
التأمل الذاتي	بين المجموعات	.987	2	.493	.146	غير دال
	داخل المجموعات	497.287	147	3.383		
	المجموع	498.273	149			
التقدير من الآخرين	بين المجموعات	12.488	2	6.244	1.873	غير دال
	داخل المجموعات	489.972	147	3.333		
	المجموع	502.460	149			
الاجتماعية	بين المجموعات	2.537	2	1.269	.445	غير دال
	داخل المجموعات	419.463	147	2.853		
	المجموع	422.000	149			
مفهوم الذات	بين المجموعات	18.042	2	9.021	2.687	غير دال
	داخل المجموعات	493.458	147	3.357		
	المجموع	511.500	149			

قيمة ف الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٣,٠٧

يتضح من جدول (٨) أن قيمة ف الجدولية غير دالة عند مستوي (٠,٠٥) في جميع

ابعاد مقياس الضغوط الحياتية وفقا لمتغير الخبرة .

جدول (٩) تحليل التباين في ابعاد مقياس الضغوط الحياتية وفقا لمتغير السن ن=١٥٠

المحاور	المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
النقد	بين المجموعات	9.058	2	4.529	1.344	غير دال
	داخل المجموعات	495.235	147	3.369		
	المجموع	504.293	149			
الشعور بالرضا	بين المجموعات	2.583	2	1.292	.550	غير دال
	داخل المجموعات	345.390	147	2.350		
	المجموع	347.973	149			
التأمل الذاتي	بين المجموعات	.648	2	.324	.096	غير دال
	داخل المجموعات	497.625	147	3.385		
	المجموع	498.273	149			
التقدير من الآخرين	بين المجموعات	1.400	2	.700	.205	غير دال
	داخل المجموعات	501.060	147	3.409		
	المجموع	502.460	149			
الاجتماعية	بين المجموعات	5.790	2	2.895	1.022	غير دال
	داخل المجموعات	416.210	147	2.831		
	المجموع	422.000	149			
مفهوم الذات	بين المجموعات	.165	2	0.008250	.024	غير دال
	داخل المجموعات	511.335	147	3.478		
	المجموع	511.500	149			

قيمة ف الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٣,٠٧

يتضح من جدول (٩) أن قيمة ف الجدولية غير دالة عند مستوي (٠,٠٥) في جميع ابعاد مقياس الضغوط الحياتية وفقا لمتغير السن .

جدول (١٠) دلالة الفروق الإحصائية في أبعاد مقياس المجازة وفقا لمتغير النوع ن=١٥٠

قيمة ر	المقاييس				أبعاد المقاييس	المقاييس
	المدرين (ن=٩٠)		المدريات (ن=٦٠)			
	ع	م	ع	م		
٠,٥٩٦	٢,٢٥٥	٨,٣٥٥	٢,٢١٣	٨,١٣	الإنتاج	المجازة
١,٦٤٥	١,٩٦٩	٧,٧٤٤	٢,١٥٨	٧,١٨٣	النظامية	
٠,٩٠٩	١,٨٠٠	٧,٦٤٤	٢,٠٥٧	٧,٩٣٣	الثقة بالنفس	
٠,٠٦٥	١,٩٩٠	٧,٦٤٤	١,٨٤٧	٧,٦٦٦	المسئولية	
٠,٢٦٩	١,٩٨٢	٨,٠٢٢	١,٩٩٠	٧,٩٣٣	لوم الذات	
٠,٥٥٦	١,٩٥٤	٨,٠٠٠	١,٥٣١	٧,٨٣٣	العدوان	

قيمة ت الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ١,٩٦٠

يتضح من جدول (١٠) أن قيمة ت غير دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠٥) في جميع ابعاد مقياس المجازة بين عينة المدربين والمدربات .

جدول (١١)

تحليل التباين في ابعاد مقياس المجازة وفقا لمتغير الخبرة ن=١٥٠

المحاور	المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
الإنجاز	بين المجموعات	40.701	2	20.350	4.258	دال
	داخل المجموعات	702.632	147	4.780		
	المجموع	743.333	149			
النظامية	بين المجموعات	25.310	2	12.655	3.069	دال
	داخل المجموعات	606.130	147	4.123		
	المجموع	631.440	149			
الثقة بالنفس	بين المجموعات	26.270	2	13.135	3.749	دال
	داخل المجموعات	515.090	147	3.504		
	المجموع	541.360	149			
المسئولية	بين المجموعات	19.044	2	9.522	2.291	غير دال
	داخل المجموعات	610.930	147	4.156		
	المجموع	629.973	149			
لوم الذات	بين المجموعات	32.230	2	16.115	4.294	دال
	داخل المجموعات	551.743	147	3.753		
	المجموع	583.973	149			
العدوان	بين المجموعات	4.082	2	2.041	.631	غير دال
	داخل المجموعات	475.251	147	3.233		
	المجموع	479.333	149			

قيمة ف الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٣,٠٧

يتضح من جدول (١١) أن قيمة ف الجدولية دالة عند مستوي (٠,٠٥) في ابعاد (الانجاز - النظامية - الثقة بالنفس - لوم الذات) بينما غير دالة في بعدي (المسئولية - العدوان) وسوف يستخدم الباحث اختبار اقل فرق معنوي L.S.D للتعرف على هذه الفروق وفقا لمتغير الخبرة .

جدول (١٢)

دلالة الفروق في بعد الانجاز وفقا لمتغير الخبرة باستخدام اقل فرق معنوي $n = 100$

المجموعات	المتوسط الحسابي	١٥-٤ سنة	٢٨-١٦ سنة	٢٩ سنة فاكثر
١٥-٤ سنة	٧,٧١٤		*١,١٠٥	٠,٩١٩
٢٨-١٦ سنة	٨,٨٢٠			٠,١٨٦
٢٩ فاكثر	٨,٦٣٣			

يتضح من جدول (١٢) انه توجد فروق دالة احصائيا في عدد سنوات الخبرة (من ١٥-٤ سنة) ، (٢٨-١٦ سنة) في اتجاه سنوات الخبرة من (١٦-٢٨ سنة) بالنسبة لبعدها الانجاز

جدول (١٣)

دلالة الفروق في بعد النظامية وفقا لمتغير الخبرة باستخدام اقل فرق معنوي $n = 100$

المجموعات	المتوسط الحسابي	١٥-٤ سنة	٢٨-١٦ سنة	٢٩ سنة فاكثر
١٥-٤ سنة	٧,١٢٨		*٠,٩٣١	٠,٤٠٤
٢٨-١٦ سنة	٨,٠٦٠			٠,٥٢٦
٢٩ فاكثر	٧,٥٣٣			

يتضح من جدول (١٣) انه توجد فروق دالة احصائيا في عدد سنوات الخبرة (من ١٥-٤ سنة) ، (٢٨-١٦ سنة) في اتجاه سنوات الخبرة من (١٦-٢٨ سنة) بالنسبة لبعدها النظامية

جدول (١٤)

دلالة الفروق في بعد الثقة بالنفس وفقا لمتغير الخبرة باستخدام اقل فرق معنوي $n = 100$

المجموعات	المتوسط الحسابي	١٥-٤ سنة	٢٨-١٦ سنة	٢٩ سنة فاكثر
١٥-٤ سنة	٧,٣٢٨		*٠,٦٩١	*١,٠٠٤
٢٨-١٦ سنة	٨,٠٢٠			٠,٣١٣
٢٩ فاكثر	٨,٣٣٣			

يتضح من جدول (١٤) انه توجد فروق دالة احصائيا في عدد سنوات الخبرة (من ١٥-٤ سنة) ، (٢٨-١٦ سنة) في اتجاه سنوات الخبرة من (١٦-٢٨ سنة) بالنسبة لبعدها الثقة بالنفس ، كما توجد فروق دالة احصائيا في عدد سنوات الخبرة (من ١٥-٤ سنة) ، (٢٩ فاكثر) في اتجاه سنوات الخبرة من (٢٩ فاكثر)

جدول (١٥)

دلالة الفروق في بعد لوم الذات وفقا لمتغير الخبرة باستخدام أقل فرق معنوي ن=١٥٠

المجموعات	المتوسط الحسابي	١٥-٤ سنة	٢٨-١٦ سنة	٢٩ سنة فاكثر
١٥-٤ سنة	٧,٥٢٨		٠,٦٧١	*١,١٧١
٢٨-١٦ سنة	٨,٢٠٠			٠,٥٠٠
٢٩ فاكثر	٨,٧٠٠			

يتضح من جدول (١٥) انه توجد فروق دالة احصائيا في عدد سنوات الخبرة (من ٤-١٥ سنة) ، (٢٩ فاكثر) في اتجاه سنوات الخبرة من (٢٩ فاكثر) وفقا لمتغير الخبرة .

جدول (١٦)

تحليل التباين في ابعاد مقياس المجازاة وفقا لمتغير السن ن=١٥٠

المحاور	المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة " ف "	الدلالة
الإنجاز	بين المجموعات	25.418	2	12.709	2.602	غير دال
	داخل المجموعات	717.915	147	4.884		
	المجموع	743.333	149			
النظامية	بين المجموعات	17.150	2	8.575	2.052	غير دال
	داخل المجموعات	614.290	147	4.179		
	المجموع	631.440	149			
الثقة بالنفس	بين المجموعات	4.770	2	2.385	.653	غير دال
	داخل المجموعات	536.590	147	3.650		
	المجموع	541.360	149			
المسؤولية	بين المجموعات	27.463	2	13.732	3.350	دال
	داخل المجموعات	602.510	147	4.099		
	المجموع	629.973	149			
لوم الذات	بين المجموعات	3.688	2	1.844	.467	غير دال
	داخل المجموعات	580.285	147	3.948		
	المجموع	583.973	149			
العدوان	بين المجموعات	19.043	2	9.522	3.041	غير دال
	داخل المجموعات	460.290	147	3.131		
	المجموع	479.333	149			

قيمة ف الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٣,٠٧

يتضح من جدول (١٦) أن قيمة ف الجدولية دالة عند مستوي (٠,٠٥) في بعد (المسئولية) بينما لا توجد فروق في باقي الابعاد وسوف يستخدم الباحث اختبار اقل فرق معنوي L.S.D للتعرف على هذه الفروق وفقا لمتغير السن .

جدول (١٧)

دلالة الفروق في بعد المسئولية وفقا لمتغير السن باستخدام اقل فرق معنوي ن=١٥٠

المجموعات	المتوسط الحسابي	٣٧-١٩	٥٦-٣٨	٥٧ فاكثر
٣٧-١٩	٧,٤٣٠		٠,٤٢٠	*١,٦٧٠
٥٦-٣٨	٧,٨٥٠			١,٢٥٠
٥٧ فاكثر	٩,١٠٠			

يتضح من جدول (١٧) انه توجد فروق دالة احصائيا في متغير السن (من ٣٧-١٩ سنة) ، (٥٧ فاكثر) في اتجاه السن من (٥٧ فاكثر) وفقا لمتغير السن .

جدول (١٨)

دلالة الفروق الإحصائية في مقياس الرضا عن مهنة التدريب وفقا لمتغير النوع ن=١٥٠

قيمة ر	المدربات (ن=٦٠)		المدرين (ن=٩٠)		المقياس
	ع	م	ع	م	
الرضا عن مهنة التدريب	٤٦,٦٨	٧,١٣٦	٤٣,٤٣٣	٧,٢٢	*٢,٧١١

قيمة ت الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ١,٩٦٠

يتضح من جدول (١٨) أن قيمة ت دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠٥) في مقياس الرضا عن مهنة التدريب بين عينة المدرين والمدربات في اتجاه عينة المدربات .

جدول (١٩)

تحليل التباين في مقياس الرضا عن مهنة التدريب وفقا لمتغير الخبرة ن=١٥٠

المقياس	المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
الرضا عن مهنة التدريب	بين المجموعات	102.004	2	51.002	.945	غير دال
	داخل المجموعات	7935.330	147	53.982		
	المجموع	8037.333	149			

قيمة ف الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٣,٠٧

يتضح من جدول (١٩) أن قيمة ف الجدولية غير دالة عند مستوي (٠,٠٥) في مقياس الرضا عن مهنة التدريب وفقا لمتغير الخبرة .

جدول (٢٠)

تحليل التباين في مقياس الرضا عن مهنة التدريب وفقا لمتغير السن ن=١٥٠

المقياس	المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
الرضا عن مهنة التدريب	بين المجموعات	151.24	2	75.624	1.410	غير دال
	داخل المجموعات	7886.0	147	53.647		
	المجموع	8037.3	149			

قيمة ف الجدولية عند مستوي (٠,٠٥) = ٣,٠٧

يتضح من جدول (٢٠) أن قيمة ف الجدولية غير دالة عند مستوي (٠,٠٥) في مقياس الرضا عن مهنة التدريب وفقا لمتغير السن .

مناقشة النتائج

يتضح من نتائج جدول (٥) توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين بعد "التقدير من الآخرين" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين بعد "الانجاز" كأحد أبعاد المجارة ، كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين بعد "مفهوم الذات" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين بعد "الانجاز" كأحد أبعاد المجارة .

ويعزو الباحث تلك النتيجة إلى أن المدربين والمدربات يعتبرون ان الضغوط الحياتية ما هي إلا مواقف متعددة يحاولون الابتعاد عن مواجهتها والأفضل لهم مجاراتها حيث يشعرون عندها بالارتياح لمواجهتهم هذه الضغوط عن طريق المجارة فضلا عن تخلصهم من العديد من الانفعالات وكذلك حالات القلق والتوتر التي تلازمهم نتيجة العمل الذي يقومون به .

حيث يرى " محمد علاوى " (٢٠٠٢ م) إلى أنه فى المجال الرياضى يمكن اعتبار مهنة التدريب الرياضى من المهن التى ترتبط بصورة واضحة بالعديد من الضغوط على مختلف أنواعها ، إذ يرتبط عمل المدرب الرياضى أو المدير الفنى بعوامل متعددة ، تتميز بالانفعالات الحادة كالقلق والتوتر والاستثارة والضغط ، والتى قد تسهم فى إنهاك قوى وطاقات وقدرات المدرب الرياضى أو المدير الفنى بصورة ، وتعمل على إضعاف ثقته فى نفسه ، وتنمية اتجاهات سلبية نحو ذاته ونحو الآخرين ، والاعتقاد بأنه غير كفاء فى عمله كمدرب رياضى أو كمدير فنى ، كما قد يشعر بإصابته ببعض الأعراض المرضية العضوية ، وينتابه الصراع النفسى الذى يحرمه الاستمتاع بحياته على الوجه الأكمل (١١ : ١٨٠) .

والمجازاة تعتبر من أبرز أنواع السلوك داخل الجماعات فحين يتفاعل الأفراد تتولد الضغوط نحو التماثل ويميل كل عضو في الجماعة إلى أن يسلك بطريقة تتماثل مع الكثرة في الجماعة والمدريون والمدربات أعضاء في كثير من الجماعات مثل جماعة الأسرة - المجتمع - النادي - المهنة ، وغير ذلك لذا فإن الكثير منهم يتعرضون لضغوط أثناء تفاعلهم مع هذا المجتمع .

كما يتضح من نتائج جدول (٦) انه توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً بين بعد "النقد" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين مقياس الرضا عن مهنة التدريب ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن المدربين والمدربات الذين يواجهون النقد الدائم يؤدي ذلك الى شعورهم بعدم الرضا والذي يرجعه الباحث ايضا الى قلة الخبرة العملية لديهم في مجال التدريب .

ويرى " حمدي الفرماوى " (١٩٩٠ م) أن الضغوط هي حالة من عدم التوازن الذي ينتج من عدم التكافؤ بين متطلبات المهنة ومقدرة الإنسان على القيام بها ، وتؤدي إلى الشعور بعدم إمكانية إشباع حاجاته (٥ : ٤٢٧) .

كما يتضح من جدول (٧) أن قيمة ت دالة احصائيا عند مستوي (٠,٠٥) في بعد (التقدير من الاخرين) في مقياس الضغوط الحياتية في اتجاه عينة المدربات ، بينما لا توجد فروق دالة احصائيا في باقي الابعاد.

ويعزو الباحث ذلك الى عينة المدربات تشعر بعدم تقديرها من الاخرين لذلك فهن دائما ما يحاولن تقديم افضل ما لديهن والظهور بشكل جيد حتي يلقون التقدير من الاخرين كما يلقاه المدربين في الانشطة المختلفة .

وتشير "هدى الخاجة" (٢٠٠٣م) أن الدافع للانجاز هدف ذاتي ينشط ويوجه السلوك وأنه من المكونات الهامة للنجاح في العمل لذا يصبح قوة مسيطرة في حياة العاملين نظراً لأن قبول الرؤساء أو القادة في العمل للمرووسين يعتمد أساساً على استمرارهم في تحقيق مستوى مرتفع من الإنجاز ويتميز الأفراد ذوى دوافع الإنجاز العالى بميلهم إلى بذل محاولات جادة للحصول على قدر كبير من النجاح والتقدير في كثير من المواقف المختلفة على عكس أصحاب الإنخفاض في الإنجاز (١٥ : ٩٥) .

كما يتضح من جدول (٨)،(٩) أن قيمة ف الجدولية غير دالة عند مستوي (٠,٠٥) في جميع ابعاد مقياس الضغوط الحياتية وفقاً لمتغير الخبرة والسن وهذا يؤكد على ان الضغوط الحياتية لا تختلف بعامل الخبرة او عامل السن فالضغوط موجودة بصفة دائمة .

حيث يشير كل من " مصطفى باهى "،"سمير جاد"(٢٠٠٦ م) إلى أن الضغط هو فرض حالة من التوتر على شخصية ما ، أو آثار التوتر عليه وكلاً من العوامل البدنية والنفسية قد تكون ضاغطة وفي حالة امتداد الضغط واستمراره يؤدي ذلك إلى سوء الحالة النفسية (١٣ : ٢٧٠)

كما يتضح من جدول (١٠) أن قيمة ت غير دالة احصائياً عند مستوي (٠,٠٥) في جميع ابعاد مقياس المجازاة بين عينة المدربين والمدربات وهذا يؤكد على ان عملية المجازاة تتم دون اختلاف بين المدربين والمدربات ونتيجة للظروف المحيطة بالمواقف التي يقابلها كل منهم . حيث يذكر " حامد زهران " (٢٠٠٠م) أنه من المعروف أن الفرد وهو يعيش متفاعلاً في جماعته يؤثر فيها ويتأثر بها تعلمه الجماعة وتحدد له معايير سلوكية وتحدد له الحدود التي يجب أن يكون سلوكه في إطارها وبمعنى آخر فإن الجماعة تحدد صوراً مقننة أو قواعد مقررة وموازن محددة للسلوك (٣ : ١٤٢) .

كما يتضح من جدول (١١) أن قيمة ف الجدولية دالة عند مستوي (٠,٠٥) في ابعاد (الانجاز - النظامية - الثقة بالنفس - لوم الذات) بينما غير دالة في بعدي (المسؤولية - العدوان) وفقاً لمتغير الخبرة وبالنظر الى جدول (١٠) والخاص بدلالة الفروق في بعد الانجاز وفقاً لمتغير الخبرة باستخدام اقل فرق معنوي انه توجد فروق دالة احصائياً في عدد سنوات الخبرة بين من (٤-١٥ سنة) ، (١٦-٢٨ سنة) في اتجاه سنوات الخبرة من (١٦-٢٨ سنة) كما يتضح من جدول (١١) انه توجد فروق دالة احصائياً في عدد سنوات الخبرة بين من (٤-١٥ سنة) ، (١٦-٢٨ سنة) في اتجاه سنوات الخبرة من (١٦-٢٨ سنة) بالنسبة لبعدي النظامية ، كما يتضح من جدول (١٢) انه توجد فروق دالة احصائياً في عدد سنوات الخبرة (من ٤-١٥ سنة) ، (١٦-٢٨ سنة) في اتجاه سنوات الخبرة من (١٦-٢٨ سنة) بالنسبة لبعدي الثقة بالنفس ، كما توجد فروق دالة احصائياً في عدد سنوات الخبرة (من ٤-١٥ سنة) ، (٢٩ فاكثراً) في اتجاه سنوات الخبرة من (٢٩ فاكثراً)

ويستنتج الباحث من هذه النتائج انه كلما زادت سنوات الخبرة كلما زادت القدرة على المجازاة في العديد من المواقف المختلفة حيث يشير " أمين الخولي " (١٩٩٦م) أن الفريق الرياضي يعتبر جماعة إجتماعية صغيرة لذا فإنه يسرى عليه ما يسرى على هذه الجماعة من تفاعلات وديناميات سواء بالسلب أو بالإيجاب ولذلك فإن الفريق الرياضي يؤثر في سلوكيات المساييرة والمغايرة تأثيره في باقي جوانب السلوك لأن الفريق الرياضي يتميز بخصائص مميزة سواء بالبنية المعرفية أو الوظيفة أو الثقافة التي تتمثل في المعتقدات أو الآراء والعادات والتقاليد التي يتعلمها الفرد بنفسه أو من الآخرين (١ : ٢٢٩).

ويتضح من جدول (١٦) أن قيمة ف الجدولية دالة عند مستوي (٠,٠٥) في بعد (المسؤولية) بينما لا توجد فروق في باقي الابعاد وفقاً لمتغير السن وبالنظر لجدول (١٧) والخاص بدلالة الفروق في بعد المسؤولية وفقاً لمتغير السن باستخدام اقل فرق معنوي انه توجد فروق دالة احصائياً في متغير السن (من ١٩-٣٧ سنة) ، (٥٧ فاكثراً) في اتجاه السن من (٥٧ فاكثراً) ويرى الباحث ان المسؤولية تعنى تقبل الفرد قيادة الآخرين وانه في مجال التدريب

كلما زاد سن المدرب او المدرب كلما زادت لديه القدرة على قيادة الاخرين وتحمل مسؤوليته وهذا بدوره يؤدي الى زيادة الضغوط .

كما يتضح من جدول (١٨) أن قيمة ت دالة احصائياً عند مستوي (٠,٠٥) في مقياس الرضا عن مهنة التدريب بين عينة المدربين والمدربات فى اتجاه عينة المدربات ويرى الباحث ان الضغوط الواقعة على المدربات ليست بالدرجة الواقعة على المدربين لذلك فاقبل تقدير للمدربات يشعرون بالرضا على العكس من المدربين الذين يرغبون فى تحقيق العديد من الانجازات والوصول الى افضل النتائج لذلك فهم يتعرضون للعديد من الضغوط والوصول الى درجة عدم الرضا فى كثير من الاحيان .

يتضح من جدول (١٩)،(٢٠) أن قيمة ف الجدولية غير دالة عند مستوي (٠,٠٥) فى مقياس الرضا عن مهنة التدريب وفقاً لمتغير الخبرة ومتغير السن ويرى الباحث ان عاملي الخبرة والسن لا يشكلون فرقا فى الرضا عن مهنة التدريب حيث يحاول كل من وعدم المدرب او المدربة الوصول الى افضل النتائج مع فرقهم مما يؤدي الى الكثير من الضغوط وبالتالي عدم الرضا فى اوقات والرضا فى اوقات اخرى .

الاستنتاجات والتوصيات :

- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين بعد "التقدير من الآخرين" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين بعد "الانجاز" كأحد أبعاد المجازاة ، كما توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً بين بعد "مفهوم الذات" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين بعد "الانجاز" كأحد أبعاد المجازاة .
- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً بين بعد "النقد" كأحد أبعاد الضغوط الحياتية وبين مقياس الرضا عن مهنة التدريب.
- عملية المجازاة تتم دون اختلاف بين المدربين والمدربات ونتيجة للظروف المحيطة بالمواقف التي يقابلها كل منهم .
- يجب الاهتمام بتوفير العديد من البرامج الخاصة بالعاملين بمجال التدريب والتي من شأنها الحد من الضغوط الواقعة عليهم .
- لا بد من العمل على ترسيخ مبدأ المكسب والخسارة فى الرياضة لدى ادارات الاندية بصفة عامة والعاملين بمجال التدريب بصفة خاصة والحد من الضغوط الواقعة على المدربين والمدربات وخاصة فى حالة الخسارة والذي يتبعه عدم الرضا عن مهنة التدريب .

قائمة المراجع

١. أمين أنور الخولى : الرياضة والمجتمع ، الكويت ، عالم المعرفة ، ١٩٩٦ م .
٢. أمين فؤاد الضرغامى ، علي محمد حلوة : "دراسات في السلوك الإنساني في التنظيم " ، القاهرة ، مكتبة عين شمس ، ١٩٩٨ م .
٣. حامد عبد السلام زهران : علم النفس الإجتماعى ، القاهرة . ط ٦ ، عالم الكتب ، ٢٠٠٠ م .
٤. حسن على حسن : سيكولوجية المجازاة ، الضغوط الإجتماعية ، وتغيير القيم ، القاهرة ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع ، ١٩٩٤ م .
٥. حمدى على الفرماوى : مستوى ضغط العلم وعلاقته ببعض المتغيرات ، أبحاث المؤتمر الثالث للطفل المصرى ، تنشئته ورعايته ، مركز دراسات الطفولة ، جامعة عين شمس ١٩٩٠ م .
٦. سيد احمد عثمان : علم النفس الإجتماعى التربوى ، القاهرة ، و مكتبة الأنجلو المصرية ٢٠٠٢ م .
٧. طارق سعد أبو الليل : الضغوط النفسية وعلاقتها بالقلق ودافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم بمحافظة المنيا ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، ٢٠٠٣ م .
٨. عبد الحميد محمد على ، محمد السيد صديق : أحداث الحياة الضاغطة ومستويات الإدراك والإستجابة الشخصية نحوها لدى عينة من طلاب الجامعة ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، المجلد ١٢ العدد ٣٧ ، أكتوبر ٢٠٠٢ م .
٩. عبد الستار إبراهيم : الاكتئاب اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه ، الكويت ، عالم المعرفة ، العدد ٢٣٩ ، ١٩٩٨ م .
١٠. محمد ابراهيم محمد : الضغوط النفسية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى سباحى المسافات القصيرة ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة طنطا ، ٢٠٠٥ م .
١١. محمد حسن علاوى : سيكولوجية المدرب الرياضى ، القاهرة ، دار الفكر العربى ، ٢٠٠٢ م .
١٢. محمد حسن علاوى : علم النفس الرياضى ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٨ م .
١٣. مصطفى حسين باهى ، سمير عبد القادر جاد : سيكولوجية الأداء الرياضى ، نظريات - تحليلات - تطبيقات ، مكتبة الانجلو المصرية ، ٢٠٠٦ م .

١٤. مصطفى حسين باهى ، ناهد خيرى فياض :الضغوط الحياتية وعلاقتها بالمجازاة لدى مدرس رياض الحجاز ،مجلة علوم الرياضة ،دورية -علمية - محكمة ،كلية التربية الرياضية ،جامعة المنيا ،المجلد الرابع عشر ٢٠٠٢ م .
١٥. هدى حسن الخاجة :السلوك القيادى للرؤساء وعلاقته بدافعية الإنجاز لدى العاملين بالمجال الرياضى بمملكة البحرين ، مجلة علوم اثلرياضة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة المنيا ، المجلد ١٥ ، ٢٠٠٣ م .
16. Benjamin james, devid ;self presentation sours of competitive stress, 1997.
17. Dubrin, A J .: Human relation-a job oriented approach. New Jersey. Prentic Hall, inc , 1988.
18. during performance, journal of sport exercise psychology ,vol 19,17-35 1997 .
19. Robert ,-Aseltine ,Susan,- Gore , Jennifer ,Gordon : ,Life Stress ,Anger And Anxitey ,And Delinquency An Empirical Test of General Strain Theory , Journal – of Health And Human Behavior , vol ,41 sep , 2000 .
20. Schermerhorn ,Rm., : Management ,7th Edition, John Wiley, New York, (2002).
- 21- Weinberg, r.s. and gould , p .: foundations of sport psychology ., human kinetics ,il, 1995 .