مصادر الضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك دراسة تحليلية

د. مازن رزق حتاملة
كلية التربية – قسم العلوم الرياضية
جامعة اليرموك
إربـد – الأردن

مصادر اضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك دراسة تحليلية

د.مـــازن رزق حتاملـة
كلية التربية الرياضية – قسم العلوم الرياضية
جامعة اليرموك

الملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن أسباب ومصادر الضغط لدى طلبه كليه التربية الرياضية في جامعه اليرموك إن وجدت؛ وذلك لرفع مستويات الأداء الرياضي والتعليمي لطلبه كلية التربية الرياضية عن طريق تقليص أسباب ومصادر الضغط التي عادة ما تعمل عكس ذلك.

تكونت عينه الدراسة من جميع طلبة كلية التربية الرياضية المسجلين في الفصل الدراسي الصيفي ٩٧ /١٩٩٨، والبالغ عددهم (٨٧) طالباً وطالبة (ذكور= ٤١، إناث = ٤٦)، وقد صمم الباحث استبانة خاصة لتحقيق أهداف الدراسة، وجرى التحقق من صدقها وثباتها.

شملت الاستبانة البيانات الشخصية (الجنس، العمر، مستوى الدراسة الجامعية، نوع الطلبة) ومصادر الضغط مكونة من (١٨) عبارة موزعة على ستة محاور هي: (عبء النشاط الرياضي، طبيعة النشاط الرياضي، الطرق التنظيمية لعملية التعليم، تقييم الأداء الرياضي، تعارض دور الأداء، والمستقبل الوظيفي). لغرض تحليل إجابات أفراد المجتمع البحثي تم استخدام الأدوات الإحصائية (النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، معاملات الارتباط واختبارات (ت) و(ف).

أظهرت نتائج التحليل وجود بعض مصادر الضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية وبمستويات ملموسة، وأظهرت النتائج صحة فرضيه البحث جزئياً حيث تبين وجود بعض الفروق الظاهرة في مستويات مصادر الضغط تعُزى لنوع الطلبة والجنس، في حين لم تثبت التحليلات صحة الفرضية الخاصة بوجود فروق في مستويات مصادر الضغط تعُزى لمستويات الدراسة الجامعية، أو إلى الفروق في الفئات العمرية للطلبة .

بناءً على ما تقدم يوصي الباحث بإجراء مزيد من الدراسات حول العلاقة ما بين الضغوط والأداء ، وعقد الدورات التدريبية من قبل مختصي علم النفس الرياضي لطلبة التربية الرياضية؛ لتوضيح الضغوط التي قد يواجهونها خلال مراحل الدراسة، وتعليمهم كيفية التعامل مع الضغوط، والسيطرة عليها في حالة حدوثها بالطريقة الصحيحة، والإيجابية .

* تاريخ تسلم البحث ٢٠٠٢/٣/١٣م
* تاريخ قبوله للنشر ٢٠٠٢/٦/٤م

Sources of Stress among Faculty of Physical Education Students at Yarmouk University: An Analytical Field Study

Dr. Mazin Reziq Hattamlah
University of Yarmouk

Abstract

The purpose of this study was to disclose the cause and sources of stress that might happen to the physical education student. And also to enhance the level of sport performance and the educational ability of the students by decreasing and controlling the causes and sources of stress that might cause negative affects on student.

Subjects include all (87) physical education students (M=41, F=46), who were enrolled in the summer semester at Yarmouk University. For data collection, the researcher developed a questionnaire.

The questionnaire consisted of two parts. The Personal Information included (gender, age, yearly level of study and type of students) and Source of Stress consisted of (18) items divided into six subscales (load of sport activity, nature of sport activity, method of teaching, evaluating sport performance, conflict of performance role, and future job prospects).

To analyze the students' response to the questionnaire "percentages, analysis of variance, means and standard deviation, T-test and correlation's" were used. The results showed some sources of stress among students according to gender and type of students; on the other hand the results showed no significant differences between students' level of stress source according to students age or yearly level of study in the university.

Finally, the researcher recommends that more studies are needed to discover that relationship between stress and performance. Also seminars are suggested by sport psychologists to help students to be aware of the cause and sources of stress and teach physical education students how to deal with it, and how to control it in a healthy manner, when it happens.

المجلد 3 العدد 4 ديسمبر 2002

مصادر اضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك دراسة تحليلية

د.مـــازن رزق حتاملـة
كلية التربية الرياضية – قسم العلوم الرياضية
جامعة اليرموك

مشكلة وأهمية البحث:

إن إحدى اهتمامات المجتمعات المعاصرة هي التعرف على الضغوط، وكيف تؤثر في حياة الناس. فالضغوط تؤثر فينا خلال حياتنا اليومية والعملية. والضغط (Stress) مصطلح استخدم ليعبر عن ظواهر مختلفة وواسعة تحدث في مواقف الحياة المختلفة، وترتبط بالمظاهر السلبية في الحياة، والتي يجب تفاديها، أو السيطرة عليها، وعادة فإنه يصبح مرتبطاً بالتوتر، والرهبة، والقلق إذا حدث في حالة الشعور، وقد تعددت وتباينت التفسيرات الواردة في مفهوم الضغط (Stress) كغيره من المفاهيم الأخرى في العلوم الإنسانية، وكل من هذه التفسيرات له ما يبرره من وجهة نظر المختصين.

حيث وجد الباحث أن تعريف لاييش (Lyach ,1996) «للضغط» قد جمع صفتي الشمولية، والدقة المطلوبة؛ إذ أشار التعريف المذكور إلى أن "الضغط" يمثل تجربة ذاتية تحدث لدى الفرد المعني اختلالاً نفسياً، كالإحباط، والتوتر، والقلق، وقد يحدث الضغط اختلالاً فسيكولوجيا، كارتفاع ضغط الدم، وزيادة سرعة نبضات القلب.. ويحصل ذلك الضغط بتأثير عوامل مصادرها البيئة الخارجية المادية، أو الاجتماعية التي تحيط بالفرد المعني.

كما عرفت سلي (Seley,1964) الضغط إجرائياً عن طريق تحديد مراحله، فأشارت إلى أن هناك ثلاث مراحل متميزة لرد الفعل في حالة الضغط، حيث إن هذه المراحل ذاتها تمثل جوهر ظاهرة الضغط وأركانها، أما هذه المراحل الثلاث فهي: مرحلة الإنذار (Stage of Alarm Reaction)، ومرحلة المقاومة (Stage of Restistance)، ومرحلة الإنهاك (Stage of Exhaustion) أما مونرو (Monroe,1993) فقد عرف الضغط إجرائياً أيضاً مشيراً إلى أنه يتجسد بعناصر رئيسة ثلاث هي: الإثارة، والاستجابة، والتفاعل، وقد تعددت

مسببات الضغط، وتفرعت تصنيفاتها، فقد صنفها كل من (Szilagy & Wallace,1987) في ثلاثة أصناف، أو مجاميع رئيسة:

الأسباب التنظيمية: ويندرج ضمنها ما يلي من الأسباب الفرعية:

- زيادة، أو نقص عبء العمل Role (Overload/ Underload)
- المحفزات (Incentives) غيابها، أو ضعفها.
- تقييم الأداء (Performance Evaluations) ومدى موضوعيته.
- طبيعة العمل. ■ أساليب التنظيم. ■ غموض الدور.
- تعارض الدور. ■ المستقبل الوظيفي.

الأسباب الوظيفية: ويندرج ضمنها ما يلي من الأسباب الفرعية:

- بيئة العمل المادية. ■ احتياجات السلامة المهنية.
- المسئولية عن الغير. ■ محدوديات الوقت.
- محدوديات المشاركة في صنع القرار. ■ ضعف التغذية الراجعة.

الأسباب الشخصية: ويندرج تحتها الأسباب التالية:

- المشكلات الأُسرية. ■ المشكلات الاقتصادية.
- عوامل الضغط الوسيطة. ■ النمط السلوكي الشخصي.

أما الباحثان بريف، وراندل (Brief & Randall,1984) فقد أشارا إلى أن مصادر«الضغط» تندرج عادة في مجموعتين رئيستين: المجموعة الأولى تشير إلى أن مصادر الضغط تنبع من السمات والإجراءات التنظيمية للمنظمة التي يعمل ضمنها الفرد المعني (Organizational Characteristics and Processes) حيث يندرج تحت ذلك ما يلي من مصادر فرعية:

- السياسات التنظيمية (Organizational Policies)
- الهيكل التنظيمي (Organizational Structure)
- الإجراءات التنظيمية (Organizational Processes)

أما المجموعة الثانية من مصادر الضغط فتنبع من سمات الأدوار الموكلة إلى الفرد المعني في مجموعته، ومتطلبات العمل الموكل إليه (Job Demands and Role Characteristics) حيث يندرج ما يلي تحت ذلك من مصادر فرعية:

- الظروف المحيطة بالعمل، أو الأداء (Working Conditions)
- ظروف السلامة الصحية (Health and Safety Conditions)
- علاقات الفرد الشخصية مع الآخرين (Inter-personal Relationships)
- مستلزمات العمل للفرد المعني (Job Demands)
- سمات الدور الموكل إلى الفرد المعني (Role Characteristics)

هذا فيما يخص مسببات الضغط، وتصنيفاتها، أما فيما يخص الآثار التي يوقعها الضغط على الفرد فقد أكد (Parker & Decotis,1984; Greenberg & Sheldon, 1982; Ackson,1983 ;Anderson,1970) أنه يمكن إجمالها بعواقب سلوكية، وصحية، وتنظيمية سلبية، فالسلوك المنفر، والتوتر العصبي، والاكتئاب، والقلق، والنزعة العدوانية، واللامبالاة، والملل، والإرهاق تُعَدُّ انعكاسات سلبية سلوكية لظاهرة الضغط، وأمراض القلب، وارتفاع ضغط الدم، وزيادة سرعة نبضات القلب، والصداع المزمن، وجفاف الفم تُعَدُّ أمثلة على الانعكاسات السلبية الصحية لحالات الضغط، وترك العمل، والغياب، والتخريب، والعدوانية، واللامبالاة، وبطئ الأداء، وتزايد أخطاء العمل تُعَدُّ انعكاسات سلبية تنظيمية لحالات الضغط.

وفي ضوء ما تقدم فإن جانباً مهماً من مشكلة البحث تكمن في غياب الاختبارات الميدانية والمحلية (بالتحديد في المجال الأردني) لمفهوم الضغط في المجال الرياضي، مما أعطى الباحث مبرراً للقيام بهذه الدراسة لمعرفة ما قد يحدث مع طلبة كلية التربية الرياضية نتيجة النظام، أو الأدوار الموكلة، ومتطلبات العمل، وإتقان المهارات المطلوبة الذي قد يفوق طاقتهم مما يؤدي إلى ظهور حالات مختلفة من الضغط بين الطلبة.

ويرى الباحث أن مفهوم الضغط في المجال الرياضي مرتبط بالعديد من العوامل التي تتميز بالضغوطات النفسية والانفعالات، والتي قد تؤدي إلى إنهاك قوى وطاقات الرياضي، مما تحد من تقديمه للأداء المثالي، وقدرته على مواجهة المتطلبات التي تضعه في حالة تردد وشك، مما تفقده الثقة في القيام بالأداء المطلوب.

ويلاحظ أن أداء وسلوك الرياضي قد يتأثر إلى حدّ كبير بمستوى الضغط الذي يواجهه الرياضي، وارتأى الباحث تقسيمها إلى ثلاث مستويات حسب أهميتها بالنسبة للرياضي:

- **مستوى ضغط منخفض**: تظهر مدى رؤية الرياضي للأمور الخارجية بأدائه واستعداده

لمواجهة تلك الضغوط المتوقع حدوثها.

- **مستوى ضغط متوسط**: عندما يصبح الرياضي أقل قدرة على التحكم في الضغوطات التي يواجهها، مما قد تحد من إدراكه واستجاباته للمواقف التي يواجهها، أو التي تجعله أكثر فاعلية.
- **مستوى ضغط عال**: عندما يصبح الرياضي غير قادر على التعامل مع الضغوطات التي يواجهها، وتفقده القدرة على التركيز، والانتباه نتيجة المثيرات، مما قد تحد من إدراكه واستجاباته للأمور الموكلة إليه مما قد تؤثر سلباً في صحته ونفسيته.

وهكذا تظهر أهمية بحث هذا الموضوع في التعرف على أسباب ومصادر الضغط لدى طلبة كلية التربية الرياضية إن وجدت، لمعرفة ما يمكن أن يترتب على ظاهرة الضغط من آثار وانعكاسات قد تؤثر في الأداء الرياضي، سواء كان خلال مراحل التدريب، أو التعليم، أو تطبيق المهارات المطلوبة على مختلف المستويات.

أهداف البحث:

يهدف البحث إجمالاً إلى:

- تحليل أسباب ومصادر الضغط لجميع أفراد مجتمع البحث.
- تحليل أسباب ومصادر الضغط على مستوى طلبة التأهيل.
- تحليل أسباب ومصادر الضغط على مستوى طلبة النظامي.

أما الأهداف تحليلياً وإجرائياً فتتضمن ما يلي:

- المقارنة بين الطلبة والطالبات في مصادر الضغوط.
- المقارنة بين الفئات العمرية للطلاب في مصادر الضغوط.
- المقارنة بين كل من طلبة التأهيل، والطلبة النظاميين في مصادر الضغوط.
- المقارنة بين الطلاب تبعاً للمستويات الدراسية في مصادر الضغوط.
- تحديد العلاقة بين مصادر الضغط لدى العينة ككل، ولكل من طلبة التأهيل، والطلبة النظاميين.

فروض البحث:

تم صياغة فروض البحث في صيغ تساؤلات على النحو التالي:

- ما أسباب ومصادر الضغط لجميع أفراد مجتمع البحث؟

- هل هناك فروق بين أسباب ومصادر الضغط وفقاً للجنس (أنثى، ذكر)، والفئات العمرية، ومستوى الدراسة الجامعية، ونوع الطلبة (تأهيلي معلمين)، و (نظاميين طلبة كلية التربية الرياضية؟
- هل توجد علاقة بين مصادر الضغط لإجمالي عينة البحث؟

مصطلحات البحث وتعريفاتها الإجرائية:

الضغط : هو ظاهره سيكولوجية معقده في الاستجابة غير المحدودة، والناتجة عن عدم الاتزان ما بين قدرة الرياضي في إدراك وأداء المتطلبات، وكيفية التعامل مع هذه المتطلبات التي قد تؤثر سلباً في صحة ونفسية الرياضي وأدائه.

طلبة التأهيل (معلمين): مدرسي التربية الرياضية، في مدراس المملكة الأردنية الهاشمية من حملة الدبلوم في التربية الرياضية تم قبولهم في الجامعة؛ لغرض الحصول على شهادة البكالوريوس في التربية الرياضية، بالتنسيق مع وزارة التربية والتعليم لرفع مستوى تحصيلهم العلمي في التربية الرياضية من الناحية العلمية والوظيفية (مادية) .

الطلبة النظاميون: هم الطلبة الذين تم قبولهم في الجامعة بعد حصولهم على الشهادة الثانوية، والمعّدل الذي يؤهلهم لدخول كليه التربية الرياضية بطريق التنافس، أو عن طريق التفوق الرياضي والمكرمة.

الإطار النظري، والدراسات السابقة:

أحد أبرز الموضوعات التي جعلت أغلب الباحثين يتحفظون في إعطاء تعريف محدد للضغط هو الغموض الشديد الذي يكتنف هذا المصطلح، وارتباطه بمرادفات عديدة كالقلق، والإحباط والشعور بالصراع، وفقدان الإحساس، واللامبالاة، ونلاحظ أننا لو سألنا مجموعة من العاملين عن حالات التوتر التي عاشوها في منظماتهم، وطلبنا منهم وصفها، سنجد في إجاباتهم كلمات كالضيق، والكآبة، والانفعال، والقلق، والخوف، وهذه مفردات وثيقة الصلة بعضها ببعض، وترتبط مع الضغط بشكل، أو بآخر (Organ,1979).

يقول إدغر: (Edger,1970) إن افتقار الفرد للاندماج الوجداني مع منظمته التي يعمل فيها، والذي يُعَدُّ الحجر الأساس في تطوير أداء الفرد، والمنظمة معاً مصدر من مصادر الضغوط التي يواجهها الفرد في عمله.

وذكر بارون (Baron,1986) أن التعامل مع التوتر التنظيمي قد يكون محصلة لحالتين مختلفتين: الأولى تشير إلى الظروف البيئية المحيطة بالفرد وتسبب له الضيق، والتوتر، والحالة الثانية ردود الفعل النفسية المتمثلة في الشعور الحزين الذي ينتاب الفرد داخلياً.

وأكد دوبرن (Durbrin,1978) أن التوتر التنظيمي قد يظهر نتيجة ردود الأفعال التي يبديها الفرد في المنظمة نتيجة تعرضه لمثيرات، أو عوامل بيئية، أو ذاتية لا يكون قادراً على التكيف معها بقدراته الفعلية. ومن بين هذه العوامل مدى ضمان العمل، متطلبات العمل، صراع الدور، وضوح الدور، العبء الوظيفي، ضغط الوقت، والمشاركة في اتخاذ القرارات. حيث وضح (Greenwood,1979) أن الإدارة الجديدة هي القادرة على التأثير في هذه العوامل بأسلوب يمكنها من الاستفادة من ظاهرة التوتر وليس العكس، لا سيما أن التوتر شيء أساس للحياة، لا يمكن تجنبه مطلقا، سواء بالنسبة للفرد، أو بالنسبة للمنظمة، حيث إن هناك علاقة وثيقة بين توتر الاثنين معاً.

وطلبة التربية الرياضية قد يواجهون حالات من التوتر نتيجة لتكرار أداء التمرينات المهارية المطلوبة لساعات طويلة يوميا، أو نتيجة لتكرار العمل المراد إنجازه، أو نتيجة لضغط الوقت لإنجاز العمل المطلوب في وقت محدد، أو التغيرات الكثيرة في عبء التدريب، وحجم النشاط المطلوب.

وأظهر همفري (Humphries,1987) من خلال دراسته أن التوتر والشعور بالضغوطات تختلف باختلاف الناس، وأنه من المهم التعرف والتفهم لمصادر الضغط والتوتر عند المدربين بشكل خاص. وأظهرت النتائج أن المدربين يعانون من التوتر بالدرجة الأولى نتيجة الضغوطات التي يواجهونها، وأيضاً نتيجة الشد، والقلق، والخلاف، والإحباط بالدرجة الثانية. وأظهرت الدراسات أيضاً أن العمل لمدة طويلة، وعدم السيطرة على الحالات تعد أيضاً من مصادر الضغط والتوتر التي يواجهها المدربون والتي قد تؤثر سلبا في أداء الرياضيين.

أشار كل من كروس ومارقولس (Kroes & Margolis,1974) إلى أنه توجد علاقة بين عبء العمل (بشقيه الكمي والنوعي) وتوتر الفرد، حيث وجدا أن زيادة كمية العمل التي يتوجب على الفرد إنجازها خلال مدّة محدودة وبأسلوب يتجاوز قدراته الذاتية، تجعله متذمراً كارها لنفسه، ومقللاً من دوافعه نحو الإنجاز، والتغيب عن العمل.

ويرى الباحث أن نتائج هذه الدراسات لا تعني مطلقا تملك الأفراد مستوى واحدا للإثارة إزاء عبء العمل بشقيه الكمي والنوعي. فنحن نستطيع أن نجد أن العديد من طلبة التربية الرياضية يستجيبون لعبء العمل وظروفه القاسية بمستويات عالية من التكيف، فيعملون ساعات طويلة خلال اليوم بصرف النظر عن الظروف الجوية، أو حمل التدريب وأنهم يستطيعون تكييف أنفسهم لمثل تلك الظروف التي تواجههم.

وأشارت بعض الدراسات التي أجريت حول العلاقات بين ضغوط العمل والأداء إلى نتائج مختلفة. وتؤكد إحدى الدراسات أن العلاقة سلبية بين الضغوط والأداء، ويرى البعض أنها علاقة إيجابية وآخرون يعتقدون بأنه ليس هناك أي علاقة والبعض الآخر يرى أن هناك علاقة منحنية بين ضغوط العمل والأداء (Friend,1982).

يرى فرند (Friend,1982) أن العلاقة السلبية بين الضغوط والأداء مؤداها أن الضغوط تفرض على الفرد أن يكون متجهاً بحواسه، وطاقته النفسية، والعقلية إلى مصادر الضغوط، وإلى التكيف معها، مما يجعل من الصعب عليه أن يؤدي عمله بانتباه عال، كما أن الضغوط تخلق نوعاً من المضايقة والإحباط مما يؤثر سلباً في الحالة المزاجية والدافعية للعمل، وعليه ينخفض مستوى الأداء.

ويرى بعض الباحثين أن الضغوط تمثل نوعاً من التحدي للسلوك الإنساني وتعدّ مشكلات العمل، وصعوباته، وتوتراته بمثابة تحديات للفرد تبني أنماطاً بناءة من السلوك، وتؤدي إلى أداء أفضل، ويفترض هذا الاتجاه أنه في حالة وجود ضغوط منخفضة لا يواجه الفرد، أي تحديات تحثه على العمل، وأنه بارتفاع حجم الضغوط يزداد التحدي الذي يواجهه الفرد ويرتفع أداؤه بالتبعية. ويرى الباحث أنه يمكن قبول هذا الاتجاه جزئياً، فهو أقرب إلى الصحة عند المستويات الدنيا من الضغوط، حيث إن انعدام الضغوط يجعل الأمر غير مثير، وغير محفز لجهود الفرد في الأداء. وإنه بظهور وارتفاع حجم الضغوط يبدأ الفرد بالشعور بنوع من الإثارة والتحدي للأداء الأفضل، إلا أنه من الصعب قبول مثل هذا الاتجاه عند المستويات العليا من الضغوط، حيث يحتمل أن ينقلب التحدي إلى نوع من قهر المهارات، وإحباط الهمم والقدرات.

وقام هدلسون وجيل (Huddleston & Gill, 1981) بدراسة على (١٩) لاعبة ألعاب

قوى؛ لمعرفة مدى تأثير مصادر الضغط والتوتر في أداء مستوى المهارات المختلفة. وأظهرت النتائج أن تأثير مستوى المهارات التي تؤديها اللاعبات لم تتأثر بعوامل التوتر والضغط التي واجهتها اللاعبات خلال الأداء.

ويرى الباحث أنه باختلاف نوع الأداء ربما تختلف العلاقة بين ضغوط العمل والأداء، ويمكن القول أن العمل الواحد به عدة أنواع من الأداء، وإنه باختلاف الأعمال تختلف طبيعة الأداء.

وقامت الشاهد (١٩٨٥) بدراسة على (٦٤) طالبة؛ لمقارنة التوافق النفسي بين الطالبات المتفوقات والطالبات غير المتفوقات في الأداء العملي لمادة السباحة، وأيضاً التعرف على المشكلات التي تعاني منها الطالبات بشكل عام. وكانت أهم الاستنتاجات أن من أهم المشكلات التي تعمل على سوء التوافق الانفعالي للطالبات المتفوقات في السباحة الشعور بالضيق والقلق في احتمال حدوث بعض الكوارث، أما بالنسبة للطالبات الغير متفوقات فالشعور بالخوف عند التفكير في القفز من مكان مرتفع، وأيضاً الشعور بالضيق، والضغط في معظم مراحل عملية الأداء للسباحة.

وأجرى فنز (Fenz, 1975) دراسة حول رد الفعل البدني للمظليين ذوي الخبرة، والمظليين المبتدئين، حيث أظهرت النتائج أن المظليين المبتدئين أظهروا توتراً وانفعالاً وشعوراً بالضيق حتى لحظة القفز، بينما المظليون ذوو الخبرة أظهروا ارتفاعاً انفعالياً لمدة قليلة وقبل الإقدام على القفز تلاشت.

وقام كل من باهي، وإبراهيم (١٩٩٥) بدراسة للتعرف على الضغوط التي يتعرض لها مدربو رياضة المبارزة، حيث أظهرت نتائج الدراسة أن العبء الوظيفي، وصعوبات إدارة الوقت عُدّت من أكثر الضغوطات النفسية التي يواجهها المدربون وأن المظاهر الفسيولوجية والسلوكية كانت أقل قدر من الضغوط، في حين أظهرت النتائج أيضا أن الضيق بالمهنة، والمظاهر الانفعالية يمثلان قدراً متوسطاً من الضغوط.

وأجرى علي (١٩٩٨) دراسة مقارنة لأسباب الضغوط المهنية بين المدرب الوطني، والمدرب الأجنبي بالمملكة العربية السعودية. حيث تكونت عينه الدراسة من مدربي الأندية الكبيرة في مدينه الرياض، والدمام شملت مدربي الأنشطة الرياضية، أظهرت النتائج وجود أسباب وعوامل تمثل الضغوط التي تقع على المدرب سواء كان من المدربين الوطنيين، أو من

المدربين الأجانب، حيث أوصت الدراسة بتحديد المسئوليات والاختصاصات في مجال التدريب، وأيضاً تحديد العلاقة بين اللاعب والمدرب؛ لتخفيف حدة الضغوط التي يمكن أن تواجه المدرب.

وقام إبراهيم (١٩٨٧) بدراسة استهدفت التعرف على الضغوط التي يعاني منها مدرسو التربية الرياضية بمحافظه الغربية، فقد أظهرت نتائج الدراسة أن الضغوط الاجتماعية، والضغوط الإدارية والضغوط المهنية كانت أكثر أنواع الضغوطات التي واجهها المدرسون، وأن مدرسي التربية الرياضية بالمدينة يواجهون ضغوطاً أكثر من المدرسين الذين يعملون في القرية، ولوحظ أيضاً أن مدرسي المرحلة الثانوية يواجهون ضغوطاً أكثر من مدرسي المرحلة الإعدادية .

ووجد ماهوني وآفنر (Mahoney & Avener, 1977) من خلال دراستهما الاستطلاعية على اللاعبين ذوي المستويات العالية أن التناقض في مستوى المهارات، وخبرة اللاعبين لهما تأثير في اختلاف رد الفعل لأنواع الضغط والتوتر التي قد يواجهها اللاعبون في ميادين التدريب والمنافسات.

ويعتقد الباحث أن طلبة التربية الرياضية قد ينظرون إلى مصادر الضغط نظرة مختلفة، فقد يعتمد الاختلاف في شخصية الطالب، وعمره، وخبرته الميدانية والتعليمية، ونظرته المستقبلية. فقد ينظر أحدهم إلى هذه المصادر على أنها تحدي لقدراته وإمكاناته وكفاءته في الأداء والعمل. بينما ينظر إليها البعض الآخر على أنها تهديد لعمله وقدراته، مما يؤدي إلى حالة من الخوف والاضطراب والقلق. وبناء على هذا الاختلاف في إدراك مصادر الضغط سوف يختلف بالتالي رد فعل كل من الطلبة في كيفية معالجة الضغط، ويظهر هذا الاختلاف بوضوح في المظهر السلوكي والحالة النفسية لكل منهم.

وهكذا يظهر من عرض الدراسات السابقة غياب البيئة الأردنية، والى درجة ما البيئة العربية عن مجال اهتمام الباحثين في مجال الضغوط في التربية الرياضية، مما يعطي مبرراً قوياً للقيام بهذه الدراسة.

إجراءات البحث:

المنهج المستخدم: تم استخدام المنهج المسحي لمناسبته طبيعه هذه الدراسة.

مجتمع البحث وعينته:

تم اختيار كلية التربية الرياضية في جامعة اليرموك من بين كليات التربية الرياضية في جامعات المملكة الأردنية الهاشمية الرسمية، كما تم اختيار جميع الطلبة المسجلين في الفصل الدراسي الصيفي ١٩٩٨/٩٧ كمجتمع لإجراء الدراسة، حيث تم أخذ جميع أفراد المجتمع كعينة لإجراء الدراسة، والبالغ عددهم (٨٧) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية الرياضية النظاميين (الذين تم قبولهم في الجامعة بعد حصولهم على الشهادة الثانوية العامة بنجاح، وبالمعدل المطلوب)، وطلبة التأهيل. علماً أن التسجيل في الفصل الصيفي اختياري بالنسبة لجميع طلبة الجامعة. والجدول رقم (١) يوضح النسب المئوية لتوزيع أفراد عينة البحث من حيث العدد، والنسب المئوية لمتغيرات الدراسة.

الجدول رقم (١)
توصيف عينة البحث (ن=٨٧) من حيث العدد، والنسب المئوية لمتغيرات البحث

المتغيرات		الأعداد	النسب المئوية
الجنس	ذكور	٤١	%٤٧,١
	إناث	٤٦	%٥٢,٩
الفئات العمرية	١٨ سنة	٣	%٣,٤
	١٩ سنة	١٨	%٢٠,٧
	٢٠ سنة	١٠	%١١,٥
	٢١ سنة	٢١	%٢٤,١
	أكثر من ٢١ سنة	٣٥	%٤٠,٢
مستويات الدراسة الجامعية	طلبة السنة الأولى	٢٣	%٢٦,٩
	طلبة السنة الثانية	١٢	%١٣,٨
	طلبة السنة الثالثة	٣٠	%٣٤,٥
	طلبة السنة الرابعة	١٢	%١٣,٨
نوع الطلبة	تأهيلي طلاب+ تأهيلي (معادين)	٢٠	%٢٣
	نظامي (طلبة كلية التربية الرياضية)	٦٧	%٧٧

مجالات البحث:

- المجال المكاني: كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، الأردن.

- المجال الزماني: الفصل الدراسي الصيفي ١٩٩٨/٩٧، ومدته شهران، والتدريس يكون مكثفاً يومياً (أي ما يعادل زمنياً ٤ أشهر في الفصل الأول، أو الثاني)
- المجال البشري: طلبة كلية التربية الرياضية، النظاميون وطلبة التأهيل في جامعة اليرموك، الأردن.

الوسائل والأدوات المستخدمة :

الاستبانة:

تم تصميم نموذج الاستبانة، بهدف إجابة أسئلة البحث وللتحري عن:

- السمات الأساسية لمجتمع البحث الجنس، العمر، المستويات الدراسية، نوع الطلبة.
- مستويات مصادر الضغط الستة الرئيسة، والمصادر الفرعية لكل منها، والتي كانت موضع اتفاق العديد من الباحثين (Szilagy & Wallace ,1993; Randall & Sell, 1984).

- شملت الاستبانة البيانات الشخصية، وأصناف مصادر الضغط المكونة من (١٨) فقرة مقسمة على ٦ محاور (عبء النشاط الرياضي V1، طبيعة النشاط الرياضيV2، الطرق التنظيمية لعملية التعليم V3، تقييم الأداء الرياضي V4، تعارض دور الأداء V5، والمستقبل الوظيفيV6) والتي اقتبست من الباحثين (Szilagy & Wallace ,1993; Randall & Sell, 1984). انظر إلى الملحق (نموذج الاستبانة) الخاص بالبحث.

وبهدف التحقق من ثبات أداة الدراسة (الاستبانة)، بعد أن تم تحكيمها من قبل ثلاث من المختصين من أعضاء الهيئة التدريسية في جامعة اليرموك، وأجريت التعديلات عليها في ضوء ذلك. تم استخراج معامل كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي لمجموعة مكونة من (١٠) طلاب من ضمن المجتمع البحثي اختيروا عشوائيا، وقد بلغ معامل الثبات (٩٢٪) في حين كان معامل كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي (٩٠٪) مما يجعل هذه الاستبانة مقبولة علمياً.

الإحصاء المستخدم:

لغرض تحليل إجابات أفراد المجتمع البحثي تم استخدام عدد من الأدوات الإحصائية، مثل: النسب المئوية، والمتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعاملات الارتباط، كما أستخدمت اختبارات (ت) و(ف) كما سيوضح في المواقع ذات العلاقة خلال مجريات التحليل.

عرض ومناقشة النتائج:

لتسهيل عملية عرض ومناقشة النتائج قام الباحث بتقسيمها إلى أربع مراحل.

- المرحلة الأولى: تحليل أسباب ومصادر الضغط لجميع أفراد مجتمع البحث.
- المرحلة الثانية: تحليل أسباب ومصادر الضغط على مستوى طلبة التأهيل.
- المرحلة الثالثة: تحليل مستويات وأسباب الضغط على مستوى طلبة النظامي.
- المرحلة الرابعة: تحليل العلاقات بين مصادر الضغط الرئيسة لإجمالي مجتمع البحث

المرحلة الأولى: تحليل أسباب ومصادر الضغط لجميع أفراد مجتمع البحث

لغرض التحري عن مصادر الضغط ومستوياته لدى أفراد مجتمع البحث، تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية؛ لتحليل إجابات أفراد مجتمع البحث كما هو موضح في الجدول رقم (٢).

الجدول رقم (٢)
تباين المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد مجتمع البحث (ن=٨٧) فيما يتعلق بمصادر الضغط

مصادر الضغط والعبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف
حجم الضغط الرياضي V1	٣,٨٩	١,٦٤
حجم الضغط المكتسب كبير. A1	٣,٢٥	١,٠٥
قدرات المحسن لتمام المهارات غير كافية. A2	٤,١٤	١,٠٦
تغيرات كثيرة في جميع التدريب. A3	٣,٦٩	١,٩٨
طبيعة الضغط الرياضي V2	٣,٦٠	٠,٨٠
كثرة المسابقات من كبير لا تتفق بالضغط المكتسب A4	٣,٤٣	١,١٧
حجم استعمالات الدوائي بالشكل الصحيح A5	٤,٠٠	٩,٩٩
تعامل المدرس ومساعدة بالطريقة مرجعة. A6	٣,٣٨	١,٢١
الطرق التنظيمية لعملية التعليم V3	٣,٤٨	٠,٩٨
قدرات المدرس ومساعده خاضعة وغير واضحة A7	٣,١٣	١,٢٤
قدرات الاتصال مع المدرس ومساعده غير فعالة A8	٣,٣٨	١,٣٠
يغلب الطابع الرياضي على أداء تعليمات A9	٣,٩٣	١,٢١
تقويم الأداء الرياضي V4	٣,٦٤	١,٠٠
متابعة تقييم الأداء غير واضح A10	٣,٩٠	١,١١
إرشادات المدرس ومساعدة غير مساعدين كفاية الأداء محدودة A11	٣,٣٨	١,٢٢
انعدام الحرية للمتعلم من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة A12	٣,٨٧	١,٢٣
تعارض دور الأداء V5	٣,٥٩	١,٩٢
كثرة الضغط كبيرة بشكل يختلف لبني الشخصية A13	٣,٤٣	١,٤٠
يتأثر أدائي من تعدد المدربين واختلاف تعليمات A14	٣,٥٤	١,١٦
محدودية الحرية المتاحة من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة A15	٣,٧٩	١,١٤
المستقبل الرياضي V6	٣,٧٤	١,١٥
قرص العمل المستقبلية غير محدودة. A16	٣,٧٦	١,٣٠
عدم الإحساس بالاطمئنان المستقبل الرياضي A17	٣,٧٢	١,٢٩
قرص التدريب والتقدم الرياضي غير واضحة. A18	٣,٧٢	١,٢٠
إجمالي المصادر	٣,٦٥	٠,٦١

يشير الجدول رقم (٢) إلى تباين المتوسطات الحسابية لإجابات مجمل أفراد مجتمع البحث، وأنها تتدرج من الأعلى إلى الأدنى ، كما يلـي: (V1 V6, V4, V2, V5, V3,) : أما المتوسط الحسابي للإجابات الخاصة وبإجمالي مصادر الضغط الستة فيشير الجدول نفسه إلى أنه يأتي بالدرجة الثانية ضمن التدرج أعلاه. وتشير الانحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية المذكورة أعلاه إلى درجات ضعيفة جداً من التشتت في إجابات أفراد مجتمع البحث مما يؤكد دقة البيانات الواردة.

أما بالنسبة لتباين وجود مصادر الضغط الفرعية ضمن كل مصدر من مصادر الضغط الرئيسة واستناداً إلى المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد مجتمع البحث نفسه فيمكن القول إنها: تتدرج من الأعلى إلى الأدني على النحو التالي:

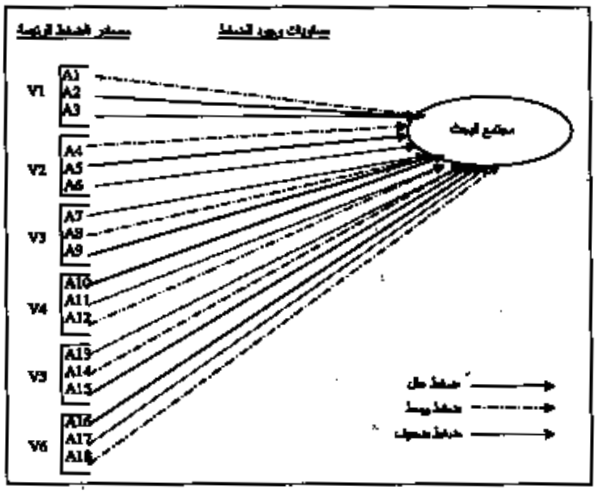
(V1 A2, V1 A1, V1A3), (V2A5, V2A4, V2A6), (V3A9, V3A8, V3A7), (V4A10, V4A12, V4A11), (V5A13, V5A15, V5A14), (V6A16, V6A17, V6A18), و يلاحظ أن الانحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية لإجابات أفراد مجتمع البحث، والخاصة بمصادر الضغط الفرعية كانت جميعها ضعيفة جداً، مما يعني أن مستويات التشتت في إجابات أفراد مجتمع البحث كانت ضئيلة وبالتالي فإن المتوسطات الحسابية لتلك الإجابات كانت بمستوى دقة عال جداً انظر مخطط رقم (١)، ومخطط رقم (٢) .

المخطط رقم (١)

يوضح مدى تواجد مستويات مصادر الضغط الرئيسة لدى جميع أفراد مجتمع البحث

المخطط رقم (٢)

يوضح مدى تواجد مستويات مصادر الضغط الفرعية لدى جميع أفراد مجتمع البحث



ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعود إلى الجنس عند مستوى (٠,٠٥)بين إجابات مجتمع البحث فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما تم توظيف قيم (ت) ودلالاتها لتحليل إجابات أفراد مجتمع البحث إجمالاً، وكما هو موضح في الجدول رقم (٣).

الجدول رقم (٣)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات جميع أفراد مجتمع البحث (ن=٨٧) حسب الجنس

مصادر الضغط	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحرافات	قيمة ت	دلالة ت
عبء الضغط الزماني V1	ذكور	٤١	٣,٨٨	٠,٦١٣	٠,٣٨	٠,٧٠٢
	إناث	٤٦	٣,٨٣	٠,٦٦		
طبيعة الضغط الزماني V2	ذكور	٤١	٣,٢٠	٠,٥٥٠	١,١٢	٠,٢٤٥
	إناث	٤٦	٣,٠٠	٠,٧٤		
الفارق العمري لسنة التعليم V3	ذكور	٤١	٣,٦٣	٠,٩٩٠	١,٣٣	٠,١٨٧
	إناث	٤٦	٣,٣٤	٠,٩٥٣		
تقييم الأداء الزماني V4	ذكور	٤١	٣,٨٥	٠,٨١٠	١,٩٥	٠,٠٥٤
	إناث	٤٦	٣,٤٤	١,١١١		
التعارض دور الأعمال V5	ذكور	٤١	٣,١٠	٠,٩٢٥	٠,١٥	٠,٨٨٤
	إناث	٤٦	٣,٥٧	٠,٨٢٢		
التمثيل الوظيفي V6	ذكور	٤١	٣,٩٧	١,١١٥	١,٨٩	٠,٠٦٦
	إناث	٤٦	٣,٥٢	١,١١٠		
إجمالي المصادر	ذكور	٤١	٣,٣٣	٠,٥٧٧	١,٨٥	٠,٠٦٨
	إناث	٤٦	٣,٠٣	٠,٦١٦		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥

يظهر من الجدول رقم (٣) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الإناث والذكور فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة بشكل منفرد ومجمل، مما يظهر صحة فرضية البحث، والتي تضمنت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة تعود إلى اختلاف الجنس.

ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة تعود إلى الاختلاف في الفئات العمرية، تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية كما تم توظيف قيم (ف) ودلالاتها من خلال تحليل إجابات جميع أفراد مجتمع البحث، كما هو موضح في الجدول رقم (٤).

الجدول رقم (٤)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيم (ف) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات جميع أفراد مجتمع البحث (ن=٨٧) حسب الفئات العمرية

مصادر الضغط	الفئات العمرية	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف ت	قيمة (ف)	دلالة (ف)
عبء الضغط الرياضي V1	١٨سنة	٣	٣,٨٨٩	٠,٢٨٨	-٠,٠٣٢٦	٠,٩٩٠٩
	١٩سنة	١٥	٣,٩٢٥	٠,٧٩٩		
	٢٠سنة	١٠	٣,٨٩٩	٠,٦٨٨		
	٢١سنة	٩١	٣,٨٢٥	٠,٥١٣		
	أكثر من ٢١ سنة	٣٥	٣,٨٣٨	٠,٦٤٨		
ضبط الضغط الرياضي V2	١٨ سنة	٣	٣,١١١	١,٣٨٧	-٠,٨١٢٩	٠,٥٣٠٩
	١٩سنة	١٨	٣,٨٨٩	٠,٨٤٩		
	٢٠سنة	١٠	٣,٤٤٤	٠,٩٠٥		
	٢١سنة	٩١	٣,٠٧١	٠,٩٣٨		
	أكثر من ٢١سنة	٣٥	٣,٠٧١	٠,٨٩٤		
الطرق الفسيولوجية لمقاومة الضغوط V3	١٨سنة	٣	٣,٦٦٦	٠,٨٨١	٠,١٤٢٩	٠,٩٦٠٦
	١٩سنة	١٨	٣,٣٠٦	٣,٠٦٥		
	٢٠سنة	١٠	٣,٤٤٤	٠,٩٥٩		
	٢١سنة	٩١	٣,٥٥٥	٠,٦٩٣		
	أكثر من ٢١سنة	٣٥	٣,٠٩٩	٥,١٤١		
القيم الأدائية الرياضي V4	١٨سنة	٣	٦,٦٦٧	٦,٦٦٧	٠,٢٨٢٦	٠,٨٨٨
	١٩سنة	١٨	٣,٨٣٣	٦,٠٣٦		
	٢٠سنة	١٠	٣,٤٤٤	٦,١٠٦		
	٢١سنة	٩١	٣,٠٧١	٠,٨٤٠		
	أكثر من ٢١سنة	٣٥	٣,٠٠٩	٠,٦٦٥		
عوارض سوء الأداء V5	١٨سنة	٣	٣,٠٥٥	٠,٦٩٣	٠,٢٧٨٨	٠,٨٣٣٣
	١٩سنة	١٨	٣,٨١٨	١,٠٦٥		
	٢٠سنة	١٠	٣,٤٣٣	١,١٨٨		
	٢١سنة	٩١	٣,٠٧١	٠,٨٦٣		
	أكثر من ٢١سنة	٣٥	٣,٠٣٣	٠,٨٩٣		
التسهيل الرياضي V6	١٨سنة	٣	٢,٤٤٤	٦,٦٦٤	١,٤٨٠٣	٠,١٩٩٥
	١٩سنة	١٨	٣,٦٤٨	٦,٠٦٦		
	٢٠سنة	١٠	٣,٠٣٣	١,١٦٣		
	٢١سنة	٩١	٤,١٦١	٠,٩٦٦		
	أكثر من ٢١سنة	٣٥	٣,٠٣٣	٠,٨٩٧		
إجمالي المصادر	١٨سنة	٣	٣,٣٠٦	٠,٤٠١	٠,٥٠١٦	٠,٨٧٣
	١٩سنة	١٨	٣,٣٣٧	٠,٦٨٨		
	٢٠سنة	١٠	٣,٠٣٣	٠,٦٨٩		
	٢١سنة	٩١	٣,٧٠٦	٠,٤٦٣		
	أكثر من ٢١سنة	٣٥	٣,٦٣١	٠,٦٦٣		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥

يشير الجدول رقم (٤) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة في الفئات العمرية الخمس لدى مجمل طلبة المجتمع الدراسي، فيما يخص مصادر الضغط الستة بشكل منفرد، وفيما يخص مصادر الضغط الستة أيضاً بشكل مجمل.

ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلاله إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة تعود إلى الاختلاف في مستويات الدراسة الجامعية، تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما تم توظيف قيم (ف) ودلالاتها من خلال تحليل إجابات جميع أفراد مجتمع البحث، وكما هو موضح في الجدول رقم (٥).

الجدول رقم (٥)

المستويات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ف) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات جميع أفراد مجتمع البحث (ن=٨٧) حسب المستويات الدراسية

مصادر الضغط	المستويات الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحراف(ت)	قيمة (ف)	دلالة (ف)
عبء العمل الزماني V1	سنة أولى	٣,٤٢١	٠,٦٨٢٠	١,٦٨٠١	٠,١٧٢٦
	سنة ثانية	٤,١٣٨	٠,٤٣٧		
	سنة ثالثة	٣,٨٨٩	٠,٤٩٤		
	سنة رابعة	٣,٨٠٥٦	٠,٨٩٢		
ضيق الوقت الزماني V2	سنة أولى	٣,٥٢٥	٠,٧٢٩	١,٧٣١٣	٠,١٦٠٤
	سنة ثانية	٣,٩٧٢٢	٠,٩١٥		
	سنة ثالثة	٣,٤٤٤	٠,٩٢		
	سنة رابعة	٣,٨٢٢	٠,٩٠٤		
الفرق التعليمية لمادة التعليم V3	سنة أولى	٣,١٨١	١,٠٧٠	١,٨١٥٠	٠,١٥٠٨
	سنة ثانية	٣,٧٢٢	٠,٩٥١		
	سنة ثالثة	٣,٥٨٨	٠,٨٠٠		
	سنة رابعة	٣,٧٢٢	١,٠٣٨		
القيم الإيثار الزماني V4	سنة أولى	٣,٥٤٥	١,١٨٣	٠,٤٩٠٩	٠,٦٨٩٦
	سنة ثانية	٣,٥٢٢	٠,٨٥٨		
	سنة ثالثة	٣,٥٩٩	٠,٧٨٣		
	سنة رابعة	٣,٨١١	١,٠٩٦		
تعارض دور الأدوار V5	سنة أولى	٣,٤٧٤	٠,٩٢٠	١,٠١٩٣	٠,٣٨٨٣
	سنة ثانية	٣,٤١٩	١,٠٢٩		
	سنة ثالثة	٣,٨٢٢	٠,٧٥١		
	سنة رابعة	٣,٤٢٢	١,٠٢٩		
الاستغلال الوظيفي V6	سنة أولى	٢,١٨١	١,٢١٩	٤,٩٩٩٠	٠,٠٠٣٧*
	سنة ثانية	٣,٤٤٤	١,٠٥٢		
	سنة ثالثة	٤,٠٢٢	٠,٩٢٢		
	سنة رابعة	٤,٢٢٢	٠,٩٦٤		
إجمالي المصادر	سنة أولى	٣,٤٢٣	٠,٩٤٣	١,٨٣٠٢	٠,١٤٢١
	سنة ثانية	٣,٨٢٨	٠,٥٢٩		
	سنة ثالثة	٣,٦٨٨	٠,٤٦٩		
	سنة رابعة	٣,٨٤٧	٠,٧١٠		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥

يشير الجدول رقم (٥) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة مستويات الدراسة الجامعية الأربع فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة سواءً بشكل منفرد، أو مجمل عدا مصدر الضغط (V6) حيث كانت قيمة (ف) (٤,٩٦٩٠) ودلالتها (٠,٠٠٣٢) أي أنها دالة إحصائياً، وجاءت إجابات طلبة السنة الرابعة في أعلى المستويات (المتوسط الحسابي ٤,٣٣٣) بانحراف معياري (٠,٩٦٤)، وتلتها إجابات طلبة السنة الثالثة (المتوسط الحسابي ٤,٠٢٢)، ومن ثم طلبة السنة الثانية (المتوسط الحسابي ٣,٩٤٤) بانحراف معياري (١,٠٥٢)، وأخيراً طلبة السنة الأولى (المتوسط الحسابي ٣,١٨١) بانحراف معياري (١,٢١٩) ويشير ذلك إلى درجة تشتت ضعيفة جداً لدى طلبة السنة الرابعة، والثالثة، وأقل من درجتي التشتت الضعيفتين أيضاً لطلبة السنة الثانية والسنة الأولى وهذا يشير إلى درجة عالية من دقة المتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة على مصادر الضغط للمراحل الدراسية الأربع.

هذا ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث الخاصة بمصادر الضغط الرئيسة تعود إلى فوارق نوع الطلبة في كلية التربية الرياضية (طلبة تأهيل)، و(الطلبة النظاميين) تم استخدام الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية، كما تم توظيف قيمة (ت) ودلالاتها لتحليل إجابات أفراد مجتمع البحث الإجمالي ، كما هو موضح في الجدول رقم (٦).

الجدول رقم (٦)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، واختبار (ت) للفروق في متوسطات مصادر الضغط بين طلبة التأهيل (ن= ٢٠) و الطلبة النظاميين (ن= ٦٧)

مصادر الضغط	نوع الطالبة	المتوسط الحسابي	الانحراف ت	قيمة (ت)	دلالة (ت)
عبء الضغط الرياضي V1	تأهيلي	٣,٨٨	٠,٥٤	٠,٢٠	٠,٨٤٣
	نظامي	٣,٨٥	٠,٦٦		
طبيعة الضغط الرياضي V2	تأهيلي	٣,٤١	١,٠٨١	١,١٨	٠,٢٣٩
	نظامي	٣,٦٠	٠,٧٨		
الفرق الشخصية لعملية التعليم V3	تأهيلي	٣,٢	١,٢٤	١,٤٦	١,٤٧
	نظامي	٣,٥٩	٠,٨٧		
تقييم الأداء الرياضي V4	تأهيلي	٣,٣٥	١,٠٦	١,٤٧	٠,١٤٥
	نظامي	٣,٧٢	٠,٩٦		
تعارض دور الأداء V5	تأهيلي	٣,٣٣	٠,٨٥	١,٩٩	*٠,٠٥٠
	نظامي	٣,٦٩	٠,٩١		
المستقبل الوظائفي V6	تأهيلي	٣,٣٦	١,١٠	١,٦٥	٠,٠٩٣
	نظامي	٣,٨٤	١,١٠		
إجمالي المصادر	تأهيلي	٣,٤٠	٠,٦٥	٢,٠٦	*٠,٠٤
	نظامي	٣,٧٢	٠,٥٢		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥

يظهر من الجدول رقم (٦) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستـوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة النظاميين من جهة، وإجابات طلبة التأهيل من جهة أخرى، فيما يتعلق بمقدار تواجد مصادر الضغط الستة ومستوياتها، فيما يشير متوسط تواجد مصدر الضغط (V5) إلى زيادة تأثير هذا المصدر في الطلبة النظاميين أكثر من طلبة التأهيل؛ إذ بلغ المتوسط الحسابي لإجابات النظاميين (٣,٦٩) فيما بلغ متوسط التأثر به لدى طلبة التأهيل (٣,٢٣) أما الانحراف المعياري لإجابات التأهيل فقد بلغ (٠,٨٥) بينما بلغ لإجابات النظامي (٠,٩١) مما يشير إلى أن هناك تشتتاً ضعيفاً جداً في إجابات الطرفين، مما يعطي دقة أعلى للمتوسطات الحسابية ذات العلاقة.

أما بالمنظور الإجمالي الشمولي فيشير الجدول نفسه إلـى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بيـن إجابـات طلبـة التأهيل من جهة أخرى فيما يتعلق بمقدار تواجد مصادر الضغط الستة (V1, V2, V3, V4, V5, V6) حيث بلغت قيمة ت (٢,٠٦) ودلالتها (٠,٠٤)، وكانت الفروق في المتوسطات تشير إلى الزيادة في إجابات النظاميين، حيث بلغ الوسط الحسابي لإجاباتهم (٣,٧٢) بانحراف معياري (٠,٥٧) فيما بلغ متوسط إجابات التأهيل (٣,٠٤) بانحراف معياري (٠,٦٥) وهذا يؤكد أن هناك تشتتاً ضعيفاً جداً في إجابات الطرفين مما يعطي دقة أعلى لتلك المتوسطات الحسابية. وهذا بشكل عام يتنافى مع فرضية البحث فيما يخص مصادر الضغط الستة.

المرحلة الثانية: تحليل أسباب ومصادر الضغط لدى طلبة التأهيل:

بهـدف التـحـري عـن مستـويـات ومصـادر "الضغـط" لـدى طلبـة التـأهيـل تم استـخـدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية في تحليل الإجابات ذات العلاقة، كما هو موضح في الجدول رقم (٧).

الجدول رقم (٧)

تباين المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لإجابات طلبة التأهيل (ن= ٢٠)

فيما يتعلق بمصادر الضغط

مصادر الضغط وتفرعاتها	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
عبء النشاط الرياضي V1	٣,٨٨	٠,٥٤
حجم النشاط المطلوب كبير. A1	٣,٨٥	٠,٨١
الوقت المخصص لتعلم المهارات غير كاف. A2	٤,١٦	١,٠٤
تغيرات كثيرة في عبء التدريب. A3	٣,٦٥	٠,٧٥
طبيعة النشاط الرياضي V2	٣,٤١	٠,٨٠
كثرة المسئولية عن أمور لا تتعلق بالنشاط المطلوب A4	٣,٣٠	١,٢٧
عدم استقلال فردي بالشكل السليم A5	٣,٨٥	١,٠٤
تعامل المدرس ومساعده بفاعلية مرتفعة. A6	٣,١٠	١,٣٧
الطرق التقليدية لعملية التعليم V3	٣,٢٠	١,٢٤
أدوات المدرس ومساعده غامضة وغير واضحة A7	٢,٩٥	١,٣٦
قلة الاتصال مع المدرس ومساعده غير فعالة A8	٣,٠٥	١,٥٤
يغلب الطابع الروتيني على أداء المهارات. A9	٣,٦٠	١,٢٧
التقويم الأداء الرياضي V4	٣,٣٥	١,٠٧
نظام تقويم الأداء غير واضح A10	٣,٥٥	١,٢٨
إرشادات المدرس ومساعده لتحسين مستوى كفاءة الأداء ضعيفة A11	٣,٠٠	١,٤٥
الحكم الخارجية تمنعني من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة A12	٣,٥٠	١,٢٨
تعارض دور الأداء V5	٣,٢٣	٠,٨٦
كثرة الضغط تجعلني أتصرف بشكل يخالف قيمي الشخصية A13	٢,٧٥	١,٠٧
يتأثر أدائي من تعدد المدربين واختلاف الطلبات A14	٣,٢٠	١,٠٦
محدودية الحرية تمنعني من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة A15	٣,٧٥	١,٢١
المستقبل الوظيفي V6	٣,٣٧	١,١٠
قرس العمل المستقبلية غير محتومة. A16	٣,٥٥	١,١٩
عدم الإحساس بالاطمئنان للمستقبل الوظيفي A17	٣,٢٥	١,٣٣
قرس النمو والتقدم الوظيفي غير واضحة. A18	٣,٣٠	١,٠٨
إجمالي المصادر	٣,٤١	٠,٦٦

يشير الجدول رقم (٧) وكما يظهر من المتوسطات الحسابية لإجابات طلبة التأهيل، إلى وجود تباين في المصادر الستة الرئيسة للضغط التي تتدرج من الأعلى إلى الأدنى ، كما يلي: (V1, V2, V3, V4, V5, V6) أما المتوسط الحسابي للإجابات الخاصة، وبإجمالي مصادر الضغط الستة فيشير الجدول نفسه إلى أنه يأتي بالدرجة الثانية ضمن التدرج أعلاه. وتشير الانحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية المذكورة أعلاه إلى درجات ضعيفة جداً من التشتت في إجابات طلبة التأهيل، وهذا يشير إلى المستوى العالي من الدقة في حسابات تلك المتوسطات.

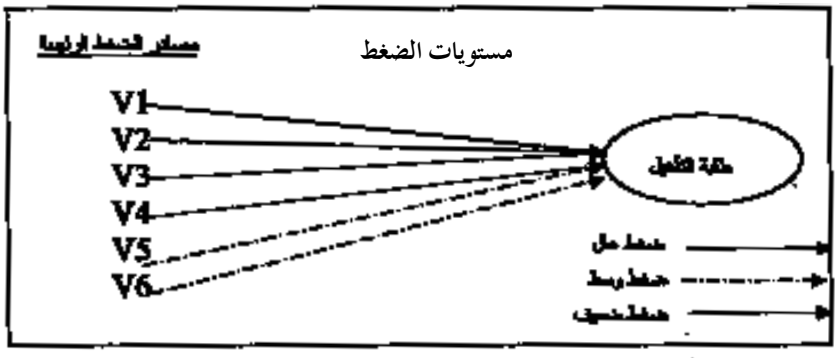
أما بالنسبة إلى مدى تواجد مصادر الضغط الفرعية ضمن كل مصدر من مصادر الضغط الرئيسة، واستناداً إلى المتوسطات الحسابية لإجابات طلبة التأهيل فيمكن القول : إنها تتدرج من الأعلى إلى الأدنى ، كما يلي:

(V1A2, V1A1, V1A3), (V2A5, V2A4, V2A6), (V3A9, V3A3,V3A7), (V4A10, V4A12, V4A11), (V5A15, V5A14, V5A13), (V6A16, V6A18, V6A17)

و يلاحظ أن الانحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية لإجابات أفراد طلبة التأهيل والخاصة بمصادر الضغط التفصيلية فكانت جميعها ضعيفة جدا، مما يعني أن مستويات التشتت في إجابات أفراد طلبة التأهيل كانت ضئيلة، وبالتالي فإن المتوسطات الحسابية لتلك الإجابات كانت بمستوى دقة عال جداً. ويمكن توضيح ما تقدم في المخطط رقم (٣)، والمخطط رقم (٤).

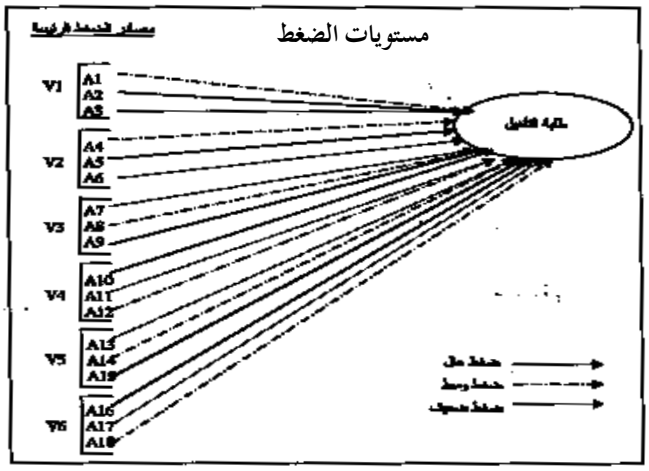
المخطط رقم (٣)

مستويات تواجد مصادر الضغط الرئيسة لدى طلبة التأهيل



ما المخطط رقم (٤)

مستويات تواجد مصادر الضغط الفرعية لدى طلبة التأهيل



ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد طلبة التأهيل، والخاصة بمصادر الضغط الرئيسة، والتي تعود إلى اختلاف الجنس، تم استخدام الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما تم توظيف قيم (ت) ودلالاتها لتحليل إجابات طلبة التأهيل، والجدول رقم (٨) يوضح ذلك.

الجدول رقم (٨)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيم (ت) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات طلبة التأهيل (ن= ٢٠) حسب الجنس

مصادر الضغط	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحرافات	قيمة (ت)	دلالة (ت)
صعوبة المنافسة الرياضي V1	ذكر	١٢	٣,٨٦	٠,٣٦	٠,٨٣	٠,٢٢
	أنثى	٨	٣,٩١	٠,٦١		
طبيعة المنافسة الرياضي V2	ذكر	١٢	٣,٢٨	٠,٨٢	٠,٨٥	٠,١٨
	أنثى	٨	٣,٤٥	٠,٨٥		
العوامل التعليمية لعملية التعليم V3	ذكر	١٢	٣,٠٢	١,٧١	٠,٤٩	٠,٧٥
	أنثى	٨	٣,٤٥	١,٣٢		
القسم الأعلى الرياضي V4	ذكر	١٢	٣,٣٨	٠,٩٠	٠,٨٤	٠,١٩
	أنثى	٨	٣,٢٩	١,٤٣		
ضغوط دور الأعداد V5	ذكر	١٢	٣,٠٢	٠,٧٤	٠,١٩٣	١,٣٤
	أنثى	٨	٣,٥٤	٠,٩٢		
المستقبل الرياضي V6	ذكر	١٢	٣,٢٢	١,١٩	٠,٤٨	٠,٢١
	أنثى	٨	٣,٠٨	٠,٩٨		
إجمالي المصادر	ذكر	١٢	٣,٣١	٠,٥٣	٠,٤٧	٠,٧٣
	أنثى	٨	٣,٥٤	٠,٨٣		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥

يشير الجدول رقم (٨) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستـوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل تعود لاختلاف الجنس (ذكور، إناث) فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة سواء أكانت بشكل منفرد أم بشكل مجمل.

ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل، والخاصة بمصادر الضغط السته تعزى لمستويات الدراسة الجامعية. تم استخدام الأوساط الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما تم توظيف قيم (ف) ودلالاتها لتحليل إجابات طلبة التأهيل ، كما هو موضح في الجدول رقم (٩).

الجدول رقم (٩)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ف) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات طلبة التأهيل (ن= ٢٠) حسب المستويات الدراسة الجامعية

مصادر الضغط	المستويات الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحرافات	قيمة ف	دلالة (ف)
عبء الضغط الرياضي V1	سنة أولى	٣,٩٠	٠,٦٠٩	٠,٥١٩	٠,٦٧٥
	سنة ثانية	٤,٠٦٦	٠,٢٢٨		
	سنة ثالثة	٣,٨٥٥	٠,١٩٢		
	سنة رابعة	٣,٨٣٣	١,١٧٨		
طبيعة الضغط الرياضي V2	سنة أولى	٣,٣٣٣	٠,٦٨٥	٠,٥٨٧	٠,٦٢٢
	سنة ثانية	٣,٨٠٠	١,١٤٠		
	سنة ثالثة	٣,٨٥٥	٠,٨٠٩		
	سنة رابعة	٣,١٦٦٧	١,١٧٨٥		
الظروف التنظيمية لعملية التعليم V3	سنة أولى	٢,٨٣٣	١,٣٣٦	٠,٨٣٩٣	٠,٤٩٧٠
	سنة ثانية	٣,٣٣٣	١,٢٢٤		
	سنة ثالثة	٤,١١١	٠,١٩٢		
	سنة رابعة	٣,١٣٣	١,٨٨٥		
القيم الأكاديمي الرياضي V4	سنة أولى	٣,١٦٦	١,٢٨٨	٠,٢,٦	٠,٩٨٠٢
	سنة ثانية	٣,٥٣٣	٠,٨٦٩		
	سنة ثالثة	٣,٦٦٦	٠,٦٦٦		
	سنة رابعة	٣,٣٣٣	١,٤١٤		
تعارض الدور الأداء V5	سنة أولى	٣,٠٦٦	٠,٨٨٣	١,٣٩٩	٠,٢٣٩٣
	سنة ثانية	٣,٤٦٦٧	٠,٨٦٩		
	سنة ثالثة	٣,٨٨٨	٠,٦٩٣		
	سنة رابعة	٢,٥٠٠٠	٠,٧٠٧١		
الاستقبال الرياضي V6	سنة أولى	٣,٠٣٣	١,٢٥١	١,١٠٦	٠,٣٧٥
	سنة ثانية	٣,٤٦٦	٠,٩٨٨		
	سنة ثالثة	٤,١٣٣	٠,٣٣٣		
	سنة رابعة	٣,٣٣٣	٠,٩٤٢		
إجمالي المصادر	سنة أولى	٣,٢٠٠٤	٠,٦٣٥	٠,٩٦٣٣	٠,٤٣٤٥
	سنة ثانية	٣,٦١١١	٠,٦٦٠		
	سنة ثالثة	٣,٨٥٠١٩	٠,٧٣٤		
	سنة رابعة	٣,٢٥٠	١,٢١٧		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥

يظهر من الجدول رقم (٩) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائيــة عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل تعزى إلى مستويات الدراسة الجامعية الأربع، والخاصة بمصادر الضغط الستة.

المرحلة الثالثة: تحليل أسباب ومصادر الضغط لدى الطلبة النظاميين:

لغرض التحري عن مستويات ومصادر "الضغط" لدى الطلبة النظاميين. تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية لتحليل إجابات هؤلاء الطلبة، كما هو موضح في الجدول رقم (١٠).

الجدول رقم (١٠)

تباين المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لإجابات الطلبة النظاميين (ن=٦٧) فيما يتعلق بمصادر الضغط وتفرعاتها

مصادر الضغط وتفرعاتها	المتوسط الحسابي	الانحرافات
عبء النشاط الرياضي V1	٣,٨٥	٠,٦٧
حجم النشاط المطلوب كبير. a1	٣,٧٢	١,١١
الوقت المخصص لتعلم المهارات غير كاف. a2	٤,١٣	١,٠٧
تغيرات كثيرة في حجم التدريب. a3	٣,٧٠	١,٠٤
طبيعة النشاط الرياضي V2	٣,٦٦	٠,٧٩
كثرة المسئولية عن أمور لا تتعلق بالنشاط المطلوب a4	٣,٤٦	١,١٦
عدم استقلال الفرد في القيام بالعمل المطلوب a5	٤,٠٤	٠,٩٨
تعامل المدرس ومساعدته بالفعالية سريعة. a6	٣,٤٦	١,١٦
الطرق التقليدية لعملية التقويم V3	٣,٥٦	٠,٨٨
قدرات المدرس ومساعده غامضة وغير واضحة a7	٣,١٨	١,٢١
قلة الاتصال مع المدرس ومساعده غير فعالة a8	٣,٤٨	١,١٥
يغلب الطابع الروتيني على أداء المهارات. a9	٤,٠٣	١,٠٦
التقييم الأداء الرياضي V4	٣,٧٧	٠,٩٧
نظام تقييم الأداء غير واضح a10	٤,٠٧	١,٠٣
إرشادات المدرس ومساعده نحو مستوى كفاءة الأداء ضعيفة a11	٣,٤٩	١,١٣
انعدام الحرية تمنعني من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة a12	٣,٦٠	١,٢٧
تعارض دور الأداء V5	٣,٦٩	٠,٩٢
كثرة الضغط لتجاهل التصرف بشكل يختلف لبعض الشخصية a13	٣,٦٣	١,٣٦
تأثير أدائي من قبل المدرسين ولختلاف المثاليات a14	٣,٦٤	١,١٨
محدودية الحرية تمنعني من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة a15	٣,٨١	١,١٣
المستقبل الوظيفي V6	٣,٨٥	١,١٥
فرص العمل المستقبلية ذيه محدودة. a16	٣,٨٢	١,٣٤
عدم الإحساس بالاطمئنان للمستقبل الوظيفي a17	٣,٨٧	١,٢٥
فرص النمو والتقدم الوظيفي غير واضحة. a18	٣,٨٥	١,٢٧
إجمالي المصادر	٣,٧٢	٠,٥٨

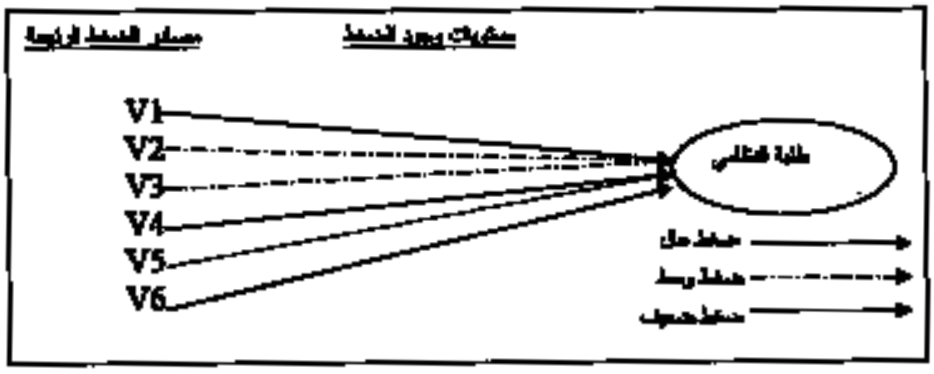
يشير الجدول رقم (١٠) وبناءً على المتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة النظاميين إلى وجود تباين في مصادر الضغط الستة الرئيسة التي نتدرج من الأعلى إلى الأدنى كما يلي:(V1, V6, V4, V5, V2, V3) أما المتوسط الحسابي للإجابات الخاصة، وبإجمالي مصادر الضغط الستة فيشير الجدول نفسه أيضاً إلى أنه يأتي بالدرجة الثانية ضمن التدرج أعلاه. وفي الوقت نفسه تشير الانحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية المذكورة أعلاه إلى درجات ضعيفة جداً من التشتت في إجابات الطلبة النظاميين ، مما يؤكد المستوى العالي من الدقة في حسابات تلك المتوسطات. أما بالنسبة لمدى تواجد مصادر الضغط الفرعية ضمن كل مصدر من مصادر الضغط الرئيسة ، واستناداً إلى المتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة النظاميين فيمكن القول: إنها تتدرج من الأعلى إلى الأدنى، كما يلي:

(V1 A2, V1 A1, V1 A3), (V2 A5, V2 A6, V2 A4) , (V3 A9, V3 A8, V3 A7)
(V4 A10, V4 A12, V4 A11), (V5 A15, V5 A14, V5 A13), (V6 A17, V6 A18, V6 A16)

ويلاحظ أن الانحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة النظاميين، والخاصة بمصادر الضغط التفصيلية كانت جميعها ضعيفة جداً ، مما يعني أن مستويات التشتت في إجاباتهم كانت ضئيلة جداً وبالتالي فإن المتوسطات الحسابية لتلك الإجابات كانت بمستوى عال من الدقة. وهذا ما يظهر من خلال المخطط رقم (٥)، والمخطط رقم (٦).

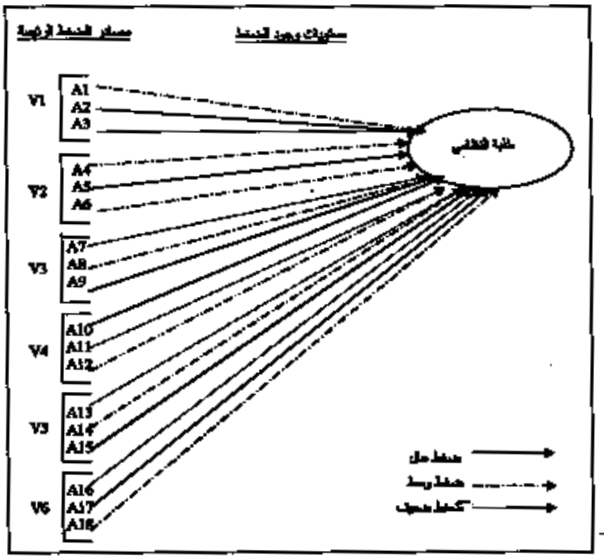
المخطط رقم (٥)

مستويات تواجد مصادر الضغط الرئيسة لدى الطلبة النظاميين



المخطط رقم (٦)

مستويات تواجد مصادر الضغط الفرعية لدى الطلبة النظاميين



ولغرض التحري عن مدى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq ٠,٠٥$ بين إجابات الطلبة النظاميين، والخاصة بمصادر الضغط الرئيسة تعزى إلى الاختلاف في الجنس، تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما تم توظيف قيم (ت) ودلالاتها لتحليل إجابات هؤلاء الطلبة ، كما هو موضح في الجدول رقم (١١).

الجدول رقم (١١)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ت) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات الطلبة النظاميين (ن=٦٧) حسب الجنس

مصادر الضغط	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحرافات	قيمة (ت)	دلالة (ت)
عبء الضغط الرياضي V1	ذكر	٢٩	٣,٨٩	٠,٦٥٥	٠,٤٩	٠,٦٢٧
	أنثى	٣٨	٣,٨١	٠,٦٨٣		
طبيعة الضغط الرياضي V2	ذكر	٢٩	٣,٨٣٩	٠,٨٣٩	١,٦٢	٠,٠٩٩*
	أنثى	٣٨	٣,٥١٧	٠,٧٣٠		
الطرق التعليمية لمادة التعليم V3	ذكر	٢٩	٣,٨٣٩	٠,٨٣٩	١,٦٧	٠,٠٩٩*
	أنثى	٣٨	٣,٥١٧	٠,٧٣٠		
التنمية الأعظم الرياضي V4	ذكر	٢٩	٤,٠٤٦	٠,٦٩٤	٢,٤٩	٠,٠١٥*
	أنثى	٣٨	٣,٤٧٣	١,٠٧٦		
ضغوط دور الأعظم V5	ذكر	٢٩	٣,٨٣٩	٠,٩٢٠	١,١٥	٠,٢٥٣
	أنثى	٣٨	٣,٥٧٨	٠,٨٦٩		
التحليل الوظائفي V6	ذكر	٢٩	٤,٢٨٢	١,٠٦٩	٣,٨٩	٠,٠٠٥*
	أنثى	٣٨	٣,٥٠٨	١,١٤٩		
إجمالي المصادر	ذكر	٢٩	٣,٩٩٣	٠,٤٨٨	٣,٢١	٠,٠٠٢*
	أنثى	٣٨	٣,٥٣٦	٠,٥٧٥		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq ٠,٠٥$

يشير الجدول رقم (١١) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستـوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة الذكور من جهة، وإجابات الطلبة الإناث من جهة أخرى (الطلبة النظاميين) مما يخص مصادر الضغط (V5V3, V2, V1).

أما بالنسبة لمصدري الضغط (V4) ، و (V6)، وبالنسبة لإجمالي مصادر الضغط الستة مجملاً فيشير الجدول نفسه إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الذكور من جهة، وإجابات الإناث من جهة أخرى، فيما يتعلق بهذه المصادر. فبالنسبة لمصدر الضغط (V4) ، و(V6)، وبالنسبة لإجمالي مصـادر الضغط الستة كانت قيم (ت) على التوالي (٢,٤٩، ٢,٨٩، ٣,٢١)، كما كانت دلالاتها على التوالي أيضاً(٠,٠١٥، ٠,٠٠٥، ٠,٠٠٢) وهي دالة إحصائياً عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥.

كما أشارت المتوسطات الحسابية لإجابات الطلبة النظاميين، والخاصة بمصادر الضغط الثلاث (V6, V4، وإجمالي مصادر الضغط) إلى تفوق الذكور على الإناث في متوسط تـواجدها حيث كانت المتوسطات الحسابية لإجاباتهـم أعلى من المتوسطات الحسابية لإجابـات الإنـاث. حيث أشـارت الانـحرافات المعيارية المقابلة للمتوسطات الحسابية لإجابات الذكور، والإناث، والخاصة بمصادر الضغط الثلاث إلى طفيفة جداً، مما يؤكد وجود درجة عالية من الدقة في حساب تلك المتوسطات الحسابية، وهكذا يشير الجدول رقم (١١) إلى عدم صحة فرضية البحث الخاصة بمصادر الضغط (V6, V4) وبإجمالي مصادر الضغط الستة.

ولـغـرض الـتـحـري عـن مـدى وجـود فـروق ذات دلالـة إحصـائـيـة عـنـد مسـتـوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة النظاميين ، والخاصة بمصادر الضغط السته تعود إلى الاختلاف في مستويات الدراسة الجامعية، تم استخدام المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، كما تم استخدام قيم (ف) ودلالاتها لتحليل إجابات هؤلاء الطلبة، كما هو موضح في الجدول رقم (١٢).

الجدول رقم (١٢)

المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، وقيمة (ف) للفروق في مستويات مصادر الضغط بين إجابات الطلبة النظاميين (ن=٦٧) حسب مستويات الدراسة الجامعية

مصادر الضغط	المستويات الدراسية	المتوسط الحسابي	الانحرافات	قيمة (ف)	دلالة (ف)
عبء الحفاظ الرياضي V1	سنة أولى	٣,٩٤٢	٠,٧٢٩٣	١,٢١٦	٠,٣١١٣
	سنة ثانية	٤,١٩٠	٠,٥٣٩		
	سنة ثالثة	٣,٧٠٣	٠,٥١٢		
	سنة رابعة	٣,٨٠٠	٠,٩٠٥		
عبء الحفاظ الرياضي V2	سنة أولى	٣,١٥٢	٠,٨٢٥	٢,٠٥٨	٠,١١٤٧
	سنة ثانية	٤,٠٩٥	٠,٧٨١		
	سنة ثالثة	٣,٤٢٩	٠,٦٨٤		
	سنة رابعة	٣,٩٩٩	٠,٨٥٢		
العوائد التعليمية لمهنة التعليم V3	سنة أولى	٣,٣٣٣	٠,٩٢٧	١,٥٥٦	٠,٢٠٨٢
	سنة ثانية	٤,٠٠٠	٠,٦٦٦		
	سنة ثالثة	٣,٣٤٠	٠,٨٧٣		
	سنة رابعة	٣,٨١٩	٠,٩٢٢		
تقييم الأداء الرياضي V4	سنة أولى	٣,٢١٠	١,١٢٥	٠,٧٢٢٢	٠,٥٣٣٨
	سنة ثانية	٤,٠٤٧	٠,٨٤٨		
	سنة ثالثة	٣,٥٥٥	٠,٨٠٦		
	سنة رابعة	٣,٩١٦	١,٠٨٢		
ممارس دور الأداء V5	سنة أولى	٣,١٥٢	٠,٩٨٧	٠,٤٣٦٢	٠,٢٧٢٩
	سنة ثانية	٣,٣٨١	١,١٩٣		
	سنة ثالثة	٣,٨١٤	٠,٧١٩		
	سنة رابعة	٣,٩١٩	٠,٩٢٣		
الاستقلال الوظيفي V6	سنة أولى	٣,٧٤٦	١,٢٢٧	٤,٢٩٨٥	٠,٠٠٨٠*
	سنة ثانية	٤,٢٨٥	١,٠٢٦		
	سنة ثالثة	٣,٩٨٧	١,٠٠٠٦		
	سنة رابعة	٣,٢٤٦	١,٨٧٧		
إجمالي المصادر	سنة أولى	٣,٥٨٩	٠,٦٢٤	١,٦٧٠٠	٠,١٨٢٤
	سنة ثانية	٤,٠٠٠	٠,٥٠١		
	سنة ثالثة	٣,٧٧٠	٠,٤٤٨		
	سنة رابعة	٣,٩٢٦	٠,٩٦٨		

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥

يشير الجدول رقم (١٢) إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة النظاميين حسب مستويات الدراسة الجامعية الأربع، والخاصة بمجمل مصادر الضغط، وكل منها على حدَة، عدا مصدر الضغط (V6) حيث كانت قيمة (ف) (٤,٢٩٨٥) ودلالتها (٠,٠٠٨٠) وهذا يشير إلى أنها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ إذ جاءت إجابات طلبة السنة الرابعة بأعلى مستوى متوسط حسابي (٤,٢٩٨٥) وبانحراف معياري (١,٢٢٧)، ومن ثم إجابات طلبة السنة الثانية بمتوسط حسابي (٤,٢٨٥) وبانحراف معياري (١,٠٢٦) ، وطلبة السنة الثالثة بمتوسط حسابي (٣,٩٨٧) ، وانحراف معياري (١,٠٠٠٦)، وأخيراً طلبة السنة الأولى بمتوسط حسابي (٣,٢٤٦) وانحراف معياري (١,٨٧٧)، وهذا يؤكد درجة الدقة العالية في حسابات المتوسطات الحسابية المذكورة.

المرحلة الرابعة : تحليل العلاقات بين مصادر الضغط الرئيسة لإجمالي مجتمع البحث:

لغرض التحري عن العلاقات المحتملة فيما بين مصادر الضغط الرئيسة، وما قد يترتب على ذلك من ارتباطات فيما بينها، وانعكاساتها ومتطلباتها؛ وذلك عند صياغة التوصيات الخاصة بالتعامل مع أسباب وآثار "الضغط" على الأنشطة الرياضية لدى مجتمع البحث، تم استخدام معاملات الارتباط لتحليل مجمل إجابات أفراد مجتمع البحث وتحليل إجابات طلبة التاهيل، والطلبة النظاميين ، كما هو موضح في الجداول الثلاث المرقمة بـ (١٣، ١٤، ١٥) على التوالي.

الجدول رقم (١٣)

معاملات الارتباط بين إجابات جميع أفراد مجتمع البحث (ن=٨٧) المتعلقة بمصادر الضغط الستة

أصناف الضغوط	معاملات ارتباط أصناف الضغوط						
	V1	V2	V3	V4	V5	V6	إجمالي
V1	-	*٠,٣٢٢٩	*٠,٣٣٣٨	*٠,٢٨٥٥	*٠,٢٨٥٦	٠,٠٢٢٨	*٠,٤٢٤٦
V2	-	-	*٠,٤٤٣٥	*٠,٥٢٩٨	٠,٢٠٦٢	٠,١٣٣٩	*٠,٦٤١٦
V3	-	-	-	*٠,٢٠٨٧	*٠,٢٩٥٩	*٠,٢٤٥٤	*٠,٨٠٢١
V4	-	-	-	-	*٠,٣٣٨٦	*٠,٢٩٢٠	*٠,٨٠٠٦
V5	-	-	-	-	-	*٠,٢٨٨٢	*٠,٦٠٨٣
V6*	-	-	-	-	-	-	*٠,٥٩٤٥

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥

الجدول رقم (١٤)

معاملات الارتباط بين إجابات طلبة التأهيل (ن= ٢٠) المتعلقة بمصادر الضغط الستة

أصناف الضغوط	معاملات ارتباط أصناف الضغوط						
	V1	V2	V3	V4	V5	V6	إجمالي
V1	-	٠,٢٢٠٩	٠,١٢٢٧	٠,٠٤٢٤	٠,٠٧٢٩	٠,٢٣٤٧	٠,١٠٧٥
V2	-	-	*٠,٦٠٥٠	*٠,٦٤٩٧	٠,٢١٦٨	٠,٢٦٢٤	*٠,٢٢٢٤
V3	-	-	-	*٠,٨٢٨٠	٠,٢٩١٧	*٠,٥١١٩	*٠,٩٢٦٠
V4	-	-	-	-	٠,٢٩٥٢	*٠,٤٦٦٥	*٠,٨٩٩٥
*V5	-	-	-	-	-	٠,٢٧٥٤	*٠,٥٥٢٠
*V6	-	-	-	-	-	-	*٠,٦٠٠٨

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥

الجدول رقم (١٥)

معاملات الارتباط بين إجابات الطلبة النظاميين (ن=٦٧) المتعلقة بمصادر الضغط الستة

مصادر الضغوط	معاملات ارتباط أصناف الضغوط						
	V1	V2	V3	V4	V5	V6	إجمالي
V1	–	٠,٢٢٠٩	٠,١٢٢٧	٠,٠٤٣٨	٠,٠٧٣٩	٠,٣٣٤٧	٠,١٥٦٥
V2	–	–	٠,٦٠٥٠ *	٠,٦٤٩٧ *	٠,٧١٢٨	٠,٢٦٣٤	٠,٧٢٣ *
V3	–	–	–	٠,٨٣٨٠ *	٠,٣٩١٧	٠,٥٦١٩ *	٠,٩٢٦٠ *
V4	–	–	–	–	٠,٢٩٥٢	٠,٤٦٦٥ *	٠,٨٦٩٥ *
*V5	–	–	–	–	–	٠,٢٧٥٤	٠,٥٥٢٠ *
*V6	–	–	–	–	–	–	٠,٦٥٠٨ *

* ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥

يشير الجدول رقم (١٣) إلى أن هناك علاقات طردية دالة عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث المتعلقة بمصدر الضغط(V1) من جهة ، وكل من مصادر الضغط(V5, V4, V3, V2) بالإضافة إلى إجمالي مصادر الضغوط الستة من جهة أخرى. كذلك يشير الجدول نفسه إلى أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث والمتعلقة بمصدر الضغط(V2) من جهة، وكل من مصادر الضغط (V4, V3) بالإضافة إلى إجمالي مصادر الضغوط الستة. ويبين الجدول رقم (١٣) أيضاً وجود علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث والمتعلقة بمصدر الضغط (V3) من جهة، وكل من مصادر الضغط (V6, V5, V4) بالإضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى. وفي الوقت نفسه يبين الجدول ذاته أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات أفراد مجتمع البحث والمتعلقة بمصدر الضغط(V4) من جهة، ومصادر الضغط(V6, V5) بالإضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى.

أما بالنسبة لإجابات أفراد مجتمع البحث، والخاصة بمصدر الضغط(V5) فيشير الجدول ذاته إلى أنها ذات علاقات طردية، كما يشير الجدول إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leq$ ٠,٠٥ بين إجابات مجتمع البحث نفسه والمتعلقة بمصدر الضغط (V6)

وإجابات مجمل طلبة مجتمع البحث، والمتعلقة بمصادر الضغط الستة.

ويشير الجدول رقم (١٣) أيضاً إلى أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) بين إجابات أفراد مجتمع البحث، والخاصة بمصدر الضغط(V6) من جهة، وإجابات أفراد مجتمع البحث نفسه والخاصة بإجمالي مصادر الضغط الستة.

فيما يشير الجدول رقم (١٤) إلى وجود علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل، والخاصة بمصدر الضغط(V2) من جهة، وكل من مصدري الضغط (V4, V3) من جهة أخرى، هذا إضافةً إلى إجمالي مصادر الضغط الستة. كذلك يشير الجدول نفسه إلى أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل، والخاصة بمصدر الضغط(V3) من جهة، ومصدري الضغط (V6, V4) إضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى.

كما يشير الجدول رقم (١٤) أيضاً إلى أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل، والخاصة بمصدر الضغط(V4) من جهة، ومصدر الضغط (V6) إضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى. وإضافةٍ إلى ما تقدم يبين الجدول رقم (١٤) وجود علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات طلبة التأهيل، والخاصة بكل من مصدري الضغط(V6, V5) من جهة وإجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى.

ويشير الجدول رقم (١٥) أيضاً إلى أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة النظاميين، فيما يخص مصدر الضغط(V2) من جهة، ومصدري الضغط (V4, V3) إضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى، كما يشير الجدول أيضاً إلى أن هناك علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة النظاميين، فيما يخص مصدر الضغط (V3) من جهة، ومصدري الضغط(V6, V4) إضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى.

وكذلك يشير الجدول رقم (١٥) إلى وجود علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant$ ٠,٠٥ بين إجابات الطلبة النظاميين، فيما يخص مصدر الضغط(V4) من جهة، ومصدر الضغط(V6) إضافة إلى إجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى.

وأظهرت التحليلات أيضاً وجود علاقات طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى $\alpha \leqslant ٠,٠٥$ بين إجابات الطلبة النظاميين فيما يخص كل من مصدري الضغط(V5) و(V6) من جهة، وإجمالي مصادر الضغط الستة من جهة أخرى.

مناقشة النتائج:

يلاحظ أن أصناف مصادر الضغط الستة لدى أفراد مجتمع البحث أظهرت من خلال النتائج أن مصدر الضغط المتعلق "بعبء النشاط الرياضي (V1)" والذي يشمل (حجم النشاط المطلوبA1، والوقت المخصص لتعلم المهارات A2، والتغيرات في عبء التدريبA2)، جاءت في المرتبة الأولى. ويرى الباحث أن أسباب الضغط في هذه الحالة قد يعود إلى طبيعة الفصل الدراسي الصيفي، والذي يتميز بكثافته من حيث التدريس (مدته شهران) مقارنة بالفصل الدراسي الأول، أو الثاني، كل منهما مدته أربعة أشهر) مما يسبب ضغوطاً على الطلبة؛ وذلك لحاجتهم إلى تعلم المهارات، وإتقانها في أسرع وقت، وأقصر مدة، فقد لا يستطيع الطلبة التدرب على المهارات في أوقات الفراغ؛ وذلك لضيق الوقت. وهذا ما يتفق مع كل من كروس ومارقولس (Kroes & Margolis,1974) على أن زيادة كمية العمل التي يتوجب على الفرد إنجازها خلال مدة محدودة، وبأسلوب يتجاوز قدراته تجعله متذمراً كارهاً لنفسه، ومقللاً من دوافعه نحو الإنجاز والتغيب عن العمل.

كما أظهرت النتائج أن مصدر الضغط المتعلق "بالمستقبل الوظيفي (V6)" والذي يشمل: (فرص العملA16، والمستقبل الوظيفيA17، والتقدم الوظيفي(A18 جاءت في المرتبة الثانية، ويرى الباحث أن الطلبة قد يعانون من عدم ثقتهم بالحصول على وظائف مستقبلية؛ لكونهم متخصصين في مجال التربية الرياضية، والوظائف في هذا المجال قليلة؛ وذلك لكون الطلبة الخريجين لا يملكون تصوراً واضحاً عن طبيعة تخصصهم، والمجالات الممكن العمل بها في ضمن هذا التخصص بعد التخرج. هذا ما قد يتفق مع دوبرن (Durbrin,1978) على أن التوتر التنظيمي قد يظهر نتيجة ردود الأفعال التي يبديها الفرد نتيجة لعوامل بيئية، أو ذاتية، ومن هذه العوامل: مدى ضمان العمل، والعبء الوظيفي، ووضوح الدور.

أما فيما يتعلق بمستويات مصادر الضغط الستة بين الطلبة النظاميين، وطلبة التأهيل فلم تظهر أي فروق دالة إحصائياً سوى في مصدر الضغط المتعلق "بتعارض دور الأداء الرياضي (V5)" والذي يشمل)كثرة الضغط تجعلني أتصرف بشكل يخالف قيمي الشخصية A15،

وتعدد المدرسين واختلاف الطلبات A14 ، ومحدودية الحرية A15 حيث كانت هذه الفروق لصالح الطلبة النظاميين. ويرى الباحث أن الطلبة النظاميين صغار السن قد لا يملكون الخبرة الميدانية والعملية في مجال التربية، وكون أن حصة التربية الرياضية في المراحل الدراسية قبل الجامعة لم تكن سوى ترفيهية، وبمعدل حصة واحدة في الأسبوع، وقد يكون هناك أيضاً عدم قناعة الطلبة بتخصص التربية الرياضية، وأيضاً قلة المعرفة في تطبيق المهارات المطلوبة؛ لعدم وجود الخلفية الرياضية لديهم، وأيضاً قد يكون تعامل المدرسين مع الطلبة أدى إلى شعورهم بالضغط والتوتر في تطبيق ما هو مطلوب منهم بالصورة الصحيحة. أما بالنسبة لطلبة التأهيل فيرى الباحث أنهم تجاوزوا هذه المرحلة عندما كانوا طلبة على مقاعد الدراسة في كليات المجتمع، ومن المحتمل أنهم قد تعرضوا الضغوط نفسها في ذلك الوقت. واتفقت بعض هذه النتائج مع ما جاء في دراسة همفري (Humphries,1987) على أن التوتر والشعور بالضغوطات تختلف باختلاف الناس، وأن المدربين يعانون من التوتر نتيجة الضغوطات التي يواجهونها، وأيضا القلق والعمل لمدة طويلة وشعورهم بالإرهاق، وعدم السيطرة، وهذا قد يؤثر سلباً في أداء الرياضيين، مما يجعلهم عرضة للشعور بالضغط والتوتر.

وتشير النتائج التي تم الحصول عليها من البيانات الخاصة بمصادر الضغط لدى طلبة التأهيل إلى أن مصدر الضغط المتعلق "بعبء النشاط الرياضي (V1)" جاء في المرتبة الأولى، وهذا يتفق مع إجمالي مجتمع البحث. ويرى الباحث أن عامل السن لدى طلبة التأهيل قد يكون له تأثير في أدائهم وشعورهم بالإرهاق نتيجة حجم النشاط المطلوب والمكثف، وكون أن البرنامج الدراسي يطبق على جميع الطلبة (تأهيل، نظاميين) بصرف النظر عن العمر، أو الخبرة الميدانية التي يملكها طلبه التأهيل؛ لكونهم في الأصل مدرسين تربية رياضية، فقد يكون اعتقادهم بأن تعلم المهارات والتغيرات في عبء التدريب يؤدي إلى الغرض نفسه، فيصبح مكرراً بالنسبة لهم، مما يؤدي إلى ظهور ضغوط نفسية نتيجة أداء وتعلم مهارات سابقة قد تجاوزوها وهم طلبة كلية. هذا وقد تتفق هذه النتائج مع ما جاء في دراسة فرند (1982 Friend,) على أن العلاقة السلبية بين الضغوط والأداء مفادها أن الضغوط تفرض على الفرد أن يكون متجها بحواسه وطاقته النفسية والعقلية إلى مصادر الضغوط للتكيف معها، مما يصعب على الفرد أن يؤدي عمله بانتباه عال، وكما أن الضغوط تخلق نوعاً من المضايقة والإحباط مما يؤثر سلباً في الحالة المزاجية والدافعية للعمل فينخفض مستوى أداء الفرد.

كما يلاحظ أن مصدر الضغط المتعلق "بطبيعة النشاط الرياضي (V2)" والذي يشمل

(كثرة المسئولية عن أمور لا تتعلق بالنشاط المطلوبA4، وعدم استغلال قدراتي بالشكل السليم A5، وتعامل المدرس ومساعده بانفعالية سريعةA6) ظهرت لدى طلبة التأهيل، ويرى الباحث أن خبرة طلبة التأهيل الميدانية، وأعمارهم قد يكون عاملاً في عدم ارتياحهم؛ وذلك لكونهم مدرسين وقد يكونون أكبر سناً من المدرس، أو مساعده مما يحد من إظهار قدراتهم؛ لعدم قناعتهم بالنشاط أو طريقة التدريس.

أما مصدر الضغط المتعلق "بالمستقبل الوظيفي (V6)" فقد جاء ضعيفاً بالنسبة لطلبة التأهيل في حين جاء في المرتبة الثانية لدى إجمالي مجتمع البحث، ويرى الباحث أن طلبة التأهيل لكونهم موظفين، ويدرسون في مجال التربية الرياضية، ومستقبلهم الوظيفي مضمون فلم يكن مصدر ضغط(V6) مؤثراً بالنسبة لهم، وأن دخلهم المادي سوف يزداد بعد التخرج.

وأشارت النتائج التي تم الحصول عليها من البيانات الخاصة بمصادر الضغط لدى الطلبة النظاميين. إلى أن مصدر الضغط المتعلق "بعبء النشاط الرياضي (V1)" جاء في المرتبة الأولى (٣,٨٥) وهذا يتفق مع إجمالي مجتمع البحث، ومع طلبة التأهيل، ونمط الضغوط التي يعانون منها. وكما ذكر الباحث سابقاً أن الفصل الصيفي في طبيعته مكثفاً، ويتطلب العمل المتواصل في تعلم المهارات في مدة قصيرة دون توافر الوقت الكافي لتعلم المهارات في أوقات الفراغ. في حين أن مصدر الضغط المتعلق "بالمستقبل الوظيفي (V6)" جاء أيضاً في المرتبة الأولى (٣,٨٥) بالنسبة للطلبة النظاميين، وهذا يتفق مع إجمالي مجتمع البحث لكون الطلبة النظاميين يسعون إلى الحصول على وظيفة مستقبلية، والتي قد تكون صعبة للغاية لقلة توافر الوظائف للطلبه الخريجين ممن سبقوهم بالتخصص. كما ويلاحظ أن الطلبة النظاميين لم يتاثروا كثيراً بمصدر الضغط المتعلق "بطبيعة النشاط الرياضي (V2)" كما كان بالنسبة لطلبة التاهيل، وقد يعود ذلك إلى أن الطلبة النظاميين يفتقدون الخبرة الميدانية، وأنهم في مراحل التعلم يعدون ما يعطى لهم مهما، وأن طبيعة الانفعال عند المدرسين هي جزء من الأمور التعليمية التي يتلقونها.

كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة في مصادر مستويات الضغط المتعلق "بتقييم الأداء الرياضي (V4)" ومصدر الضغط المتعلق "بالمستقبل الوظيفي (V6)" بين الطلبة النظاميين تعزى إلى الاختلاف في الجنس لصالح الطلبة الذكور. ويرى الباحث أن الطلبة الذكور قد يشعرون أن عملية التقييم لأدائهم غير واضحة، أو شديدة؛ لعدم معرفتهم بالأداء المثالي

المطلوب إتقانه، أو التشديد في عملية التقييم من قبل المدرس، أو مساعده، أو شعورهم بأن التقييم قد يكون حسب المزاجية. أما بالنسبة للطالبات الإناث فإن التقييم قد يكون أخف شدة لقلة خبرتهن الميدانية وتأثير المجتمع قد يؤدي إلى عدم إظهار قدراتهن في ممارسة الأنشطة الرياضية بحرية، فخبرتهن محدودة، والتقييم قد يكون حسب إظهار أفضل ما لديهن في حين يكون التقييم للطلبة الذكور أصعب. كما يرى الباحث أن تفاوتاً في مستوى الأداء لدى الطلبة الذكور قد يعود إلى انخراط بعض الطلبة في الأندية الرياضية كلاعبين حاصلين على تفوق رياضي مما يؤثر بشكل كبير في الطلبة الذين لا يمارسون الرياضة، وإنما المعدل الثانوي أجبرهم على التخصص في مجال التربية الرياضية الذي في الأصل لا يرغبون فيه. وهذا ما قد يتفق مع ماهوني وأفنر (Mahoney & Avener,1977) في دراستهم على اللاعبين المميزين حيث وجدا أن التناقض في مستوى المهارات وخبرة اللاعبين لها تأثير في اختلاف رد الفعل لأنواع الضغط والتوتر التي قد يواجهها اللاعبون في ميادين التدريب والمنافسات.

أما بالنسبة للمصدر المتعلق "بالمستقبل الوظيفي (V6)" والذي ظهر لدى الطلبة الذكور قد يعود إلى أن غالبية خرجي التربية الرياضية من الذكور ينتظرون الوظيفة المستقبلية في حين أن الإناث قد يحصلن على الوظيفة مبكراً؛ وذلك لحاجة مدارس الإناث إلى مدرسات تربية رياضية لقلة عددهن وطالما النظام لا يسمح للطلبة الذكور الخريجين بالعمل في مدارس الإناث فإن فرص عملهن أفضل من الذكور. أما فيما يخص مصدر الضغط المتعلق "بالمستقبل الوظيفي (V6)" حسب المراحل الدراسية للطلبة النظاميين، فأظهرت النتائج أن طلبة السنة الرابعة جاءوا في المرتبة الأولى. ويرى الباحث أن ذلك متوقع لكون الطلبة في المرحلة الأخيرة من دراستهم للحصول على شهادة التخرج الجامعية فتصبح نظرتهم للوظيفة المستقبلية هي الأهم. وأن الطلبة في المراحل الدراسية الأولى لا يهتمون بالمستقبل الوظيفي بقدر اهتمامهم بالمواضيع المتعلقة بالتعليم، والتدريب، والنجاح في المواد التعليمية والعملية المطلوب تطبيقها والنجاح فيها.

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته استنتج الباحث ما يلي:

١ – هناك وجود لمصادر الضغط السته لدى إجمالي مجتمع البحث حيث كانت عالية بالنسبة للمصدرين: (عبء النشاط الرياضي V1، والمستقبل الوظيفي V6)، ومتوسطه بالنسبة للمصدرين: (طبيعة النشاط الرياضي V2، وتقييم الأداء الرياضي V4) ، وضعيفة بالنسبة للمصدرين: (الطرق التنظيمية لعملية التعليم V3، وتعارض دور الأداء V5).

٢ – وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات الطلبة النظاميين، وإجابات طلبة التأهيل فيما يتعلق بمصادر الضغط الستة لصالح الطلبة النظاميين.

٣ – وجود فروق ذات دلالة إحصائياً بين مستوى وجود مصدر الضغط المتعلق بـ (تعارض دور الأداء V5) لدى طلبة التأهيل، والطلبة النظاميين لصالح الطلبة النظاميين.

٤ – عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات الضغط تعود إلى الفوارق في مستويات الدراسة الجامعية للطلبة الدارسين بالنسبة لكل مصدر من مصادر الضغط الستة عدا (المستقبل الوظيفي V6، وتقييم الأداء الرياضي V4) جاء عالياً بالنسبة لطلبة السنة الرابعة.

٥ – اختلفت مصادر الضغط السته في مدى تواجدها لدى طلبة التأهيل. فبالنسبة لمصدر الضغط المتعلق بـ (عبء النشاط الرياضي V1) فقد كانت عالية لدى طلبة التأهيل، كما كانت بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث. في حين جاء مصدر الضغط (طبيعة النشاط الرياضي V2) أيضاً عالياً بالنسبة لطلبة التاهيل، بينما كانت متوسطه بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث، بينما كان مصدري الضغط (الطرق التنظيمية لعملية التعليم V3، وتقييم الأداء الرياضي V4) متوسطة بالنسبة لطلبة التأهيل، وضعيفة بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث، في حين كان مصدري الضغط (المستقبل الوظيفي V6، وتعارض دور الأداء V5) ضعيفة بالنسبة لطلبة التأهيل، بينما كانت عالية بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث.

٦ – لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين إجابات طلبة التأهيل للمستويات الدراسية الجامعية الأربع نحو مصادر الضغط الستة.

٧ – لا توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين إجابات طلبة التأهيل نحو مصادر الضغط الستة تعود لاختلاف الجنس، كما هو الأمر بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث.

٨ – اختلفت مصادر الضغط الرئيسة في مدى تواجدها لدى الطلبة النظاميين. فبالنسبة لـ (عبء النشاط الرياضي V1 ، والمستقبل الوظيفي V6) كانت عالية كما هو الحال بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث، وعالية بالنسبة لطلبة التأهيل نحو مصدر الضغط (عبء النشاط الرياضي V1) وضعيفة بالنسبة لمصدر الضغط (المستقبل الوظيفي V6) لطلبة التأهيل.

٩ – وجود فروق ذات دلاله إحصائية في مصدري الضغط (تقييم الأداء الرياضي V4 ، والمستقبل الوظيفي V6) بين الطلبة النظاميين تعزى لاختلاف الجنس لصالح الطلبة الذكور.

١٠ – وجود فروق ذات دلاله إحصائية في مصدر الضغط (المستقبل الوظيفي V6) بين الطلبة النظاميين حسب مستويات الدراسة الجامعية الأربع لصالح طلبة السنة الرابعة.

١١ – وجود علاقات طردية ذات دلالة إحصائية فيما بين مصادر الضغط الرئيسة الخاصة بإجمالي مجتمع البحث، عدا ما يتعلق بمصدر الضغط (V2)، وبالمصدرين (V6 ,V5) لم تكن هذه العلاقات ذات دلالة كبيرة.

١٢ – وجود علاقات طردية ذات دلاله إحصائية بين مصادر الضغط الرئيسة الخاصة بطلبة التأهيل أقل مما هي عليه الحال بالنسبة لإجمالي مجتمع البحث.

١٣ – تشابهت العلاقات فيما بين مصادر الضغط الرئيسة الخاصة بطلبة التأهيل مع الطلبة النظاميين إلا فيما يتعلق بمصدري الضغط (V3, V5).

التوصيات:

توصي هذه الدراسة بما يلي:

١ – ضرورة إجراء مزيد من الدراسات حول العلاقة بين الضغوط والأداء، للتعرف على مدى تأثير الضغوط في تدهور، أو تحسن الأداء.

٢ – ضرورة الاهتمام بتوضيح دور المدرس ودور المساعد والمسئوليات المنوطة بهما، والواجبات الموكلة لكل منهما لتوحيد عملية التعليم والتدريب؛ لضمان عملية التدريس الناجحة للطلبة.

٣ – ضرورة الاهتمام بالرياضة المدرسية من الناحية العلمية والعملية، لتهيئة الطلبة الراغبين مستقبلاً التخصص في مجال التربية الرياضية، أسوة بالمجالات العلمية الأخرى التي تدرس في المراحل الدراسية التي تسبق الجامعة.

٤ – عقد دورات ومحاضرات حول المستقبل الوظيفي لخريجي التربية الرياضية، وتوضيح المجالات التي يمكن أن يعملوا بها.

٥ – عقد ندوات وحلقات تدريبية مختلفة من قبل مختصي علم النفس الرياضي للعاملين في المجال الرياضي (لاعبين، مدربين، حكام، إداريين، طلبة ومشرفين)؛ لتوضيح طبيعة الضغط، ومصادره، وأبعاده الإيجابية والسلبية، وكيفية مواجهة تلك الضغوطات، والتعامل معها بطريقة صحية.

المراجـــع

إبراهيم، محمد الكيلاني .(١٩٨٧). **دراسة تحليليه للضغوط التي يعاني منها مدرسو التربية الرياضية**. ورقة قدمت في المؤتمر العلمي حول تطور علوم الرياضة. المجلد الثالث، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.

الشاهد، منى سعيد (١٩٨٥)، **دراسة مقارنة للتوافق النفسي بين المتفوقات والغير متفوقات في مادة السباحة**. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة، جامعة حلوان.

باهي، مصطفى وأشرف، مسعد إبراهيم .(١٩٩٥). **الضغوط النفسية لدى مدربي رياضة المبارزة**. ورقة قدمت في المؤتمر العلمي، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.

علي، سمير عبد الحميد (١٩٩٨) دراسة مقارنة لأسباب الضغوط المهنية بين المدرب الوطني والمدرب الأجنبي بالمملكة العربية السعودية. **المجلة العلمية للتربية البدنية**، (جامعه الإسكندرية، كليه التربية الرياضية للبنات)، العدد ١٤ يناير.

Anderson, M. (1970).Understanding mid-career stress. **Management Review**, 57-66

Baron, R. (1986). **Behavior in organizations** (second edition). Boston, Texas: Allyn & Bacon.

Brief, A., & Randall, S. (1984). **Managing job stress.** Boston, Texas: Little Brown.

Dubrin, A. J. (1978). **Fundamentals of organizational behavior**. New York: Pergamon Press Inc.

Edger, C.S. (1970). **Organizational psychology**. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall.

Fenz, W.D. (1975). Coping mechanisms and performance under stress, In D.M., Landers & R.W., Christina (Eds.), **Psychology of Sport and Motor Behavior** 11. University Park, PA: College of HPER, The Pennsylvania State University.

Friend, K. (1982). Stress of performance: Effects of subjective work load and time urgency. **Personal Psychology, 35**.(4), 623-633.

Greenberg, S., & Sheldon, P. (1982). Stress and the helping professions. **Journal of Human Stress**, 53-68.

Greenwood, J.W. (1979). **Managing executive stress: A system approach**. New York: John Wiley & Sons.

Huddleston, S., & Gill, D.L. (1981). State anxiety as a function of skill level and proximity to competition. **Research Quarterly for Exercise and Sport, 52** (1), 31-34.

Humphries, J.H. (1987). **Stress in coaching**. Spring Field, Ill: Charles C. Thomas.

Jackson, S. (1983). Participation in decision making as a strategy for reducing job related strain. **Journal of Applied Psychology**, P.19.

Lyuch, J. (1996). **The language of the heart**. New York: MacGraw Hill.

Mahoney, M.J., & Avener. (1977). Psychology of the elite athlete: An exploratory study. **Cognitive Therapy and Research**, 1, 135-141.

Margolis, B.L., & Kroes, W.H. (1974).Work and the health of man. In J.O.Toole (ed.). **Work and the Quality of Life.** Cambridge, Mass: MIT Press.

Monroe, S.M. (1993). Major events as predictiors of psychological stresses. **Journal of Behavioral Medicine**, 189-190.

Organ, D.W. (1979). The meaning of stress. **Business Horizons, 22**(3), 39-40.

Parker, D., & Decotis, T. (1984). **Organization behavior and human performance**. New York: Macgro Hill Co.

Seley, H. (1964). **The stress of life**. New York: John Weley & Sons.

Szilage, A., & Wallace, M. (1987). **Organizational behavior and performance.** Illinoise : Foresman & Co.

الملحق

بسم الله الرحمن الرحيم

استبانة خاصة بطلبة كلية التربية الرياضية

أخي الطالب أختي الطالبة:

تحية طيبة وبعد،

فتهدف هذه الدراسة إلى معرفة مصادر الضغط التي تواجهك خلال دراستك في كلية التربية الرياضية، ومدى تأثيرها في التزامك وأدائك خلال المسافات العملية والنظرية، أرجو قراءة كل فقرة بتمعن، والإجابة عن الأسئلة من أول قراءتك للفقرة بدون تردد. حيث لا يوجد صح، أو خطأ في الإجابة. تجاوبك الصريح والنزيه مهم جداً بالنسبة لنا، وللبحث العلمي. ستعامل الإجابة بسرية تامة لأغراض البحث العلمي.

شكراً لكم على حسن تعاونكم

بيانات شخصية:

يرى تعبئة ما يلي من بيانات بوضع إشارة (x) في الخانة التي تنطبق عليك:

١- الجنس: (ذكر (أنثى

٢- العمر:.....

٣- السنة الدراسية: (سنة أولى (سنة ثانية

(سنة ثالثة (سنة رابعة

٤- نوع الطلبة: (طلبة تأهيل (معلمين) (طلبة كلية التربية الرياضية (نظاميين)

يرجى قراءة كل فقرة بتمعن، ثم التعبير عن رأيك بوضع إشارة (x) داخل العمود المناسب، والذي يعبر عن درجة مصادر الضغط بالنسبة لكل طالب في كلية التربية.

الفقـــــرة	أوافق بشده	أوافق	متردد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
عبء النشاط الرياضي: V1					
- حجم النشاط المطلوب كبير.					
- الوقت المخصص لتعلم المهارات غير كاف A2					
- تغييرات كثيرة في عبء التدريب A3					
طبيعة النشاط الرياضي: V2					
- كثرة المسئولية عن أمور لا تتعلق بالنشاط الرياضي A4					
- عدم استغلال قدراتي بالشكل السليم A5					
- تعامل المدرس، ومساعده بانفعالية سريعة A6					
الطرق التنظيمية لعملية التعليم: V3					
- قدرات المدرس، ومساعده غامضة وغير واضحة A7					
- قنوات الاتصال مع المدرس، ومساعده غير فعالة A8					
- يغلب الطابع الروتيني على أداء المهارات A9					
تقييم الأداء الرياضي: V4					
- نظام تقييم الأداء غير واضح A10					
- إرشادات المدرس، ومساعده نحو مستوى كفاءة الأداء ضعيفة A11					
- انعدام تقدير مستوى أدائي من قبل المدرس، ومساعده A12					

الفقـــــرة	أوافق بشده	أوافق	متردد	لا أوافق	لا أوافق بشدة
تعارض دور الأداء: V5					
- كثرة الضغط تجعلني أتصرف بشكل يخالف قيمي الشخصية A15					
- يتأثر أدائي من تعدد المدرسين واختلاف الطلبات A14					
- محدودية الحرية تمنعني من إظهار أدائي بطريقتي الخاصة A15					
المستقبل الوظيفي: V6					
- فرص العمل المستقبلية شبه معدومة A16					
- عدم الإحساس بالاطمئنان للمستقبل الوظيفي A17					
- فرص النمو والتقدم الوظيفي غير واضحة A18					