"واقع رأس المال النفسي وعلاقتة بالضغوط المهنية لدي مدربي كرة القدم مدينة طرابلس

د. راشد غريبى

يهدف البحث الحالي إلى التعرف الضغوط المهنية التي تواجه مدربي كرة القدم، ورأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس، وكذلك العلاقة بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس، واستخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث اشتملت على (8) مدربا لكرة القدم مدينة طرابلس كعينة أساسية، بالإضافة إلى 3 مدرباً للدراسة الاستطلاعية، وكانت اهم النتائج كالتالي:

1- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد ضغوط العمل لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (54.17%: 57.08%) .

2- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الاقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17%: 57.08%) .

3- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الشخصية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (58.33%: 76.67%).

4- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور التفاؤل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%).

المقدمة ومشكلة البحث: -

وإن طبيعة العمل في المجال الرياضي يتطلب من الفرد أن يتأقلم مع الظروف التي تحدث في العمل وهذا يعتمد على ما يتصف به الفرد من سمات شخصية تؤهله لمواجه التغيرات والظروف الصعبة التي تحدث لأن طبيعة العمل الرياضي تحتاج إلى سرعة في اتخاذ القرار وخاصة أثناء المنافسات إضافة إلى دور الخبرة في هذا المجال التي تساعد في تقوية شخصية مدربي كرة القدم.

كما يلاحظ في العديد من المهن والأعمال المختلفة توافر درجات متفاوتة ومتباينة من الأعباء والضغوط، يختلف معها درجة استجابة العاملين بهذه المهن اختلافاً واضحاً من شخص لآخر في ضوء خصائصهم وأدوارهم في المهنة، وفي ضوء بعض العوامل الأخرى المحيطة بالشخص.

من هنا يرى الباحث ضرورة الاهتمام بالناحية الانفعالية للفرد على اعتبار أنها وسيلة من وسائل توافق الفرد مع المتغيرات المتلاحقة والمتصارعة التي تحيط به، انطلاقا من أن مشاعر الفرد وانفعالاته من أهم المؤثرات في توجيه سلوكه وطريقة تفكيره وإصداره للأحكام واتخاذه للقرارات بصفة خاصة.

وتشير علا عبد الرحمن (2021 م) ان مفهوم رأس المال النفسي يعتبر من أهم المفاهيم الحديثة في مجال علم النفس الايجابي والتي ظهرت علي يد العالم سيلجمان عام 2000م , وأكدت العديد من الدراسات العربية والاجنبية أن من يمتلكون رصيد هائل من رأس المال النفسي يكون لديهم مقاومات النجاح في الحياة فيتسمون بالتفاؤل والامل في تحقيق إنجاز أهدافهم من خلال الوقوف علي الخصائص والجوانب الايجابية لقدراتهم وللظروف المحيطة بهم , بالإضافة الي إيمانهم و ثقتهم بأنفسهم وقدراتهم علي الاستمرار والمثابرة من أجل تحقيق الاهداف المنشودة . (4:11)

كما يذكر مرعي سلامة (2021 م) أن رأس المال النفسي ظهر كامتداد لأنواع أخري مثل رأس المال البشري ويمكن التنوية عنه من تساؤلات مثل (ماذا تعرف , ما هي خبراتك , مؤهلاتك المختلفة , مهاراتك , معرفتك , أفكارك) .(229:16)

وتذكر سهام الكعبي (2018 م) ان رأس المال النفسي هو المصطلح الذي ظهر كمجموعة مدمجة من الامكانات مثل الفعالية الذاتية و الامل و التفاؤل والصمود والمرونة وتشير الفعالية الذاتية إلي نضال الشخص للوصول الي هدفه في ضوء معتقداته و

مهاراته والتفاؤل يمثل الاشارات الايجابية للشخص في الوقت الحاضر وفي المستقبل وفي توقع النجاح والامل او الرجاء يعني ان يجد الفرد طريقا لتحقيق الاهداف و القدرة علي استخدام هذا الطريق , والصمود يعني قدرة الشخص علي التغلب علي المشكلات لتحقيق النجاح بعد مواجهة متاعب و مشكلات كثيرة أو مواقف سلبية كثيرة . (8: 392)

ويذكر وليد ابو المعاطي (2018 م) ان مفهوم رأس المال النفسي أو رأس المال النفسي الايجابي يعد من المفاهيم الحديثة ضمن ميدان علم النفس التنظيمي , ومن الملاحظ ان هذين المصطلحين (رأس المال النفسي ورأس المال النفسي الايجابي) قد استعملهما الباحثون عدة وفي مختلف مصادر المعرفة بشكل مترادف .(23:18)

وقد أشار (Chaudhary , et al (2015 أن الاشخاص ذوي رأس المال النفسي المرتفع يؤدون أداء أفضل عن الاشخاص ذوي رأس المال النفسي المنخفض , ويرتبط راس المال النفسي بالعديد من نتائج العمل وتشمل الشعور المتزايد بالسعادة والرفاهية النفسية والرضا عن العمل والابداع وسلوكيات المواطنة والالتزام وأداء العمل ومن بين المكونات الاربعة لراس المال النفسي وجد أن الامل والمرونة والتفاؤل والفعالية الذاتية ترتبط بدلالة بالرضا عن العمل . (26 : 44)

وتذكر غادة يوسف (2022 م) أن الضغوط النفسية تعتبر من أحد الظواهر النفسية المؤثرة علي صحة الرياضي وقد تؤدي شدتها و التعرض المتكرر لها إلي تأثيرات سلبية في الاداء الرياضي وإلي خلل في الصحة النفسية مما قد يؤثر علي الصحة المتكاملة للرياضيين وقد يصل الامر إلي الإنهاك النفسي والذهني وبعض المشاعر النفسية السلبية التي يصعب علي الرياضيين مقاومتها ومواجهتها ويصبح عرضه للانسحاب من الرياضة (9:12)

لقد جاءت الدراسات الحديثة في مجال الضغوط النفسية خلال السنوات القليلة الماضية تركز علي كل ما هو إيجابي في الفرد وعلي بعض المتغيرات الهامة التي تساعد الفرد علي الحفاظ علي صحته النفسية ومن ثم الجسمية خلال مجابهته للضغوط، وقد تناولت هذه الدراسات متغير رأس المال النفسي كأحد المتغيرات الايجابية والتي تجعل الفرد قادرا علي مواجهة الاحداث الضاغطة بفاعلية.

ويذكر أفرن رؤوف (2014 م) ان الاهتمام بموضوع "ضغوط العمل" يرجع إلى ما تتركه هذه الضغوط من آثار سلبية على الأفراد ومواقفهم تجاه وظائفهم ومنظماتهم، كما تلحق هذه الضغوط خسائر جسمية بالأفراد، ذلك لأن الفرد معظم وقته في العمل. (110 :1)

ويوضح محمد السيد (1997 م) ان تزداد كل يوم أهمية دراسة الضغوط بالنظر إلى تأثيرها في المجتمعات المعاصرة النفسية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية والعلمية وغيرها، بل إن فهم الضغوط بأنواعها يساعد كثيراً في تفسير ظواهر معينة لدى الشباب. (13: 277)

ويشير حسن مصطفي (2006 م) أن الضغوط النفسية بشكل عام تعتبر سمة من سمات الحياة فهي في بعض مستوياتها قد تكون مطلوبة إن لم تكن ضرورية , وذلك لحفز الفرد ودفعه إلي الانجاز وتحقيق النجاح , غير أن زيادتها عن الحد المناسب قد تفضي إلي مشاكل يصعب حلها لما لها من اثار سلبية علي الصحة العقلية والبدنية ذلك أن عدم الاهتمام بحالات الضغوط النفسية بشكل مناسب قد يؤدي الي تفاقم الوضع وحدوث حالات الانهاك النفسي .(26:4)

ويضيف عمر نصر الله (2011م) ان المدرب الجيد يجب أن يكون له نمط أخلاقيا تقنع فيه حقوق واحتياجات لاعبيك قبل حقوقك وحاجاتك كأنك بحاجة الي تطوير واستمرار علاقتك باللاعبين الذين تقوم بتدريبهم حيث ان المشاركة في التدريب تعتبر عملية اجتماعية فان طريقة المدرب في التدريب سوف تكون لها تأثير كبير علي تشكيل حياة اللاعبين . (121:10)

ويذكر بسطويسي أحمد (1999م) أن مهنة التدريب بصفة عامة أصبحت من المهن الرئيسية في الوقت الحاضر، يؤديها ويزاولها المدرب بجانب مهنته الرئيسية، ونظرا للمتطلبات التي تقع على كاهل المدرب، أصبحت من المهن المتفردة والتي

يجب على من يمارسها التفرغ التام لها وإعطائها الوقت والجهد اللائق بها.(3 :34)

ويشير سليم نعامة وأخرون (2011 م) ان المدرب شخصية تربوية تؤثر مباشراً في التنمية الشاملة المتزنة للاعبين وإنجاز عمليات التدريب ونجاحها يعتمد في الأساس على توافر سمات وقدرات ومعارف ومهارات محددة لدى المدرب.(7: 27)

ويشير زكي محمد (1998م) أن مهنة التدريب من المهن التي تحتاج أن يتميز أصحابها ببعض السمات الشخصية للنجاح في مجال عمله من أجل مواجهة أي ضغط نفسي أو مهني يتعرض له الفرد.

فمهنة المدرب الرياضي من المهن التي ترتبط بالضغوط على مختلف أنواعها، إذ يرتبط عمل المدرب الرياضي بعوامل متعددة تتميز بالانفعالات الحادة. (98:6)

والمدرب الرياضي هو العمود الفقري لعملية التدريب، فعلى عاتقه تقع مسئولية عملية التدريب، فالمدرب يجب أن يكون قائد تربوياً متفهماً لواجباته من الناحية التربوية، بالإضافة إلى أنه لما كانت كرة القدم لعبة محبوبة فإن مدربها يكون دائماً شخصية جذابة لدى اللاعبين والجمهور، فإنه يجب أن يضع دائماً في اعتباره أن عليه تقع مسئولية كبيرة.

ومما تقدم يرى الباحث ان المدرب يواجه في حياته العديد من المواقف الضاغطة والتي تتضمن خبرات غير مرغوب فيها , وأحداث تنطوي علي الكثير من مصادر القلق وعوامل الخطر والتهديد في مجالات الحياة كافة وقد تنعكس آثار تلك المواقف الضاغطة علي معظم جوانب شخصية الفرد , وقد أدي التطور السريع الذي تشهده حياتنا المعاصرة إلي ازدياد وتنوع مستلزمات الحياة , بل ان طموحات المدربين اختلفت وازدادت عما قبل , وقد فرض ذلك عليه مزيدا من الجهد والعمل المتواصل ليعيش حياة سعيدة , مما جعل المدربين يشعرون بحالة من التوتر والضغط النفسي .

وفي هذا الصدد أشارت العديد من الدراسات الي ان المدربين بصفة عامة و مدربي كرة القدم بصفة خاصة من أكثر الفئات تعرضاً للضغوط النفسية نتيجة المتطلبات الوظيفية اليومية المثيرة للتوتر والضغط وهو ما أشارت اليه نتائج دراسات (1)(5)(12)(18)(21)(22) , ومن خلال ما يتعرض له المدربون من ضغوط مهنية تؤدي لمشاكل عديدة تعود سلبا علي الجانب والصحة النفسية للمدرب الرياضي , الذي يعاني من الضغوط النفسية جراء العمل في ميدان التدريب ولوقت طويل , وما يتمتع من رأس مال نفسي يساعده في التعامل مع تلك الضغوط من جهة والتواصل مع لاعبيه من جهة أخري .

ومما سبق ومن خلال إطلاع الباحث على المراجع العلمية والدراسات السابقة– على حد علمه– تبين له ندرة البحوث التي تناولت دراسة موضوع رأس المال النفسي وعلاقته بالضغوط النفسية لدى مدربي كرة القدم وهذا ما دفع الباحث للقيام بتلك الدراسة في محاولة منه للتعرف على إستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية وعلا قتها بالذكاء الوجداني لدى مدربي كرة القدم.

- هدف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى التعرف على:

1- الضغوط المهنية التي تواجه مدربي كرة القدم..
2- رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس.
3- العلاقة بين الضغوط المهنية ورأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس.

- تساؤلات البحث:

1- ما الضغوط المهنية التي تواجه مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟
2- ما مستوى رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟
3- هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية ورأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

- التعريف ببعض المصطلحات الواردة في البحث

- الضغوط المهنية:

هي حالة عدم التوازن الذي ينتج من عدم التكافؤ بين متطلبات المهنة ومقدرة الفرد على القيام بها وتؤدى إلى الشعور بعدم إمكانية إشباع حاجاته. (10: 427)

-راس المال النفسي:

الحالة النفسية الإيجابية للشخص القابلة للقياس وللتطوير كمكون كامل وذلك بعناصره / بمكوناته الفرعية وذلك بهدف زيادة احتمالية تحسين الأداء. (7 : 233)

- التعريف الأجرائي لرأس المال النفسي:

هي امكانات و قدرات وتوقعات ايجابية يمتلكها الفرد تمكنه من التكيف و النجاح بعمله , ويقاس بالدرجة التي يحصل عليها الفرد علي مقياس راس المال النفسي .

– الدراسات السابقة :

1- **دراسة سليم نعامة، أنور جميل علي (2011م) (7)**: استهدفت التعرف على الفروق بين أفراد عينة البحث على مقياس مصادر الضغوط المهنية ومقياس الأداء الوظيفي، واستخدم الباحثين المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (120) عامل وعاملة، وقد استخدم الباحثين مقياس الضغوط المهنية والأداء الوظيفي، وكان من أهم النتائج أن أكثر مصادر الضغوط المهنية شيوعاً هو المصدر السادس (الضغوط الناتجة من المردود المادي)، كما توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية والأداء الوظيفي تبعاً لمتغيرات البحث(سنوات الخبرة- المؤهل التعليمي).

2- **دراسة وفاء مسعود (2011م) (28):** استهدفت التعرف على مصادر الضغط المهني، وأكثر استراتيجيات المواجهة استخداما لدى عينة البحث، وبلغت عينة الدراسة من (100) أستاذ جامعي، وقد استخدمت الباحثة تحليل الوثائق، المقابلة الشخصية، مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية، وكان من أهم النتائج استخدام أفراد العينة لاستراتيجيات المواجهة المتمركز حول الدعم الاجتماعي ثم جاءت المتمركزة حول الانفعال.

3- **دراسة أفرن رؤوف (2014م) (1) :** استهدفت التعرف على المؤشر العام للضغط المهني والتعرف على أكثر استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية استخداما لدى مستخدمي إدارة الغابات، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة من (55) فرد، وقد استخدم الباحث مقياس استراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية، وكان من أهم النتائج استخدام أفراد العينة لاستراتيجيات المواجهة المتمركز حول المشكلة، ثم استخدام استراتيجيات المواجهة المتمركزة حول المساندة الاجتماعية، وجاء في المرتبة الأخيرة استخدام استراتيجيات المواجهة حول الانفعال.

4- **دراسة أميرة محمد بدر (2018م) (2):** استهدفت هذه الدراسة إلى دراسة الفروق في نوع (معلم – معلمة) في درجات كل من رأس المال النفسي ". تكونت عينة الدراسة من (204) (معلم – معلمة) للمرحلة الابتدائية ، وقد اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العشوائية . واستخدم الباحثة المنهج الوصفي، وقد أشارت النتائج انه يوجد تأثير احصائيا للنوع في درجة فعالية الذات لصالح الاناث ذوي المتوسط الأكبر.

5- **دراسة وليد محمد ابو المعاطي (2018م) (19)** : استهدفت هذه الدراسة إلى التعرف علي مستوي ما يمتلكه المعلمين من راس المال النفسي والالتزام المهني وفقا للنوع والمرحلة والتنبؤ بالالتزام المهني , وتكونت عينة الدراسة من (43) مديرا ووكيلا و (297) معلم و معلمة من المراحل التعليمية الثلاث , واستخدام الباحث المنهج الوصفي , وقد أشارت النتائج انه يوجد علاقة دالة موجبة بين رأس المال النفسي وعلاقته بالالتزام المهني لدي معلمي التعليم العام

6- **دراسة صبحي بن سعيد الحارثي (2020م) (9) :** استهدفت هذه الدراسة إلى التعرف علي مستوي ما يمتلكه المعلمين والمعلمات القائمين بتعليم ذوي الاعاقة من رأس المال النفسي والرضا الوظيفي واليقظة العقلية , وتكونت عينة الدراسة من (72) معلم و (96) معلمة لتعليم ذوي الاعاقة من المرحلة الابتدائية , واستخدام الباحث المنهج الوصفي , وقد أشارت النتائج ان مستوي امتلاك المعلمين والمعلمات اعلي من المتوسط في رأس المال النفسي , بينما درجة اليقظة العقلية تشير ان مستوي امتلاك المعلمين والمعلمات اعلي من المتوسط .

7- **دراسة علا عبد الرحمن علي (2021 م) (11) :** استهدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين رأس المال النفسي وكلا من الرضا الوظيفي و

الاحتراق النفسي لدي المعلمات بالروضة في ضوء المتغيرات , وتكونت عينة الدراسة من (110) معلمة من معلمات الروضة بالمدراس التجريبية , واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي , وقد أشارت النتائج الي وجود علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة احصائية بين راس المال النفسي والرضا الوظيفي بين معلمات الروضة .

8 – دراسة ياسمين عبد الغني سالم (2022 م) (20) : استهدفت الدراسة الحالية بناء نموذج للعلاقات بين رأس المال النفسي وعلاقته بالقيادة الأصلية والرضا الوظيفي لدي عينة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات , وتكونت عينة الدراسة من (237) عضوا من اعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية من التخصصات المختلفة الأدبية والعلمية , واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي , وقد أشارت النتائج الي مطابقة النموذج المقترح لبيانات عينة الدراسة , ووجود فروق بين الذكور والاناث في رأس المال النفسي لصالح الذكور .

التعليق علي الدراسات السابقة: -

استفاد الباحث من تحليل الدراسات السابقة في:

- تحديد وصياغة مشكلة البحث.
- مساعدة الباحث في جمع المحتوى العلمي وتحديد مفاهيم ومصطلحات البحث.
- تحديد منهج البحث.
- تحديد عينة البحث وعددها بدقة.
- تحديد أدوات جمع البيانات المناسبة للبحث.
- تحديد الوسائل والمعالجات الإحصائية في البحث.
- مساعدة الباحث في صياغة ومناقشة وتفسير النتائج.
- صياغة بعض توصيات البحث.

خطة وإجراءات البحث

- **منهج البحث:**

استخدم الباحث المنهج الوصفي وذلك لمناسبته لطبيعة البحث.

- **مجتمع البحث:**

اشتمل مجتمع البحث على مدربي كرة القدم مدينة طرابلس ، والبالغ عددهم نحو (50) مدربا

- **عينة البحث:**

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث اشتملت على (8) مدربين لكرة القدم مدينة طرابلس كعينة أساسية ، بالإضافة إلى 3 مدرباً للدراسة الاستطلاعية .

أدوات جمع البيانات

- **تحليل المراجع والأبحاث العلمية:**

قام الباحث بتحليل المراجع العلمية والدراسات السابقة التي اهتمت بدراسة رأس المال النفسي مثل(2, 8 , 9 , 11 , 20 , 23 , 25) وكذلك التي اهتمت بدراسة متغيرات البحث الأخرى (الضغوط المهنية للمدربين) مثل (1 ,5 , 7 , 12 , 13 , 21 , 22 , 24)

– **استمارات استطلاع رأى الخبراء المستخدمة في البحث (اعداد الباحث) :-**

- استمارة استطلاع رأى السادة الخبراء حول تحديد محاور مقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم . وجدول (1) يوضح ذلك
- استمارة استطلاع رأي السادة الخبراء حول تحديد مفردات مقياس الضغوط المهنية . مرفق (3)

– **المقابلة الشخصية:**

قام الباحث بإجراء المقابلة الشخصية مع السادة الخبراء وتم عرض استمارة الاستبيان لإبداء الرأي فى استمارة راس المال النفسي على حدة لعدد (10) خبراء.

– مقياس راس المال النفسي لمدربي كرة القدم . تصميم وليد سيد حسين (مرفق 2) (18)

– **الملاحظة العلمية :**

من خلال الملاحظة العلمية استطاع الباحث الوقوف علي مشكلة بحثه .

- مقياس الضغوط المهنية: من إعداد الباحث

أ- خطوات إعداد مقياس الضغوط المهنية:

- تحديد الهدف من المقياس:

يهدف المقياس إلى التوصل إلى أداة على درجة عالية من الصدق والثبات للتعرف على الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس.

- تحديد محاور المقياس:

قام الباحث بالاطلاع على الدراسات المرجعية والمراجع العلمية المتخصصة في الضغوط المهنية قيد البحث وكذلك قام الباحث بإجراء المقابلات الشخصية مع عدد من المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وتم التوصل إلى المحاور المبدئية للمقياس، ثم تم عرض محاور المقياس على السادة الخبراء وعددهم (10) مرفق (1) لإبداء الرأي في مدى مناسبة هذه المحاور وتم إجراء المقابلات في الفترة من 1/2 /2023 حتى 2023/1/12. مرفق(1)

جدول (1)

التكرار والنسبة المئوية لآراء الخبراء في

محاور مقياس الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس (ن=10)

م	المحاور	التكرار	النسبة المئوية
1	ضغوط العمل.	9	90
2	الضغوط الانسانية	6	60
3	الضغوط الاقتصادية .	9	90
4	ضغوط إدارية وبيئية.	6	60
5	الضغوط الاسرية .	9	90
6	الضغوط الشخصية.	8	80

يتضح من الجدول (1) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المحاور المقترحة تراوحت ما بين (45.45%: 100%) والتي في ضوئها تم اختيار المحاور في صورتها النهائية والتي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم وقد بلغت (4) محاور.

ب- إعداد مفردات المقياس:

قام الباحث بتصميم وإعداد مفردات المقياس وتوزيعها على المحاور والتي تم إقرارها من السادة الخبراء، وعرضها على ذات الخبراء لاقرار هذه المفردات وتعديل أو اضافة أو حذف مفردات مرفق (3)، يوضحوا ذلك.

جدول (2)

التكرار والنسبة المئوية لاستجابات السادة الخبراء في مفردات

المحور الأول (ضغوط العمل) لمقياس الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس

(ن=10)

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
1	أشعر بالعجز في مواجهة ضغوط العمل .	10	100
2	طموحاتي في التدريب لا تتحقق بالسرعة التي كنت أتمناها .	9	90
3	رئيسي المباشر يتدخل في كل صغيرة وكبيرة في اختصاصات عملي.	6	60
4	رئيسي المباشر يهتم برأيي الخاص في العمل.	6	60
5	لا أستطيع وضع وترتيب خطة التدريب .	8	80
6	رئيس النادي لا يقوم بمساعدتي .	7	70

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
7	أشعر بأن زملائي لا يقدرون العمل الذي أقوم به .	7	70
8	أشعر بعدم التقدير للمجهود والعمل الذي أقوم به من قبل مجلس الادارة .	10	100
9	أشعر من قبل رؤسائي في العمل بالاضطهاد.	5	50
10	رئيسي في العمل يتمتع بثقة من يعمل معه.	5	50
11	أشعر بضخامة العمل الذي يقع علي عاتقي .	9	90
12	علاقتي سيئة مع زملائي في التدريب.	9	90
13	يصعب علي اتخاذ القرارات التي تخص اللاعبين .	10	100
14	رئيسي المباشر عندما أبدي له أي ملاحظة على طريقته وأسلوبه في إدارته للعمل يغضب بشدة.	8	80
15	خبرتي قليلة في التعامل مع زملائي.	9	90
16	لا اهتم إلي حد كبير بشغل أوقات الفراغ بشي مفيد.	7	70
17	أشعر بتباعد بيني وبين عدد كبير من اللاعبين في الفريق.	5	50
18	زملائي يقدرون قيمة وأهمية عملي.	5	50
19	نظرة بعض أصدقائي لعملي غير عادلة.	4	40

يتضح من الجدول (2) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (40%: 100%) والتي في ضوئها تم اختيار المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم، وعلى ذلك تم حذف المفردات رقم (4،3, 9، 10، 17، 18، 19).

جدول (3)

التكرار والنسبة المئوية لاستجابات السادة الخبراء في مفردات

المحور الثاني الضغوط الاقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس

(ن=10)

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
1	لا أتقاضى أجراً مناسباً بالنسبة للعمل الذي أقوم به.	10	100
2	التدريب هو مصدر الدخل الوحيد لي .	6	60
3	لا أتقاضى أجوراً إضافية تناسب المجهود الذي أبذله.	10	100
4	يغضبني كثرة النزاع مع افراد اسرتي بسبب النواحي المالية .	9	90
5	تصرف للمدرب المكافأت الخاصة بالفوز والتعادل.	6	60
6	النادي الذي أعمل فيه يوفر لي بدل انتقال مناسب.	6	60
7	المكافآت والحوافز عادلة بالنسبة لي .	9	90
8	عدم تناسب الأجور الإضافية مع كم العمل الذى أقوم به.	6	60

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
9	عدم كفاية الراتب الذي أتقاضاه.	9	90
10	يوفر لي عملي كمدرب زياً رياضياً.	4	40
11	الأجر الذي أتقاضاه لا يتناسب مع غلاء المعيشة.	10	100
12	تناقص فرص الوفاء بالالتزامات الشخصية .	10	90
13	أقوم بعمل يتناسب مع الأجر الذى أحصل عليه.	6	60
14	يغضبني تقصيري في المتطلبات الخاصة بأسرتي	8	80
15	انخفاض الموارد المالية يؤثر سلبا علي توفير متطلبات المعيشية	7	70
16	انخفاض الدخل المادي يؤدي الي زيادة الاحباط بالنسبة لي	7	70

يتضح من الجدول (3) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (40%: 100%) والتي في ضوئها تم اختيار المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم، وعلى ذلك تم حذف المفردات أرقام (2, 5 , 8 , 10, 13).

جدول (4)

التكرار والنسبة المئوية لاستجابات السادة الخبراء في مفردات

المحور الثالث الضغوط الاسرية لمقياس الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس

(ن=10)

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
1	**عدم وعي الجمهور بأهمية المنافسة و خروجه عن اللائق يجعلني في حالة اضطراب عصبي**	8	80
2	**تدخل مجلس الادارة في عملي وخاصة النواحي الفنية يصيبني بالانزعاج .**	5	50
3	**تدخل اولياء الامور في شئون التدريب يجعلني لا استطيع السيطرة علي اللاعبين .**	6	60
4	**عدم اقتناع بعض الاسر بأهمية الرياضة .**	4	40
5	**أشعر بالاحباط لعدم تقدير اسرتي لمسئولياتي الكثيرة .**	7	70
6	**عدم قدرة أسرة اللاعب علي رعايته نفسيا (الاستقرار الاسري)**	4	40
7	**يضايقني منع الاسر لابنائهم من التدريب في بعض الفترات بدعوي المذاكرة**	6	60
8	**أتأثر في حالة مرض أو فشل أي فرد من أفراد أسرتي .**	6	60
9	**تؤثر ضغوط العمل علي حياتي العائلية.**	9	90
10	**ضغوط التدريب تؤثر علي استقراراي الاسري .**	8	8
11	**أسرتي تنظر الي التدريب علي انه شي غير مجدي**	7	70
12	**أسرتي تشجعني علي الحصول علي دورات متقدمة لرفع مستوايا التدريبي**	9	90

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
13	**تعتقد أسرتي بأن العائد من ممارستي للتدريب هو المادة فقط .**	9	90
14	**انشغالي بالتدريب جعلني لا أستطيع القيام بواجباتي الاسرية .**	8	80
15	**تواجهني ضغوطا من أسرتي تعوق تقدمي .**	11	100

يتضح من الجدول (4) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (40%: 100%) والتي في ضوئها تم اختيار المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم، وعلى ذلك تم حذف المفردات أرقام (3، 4، 6، 7، 8، 9).

جدول (5)

التكرار والنسبة المئوية لاستجابات السادة الخبراء في مفردات

المحور الرابع الضغوط الشخصية لمقياس الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس

(ن=10)

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
1	ليس هناك دورات تدريبية كافية لمن هو غير مؤهل رياضيا .	6	60
2	الدراسة التخصصية الأكاديمية لا تتلاءم مع متطلبات وظيفتي كمدرب.	8	80
3	خبراتي كبيرة في التدريب ولكني لا أستطيع مواجهة الصعوبات التي تواجهني إداريا .	10	100
4	وظيفتي كمدرب لها واجبات واختصاصات محددة وواضحة.	8	80
5	قلة أعداد المدربين يسبب أعباء كبيرة على ادارات الأندية.	4	40
6	توجد معايير واختبارات وقياسات بدنية ومهارية دورية للمدربين.	5	50
7	حبرتي قليلة في التعامل مع زملائي	5	50
8	العمل الذى أقوم به يتطلب مجهود بدنى وذهنى ذو مستوى عالي.	9	90
9	ليس لدي المعلومات الكافية عن العلوم التي تختص بمجال التدريب .	6	60
10	النادي الذى أعمل فيه يوفر التأهيل للمدربين.	6	60
11	أشعر بعدم الارتياح نتيجة لضياع الوقت .	7	70
12	خلال فترة تواجدى في عملي أشعر بالراحة والرضا.	9	90
13	اضطر إلي تأجيل الكثير من الامور المهمة لعدم كفاية الوقت .	5	50
14	أشعر بعض الاحيان بالأكتئاب .	7	70
15	مهام مهنة التدريب تستنفذ كل طاقتي	6	60
16	لو أتيحت إلي مهنة بديلة لتركت مهنة التدريب	8	80
17	من المهم للمدرب أن تكون له أهدافا بعيدة يحاول الوصول إليها	8	80

يتضح من الجدول (5) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (4%: 100%) والتي في ضوئها تم اختيار المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على

نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم، وعلى ذلك تم حذف المفردات أرقام (6،5،1, 10،9، 14).

- الدراسة الاستطلاعية الاولي:

قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (30) فرد من خارج عينة البحث الأساسية بهدف التعرف على مدى مناسبة صياغة المفردات، التأكد من عدم وجود أي مفردات يصعب فهمها، التعرف على أي صعوبة في عملية التطبيق.

وكانت نتائج الدراسة الاستطلاعية مناسبة المقياس من حيث الصياغة واللغة، عدم وجود أي مفردة يصعب فهمها، وبذلك أصبح عدد مفردات المقياس (40) مفردة.

- درجة الاستجابة على المقياس:

قام الباحث باعطاء 3 درجات كحد أقصى لكل مفردة ودرجة واحدة كحد أدنى، وعلى ذلك تراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (120) درجة كحد أقصى، (40) درجة كحد أدنى للمقياس.

- صدق الاتساق الداخلى لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم :

للتحقق من صدق مقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم قام الباحث بحساب الاتساق الداخلى من خلال (30) مدرب كرة قدم كدراسة استطلاعية ، وذلك في الفترة من 15/ 1/ 2023إلى30 / 2023/1، وجداول من (6) (7) توضح ذلك.

- الثبات:

لحساب الثبات لمقياس الضغوط المهنية لمدربي الرياضات الجماعية، استخدم الباحث طريقة الثبات لمعامل ألفا كرونباخ للعينة السابق إستخدامها في حساب صدق الاتساق الداخلى ، وجداول (6)(7) توضح ذلك .

جدول (6)

صدق الإتساق الداخلي بين العبارات ومجموع محاور مقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ومعامل الثبات ألفا كرونباخ (ن=30)

م	العبـــــــارات	قيمة "ر"	معامل ألفا كرونباخ
المحور الأول: ضغوط العمل:			
1	أشعر بالعجز في مواجهة ضغوط العمل .	0.77	0.77
2	طموحاتي في التدريب لا تتحقق بالسرعة التي كنت أتمناها .	0.79	0.77
3	لا أستطيع وضع وترتيب خطة التدريب .	0.80	0.77
4	رئيس النادي لا يقوم بمساعدتي .	0.93	0.75
5	أشعر بأن زملائي لا يقدرون العمل الذي أقوم به .	0.86	0.76
6	أشعر بعدم التقدير للمجهود والعمل الذي أقوم به من قبل مجلس الادارة .	0.83	0.77
7	أشعر بصعوبة العمل الذي يقع علي عاتقي .	0.94	0.76
8	علاقتي سيئة مع زملائي في التدريب.	0.90	0.76
9	يصعب علي اتخاذ القرارات التي تخص اللاعبين .	0.92	0.76
10	رئيسي المباشر عندما أبدي له أي ملاحظة على طريقته وأسلوبه في إدارته للعمل يغضب بشدة.	0.89	0.76
11	خبرتي قليلة في التعامل مع زملائي.	0.88	0.75
12	لا اهتم إلي حد كبير بشغل أوقات الفراغ بشي مفيد.	0.92	0.76

المحور الثاني: الضغوط الاقتصادية:			
13	**لا أتقاضى أجراً مناسباً بالنسبة للعمل الذي أقوم به.**	0.85	0.77
14	**لا أتقاضى أجوراً إضافية تناسب المجهود الذي أبذله.**	0.79	0.76
15	**يغضبني كثرة النزاع مع افراد اسرتي بسبب النواحي المالية .**	0.76	0.76
16	**المكافآت والحوافز غير عادلة بالنسبة لي .**	0.82	0.77
17	**عدم كفاية الراتب الذي أتقاضاه.**	0.83	0.75
18	**الأجر الذي أتقاضاه لا يتناسب مع غلاء المعيشة.**	0.82	0.76
19	**تناقص فرص الوفاء بالالتزامات الشخصية .**	0.91	0.75
20	**يغضبني تقصيري في المتطلبات الخاصة بأسرتي**	0.91	0.76
21	**انخفاض الموارد المالية يؤثر سلبا علي توفير متطلبات المعيشية**	0.87	0.76
22	**انخفاض الدخل المادي يؤدي الي زيادة الاحباط بالنسبة لي**	0.81	0.77
المحور الثالث: الضغوط الأسرية:			
23	**عدم وعي الجمهور بأهمية المنافسة و خروجه عن اللائق يجعلني في حالة اضطراب عصبي**	0.79	0.76
24	**تؤثر ضغوط العمل علي حياتي العائلية.**	0.81	0.75
25	**أشعر بالاحباط لعدم تقدير اسرتي لمسئولياتي الكثيرة .**	0.71	0.77
26	**ضغوط التدريب تؤثر علي استقراراي الاسري .**	0.84	0.78
27	**أسرتي تنظر الي التدريب علي انه شي غير مجدي**	0.75	0.76
28	**أسرتي تشجعني علي الحصول علي دورات متقدمة لرفع مستوايا التدريبي**	0.86	0.75
29	**تعتقد أسرتي بأن العائد من ممارستي للتدريب هو المادة فقط .**	0.85	0.74
30	**انشغالي بالتدريب جعلني لا أستطيع القيام بواجباتي الاسرية .**	0.82	0.76
31	**تواجهني ضغوطا من أسرتي تعوق تقدمي .**	0.92	0.77
المحور الرابع: الضغوط الشخصية :			
32	**الدراسة التخصصية الأكاديمية لا تتلاءم مع متطلبات وظيفتي كمدرب.**	0.98	0.77
33	**خبراتي كبيرة في التدريب ولكني لا أستطيع مواجهة الصعوبات التي تواجهني إداريا .**	0.97	0.77
34	**وظيفتي كمدرب لها واجبات واختصاصات غير واضحة.**	0.95	0.77
35	**العمل الذى أقوم به يتطلب مجهود بدنى وذهنى ذو مستوى عالي.**	0.93	0.78
36	**أشعر بعدم الارتياح نتيجة لضياع الوقت .**	0.95	0.78
37	**خلال فترة تواجدى في عملي أشعر بالراحة والرضا.**	0.93	0.77
38	**أشعر بعض الاحيان بالأكتئاب .**	0.98	0.77

39	**لو أتيحت إلي مهنة بديلة لتركت مهنة التدريب**	0.81	0.79
40	**من المهم للمدرب أن تكون له أهدافا بعيدة يحاول الوصول إليها**	0.84	0.77

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 =0.36

يتضح من جدول (6) أن معاملات الارتباط بين العبارات ومجموع الأبعاد لمقياس الضغوط المهنية لمدربي الرياضات الجماعية قد تراوحت ما بين(0.81: 0.98) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمحور، كما تراوحت معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) ما بين (0.77 : 0.79) مما يشير إلى أن المحور يتمتع بثبات عالي.

جدول (7)

صدق الإتساق الداخلي بين المحاور ومجموعها لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ومعامل الثبات ألفا كرونباخ (ن=30) قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 =0.36

م	العبـــــــارات	قيمة "ر"	معامل ألفا كرونباخ
1	ضغوط العمل	0.99	0.83
2	الضغوط الاقتصادية	0.98	0.85
3	الضغوط الاسرية	0.95	0.88
4	الضغوط الشخصية	0.97	0.85

يتضح من جدول (7) أن معاملات الارتباط بين محاور الاستبيان ومجموعها تراوحت ما بين (0.95: 0.99) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للإستمارة، كما تراوحت معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) ما بين (0.83: 0.85) مما يشير إلى أن الإستمارة يتمتع بثبات عالي.

- **مقياس رأس المال النفسي لمدربي كرة القدم . مرفق (2) (18)**
- **إعداد: وليد سيد حسين (2022)**
- **وصف المقياس:**
- يمكن تطبيق مقياس راس المال النفسي للمدرب الرياضي سواء في الموقف الفردي أو الجمعي. ويستغرق معظم المفحوصين في الإجابة عنه حوالي اربعة دقائق. ويقترح المؤلف أن يذكر صراحة للمفحوص الهدف العام من المقياس بأسلوب مبسط وعام، وقد وضعت تعليمات للمقياس، وكانت مختصرة وبسيطة، وتحدد للمفحوص مباشرة المطلوب منه عند الإجابة.
- كما وضعت بدائل خمسة للإجابة وفيما يلي نص التعليمات:
- **تعليمات:**
- اقرأ من فضلك كل عبارة مما يلي بعناية، وقرر إلى أي حد تعد مميزة لمشاعرك وسلوكك وآرائك، ثم بين مدى انطباقها أو عدم انطباقها عليك، وذلك بوضع دائرة حول رقم من الأرقام التالية لها.
- وعند الاستجابة لمقياس راس المال النفسي للمدرب الرياضي فان المفحوصين يقومون بوضع علامة × أو دائرة في نسخة الاختبار على الرقم المناسب (من 1 - 5) الوارد على يسار كل عبارة، والذي يصف مشاعرهم بوجه عام تبعا لما يلي: 1 – لا اتفق ، 2 – لا ، 3 – محايد ، 4 – اتفق ، 5 – اتفق تماما .
- **التصحيح:**
- يعطى كل بند في مقياس راس المال النفسي للمدرب الرياضي درجة موزونة تتراوح من 1

- 5 وتصحح البنود الدالة على وجود راس المال النفسي للمدرب الرياضي بإعطائها الأوزان ذاتها، وهى الأرقام التي قام المفحوص بوضع دائرة عليها في نسخة الاختبار 1، 2، 3، 4، 5 تصحح بالترتيب 5، 4، 3، 2، 1.
- ولكي تستخرج الدرجة الكلية لمقياس، تجمع - ببساطة الدرجات الموزونة لبنود المقياس .
- **الدراسة الاستطلاعية الثانية :**

قام الباحث باجراء دراسة استطلاعية على عينة قوامها (30) فرد من خارج عينة البحث الأساسية بهدف التعرف على مدى مناسبة صياغة المفردات، التأكد من عدم وجود أي مفردات يصعب فهمها، التعرف على أي صعوبة في عملية التطبيق.

وكان الهدف من الدراسة الاستطلاعية ما يلي:

1- مدى فهم العينة لعبارات مقياس رأس المال النفسي لمدربي كرة القدم
2- التعرف على الصعوبات التى تواجه عينة الدراسة
أ- فهم عبارات كل مقياس في هذه الدراسة
ب- تحديد زمن تطبيق المقياس

- صدق الاتساق الداخلى لمقياس راس المال النفسي لمدربي كرة القدم :

للتحقق من صدق مقياس راس المال النفسي للمدربي كرة القدم قام الباحث بحساب الاتساق الداخلى من خلال (3) مدرب كرة قدم (كدراسة استطلاعية) ، وذلك في الفترة من 1/15 / 2023إلى 30/ 2023/1، وجداول من (8) (9) توضح ذلك.

- الثبات:

لحساب الثبات لمقياس راس المال النفسي للمدرب الرياضي ، استخدم الباحث طريقة الثبات لمعامل ألفا كرونباخ للعينة السابق إستخدامها في حساب صدق الاتساق الداخلى ، وجداول (8) (9) توضح ذلك .

جدول (8)

صدق الإتساق الداخلي بين العبارات ومجموع محاور مقياس راس المال النفسي للمدرب الرياضي ومعامل الثبات ألفا كرونباخ (ن=3)

م	العبـــــــارات	قيمة "ر"	معامل ألفا كرونباخ
محور التفاؤل:			
	غالبا ما انظر إلي الجانب المشرق من خلال عملي كمدرب رياضي	0.91	0.72
	انا متفائل بشأن الاحداث المستقبلية بخصوص عملي كمدرب رياضي	0.93	0.81
	أتوقع تحقيق مستوي عالي في مجال التدريب الرياضي .	0.90	0.88
	اثناء التدريب دئما ما احث اللاعبين علي توقع الافضل .	0.81	0.86
	أسعي إلى تحقيق طموحاتي في مجال التدريب الرياضي .	0.92	0.85
	احث اللاعبين دئما علي التفاؤل بنتيجة المباريات .	0.93	0.85
	اعتقد ان النجاح من التدريب سيتحقق في المنافسات .	**0.93**	0.80
	لدي كفاءه لتطوير حياتي المهنيه بشكل أفضل.	**0.90**	0.84
محور الامل:			
	اري نفسي كمدرب رياضي شخص له قيمة اعتز بها .	**0.90**	**0.87**
	اشعر بالسعادة من خلال عملي كمدرب رياضي	**0.95**	**0.88**
	أشعر بتطور في مستوايا التدريبي .	**0.91**	**0.79**

	انا راض عن كل شي اقوم به في التدريب الرياضي .	**0.98**	0.78
	اشعر ان المستقبل ملئ بالخير والامل .	**0.91**	0.80
	استطيع تحقيق النجاح تحت اي ظروف	**0.90**	0.78
	اسعي بكل همة من تحقيق اهدافي في التدريب الرياضي .	**0.91**	0.79
	أشعر بالأمان تجاه مستقبلي في مجال التدريب.	**0.93**	0.80
	دئما اكتب اهدافي المستقبلية واخطط لها .	**0.95**	0.82
	دئما احصل علي دورات تدريبية لكي اطور من مستوايا التدريبي .	0.89	0.80
محور المرونة:			
	لدي مرونة عالية في التعافي (العودة للحالة الطبيعية) عند مواجهه العقبات .	**0.96**	0.77
	لدي القدرة علي تخطي أخطاء الاخرين تجاهي .	**0.89**	0.80
	أستطيع التحكم في مشاعري في اغلب المواقف .	**0.91**	0.75
	لدي القدرة علي تقويم اهدافي بأستمرار	**0.90**	0.77
	استفيد من تجاريبي السابقة في اتخاذر القرارات	0.95	0.79
محور الكفاءة الذاتية:			
	خبراتي السابقة تمكنني علي مواجهة المشكلات التي تواجه الفريق .	0.89	0.78
	لدي القدرة علي قبول أعزار اللاعبين .	0.85	0.88
	اعد اللاعبين جيدا لمواجهه المنافسين .	0.92	0.80
	أشكر الجمهور بإمتنان.	0.94	0.81
	لدي القدرة علي تحليل اداء الفرق التي أوجهها	0.87	0.82
	أختلف في الرأي مع الآخرين بأسلوب لائق.	0.92	0.80
	لدي القدرة علي اكتساب خبرات جديدة من مدربين اخرين	0.94	0.81
	اشغل اوقات الفراغ بتعلم ما هو جديد في مجال التدريب الرياضي	0.96	0.79
	استطيع السيطرة علي مشاعري في المواقف المثيرة للغضب	0.90	0.0.81

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 =0.36

يتضح من جدول (8) أن معاملات الارتباط بين العبارات ومجموع الأبعاد لمقياس راس المال النفسي للمدرب الرياضي قد تراوحت ما بين(0.81: 0.98) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للمحور، كما تراوحت معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) ما بين (0.72 : 0.88) مما يشير إلى أن المحور يتمتع بثبات عالي.

جدول (9)

صدق الإتساق الداخلي بين المحاور ومجموعها لمقياس راس المال النفسي لدي مدربي كرة القدم ومعامل الثبات ألفا كرونباخ (ن=3) قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 =0.36

م	العبـــــــارات	قيمة "ر"	معامل ألفا كرونباخ
1	محور التفاؤل	0.96	0.86
2	محور الامل	0.93	0.81
3	محور المرونة	0.90	0.80
4	محور الكفاءة الذاتية	0.94	0.84

يتضح من جدول (9) أن معاملات الارتباط بين محاور الاستبيان ومجموعها تراوحت ما بين (0.90: 0.96) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (0.05) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للإستمارة، كما تراوحت معاملات الثبات (ألفا كرونباخ) ما بين (0.80: 0.86) مما يشير إلى أن الإستمارة يتمتع بثبات عالي.

- التجربة الأساسية للبحث:

تم تطبيق أدوات البحث في الفترة من 2023/2/15م حتى يوم 2023/2/25م.

- المعاملات الإحصائية :

اســتخدم الباحث الأســاليب المناســبة مع طبيعة البحث وبرنامج spssv.20

- معامل ألفا كرونباخ
- الوزن النسبي
- معامل الارتباط .
- الدرجة المقدرة
- المتوسط الحسابي –
- النسبة المئوية .

النتائج

1- ما الضغوط المهنية التي تواجه مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

جدول (10)

النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لمقياس الضغوط المهنية لمدربي الرياضات الجماعية

م	العبـــــــارة	الدرجة المقدرة	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	التقدير	الترتيب
	المحور الأول: ضغوط العمل:					
1	**أشعر بالعجز في مواجهة ضغوط العمل .**	135	56.25	1.69	لا	5
2	**طموحاتي في التدريب لا تتحقق بالسرعة التي كنت أتمناها .**	136	56.67	1.70	لا	2
3	**لا أستطيع وضع وترتيب خطة التدريب .**	130	54.17	1.63	لا	12
4	**رئيس النادي لا يقوم بمساعدتي .**	133	55.42	1.66	لا	9
5	**أشعر بأن زملائي لا يقدرون العمل الذي أقوم به .**	135	56.25	1.69	لا	5

6	أشعر بعدم التقدير للمجهود والعمل الذي أقوم به من قبل مجلس الادارة .	137	57.08	1.71	إلى حد ما	1
7	أشعر بصعوبة العمل الذي يقع علي عاتقي .	136	56.67	1.70	لا	2
8	علاقتي سيئة مع زملائي في التدريب.	135	56.25	1.69	لا	5
9	يصعب علي اتخاذ القرارات التي تخص اللاعبين .	136	56.67	1.70	لا	2
10	رئيسي المباشر عندما أبدي له أي ملاحظة على طريقته وأسلوبه في إدارته للعمل يغضب بشدة.	130	54.17	1.63	لا	12
11	خبرتي قليلة في التعامل مع زملائي.	133	55.42	1.66	لا	9
12	لا اهتم إلي حد كبير بشغل أوقات الفراغ بشي مفيد.	135	56.25	1.69	لا	5
	مجمـــــــــــــــوع البعد	134.25	55.94	1.68	لا	
المحور الثاني: الضغوط الاقتصادية:						
1	لا أتقاضى أجراً مناسباً بالنسبة للعمل الذي أقوم به.	137	57.08	1.71	إلى حد ما	1
2	لا أتقاضى أجوراً إضافية تناسب المجهود الذي أبذله.	136	56.67	1.70	لا	3
3	يغضبني كثرة النزاع مع افراد اسرتي بسبب النواحي المالية .	135	56.25	1.69	لا	6
4	المكافآت والحوافز غير عادلة بالنسبة لي .	136	56.67	1.70	لا	3
5	عدم كفاية الراتب الذي أتقاضاه.	130	54.17	1.63	لا	10
6	الأجر الذي أتقاضاه لا يتناسب مع غلاء المعيشة.	133	55.42	1.66	لا	9
7	تناقص فرص الوفاء بالالتزامات الشخصية .	135	56.25	1.69	لا	6
8	يغضبني تقصيري في المتطلبات الخاصة بأسرتي	137	57.08	1.71	إلى حد ما	1
9	انخفاض الموارد المالية يؤثر سلبا علي توفير متطلبات المعيشية	136	56.67	1.70	لا	3
	انخفاض الدخل المادي يؤدي الي زيادة الاحباط بالنسبة لي	135	56.25	1.69	لا	6
	مجمـــــــــــــــوع البعد	135	56.25	1.69	لا	
المحور الثالث: الضغوط الأسرية:						
1	عدم وعي الجمهور بأهمية المنافسة و خروجه عن اللائق يجعلني في حالة اضطراب عصبي	134	55.83	1.68	لا	5
2	تؤثر ضغوط العمل علي حياتي العائلية.	134	55.83	1.68	لا	5
3	أشعر بالاحباط لعدم تقدير اسرتي لمسئولياتي الكثيرة .	135	56.25	1.69	لا	3

4	ضغوط التدريب تؤثر علي استقراراي الاسري .	136	56.67	1.70	لا	1
5	أسرتي تنظر الي التدريب علي انه شي غير مجدي	130	54.17	1.63	لا	9
6	أسرتي تشجعني علي الحصول علي دورات متقدمة لرفع مستوايا التدريبي	136	56.67	1.70	لا	2
7	تعتقد أسرتي بأن العائد من ممارستي للتدريب هو المادة فقط .	134	55.83	1.68	لا	5
8	انشغالي بالتدريب جعلني لا أستطيع القيام بواجباتي الاسرية .	134	55.83	1.68	لا	5
9	تواجهني ضغوطا من أسرتي تعوق تقدمي .	135	56.25	1.69	لا	3
	مجمـــــــــــــــوع البعد	134.22	55.93	1.68	لا	
المحور الرابع: الضغوط الشخصية:						
1	الدراسة التخصصية الأكاديمية لا تتلاءم مع متطلبات وظيفتي كمدرب.	184	76.67	2.30	إلى حد ما	9
2	خبراتي كبيرة في التدريب ولكني لا أستطيع مواجهة الصعوبات التي تواجهني إداريا .	184	76.67	2.30	إلى حد ما	1
3	وظيفتي كمدرب لها واجبات واختصاصات غير واضحة.	134	55.83	1.68	لا	2
4	العمل الذى أقوم به يتطلب مجهود بدنى وذهنى ذو مستوى عالي.	140	58.33	1.75	إلى حد ما	10
5	أشعر بعدم الارتياح نتيجة لضياع الوقت .	137	57.08	1.71	إلى حد ما	5
6	خلال فترة تواجدى في عملي أشعر بالراحة والرضا.	139	57.92	1.74	إلى حد ما	7
7	أشعر بعض الاحيان بالأكتئاب .	175	72.92	2.19	إلى حد ما	6
8	لو أتيحت إلي مهنة بديلة لتركت مهنة التدريب	184	76.67	2.30	إلى حد ما	4
9	من المهم للمدرب أن تكون له أهدافا بعيدة يحاول الوصول إليها	136	56.67	1.70	لا	3
	مجمـــــــــــــــوع البعد	157	65.42	1.96	إلى حد ما	
	مجموع المقياس	140.12	58.38	1.75	إلى حد ما	

يتضح من جدول (10) مايلي:

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد ضغوط العمل لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (54.17%: 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (55.94%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.71) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.68)، حيث تبين أن العبارة رقم (6)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما

جاءت العبارة (3)(10)"""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه عدم الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الإقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (54.17%: 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (56.25%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.71) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.69)، حيث تبين أن العبارة رقم (6)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)"""""" في المرتبة الأخير، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه عدم الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الأسرية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (54.17%: 56.67%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (55.93%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.70) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.68)، حيث تبين أن العبارة رقم (4)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (5)"""""" في المرتبة الأخير، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه عدم الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الشخصية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (58.33%: 76.67%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (65.42%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.75: 2.30) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.96)، حيث تبين أن العبارة رقم (6)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)"""""" في المرتبة الأخير، كما جاء إستجابة عينة البحث في البعد ككل إلى حد ما، وفي المقياس إلى حد ما.

2- ما مستوى رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

جدول (11)

النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس

م	العبارات	الدرجة المقدرة	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	التقدير	الترتيب
	محور التفاؤل:					
1	غالبا ما انظر إلى الجانب المشرق من خلال عملي كمدرب رياضي	275	68.75	3.44	اتفق	8
2	انا متفائل بشأن الاحداث المستقبلية بخصوص عملي كمدرب رياضي	288	72.00	3.60	اتفق	1
3	أتوقع تحقيق مستوي عالي في مجال التدريب الرياضي.	287	71.75	3.59	اتفق	3
4	اثناء التدريب دائما ما احث اللاعبين على توقع الافضل.	275	68.75	3.44	اتفق	8
5	أسعى إلى تحقيق طموحاتي في مجال التدريب الرياضي.	275	68.75	3.44	اتفق	8
6	احث اللاعبين دائما على التفاؤل بنتيجة المباريات.	281	70.25	3.51	اتفق	4
7	اعتقد ان النجاح من التدريب سيتحقق في المنافسات.	275	68.75	3.44	اتفق	8

8	لدي كفاءه لتطوير حياتي المهنية بشكل أفضل.	288	72.00	3.60	اتفق	1
	مجموع البعـــــــــــد	**280.5**	**70.13**	**3.51**	**اتفق**	
	محور الامل:					
1	اري نفسي كمدرب رياضي شخص له قيمة اعتز بها .	275	68.75	3.44	اتفق	10
2	اشعر بالسعادة من خلال عملي كمدرب رياضي	275	68.75	3.44	اتفق	10
3	أشعر بتطور في مستوايا التدريبي .	281	70.25	3.51	اتفق	7
4	انا راض عن كل شي اقوم به في التدريب الرياضي .	275	68.75	3.44	اتفق	10
5	اشعر ان المستقبل ملئ بالخير والامل .	288	72.00	3.60	اتفق	5
6	استطيع تحقيق النجاح تحت اي ظروف	287	71.75	3.59	اتفق	6
7	اسعي بكل همة من تحقيق اهدافي في التدريب الرياضي .	320	80.00	4.00	اتفق	1
8	أشعر بالأمان تجاه مستقبلي في مجال التدريب.	289	72.25	3.61	اتفق	2
9	دئما اكتب اهدافي المستقبلية واخطط لها .	289	72.25	3.61	اتفق	2
10	دئما احصل علي دورات تدريبية لكي اطور من مستوايا التدريبي .	289	72.25	3.61	اتفق	2
	مجموع البعد	286.8	71.70	3.59	اتفق	
	محور المرونة:					
1	لدي مرونة عالية في التعافي (العودة للحالة الطبيعية) عند مواجهه العقبات .	275	68.75	3.44	اتفق	5
2	لدي القدرة علي تخطي أخطاء الاخرين تجاهي .	288	72.00	3.60	اتفق	1
3	أستطيع التحكم في مشاعري في اغلب المواقف .	287	71.75	3.59	اتفق	2
4	لدي القدرة علي تقويم اهدافي بأستمرار	275	68.75	3.44	اتفق	5
5	استفيد من تجاريبي السابقة في اتخاذ القرارات	275	68.75	3.44	اتفق	5
	مجموع البعد	280	70.00	3.50	اتفق	
	محور الكفاءة الذاتية:					
1	خبراتي السابقة تمكنني علي مواجهة المشكلات التي تواجه الفريق	281	70.25	3.51	اتفق	6
2	لدي القدرة علي قبول أعزار اللاعبين .	275	68.75	3.44	اتفق	9
3	اعد اللاعبين جيدا لمواجهه المنافسين .	288	72.00	3.60	اتفق	2
4	أشكر الجمهور بإمتنان.	287	71.75	3.59	اتفق	4
5	لدي القدرة علي تحليل اداء الفرق التي أوجهها	275	68.75	3.44	اتفق	9
6	أختلف في الرأي مع الآخرين بأسلوب لائق.	288	72.00	3.60	اتفق	2

7	لدي القدرة علي اكتساب خبرات جديدة من مدربين اخرين	287	71.75	3.59	اتفق	4
8	اشغل اوقات الفراغ بتعلم ما هو جديد في مجال التدريب الرياضي	275	68.75	3.44	اتفق	9
9	استطيع السيطرة علي مشاعري في المواقف المثيرة للغضب	291	72.75	3.64	اتفق	1
مجموع البعد		283	70.75	3.54	اتفق	
مجمـــــــــــــوع المقيـــــــــــــاس		1130.3	282.58	14.13	اتفق تماما	

يتضح من جدول (11) مايلي:

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور التفاؤل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.51)، حيث تبين أن العبارة رقم (2)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (4)(5)(7)"""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

-تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الأمل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 80%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (71.70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 4) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.59)، حيث تبين أن العبارة رقم (7)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)(2)(4)"""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور المرونة لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.50)، حيث تبين أن العبارة رقم (2)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)(4)(5)"""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الكفاءة الذاتية لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72.75%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 3.64) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.54)، حيث تبين أن العبارة رقم (9)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (2)(5)(8)"""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

3-هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

جدول (12)

مصفوفة الإرتباط بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس (ن=8)

م	راس المال النفسي / الضغوط المهنية	محور التفاؤل	محور الامل	محور المرونة	محور الكفاءة الذاتية	المقياس ككل
1	ضغوط العمل	**0.94**	**0.84**	**0.95**	**0.89**	**0.92**
2	الضغوط الاقتصادية	**0.91**	**0.78**	**0.83**	**0.86**	**0.89**
3	الضغوط الاسرية	**0.89**	**0.81**	**0.87**	**0.90**	**0.87**
4	الضغوط الشخصية	**0.90**	**0.79**	**0.92**	**0.80**	**0.90**
5	**المقياس ككل**	**0.92**	**0.88**	**0.96**	**0.87**	**0.91**

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.23

يتضح من جدول (12) وجود معاملات ارتباط معنوية طردية دالة إحصائية عند مستوى "0.05" بين الضغوط المهنية ورأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس حيث تراوحت قيمة "ر" المحسوبة ما بين (0.78: 0.96) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى "0.05".

مناقشة النتائج وتفسيرها

مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الاول والذى ينص على " ما الضغوط المهنية التي تواجه مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

يتضح من جدول (10) مايلي:

-- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد ضغوط العمل لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (54.17%: 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (55.94%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.71) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.68)، حيث تبين أن العبارة رقم (6)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (3)(10)""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه عدم الموافقة

-- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الإقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17%: 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (56.25%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.71) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.69)، حيث تبين أن العبارة رقم (6)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)""""" في المرتبة الأخير، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه عدم الموافقة

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الأسرية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17%: 56.67%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (55.93%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.70) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.68)، حيث تبين أن العبارة رقم (4)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (5)""""" في المرتبة الأخير، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه عدم الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الشخصية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (58.33%: 76.67%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (65.42%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.75: 2.30) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (1.96)، حيث تبين أن العبارة رقم (6)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)""""" في المرتبة الأخير، كما جاء إستجابة عينة البحث في البعد ككل إلى حد ما، وفي المقياس إلى حد ما.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلي أن السمات الشخصية للمدربين لعبت دوراً حيوياً حيث أن هولاء المدربين يتسمون بالحرص و بناء العلاقات الشخصية والتفاؤل بالمستقبل وكان بأستطاعتهم التغلب علي كل ما من شأنه أن يسبب لهم ضغوطاً في عملهم مما يقلل إحساسهم بالاحتراق النفسي بينما يلجا الاخرون الي الاندفاع واتخاذ القرارات السريعة والعمل تحت الضغوط مما يسبب لهم القلق عند القيام بمهام مختلفة التي تتطلبها طبيعة عملهم مما ينتج عنه فشلهم في القيام بمهامهم التدريبية .

وتتفق هذه النتائج مع ما ذكره ابو علي غالب علي (2015 م) بأن الأشخاص الذين يتسمون بالحيوية لديهم قدرة كبيرة علي الانجاز ولديهم قدر كبير علي التغلوب علي تلك الضغوط الواقعة عليهم ولديهم قدر كبير من النشاط والطاقة يدفعهم للمثابرة لتحقيق ما يطمحون إليه , كما أنهم محبون للعمل والحركة السريعة وهذه الحيوية تجعل نظرتهم للحياة يملؤها الرضا والتفاؤل

لذا مما تقدم يكون قد تحقق من التساؤل الاول والذي ينص **علي " ما الضغوط المهنية التي تواجه مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟**

2- مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثاني والذى ينص على " ما مستوى رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

يتضح من جدول (11) مايلي:

-تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الأمل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 80%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (71.70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 4) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.59)، حيث تبين أن العبارة رقم (7)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)(2)(4)""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

-- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور التفاؤل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.51)، حيث تبين أن العبارة رقم (2)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (4)(5)(7)""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور المرونة لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.50)، حيث تبين أن العبارة رقم (2)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (1)(4)(5)""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الكفاءة الذاتية لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72.75%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لإستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44: 3.64) وبلغ المتوسط الحسابي لإستجابات عينة البحث للبعد (3.54)، حيث تبين أن العبارة رقم (9)"" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الإستبيان كما جاءت العبارة (2)(5)(8)""""" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت إستجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه الموافقة.

وتشير هذه النتائج الي ان مستوي المدربين مرتفع بوجه عام فيما يمتلكونه من رأس المال النفسي ويمكن تفسير ذلك بأن المدربين لديهم ما يكفي من الطموح لكي يحققوا إنجازات علي المستوي الشخصي خاصة تحقيق حلم كل مدرب وهو التدريب في (دوري الممتاز أ) لكرة القدم حتي تتسلط عليهم الاضواء الاعلامية والشهرة ومن ثم تحقيق هدفهم الرئيسي وهو التدريب للمنتخبات الوطنية مما يؤدي ذلك الي إنجاز اهدافهم من خلال تغلبهم علي المصاعب التي يواجهونا في طريق تحقيق أهدافهم وذلك من خلال القدرة علي الصمود والامل , وايضا يعزو الباحث هذه النتائج بأن هولاء المدربين لديهم الدافعية الكافية لتطوير مستواهم التدريبي بشكل مستمر والحصول علي الرخص التدريبية والدورات الذي ينظمها الاتحاد المصري لكرة القدم ومن ثم يكونوا لهم الحق للتدريب في المستويات العليا , ويتفق نتائج هذه الدراسة مع **دراسة أميرة بدر (2018) (1), ودراسة Abbas& Raja (12) (2001)**

-كما تتفق هذه النتائج مع دراسة مرعي سلامة (2021) علي أهمية رأس المال النفسي والتي تتأسس علي تحسين كفاءة الافراد بمعرفتهم بقيمتهم وبكفاءتهم ولتدفعهم نحو العمل ببذل الجهد بشكل أكبر وتحقيق المهمة بشكل أكثر تحديدا كما تساعد علي تدعيم العمل الجماعي والذي بدوره يقلل من الضغوط والتوتر . لذا مما تقدم يكون قد تحقق من التساؤل الاول والذي ينص **علي " " ما مستوى رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟**

3- **مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثالث والذى ينص على " هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟**

يتضح من جدول (12) وجود معاملات ارتباط معنوية طردية دالة إحصائية عند مستوى "0.05" بين الضغوط المهنية ورأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس حيث تراوحت قيمة "ر" - المحسوبة ما بين (0.78: 0.96) وهي أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوى "0.05".

ويعزي الباحث هذه النتائج انه كلما ارتفاع رأس المال النفسي للمدربين انخفضت الضغوط الواقعة علي المدربين وهذا ما يدل انه كلما عمل المدرب علي تطوير مستواه التدريبي من جميع النواحي (النفسية – الخططية – المهارية – البدنية) كلما تحكم المدرب في الضغوط الواقعة عليه اثناء العملية التدريبية أو اثناء المنافسات .

وهذه النتائج تتفق مع دراسة مرعي سلامة (2021) بأنه وجود علاقة بين التفاؤل وعدد من المتغيرات مثل النجاح الدراسي والتقدير العام للذات والقدرة علي مواجهة الضغوط .

وتشير دراسة صبحي بن سعيد عويض (9) بأن رأس المال النفسي يؤثر إيجابيا في الاداء الوظيفي والالتزام التنظيمي , المشاركات الوجدانية الفعالية , الرفاهية الذاتية للافراد , تقوية روح الفريق , الرضا الوظيفي و تحفيزهم علي الابتكار والتغيير الايجابي , تعزيز القدرة التنافسية من خلال الاستثمار الامثل للقدرات النفسية للعاملين كأفراد وفرق لتحقيق الاهداف , كما انه لديه دور علي تقليل الدخول في مواقف الصراعات والمواقف غير المرغوب فيها و في تقليل الشعور بالإجهاد الانفعالي والاحتراق النفسي او الضغوط الوظيفية

لذا مما تقدم يكون قد تحقق من التساؤل الثالث والذي ينص **علي "** هل توجد علاقة دالة إحصائياً بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

الاستخلاصات-:

1- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد ضغوط العمل لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم مابين (54.17%: 57.08%) .

2- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الإقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17%: 57.08%) .

3- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الإقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17%: 57.08%) .

4- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الأسرية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17%: 56.67%) .

5- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد الضغوط الشخصية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (58.33%: 76.67%).

6- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور التفاؤل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%).

7- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الأمل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 80%).

8- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور المرونة لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72%).

9- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الكفاءة الذاتية لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس مابين (68.75%: 72.75%).

10- وجود معاملات ارتباط معنوية طردية دالة إحصائية عند مستوى "0.05" بين الضغوط المهنية ورأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم.

- **التوصيات التربويه:**

1- الاهتمام بمواجه الضغوط المهنية التي تؤثر على مستوى مدرب كرة القدم.

2- ضرورة الاهتمام بإعداد المدرب الرياضي أكاديمياً ومهنياً ونفسياً.

3- وضع برامج لتنمية رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم.

4- تهيئة المناخ الرياضي بما لا يسمح بتزايد الضغوط المهنية على مدربي كرة القدم.

5- استخدام مقياس رأس المال النفسي عند بناء البرامج النفسية للمدربين .

6- محاولة استخدام مقياس رأس المال النفسي علي بعض مدربي بعض الرياضات الاخري.

7- عقد دورات لتوعية المدربين والرياضيين والاخصائيين النفسيين بأهمية رأس المال النفسي بما يساعد في القدرة علي مواجهة الضغوط المهنية .

المراجـــــــع

أولاً المراجع العربية.

1- أفرن رؤوف (2014 م): إستراتيجيات مواجهة الضغوط المهنية إستخداماً لدى مستخدمي إدارة الغابات، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية، جامعة محمد خيضر.

2- أميرة محمد بدر (2018 م) :" رأس المال النفسي وعلاقته بكل من استراتيجيات الجهد الانفعالي والرضا عن العمل لدي معلمي المرحلة الابتدائي , المجلة المصرية للدراسات النفسية , العدد (100) , المجلد الثامن والعشرون .

3- بسطويسى أحمد (1999م): أسس ونظريات التدريب الرياضى، دار الفكر العربى، القاهرة.

4- حسن مصطفي عبد المعطي (2006 م) :" ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها – الصحة النفسية , مكتبة زهراء الشرق , القاهرة .

5- حسين طه عبدالعظيم (2006م) : " وحسين سلامة عبدالعظيم: إستراتيجات إدارة الضغوط التربوية والنفسية دار الفكر، الأردن.

6- زكي محمد حسن(1998م) المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب، منشأة المعارف، الإسكندرية .
7- سليم نعامة، أنور جميل علي (2011م): الضغوط المهنية وعلاقتها بالأداء الوظيفي، المجلد (33)، العدد(5)، سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية، مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية.
8- سهام مطشر الكعبي (2018 م) :" رأس المال النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدي منتسبي الجامعة من التدريسين والموظفين , مجلة الاداب , كلية الاداب, جامعة بغداد .
9- صبحي بن سعيد عويض (2020 م) رأس المال النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي واليقظة العقلية لدي معلمي ومعلمات ذوي الاعاقة , مجلة العلوم التربوية والنفسية, جامعة القصيم .
10- عمر نصر الله قشطة (2011م) :" المدرب الرياضي من خلال معايير الجودة الشاملة , دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر والتوزيع , الاسكندرية .
11- علا عبد الرحمن علي (2021 م) : " رأس المال النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي و الاحتراق النفسي لدي المعلمات بالروضة في ضوء المتغيرات , مجلة دراسات في الطفولة والتربية , كلية التربية للطفولة المبكرة , جامعة أسيوط .
12- غادة يوسف عبد الرحمن (2022 م) :" الضغوط النفسية للاعبي العاب القوي في ضوء الجنس و نوع المسابقة , مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية , كلية التربية الرياضية , جامعة أسيوط .
13- محمد السيد نجيب (1994م) : الضغوط النفسية وعلاقتها بتحقيق الذات ووجهة الضبط لدى عينة من معلمى المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
14- محمد حسن علاوي (2006م) : مدخل للإعداد النفسي للرياضيين مجلة الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي ، الاعداد النفسي للبطل الرياضي ، الاصدار الثالث ، القاهرة .
15- محمد حسن علاوى(٢٠18) : علم نفس الرياضة و الممارسة البدنية , دار الكتاب الحديث, القاهرة.
16- مرعي سلامة يونس : " (2021 م) علم النفس الايجابي في المجال الرياضي , مركز الكتاب للنشر , القاهرة .
17- نيفين أسعد يوسف (2010م) : بناء مقياس للسمات الارادية لطالبات التدريب الميداني بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الاسكندرية : مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية , كلية التربية الرياضية , جامعة أسيوط .
18- وليد سيد حسين (2022 م) : مقياس رأس المال النفسي لمدربي كرة القدم مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية , كلية التربية الرياضية , جامعة أسيوط .
19- وليد محمد أبو المعاطي (2018 م) : رأس المال النفسي وعلاقته بالالتزام المهني لدي معلمي التعليم العام , مجلة العلوم التربوية , كلية الدراسات العليا للتربية , جامعة القاهرة.
20- ياسمين عبد الغني سالم و آخرون (2022 م) : " نموذج بنائي لرأس المال النفسي وعلاقته بالقيادة الأصلية والرضا الوظيفي لدي عينة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات المصرية , المجلة المصرية للدراسات النفسية , الجمعية المصرية للدراسات النفسية .

ثانياً المراجع الأجنبية:-

21- Abbas& Raja,2011, U, Darr W., & Bouckenooghe, D (2014) Ccmbined effects of perceived politics and psychological capitalon jop satisfaction turnover intentions , and performancejournal of Management 40(7) ,1813-1830.
22- Antoniou A. et.al: Gender and age differences in occupational stress and professional burnout between primary and high-school teachers in Greece,

Journal of Managerial Psychology, Volume: 21, Issue: 7, 2006.

23- Baron & Greenberg : Behavior in organizations understanding and managing the human side of work , Boston, allyn and bacon, 1990.

24- Carson, Robert C. & Butcher, James N. coleman, James C., Abnormal psychology and Modern life, 8th edition, Boston, scott Foresman and company, 1988.

25- Goleman, Danial: About Emotional intelligence, Scholastic Early Childhood Today .New York, Vol.13, ISS.4, 1999.

26- Booyart, I , Chomphupart , S& Arin , N (2010) . Leadership empowerment and attitude outcomes, The journal of behavioral science , 5 (1) , 1-14 .

27- Chaudhary , Bidlan j .s & Darolia , C.R (2015) A study of relationship of psychological capital with jop satisfaction and turnover intention of lic employees indian journal of health and wellbeing 6 (7) , 692-695.

28- Christophe Gernigon, Fabienne, Delignieris&Gregory (2004) Dynamical Systems Perspective on Goal involvement State in Sport , Journal of Sport and exercise psychology. Voiume 17

29- Cimen ,I& Ozgan , H (2018). Contributing and damaging factors related to the psychological capital of teachers: A qualitative analysis issues in Educational Research , 28 (2) ,308-328.

30- Gavus , Mustafa fedai & gokgen ayse (2015) : psychological capital : definition , components and Effects . british journal of education , 5 (3) : 244-255