

ادارة الضغوط لدى مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية
 *أ.م.د/ ويسم صالح عبد الجواد
 **د / محمد السيد شاكر
 ***الباحث / محمد عبدالمنعم

المقدمة:

أن الإدارة هي وظيفة تنفيذ الأشياء عن طريق الأشخاص، وهي "العملية الخاصة بالتخطيط والتنظيم والتوجيه والرقابة والتي تؤدي بغرض تحقيق الأهداف والعمل على تحقيقها بإستخدام الأفراد والموارد الأخرى". (٨: ٢)

يري "محمود جمال محمد" (٢٠١٥ م) أنه نظراً لأهمية الأنشطة الرياضية في العصر الحديث وإزدياد الحاجة إليها فقد أصبحت تستند إلى خصائص ومبادئ علمية توضع برامجها في ضوء معلومات منسقة مستندة إلى خصائص علمية مختلفة، وأصبحت تهتم بأكثر من الناحية البدنية للفرد، فشملت النواحي الفسيولوجية والسيكولوجية بالإضافة إلى النواحي العقلية والاجتماعية وغيرها من أوجه النمو والتطور وتعدد مهامها وكثير عدد العاملين في ميادينها المختلفة مما تتطلب تنظيمًا إداريًا سليماً، حيث يتوقف نجاح برامج الأنشطة الرياضية وقوة تأثيرها على حسن إدارة هذه البرامج. (١١: ١٠)

يشير "محمد العميان" (٢٠٠٥م) أن ضغوط العمل أصبح هذا الموضوع أحد المجالات الأساسية اهتمام العديد من رجال الفكر الإداري والتنظيمي الذين اختلفوا في تعريفهم لهذا المفهوم من شخص لآخر كل حسب تخصصه ومجال عمله. (٩: ١٥٩)

يذكر كلاً من "فاروق عبده فلييه، عبد المجيد السيد" (٢٠٠٥م) أن ضغوط العمل هي الضغوط الناتجة عن طبيعة الوظيفة التي يؤديها الفرد من حيث مسؤولياتها وأعبائها وأهميتها وعلاقتها بالوظائف الأخرى، والدور الذي يلعبه صاحب الوظيفة وخصائص هذا الدور .

ويري بعض الباحثين أن الضغوط عبارة عن اختلال وظيفي في المنظمة أو المؤسسة التي يعمل بها الفرد، ويؤدي هذا الاختلال إلى إنخفاض مستوى الرضي الوظيفي وضعف الأداء وإنخفاض مستوى الفاعلية. (٦: ٣٠٥)

ومن أسباب الضغوط التي يتعرض لها المدرب في التدريب: عدم تناسب عدد ساعات العمل مع طاقة المدرب وظروفه، عدم تناسب كمية العمل أو نوعيته وقدرات المدرب، عدم تعاون

* أستاذ مساعد بقسم الإدارة الرياضية والترويج كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط

** مدرس بقسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط

*** باحث بقسم الإدارة الرياضية والترويج كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط

اللاعبين، عدم توفير الوسائل والتسهيلات التي تنهي التدريب بمجهود ووقت أقل، عدم رضا المدرب عن وضعه الوظيفي، عدم تحديد مسؤوليات المدرب، تداخل الاختصاصات والمسئوليات، عدم مرونة المسؤولين، بينما أدى آخرون بان الضغوط التي يتعرض لها المدرب تمثل في اللاعبين، نقص الكفاءة والخبرة، أساليب التقييم ومنح الحوافز، تأخير إنجاز ما عليه من أعمال من وقت لآخر حتى تتراكم عليه الأعمال، شعوره بأن نوع العمل الذي يمارسه لا يرقى إلى مستوى طموحه، أنه يستحق رتبة وظيفية أعلى داخل المؤسسة، عدم معرفة طبيعة عمله بدقة، قلة التخطيط الناتج عن السلوك الفوضوي. (٥ : ٣١٥)

يذكر "جمعة سيد يوسف، عبدالحليم محمود السيد" (٢٠٠٦م) بان ضغط العمل بالمفهوم العلمي هو تفاعل بين الدوافع والمنبهات الموجودة في البيئة الخارجية، وبين الاستجابة الفردية لها بأشكال تحددها معالم الطباع والشخصية. وهذا يعني أن مستوى الشعور بضغط العمل وانعكاساتها، يتفاوت من شخص إلى آخر وذلك بحسب كفاءته وطبيعته وموقعه في المؤسسة. (٤ : ٢٠١)

يذكر كلاً من "أمين أنور الخولي"، "جمال الدين الشافعي" (٢٠٠٠م) أنه يواجه مدربي كرة القدم العديد من المثيرات الضاغطة التي قد يصادفها نظراً لتنوع المطالب التي ينبغي عليه الوفاء بها، كالإنجاز العالي، واكتساب المهارات الحركية، والقدرات الخطئية، والاستعداد البدني والنفسي للمنافسة الرياضية، والتحكم الانفعالي، ومحاولة التوافق بين متطلبات التدريب ومتطلبات الحياة والدراسة؛ والتفاعل الجيد مع الآخرين، وكذلك الخوف من الفشل أو الهزيمة، والخوف من الإصابة والقلق والتوتر والاستشارة؛ التي ترتبط بالمنافسة الرياضية. (٣ : ١٢)

حيث يري كلاً من "محمد شوقي كشك"، "أمرالله أحمد البساطي" (٢٠٠٠م) أن كرة القدم تتطور بشكل ملحوظ ويرجع ذلك إلى اتخاذ العاملين في حقلها الأسلوب العلمي طريقاً لهم في مجالاتها المختلفة سواء كان ذلك في مجال التدريس أو التدريب أو الإدارة أو العلاج الطبيعي أو أي مجال آخر يساعد على النهوض بمستوى اللاعبين والفريق. (١٠ : ٢٥)

في ضوء ذلك يشير "أحمد محرم" (٢٠٠٨ م) أنه يتم إعداد المدرب منذ بداية العمل كما وكيفاً مما يؤهله لأن يكون مدرب ذو كفاءة في كافة الجوانب الفنية تمكنه من حسن التصرف وسرعة اتخاذ القرار خلال المواقف المتباينة طوال زمن المباراة. (١ : ٢)

ومدربي كرة القدم هو الشخص المسئول عن إدارة وتدريب نادي كرة قدم أو منتخب وطني ويقوم هذا المدرب بتدريب الفريق حسب معرفته وإدارة الفريق ووضع الخطط للفريق واختيار تشكيلة الفريق وتبديل لاعبي الفريق.

يذكر " **Manager or Coach** " (٢٠١١م) بأن المدرب يجب أن يمتلك العديد من الصفات أهمها أنا يكون قوي الشخصية قادر على إثبات وجوده وفرض أوامره على أعضاء الفريق بكل سهولة وسلاسة بشكل لا يغضب اللاعبين منه. المدرب يساعدهم ويوجههم ويحميهم. ويمتلك سرعة البديهة، قادر على مواجهة الظروف وإيجاد الحلول بسرعة. (١٢)

في كرة القدم لكل مدرب أسلوبه الخاص الذي يميزه عن غيره من المدربين، لكنه بذات الوقت لا يخالف ولا يخرج عن قوانين وأنظمة اللعبة العامة، ولديه قدرة على مراقبة الأندية الرياضية الأخرى والفرق الرياضية التي تنافسه حتى يتعرف على نقاط القوة ونقاط الضعف واتخاذ القرارات الفنية التي تناسب المنافس

أن المدرب يجب أن يمتلك قدرات تمكنه من إخراج فريقه من الظروف النفسية السيئة، وتعديل مزاجهم والحرص على عمل خطة للمباريات والمغامرة وتقسيم الفريق في خطوط الدفاع والهجوم بشكل جيد. (١٣)

مشكلة البحث:

من خلال قيام الباحث بتحليل دراسة كلا من " **Bora Milutinovic** " (2003) " **Carlos Alberto Barrera** " (٢٠١٧) تبين للباحث أن المدرب يتعرض للعديد من الضغوط في إدارة المباريات وتتعدد تلك الضغوط (قبل المباراة - أثناء المباراة - بعد المباراة) كما يلي:

- أن المدرب يتعرض قبل المباراة للعديد من الضغوط وأهمها الإعلام والمنافس والإدارة وترتيب الفريق في الجدول والجمهور.
- أن الإدارة الفنية أثناء المباراة ترتبط بالعديد من الضغوط منها أداء اللاعبين وطريقة اللعب المستخدمة، مستوى المنافس، أداء التحكيم ونتيجة المباراة وهدف المدرب من المباراة ومستوى اللاعبين البدلاء.
- أن المدرب بعد المباراة يكون في حالة إيجابية إذا كانت نتيجة المباراة السابقة إيجابية مما يقلل حجم الضغوط للاستعداد للمباراة التالية، بينما تكون حالة المدرب سلبية عند خسارة المباراة السابقة مما يعنى زيادة حجم الضغوط للاستعداد للمباراة التالية.
- ويرى الباحث أن تلك الضغوط توتر على المدرب في اتخاذ القرارات الفنية المرتبطة بالمباراة من حيث اختيار طريقة اللعب واختيار اللاعبين وإجراء التبديل أو تغيير الطريقة أثناء المباراة .

أهمية البحث والحاجة إليه:

١- يساهم هذا البحث في توضيح الضغوط التي يتعرض لها المدرب عند إدارته للمباريات

٢- تكشف الدراسة عن قائمة أعراض ومؤشرات الضغوط لدى مدربي كرة القدم الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الضغوط .

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على إدارة الضغوط لدى مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني التي يتعرض لها عند إدارته للمباريات.
تساؤلات البحث:

١- ما أنواع الضغوط لدى مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية

بعض الدراسات السابقة:

أ- الدراسات العربية:

١- دراسة " فايز سعيد أبو عريضة، ورضوان علي إسماعيل" (٢٠١٧م) (٧)، بعنوان "عملية اتخاذ القرارات الإدارية في الأندية الرياضية بمحافظة اربد"، هدفت الدراسة إلى التعرف على فاعلية اتخاذ القرارات الإدارية في الأندية الرياضية بمحافظة اربد، استخدم منهج البحث الوصفي، وشملت عينة البحث (٦٤) فردا من إداري الأندية الرياضية، واستخدم الأستبيان وتضمن (المهام الإدارية - خطوات اتخاذ القرار - فاعلية اتخاذ القرارات - نظم المعلومات)، وكانت أهم النتائج ممارسة المهام الإدارية بفاعلية كبيرة في الأندية الرياضية بمحافظة اربد، وان للخبرة الإدارية الأعلى دورا مهما في فاعلية وحسن اتخاذ القرارات.

٢- دراسة " أماني محمد محسن" (٢٠١٦م) (٢) بعنوان " القيادة التحويلية ودورها في إدارة التغيير لدي متخذي القرارات بالأندية الرياضية" هدفت للتعرف على القيادة التحويلية ودورها في إدارة التغيير لدي متخذي القرارات بالأندية الرياضية"، استخدم المنهج الوصفي وشملت عينه البحث علي (٦٩) فردا من رؤوساء وأعضاء الأندية الرياضية ومديري الأندية ونوابهم، ومدير النشاط الرياضي ونوابهم ومساعدتهم من عدة أندية، وكانت أهم النتائج إلي أهمية تقديم حوافز للعاملين لتحقيق الإبداع في العمل، وتوفير المناخ المحفز للإبداع والتجديد، متابعة سعي العاملين لتحقيق النمو المهني.

خطة وإجراءات الدراسة

- منهج الدراسة

استخدم الباحث المنهج الوصفي الطريقة المسحية وذلك لمناسبته لطبيعة الدراسة.

- مجتمع الدراسة

اشتمل مجتمع البحث الخبراء في مجال الإدارة الرياضية وكرة القدم والمديرين الفنيين بالقسم الثاني والبالغ عددهم (٣٦) مدير فني للموسم الرياضي ٢٠٢١/٢٠٢٢م.

عينة الدراسة

اختر الباحث عينة الدراسة بالطريقة الطبقيّة العشوائية من بين المديرين الفنيين والمدرّبين بانديّة القسم الثّاني بناءً على ترتيب الفرق في كلّ مجموعة و جدول (٢) يوضّح توصيف عينة الدراسة

جدول (٢)

توصيف عينة الدراسة

المجموعات	مدير فني	
مجموعة الصعيد	١٢	1
مجموعة بحري	١٢	2
مجموعة الدلتا	١٢	3
الاجمالي	٣٦ مدرب	

يتضح من جدول (٢) أن عدد أفراد العينة الأساسية بلغ (٣٦) مدرب يمثلون ثلاثة رياضات

، بينما بلغ عدد أفراد العينة الاستطلاعية (٢٠) مدرب.

- أدوات جمع البيانات

أ- تحليل المراجع والدراسات السابقة .

قام الباحث بتحليل المراجع والدراسات السابقة مثل دراسة (١٥)، (٤٥)، (٧٧)، (٨٨) للتعرف على الدراسات التي إهتمت بدراسة ادارة الضغوط واتخاذ القرار لدى المدرب الرياضي في المجال الرياضي .

ب- المقابلة الشخصية:

قام الباحث بإجراء المقابلة الشخصية مع الخبراء المتخصصين. مرفق (١) في مجال

علم النفس الرياضي وذلك للتعرف علي آرائهم في الاستبيانات المستخدمة في الدراسة.

ت- الاستبيانات المستخدمة في الدراسة:

(١) استبيان إدارة الضغوط لدى المدرب الرياضي

هدف الإستبيان :

- تحديد أبعاد الضغوط التي يتعرض لها المدرب الرياضي.

خطوات إعداد استبيان ادارة الضغوط لدى المدرب الرياضي:

- الإطلاع على المراجع العلمية والدراسات السابقة المتخصصة.

- عرض الإستمارة في صورتها المبدئية على الخبراء المتخصصين مرفق (١) .

- التوصل إلى أهم الضغوط التي يتعرض لها المدرب من خلال نسبة إتفاق آراء الخبراء وجدول (١) يوضح ذلك .
- عرض العبارات الخاصة بكل بعد علي السادة الخبراء وجدول () يوضح ذلك.
- عمل التعديلات المقدمة من الخبراء وتوصل الباحث إلى الاستبيان بشكله النهائي مرفق ()

جدول (١)

آراء السادة الخبراء في أبعاد استبيان إدارة الضغوط لدي المدرب الرياضي (ن = ١٠)

الترتيب	الأهمية النسبية	النسبة المئوية	عدد التكرارات	محاور الاستبيان
٢	%١٩.٢٣	%٩٠	٩	الجوانب المناعية للمدرب الرياضي
١	%٢٣.٠٨	%١٠٠	١٠	الجوانب التنظيمية للمدرب الرياضي
١	%٢٣.٠٨	%١٠٠	١٠	الجوانب المهنية للمدرب الرياضي
٢	%١٩.٢٣	%٩٠	٩	الجوانب الاجتماعية والانسانية للمدرب الرياضي

يتضح من جدول (١) ما يلي :-

- أن نسبة موافقة السادة الخبراء على المحاور الإفتراضية لاستبيان ادارة الضغوط قد تراوحت ما بين (%٩٠ : %١٠٠)، وقد إرتضى الباحث بالمحاور التي حصلت على نسبة %٨٠ فأكثر من موافقة السادة الخبراء، وبذلك تم الموافقة علي عدد (٤) محاور .
- حصل محوري الجوانب المهنية والجوانب التنظيمية للمدرب الرياضي علي الترتيب الأول بنسبة (%١٠٠) وجاء محوري الاجتماعية والانسانية والجوانب المناعية للمدرب الرياضي في الترتيب الثاني بنسبة (%٩٠)

ج - إعداد عبارات الاستبيان :

بعد أن توصل الباحث لأبعاد الاستبيان من خلال آراء السادة الخبراء قام بتحليل بعض المراجع العلمية والدراسات السابقة المتخصصة في علم النفس الرياضي مثل كل من (٢٣) (٤٥) (٥٥) (٣٤) (٢٥) بهدف بصياغة مفردات الاستبيان حيث بلغ عددها (٥١) مفردة موزعه على المحاور الأربعة ، ثم قام الباحث بعرض الاستبيان بصورته المبدئية على (١٠) من المتخصصين في مجال علم النفس الرياضي والإدارة الرياضية وكرة القدم وذلك بهدف التعرف على مدى مناسبة المفردات للاستبيان ومدى كفاية كل محور وكفاية الاستبيان ككل ومدى وضوح المفردات ومناسبتها لعينة البحث وفي ضوء آراء الخبراء تم اختيار المفردات التي حصلت على نسبة %٧٠ فأكثر من مجموع آراء الخبراء، وجدول (٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

النسبة المئوية لموافقة السادة الخبراء على مفردات استبيان

إدارة الضغوط لدي المدرب الرياضي (ن=١٠)

الجوانب الاجتماعية والانسانية للمدرب الرياضي		الجوانب المهنية للمدرب الرياضي		الجوانب التنظيمية للمدرب الرياضي		الجوانب المناعية للمدرب الرياضي	
النسبة المئوية	رقم المفردة	النسبة المئوية	رقم المفردة	النسبة المئوية	رقم المفردة	النسبة المئوية	رقم المفردة
٩٠	١	٨٠	١	٨٠	١	٩٠	١
٩٠	٢	١٠٠	٢	٩٠	٢	١٠٠	٢
٨٠	٣	٩٠	٣	٩٠	٣	٩٠	٣
٨٠	٤	٨٠	٤	١٠٠	٤	٩٠	٤
١٠٠	٥	٨٠	٥	٨٠	٥	٧٠	٥
٨٠	٦	٨٠	٦	٨٠	٦	٨٠	٦
٩٠	٧	٧٠	٧	٩٠	٧	٨٠	٧
٩٠	٨	٧٠	٨	٩٠	٨	٩٠	٨
٨٠	٩	٨٠	٩	١٠٠	٩	١٠٠	٩
٩٠	١٠	٨٠	١٠	٨٠	١٠	٩٠	١٠
٩٠	١١	٩٠	١١	٩٠	١١	٨٠	١١
	١٢			٩٠	١٢	١٠٠	١٢
				١٠٠	١٣	٩٠	١٣
				٨٠	١٤	٨٠	١٤

يتضح من جدول (٤) ما يلي :

تراوحت النسب المئوية للمفردات التي تمت الموافقة عليها من السادة الخبراء ما بين (٧٠% : ١٠٠%) ، حيث ارتضى الباحث بنسبة ٧٠% فأكثر ، وبذلك لم يتم حذف أي عبارة من عبارات الاستبيان.

- الدراسة الإستطلاعية المستخدمة في الدراسة

قام الباحث بإجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة من مجتمع البحث وخارج عينة الدراسة الأساسية وعددهم (٢٠) مدرب ، وذلك بهدف التعرف علي مدي مناسبة استبيان ادارة الضغوط والقدرة علي اتخاذ القرار لدي المدرب الرياضي لتحقيق الغرض من الدراسة ، وذلك خلال الفترة من (٢٠٢٣/٥/١ : ٢٠٢٣/٥/٢٠) .

- المعاملات العلمية المستخدمة في الدراسة.
 أ- المعاملات العلمية لاستبيان ادارة الضغوط لدي المدرب الرياضي :
 - الصدق

قام الباحث باستخدام صدق المحكمين من خلال عرض الاستبيان علي الخبراء المتخصصين . مرفق (١)

كما استخدم الباحث صدق الاتساق الداخلي للاستبيان ، وقد تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات الاستبيان والدرجة الكلية للمحور الذي ينتمي إليه ، كما تم حساب معامل الارتباط بين مجموع درجات كل محور والدرجة الكلية للاستبيان، وجدول (٧) يوضح ذلك

جدول (٧)

صدق الاتساق الداخلي بين المفردات ومجموع لاستبيان ادارة الضغوط لدي المدرب الرياضي
 (ن=٢٠)

الجوانب الاجتماعية والانسانية للمدرب الرياضي		الجوانب المهنية للمدرب الرياضي		الجوانب التنظيمية للمدرب الرياضي		الجوانب المناعية للمدرب الرياضي	
معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة
*٠.٨٩	١	*٠.٨٨	١	*٠.٩٥	١	*٠.٨٥	١
*٠.٩٣	٢	*٠.٨١	٢	*٠.٩٩	٢	*٠.٩٢	٢
*٠.٨٨	٣	*٠.٩٢	٣	*٠.٩٣	٣	*٠.٨٦	٣
*٠.٩١	٤	*٠.٩٠	٤	*٠.٩٦	٤	*٠.٩٥	٤
*٠.٩٠	٥	*٠.٩٣	٥	*٠.٩٢	٥	*٠.٨٧	٥
*٠.٧٩	٦	*٠.٨٥	٦	*٠.٦٧	٦	*٠.٩٠	٦
*٠.٨٧	٧	*٠.٨١	٧	*٠.٨٧	٧	*٠.٧٨	٧
*٠.٨٨	٨	*٠.٨٢	٨	*٠.٦٥	٨	*٠.٨٦	٨
*٠.٨٤	٩	*٠.٨٩	٩	*٠.٦٢	٩	*٠.٨٧	٩
*٠.٨٦	١٠	*٠.٩١	١٠	*٠.٦١	١٠	*٠.٦٦	١٠
*٠.٨٥	١١	*٠.٦٩	١١	*٠.٧٧	١١	*٠.٥٦	١١
*٠.٩٢	١٢			*٠.٧٩	١٢	*٠.٨٩	١٢
				*٠.٧٤	١٣	*٠.٨١	١٣
				*٠.٨٨	١٤	*٠.٩٣	١٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥=٠.٤٤

يتضح من جدول (٧) أن معاملات الارتباط مفردات استبيان ادارة الضغوط ومحاورها قد تراوحت ما بين (٠.٥٦ : ٠.٩٥) وهى معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠٥) مما يشير إلى صدق الاتساق الداخلي للاستبيان.

- الثبات:

قام الباحث باستخدام (طريقة ألفا كرونباخ) لحساب معامل الثبات لاستبيان ادارة الضغوط لدي المدرب الرياضي

جدول (٨)

قيم معاملات الثبات لاستبيان ادارة الضغوط لدي المدرب الرياضي (ن= ٢٠)

معامل الفا كرونباخ	عدد العبارات	محاور الاستبيان
٠.٧٩	١٤	الجوانب المناعية للمدرب الرياضي
٠.٧٨	١٤	الجوانب التنظيمية للمدرب الرياضي
٠.٨٧	١١	الجوانب المهنية للمدرب الرياضي
٠.٨٥	١٢	الجوانب الاجتماعية والانسانية للمدرب الرياضي
٠.٨١	٥١	الاستبيان ككل

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.44$

يتضح من جدول (٨) أن قيم معامل الثبات كانت مرتفعة ، ومقبولة لهذا النوع من حساب معاملات الثبات وحيث أن جميع معاملات الثبات دالة عند مستوي ٠.٠٥ ، وهذا يدل على إمكانية استخدام هذا الاستبيان فهو علي درجة مقبولة من الثبات.

عرض النتائج ومناقشتها

عرض النتائج

فى ضوء أهداف الدراسة، وتحقيقاً لتساؤلاته يشير الباحث فى هذا الفصل إلي عرض النتائج التى تم التوصل إليها ومناقشتها من خلال المعالجات الإحصائية للبيانات التى تم الحصول عليها وذلك فيما يتفق مع طبيعة الدراسة وتساؤلاتها .
عرض ومناقشة نتائج التساؤل الأول:

التساؤل الاول : ما مستوى الضغوط لدى مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية ؟

جدول ()

الدرجة المقدره والمتوسط الحسابي و النسبة المئوية واتجاه الاستجابة لاستبيان ادارة الضغوط

لدى مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية محور الجوانب

المناعية(ن = ٣٦)

م	العبارات	ميزان التقدير			الدرجة المقدره	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
١	أتمتع بمقومات جسدية تساعدني للقيام بعملتي كمدرّب	29	7	0	101	2.8	93.5
٢	تسمح لي لياقتي الجسمية من أداء عملية التدريب بكفاءة	27	9	0	99	2.8	91.7
٣	أحرص علي الكشف الطبي الدوري	24	7	5	91	2.5	84.3
٤	خلو الجسم من الامراض يمكنني من أداء واجباتي بكفاءة عالية	25	11	0	97	2.7	89.8
٥	لدية معرفة بالعادات الصحية السليمة لممارسة رياضة كرة القدم.	21	15	0	93	2.6	86.1
٦	أتمتع بالقدرة علي ضبط النفس في المواقف المختلفة خلال التدريب والمنافسة الرياضية.	23	9	4	91	2.5	84.3
٧	أتمتع بقدر جيد من الثقة بالنفس .	31	5	0	103	2.9	95.4
٨	أمتلك القدرة علي تحليل المواقف المختلفة خلال المنافسة الرياضية.	25	11	0	97	2.7	89.8
٩	لدي بالدافعية نحو المستويات الرياضية العالية وتحقيق الرغبات والأمال المشروعة للاعبين.	28	4	4	96	2.7	88.9
١٠	أمتلك بمستوي عالي من الذكاء وتركيز الانتباه	20	10	6	86	2.4	79.6

تابع جدول ()

الدرجة المقدرة والمتوسط الحسابي و النسبة المئوية واتجاه الاستجابة لاستبيان ادارة الضغوط

لدي مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية محور الجوانب

المناعية(ن= ٣٦)

النسبة المئوية	المتوسط الموزون	الدرجة المقدرة	ميزان التقدير			العبارات	م
			موافق	الي حد ما	غير موافق		
83.3	2.5	90	5	8	23	أتمتع بقوام سليم .	١١
84.3	2.5	91	5	7	24	أهتم بالصحة الشخصية.	١٢
88.0	2.6	95	3	7	26	لدي القدرة علي فهم وتطبيق المبادئ الخطئية بشكل جيد	١٣
81.5	2.4	88	6	8	22	اميز بالقدرة علي الثبات الانفعالي في المواقف الضاغطة في التدريب والمنافسة الرياضية	١٤

يتضح من جدول () أن الدرجة المقدرة لاستجابات عينة البحث علي استبيان ادارة الضغوط محور الجوانب المناعية للمدرب قد تراوحت ما بين (٨٦ : ١٠٣)، كما تراوح المتوسط الموزون لاستجابات عينة البحث ما بين (٢.٤ : ٢.٩)، كما تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث(٧٩.٦ : ٩٥,٤ %).

- وأشارت عبارات المحور الأول إلى: استجابات المدربين لضغوط التدريب و اظهر الاستبيان الاتي :
- حصلت العبارة رقم (٧) على اعلى نسبة مئوية فى الاستبيان و هى تشير الى ان جميع مدربي القسم الثانى يتمتعون بقدر جيد من الثقة بالنفسه ، وهذا يدل على قوة شخصيتهم و خبرتهم الكبيرة فى هذا المجال وهذا ما اكدته دراسة زغمان جمعى ٢٠١٣ .
- وحصلت العبارة رقم (١٠) على اقل نسبة مئوية داخل المحور و تقدر (٧٩.٦) و هى تشير الى ان المدربين يمتلكون قدر بسيط من الذكاء وتركيز الانتباه ، وهذا يدل على ان الضغوط التى يتعرض لها المدربين اثناء التدريب يجعلهم اقل تركيز . وهذا ما يتفق معه الباحث بان الضغوط المهنية و التدريبية على المدربين اثناء التدريب تؤثر عليهم ذهنياً و تؤدى الى قله تركيزهم اثناء التدريب .

جدول ()

الدرجة المقدرة والمتوسط الحسابي و النسبة المئوية واتجاه الاستجابة لاستبيان ادارة الضغوط
لدي مدربى كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية محور الجوانب التنظيمية
(ن = ٣٦)

م	العبارات	ميزان التقدير			الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
١	أمتلك القدرة علي تحديد الأهداف التي يسعى الفريق لتحقيقها بكل دقة	26	7	3	95	2.6	88.0
٢	أسعي إلي تحقيق الأهداف الموضوعة بكل جهد.	29	7	0	101	2.8	93.5
٣	أستطيع توزيع الأدوار المختلفة علي اللاعبين خلال عملية التدريب والمنافسة الرياضية	25	11	0	97	2.7	89.8
٤	أعمل علي أن يقوم كل فرد داخل الجهاز الفني علي تحقيق مهامه دون تضارب مع الأخر	30	6	0	102	2.8	94.4
٥	أستطيع وضع المعايير والمستويات المناسبة التي يسعى كل لاعب داخل الفريق لتحقيقها.	32	2	2	102	2.8	94.4
٦	أقوم بمعاقبة المقصر سواء كان لاعبا أو أحد أفراد الجهاز المعاون.	24	6	6	90	2.5	83.3
٧	يتيح الفرصة لأفراد الجهاز المعاون المساعدة في اتخاذ القرارات بشأن الفريق.	19	11	6	85	2.4	78.7
٨	يشجع أفراد الجهاز المعاون علي صقل أنفسهم	17	15	4	85	2.4	78.7
٩	أمتلك القدرة علي اختيار الجهاز الطبي بكل دقة.	11	8	17	66	1.8	61.1
١٠	أستطيع اختيار أفراد الجهاز المعاون بكفاءة.	24	12	0	96	2.7	88.9
١١	أمتلك القدرة علي اكتشاف المواهب داخل الفريق .	25	11	0	97	2.7	89.8
١٢	أستطيع توظيف اللاعبين داخل الملعب وفقا لقدراتهم.	31	5	0	103	2.9	95.4
١٣	لدي القدرة علي انتقاء اللاعبين الأكفاء.	30	6	0	102	2.8	94.4
١٤	يعمل جاهدا علي منع الخلافات بين أفراد الفريق الرياضي.	18	12	0	78	2.2	72.2

يتضح من جدول () أن الدرجة المقدرة لاستجابات عينة البحث علي استبيان ادارة الضغوط محور الجوانب المهنية للمدرب قد تراوحت ما بين (٦٦ : ١٠٣)، كما تراوح المتوسط الموزون لاستجابات عينة البحث ما بين (١.٨ : ٢.٩)، كما تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث (٦١.١ : ٩٥,٤ %).

- وأشارت عبارات المحور الثانى إلى: استجابات المدربين لضغوط التدريب محور الجوانب التنظيمية وظهر الاستبيان الاتى :

- حصلت العبارة رقم (١٢) على أعلى نسبة مئوية في الاستبيان بقدر (٩٥.٤ %) و هي تشير الى ان المدربين يستطيعون توظيف اللاعبين داخل الملعب وفقاً لقدراتهم وهذا يدل على ان اغلب المدربين لديهم الكثير من الخبرات الكثيرة التي تساعدهم في تصنيف اللاعبين و تحديد امكانهم و وفقاً لقدراتهم البدنية و الفنية .
- و يرى الباحث ان المدرب الجيد هو الذي يستطيع ان يقوم بالاستفادة بجميع امكانيات اللاعبين من خلال توظيفهم في امكانهم المناسبة .
- وحصلت العبارة رقم (٩) على اقل نسبة مئوية في الاستبيان بقدر (٦١.١%) و هي تشير الى ان المدربين لا يمتلكون القدرة علي اختيار الجهاز الطبي بكل دقة ، وهذا يرجع الى عدم اختصاصهم وهذا ما تشير اليه دراسة ناظم شاكر الوتار ٢٠٠٨ .

جدول ()

الدرجة المقدرة والمتوسط الحسابي و النسبة المئوية واتجاه الاستجابة لاستبيان ادارة الضغوط لدي مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية محور الجوانب المهنية (ن = ٣٦)

م	العبارات	ميزان التقدير			الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
١	أستطيع وضع خطة التدريب السنوية للاعبين وفقاً لبرنامج الأتحاد .	26	10	0	98	2.7	90.7
٢	أستطيع تخطيط وحدات التدريب تفصيلاً طبقاً لبرنامج التدريب	16	8	12	76	2.1	70.4
٣	أمتلك القدرة على تحديد أهداف خطة التدريب والبرنامج التدريبي خلال الفترات المختلفة للخطة السنوية للاعبين.	19	9	8	83	2.3	76.9
٤	أخطط البرنامج التدريبي وفقاً للفروق الفردية لكل لاعب	18	9	9	81	2.3	75.0
٥	أنفذ الوحدة التدريبية بحيث يجعلها متنوعة لإثارة اهتمامات ودوافع اللاعبين	29	7	0	101	2.8	93.5
٦	أمتلك القدرة على وضع برنامج خاص لتأهيل اللاعبين العائدين من الإصابة	5	5	26	51	1.4	47.2
٧	لدي القدرة علي التنوع في استخدام طرق التدريب المختلفة	29	7	0	101	2.8	93.5
٨	امتك القدرة علي الإلمام بأسس القياس والتقييم.	14	12	10	76	2.1	70.4
٩	اسعي دائماً للتقييم الدوري المستمر لأداء اللاعبين.	31	5	0	103	2.9	95.4
١٠	امتك القدرة على اختيار التشكيل المناسب لكل مباراة.	32	4	0	104	2.9	96.3
١١	اجيد إعداد اللاعبين وتجهيزهم استعداداً للبطولات الرياضية	28	8	0	100	2.8	92.6

يتضح من جدول () أن الدرجة المقدرة لاستجابات عينة البحث علي استبيان ادارة الضغوط محور الجوانب المهنية للمدرب قد تراوحت ما بين (٥١ : ١٠٤)، كما تراوح المتوسط الموزون لاستجابات عينة البحث ما بين (١.٤ : ٢.٩)، كما تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث (٤٧.٢ : ٩٦.٣ %).

- وأشارت عبارات المحور الثالث إلى: استجابات المدربين لضغوط التدريب محور الجوانب المهنية وظهر الاستبيان الاتي :
- حصلت العبارة رقم (١٠) على اعلى نسبة مئوية فى الاستبيان بقدر (٩٦.٣%) و هى تشير الى ان معظم المدربين يمتلكون القدر الكافى فى اختيار التشكيل الامثل لكل مباراة و هذا يؤكد على قوة معلوماتهم و خبرتهم و دراستهم لجميع الدورات و الرخص التدريبية فى ذلك المجال .
- و حصلت العبارة رقم (٦) على اقل نسبة مئوية قدرت (٤٧.٢%) و هى تشير الى ان المدربين لا تمتلك القدرة على وضع برنامج خاص لتأهيل اللاعبين العائدين من الإصابة ، وهذا لا يعتبر من اختصاصهم بل هو اختصار الجهاز الطبى .

جدول ()

الدرجة المقدرة والمتوسط الحسابي و النسبة المئوية واتجاه الاستجابة لاستبيان ادارة الضغوط لدي مدربي كرة القدم بدوري القسم الثاني بجمهورية مصر العربية محور الجوانب الاجتماعية و الانسانية (ن = ٣٦)

م	العبارات	ميزان التقدير			الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
١	امتلك القدرة على القيادة والتوجيه ويختار كلماته المناسبة وفقاً للموقف المناسب .	15	15	6	81	2.3	75.0
٢	أستطيع حل المشكلات التي تصادفه في المواقف التدريبية المختلفة وأثناء المنافسة.	29	7	0	101	2.8	93.5
٣	أستطيع فهم أفكار وانفعالات اللاعبين أثناء المواقف التدريبية	21	15	0	93	2.6	86.1
٤	امتلك القدرة علي اقامة علاقات طيبة مع اللاعبين ومجلس الإدارة	24	12	0	96	2.7	88.9
٥	احاول اكساب اللاعبين العديد من الصفات الحسنة كالصدق والأمانة والتعاون.	14	8	14	72	2.0	66.7
٦	لدي علاقات طيبة مع جماهير الفريق	22	10	4	90	2.5	83.3
٧	اعمل علي اشباع دوافع اللاعبين بشكل مناسب .	23	9	4	91	2.5	84.3

م	العبارات	ميزان التقدير			الدرجة المقدرة	المتوسط الموزون	النسبة المئوية
		موافق	الي حد ما	غير موافق			
٨	استطيع تحمل المسؤولية في حالات إخفاق الفريق .	25	6	5	92	2.6	85.2
٩	اعمل على تطوير الخصائص والسمات الخلقية والإرادية لدى اللاعبين .	20	11	5	87	2.4	80.6
١٠	اقدم الدعم النفسي لأفراد الفريق والجهاز المعاون.	25	8	3	94	2.6	87.0
١١	اعمل علي تقديم الدعم الاجتماعي لأفراد الفريق والجهاز المعاون خلال المواقف المختلفة.	32	4	0	104	2.9	96.3
١٢	امتلك القدرة علي اقامة علاقات طيبة مع أعضاء الجهاز التدريبي المعاون.	34	2	0	106	2.9	98.1

يتضح من جدول () أن الدرجة المقدرة لاستجابات عينة البحث علي استبيان ادارة الضغوط محور الجوانب الاجتماعية والانسانية للمدرب قد تراوحت ما بين (٧٣ : ١٠٦)، كما تراوح المتوسط الموزون لاستجابات عينة البحث ما بين (٢٠٠ : ٢٠٩٩)، كما تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث (٦٦.٧ : ٩٨,١ %).

- وأشارت عبارات المحور الرابع إلى: استجابات المدربين لضغوط التدريب محور الجوانب الاجتماعية والانسانية واطهر الاستبيان الاتي :

- حصلت العبارة رقم (١٢) على اعلى نسبة مئوية فى الاستبيان بقدر (٩٨.١%) وهى تشير الى ان المدربين يمتلكون القدرة على اقامة علاقات طيبة مع أعضاء الجهاز التدريبي المعاون ، وهذا يؤكد على وجوب علاقة قوية بين جميع اعضاء الجهاز التدريبي للفريق مما يعد هذا من عوامل نجاح الفريق .

- وحصلت العبارة رقم (٥) على اقل نسبة مئوية تقدر (٦٦.٧%) و هى تشير الى ان جميع المدربين لا يستطيعون اكساب اللاعبين العديد من الصفات الحسنة كالصدق والأمانة والتعاون ، لان تلك الصفات تكتسب من البيئة و الاسرة .

الاستنتاجات و التوصيات:

فى ضوء الدراسة و من خلال نتائج البحث توصل الي ان المدرب يمتلك :

- ١- القدرة علي اقامة علاقات طيبة مع أعضاء الجهاز التدريبي المعاون.
- ٢- القدرة على تحديد أهداف خطة التدريب والبرنامج التدريبي خلال الفترات المختلفة للخطة السنوية للاعبين.
- ٣- توزيع الأدوار المختلفة علي اللاعبين خلال عملية التدريب والمنافسة الرياضية

المراجع:

- ١- أحمد محرم : الاتحاد المصري لكرة القدم، قانون كرة القدم، الجزيرة، القاهرة، ٢٠٠٨م
 - ٢- أماني محمد محسن: القيادة التحويلية ودورها في إدارة التغيير لدي متخذي القرارات بالأندية الرياضية، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط ، ٢٠١٦م
 - ٣- أمين أنور الخولي، جمال الدين الشافعي: مناهج التربية البدنية المعاصرة، دار الفكر العربي، القاهرة، ٢٠٠٠م.
 - ٤- جمعة سيد يوسف، عبدالحليم محمود السيد وآخرين: الضغوط النفسية (أبعادها وأساليب مواجهتها)، الأسس النفسية لتنمية الشخصية الإيمانية للمسلم المعاصر، القاهرة: المعهد العالمي للفكر الإسلامي (قيد النشر)، القاهرة، ٢٠٠٦م.
 - ٥- فاروق السيد عثمان: القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط١، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر، ٢٠٠١م.
 - ٦- فاروق عبده فليه، عبد المجيد السيد: السلوك التنظيمي في إدارة المؤسسات التعليمية، دار المسيرة لنشر والتوزيع، عمان، ٢٠٠٥م.
 - ٧- فايز سعيد أبو عريضة، ورضوان علي إسماعيل: عملية اتخاذ القرارات الإدارية في الأندية الرياضية بمحافظة اربد، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط ، ٢٠١٧م
 - ٨- كمال عبد الحميد: أسس الإدارة العامة وتطبيقاتها في التربية الرياضية، مركز الكتاب للنشر، ب.ت.
 - ٩- محمد العميان: السلوك التنظيمي في منظمات الأعمال، دار وائل، عمان، ٢٠٠٥م.
 - ١٠- محمد شوقي كشك، أمرالله أحمد البساطي: أسس الإعداد المهاري والخططي في كرة القدم، ٢٠٠٠م.
 - ١١- محمود جمال محمد: خصخصة الأندية الرياضية وأبعادها التنظيمية والتشريعية في جمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، ٢٠١٥م.
- 12- Manager or Coach? Football Italia.2008-09-05. Retrieved2011-01-
- 13- <http://wiki.kololk.com/wiki73276-sport->