1- إشكالية البحث:

يلاحظ في العديد من المهن والأعمال والوظائف المختلفة توافر درجات متفاوتة ومتباينة من الأعباء والضغوط البدنية النفسية المرتبطة بها، إلا أن إدراك العاملين بهذه المهن واستجاباتهم لهذه الضغوط تختلف اختلافا واضحا من شخص لآخر في ضوء اختلاف خصائص الدور وفي ضوء بعض العوامل.

وفي المجال الرياضي يمكن اعتبار مهنة المدرب الرياضي من المهن التي ترتبط بصورة واضحة بالعديد من الضغوط على مختلف أنواعها، إذ يرتبط عمل المدرب الرياضي بعوامل متعددة تتميز بالانفعالات الحادة وكذا آثار جانبية.

باعتبار أن رياضة كرة القدم هي الأكثر شعبية في العالم بحيث تستقطب الكثير من الشعوب لمشاهدتها وكذلك لممارستها وأصبح للاعب أهمية بالغة من أجل تحقيق الفوز أو الخسارة للفريق والتي قد تسهم في إنهاك قوى وطاقات وقدرات المدرب الرياضي في كرة القدم، وتعمل على إضعاف ثقته في نفسه وتنمية اتجاهات سلبية نحو ذاته ونحو الآخرين والاعتقاد بأنه غير كفء في عمله كما قد يشعر بإصابته ببعض الأعراض للأمراض العضوية وشبه الصراع النفسي الذي يحرمه من الاستمتاع بحياته على الوجه الكامل.

كما أشار "سيلي" إلى أن الضغوط موجودة لدى كل فرد بدرجة معينة، إلا أن التعرض المستمر للضغوط الحادة يؤثر بصورة سلبية على حياة الفرد ويؤدي إلى عدم قدرته على الأداء والإنتاج وظهور بعض الأعراض المرضية الجسمية أو النفسية.[1]

ومن هذا المنطلق نطرح الإشكال أو التساؤلات ونحاول الإجابة عليها:

1- ما هي عوامل الضغوط المهنية التي تؤثر على مدربي كرة القدم؟.

2- ما هي آثار الضغوط المهنية لديهم؟.

وانطلاقا من هذه التساؤلات تم صياغة عدة فرضيات هي:

1- هناك عدة عوامل تسبب الضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم وهي:

1-1- ضغوط مرتبطة بالجانب الاجتماعي للمدرب، شخصية المدرب، وظروف معيشته.

1-2- ضغوط مرتبطة بالعمل في الفريق، اللاعبين والإداريين.

1-3- ضغوط مرتبطة بالعوامل الخارجية، وسائل الإعلام، المشجعين والنتائج.

2- تظهر آثار الضغوط المهنية على مدربي كرة القدم من:

2-1- الناحية النفسية.

2-2- الناحية الجسمانية.

[1] د. محمد حسن علاوي، سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.

2- أسباب اختيار البحث:

لا شك أن اختيار الباحث لمشكلة ما اعتباراته وأسباب قد تكون أسباب ذاتية، فتكون هذه الأخيرة بمثابة دوافع محفزة على اختيارنا لهذا الموضوع و جاءت نتيجة للأسباب التالية:

- الكشف عن العوامل التي تسبب الضغط لدى مدربي كرة القدم.
- الكشف عن آثار الضغوط على مدربي كرة القدم.

3- أهداف البحث:

يمكن تحديد الأهداف التي نسعى إلى تحقيقها من خلال دراستنا للضغوط المهنية حيث يهدف بحثنا إلى:

1- الكشف عن وجود الضغط لدى مدربي كرة القدم.

2- عوامل هذه الضغوط.

3- آثار هذه الضغوط على مدربي كرة القدم.

4- تحديد المصطلحات:

إن الموضوع الذي نحن بصدد دراسته هو أسباب وانعكاسات الضغط المهني لدى المدربين ولذا يستلزم منا تحديد المفاهيم الأساسية التي تندرج ضمن إطار هذه الدراسة:

4-1- مفهوم الضغط:

لغة: ضغط، ضغطا، ضغطه أي: عصره، زحمه، ضيق عليه.[1] والكتاب المحدثون يقيدون بـ "على" فيقولون: ضغط عليه، والضغوط في اللغة الفرنسية يطلق عليها مصطلح (Stress) وهي كلمة إنجليزية مشتقة من كلمة أخرى (Destress) وتعني الحزن والإنهاك وتنقسم إلى جزئين:

- Stress: تعني الضغط.
- De: تعني سيء.[2]

وفي تعريف آخر: الضغط كلمة إنجليزية مشتقة من كلمة تعني "البؤس الحزن، الإنهاك".[3]

ويعرف الدكتور أسعد زروق الضغط على أنه: "توتر أو صراع".[4] كما أن الضغط (Stress) مشتقة من اللاتيني (Stringer) الذي يعني: ضيق على –شد- أوثق.[5] كما استخدمت كلمة (Stress) في القرن السابع عشر لتعبر عن العذاب والحرمان والمحن والضجر والمصائب وهي نتائج لقسوة الحياة يعبر عنها بكلمة واحدة.[6]

اصطلاحا: الضغط مفهوم جاء في الفيزياء وهو يعني المضاعفات التي تؤثر على حركة ضغط الدم في الجسم.[7]

---

(1) - **المنجد في اللغة والإعلام، دار النشر المشرق، ط35، بيروت، لبنان، 1996، ص 451.**

(2) - **المرجع نفسه، الصفحة نفسها.**

(3) - Norbert Sillamy : Dictionnaire encyclopédique, Larousse, Paris, 1980, P 114.

(4) - **أسعد زروق: موسوعة علم النفس، مراجعة عبد الله عبد الدايم، بيروت، لبنان، 1992، ص 157.**

(5) - **جان بنجمان ستور: الإجهاد أسبابه، علاجه، ترجمة أنطوان هاشم، منشورات عويدات، بيروت، لبنان، 1997، ص 14.**

(6) - **المرجع نفسه، الصفحة نفسها.**

- التعريف الإجرائي:

نقصد بالضغوط المهنية في بحثنا هذا هو عبارة عن مجموعة من العوامل التي تسبب تعب وإرهاق المدرب خلال ممارسته لمهنة التدريب.

5- تعريف كرة القدم:

أ- التعريف اللغوي:

كرة القدم (Football) هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم، فالأمريكيون يعتبرون الفوتبول ما يسمى عندهم بالـ "Regby" أو كرة القدم الأمريكية، أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى "Souer".

ب- التعريف الاصطلاحي:

كرة القدم هي رياضة جماعية، تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل: "كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع".[1]

وقبل أن تصبح منظمة كانت تمارس من أماكن أكثر ندرة (الأماكن العامة، المساحات الخضراء) فتعد لعبة أكثر تلقائية والأكثر جاذبية على السواء، حيث رأى ممارسوا هذه اللعبة أن تحويل كرة القدم إلى رياضة انطلاقا من قاعدة أساسية.

ويضيف "جوستاتييسي" سنة 1969 أن كرة القدم رياضة تلعب بين فريقين يتألف كل فريق من إحدى عشر لاعبا يستعملون كرة منفوخة وذلك فوق أرضية ملعب مستطيلة.

ج- التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من أحدى عشر لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة في أرضية مستطيلة، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى، ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين، ويشرف على تحكيم هذه المباراة حكم وسط، وحكمان تماس وحكم رابع لمراقبة الوقت، بحيث توقيت المباراة هو 90 دقيقة، وفترة راحة مدتها 15 دقيقة، وإذا انتهت بالتعادل (في حالة مقابلات الكأس) فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما 15 دقيقة، وفي حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء للفصل بين الفريقين.

---

(7)- Lazarousse : Psychological stress and tne coping process, New Yourk.

(1) - رامي جميل: كرة القدم، ط1، دار النفائض، بيروت، لبنان، 1986، ص 50-52.

6- الدراسات السابقة:

هناك العديد من الدراسات التي أجريت حول الضغط المهني بهدف الكشف عن أسبابه ومحاولة التخفيف منه وفيما يلي بعض هذه الدراسات التي سنتناولها باختصار محاولين الاستفادة منها في بحثنا الذي نحن بصدد القيام به.

- **دراسة فتيحة مزياني:** عنوان هذه الدراسة: **"أثر الضغط المهني والمميزات النفسية على الصحة والرضا المهني عند المديرين"**، وذلك من خلال الإجابة على الإشكالية المطروحة في هذه الدراسة والمتمثلة في هل هناك علاقة بين الضغط المهني والصحة النفسية والجسمية والرضا عن العمل، وقد اقترحت هذه فروض من بينها يدرك المديرون ضغطا مهنيا مرتفعا فيما يخص مصادره المختلفة كالعمل في حد ذاته والدور الإداري والعلاقات الشخصية والسير المهنية والإنجاز والجو التنظيمي وهذا نظرا لخصوصية مهام مهنية المديرين بتمييز المديرون بقوة عالية في مقاومة الضغط حيث يستعملون بصورة عالية الاستراتيجيات التالية: السند الاجتماعي، استراتيجية المهمة، المنطق والعلاقة بين البيت والعمل والاندماج والوقت، وقد استخدمت للتأكد من فرضيتها استبيان مؤشر الضغط المهني (Occupational stress indicator) "(لكوجر وسلون روبلياس) الذي تم نشره سنة 1988، حيث أعد هذا الاستبيان بغرض تحديد وقياس مصادر وآثار الضغط المهني، بالإضافة إلى استبيان عوامل الشخصية.

وقد تكونت عينة البحث من 100 مدير موزعين على العديد من المؤسسات.

وقد كشفت نتائج الدراسة بأن المديرين الجزائريين يدركون ضغطا مهنيا مرتفعا فيما يخص العمل في حد ذاته والجو والبنية التنظيمية والدور الإداري والعلاقات الشخصية، وضغطا متوسطا فيما يخص السيرة المهنية والإنجاز.[1]

وتوصلت الدراسة أيضا إلى أن المديرين يلجؤون في مقاومتهم للضغط إلى استعمال استراتيجيات عديدة تتمثل في استراتيجية السند الاجتماعي واستراتيجية المهمة واستراتيجية الوقت واستراتيجية الاندماج.

- تعليق عام على الدراسة:

تناولت هذه الدراسة علاقة الضغط المهني بالصحة النفسية والجسمية والرضا عن العمل، متطرقة أثناء ذلك إلى بعض مصادر وآثار الضغط المهني التي يعاني منها المديرون ومحاولة إيجاد حلول لها.

- توظيف الدراسة:

لقد أفادتنا هذه الدراسة أولا من الجانب النظري حيث تعرفنا على ظاهرة الضغط المهني، كما أنها أفادتنا من الجانب المنهجي في صياغة فرضيات بحثنا وتحديدها تحديدا قابلا للدراسة.

- **دراسة هندركس (Hendrix):** قام هندركس سنة 1985 بعدد من الدراسات حول **"طبيعة العلاقة بين ضغط العمل والإضطرابات النفس جسمية"**، بدأها بدراسة استهدفت التعرف على تأثير ضغط العمل في الغياب والأداء الوظيفي وذلك باستخدام طريقة تحليل المسارات وتكونت عينة الدراسة من 225 موظف في مؤسستين في الولايات المتحدة الأمريكية، وبينت نتائج هذه الدراسة أن ضغط العمل في الغياب والأداء الوظيفي وبالرغم من ذلك

[1] مزياني فتيحة: أثر الضغط المهني المميزات النفسية على صحة والرضا الوظيفي عند المديرين، مذكرة لنيل شهادة ماجستير، ص 66-80

فإنه يؤثر فيها تأثيرا مباشرا من خلال ارتباطه بحالات الإصابة بالزكام والأعراض السيكوسوماتية والرضا الوظيفي والولاء التنظيمي وتؤثر كل هذه العوامل بدورها تأثيرا مباشرا في الغياب الوظيفي ومن جانب آخر يرتبط ضغط العمل بالرضا الوظيفي والولاء التنظيمي حيث يؤثران بدورهما تأثيرا مباشرا في الأداء الوظيفي.[1]

- **دراسة عويد المشعان:** جاءت هذه الدراسة بعنوان: **"مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالاضطرابات النفس جسمية بدولة الكويت"** يهدف التعرف على مصادر الضغط المهني وفقا لمتغيرات الجنس والجنسية وعلاقتها بالاضطرابات النفسية والجسمية.

وتكونت عينة الدراسة من 746 من المدرسين من بينهم 377 ذكور و369 إناث ومنهم الكويتيين و383 أجانب.

وكانت إشكالية الدراسة هي: ما هي مصادر الضغوط المهنية وما مدى شدتها بالنسبة للمدرسين الكويتيين والمدرسين الأجانب وذلك باستخدام مقياس الضغوط المهنية ومقياس الاضطرابات النفسية الجسمية.

وكشفت هذه الدراسة عن فروق جوهرية بين الجانبين في المتغيرات التالية: العبء المهني، والتطور المهني، والاضطرابات النفسية الجسمية حيث حصلت الإناث على متوسطات أعلى من الذكور في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية تشير إلى تزايد متوسطات المدرسين الكويتيين في مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية من غير الكويتيين واتضح أن جميع معاملات الارتباط إيجابية وذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغوط المهنية والاضطرابات النفسية الجسمية.[1]

تعليق عام عن الدراسة:

لقد اهتمت الدراسات السابقة في مجملها بالضغط المهني، وربطته بعدة متغيرات حسب نوع الدراسة، حيث نجد مثلا أن دراسة فتيحة مزياني قد تناولت علاقة الضغط المهني بالصحة النفسية والرضا عن العمل متطرقة في سياق ذلك إلى بعض مصادر وآثار الضغط المهني الذي يعاني منه المديرون

من خلال ما سبق يتضح لنا أن لهذه الدراسات علاقة مباشرة ببحثنا من حيث تناولها للضغط المهني الذي يعتبر المتغير المشترك بينها، كما أنها أفادتنا في:

- بناء الجانب النظري.
- تحديد خصائص ضغوط العمل وتحليل أبعادها.
- فهم وتحليل المعالم والأبعاد المختلفة لظاهرة الضغوط لدى العمال.
- مساعدتنا في بناء الاستمارة الاستبيانية.
- بناء الجانب المنهجي للدراسة وتحديد بعض فروض البحث.

---

[1] - آدم العتيبي: علاقة ضغوط العمل الاضطرابات السيكوسوماتية والغياب الوظيفي لدى العاملين في القطاع العمومي في الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية، مج25، العدد 2، 1997، ص 180.

[1] - عويد المشعان: مصادر الضغوط المهنية لدى المدرسين في المرحلة المتوسطة وعلاقتها بالاضطرابات النفسجسمية لدولة الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية، مج 28، العدد 1، 2000، ص 63-64.