

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
الهيئة الليبية للبحث العلمي



مجلة علوم التربية

مجلة علمية محكمة
تصدر عن الجمعية الليبية
للمناهج وإستراتيجيات التدريس

13

العدد الثالث عشر - سبتمبر 2023

طباعة البحر المتوسط
للطباعة والنشر والتوزيع



المشرف العام د. عبد العظيم بشير الخالقي

هيئة التحرير

أ.د. يونس عيسى العزاوي	رئيس التحرير
د. علي محمد ابو عائشة	عضواً
د. محمد خليفة عطية	عضواً
د. يوسف منصور هاشم	عضواً
د. طارق ميلاد ابو غمجة	عضواً
د. زينب ابوبكر الشريف	عضواً

الهيئة الاستشارية للمجلة

ت	اسم الاستاذ	الدرجة العلمية	الدولة
1	أ. د. بشير حسني زغوان	استاذ	ليبيا
2	أ.د. سعد خليفة مكرم	استاذ	ليبيا
3	أ.د. عبدالرحمن صالح الأزرق	استاذ	ليبيا
4	أ.د. عيسى حسن غلام	استاذ	ليبيا
5	أ.د. علي محمد عيسى	استاذ	ليبيا
6	أ.د. محمد الطاهر المحمودي	استاذ	ليبيا
7	أ.د. نعيمة المهدي ابوشاقور	استاذ	ليبيا
8	أ.د. مهند سامي العلواني	استاذ	العراق
9	أ.د. عبدالحسين رزوقي مجيد	استاذ	العراق
10	أ.د. عبدالله فرغلي احمد	استاذ	مصر

اللجنة العلمية

د. علي عبد الله المفترش.	د. موسى حسين الشريدي.
د. حسن خليفة الشيباني	د. طارق عبد الله التركي.
د. علي سعيد الهنكر	د. راشد خليفة غريبي
د. ناصر محمد الحريشي	د. نعيمة عبد الله قجم
د. عبد العظيم بشير الخالقي	د. عبد السلام سعد أبو عرقوب
د. رضا محمد الاسود	د. المرزوقي علي الحامدي

عبد الرحمن عبد الرزاق زعطوط

تصميم وإخراج

شروط النشر في مجلة علوم التربية

1 - يكتب العنوان باللغتين العربية والإنجليزية، ويجب أن يكون العنوان مختصراً قدر الإمكان ويعبر عن هدف البحث بوضوح، ويتبع المنهجية العلمية من حيث الإحاطة والاستقصاء وأسلوب البحث العلمي.

2- أن يكون البحث مصوغاً بإحدى الطريقتين الآتيتين:

أ. البحوث الميدانية: يورد الباحث مقدمة يبين فيها طبيعة البحث ومبرراته، ومدى الحاجة إليه، ثم يحدد مشكلة البحث، ويجب أن يتضمن البحث الكلمات المفتاحية.

ثم يعرض بطريقة البحث وأدواته. وكيفية تحليل بياناته، ثم يعرض نتائج البحث ومناقشتها، والتوصيات المنبثقة عنها، وأخيراً قائمة المراجع.

ب - البحوث النظرية التحليلية: يورد الباحث مقدمة يمهد فيها لمشكلة البحث مبيناً فيها أهميته وقيّمته في الإضافة إلى العلوم والمعارف وإغنائها بالجديد، ثم يقسم العرض بعد ذلك إلى أقسام على درجة من الاستقلال فيما بينها، بحيث يعرض في كل منها فكرة مستقلة ضمن إطار الموضوع الكلي ترتبط بما سبقها وتمهد لما يليها، ثم يختم الموضوع بخلاصة شاملة له، وأخيراً يثبت قائمة المراجع.

3 - تكتب المراجع في البحوث العربية وفقاً لدليل جمعية علم النفس الأمريكية " APA American Psychological Association الطبعة الخامسة. وفي البحوث باللغة الانجليزية تكتب وفقاً لنظام modern Language Association " MLA.

4 - يكون مقاس الصفحة A4، الهوامش يُترك هامش مقداره 3 سم من جهة التجليد، بينما تكون الهوامش الأخرى 2.5 سم، والمسافة بين الأسطر مسافة ونصف بخط الكتابة Times New Roman 12 للغة الانجليزية، ومسافة ونصف بخط Simplified Arabic 14 للأبحاث باللغة العربية.

5 - في حالة وجود جداول وأشكال وصور في البحث يُكتب رقم عنوان الجدول أو الشكل والصورة في الأعلى بحيث يكون موجزاً للمحتوى وتُكتب الحواشي في الأسفل بشكل مختصر كما يشترط لتنظيم الجداول إتباع نظام الجداول المعترف به في جهاز الحاسوب ويكون بخط حجم.

6 - ويفضل ألا تزيد صفحات البحث عن 20 صفحة بما فيها صفحات الرسوم والأشكال والجداول وقائمة المراجع.

7 - يجب أن يرفق بكل بحث أو دراسة ملخص قصير لا يتجاوز 250 كلمة على أن يُكتب هذا الملخص باللغة العربية والانجليزية، وكذلك ترقيم الصفحات ترقيماً متسلسلاً بما في ذلك الجداول والأشكال والصور واللوحات وقائمة المراجع.

8- تسلم الأبحاث إلى هيئة التحرير من نسختان، ورقية A4 ونسخة إلكترونية CD مرفقاً بقيمة الاشتراك نقداً.

- 9- عند قبول البحث للنشر بالتعديلات يجب ألا يتجاوز مدة التعديلات من طرف الباحث (10) أيام.
- 10- يتحمل الباحث المسؤولية الكاملة لبحثه من الناحية القانونية والسرقات العلمية.
- 11- يمنح الباحث نسخة من عدد المجلة المنشور فيه بحثه ورسالة إيفاد بالنشر.

كلمة رئيس التحرير بسم الله الرحمن الرحيم

الاحوة الأكاديميين والباحثين القراء الأعزاء نضع بين أيديكم العدد الثالث عشر من مجلة علوم التربية التي قد حفلت أعدادها السابقة خلال السنوات الماضية بالعديد من البحوث والدراسات العلمية في مجالات العلوم الإنسانية والتربوية.

وأدعو الله أن تكون هذه البحوث والدراسات مرجعاً علمياً لطلاب الدراسات العليا والبحاث والأكاديميين في مجال البحث العلمي وأن تساهم وبقوة في تقدم البحث العلمي في ليبيا والوطن العربي، وأن تتعدد منافذ النشر العلمي الرصين فيه.

والله ولي التوفيق

أ.د. يونس عيسى العزابي

رئيس هيئة تحرير

الفهرس

رقم الصفحة	عنوان البحث	ت
1	تقييم نماذج الأسئلة النهائية للمقررات التربوية بكلية التربية طرابلس في ضوء معايير الجودة	01
	د. فتحي محمد مادي د. البشير الهادي القرقوطي	
13	دور الاعلام في التوعية الاسرية في المجتمع ودور الخدمة الاجتماعية في التفاعل معها	02
	د. نعيمة عبد الله قجم	
28	مهارات التخطيط التربوي لدى مديري المدارس في منطقة الجبل الغربي بليبيا	03
	د. سميرة المبروك العيادي البسكري	
40	دور الأسرة الليبية في رعاية الأطفال الموهوبون والمتفوقون	04
	أ. عبد الجليل امحمد سليمان عمار	
53	التنمية المهنية لعضو هيئة التدريس الجامعي في ضوء المستجدات التكنولوجية المعاصرة	05
	د. فتحي مختار الورفلي	
68	تأثير تخطيط القوى العاملة في المؤسسات الخدمية بالقطاع الخاص بمدينة طبرق (دراسة ميدانية على العاملين في المؤسسات السياحية الخاصة كالفنادق والمطاعم والمنتجعات وملاهي العاب الأطفال بمدينة طبرق)	06
	د. منصور حسن شعيب بومثنيينة	
84	واقع استخدام التكنولوجيا الرقمية في تعزيز مهارات القرن الحادي والعشرين بمدارس التعليم الثانوي من وجهة نظر المعلمين والمعلمات (دراسة ميدانية بمراقبة تعليم قصر بن غشير)	07
	د. خيرية أنبية غويلة	
114	"واقع رأس المال النفسي وعلاقته بالضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس	08
	د. راشد غريبي	
140	الخلق في الشريعة الإسلامية	09
	محمود حافظ علي الصول	
154	ضغوط العمل وأثرها على مستوى أداء العاملين في مستودع طرابلس للنفط	10
	أ. هارون مفتاح الفرجاني	
173	دور الرياضة في تعزيز بعض أبعاد الثقافة المجتمعية	11
	د. سميرة جمعة الطريقي	
193	الخصائص السكانية لمرضى الفشل الكلوي (مركز خدمات الكلى جنزور كنموذج)	12
	د. ملاك حسن الصقر د. رشا المهدي المحبس	
205	ممارسات إدارة الموارد البشرية في تطبيق إدارة الجودة الشاملة بالتطبيق على المركز الليبي العالي المهني للسباكة	13
	رمزي خيرى الكيلاني	
253	الحركة الوطنية في ساحل العاج ضد الاستعمار الفرنسي 1893 - 1960م	14
	د/الصادق أبو غنيمة	
247	التعليم المهني والتقني في بلدية العريان دراسة في الفترة (1986 - 2022م)	15
	د. الشارف محمد الشارف	

رقم الصفحة	عنوان البحث	ت
247	التعليم المهني والتقني في بلدية العريان دراسة في الفترة (1986-2022م) د. الشارف محمد الشارف	15
257	مدى فاعلية ترويج الصادرات الليبية في الاسواق الخارجية دراسة تطبيقية على الشركات الليبية المصدرة أ. سالم زريمق مسعود أ. عادل عياد ميلاد ناجي أ. مسعود محمد مسعود الحراري	16
276	دور مهنة الخدمة الاجتماعية في إدراك الوالدين لأساليب الوقاية من الإعاقة العقلية (التخلف العقلي) والتعامل معها - دراسة ميدانية بالمركز الوطني لتشخيص وعلاج أطفال مرضى التوحد طرابلس - د. فوزي صالح الشريف	17
290	التأويل النحوي وأثره في ضبط القاعدة النحوية د. عادل محمد عبد الله	18
305	دراسة لمهارات خدمة الفرد الجماعية للأخصائيين الاجتماعيين بالمجال المدرسي في ضوء اتجاهات الممارسة الحديثة . د . محمود مصطفى محمد البسكري	19
326	التحديات التي تواجه أعضاء هيئة التدريس الجامعي في استخدام أنظمة التعلم الإلكتروني بجامعة طرابلس د. فضيلة محمد خليفة أبو زخار	20
350	الضغوط النفسية لدى طلاب كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة في ضوء بعض المتغيرات د. عبد الحكيم سالم تنتوش	21
No	Research Title	Page Number
01	Advanced Computing Technologies Grid Computing and Expert System Sanaa H. Abdulkarim Abushofa - Education College - University of Tripoli Assma Sharaf m. Etakazi - Education College - University of Tripoli	1
02	The Mortality Rate in ICU Cases with Suspected Infection Atiga. Albakoush , Abuneea. Esadawi , Assaaih Alhameri	18
03	Investigating EFL Teachers' Perspectives Towards Problems Facing them in Teaching Grammar in High Schools at Qaser Ben Ghashir By: Miss. Amaal Abdelhamid Abusubaa	26

"واقع رأس المال النفسي وعلاقته بالضغوط المهنية لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس"

د. راشد غريبي

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 لمناسبتة لطبيعة البحث، تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية حيث اشتملت على (8) مدرباً 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 ما بين (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 ما بين (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 لمواجهة 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، انطلاقاً من أن مشاعر الفرد وانفعالاته من أهم المؤثرات في توجيه سلوكه وطريقة تفكيره وإصداره للأحكام واتخاذ القرارات 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 أخرى مثل رأس المال البشري ويمكن التنويه عنه من تساؤلات مثل (ماذا تعرف , ما هي خبراتك , مؤهلاتك المختلفة , مهاراتك , معرفتك , أفكارك) . (16:229)

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

هذه الدراسات متغير رأس المال النفسي كأحد المتغيرات الايجابية والتي تجعل الفرد قادراً 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 ومنظمتهم، كما تلحق هذه الضغوط خسائر جسمية بالأفراد، ذلك لأن الفرد معظم وقته في العمل. (1:110)

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 مصطفى (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 تقضي 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 و حدوث حالات الانهالك النفسي. (4:26)

ويضيف عمر نصر الله (2011م) ان المدرب الجيد يجب أن يكون له نمط أخلاقيا تقنع فيه حقوق واحتياجات لاعبيه 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 . (10:121)

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

مهاراته والتفأول 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. (18:23)

وقد أشار (2015) Chaudhary , et al أن الاشخاص ذوي رأس المال النفسي المرتفع يؤدون أداء أفضل عن الاشخاص ذوي رأس المال النفسي المنخفض , ويرتبط رأس 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 لرأس المال النفسي وجد أن الامل والمرونة والتفأول 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 الإنهالك النفسي والذهني وبعض المشاعر النفسية السلبية التي يصعب علي الرياضيين مقاومتها ومواجهتها ويصبح عرضه للانسحاب من الرياضة (12:9)

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

والضغط وهو ما أشارت إليه نتائج دراسات (1)(5)(12)(18)(21)(22) ، ومن خلال ما يتعرض له المدربون من ضغوط مهنية تؤدي لمشاكل عديدة تعود سلباً على 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 أخرى .

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 وعلاقتها 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 إحصائية 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 وتؤدي إلى الشعور بعدم إمكانية إشباع حاجاته. (10: 427)

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

ويشير سليم نعامة وآخرون (2011 م) ان المدرب شخصية تربوية تؤثر مباشرة 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. (6: 98)

والمدرب الرياضي هو العمود الفقري لعملية التدريب، فعلى عاتقه تقع مسؤولية 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 مسؤولية كبيرة.

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

وفي هذا الصدد أشارت العديد من الدراسات الى ان المدربين بصفة عامة و مدربي كرة القدم بصفة خاصة من أكثر الفئات تعرضاً للضغوط النفسية نتيجة المتطلبات الوظيفية اليومية المثيرة للتوتر

رأس المال النفسي:

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

- التعريف الإجرائي 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 رأس المال النفسي .

- الدراسات السابقة :

1- دراسة سليم نعامه، 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 استخداماً 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 المتمركزة 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 استخداماً 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 المتمركزة 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 رأس المال النفسي والالتزام المهني وفقا للنوع والمرحلة والتنبؤ بالالتزام المهني , وتكونت عينة الدراسة من (43) مديرا ووكيلا و (297) معلم ومعلمة 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

- مجتمع البحث:

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

- 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 في استمارة رأس المال النفسي على حدة لعدد (10) خبراء.

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

- الملاحظة العلمية :

من خلال الملاحظة العلمية استطاع الباحث الوقوف على مشكلة بحثه .

- مقياس الضغوط المهنية: من إعداد الباحث

أ- خطوات إعداد مقياس الضغوط المهنية:

- تحديد الهدف من المقياس:

الاحترق النفسي لدى المعلمات بالروضة في ضوء المتغيرات , وتكونت عينة الدراسة من (110) معلمة من معلمات الروضة بالمدارس التجريبية , واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي , وقد أشارت النتائج الي وجود علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة احصائية بين رأس 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 لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بالجامعات , وتكونت عينة الدراسة من (237) عضواً من أعضاء 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.

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 2023/ 1/2 حتى 2023/1/12. مرفق (1)

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

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

ب- إعداد مفردات المقياس:

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

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

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 يقدرّون 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 يقدرّون قيمة وأهمية عملي.	5	50
19	نظرة بعض أصدقائي لعملي غير عادلة.	4	40

نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم، وعلى ذلك تم حذف المفردات رقم (4,3,9,10,17,18,19).

يتضح من الجدول (2) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (40%: 100%) والتي في ضوءها تم اختيار المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على

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 المكافآت 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 الذي أقوم به.	6	60

م	المفردات	التكرار	النسبة المئوية
9	عدم كفاية الراتب الذي أتقاضاه.	9	90
10	يوفر لي عملي كمدرّب 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 الذي أحصل عليه.	6	60
14	يغضبني تقصيري في المتطلبات الخاصة بأسرتي	8	80
15	انخفاض الموارد المالية يؤثر سلباً علي توفير متطلبات المعيشية	7	70
16	انخفاض الدخل المادي يؤدي الي زيادة الاحباط بالنسبة لي	7	70

المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على نسبة 70% فأكثر من مجموع آرائهم، وعلى ذلك تم حذف المفردات أرقام (2, 5, 8, 10, 13).

يتضح من الجدول (3) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (40% : 100%) والتي في ضوءها تم اختيار

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 نفسياً (الاستقرار الاسري)	4	40
7	يضايقني منع الاسر لابنائهم من التدريب في بعض الفترات بدعوي المذاكرة	6	60
8	أثأثر 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 مستواي 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

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).

يتضح من الجدول (4) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين (40% : 100%) والتي في ضوءها تم اختيار

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 كمدرّب .	8	80
3	خبراتي كبيرة في التدريب ولكني لا أستطيع مواجهة الصعوبات التي تواجهني إداريا .	10	100
4	وظيفتي كمدرّب لها واجبات واختصاصات محددة وواضحة .	8	80
5	قلة أعداد المدربين يسبب أعباء كبيرة على إدارات 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 الذي أقوم به يتطلب مجهود بدني وذهني ذو مستوى عالي .	9	90
9	ليس لدي المعلومات الكافية عن العلوم التي تختص بمجال التدريب .	6	60
10	النادي الذي أعمل فيه يوفر التأهيل للمدربين .	6	60
11	أشعر بعدم الارتياح نتيجة لضيق الوقت .	7	70
12	خلال فترة تواجدى في عملي أشعر بالراحة والرضا .	9	90
13	اضطر إلي تأجيل الكثير من الأمور 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 لتركزت مهنة التدريب	8	80
17	من المهم للمدرّب أن تكون له أهدافا بعيدة يحاول الوصول إليها	8	80

المفردات في صورتها المبدئية والتي حصلت على (4% : 100%) والتي في ضوءها تم اختيار

يتضح من الجدول (5) أن النسبة المئوية لآراء الخبراء في المفردات المقترحة تراوحت ما بين

تراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (120) درجة كحد أقصى، (40) درجة كحد أدنى للمقياس.

- صدق الاتساق الداخلي لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم :

للتحقق من صدق مقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي من خلال (30) مدرب كرة قدم كدراسة استطلاعية ، وذلك في الفترة من 15 / 1 / 2023 إلى 30 / 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 الداخلي ، 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	العبارات	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 يقدرّون العمل الذي أقوم به .	0.86	0.76
6	أشعر بعدم التقدير للمجهود والعمل الذي أقوم به من قبل مجلس الإدارة .	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

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

- الدراسة الاستطلاعية الاولى:

قام الباحث بإجراء 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

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

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

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى $0.05 = 0.36$

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.

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) وهي معاملات ارتباط دالة

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	العبارات	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

- 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

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.

2- التعرف على الصعوبات التي تواجه عينة الدراسة

- أ- فهم عبارات كل مقياس في هذه الدراسة
ب- تحديد زمن تطبيق المقياس

- صدق الاتساق الداخلي لمقياس راس المال النفسي للمدربي كرة القدم :

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

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 بإجراء 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 للمدربي كرة القدم

جدول (8)

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

م	العبارات	قيمة "ر"	معامل ألفا كرونباخ
محور التفاؤل:			
	غالبا ما انظر إلي الجانب المشرق من خلال عملي كمدرّب رياضي	0.91	0.72
	انا متفائل بشأن الاحداث المستقبلية بخصوص عملي كمدرّب رياضي	0.93	0.81
	أتوقع تحقيق مستوي عالي في مجال التدريب الرياضي .	0.90	0.88
	اثناء التدريب دائما ما احث اللاعبين علي توقع الافضل .	0.81	0.86
	أسعي إلى تحقيق طموحاتي في مجال التدريب الرياضي .	0.92	0.85
	احث اللاعبين دائما 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 كمدرّب رياضي شخص له قيمة اعتر بها .	0.90	0.87
	اشعر بالسعادة من خلال عملي كمدرّب رياضي	0.95	0.88
	أشعر بتطور في مستوايا التدريبي .	0.91	0.79

0.78	0.98	انا راض عن كل شي اقوم به في التدريب الرياضي .
0.80	0.91	اشعر ان المستقبل ملئ بالخير والامل .
0.78	0.90	استطيع تحقيق النجاح تحت اي ظروف
0.79	0.91	اسعي بكل همة من تحقيق اهدافي في التدريب الرياضي .
0.80	0.93	أشعر بالأمان تجاه مستقبلي في مجال التدريب.
0.82	0.95	دئما اكتب اهدافي المستقبلية وخطط لها .
0.80	0.89	دئما احصل علي دورات تدريبية لكي اطور من مستوايا التدريبي .

محور المرونة:

0.77	0.96	لدي مرونة عالية في التعافي (العودة للحالة الطبيعية) عند مواجهه العقبات .
0.80	0.89	لدي القدرة علي تخطي أخطاء الآخرين تجاهي .
0.75	0.91	أستطيع التحكم في مشاعري في اغلب المواقف .
0.77	0.90	لدي القدرة علي تقويم اهدافي باستمرار
0.79	0.95	استفيد من تجاربي السابقة في اتخاذ القرارات

محور الكفاءة الذاتية:

0.78	0.89	خبراتي السابقة تمكني علي مواجهة المشكلات التي تواجه الفريق .
0.88	0.85	لدي القدرة علي قبول أضرار اللاعبين .
0.80	0.92	اعد اللاعبين جيدا لمواجهة المنافسين .
0.81	0.94	أشكر الجمهور بإمتنان.
0.82	0.87	لدي القدرة علي تحليل اداء الفرق التي أوجهها
0.80	0.92	أختلف في الرأي مع الآخرين بأسلوب لائق.
0.81	0.94	لدي القدرة علي اكتساب خبرات جديدة من مدربين اخرين
0.79	0.96	اشغل اوقات الفراغ بتعلم ما هو جديد في مجال التدريب الرياضي
0.0.81	0.90	استطيع السيطرة علي مشاعري في المواقف المثيرة للغضب

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.36

(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.

يتضح من جدول (8) أن معاملات الارتباط بين العبارات ومجموع الأبعاد لمقياس رأس المال النفسي للمدرب الرياضي قد تراوحت ما بين (0.81 : 0.98) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً عند مستوى

جدول (9)

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

م	العبارات	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 2023/2/15 حتى يوم 2023/2/25م.

- المعاملات الإحصائية :

- استخدم الباحث الأساليب المناسبة 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	العبارات	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 يقدرّون العمل الذي أقوم به .	135	56.25	1.69	لا	5

6	أشعر بعدم التقدير للمجهود والعمل الذي أقوم به من قبل مجلس الإدارة .	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
مجموع 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
6	انخفاض الدخل المادي يؤدي الي زيادة الاحباط بالنسبة لي	135	56.25	1.69	لا	6
مجموع البعد		135	56.25	1.69	لا	

المحور الثالث: الضغوط الأسرية:

1	عدم وعي الجمهور بأهمية المنافسة و خروجه عن اللانق 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 مستواي 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
مجموع البعد		134.22	55.93	1.68	لا	

المحور الرابع: الضغوط الشخصية:

1	الدراسة التخصصية الأكاديمية لا تتلاءم مع متطلبات وظيفتي كمدرّب.	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 كمدرّب لها واجبات واختصاصات غير واضحة.	134	55.83	1.68	لا	2
4	العمل الذي أقوم به يتطلب مجهود بدني وذهنّي 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 أتيتحت إلي مهنة بديلة لتركّت مهنة التدريب	184	76.67	2.30	إلى حد ما	4
9	من المهم للمدرّب أن تكون له أهدافا بعيدة يحاول الوصول إليها	136	56.67	1.70	لا	3
مجموع 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 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

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد ضغوط العمل لمقياس الضغوط المهنية لمدرّبي كرة القدم ما بين (54.17% : 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (55.94%)، كما

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.

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

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 المقدره	الوزن النسبي	المتوسط الحسابي	التقدير	الترتيب
محور التفاؤل:						
1	غالبا ما انظر إلى الجانب المشرق من خلال عملي كمدرّب رياضي	275	68.75	3.44	اتفق	8
2	انا متفائل بشأن الاحداث المستقبلية بخصوص عملي كمدرّب 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 البعد		280.5	70.13	3.51	اتفق	
محور الامل:						
1	اري نفسي كمدرّب رياضي شخص له قيمة اعتر بها .	275	68.75	3.44	اتفق	10
2	اشعر بالسعادة من خلال عملي كمدرّب رياضي	275	68.75	3.44	اتفق	10
3	أشعر بتطور في مستواي 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 وخطط لها .	289	72.25	3.61	اتفق	2
10	دئما احصل علي دورات تدريبية لكي اطور من مستواي 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 الآخرين 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 باستمرار	275	68.75	3.44	اتفق	5
5	استفيد من تجاربي 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 أعذار اللاعبين .	275	68.75	3.44	اتفق	9
3	اعد اللاعبين جيدا لمواجهه المنافسين .	288	72.00	3.60	اتفق	2
4	أشكر الجمهور بامتنان.	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	
مجموع المقاييس		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 ما بين (68.75% : 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للمتوسط الحسابي (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 ما بين (68.75% : 80%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (71.70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 4) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للمتوسط الحسابي (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 ما بين (68.75% : 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للمتوسط الحسابي (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 ما بين (68.75% : 72.75%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 3.64) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للمتوسط الحسابي (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 الارتباط بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس (ن=8)

م	رأس 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 والذي 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 ما بين (54.17% : 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (55.94%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.71) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (1.68)، حيث تبين أن العبارة رقم (6) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان 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 الاقتصادية لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (54.17% : 57.08%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (56.25%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.71) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (1.69)، حيث تبين أن العبارة رقم (6) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان 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 لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.63: 1.70) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (1.68)، حيث تبين أن العبارة رقم (4) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان 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 محور الأمل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس ما بين (68.75% : 80%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (71.70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 4) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (3.59)، حيث تبين أن العبارة رقم (7) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان كما جاءت العبارة (1)(2)(4) "" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت استجابة 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 ما بين (68.75% : 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70.13%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (3.51)، حيث تبين أن العبارة رقم (2) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان كما جاءت العبارة (4)(5)(7) "" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت استجابة 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 ما بين (68.75% : 72%)، كما بلغ الوزن النسبي لمجموع البعد (70%)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (3.44 : 3.60) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (3.50)، حيث تبين أن العبارة رقم (2) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان كما جاءت العبارة (1)(4)(5) "" في المرتبة الأخيرة، كما جاءت استجابة عينة البحث في البعد ككل إتجاه 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 لاستجابات عينة البحث في عبارات البعد ما بين (1.75 : 2.30) وبلغ المتوسط الحسابي لاستجابات عينة البحث للبعد (1.96)، حيث تبين أن العبارة رقم (6) "" جاء في المرتبة الأولى بين عبارات أبعاد الاستبيان كما جاءت العبارة (1) "" في المرتبة الأخير، كما جاء استجابة عينة البحث في البعد ككل إلى حد ما، وفي المقياس إلى حد ما.

ويرجع الباحث هذه النتائج إلى أن السمات الشخصية للمدربين لعبت دوراً حيوياً حيث أن هولاة 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 بالاحترق النفسي بينما يلجأ الآخرون 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 التغلب 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 والذي ينص علي " ما مستوى رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

يتضح من جدول (11) مايلي:

3- مناقشة النتائج الخاصة بالتساؤل الثالث والذي ينص على " هل توجد علاقة دالة إحصائية 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 و رأس 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 ارتفع 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 تحكّم 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 للأفراد , تقوية روح الفريق , الرضا الوظيفي و تحفيزهم علي الابتكار والتغيير الايجابي , تعزيز القدرة التنافسية من خلال الاستثمار الامثل للقدرة النفسية للعاملين كأفراد و فرق 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 إحصائية بين الضغوط المهنية و رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس؟

- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الكفاءة الذاتية لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس ما بين (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 يواجهونها 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 (2001) (12) Abbas& Raja

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؟

الاستخلاصات:-

- 9- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الكفاءة الذاتية لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس ما بين (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 التربوية:**
 - 1- الاهتمام بمواجهة 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 على بعض مدربي بعض الرياضات الأخرى.
 - 7- عقد دورات لتوعية المدربين والرياضيين والاختصاصيين النفسيين بأهمية رأس المال النفسي بما يساعد في القدرة على مواجهة الضغوط المهنية .

- 1- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في بعد ضغوط العمل لمقياس الضغوط المهنية لمدربي كرة القدم ما بين (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 ما بين (68.75% : 72%).
- 7- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور الأمل لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس ما بين (68.75% : 80%).
- 8- تراوحت النسبة المئوية لاستجابات عينة البحث في محور المرونة لمقياس رأس المال النفسي لدى مدربي كرة القدم مدينة طرابلس ما بين (68.75% : 72%).

المراجع**أولاً المراجع العربية.**

- الابتدائي , المجلة المصرية للدراسات النفسية , العدد (100) , المجلد الثامن والعشرون .
- 3- بسطويسى أحمد (1999م): أسس ونظريات التدريب الرياضي، دار الفكر العربى، القاهرة.
- 4- حسن مصطفى عبد المعطي (2006 م) : " ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها - الصحة النفسية , مكتبة زهراء الشرق , القاهرة .
- 5- حسين طه عبدالعظيم (2006م) : " وحسين سلامة عبدالعظيم: إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية والنفسية دار الفكر، الأردن.

- 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 لدى معلمي المرحلة

- 6- زكي محمد حسن (1998م) المدرب الرياضي أسس العمل في مهنة التدريب، منشأة المعارف، الإسكندرية .
- 7- سليم نعامه، 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 التدريسيين 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 للاعبين 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 معلمي 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 علاوي (2018) : 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 للسماة 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., & Bouckenoghe, D (2014) Ccmbined effects of perceived politics and psychological capitlon 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,

- psychological capital with job satisfaction and turnover intention of 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
- 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