

# الفصل الخامس

عرض نتائج البحث

مناقشة نتائج البحث

## عرض نتائج البحث

فى ضوء أهداف البحث وفروضه يعرض الباحث نتائج البحث على النحو

التالى :-

أولاً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الأول

بناء مقياس للضغوط النفسية للسباحين.

- خطوات بناء المقياس تم تناولها بالتفصيل فى الفصل الرابع

وفىما يلى حساب المعاملات العلمية للمقاييس المستخدمة على العينة

الأساسية.

أ- حساب المعاملات العلمية لمقياس الضغوط النفسية للسباحين.

### • حساب الصدق

تم حساب صدق المقياس باستخدام صدق الإتساق الداخلى :

١- صدق الإتساق الداخلى.

التحقق من مدى تمثيل عبارات المقياس للضغوط النفسية ومدى إرتباط

درجة كل عبارة بالدرجة الكلية للمحور التابع له العبارة ومدى إرتباط درجات

محاور المقياس بالدرجة الكلية للمقياس وذلك على العينة الأساسية.

### • حساب الإتساق الداخلى لعبارات المقياس ومحاوره.

تم حساب قيمة معامل الإرتباط بين درجة كل عبارة بكل محور على حده

والدرجة الكلية لهذا المحور (المقياس الفرعى) وذلك على العينة الأساسية الجداول

## جدول (٢٩)

معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الأول بالدرجة الكلية لهذا المحور  
(ضغوط نفسية مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الإنجاز الرقمي للسباح)

(ن = ٢٥١)

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات	معامل الارتباط
١	١	المستوى الرقمي الذي أحققه في التدريب أفضل من البطولة.	٠,٤٣٥**
٢	٦	حمل التدريب أكثر من قدراتي ولا أستطيع التكيف معه.	٠,٤٦١**
٣	١١	أشعر بالملل في التدريب عند تكرار سباحة بعض المسافات.	٠,٥٤٣**
٤	١٦	يدور في ذهني عما إذا كانت السباحة مناسبة لي.	٠,٥٥٠**
٥	٢١	أحس بالتشاؤم إذا ألمني كتفي عدة أيام.	٠,٥٩٢**
٦	٢٦	عدد ساعات نومي قليلة ولا أشعر فيه بالإستغراق	٠,٥٦٢**
٧	٣١	أشعر بالاحباط بسبب عدم إقترابي من أرقامى الشخصية في التدريب	٠,٥٩٠**

\* القيمة دالة عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,١٢٣

\*\* القيمة دالة عند مستوى ٠,٠١ = ٠,١٦١

يتبين من جدول ٢٩ أن جميع عبارات المحور الأول " ضغوط نفسية

مرتبطة بطبيعية التدريب ومستوى الإنجاز الرقمي للسباح " ذات دلالة إحصائية

عند مستوى معنوية ٠,٠١ حيث بلغ أقصى معامل إرتباط ٠,٥٩٢ عند العبارة رقم

٢١ (أحس بالتشاؤم إذا ألمني كتفي عدة أيام) وبلغ أدنى معامل إرتباط ٠,٤٣٥ عند

العبارة رقم ١ (المستوى الرقمي الذي أحققه في التدريب أفضل من البطولة).

## جدول (٣٠)

معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الثانى بالدرجة الكلية لهذا المحور.  
(ضغوط نفسية مرتبطة بالمنافسة الرياضية)

(ن = ٢٥١)

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات	معامل الارتباط
١	٢	أشعر بالقلق من عدم مقدرتى على تحقيق الرقم المطلوب منى فى البطولة.	**٠,٤٥٠
٢	٧	عندما أفشل فى أول سباق يصعب على العودة لحالتى الطبيعية واستكمال سباقاتى بدون توتر	**٠,٤٤٦
٣	١٢	أرقامى فى التتابعات أفضل من أرقامى فى السباقات الفردية	**٠,٣٧٠
٤	١٧	ترتيب الحارات يؤثر على معنوياتى أثناء السباق	**٠,٥٧٤
٥	٢٢	أحب أن أتمرد دون الإشتراك فى البطولات	**٠,٤١٩
٦	٢٧	مكافأة الفوز لا تساوى الجهد البدنى والنفسى الذى أبذله	**٠,٤٦٨
٧	٢٢	عند تأهلى للنهائيات ينتابنى الشعور بالقلق عند تساوى رقمى مع بعض المنافسين	**٠,٥٤٧
٨	٢٥	أشعر بالخوف والتوتر عند التفكير فى نتيجة البطولة	**٠,٥٥٤
٩	٢٦	يصعب على الإحتفاظ بطاقتى البدنية والنفسية كلما طال الوقت بين الإحماء والسباق	**٠,٤٦٦

يتبين من جدول ٣٠ أن جميع عبارات المحور الثانى " ضغوط نفسية "

مرتبطة بالمنافسة الرياضية " ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠١ حيث

بلغ أقصى معامل ارتباط ٠,٥٧٤ عند العبارة رقم ١٧ (ترتيب الحارات يؤثر على

معنوياتى أثناء السباق) وبلغ أدنى معامل ارتباط ٠,٣٧٠ وعند العبارة رقم ١٢

(أرقامى فى التتابعات أفضل من أرقامى فى السباقات الفردية).

## جدول (٣١)

معامل إرتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الثالث بالدرجة الكلية لهذا المحور  
(ضغوط نفسية مرتبطة بإدارة الوقت)

(ن = ٢٥١)

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات	معامل الارتباط
١	٢	تواجهنى صعوبات للإنتظام فى التدريب الصباحى والمسائى.	**٠,٥٢٦
٢	٨	أستطيع التوفيق بين تدريب النادى والتدريب الخاص Private.	**٠,٤٠١
٣	١٣	أجد صعوبة فى التوفيق بين متطلبات التدريب والتفوق الدراسى.	**٠,٥٨٨
٤	١٨	إنتظامى فى التدريب يجعلنى أسهر لإنجاز الواجبات المدرسية.	**٠,٥٧٩
٥	٢٢	أنتغيب عن التدريب لكى أقوم بواجباتى المدرسية.	**٠,٦١١
٦	٢٨	تواجهنى ضغوط مختلفة وصعوبات بسبب مواعيد التدريب.	**٠,٦١٩
٧	٢٢	تتراكم على واجباتى المدرسية نتيجة إنتظامى فى التدريب.	**٠,٦٧١

يتبين من جدول ٣١ أن جميع عبارات المحور الثالث " ضغوط نفسية

مرتبطة بإدارة الوقت " ذات دلالة إحصائية غير مستوى معنوية ٠,٠١ حيث بلغ

أقصى معامل إرتباط ٠,٦٧١ عند العبارة رقم ٣٣ (تتراكم على واجباتى المدرسيه

نتيجة إنتظامى فى التدريب) وبلغ أدنى معامل إرتباط ٠,٤٠١ عند العبارة رقم ٨

(أستطيع التوفيق بين تدريب النادى والتدريب الخاص Private).

## جدول (٣٢)

معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الرابع بالدرجة الكلية للمحور  
(ضغوط نفسية مرتبطة بالمدرّب)

(ن = ٢٥١)

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارة	معامل الارتباط
١	٤	ينتقدني المدرّب أكثر من أن يثنى على	**٠,٥٨٩
٢	٩	أشعر بتحيّز المدرّب لبعض السباحين الآخرين	**٠,٦٠٩
٣	١٤	يعنّف المدرّب أمام زملائي عندما أخطأ في المنافسة	**٠,٥٣٢
٤	١٩	يستمع المدرّب إلى بدون تركيز	**٠,٦٨٦
٥	٢٤	استطيع أن أتحدّث مع المدرّب عن مشاكلي	**٠,٤٧٠
٦	٢٩	يستمع المدرّب إلى آرائي ومقترحاتي	**٠,٦٢٨
٧	٣٤	يطلب مني المدرّب تحقيق أرقام تفوق قدراتي	**٠,٤٩٢

يتبين من جدول ٣٢ أن جميع عبارات المحور الرابع " ضغوط نفسية "

مرتبطة بالمدرّب " ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠١ حيث بلغ أقصى

معامل ارتباط ٠,٦٨٦ عند العبارة رقم ١٩ (يستمع المدرّب إلى بدون تركيز) وبلغ

أدنى معامل ارتباط ٠,٤٧٠ عند العبارة رقم ٢٤ (أستطيع أن أتحدّث مع المدرّب

عن مشاكلي).

## جدول (٣٣)

معامل ارتباط درجة كل عبارة من عبارات المحور الخامس بالدرجة الكلية لهذا المحور  
(ضغوط نفسية مرتبطة بالأسرة)

(ن = ٢٥١)

م	رقم العبارة بالمقياس	العبارات	معامل الارتباط
١	٥	أمارس السباحة إرضاءً لوالدي	**٠,٥٥٨
٢	١٠	أواجه نقداً أو تعنيفاً بقسوة من أفراد الأسرة عندما أفشل في البطولة	**٠,٦٠٨
٢	١٥	يضغط والدي على لى أتدرب أكثر من زملائي رغم تعبى الشديد	**٠,٧١٦
٤	٢٠	يتدخل والدي كثيراً في أمور التدريب	**٠,٦٢٩
٥	٢٥	أخشى حضور أحد أفراد الأسرة في القياسات	**٠,٦٠٠
٦	٣٠	يقدم لى والدي التقدير والتشجيع عند الفوز فقط	**٠,٦٠٢

يتبين من جدول ٣٣ أن جميع عبارات المحور الخامس " ضغوط نفسية مرتبطة بالأسرة " ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية ٠,٠١ حيث بلغ أقصى معامل ارتباط ٠,٧١٦ عند العبارة رقم ١٥ (يضغط والدي على لى أتدرب أكثر من زملائي رغم تعبى الشديد) وبلغ أدنى معامل ارتباط ٠,٥٥٨ عند العبارة رقم ٥ (أمارس السباحة إرضاءً لوالدي).

• حساب الإتساق الداخلى بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس.

تم حساب قيم معاملات الارتباط بين درجات محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والدرجة الكلية لهذا المقياس وذلك على العينة الأساسية كما فى

## جدول (٣٤)

معاملات الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس

(ن = ٢٥١)

م	المحاور	معامل الارتباط
١	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقوى للسباح	٠,٧٦١**
٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٠,٧٥٠**
٣	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت	٠,٦١٩**
٤	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب	٠,٦٥٣**
٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة	٠,٧٢٢**

يتبين من جدول ٣٤ أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ حيث بلغ أقصى معامل ارتباط ٠,٧٦١ للمحور الأول " ضغوط نفسية مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الإنجاز الرقوى للسباح " وبلغ أدنى معامل ارتباط ٠,٦١٩ للمحور الثالث " ضغوط نفسية مرتبطة بإدارة الوقت " ويدل ذلك على أن هناك إتساق داخلي بين درجات المحاور والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية للسباحين.

## • حساب الثبات

إستعان الباحث بطريقتين لحساب ثبات المقياس هما :-

١- معامل ثبات ألفا كرونباخ      ٢- التجزئة النصفية.

## ١- معامل ثبات ألفا كرونباخ (ALPHA) Reliability coefficients

تم حساب ثبات محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل بإستخدام معامل ألفا كرونباخ على العينة الأساسية كما في جدول ٣٥.

## جدول (٣٥)

ثبات محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل  
باستخدام معامل ألفا كرونباخ

(ن = ٢٥١)

م	المحاور	عدد العبارات	معامل ألفا
١	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمى للسباح	٧	٠,٥٨١
٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٩	٠,٥٧٤
٣	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت	٧	٠,٦٤٣
٤	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب	٧	٠,٦٥٦
٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة	٦	٠,٦٧٨
	الدرجة الكلية للمقياس	٣٦	٠,٨٣٤

يتبين من جدول ٣٥ أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ بلغت ٠,٨٣٤ ، كما تراوحت قيم معامل الثبات لمحاور المقياس ما بين ٠,٥٧٤ ، ٠,٦٧٨ ، مما يدل على أن المقياس بصفة عامة ومحاوره الفرعية يتميزون بدرجة كبيرة من الاستقرار والثبات.

## ٢- التجزئة النصفية Split – Half

تم حساب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية عن طريق تجزئته عبارات كل محور وعبارات المقياس ككل (العبارات الفردية - العبارات الزوجية) وإيجاد معامل الارتباط بين الجزئين كما يوضحه جدول ٣٦.

## جدول (٣٦)

ثبات محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل باستخدام التجزئة النصفية.

(ن = ٢٥١)

معامل الارتباط	عدد العبارات	التجزئة النصفية	المحور
**٠,٦٥٢	٤	الجزء الأول	ضغوط نفسية مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقوى للسباح.
	٣	الجزء الثانى	
**٠,٥٩٢	٥	الجزء الأول	ضغوط نفسية مرتبطة بالمنافسة الرياضية
	٤	الجزء الثانى	
**٠,٦٨٦	٤	الجزء الأول	ضغوط نفسية مرتبطة بإدارة الوقت
	٣	الجزء الثانى	
**٠,٥٣٦	٤	الجزء الأول	ضغوط نفسية مرتبطة بالمدرّب
	٣	الجزء الثانى	
**٠,٦٨٠	٣	الجزء الأول	ضغوط نفسية مرتبطة بالإسرة
	٣	الجزء الثانى	
**٠,٧٦٤	١٨	الجزء الأول	مقياس الضغوط النفسية للسباحين
	١٨	الجزء الثانى	

يتبين من جدول ٣٦ أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لمحاور المقياس والمقياس ككل دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ حيث تراوحت ما بين ٠,٥٣٦ ، ٠,٦٨٦ ، مما يدل على ثبات محاور المقياس وأن قيمة معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية للمقياس ككل بلغ ٠,٧٦٤ وهو دال عند مستوى ٠,٠١ مما يدل على أن مقياس الضغوط النفسية للسباحين يتميز بدرجة كبيرة من الاستقرار والثبات.

ب- حساب المعاملات العلمية لمقياس دافعية الإنجاز

• حساب الصدق

تم حساب صدق المقياس باستخدام الإتساق الداخلى.

١- صدق الإتساق الداخلى

للتحقق من مدى تمثيل عبارات المقياس لدافعية الإنجاز ومدى إرتباط كل

عبارة بالدرجة الكلية للبعد التابع له العبارة ، ومدى إرتباط أبعاد المقياس بالدرجة

الكلية للمقياس وذلك على العينة الأساسية.

• حساب الإتساق الداخلى لعبارات المقياس وأبعاده.

تم حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة بكل بعد على حدة و  
الدرجة الكلية لهذا البعد (المقياس الفرعى) وذلك على العينة الأساسية كما فى  
جدول ٣٧.

جدول (٣٧)

معامل إرتباط درجة كل عبارة من عبارات الأبعاد بالدرجة الكلية لكل بعد

(ن = ٢٥١)

م	الأبعاد	رقم العبارة بالبعد	العبارات	معامل الارتباط
١	الأول	١	أحرص على توظيف قدراتى وإمكاناتى	٠,٧١١**
٢		١٠	أشعر بثقه فى الأداء أثناء المباراة	٠,٧٨٧**
٣		١٩	أحرص على حضور التدريب بانتظام	٠,٧٥٨**
٤	الثانى	٢	أفضل الإشتراك فى الأنشطة التنافسيه عن الأنشطة الترويحيه	٠,٧٨٢**
٥		١١	أنتظر تشجيع المدرب عندما يكون أدائى جيد	٠,٧٥٧**
٦		٢٠	لا أستطيع مواصلة جهودى فى المواقف الصعبه	٠,٧٧١**
٧	الثالث	٣	أستطيع مواجهة المواقف الرياضيه الصعبه	٠,٨٣١**
٨		١٢	أشعر باحترامى لذاتى عند الوصول للمستوى الذى أضعه لنفسى	٠,٨٠٢**
٩		٢١	أشعر بالانتماء للمجموعه أثناء التدريب	٠,٧٠٧**
١٠	الرابع	٤	أبذل أقصى ما فى قدراتى لتحقيق إنجازات خلال الموسم التدريبى	٠,٨١٠**
١١		١٣	أعتقد أن المتفوقين رياضياً لديهم مواصفات لا تتوافر فى شخصى كرياضى	٠,٧٩١**
١٢		٢٢	ألتزم بتعليمات مدربى لتحقيق أهدافى	٠,٧٥٩**
١٣	الخامس	٥	أتعامل مع أى ظروف تظهر أثناء المنافسه	٠,٦٨٠**
١٤		١٤	يتحسن مستوى أدائى بتشجيع الحاضرين	٠,٧٨٤**
١٥		٢٣	أحافظ على مستوى أدائى مهما طالت فترة التدريب	٠,٧٩٢**
١٦	السادس	٦	اعتمد على توجيهات المدرب فى أى موقف يطرأ فى المباراة	٠,٧٧١**
١٧		١٥	أرغب فى أداء التدريبات الصعبه والتى تتميز ببعض المخاطر	٠,٧٦٥**
١٨		٢٤	أمارس الرياضة بدافع الرغبة والحب	٠,٧٦٦**
١٩	السابع	٧	أسعى دائماً لئى أكون فى مركز متقدم فى المسابقات	٠,٨٢٥**
٢٠		١٦	أشعر بعدم القدرة على مواجه منافس يفوق قدراتى	٠,٧١٩**
٢١		٢٥	يضايقنى عدم اهتمام زملائى بالتدريب	٠,٧٥٥**
٢٢	الثامن	٨	أشعر بزيادة التوتر عند إقتراب موعد المنافسه	٠,٦٥٩**
٢٣		١٧	يحفزنى تشجيع الجمهور لبذل أقصى جهد لتحقيق الفوز	٠,٧٧٨**
٢٤		٢٦	استمتع بالمهارات الصعبه التى تتطلب جهداً كبيراً	٠,٧٣٢**
٢٥	التاسع	٩	أعتمد على نفسى فى تحقيق أهدافى	٠,٧٢٦**
٢٦		١٨	أحرص على زيادة جهودى لتحقيق مستوى أفضل فى المنافسه	٠,٧٩٩**
٢٧		٢٧	ممارستى للرياضه تعتبر قيمة فى حد ذاتها	٠,٧٦٥**

يتبين من جدول ٣٧ أن جميع قيم معامل الارتباط لجميع عبارات مقياس دافعية الإنجاز دالة إحصائياً وذلك عند مستوى ٠,٠١ مما يشير إلى صدق الإتساق الداخلي لعبارات المقياس.

• حساب الإتساق الداخلي لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والدرجة الكلية للمقياس.

تم حساب قيمة معاملات الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد المقياس والدرجة الكلية لهذا المقياس وذلك على العينة الأساسية كما في جدول ٣٨.

جدول (٣٨)

معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس

(ن = ٢٥١)

م	الأبعاد	معامل الارتباط
١	الرغبة في التفوق الرياضي	٠,٥٦٢**
٢	الثقة بالنفس في الأداء الرياضي	٠,٤٥٩**
٣	الالتزام نحو الإنجاز	٠,٥٧٥**
٤	التنافس بكفاية	٠,٤٦٣**
٥	التقدير الاجتماعي	٠,٣٦٦**
٦	المثابرة في الأداء	٠,٥٤٠**
٧	الاستقلالية في اتخاذ القرار	٠,٣٥٩**
٨	مستوى الطموح وواقعية الأهداف	٠,٥٩١**
٩	الدافع الذاتي للإنجاز	٠,٥٧٠**

يتبين من جدول ٣٨ أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ مما يدل على أن هناك إتساق داخلي بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز.

• حساب الثبات

إستعان الباحث بطريقتين لحساب ثبات المقياس هما :-

١- معامل ثبات ألفا كرونباخ. ٢- التجزئة النصفية.

١- معامل ثبات ألفا كرونباخ

تم حساب ثبات أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل باستخدام معامل ألفا كرونباخ على العينة الأساسية كما في جدول ٣٩.

## جدول (٣٩)

ثبات أبعاد مقياس دافعيه الإنجاز بإستخدام معامل ألفا كرونباخ

(ن = ٢٥١)

م	الأبعاد	عدد العبارات	معامل ألفا
١	الرغبة فى التفوق الرياضى	٣	٠,٦١٢
٢	الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى	٣	٠,٦٥٥
٣	الإلتزام نحو الإنجاز	٣	٠,٦٧٣
٤	التنافس بكفاية	٣	٠,٦٩٢
٥	التقدير الاجتماعى	٣	٠,٦٥٥
٦	المثابرة فى الأداء	٣	٠,٦٥٠
٧	الاستقلالية فى إتخاذ اقرار	٣	٠,٦٤٦
٨	مستوى الطموح وواقعية الأهداف	٣	٠,٥٤٦
٩	الدافع الذاتى للإنجاز	٣	٠,٦٣٨
	الدرجة الكلية للمقياس	٢٧	٠,٧٦٤

يتبين من جدول ٣٩ أن قيمة معامل الثبات للدرجة الكلية للمقياس بإستخدام

معامل ألفا كرونباخ بلغت ٠,٧٦٤ ، كما تراوحت قيم معامل الثبات لأبعاد المقياس

ما بين ٠,٥٤٦ ، ٠,٦٩٢ ، مما يدل على أن المقياس بصفة عامة وأبعاده الفرعية

يتميزون بدرجة كبيرة من الإستقرار والثبات.

## ٢- التجزئة النصفية

تم حساب ثبات المقياس بإستخدام التجزئة النصفية عن طريق تجزئة

عبارات كل بعد وعبارات المقياس ككل (العبارات الفردية - العبارات الزوجية)

وإيجاد معامل الارتباط بين الجزئين كما فى جدول ٤٠

## جدول (٤٠)

ثبات أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل باستخدام التجزئة النصفية

(ن = ٢٥١)

معامل الارتباط	عدد العبارات	التجزئة النصفية	البعد
**٠,٦٥٨	٢	الجزء الأول	الرغبة في التفوق الرياضى
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٥٣	٢	الجزء الأول	الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى
	١	الجزء الثانى	
**٠,٥٢٦	٢	الجزء الأول	الالتزام نحو الإنجاز
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٤٤	٢	الجزء الأول	التنافس بكفاية
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٩٥	٢	الجزء الأول	التقدير الاجتماعى
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٥٢	٢	الجزء الأول	المثابرة فى الأداء
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٣١	٢	الجزء الأول	الاستقلالية فى اتخاذ القرار
	١	الجزء الثانى	
**٠,٥٨٤	٢	الجزء الأول	مستوى الطموح وواقعية الأهداف
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٨٩	٢	الجزء الأول	الدافع الذاتى للإنجاز
	١	الجزء الثانى	
**٠,٦٨٥	١٤	الجزء الأول	مقياس دافعية الانجاز
	١٣	الجزء الثانى	

يتبين من جدول ٤٠ أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لأبعاد المقياس والمقياس ككل دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ ، كما تراوحت قيم معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لأبعاد المقياس ما بين ٠,٥٢٦ ، ٠,٦٩٥ وهى دالة إحصائياً كما أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية للمقياس ككل بلغ ٠,٦٨٥ مما يدل على أن المقياس بصفة عامة وأبعاده الفرعية يتميزون بدرجة كبيرة من الإستقرار والثبات.

ثانياً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الثانى

التعرف على مصادر الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الإنجاز لدى السباحين.

أ- التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى السباحين.

يوضح جدول ٤١ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين.

جدول (٤١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف

لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين

(ن = ٢٥١)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف٪
١	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمي للسباح	٢,٤٥٦	٠,٥٧٧	٢٣,٤٩
٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية	٢,٨١٢	٠,٥٨٦	٢٠,٨٤
٣	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت	٢,٦٣٩	٠,٦٢٤	٢٣,٦٥
٤	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب	٢,٢٤٣	٠,٦٣٢	٢٨,١٨
٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة	١,٩٠٦	٠,٦٧٢	٣٥,٢٦

يتبين من جدول ٤١ أنه تم حساب معامل الاختلاف وهو الوسيلة العملية التي تستخدم للمقارنة بين تشنت مجموعتين أو أكثر وقد بلغ ٢٣,٤٩% للمحور الأول ، ٢٠,٨٤% للمحور الثاني ، ٢٣,٦٥% للمحور الثالث ، ٢٨,١٨% للمحور الرابع ، ٣٥,٢٦% للمحور الخامس.

ويمكن ترتيب محاور المقياس الخمس على حسب درجة الأهمية وذلك من خلال المتوسط الحسابي لتكرار السباحين على عبارات المقياس كما يلي :-

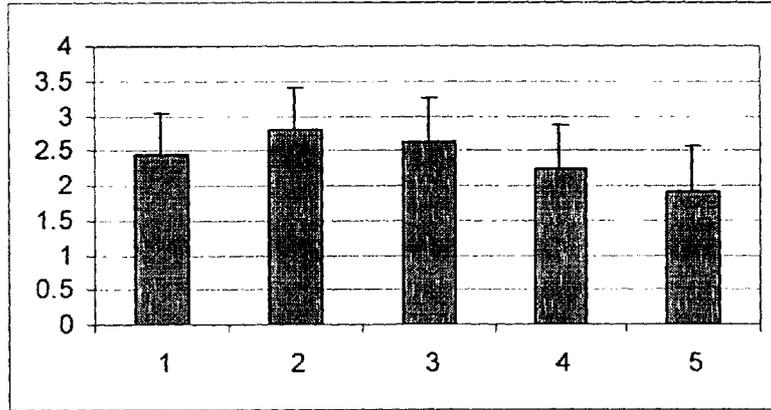
١- المحور الثاني : ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية.

٢- المحور الثالث : ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت.

٣- المحور الأول : ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمي للسباح.

٤- المحور الرابع : ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب.

٥- المحور الخامس : ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة.



شكل (٢)

التمثيل البياني لترتيب محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين  
حسب درجة الأهمية

ب- التعرف على أبعاد دافعية الإنجاز لدى السباحين.

يوضح جدول ٤٢ المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل  
الاختلاف لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز

جدول (٤٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الاختلاف  
لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز

(ن = ٢٥١)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الاختلاف %
١	الرغبة في التفوق الرياضي	٢,٥٣٥	٠,٤٩٥	١٩,٥٤
٢	الثقة بالنفس في الأداء الرياضي	٢,٠٩٨	٠,٦٠١	٢٨,٦٣
٣	الإلتزام نحو الإنجاز	٢,٣١٩	٠,٥٥٨	٢٤,٠٧
٤	التنافس بكفاية	٢,٠١٧	٠,٦١٦	٣٠,٥٥
٥	التقدير الاجتماعي	٢,١٧٣	٠,٦٠٣	٢٧,٧٧
٦	المثابرة في الأداء	٢,١٣٢	٠,٥٤٠	٢٥,٣٤
٧	الاستقلالية في إتخاذ القرار	٢,١٠٨	٠,٥٥٧	٢٦,٤١
٨	مستوى الطموح وواقعية الأهداف	٢,٥٣٨	٠,٤٦٣	١٨,٢٣
٩	الدافع الذاتي للإنجاز	٢,٥٢٢	٠,٥١٥	٢٠,٤١

يتبين من جدول ٤٢ أنه تم حساب معامل الاختلاف وقد بلغ ١٩,٥٤% للبعد الأول ، ٢٨,٦٣% للبعد الثاني ، ٢٤,٠٧% للبعد الثالث ، ، ٣٠,٥٥% للبعد الرابع ، ٢٧,٧٧% ، للبعد الخامس ، ٢٥,٣٤% للبعد السادس ، ٢٦,٤١% للبعد السابع ، ١٨,٢٣% للبعد الثامن ، ٢٠,٤١% للبعد التاسع ، ويمكن ترتيب أبعاد

المقياس التسعة حسب درجة الأهمية وذلك من خلال المتوسط الحسابي لتكرار السباحين على عبارات المقياس كما يلي :-

١- البعد الثامن : مستوى الطموح وواقعية الأهداف.

٢- البعد الأول : الرغبة فى التفوق الرياضى.

٣- البعد التاسع : الدافع الذاتى للإنجاز.

٤- البعد الثالث : الالتزام نحو الإنجاز

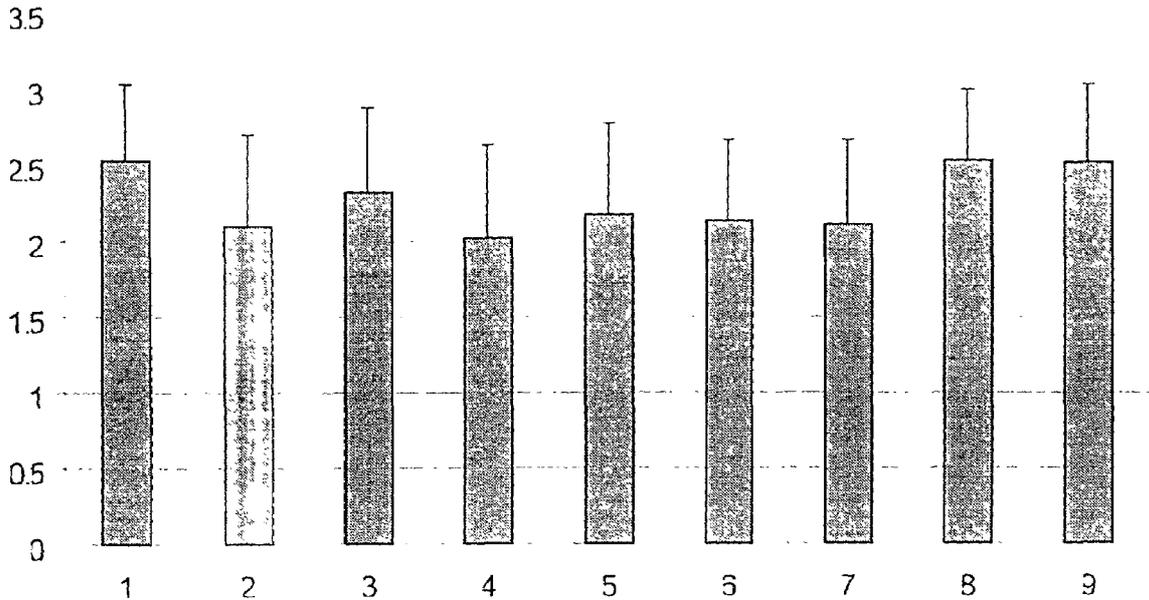
٥- البعد الخامس : التقدير الإجتماعى.

٦- البعد السادس : المثابرة فى الأداء.

٧- البعد السابع : الإستقلالية فى إتخاذ القرار

٨- البعد الثانى : الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى.

٩- البعد الرابع : التنافس بكفاية



شكل (٣)

التمثيل البياني لترتيب أبعاد مقياس دافعية الإنجاز

حسب درجة الأهمية

## ثالثاً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الثالث

التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وأبعاد دافعيه الإنجاز وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى (العالى ، المتوسط ، الأقل).

أ- التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى (العالى ، المتوسط ، الأقل)

للتعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى تم تقسيم العينة إلى ثلاث فئات وفقاً للمستوى الرياضى (عالي - متوسط - أقل) :-

ويوضح جدول ٤٣ المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى.

## جدول (٤٣)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى لمحاور مقياس الضغوط النفسية

للسباحين والمقياس ككل وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

(ن = ٢٥١)

المستوى الرياضى الأقل ن = ٨٥		المستوى الرياضى المتوسط ن = ٨٦		المستوى الرياضى العالى ن = ٨٠		المستوى الرياضى المحاور
الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	
٣,٧٢٠	١٧,٩١٨	٤,٢٢٥	١٧,٤٨٨	٣,٩٦١	١٦,١٠٠	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمى للسباح
٤,١٢٧	٢٢,٩٦٥	٥,٠٤٤	٢٢,١٧٤	٤,٦٦٣	٢١,٢٧٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضيه
٤,١٩١	١٩,٥٢٩	٤,٥٩٣	١٨,١١٦	٤,١٣١	١٧,٧٢٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت
٤,٦٢٤	١٦,٣٠٦	٤,٢٢٣	١٦,٥٠٠	٤,٠٧٩	١٤,١٨٨	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب
٣,٨٢٣	١١,٨٣٥	٤,٥٧٧	١٢,١٧٤	٣,٣٢٨	١٠,٢٢٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة
١٣,٥٥١	٨٨,٥٥٣	١٦,٥٩١	٨٧,٤٥٤	١٢,٨٩٨	٧٩,٥١٣	الدرجة الكلية

يتبين من جدول ٤٣ أن المتوسط الحسابى لإستجابات السباحين على محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل قد تباين بإختلاف مستوى الإنجاز الرياضى وحتى يتسنى معرفة هل الفروق دالة إحصائياً تم حساب تحليل

التباين فى إتجاه واحد One Way ANOVA. وجدول ٤٤ يوضح تحليل التباين لدرجات السباحين على مقياس الضغوط النفسية وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى.

### جدول (٤٤)

تحليل التباين لدرجات السباحين على محاور مقياس الضغوط النفسية والمقياس ككل وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

(ن = ٢٥١)

المحاور	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة
ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمى للسباح	بين المجموعات	٢	١٤٧,٧٠٩	٧٢,٨٥٤	* ٤,٦٦٦
	داخل المجموعات	٢٤٨	٣٩٢٥,١١٢	١٥,٨٢٧	
	المجموع	٢٥٠	٤٠٧٢,٨١٢		
ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية	بين المجموعات	٢	١٧٧,٥٢١	٨٨,٧٦١	* ٤,١٤٥
	داخل المجموعات	٢٤٨	٥٢١١,٢٢٨	٢١,٤١٦	
	المجموع	٢٥٠	٥٤٨٨,٧٤٩		
ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت	بين المجموعات	٢	١٥٠,٥٦٢	٧٥,٢٨١	* ٤,٠٤٥
	داخل المجموعات	٢٤٨	٤٦١٥,٩٦٤	١٨,٦١٣	
	المجموع	٢٥٠	٤٧٦٦,٥٢٦		
ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب	بين المجموعات	٢	٢٦٩,٢٥٢	١٣٤,٦٢٧	* ٧,٢١٨
	داخل المجموعات	٢٤٨	٤٦٢٥,٧٣٥	١٨,٦٥٢	
	المجموع	٢٥٠	٤٨٩٤,٩٨٨		
ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة	بين المجموعات	٢	١٧٧,٧٦٥	٨٨,٨٨٢	* ٥,٦٦٩
	داخل المجموعات	٢٤٨	٣٨٨٨,٠٢٨	١٥,٦٧٨	
	المجموع	٢٥٠	٤٠٦٥,٧٩٣		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٢	٢٩٧٧,٨٧٠	١٩٨٨,٩٣٥	* ٩,٣٠٨
	داخل المجموعات	٢٤٨	٥٢٩٩٠,٣١٢	٢١٣,٦٧١	
	المجموع	٢٥٠	٥٦٩٦٨,١٨٢		

\* قيمة ف الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٣,٠٠

يتبين من جدول ٤٤ أن جميع قيم ف دالة إحصائياً فى جميع محاور المقياس والمقياس ككل عند مستوى ٠,٠٥ ، وهذا يعنى وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً للمستويات الرياضية الثلاثة فى تعرضهم للضغوط النفسية وللتعرف على مستوى معنوية الفروق تم استخدام اختبار أقل فرق معنوى L.S.D. وقد ارتضى الباحث مستوى دلالة ٠,٠٥

## جدول (٤٥)

دلالة الفروق بين السباحين على مقياس الضغوط النفسية وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

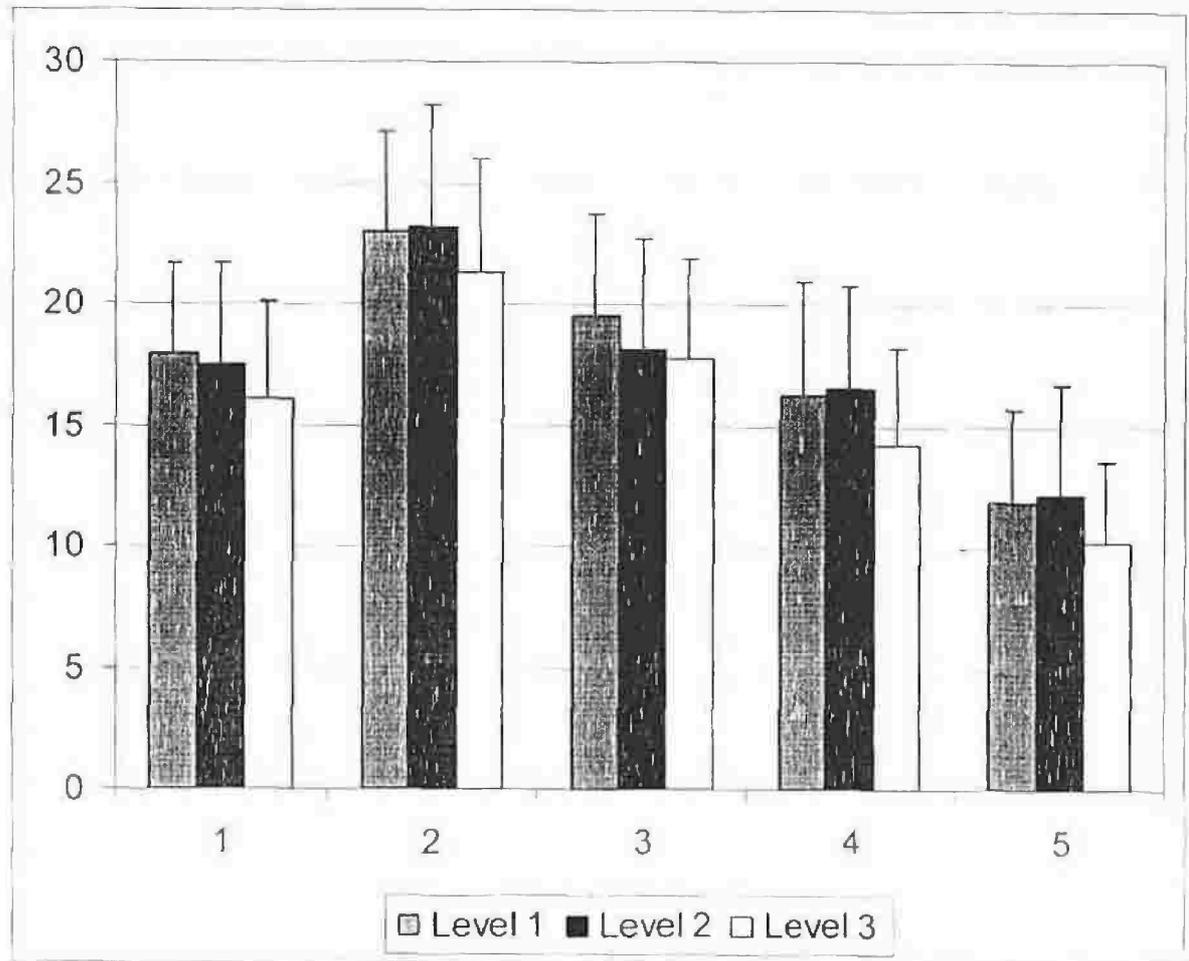
المستوى الرياضى			المتوسط الحسابى	المستوى الرياضى	المحاور
الأقل	المتوسط	العالى			
* ١,٨١٨	* ١,٣٨٨	-	١٦,١٠٠	العالى	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمى لسباح
٠,٤٢٩	-		١٧,٤٨٨	المتوسط	
-			١٧,٩١٨	الأقل	
* ١,٦٩٠	* ١,٨٩٩	-	٢١,٢٧٥	العالى	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية
٠,٢١٠	-		٢٣,١٧٤	المتوسط	
-			٢٢,٩٦٥	الأقل	
* ١,٨٠٤	* ١,٤١٣	-	١٧,٧٢٥	العالى	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت
٠,٣٩١	-		١٨,١١٦	المتوسط	
-			١٩,٥٢٩	الأقل	
* ٢,١١٨	* ٢,٣١٣	-	١٤,١٨٨	العالى	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب
٠,١٩٤	-		١٦,٥٠٠	المتوسط	
-			١٦,٣٠٦	الأقل	
* ١,٥١٠	* ١,٩٤٩	-	١٠,٢٢٥	العالى	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة
٠,٣٣٩	-		١٢,١٧٤	المتوسط	
-			١١,٨٣٥	الأقل	
* ٩,٠٤٠	* ٧,٩٤١	-	٧٩,٥١٣	العالى	الدرجة الكلية
١,١٠٠	-		٨٧,٤٥٤	المتوسط	
-			٨٨,٥٥٣	الأقل	

أقل فرق معنوى L.S.D عند مستوى ٠,٠٥

يتبين من جدول ٤٥ ما يلى :-

- توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى والمتوسط لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى المتوسط فى جميع محاور المقياس والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية للسباحين.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى ، والأقل لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى الأقل فى جميع محاور المقياس والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية للسباحين.
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين السباحين ذوى المستوى الرياضى المتوسط والسباحين ذوى المستوى الرياضى الأقل فى جميع محاور المقياس والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية للسباحين.

أى أنه كلما ارتفع المستوى الرياضى للسباح قلت الضغوط النفسية الواقعة على كاهله.



شكل (٤)

التمثيل البياني لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين

وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

ب- التعرف على الفروق بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لمستوى

الإنجاز الرياضى (العالى ، المتوسط ، الأقل)

يوضح جدول ٤٦ المتوسط الحسابى والانحراف المعياري لأبعاد ومقياس

دافعية الإنجاز وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى.

## جدول (٤٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضي

(ن = ٢٥١)

المستوى الرياضي الأقل ن = ٨٥		المستوى الرياضي المتوسط ن = ٨٦		المستوى الرياضي العالي ن = ٨٠		المستوى الرياضي الأبعاد
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١,٥٩٢	٧,٤٨٢	١,٥٣٩	٧,٤٦٥	١,٢٧٢	٧,٨٩	الرغبة في التفوق الرياضي
١,٨٦٨	٦,١٥٢	١,٧٠٨	٦,٠٤٧	١,٧٨٠	٦,٧١٢	الثقة بالنفس في الأداء الرياضي
١,٨٤٨	٦,٨٨٢	١,٥٣٣	٦,٦٤٠	١,٥٥٤	٧,٣٧٥	الإلتزام نحو الإنجاز
١,٩٩٨	٥,٩٠٦	١,٧٨٤	٥,٩١٩	١,٧٣٦	٦,٣٥٠	التنافس بكفاية
١,٨٩٤	٦,٢٣٦	١,٥٧٢	٦,٨٦١	١,٩١٥	٦,٤٥٠	التقدير الاجتماعي
١,٧٦٩	٦,٠٣٥	١,٤٢٨	٦,٥٣٥	١,٩٠٢	٦,٦٢٥	المثابرة في الأداء
١,٦٤٦	٦,٢٩٤	١,٦٣٤	٦,٢٢١	١,٧٤٣	٦,٤٦٣	الاستقلالية في إتخاذ القرار
١,٣٦٨	٧,٤٩٤	١,٤٢٧	٧,٥٧٠	١,٣٦٦	٧,٧٨٨	مستوى الطموح وواقعية الأهداف
١,٨٠١	٧,١٤١	١,٤٢٩	٧,٤٧٧	١,١٨٠	٨,١١٣	الدافع الذاتي للإنجاز
٧,٨٧٩	٥٩,٦٢٤	٦,٣٨١	٦٠,٧٢٣	٧,٠٨٠	٦٣,٧٦٣	الدرجة الكلية

يتبين من جدول ٤٦ أن المتوسط الحسابي لاستجابات السباحين على أبعاد

مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل قد تبين باختلاف مستوى إنجازهم الرياضي

وحتى يتسنى معرفة هل الفروق دالة إحصائياً تم حساب تحليل التباين في اتجاه

واحد One Way ANOVS. و جدول ٤٧ يوضح تحليل التباين لدرجات السباحين

على مقياس دافعية الإنجاز وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضي.

## جدول (٤٧)

تحليل التباين لدرجات السباحين على أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

(ن = ٢٥١)

البعء	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة
الرغبة فى التفوق الرياضى	بين المجموعات	٢	٩,٢٤٦	٤,٦٢٣	٢,١٣٦
	داخل المجموعات	٢٤٨	٥٤٢,٦٠٦	٢,١٨٨	
	المجموع	٢٥٠	٥٥١,٩٥٢		
الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى	بين المجموعات	٢	٢٠,٩٧٠	١٠,٤٨٥	٢,٢٨٦
	داخل المجموعات	٢٤٨	٧٩١,٢١٣	٣,١٩٠	
	المجموع	٢٥٠	٨١٢,١٨٣		
الإلتزام نحو الإنجاز	بين المجموعات	٢	٢٣,١١٩	١١,٥٥٩	٤,٢٣٢
	داخل المجموعات	٢٤٨	٦٧٧,٣٩٩	٢,٧٣١	
	المجموع	٢٥٠	٧٠٠,٥١٨		
التنافس بكفاية	بين المجموعات	٢	١٠,٤٤٩	٥,٢٢٥	١,٥٣٥
	داخل المجموعات	٢٤٨	٨٤٣,٧٨٨	٣,٤٠٣	
	المجموع	٢٥٠	٨٥٤,٢٣٧		
التقدير الاجتماعى	بين المجموعات	٢	١٧,٢٥٠	٨,٦٢٥	٢,٦٦٩
	داخل المجموعات	٢٤٨	٨٠١,٤٢٠	٣,٢٣٢	
	المجموع	٢٥٠	٨١٨,٦٦٩		
المثابرة فى الأداء	بين المجموعات	٢	١٦,٩١٣	٨,٤٥٦	٢,٢٨٢
	داخل المجموعات	٢٤٨	٦٣٩,٠٣٩	٢,٥٧٧	
	المجموع	٢٥٠	٦٥٥,٩٥٢		
الاستقلالية فى إتخاذ القرار	بين المجموعات	٢	٢,٥٢٤	١,٢٦٢	٠,٤٥١
	داخل المجموعات	٢٤٨	٦٩٤,٣٣٧	٢,٨٠٠	
	المجموع	٢٥٠	٦٩٦,٨٦١		
مستوى الطموح وواقعية الأهداف	بين المجموعات	٢	٣,٧٩٨	١,٨٩٩	٠,٩٨٦
	داخل المجموعات	٢٤٨	٤٧٧,٧١٦	١,٩٢٦	
	المجموع	٢٥٠	٤٨١,٥١٤		
الدافع الذاتى للإنجاز	بين المجموعات	٢	٣٩,٩١٨	١٩,٩٥٩	٨,٩٠٧
	داخل المجموعات	٢٤٨	٥٥٥,٧٤٧	٢,٢٤١	
	المجموع	٢٥٠	٥٩٥,٦٦٥		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٢	٧٥١,٥٧١	٣٧٥,٧٨٦	٧,٣٧٦
	داخل المجموعات	٢٤٨	١٢٦٣٥,٢٨٩	٥٠٩٤٩	
	المجموع	٢٥٠	١٣٣٨٦,٨٦١		

يتبين من جدول ٤٧ أن قيم ف غير دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ للبعد الأول والرابع ، الخامس ، السابع والثامن وهذا يعنى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً للمستويات الرياضية الثلاثة فى دافع الرغبة فى التفوق الرياضى ودافع التنافس بكفاية ودافع التقدير الإجتماعى ودافع الإستقلالية فى إتخاذ القرار ودافع مستوى الطموح وواقعية الأهداف ، كما يتبين أيضاً أن قيم ف دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ للبعد الثانى والثالث والسادس والتاسع وكذلك الدرجة الكلية و جدول ٤٨ يوضح دلالة الفروق بين السباحين وفقاً لمستوى.

### جدول (٤٨)

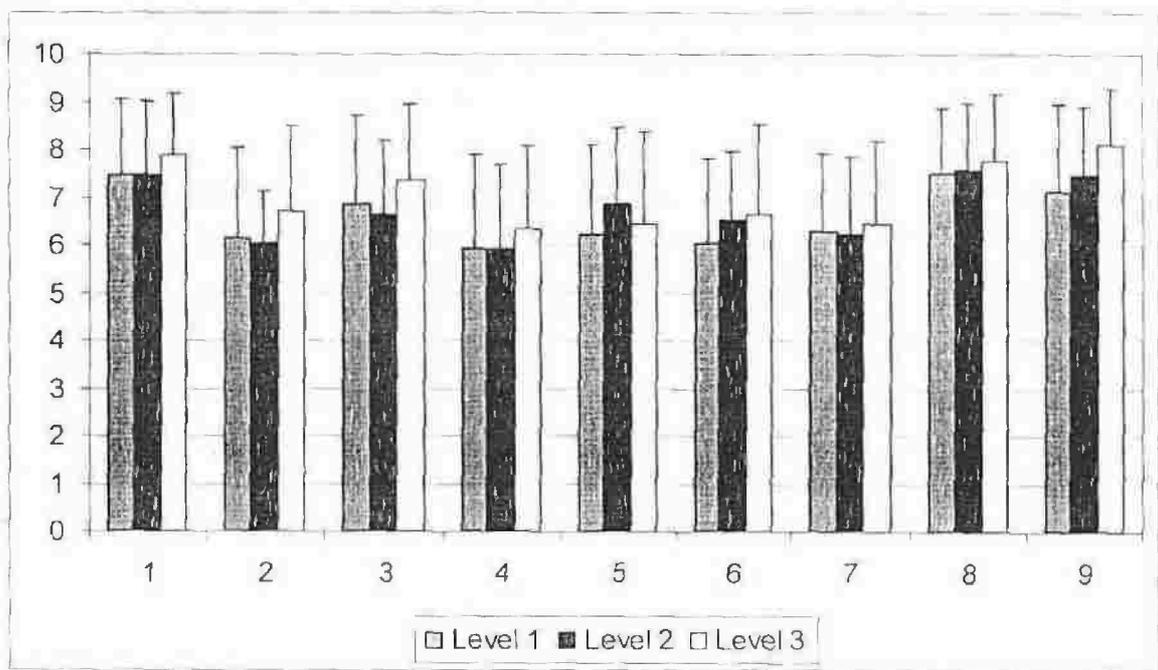
دلالة الفروق بين السباحين على أبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

المستوى الرياضى			المتوسط الحسابى	المستوى الرياضى	البعد
الأقل	المتوسط	العالى			
٠,٥٦٠	*٠,٦٦٦	-	٦,٧١٢	العالى	الرغبة فى التفوق الرياضى
٠,١٠٦	-		٦,٠٤٧	المتوسط	
-			٦,١٥٣	الأقل	
٠,٤٩٣	*٠,٧٣٦	-	٧,٢٧٥	العالى	الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى
٠,٢٤٣	-		٦,٦٤٠	المتوسط	
-			٦,٨٨٢	الأقل	
٠,٠٩٠	*٠,٥٩٠	-	٦,٦٢٥	العالى	المثابرة فى الأداء
٠,٥٠٠	-		٦,٥٣٥	المتوسط	
-			٦,٠٣٥	الأقل	
*٠,٩٧١	*٠,٦٣٦	-	٨,١١٢	العالى	الدافع الذاتى للإنجاز
٠,٣٣٩	-		٧,٤٧٧	المتوسط	
-			٧,١٤١	الأقل	
*٤,١٤٠	*٣,٠٣٠	-	٦٣,٧٦٣	العالى	الدرجة الكلية
١,١١٠	-		٦٠,٧٣٣	المتوسط	
-			٥٩,٦٢٤	الأقل	

يتبين من جدول ٤٨ ما يلى :-

- توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى والمتوسط لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى فى دافع الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى ودافع الإلتزام نحو الإنجاز ودافع المثابرة فى الأداء.

- توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوي المستوى الرياضى العالى وكلاً من المتوسط والأقل لصالح السباحين ذوي المستوى الرياضى العالى فى الدافع الذاتى للإنجاز والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز.
- لا توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوي المستوى الرياضى المتوسط والأقل.
- أى أنه كلما ارتفع المستوى الرياضى للسباح زادت دافعيته للإنجاز فى أبعاد الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى ، والإلتزام نحو الإنجاز والمثابرة فى الأداء والدافع الذاتى للإنجاز.



شكل (٥)

التمثيل البياني لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز

وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى

## رابعاً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الرابع

التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الانجاز وفقاً لسنوات الخبرة ، (أقل من ثمان سنوات تدريبية ، ثمان سنوات تدريبية فأكثر).

## أ- التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لسنوات الخبرة:

أشارت النتائج فى مجال التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لسنوات الخبرة ويوضح جدول ٤٩ المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة " ت " لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل وفقاً لسنوات الخبرة.

## جدول (٤٩)

المتوسط الحسابى والانحراف المعيارى وقيمة ت لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل وفقاً لسنوات الخبرة

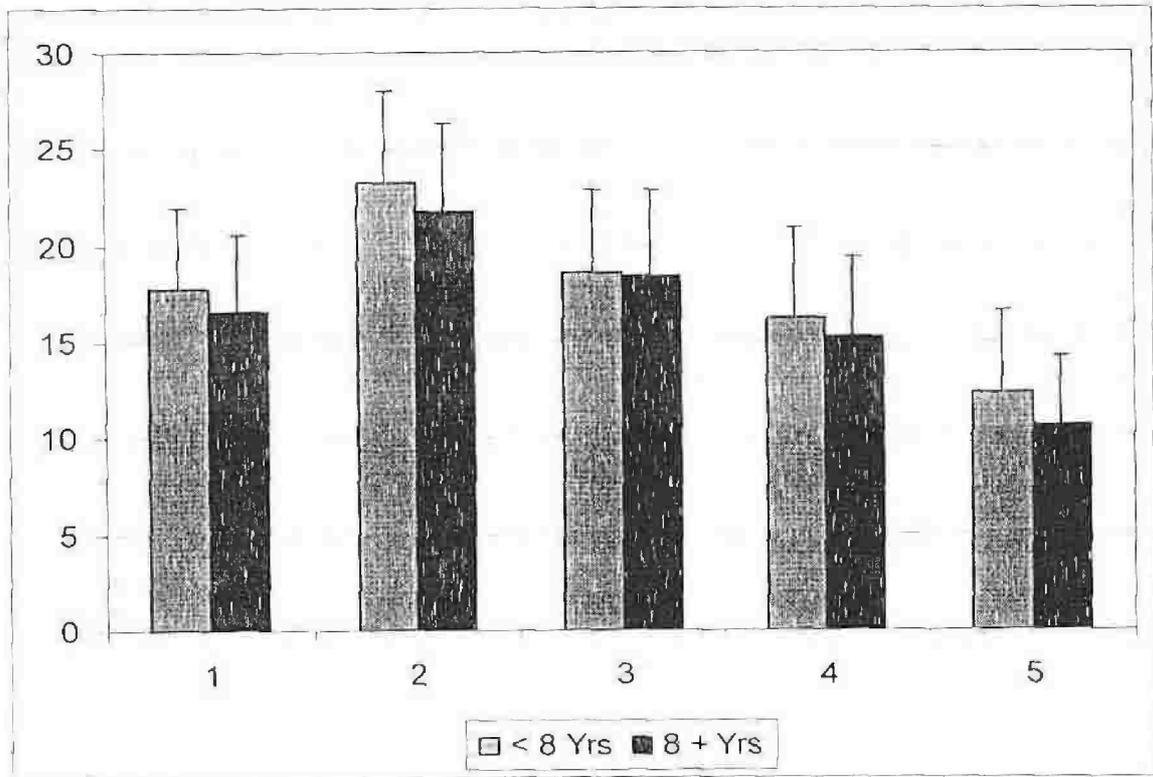
(ن = ٢٥١)

قيمة ت المحسوبة	ثمان سنوات تدريبية فأكثر ن = ١٢٩		أقل من ثمان سنوات تدريبية ن = ١٢٢		سنوات الخبرة	المحاور
	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	المتوسط الحسابى		
* ٢,٢٦١	٢,٨٨١	١٦,٦٢٦	٤,١٢٩	١٧,٧٧٩	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقى للسباح	
* ٢,٥٤٠	٤,٥٢٧	٢١,٧٧٥	٤,٧٢٧	٢٢,٢٦٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية	
٠,٢٢١	٤,٤١٠	١٨,٤١١	٤,٢٣٧	١٨,٥٢٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت	
١,٦٨٨	٤,١١٧	١٥,٢٤٠	٤,٦٩٨	١٦,١٨٠	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب	
** ٢,٤٢٣	٢,٦٠٠	١٠,٦٠٥	٤,٢٨٦	١٢,٣٢٠	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة	
** ٢,٨٧٧	١٣,٧١٨	٨٢,٦٦٧	١٦,٠١٨	٨٨,٠٧٤	الدرجة الكلية	

\* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٦

\*\* قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠١ = ٢,٥٨

يتبين من جدول ٤٩ أن قيم ت للمحور الثالث والرابع غير دالة إحصائياً وهذا يعنى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر والأقل فى تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بإدارة الوقت والمدرّب. فى حين أن جميع قيم ت على باقى المحاور وكذلك الدرجة الكلية للمقياس كانت دالة إحصائياً وهذا يعنى وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر والأقل لصالح السباحين ذوى سنوات الخبرة الأقل (أقل من ثمان سنوات تدريبية) فى تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الإنجاز الرقّمى ، المنافسة الرياضية والأسرة.



شكل (٦)

التمثيل البيانى لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين

وفقاً لسنوات الخبرة

ب- التعرف على الفروق بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لسنوات الخبرة :

أشارت النتائج فى مجال التعرف على الفروق بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لسنوات الخبرة ويوضح جدول ٥٠ المتوسط الحسابى

والإنحراف المعياري وقيمة " ت " لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً لسنوات الخبرة.

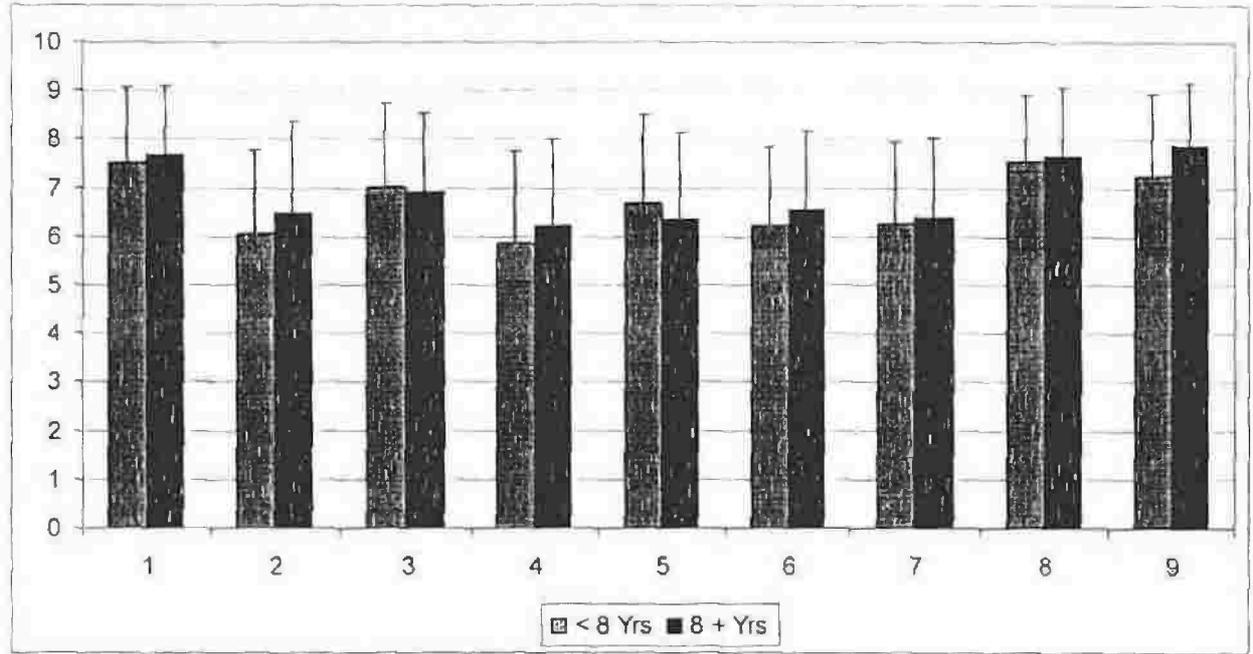
## جدول (٥٠)

المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري وقيمة ت لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً لسنوات الخبرة

(ن = ٢٥١)

قيمة ت المحسوبة	ثمان سنوات تدريبية فأكثر ن = ١٢٩		أقل من ثمان سنوات تدريبية ن = ١٢٢		سنوات الخبرة الأبعاد
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١,٠١٠	١,٣٩٥	٧,٦٩٨	١,٥٧٦	٧,٥٠٨	الرغبة في التفوق الرياضي
١,٩٠٥	١,٨٨٠	٦,٥٠٤	١,٦٩٧	٦,٠٧٤	الثقة بالنفس في الأداء الرياضي
٠,٤٧٨	١,٦٢٢	٦,٩٠٧	١,٧٢٢	٧,٠٠٨	الالتزام نحو الإنجاز
١,٥٢٩	١,٨٠٠	٦,٢٢٥	١,٨٨٩	٥,٨٦٩	التنافس بكفاية
١,٤٥٦	١,٧٧٦	٦,٣٥٧	١,٨٣٧	٦,٦٨٩	التقدير الاجتماعي
١,٧٣١	١,٦٠٠	٦,٥٦٦	١,٦٢٧	٦,٢١٣	المثابرة في الأداء
٠,٥٥٧	١,٦٥٩	٦,٢٨٠	١,٦٨٥	٦,٢٦٢	الاستقلالية في اتخاذ القرار
٠,٥٣٢	١,٤٢٣	٧,٦٥٩	١,٣٥٤	٧,٥٦٦	مستوى الطموح وواقعية الأهداف
٣,٢٢٠	١,٣١٣	٧,٨٦٨	١,٧٠٢	٧,٢٤٦	الدافع الذاتي للإنجاز
١,٨٨٠	٧,٢٥٢	٦٢,١٦٣	٧,٣١١	٦٠,٤٣٤	الدرجة الكلية

\* يتبين من جدول ٥٠ أن قيمة ت للبعد التاسع " الدافع الذاتي للإنجاز " دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، وهذا يعني وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوي سنوات الخبرة الأكبر والأقل لصالح السباحين ذوي سنوات الخبرة الأكبر (ثمان سنوات تدريبية فأكثر) أي أنه كلما زادت خبرة السباح التدريبية من خلال سنوات الممارسة زاد دافع السباح الذاتي للإنجاز، في حين أن جميع قيم ت على باقي الأبعاد وكذلك الدرجة الكلية للمقياس كانت غير دالة إحصائياً وهذا يعني عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوي سنوات الخبرة الأكبر والأقل في هذه الأبعاد وكذلك درجة المقياس ككل.



شكل (٧)

التمثيل البياني لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز

وفقاً لسنوات الخبرة

خامساً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الخامس

التعرف على الفروق بين السباحين والسباحات فى الضغوط النفسية وأبعاد

دافعية الإنجاز.

أ- التعرف على الفروق بين السباحين والسباحات فى محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل.

أشارت النتائج فى مجال التعرف على الفروق بين السباحين والسباحات فى

الضغوط النفسية والمقياس ككل ويوضح جدول ٥١ المتوسط الحسابى والانحراف

المعيارى وقيمة " ت " لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل

وفقاً للجنس.

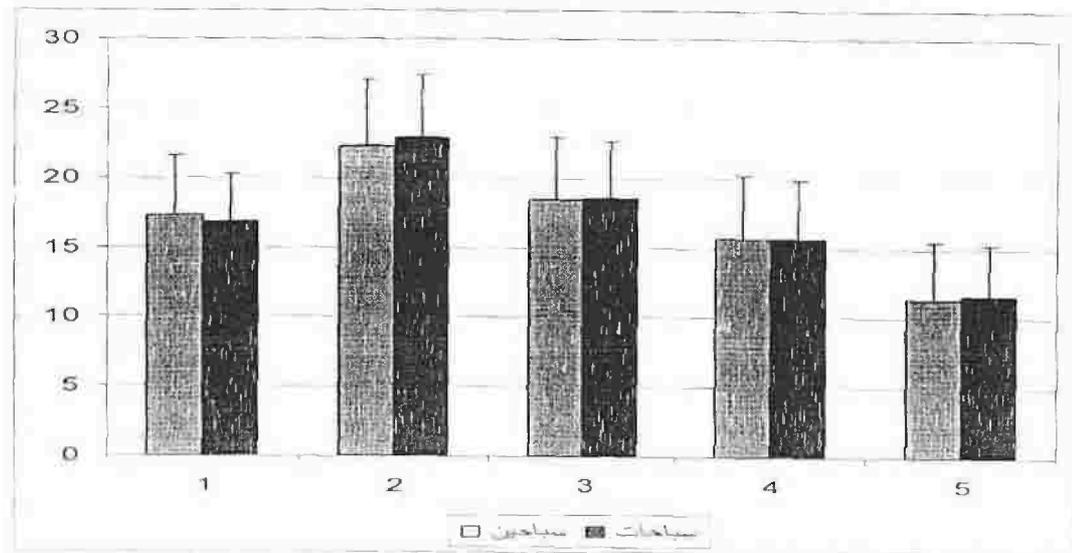
## جدول (٥١)

المتوسط الحسابي والاتحراف المعياري وقيمة ت لمحاوير مقياس الضغوط النفسية  
للسباحين والمقياس ككل وفقاً للجنس

(ن = ٢٥١)

قيمة ت المحسوبة	سباحات ن = ٧٠		سباحين ن = ١٨١		الجنس المحاور
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠,٩٠٢	٢,٢٧٢	١٦,٨٥٧	٤,٢٦٧	١٧,٣٢٠	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمي للسباح
٠,٩٦٥	٤,٤٨٧	٢٢,٩٥٧	٤,٧٦١	٢٢,٣٢٠	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية
٠,٠٦٧	٤,١٦٦	١٨,٥٠٠	٤,٤٥٢	١٨,٤٥٩	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت
٠,٠٥٧	٤,٢٢٥	١٥,٦٧١	٤,٥٠٨	١٥,٧٠٧	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب
٠,٦٠٤	٣,٦٠٢	١١,٦٨٦	٤,١٩٢	١١,٣٤٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة
٠,٢٤٥	١٣,٩١٠	٨٥,٦٧١	١٥,٥٦٤	٨٥,١٤٩	الدرجة الكلية

يتبين من جدول ٥١ أن جميع قيم ت غير دالة إحصائياً في جميع محاور  
المقياس والمقياس ككل عند مستوى ٠,٠٥ ، وهذا يعنى عدم وجود فروق دالة  
إحصائياً بين السباحين والسباحات في تعرضهم للضغوط النفسية.



شكل (٨)

التمثيل البياني لمحاوير مقياس الضغوط النفسية للسباحين  
وفقاً للجنس

ب- التعرف على الفروق بين السباحين والسباحات فى أبعاد دافعية الإنجاز والمقياس ككل.

أشارت النتائج فى مجال التعرف على الفروق بين السباحين والسباحات فى أبعاد دافعية الإنجاز والمقياس ككل ويوضح جدول ٥٢ المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة " ت " لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً للجنس.

### جدول (٥٢)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة ت لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً للجنس

(ن = ٢٥١)

قيمة ت الحسابية	السباحات ن = ٧٠		السباحين ن = ١٨١		سنوات الخبرة الأبعاد
	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٠,٣٤١	١,٤٢٣	٧,٦٥٧	١,٥١٣	٧,٥٨٦	الرغبة فى التفوق الرياضى
٢,٠٨٤	١,٥٧٨	٥,٩٤٣	١,٨٦٨	٦,٤٣١	الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى
٠,٤١٤	١,٤٨٠	٦,٨٨٦	١,٧٤٦	٦,٩٨٣	الالتزام نحو الإنجاز
١,٦٥٢	١,٨٤٧	٥,٧٤٣	١,٨٤٠	٦,١٧١	التنافس بكفاية
٠,٣٣٠	١,٨١٥	٦,٤٥٧	١,٨١٢	٦,٥٤١	التقدير الاجتماعى
١,٧٩٩	١,٦٤٣	٦,١٠٠	١,٦٠١	٦,٥٠٨	الثابرة فى الأداء
٠,٧٢٢	١,٦٩٩	٦,٢٠٠	١,٦٦٠	٦,٣٧٠	الاستقلالية فى اتخاذ القرار
٠,٣٠٩	١,١٩٠	٧,٦٥٧	١,٤٦٠	٧,٥٩٧	مستوى الطموح وواقعية الأهداف
٠,٣٤٨	١,٢٥٥	٧,٦١٤	١,٦٤٥	٧,٥٤٧	الدافع الذاتى للإنجاز
١,٤٣٨	٦,٨٢٩	٦٠,٢٥٧	٧,٤٧٦	٦١,٧٣٥	الدرجة الكلية

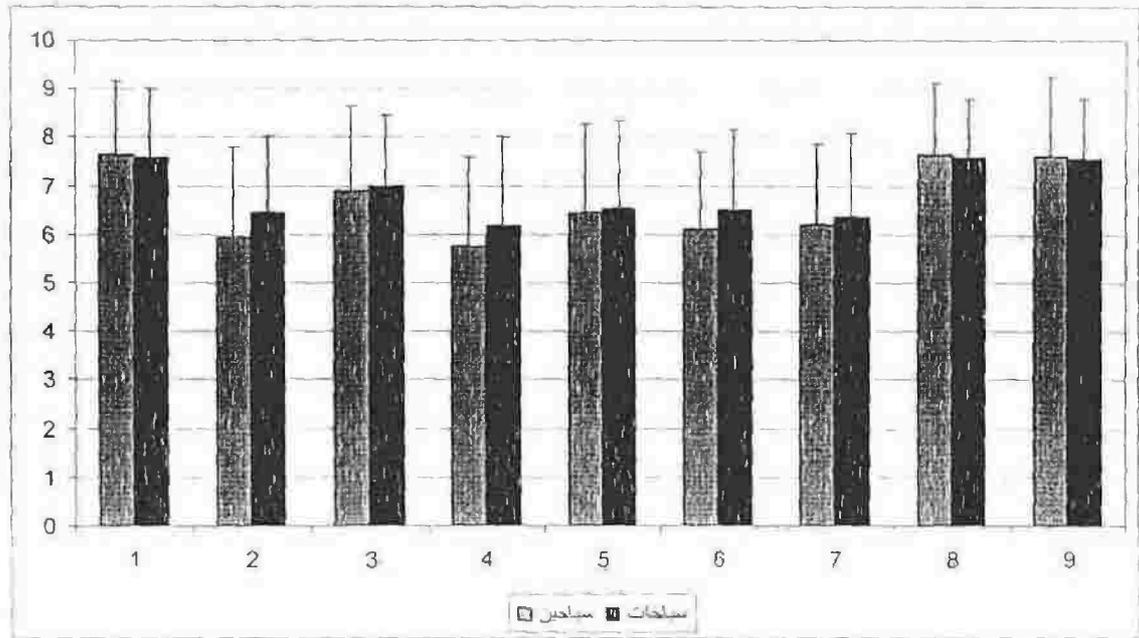
يتبين من جدول ٥٢ أن قيمة ت للبعد الثانى (الثقة بالنفس فى الأداء

الرياضى) داله إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ ، وهذا يعنى وجود فروق داله

إحصائياً بين السباحين والسباحات فى دافع الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى لصالح

السباحين ، فى حين أن جميع قيم ت على باقى الأبعاد وكذلك الدرجة الكلية

للمقياس كانت غير دالة إحصائياً وهذا يعنى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى هذه الأبعاد وكذلك درجة المقياس ككل.



شكل (٩)

التمثيل البياني لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز

وفقاً للجنس

سادساً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف السادس

التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لنوع السباحة التخصصى (فراشة - ظهر - صدر - حرة) أ- التعرف على الفروق بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لنوع السباحة التخصصى.

أشارت النتائج فى مجال التعرف على الفروق بين السباحين فى محاور مقياس الضغوط النفسية والمقياس ككل وفقاً لنوع السباحة التخصصى ويوضح جدول ٥٣ المتوسط الحسابى والانحراف المعياري لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل وفقاً لنوع السباحة التخصصى.

## جدول (٥٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمحاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين  
والمقياس ككل وفقاً لنوع السباحة التخصصي

(ن = ٢٥١)

الحرّة ن = ٥٥		الصدر ن = ٧١		الظهر ن = ٥٩		الفراشة ن = ٦٦		نوع السباحة التخصصي المحاور
الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
٢,٩٠٠	١٦,٤٣٦	٣,٩٥٥	١٧,٠١٤	٤,٥٢٤	١٧,١٨٦	٢,٧٠٢	١٨,٠١٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمي للسباح
٥,٠٥٠	٢٢,٢٧٣	٤,٧٥١	٢٢,٩٧٢	٤,٤١٧	٢٢,٦٤٤	٤,٥٨٦	٢٢,٠٤٦	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية
٥,٠٩٥	١٨,٤٥٥	٤,٠٧٩	١٨,٧٧٥	٤,٢٢٤	١٨,٤٩٢	٤,٢١٠	١٨,١٣٦	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت
٤,٢٢٥	١٥,٠٧٢	٤,٥٠٦	١٥,٣٢٤	٤,٢٠٥	١٥,٧٩٧	٤,٦٥٢	١٦,٥٣٠	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب
٢,٦٢٠	١٠,٤٧٣	٣,٢٥٦	١٠,٨٧٣	٤,٣١٢	١٢,١١٩	٤,٦٣١	١٢,٢٤٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة
١٦,٥٠٩	٨٢,٧٠٩	١٤,٢٠٩	٨٤,٩٥٨	١٥,٣١٨	٨٦,٢٣٧	١٤,٦٢١	٨٦,٩٧٠	الدرجة الكلية

يتبين من جدول ٥٣ أن المتوسط الحسابي لإستجابات السباحين على

محاور مقياس الضغوط النفسية السباحين والمقياس ككل قد تباين بإختلاف نوع

السباحة التخصصي لكل سباح وحتى يتسنى معرفة هل الفروق دالة إحصائياً تم

حساب تحليل التباين.

## جدول (٥٤)

تحليل التباين لدرجات السباحين على محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين والمقياس ككل وفقاً لنوع السباحة التخصصي

(ن = ٢٥١)

المتوسط	مجموع المربعات	درجة الحرية	مصدر التباين	المحاور
٢٦,١٢٥	٧٨,٣٧٤	٣	بين المجموعات	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقعى للسباح
١٦,١٧٢	٣٩٩,٤,٤٤٧	٢٤٧	داخل المجموعات	
	٤٠٧٢,٨٢١	٢٥٠	المجموع	
١١,١٦٩	٣٣,٥٠٧	٣	بين المجموعات	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية
٢٢,٠٨٦	٥٤٥٥,٢٤٢	٢٤٧	داخل المجموعات	
	٥٤٨٨,٧٤٩	٢٥٠	المجموع	
٤,٦٥٩	١٣,٩٧٧	٣	بين المجموعات	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت
١٩,٢٤١	٤٧٥٢,٥٤٩	٢٤٧	داخل المجموعات	
	٤٧٦٦,٥٢٦	٢٥٠	المجموع	
٢٥,٩١٠	٧٧,٧٣١	٣	بين المجموعات	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب
١٩,٥٠٣	٤٨١٧,٢٥٧	٢٤٧	داخل المجموعات	
	٤٨٩٤,٩٨٨	٢٥٠	المجموع	
٤٧,٩٧٨	١٤٣,٩٣٤	٣	بين المجموعات	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة
١٥,٨٧٨	٣٩٢١,٨٥٩	٢٤٧	داخل المجموعات	
	٤٠٦٥,٧٩٣	٢٥٠	المجموع	
٢٠٤,٤٤٩	٦١٣,٣٤٧	٣	بين المجموعات	الدرجة الكلية
٢٢٨,١٥٧	٥٦٣٥٤,٨٣٦	٢٤٧	داخل المجموعات	
	٥٦٩٦٨,١٨٣	٢٥٠	المجموع	

\* قيمة ف الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٢,٦٠

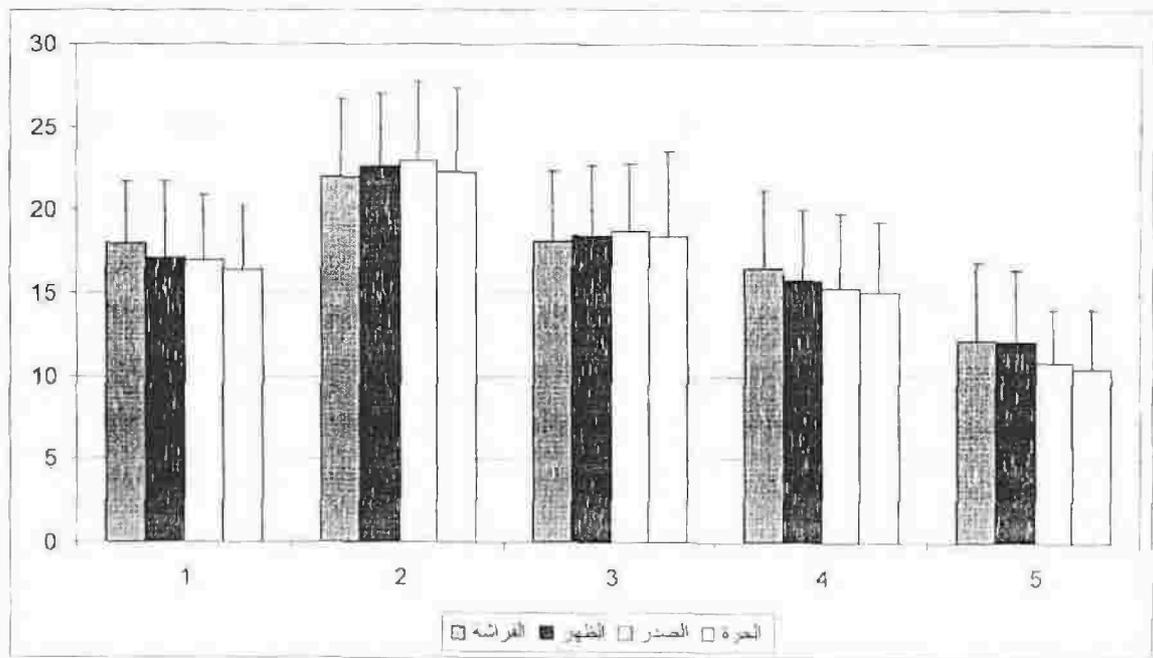
يتبين من جدول ٥٤ أن جميع قيم ف غير دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ ما عدا عند المحور الخامس ، وهذا يعنى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً لنوع السباحة التخصصي في تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الإنجاز الرقعى والمنافسة الرياضية وإدارة الوقت والمدرّب بينما توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً لنوع السباحة التخصصي في تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بالأسرة والجدول التالي يوضح دلالة هذه الفروق.

## جدول (٥٥)

إختبار دلالة الفروق بين السباحين وفقاً لنوع السباحة التخصصي في المحور الخامس  
الضغوط النفسية المرتبطة بالأسرة

نوع السباحة التخصصي	المتوسط الحسابي	الفراشة	الظهر	الصدر	الحرّة
الفراشة	١٢,٢٤٢	-	١,٦٤٦	١,٣٦٩	١,٧٧٠
الظهر	١٢,١١٩	-	-	١,٢٤٥	٠,١٢٤
الصدر	١٠,٨٧٢	-	-	-	٠,٤٠١
الحرّة	١٠,٤٧٢	-	-	-	-

يتبين من جدول ٥٥ أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين سباحي الفراشة  
وكلّ من سباحي الظهر والصدر والحرّة لصالح سباحي الفراشة في تعرضهم  
للضغوط النفسية المرتبطة بالأسرة.



شكل (١٠)

التمثيل البياني لمحاور الضغوط النفسية للسباحين

وفقاً لنوع السباحة التخصصي

ب- التعرف على الفروق بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لنوع السباحة التخصصى.

أشارت النتائج فى مجال التعرف على الفروق بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لنوع السباحة التخصصى كما يوضحها الجدولين التاليين إلى ما يلى :-

## جدول (٥٦)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً لنوع السباحة التخصصى

(ن = ٢٥١)

نوع السباحة التخصصى	الفراشة ن = ٦٦		الظهر ن = ٥٩		الصدر ن = ٧١		الحرّة ن = ٥٥
	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	الانحراف المعياري
الرغبة فى التفوق الرياضى	٧,٥٦١	١,٦٢٨	٧,٤٢٤	١,٦٢١	٧,٦٦٢	١,٤١٤	٧,٧٨٢
الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى	٦,٥٩١	١,٧٧١	٥,٧٩٧	١,٧٢٠	٦,١١٣	١,٨٤٨	٦,٧٠٩
الالتزام نحو الإنجاز	٦,٨٧٩	١,٧٣٢	٦,٨٦٤	١,٨٧٠	٧,١٢٧	١,٤٧٣	٦,٩٢٧
التنافس بكفاية	٦,٠٤٦	١,٨٢٥	٥,٧٩٧	١,٩١٩	٦,٢٨٢	١,٨٤٥	٦,٠٣٦
التقدير الاجتماعى	٦,٤٥٥	١,٩٠٧	٦,٧١٢	١,٧٩١	٦,٢١١	١,٩١٩	٦,٧٨٢
المثابرة فى الأداء	٦,٣١٨	١,٦٠٩	٦,٣٠٥	١,٨٠٣	٦,٤٦٥	١,٤٩١	٦,٤٩١
الاستقلالية فى اتخاذ القرار	٥,٩٨٥	١,٦٧٨	٦,١٧٠	١,٧٠٤	٦,٦٣٤	١,٦٦٧	٦,٤٩١
مستوى الطموح وواقعية الأهداف	٧,٦٣٦	١,٦١٤	٧,٢٧١	١,٣٧٥	٧,٨٣١	١,١٠٨	٧,٦٧٣
الدافع الذاتى للإنجاز	٧,٤٧٠	١,٦٤٨	٧,٤٩٢	١,٥٥٨	٧,٧٦١	١,٤٧٨	٧,٥٠٩
الدرجة الكلية	٦٠,٩٣٩	٧,٩٨٦	٥٩,٨٢١	٧,٦٢٤	٦٢,٠٨٥	٦,٣٥٨	٦٢,٤٠٠

يتبين من جدول ٥٦ أن المتوسط الحسابى لإستجابات السباحين على أبعاد

مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل قد تباين باختلاف نوع السباحة التخصصى

لكل سباح وحتى يتسنى معرفة هل الفروق دالة إحصائياً تم حساب تحليل التباين.

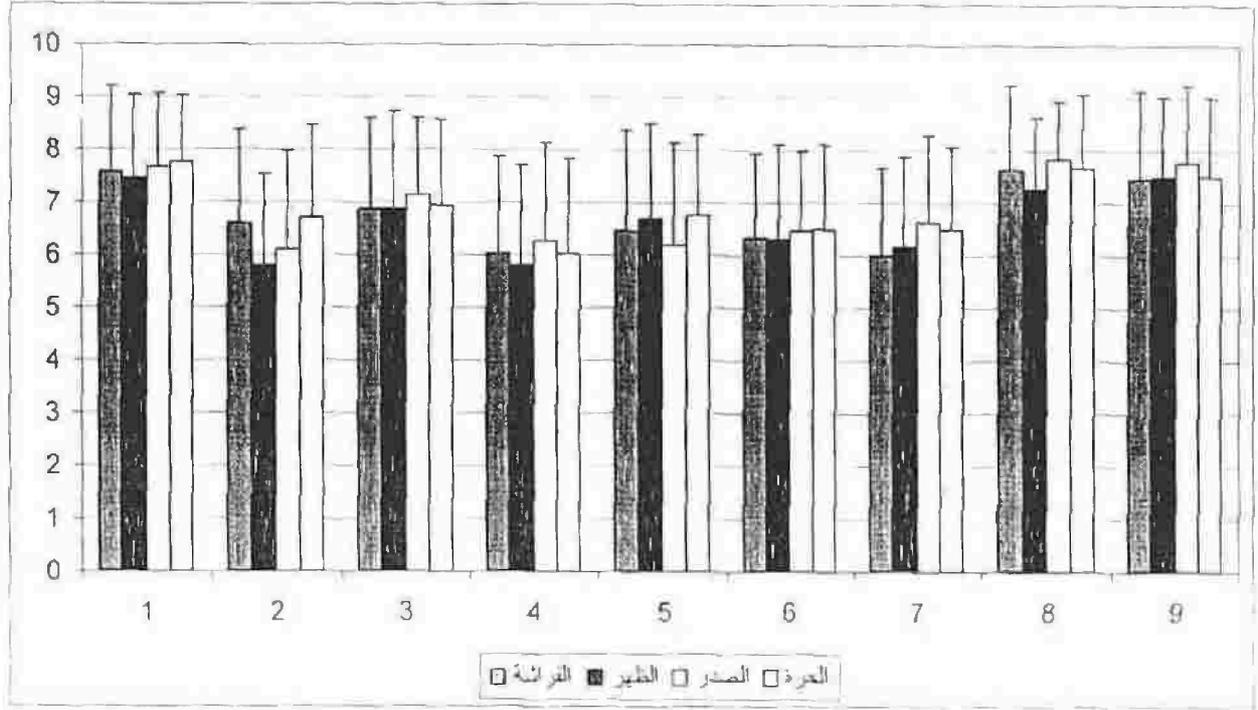
## جدول (٥٧)

تحليل التباين لدرجات السباحين على محاور مقياس دافعية الإنجاز والمقياس ككل وفقاً  
لنوع السباحة التخصصي

(ن = ٢٥١)

البعد	مصدر التباين	درجة الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة ف المحسوبة
الرغبة في التفوق الرياضي	بين المجموعات	٣	٤,٠١٩	١,٣٤٠	٠,٦٠٤
	داخل المجموعات	٢٤٧	٥٤٧,٩٣٣	٢,٢١٨	
	المجموع	٢٥٠	٥٥١,٩٥٢		
الثقة بالنفس في الأداء الرياضي	بين المجموعات	٣	٣,٨٠٤	١,٢٦٨	٠,٤٠٢
	داخل المجموعات	٢٤٧	٧٨٠,٠٢٦	٣,١٥٨	
	المجموع	٢٥٠	٧٨٣,٨٣٠		
الالتزام نحو الإنجاز	بين المجموعات	٣	٣,٠٠٤	١,٠٠١	٠,٣٥٥
	داخل المجموعات	٢٤٧	٦٩٧,٥١٤	٢,٨٢٤	
	المجموع	٢٥٠	٧٠٠,٥١٨		
التنافس بكفاية	بين المجموعات	٣	٧,٦١٠	٢,٥٣٧	٠,٧٤٠
	داخل المجموعات	٢٤٧	٨٤٦,٧١٦	٣,٤٢٨	
	المجموع	٢٥٠	٨٥٤,٣٢٧		
التقدير الاجتماعي	بين المجموعات	٣	١٢,٩٩١	٤,٣٣٠	١,٣٢٨
	داخل المجموعات	٢٤٧	٨٠٥,٦٧٨	٣,٢٦٢	
	المجموع	٢٥٠	٨١٨,٦٦٩		
المثابرة في الأداء	بين المجموعات	٣	١,٧١٨	٠,٥٧٣	٠,٢١٦
	داخل المجموعات	٢٤٧	٦٥٤,٢٣٤	٢,٦٤٩	
	المجموع	٢٥٠	٦٥٥,٩٥٢		
الاستقلالية في اتخاذ القرار	بين المجموعات	٣	١٧,٣٤٦	٥,٧٨٢	٢,١٠٢
	داخل المجموعات	٢٤٧	٦٧٩,٥١٤	٢,٧٥١	
	المجموع	٢٥٠	٦٩٦,٨٦١		
مستوى الطموح وواقعية الأهداف	بين المجموعات	٣	١٠,٤٩٩	٣,٥٠٠	١,٨٣٥
	داخل المجموعات	٢٤٧	٤٧١,٠١٥	١,٩٠٧	
	المجموع	٢٥٠	٤٨١,٥١٤		
الدافع الذاتي للإنجاز	بين المجموعات	٣	٣,٨٠٥	١,٢٦٨	٠,٥٢٩
	داخل المجموعات	٢٤٧	٥٩١,٨٦٠	٢,٣٦٩	
	المجموع	٢٥٠	٥٩٥,٦٦٥		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	٣	٢٤٦,١٠٥	٨٢,٠٣٥	١,٥٤٢
	داخل المجموعات	٢٤٧	١٣١٤٠,٧٥٦	٥٣,٢٠١	
	المجموع	٢٥٠	١٣٣٨٦,٨٦١		

يتبين من جدول ٥٧ أن جميع قيم ف غير دالة إحصائياً عند مستوى ٠,٠٥ ، وهذا يعنى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً لنوع السباحة التخصصى فى جميع أبعاد دافعية الإنجاز .



شكل (١١)

التمثيل البياني لأبعاد مقياس دافعية الإنجاز

وفقاً لنوع السباحة التخصصى

سابعاً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف السابع

التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى السباحين .

أشارت النتائج فى مجال التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية ودافعية

الإنجاز لدى السباحين كما يوضحها الجدول التالى إلى ما يلى :-

## جدول (٥٨)

معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية لمقياس الضغوط النفسية للسباحين والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز

(ن = ٢٥١)

م	محاور الضغوط النفسية للسباحين	معامل الارتباط
١	ضغوط نفسيه مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقوى للسباح	**٠,٢٧٧
٢	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمنافسة الرياضية	**٠,١٨٠
٣	ضغوط نفسيه مرتبطة بإدارة الوقت	**٠,٢٠٣
٤	ضغوط نفسيه مرتبطة بالمدرّب	**٠,٣١٢
٥	ضغوط نفسيه مرتبطة بالأسرة	**٠,٢٣٨
	الدرجة الكلية	**٠,٣٣١

\* القيمة دالة عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,١٢٣

\*\* القيمة دالة عند مستوى ٠,٠١ = ٠,١٦١

يتبين من جدول ٥٨ أنه توجد علاقة إرتباط عكسية بين جميع محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين ودافعية الإنجاز وكذلك بين الدرجة الكلية للمقياس ودافعية الإنجاز هذا ويرى الباحث أن ذلك قد يرجع إلى أنه كلما زادت الضغوط النفسية الواقعة على كاهل السباح إنخفضت دافعية للإنجاز لديه.

## مناقشة نتائج البحث

فى ضوء نتائج البحث قام الباحث بمناقشتها للإجابة على تساؤلات البحث وذلك على النحو التالى :-

### مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الأول:

ما مصادر الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الإنجاز لدى السباحين ؟

#### أ- ما مصادر الضغوط النفسية لدى السباحين ؟

أظهرت نتائج البحث أنه توجد مصادر متعددة للضغوط النفسية لدى السباحين ، وقد اختلفت هذه المصادر فى درجة شدتها وأهميتها لدى السباحين ، وتم التوصل إلى خمسة مصادر هامة للضغوط النفسية للسباحين من خلال خطوات بناء المقياس ، ويوضح جدول ٤١ ترتيب هذه المصادر (المحاور) حسب درجة الشدة والأهمية كالتالى :-

- ١- ضغوط نفسية مرتبطة بالمنافسة الرياضية.
- ٢- ضغوط نفسية مرتبطة بإدارة الوقت.
- ٣- ضغوط نفسية مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمى للسباح.
- ٤- ضغوط نفسية مرتبطة بالمدرّب.
- ٥- ضغوط نفسية مرتبطة بالأسرة.

١- أظهرت نتائج البحث أن المحور الثانى " ضغوط نفسية مرتبطة بالمنافسة الرياضية" جاء فى المرتبة الأولى من حيث الأهمية لمصادر الضغوط النفسية للسباحين.

ويؤكد ذلك أسامة سيد عبد الظاهر ٢٠٠٤ ، أن تحدى المنافسة هو المصدر الأول للضغوط النفسية حيث يتطلب الأمر التغلب على التعب والتوتر العضلى والقلق والكثير من التحديات الأخرى التى تشكل عائقاً أمام اللاعب (١٠ : ٢١).

ويتفق العديد من العلماء مثل محمد حسن علاوى ١٩٩٨ ، أسامة كامل راتب ٢٠٠١ ، مارتنز وزملائه Martins ١٩٩١ على أن المنافسة الرياضية تعتبر بمثابة موقف إختبار تقويمى لقدرات الرياضى تحمل بين طياتها العديد من مصادر التهديد والضغط النفسية التى قد تؤثر سلبياً على أدائه (٤٩ : ٢٨٦) (١٩ : ١٨٥) (٨٠ : ١٤٩).

ويشير أسامة راتب ١٩٩٧ إلى أن الاهتمام الزائد بالنتائج فى مقابل عدم الاهتمام الكافى بالأداء (أى الفوز فى المنافسة بأى وسيلة) وأن الاعتماد على النتائج يؤدى إلى عدم تدعيم قيمة الذات للاعب ويؤدى إلى زيادة الضغوط النفسية الناتجة عن القلق والإحباط وعدم الثقة فى النجاح (١٣ : ٢٥٣).

ويذكر كلاً من جولد ووينبرج Gould & Weinberg ١٩٩٥ ، ومارتينز Martins ١٩٩٥ أن أهم مصادر الضغوط النفسية التى تواجه رياضى المستوى العالى هى زيادة الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة (٩ : ١٢٢) (٨١ : ٣٤٨).

وقد أشارت سيلفا Silva ١٩٩٠ إلى أن مشكلة ضغوط المنافسة فى المجال الرياضى تعتبر بين أهم المشكلات التى ينبغى الاهتمام بدراستها لما لها من آثار واضحة على الأداء الرياضى وبخاصة فى مراحل ما قبل المنافسة وأثناء المنافسة (٩٦ : ١٥٤ - ١٦٠).

ويشير مك فرسون Mc Pherson ١٩٨٠ إلى أن من أهم مصادر الضغوط النفسية التى يتعرض لها السباحون فى كندا خبرات الفشل فى المنافسات الرياضية (٨٢).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة مورجان Morgan ١٩٨٧ التى أشارت إلى أن زيادة الشعور بالخوف من الفشل فى المنافسة من أهم أسباب الضغوط النفسية لدى السباحين (٨٤).

كما يشير تيرنى Tierney ١٩٨٨ إلى أن مصادر الضغوط النفسية المصاحبة للناشئين الممارسين للسباحة التنافسية هى : عدم مقدرة الناشئ على تنفيذ

المهام (الواجبات) المطلوب إنجازها فى المسابقة ، أهمية الفوز لتقدير شخصيته وذاته بين أقرانه ، والخوف من الفشل (١٠٣).

كما تتفق هذه النتائج من نتائج دراسات كلاً من محمد عبد العاطى عباس ١٩٩٨ (٥٢) ، أسامه سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ (٩) ، وأحمد محمود بدر ٢٠٠١ (٧) ، وعادل حسنى ٢٠٠١ (٣٨) التى أوضحت أن الضغوط النفسية المرتبطة بالمنافسة الرياضية من أهم مصادر الضغوط النفسية للرياضيين.

ويرجع الباحث ذلك إلى أن قيمة السباح وتقديره من الآخرين تتحدد فى ضوء مدى نجاحه فى المنافسة وحيث أن المنافسة غير مأمونة المكسب دائماً للسباح وأن الفوز نصيب العدد القليل فأن المنافسة تمثل خبرة فشل ومصدراً للتوتر السلبى لعدد كبير من السباحين وأن الإعتماد على النتائج وحدها لتقييم السباح يؤدي إلى عدم تدعيم قيمة السباح لذاته ، وضعف الثقة بالنفس وزيادة الضغوط الناتجة عن القلق والإحباط وعدم الثقة فى النجاح.

٢- أظهرت نتائج البحث أن المحور الثالث " ضغوط نفسية مرتبطة بإدارة الوقت " جاء فى المرتبة الثانية من حيث الأهمية لمصادر الضغوط النفسية للسباحين".

وتتفق هذه النتيجة مع ما أشار إليه أسامة كامل راتب ١٩٩٧ حيث يوضح أن من أهم مصادر الضغوط النفسية والإحترق النفسى هو عدم التوفيق بين متطلبات التدريب ومتطلبات الحياة الأخرى (١٢ : ٣١).

ويشير محمد حسن علاوى ١٩٩٨ أن من أهم مصادر الضغوط النفسية هو ضغوط الحياة العامة ، ويقصد بها الضغوط التى ترتبط بحياة اللاعب خارج المجال الرياضى سواء فى المجال العائلى أو الدراسى أو الأصدقاء والأقارب وغير ذلك من المجالات وما قد يرتبط بكل منها من صراعات أو تنافس أو مشكلات أو أعباء يصعب على اللاعب تحملها (٤٧ : ٣٩).

ويذكر زاريتسكى Zaritsky ، سوكول Sockol وفيان vivan ١٩٩٢ أن أهم مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الرياضيين من الطلاب والطالبات تتمثل في : عدم القدرة على إدارة الوقت ، عدم التوفيق بين متطلبات الحياة المتنوعة ، الدراسة الأكاديمية ، والخوف من الفشل في المنافسة الرياضية والامتحانات الأكاديمية (١٠٨).

ويتفق ذلك مع نتائج دراسات كلاً من محمد عبد العاطى عباس ١٩٩٨ (٥٢) ، أسامة سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ (٩) ، وأحمد محمود بدر ٢٠٠١ (٧) التي أوضحت أن الضغوط النفسية المرتبطة بإدارة الوقت من أهم الضغوط النفسية للرياضيين.

ويرجع الباحث ذلك إلى أن الكثير من السباحون يتدربون أكثر من مرة في اليوم مما يستغرق ساعات طويلة من اليوم بخلاف متطلبات الدراسة والحياة الشخصية والاجتماعية للسباح مما يؤدي إلى ازدحام الوقت بأعباء تفوق طاقته فهو يحاول أن يتفوق في كافة المجالات فيتدرب بعنف ويستذكر لأوقات طويلة من الليل بجانب النواحي المعيشية الأخرى والمسئوليات والمتطلبات المتفرعة مما يزيد العبء البدني والنفسي على أجهزة جسم السباح ، والضغوط النفسية المرتبطة بتنظيم وإدارة الوقت.

٣- أظهرت نتائج البحث أن المحور الأول " ضغوط نفسية مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الإنجاز الرقمي للسباح " جاء في المرتبة الثالثة من حيث الأهمية لمصادر الضغوط النفسية للسباحين.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه أسامة راتب ١٩٩٧ إلى أن تعرض اللاعب للضغوط المرتبطة بالتدريب ونتيجة لتكيفه السلبي لهذه الضغوط يحدث أن يكون لدى اللاعب عدم الرغبة في مزاولة التدريب وتقل الدافعية والحماس نحو الاستمرار وتظهر أعراض التدريب الزائد Over Training ويستمر هبوط مستوى اللاعب نتيجة لتفسيره السلبي لنتائج التدريب الزائد ويحدث نتيجة لذلك

الإجهاد النفسى وكثرة الضغوط وتراكمها مما يؤدي فى النهاية إلى حدوث الاحتراق ثم الانسحاب من الرياضة (١٢ : ١٨ - ٢١).

ويرى مك كان Mc Cann ١٩٩٥ أن زيادة الضغوط النفسية الناتجة عن حمل التدريب Training Load وتفسير اللاعب لهذه الضغوط ومسبباتها يحدث زيادة للضغوط النفسية الواقعة على كاهل اللاعب ، ويصبح أكثر عرضه للاحتراق النفسى ثم الانسحاب من الرياضة (١٢ : ١٦ ، ١٧).

ويوضح سيلفا Silva ١٩٩٠ أن الاحتراق النفسى يمثل مرحلة متأخرة من سوء تكيف اللاعب مع الضغوط المرتبطة بطبيعة التدريب يسبقها شعور اللاعب بالإجهاد ثم التدريب الزائد وتنتهى عادة بالانسحاب من الرياضة (٩٦ : ١٧).

ويتفق ذلك أيضاً مع نتائج دراسة بيرجر Berger ، أيون Owen ١٩٩٢ التى أجريت على السباحين التى أظهرت وجود علاقة دالة إيجابية بين التدريب المكثف الزائد والضغط النفسى (٧٠).

وتؤكد ذلك دراسة مورجان Morgan وآخرين ١٩٨٨ والتى أجراها على السباحين على أن إرتفاع شدة حمل التدريب تؤثر سلبياً على اضطرابات الحالة المزاجية وعدم التكيف النفسى للسباحين (٨٥).

ويشير كلاً من تارا Tara وجيرى Gary وكينيث Kenneth ١٩٩١ إلى أن أهم مصادر الضغوط لدى رياضى الصنفوة (القمة) هى مصادر الضغوط الناتجة عن التدريب الزائد (٩٩).

ويشير أيضاً كلاً من جيل Gill وهندرسون Henderson ، وبارجمان Bargman ١٩٩٥ إلى أن الضغوط المرتبطة بالتدريب الزائد احتلت المرتبة الأولى من حيث درجة الأهمية (٧٦).

وتؤكد دراسة مورجان وآخرين Morgan ١٩٨٧ أن إنخفاض معدل الإنجاز الرقوى للسباح من أهم الضغوط النفسية الواقعة على كاهله ويعتبر من أسباب الإحترق النفسى للسباحين (٨٤).

ويتفق ذلك أيضاً مع نتائج دراسة مك فرسون Mc Pherson ١٩٨٠ التى أظهرت أن من أهم مصادر الضغوط النفسية لدى السباحين فى كندا عدم الشعور بالتقدم فى المستوى الرقوى للسباحين (٨٢).

وتشير نتائج دراسة عادل حسنى ٢٠٠١ أن من أهم أسباب الضغوط النفسية للاعبين المستوى البدنى والمهارى للاعب (٣٨).

ويتفق ذلك أيضاً مع نتائج دراسات كلاً من محمد عبد العاطى عباس ١٩٩٨ (٥٢) ، أسامة سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ (٩) ، وأحمد محمود بدر ٢٠٠١ (٧) التى أوضحت أن الضغوط النفسية المرتبطة بالتدريب الرياضى من أهم الضغوط النفسية للرياضيين.

٤- أظهرت نتائج البحث أن المحور الرابع " ضغوط نفسية مرتبطة بالمدرّب" جاء فى المرتبة الرابعة من حيث الأهمية لمصادر الضغوط النفسية للسباحين.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه أسامة راتب ٢٠٠١ إلى أن التدريب الرياضى فى جوهره نوع من الإتصال ، حيث أن كل فعل يقوم به المدرّب يتطلب الإتصال مع آخرين حيث أن المدرّب الناجح له مقدرة جيدة فى الإتصال (التعامل) مع اللاعبين ، وربما يتضح ذلك عندما نلاحظ فشل الكثير من المدرّبين حيث يرجع ذلك غالباً إلى ضعف مهاراتهم فى الإتصال مع اللاعبين أكثر من أنه نتيجة الإخفاق فى تسجيل النتائج (١٩ : ٨٧).

هذا ويرى سيلفا Silva ١٩٩٠ أن من أهم مصادر الضغوط النفسية المؤدية إلى الإحترق النفسى لدى الرياضيين هو الاحباط الناتج عن الفشل فى إرضاء المدرّب وكذلك أسلوب تعامل المدرّب مع اللاعبين (٩٦ : ٥ - ٢٠).

ويشير محمد حسن علاوى ١٩٩٨ إن من أهم مصادر الضغوط التى تقع على اللاعب والمرتبطة بالمدرّب هو أسلوب تعامل المدرّب مع اللاعب ومطالبة المدرّب للاعب بتحقيق متطلبات تفوق قدراته واستطاعته (٤٧ : ٢٦).

كما يشير مك فرسون Mc Pherson ١٩٨٠ إلى أن من أهم الضغوط النفسية التى يتعرض لها السباحون فى كندا ضعف الاتصال مع المدرّب (٨٢).

كما يرى حسن أبو عبده ١٩٩٣ أن النقد السلبى من المدرّب للاعب يؤدى إلى زيادة كبيرة فى مستوى سمه القلق لدى اللاعب ومن ثم زيادة مصادر الضغوط النفسية (٢٦).

ويؤكد ذلك تارا سكان لان Tara Scanlan ، وجيرى Gary ، وكينيث Kenneth ١٩٩١ بأن الناشئين الذين يدركون أن مدربيهم غير راضين عن مستوى أدائهم فى الرياضة يكونون تحت ضغوط عالية وأقل استمتاعاً وكان لذلك تأثير سلبى على الأداء (٩٩).

ويرى مورجان Morgan وآخرين ١٩٨٧ أن الاتصال بين المدرّب واللاعب مهارة يجب أن تحظى بالمزيد من الإهتمام من المدرّب (٨٤ : ١١٢).

ويؤكد كلاً من بنجامين Benjamin وديفيد ١٩٩٧ أن من أهم مصادر الضغوط النفسية لدى اللاعبين هى الضغوط المرتبطة بأهمية الآخرين مثل المدرّب (٦٩).

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من محمد عبد العاطى عباس ١٩٩٨ (٥٢) ، أسامة سيد عبد الظاهرة ١٩٩٩ (٩) ، أحمد محمود بدر (٧) ، عادل حسنى ٢٠٠١ (٣٨) ، وجمال عبد الناصر محمد ٢٠٠٢ (٢٣) ، التى أوضحت أن الضغوط النفسية المرتبطة بإسلوب تعامل المدرّب مع اللاعب من أهم مصادر الضغوط النفسية للرياضيين.

٥- أظهرت نتائج البحث أن المحور الخامس " ضغوط نفسية مرتبطة بالأسرة" جاء فى المرتبة الخامسة من حيث الأهمية لمصادر الضغوط النفسية للسباحين.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه أسامة راتب ٢٠٠١ إلى أن اللاعبين يقعون تحت ضغوط نفسية ناتجة عن إتجاهات أفراد الأسرة نحو الرياضة ومنها على

سبيل المثال أن هناك آباء غير مهتمين بمشاركة أبنائهم ولا يحضرون ممارسة أبنائهم للرياضة نهائياً إلى الدرجة التي تؤدي إلى بعض الإضطرابات النفسية لأبنائهم ، كما أن هناك آباء لديهم تعصب زائد نحو المكسب وآخرين يكثرون من استخدام أسلوب النقد والتدخل في أمور التدريب ، وبذلك تصبح الممارسة خبرة سلبية ومصدراً للتوتر وليس للسعادة والمتعة (١٩ : ٤٦٢ - ٤٦٤).

ويتفق هذا مع مع أشارت إليه دراسة توماس Tomas ورايدك Raedeke ١٩٩٧ التي أجريت على السباحين أن السباحين يكونون أكثر تأثراً بالضغط وأكثر عرضه للاحتراق إذا كانت ممارستهم للرياضة لأسباب ترتبط بالإجبار من جانب أفراد الأسرة (١٠٤).

ويشير جيفلا بونتا Gevla bonta ١٩٩١ إلى أن الاحتراق النفسى يتحدد من خلال إستجابات متعددة من النواحي النفسية والاجتماعية وكذلك الخبرات الشخصية إضافة إلى مدى وقيمة المشاركة الرياضية بالنسبة لأفراد الأسرة (٧٤).

ويذكر تارا Tara سكان لان Scanlan ، جيرى Gary ، وكينييث Kenneth ١٩٩١ أن اللاعبين الناشئين الذين مارسوا الرياضة تحت ضغطاً من الأبوين كانوا أقل إستمتاعاً وكان لذلك تأثيره السلبى على الأداء (٩٩).

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من محمد عبد العاطى عباس ١٩٩٨ (٧٢) ، أسامة سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ (٩) ، جمال عبد الناصر محمد ٢٠٠٢ (٢٣) التي أوضحت أن الضغوط النفسية المرتبطة بالأسرة من أهم الضغوط النفسية للرياضيين.

ب- ما أهم أبعاد دافعيه الإنجاز لدى لاعبي السباحة ؟

أظهرت نتائج البحث أن أبعاد دافعيه الإنجاز إختلفت فى درجة أهميتها لدى السباحين ، ويوضح جدول ٤٢ ترتيب هذه الأبعاد حسب درجة الأهمية كالتالى :-

١- البعد الثامن : مستوى الطموح وواقعيه الأهداف.

٢- البعد الأول : الرغبة فى التفوق الرياضى.

- ٣- البعد التاسع : الدافع الذاتى للإنجاز.
- ٤- البعد الثالث : الإلتزام نحو الإنجاز.
- ٥- البعد الخامس : التقدير الإجتماعى.
- ٦- البعد السادس : المثابرة فى الأداء.
- ٧- البعد السابع : الاستقلالية فى إتخاذ القرار.
- ٨- البعد الثانى : الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى.
- ٩- البعد الرابع : التنافس بكفاية.

وهذا الترتيب يشير إلى درجة الأهمية لكل بعد وقوته وتأثيره على السباحين وكمصدر من مصادر زيادة الدافعية للإنجاز فى رياضة السباحة ، وجاء دافع مستوى الطموح وواقعية الأهداف فى مقدمه أبعاد دافعيه الإنجاز للسباحين وذلك لأن رياضة السباحة تحتاج إلى تحديد أهداف واقعية فى ضوء قدرات ومهارات كل سباح والاصرار على تحقيق هذه الأهداف من خلال مستوى عالى من الطموح وجاء فى المرتبة الثانية دافع الرغبة فى التفوق الرياضى ليميز قدرة السباح على توجيه قدراته وإستعداداته لمواصلة الكفاح والذى يعد من أهم الأسباب التى تساعده على تحقيق أهدافه ثم يأتى فى المرتبة الثالثة الدافع الذاتى للإنجاز ليميز إقبال السباح على التدريب وخوض البطولات بدافع الرغبة والحب ، ثم جاء دافع التنافس بكفاية فى مؤخرة أبعاد دافعية الإنجاز ليميز قدرة السباح على التنافس ، بقوة كبيرة من أجل الفوز والتعامل مع العديد من الخبرات الإنفعاليه التى تتسم بها البطولات وذلك بعد أن حدد السباح أهداف واقعية فى حدود قدراته وأقبل على التدريب بدافع الرغبة والحب ، وقد أشار الباحث إلى هذه الأبعاد مستعيناً بأراء العلماء والدراسات السابقة وذلك فى الفصل الثانى (الإطار النظرى) " دافعية الإنجاز فى رياضة السباحة " وقد تم تناولها بنفس هذا الترتيب.

#### مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الثانى :

هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين فى الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى العالى والمتوسط والأقل ؟

أ- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى العالى والمتوسط والأقل ؟

أظهرت نتائج البحث

- وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى والمتوسط لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى المتوسط فى جميع محاور الضغوط النفسية.

- وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى والأقل لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى الأقل فى جميع محاور الضغوط النفسية كما توضحها الجداول ٤٤ ، ٤٥ .

وهذا يدل على انه كلما إرتفع المستوى الرياضى للسباح قلت الضغوط النفسية الواقعة على كاهله.

ويتفق مع هذه النتائج محمد حسن علاوى ١٩٩٨ حيث أشار إلى أن عدم تحقيق اللاعب لإنجازات أو نجاحات فى مجال رياضته التخصصية بالإضافة إلى تكرار هزائمه ومروره بالعديد من خبرات الفشل من أهم مصادر الضغوط النفسية والاحترق للاعب الرياضى (٤٧ : ٣٨).

ويشير أسامة راتب ٢٠٠١ إلى أن ظهور اللاعب بمستويات رياضية منخفضة وما يرتبط بذلك من عوامل نفسية مثل القلق والخوف من الفشل وضعف الثقة فى النفس أحد المصادر الهامة للضغوط النفسية للاعب (١٩ : ٤٠٥).

ويؤكد أسامة راتب ١٩٩٧ على أن ضعف الأداء أثناء المنافسة وتوقع الخسارة وخوف اللاعب من الفشل من أهم أسباب الضغوط النفسية للاعبين حيث أن ذلك يعكس عدم شعور اللاعب بالأمان لمفهومه لذاته Self-concept أو تقديره لذاته Self-Esteem وتبدو مظاهر ذلك فى سيطرة التفكير السلبي على اللاعب (١٢ : ٢٩).

ويتفق مع هذه الآراء أوجيلفى Ogilive ١٩٧٦ حيث أشار إلى أن السباحين الحاصلين على ميداليات أكثر قدرة على التحكم فى المواقف الضاغطة إنفعالياً (٨٨).

وتشير نتائج دراسة فولب Volp ، وكيل Keil ١٩٨٧ إلى أن سباحى مستوى الأداء المرتفع أقل تعرضاً للضغوط الشخصية وأكثر مقدرة على مواجهتها مقارنة بالسباحين ذوى مستوى الأداء المتوسط أو المنخفض (١٠٦).

كما يشير بلاكويل Blackwell ، ومك كولاغ Mc-Cullagh ١٩٩٠ إلى أن اللاعبين المهزومين لديهم درجة عالية من الضغط النفسى أكثر من اللاعبين الفائزين (٧١).

وهذه النتائج تتفق مع ما ورد من نتائج فى دراسة أسامة سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ حيث أوضحت أن هناك فروق بين الرياضيين ذوى مستوى الإنجاز الأعلى والأقل فى مصادر الضغوط النفسية لصالح الرياضيين ذوى مستوى الإنجاز الأقل (٩).

ويتفق مع هذه النتائج كلاً من مك فرسون Mcpherson ١٩٨٠ (٨٢) ، مورجان Morgan ١٩٨٧ (٨٤) ، تارا Tara ، سكان لان Scanlan جيرى Gary ، وكينيث Kenneth ١٩٩١ (٩٩) ، تايلور Taylor ، دانيال Daniel ، لايت Laith ، وبروك Burke ١٩٩١ (١٠٠) ، زاريتسكى Zaritsky ، سوكون Sockol ، وفيفان Vivan ١٩٩٢ (١٠٨) ، بنجامين Benjamin وديفيد David ١٩٩٧ (٦٩) حيث أشاروا إلى أن الفشل فى تحقيق المكسب وإنخفاض معدل الإنجاز وخبرات الفشل من أهم مصادر الضغوط النفسية للاعبين.

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن السباحين ذوى المستوى الرياضى المتوسط والأقل يحاولون تحقيق مستويات رياضية عالية فيضعون لأنفسهم أهدافاً (أرقام فى السباقات) قد تفوق قدراتهم وإمكاناتهم مما يسبب لهم ضغوطاً شديدة وحتى إن لم يضعوا هذه الأهداف بأنفسهم فإن هناك من يضع لهم مثل هذه الأهداف الطموحة سواء كان المدرب أم الأسرة .... الخ.

كما أن السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى يكتسبون من خلال تحقيق النتائج المتقدمة خبرة ، ودافعية نحو مواجهة معظم الضغوط ، والتحكم فى المواقف الضاغطة.

ب- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين فى أبعاد دافعية الانجاز وفقاً لمستوى الإنجاز الرياضى العالى والمتوسط والأقل ؟

أظهرت نتائج البحث :

- وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى والمتوسط لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى فى دافع الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى ودافع الالتزام نحو الإنجاز ودافع المثابرة فى الأداء.

- وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى وكلاً من المتوسط والأقل لصالح السباحين ذوى المستوى الرياضى العالى فى الدافع الذاتى للإنجاز والدرجة الكلية لمقياس دافعية الإنجاز كما يوضحها جدولى ٤٧ ، ٤٨.

وهذا يدل على أنه كلما إرتفع المستوى الرياضى للسباح زادت دافعيته للإنجاز فى أبعاد الثقة بالنفس فى الاداء الرياضى والإلتزام نحو الإنجاز والمثابرة فى الأداء والدافع الذاتى للإنجاز.

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة روبرتس Roberts ١٩٧٤ حيث تشير إلى أن اللاعبين المتفوقين الذين يسعون للنجاح يتميزون بدافعية إنجاز عالية (٩٣).

وتشير نتائج دراسة ليفبر Lefebre ١٩٧٨ إلى وجود علاقة دالة إيجابية بين دافعية الانجاز والأداء الرياضى لدى اللاعبين حيث يتميز اللاعبون ذو دافع الانجاز المرتفع بالأداء العالى ، ويحققون الأداء بصورة أفضل على المستوى العالمى والمحلى (٦٠ : ١٦٠).

ويرى حسن عبده ١٩٩٣ أن الرياضيين المتميزين في دافعية الإنجاز يبذلون ما في وسعهم ويسعون وراء النجاح تجاه معايير الإنجاز ويثابرون في وجه الفشل ، وهذه السلوكيات الانجازية يجب أن تقود إلى النجاح في الرياضة (٢٨ : ١١).

وتشير نتائج دراسة إبتهاج أحمد عماشة ١٩٩٣ إلى وجود فروق بين المستوى الرياضى المرتفع والمنخفض في الدافع للإنجاز لصالح المستوى المرتفع (١)

كما تشير نتائج دراسة أحمد عبد العزيز معارك ١٩٩٧ أن المصارعين الفائزين أكثر توجهاً ناحية الإنجاز وأكثر تنافساً عن المصارعين المهزومين (٥).

وتشير نتائج دراسة مصطفى محمد فريد ١٩٩٧ إلى أن هناك فروق دالة إحصائياً في مستويات دافعية الإنجاز بين متسابقى الدرجة الأولى والناشئين لصالح متسابقى الدرجة الأولى (٦٠).

كما تشير نتائج دراسة حمدي محمد عثمان إلى تميز المتسابقون الذين وصلوا إلى الدور النهائى على أقرانهم الذين خرجوا أثناء التصفيات في دافعية الانجاز (٣٠).

وتتفق هذه النتائج مع ما ورد من نتائج في دراسة أسامة سيد عبد الظاهر ٢٠٠٤ في أن هناك فروق دالة إحصائياً بين لاعبي الجودو عمومى رجال في دافعية الإنجاز وفقاً لتحقيق المراكز لصالح اللاعبين المحققين للمركز الأفضل (١٠).

كما أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً للمستويات الرياضية الثلاثة في دافع الرغبة في التفوق الرياضى ودافع التنافس بكفاية ودافع التقدير الإجتماعى ودافع الإستقلالية في إتخاذ القرار ودافع مستوى الطموح وواقعية الأهداف كما يوضحها جدول ٤٧.

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة محمد إبراهيم محمد ٢٠٠١ حيث تشير إلى عدم وجود فروق بين لاعبي المستوى الأفضل والأقل في أبعاد التنافس بكفاية والتقدير الاجتماعى والاستقلالية في إتخاذ القرار بينما توجد فروق في باقى أبعاد دافعية الانجاز لصالح لاعبي المستوى الأفضل (٤٥).

وتشير نتائج دراسة أحمد محمود بدر ٢٠٠١ إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في السمات الدافعية بين لاعبي كرة اليد وفقاً للمستوى (المنتخب القومى • الفرق المتميزة - الفرق الأقل تميزاً) (٧).

كما تشير نتائج دراسة بارسونز Parsons ١٩٦٢ إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السباحين ذوي المهارة العالية والمهارة الأقل في السمات الشخصية والدافعية للسباحين (٨٩).

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن السباحين بإختلاف مستوياتهم الرياضية لديهم رغبة في التفوق الرياضى ويتنافسون بقوة في السباقات من أجل الفوز ويحاولون إظهار أفضل أداء ممكن لنيل رضاء وتشجيع الآخرين الذين يمثلون أهمية بالنسبة لهم ولكن فى حدود قدرتهم وإمكاناتهم ولديهم أيضاً طموح لتحقيق النجاح.

ولكن نلاحظ تميز السباحين ذوي المستوى الرياضى العالى بدوافع مثل الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى حيث أنهم يستطيعون وضع أهداف واقعية لأنفسهم وذلك لأن لديهم مفهوم إيجابى عن ذاتهم كما أن لديهم إستعداد للإلتزام وبذل الجهد من أجل تحقيق الهدف أو من حيث كمية الوقت الذى يقضونه فى تدريب السباحة وإرتفاع مستواهم الرياضى فهم قادرين على الإحتفاظ بالنشاط والحيوية لفترة طويلة فى التدريب والمثابرة طوال زمن السباق والاحتفاظ بدرجة كبيرة من التعبئة النفسية والتوزيع الأمثل للطاقة النفسية والبدنية خلال السباق.

#### مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الثالث :

هل توجد فروق دالة إحصائية بين السباحين فى الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لسنوات الخبرة (أقل من ثمان سنوات تدريبية ، ثمان سنوات تدريبية فأكثر) ؟

أ- هل توجد فروق دالة إحصائية بين السباحين فى الضغوط النفسية وفقاً لسنوات الخبرة (أقل من ثمان سنوات تدريبية ، ثمان سنوات تدريبية فأكثر)؟

أظهرت نتائج البحث وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر والأقل لصالح السباحين ذوى سنوات الخبرة الأقل فى تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الإنجاز الرقوى ، والمنافسة الرياضية والأسرة ، كما يوضحها جدول ٤٩ .

ويتفق مع هذه النتائج أسامة راتب ١٩٩٧ حيث أشار إلى أن برامج تدريب الناشئين تشهد زيادة كبيرة لحمل التدريب وبعض الناشئين يتدربون أكثر من مرة فى اليوم وأن التدريب يستمر على مدار السنة كلها وأن فترات التوقف تكون قصيرة جداً (١٣ : ٢٥٢) .

وفى حالة زيادة العمل الكلى الذى يؤديه السباح أثناء التدريب والحياة اليومية (الدراسة - متطلبات الحياة الأخرى) عن مستوى قدرته على أداء الحمل يصبح السباح تحت ضغوط عالية لا يستطيع السباح ذو سنوات الخبرة الأقل تحملها لقله خبرته فى التعامل مع الضغوط والتكيف معها .

ويؤكد ذلك دراسة زاريتسكى Zaritsky ، سوكول Sockol ، فيفان Vivan ١٩٩٢ ، على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى مصادر الضغوط بين المبتدئين فى ممارسة الأنشطة الرياضية والممارسين منذ فترة لصالح المبتدئين (١٠٨) .

ويشير أسامة راتب ١٩٩٩ إلى أن ضغوط المنافسة الناتجة عن مشاركة الناشئين فى الرياضة قد تكون شائعة لدى نسبة ليست قليلة ، وعادة ما يرجع ذلك بسبب تقييم الناشئ لذاته Self-Worth فى ضوء المكسب أو الخسارة وكذلك ارتباط المنافسة بالقلق الزائد غير الصحى ، والخوف من الفشل أو الخوف من تكراره (١٥ : ٣٩١ - ٤٠٠) .

وتشير نتائج دراسة أسامة سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ إلى وجود فروق بين الرياضيين ذوى سنوات الممارسة الأقل والأكثر لصالح الرياضيين ذوى سنوات الممارسة الأقل فى تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بواجبات وأحمال التدريب الرياضى ، إتجاهات الأسرة نحو الرياضة (٩) .

كما أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائية بين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر والأقل فى تعرضهم للضغوط المرتبطة بإدارة الوقت والمدرّب كما يوضحها جدول ٤٩.

وتتفق هذه النتائج مع ما ورد من نتائج فى دراسة أسامة سيد عبد الظاهر ١٩٩٩ فى عدم وجود فروق بين الرياضيين ذوى سنوات الممارسة الأقل والأكثر فى تعرضهم للضغوط المرتبطة بالجهاز الفنى والإدارى (٩).

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن جميع السباحين باختلاف سنوات ممارستهم للسباحة يعانون من ضغوط نفسية مرتبطة بإدارة الوقت حيث أن كلاً المجموعتين (سنوات الخبرة الأكبر والأقل) يتدربون صباحاً ومساءً فى نفس المواعيد وفى مرحلة تعليمية واحدة ولديهم أعباء خارجية فكلاهما يعانى من ضيق الوقت ، وكلا المجموعتين أيضاً يعانى من ضغوط نفسية مرتبطة بالمدرّب حيث أن المدرّب يضغط على السباحين حسب مستواهم الرياضى وليس سنوات الخبرة.

ولكن نلاحظ أن الوالدين يطالبون أبنائهم السباحين ذوى سنوات الخبرة الأقل بالظهور بنفس مستوى الأداء وتحقيق نفس أرقام السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر فيمثل ذلك عبئاً وضغطاً على السباحين ، كما أن السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر لديهم خبرة فى التعامل مع الضغوط التى قد تواجههم أثناء التدريب أو المنافسة.

ب- هل توجد فروق دالة إحصائية بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لسنوات الخبرة (أقل من ثمان سنوات تدريبية ، ثمان سنوات تدريبية فأكثر).

أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائية بين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر والأقل فى دافعية الإنجاز كما يوضحها جدول ٥٠.

ويتفق مع هذه النتائج أسامة راتب ١٩٩٧ حيث يشير إلى دافعية الإنجاز بأنها الجهد الذى يبذله الرياضي من أجل النجاح فى إنجاز الواجبات والمهام التى يكلف بها فى التدريب والمنافسة وكذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور

بالفخر عند إنجاز تلك الواجبات والمهام (١٣ : ١٥٧) وذلك مع إختلاف سنوات الممارسة فكل سباح أيا كانت سنوات خبرته يحاول بذل الجهد لإنجاز الواجبات والمهام (١٣ : ١٥٧) وذلك مع أختلاف سنوات الممارسة فكل سباح أياً كانت سنوات خبرته فهو يحاول بذل الجهد لإنجاز الواجبات والمهام التى يكلف بها فى التدريب والمنافسة.

وتشير نتائج دراسة محمد إبراهيم محمد ٢٠٠١ إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين اللاعبين بإختلاف سنوات ممارستهم للرياضة فى أبعاد دافعية الانجاز (٤٥).

كما أظهرت نتائج البحث وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر والأقل لصالح السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر فى الدافع الذاتى للإنجاز كما يوضحها جدول ٥٠.

ويشير مارتنيز Martens ١٩٨٠ إلى أن الدافع الذاتى هو جزءاً مكملأ لموقف التعلم وخاصة إذا كان الفرد يسعى للتعليم مستمتعاً بالحصول على المعرفة وليس هدفة من التعلم الحصول على المكافآت الخارجية (١١ : ٣٨) والسباحين ذوى سنوات الخبرة الأقل تمثل لهم المكافآت الخارجية والحصول على الميداليات جزءاً كبيراً من اهتمامهم لاثبات ذاتهم وإشباع دافع تحقيق الذات فى هذا المجال الجديد بالنسبة لهم.

ويرجح الباحث تلك النتائج إلى أن جميع السباحين بإختلاف سنوات ممارستهم للسباحة لديهم دافعية إنجاز متمثلة فى الرغبة فى التفوق الرياضى ، الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى والإلتزام نحو الانجاز والتنافس بكفاية (التنافس بقوة كبيرة من أجل الفوز) ، التقدير الاجتماعى (محاولة إظهار أفضل أداء ممكن لنيل رضاء وتشجيع الآخرين الذين يمثلون أهمية بالنسبة لهم) ، المثابرة فى الأداء ، الاستقلالية فى إتخاذ القرار (القدرة على تغيير السلوك دون التأثر بسلوك الآخرين) ، ومستوى الطموح وواقعية الأهداف (الاصرار على تحقيق الهدف).

ولكن نلاحظ أن السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر يقبلون على التدريب وخوض البطولات بدافع الرغبة والحب كما أن إستمتاعهم بالسباحة يفوق حصولهم على أية مكافآت خارجية لأن ممارسة رياضة السباحة أصبحت هدف وقيمه فى حد ذاتها ولكن السباحين ذوى سنوات الخبرة الأقل يسعون جاهدين فى الحصول على الميداليات لإشباع دافع تحقيق الذات وإذا لم يتحقق ذلك تزداد الضغوط النفسية الناتجة عن فرق المستوى والخبرة بينهم وبين السباحين ذوى سنوات الخبرة الأكبر وقد يؤدى ذلك إلى الانسحاب من ممارسة رياضة السباحة.

#### مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الرابع

هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الانجاز ؟

أ- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى الضغوط النفسية ؟

أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى تعرضهم للضغوط النفسية كما يوضحها جدول ٥١.

ويتفق مع هذه النتائج ما ورد من نتائج فى دراسة سكوت Scott ١٩٨٢ حيث أشارت إلى إمكانية وصف خصائص الشخصية للفتيات الرياضيات بصورة مشابهة للخصائص الشخصية للرياضيين الذكور ، وأن الممارسين للنشاط الرياضى الواحد سواء كانوا ذكوراً أم إناثاً يتشابهون بدرجة كبيرة نسبياً فى بعض جوانب الشخصية (٤٩ : ١٧٨).

ويشير كلاً من برك Burke ١٩٨٢ ، ودير Dyer ١٩٨٤ إلى إقتراب مستوى الأداء الرياضى للمرأة من مستوى الرجل بل والتساوى فى بعض الانشطة الرياضية خاصة إذا ما أتيح لها فرصة متكافئة من فترات الممارسة والتدريب مثل التى يحصل عليها الرجل (٢١ : ٤١٨).

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن السباحين والسباحات يتعرضون لضغوط واحدة حيث أن طبيعة التدريب واحدة فالسباحين والسباحات يؤدون نفس الأحمال التدريبية ولا يخصص جرعات تدريبية خاصة لأى منهم (حيث أن السباحات لديهم القدرة على التكيف للتدريب العنيف والصعب) ففي كثير من الأندية لا يتم فصل السباحين عن السباحات بل يؤدون نفس التمرين معاً ، كما أن الضغوط الناتجة عن المنافسة الرياضية واحدة من حيث مسافات السباقات والظروف التى تؤدى فيها السباقات والفروق الزمنية بين السباقات والضغوط المرتبطة بإدارة الوقت واحدة حيث أن كلاهما يتدرب صباحاً ومساءً وفى مرحلة تعليمية واحدة والضغوط المرتبطة بالمدرّب والأسرة واحدة أيضاً حيث أنهم يطالبون السباحين والسباحات ببذل الجهد فى التدريب ومحاولة تحطيم الأرقام والفوز فى السباقات.

ب- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى أبعاد دافعية الإنجاز ؟

أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى دافعية الإنجاز كما يوضحها جدول ٥٢.

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة هاياشى Hayashi ، ويس Weiss ١٩٩٤ حيث أشاروا إلى عدم وجود فروق بين اللاعبين واللاعبات فى دافعية الإنجاز (٥٣ : ٣١).

ويؤكد ذلك دراسة سكوت Scott ١٩٨٧ حيث أشار إلى إمكانية وصف خصائص الشخصية للفتيات الرياضيات بصورة مشابهة للخصائص الشخصية للرياضيين الذكور ، وأن الممارسين للنشاط الرياضى الواحد سواء كانوا ذكوراً أم إناثاً يتشابهون بدرجة كبيرة نسبياً فى بعض جوانب الشخصية (٤٩ : ١٧٨).

كما أظهرت نتائج البحث وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين والسباحات فى دافع الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى لصالح السباحين كما يوضحها جدول ٥٢.

وتتفق هذه النتائج مع إدوارد Edwards ، وهاردى Hardy ١٩٩٦ حيث أشاروا إلى أنه كلما زادت الثقة لدى اللاعب كلما قلت شدة أعراض القلق (٥٣ : ٣١).

وتشير هايدى كوناث Kunath ١٩٩٠ إلى وجود بعض التحفظات على ممارسة المرأة للرياضة التنافسية في العديد من الدول والتي ترتبط من وجهة النظر النفسية بالطبيعة الإنفعالية للمرأة كالقلق والاستثارة (٤٩ ، ١٧٥).

وهذا يشير إلى ارتفاع مستوى القلق عند المرأة وبالتالي يقل دافع الثقة بالنفس في الأداء الرياضى.

وتتفق هذه النتائج مع ما ورد من نتائج فى دراسة هيو Hu ١٩٩٧ حيث أشار إلى أن مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبين أكبر من اللاعبات (١٠ : ٦٣ ، ٦٤).

وتشير نتائج دراسة روسيل Russell وكوكس Cox ١٩٩٨ إلى وجود إختلاف بين الرجال والإناث الممارسين للرياضية فى الثقة بالنفس لصالح الرجال (١٠ : ٦٥).

كما تشير نتائج دراسة محمود عبد الفتاح عنان ١٩٧٦ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السباحين والسباحات لصالح السباحين فى سمات الحاجة إلى السيطرة والحاجة إلى الجنسية كما وجدت فروق لصالح السباحات فى سمات الحاجة إلى الخضوع ولوم الذات (٥٤).

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن السباحين والسباحات لديهم دافعية للإنجاز متمثلة فى الرغبة فى التفوق الرياضى والالتزام نحو الإنجاز والتنافس بكافية والتقدير الاجتماعى والمثابرة فى الأداء والاستقلالية فى إتخاذ القرار ومستوى الطموح وواقعية الأهداف والدافع الذاتى للإنجاز فلا تختلف هذه الأبعاد حسب الجنس فكلا الجنسين لديهم هذه الدوافع.

ولكن نلاحظ أن السباحين لديهم دافع الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى أكثر من السباحات نظراً لطبيعة ممارسة رياضة السباحة وارتداء السباحات للمايوه ونظرة المجتمع لارتداء الفتاة للمايوه بعد البلوغ وحتى سن ١٨ سنة (المرحلة العمرية قيد البحث) وتظهر الثقة المنخفضة لدى السباحات فى ارتفاع التوتر والقلق وصعوبة التركيز والانتباه.

## مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل الخامس.

هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين في الضغوط النفسية وأبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لنوع السباحة التخصصي (فراشة - ظهر - صدر - حرة) ؟

أ- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين في الضغوط النفسية وفقاً لنوع السباحة التخصصي ؟

أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً لنوع السباحة التخصصي في تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقمي والمنافسة الرياضية وإدارة الوقت والمدرّب كما يوضحها جدول ٥٤.

ويتفق مع هذه النتائج سميث Smith ١٩٨١ حيث يشير إلى الضغوط النفسية بأنها إستجابة تتميز بالإرهاك الذهني والإنفعالي تظهر كنتيجة تكرر جهد كبير غير فعال لمواجهة متطلبات التدريب والمنافسة (١٢ : ١٦) وذلك مع إختلاف نوع السباحة التخصصي للسباح حيث أن سباحي الطرق المختلفة للسباحة (فراشة - ظهر - صدر - حرة) يؤدون نفس أحمال التدريب وفي أوقات واحدة وهم في نفس المرحلة التعليمية.

وتؤكد ذلك نتائج دراسة أحمد مصطفى السويفي ١٩٧٨ حيث يشير إلى وجود علاقة إيجابية طردية بين القدرة الحركية للسباحين في كل نوع من أنواع السباحة الأربعة (الفراشة - الظهر - الصدر - الحرة) وبين السمات الشخصية للسباحين والتي يقيسها اختبار البروفيل الشخصي (ل. ف. جوروف) " السيطرة - المسئولية - الإتزان الإنفعالي - الاجتماعية " (٨) فلم تظهر الدراسة وجود فروق في هذه السمات بين أنواع السباحة الأربعة فتتشابه السمات الشخصية للسباحين وبالتالي القدرة على التعامل مع الضغوط التي قد تواجههم أثناء التدريب أو المنافسة.

كما أظهرت نتائج البحث وجود فروق دالة إحصائياً بين سباحي الفراشة وكلاً من سباحي الظهر والصدر والحرة لصالح سباحي الفراشة في تعرضهم للضغوط النفسية المرتبطة بالأسرة كما يوضحها جدولي ٥٤ ، ٥٥

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن جميع السباحين بإختلاف نوع السباحة التخصصى يعانون من ضغوط نفسية مرتبطة بطبيعة التدريب ومستوى الانجاز الرقى حيث أنهم يتدربون فى نفس ظروف التدريب ، ويعانون من ثبات أو ضعف المستوى الرقى كما أنهم يعانون من ضغوط نفسية ناتجة عن المنافسة الرياضية حيث أن كل سباح يعد للمنافسة بدنياً ومهارياً وتكتيكياً ونفسياً مع إختلاف نوع السباحة التخصصى لكل سباح ويعانون أيضاً من ضغوط نفسية ناتجة عن صعوبة التوفيق بين متطلبات التدريب الذى يستغرق ساعات طويلة من اليوم وعلى مدار السنة وبين متطلبات الدراسة والحياة الشخصية والإجتماعية وهذه الظروف تتشابه بين سباحى التخصصات الأربعة المختلفة كما أن معاملة المدرب للسباح لا تختلف بإختلاف نوع السباحة التخصصى.

ولكن نلاحظ أن سباحى الفراشة يؤدون نفس الأحمال التدريبية التى يؤدونها سباحى الطرق الأخرى بالرغم من صعوبة سباحة الفراشة وفقدتها لسعرات حرارية أكثر ومع ذلك فإن الأسرة ، تحاسب سباح الفراشة وتعنفه على نفاذ طاقته مبكراً وقدرة السباحين الآخرين على إستكمال التمرين بحيوية ونشاط فتزيد الضغوط النفسية المرتبطة بالأسرة.

ب- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين السباحين فى أبعاد دافعية الإنجاز وفقاً لنوع السباحة التخصصى ؟

أظهرت نتائج البحث عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين السباحين وفقاً لنوع السباحة التخصصى فى جميع أبعاد دافعية الإنجاز كما يوضحها جدول ٥٧.

ويتفق مع هذه النتائج أسامة راتب ١٩٩٧ حيث يشير إلى دافعية الإنجاز بأنها الجهد الذى يبذله الرياضى من أجل النجاح فى إنجاز الواجبات والمهام التى يكلف بها فى التدريب والمنافسة كذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز تلك الواجبات والمهام (١٨ : ١٥٧) وذلك مع إختلاف نوع السباحة التخصصى للسباح فكل سباح اياً كان تخصصه فهو يحاول بذل الجهد لإنجاز الواجبات والمهام التى يكلف بها فى التدريب والمنافسة.

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن جميع السباحين بإختلاف نوع السباحة التخصصى لكل سباح لديهم دافعية إنجاز متمثلة فى الرغبة فى التفوق الرياضى ، الثقة بالنفس فى الأداء الرياضى والإلتزام نحو الإنجاز والتنافس بكفاية (التنافس بقوة كبيرة من أجل الفوز) ، التقدير الاجتماعى (محاولة إظهار أفضل أداء ممكن لنيل رضاء وتشجيع الآخرين الذين يمثلون أهمية بالنسبة لهم) ، المثابرة فى الأداء، الإستقلالية فى إتخاذ القرار (القدرة على تغير السلوك دون التأثر بسلوك الآخرين) ، ومستوى الطموح وواقعية الأهداف (الإصرار على تحقيق الهدف).

#### مناقشة النتائج المرتبطة بالتساؤل السادس .

هل توجد علاقة بين الضغوط النفسية ودافعية الإنجاز لدى السباحين ؟

أظهرت نتائج البحث وجود علاقة إرتباط عكسية بين جميع محاور مقياس الضغوط النفسية للسباحين ودافعية الإنجاز كما يوضحها جدول ٥٨ .

تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة أسامة سيد عبد الظاهر ٢٠٠٤ حيث أشار إلى وجود علاقة عكسية بين ضغوط المنافسة ودافعية الإنجاز (التوجه التنافسى) لدى لاعبى الجودو وأن زيادة ضغوط المنافسة تقلل من دافعية اللاعب للإنجاز (١٣).

ويؤكد ذلك دراسة أحمد محمود على بدر ٢٠٠١ حيث أشار إلى وجود علاقة عكسية بين الضغوط النفسية والسمات الدافعية للاعبى كرة اليد ، وأن زيادة الضغوط النفسية وكثرة تعرض اللاعب لها يؤثر على السمات الدافعية للاعب (٧).

ويشير محمد حسن علاوى ١٩٩٨ إلى أن ضعف الدافعية وهبوط الحماس من أهم الأعراض النفسية للإجهاد والإنهاك الناتج عن إستمرار وجود الضغوط والأعباء الزائدة الواقعة على كاهل اللاعب الرياضى (٤٧ : ٢١ ، ٣٠).

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن زيادة الضغوط النفسية الواقعة على كاهل السباح ترفع درجة التوتر والاستثارة والقلق وإنخفاض الروح المعنوية مما يتسبب فى هبوط مستوى دافعية السباح للإنجاز .