



## دراسة بعض مصادر الضغوط النفسية على ناشئي الكرة الطائرة

### "دراسة ميدانية لفرق ولايتة الجلفة"

*A study of some sources of psychological stress on volleyball juniors*

*"A field study on the teams of the state of Djelfa"*

علي خينش

جامعة الجلفة (الجزائر)

[a.khinecche@univ-djelfa.dz](mailto:a.khinecche@univ-djelfa.dz)

المخلص:	معلومات المقال
هدفت الدراسة الحالية لتحديد مدى تأثير بعض مستويات مصادر الضغط النفسي لدى الناشئين الرياضيين الممارسين لكرة الطائرة على مستوى بعض الفرق في ولاية الجلفة، وكذا التعرف على أهم العوامل والمسببة للضغط النفسي و الأكثر تأثيراً عليهم، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، أما أداة الدراسة فتمثلت في مقياس الضغوط النفسية، حيث توصلنا إلى أن ناشئي كرة الطائرة يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي، وتعود هذه الضغوط لعدة عوامل منها تلك المتعلقة بالمنافسة الرياضية، اتجاهات الأسرة نحو ممارسة الرياضة، ما يرتبط بالدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى.	تاريخ الارسال: 03 اوت 2021 تاريخ القبول: 08 سبتمبر 2021
<b>Abstract :</b>	<b>الكلمات المفتاحية:</b> ✓ الضغوط النفسية ✓ الرياضيين الناشئين ✓ الكرة الطائرة
<i>The current study aimed to determine the extent of the impact of some levels of psychological stress sources among young athletes practicing volleyball on the level of some teams in the state of Djelfa, as well as to identify the most important factors causing psychological stress and the most affecting them, and the researcher used the descriptive approach, and the study tool was In the measure of psychological stress, where we found that volleyball juniors are exposed to high levels of psychological pressure, and these pressures are due to several factors, including those related to sports competition, family attitudes towards practicing sports, which is related to study, time management and other life requirements</i>	<b>Article info</b> Received 03 August 2021 Accepted 08 September 2021 <b>Keywords:</b> ✓ Psychological Pressures ✓ Junior Athletes ✓ volleyball

## مقدمة:

ومضاعفات صحية، وجسمية، ونفسية، وسلوكية، تجعل الناشئ ينحرف عن الأداء المعتاد في العمل، مع العلم أن تأثير هذه الضغوط يتوقف على طبيعة الشخصية، وما تتصف به من قدرة على تحمل الإحباط، أو المرونة، أو مستوى التفاؤل. (عبد الستار إبراهيم، 1998، ص13)

ويمكن عرض نتائج وآثار الضغوط النفسية كالتالي، آثار نفسية، آثار فيزيولوجية، آثار معرفية، آثار سلوكية، وأخيرا انسحاب النشء من الرياضة. و يلاحظ في السنوات الأخيرة زيادة اشتراك الرياضيين الناشئين في البرامج التدريبية، وقد يرتبط ذلك بالارتفاع في حجم وشدة التدريب بصورة مبالغ فيها، وكذا المنافسة والمشاركة الرياضية المكثفة للنشء والاهتمام الزائد لتحقيق الفوز، وزيادة متطلبات الوقت المخصص للتدريب والمنافسة، حيث يشعر الرياضي أن قيمته وتقديره من قبل الآخرين يتحدد في ضوء مدى نجاحه في المنافسة، وحيث أن المنافسة تحمل الفوز كما تحمل الخسارة، فانه يتوقع أن تمثل المنافسة خبرة فشل ومصدرا للضغط السلبي لعدد كبير من الناشئين، وأن الاعتماد على النتائج وحدها لتقييم الناشئ قد يؤدي إلى عدم تدعيم قيمة الذات للناشئ، وربما يؤدي إلى ضعف الثقة، وزيادة الضغوط النفسية الناتجة عن القلق والإحباط وعدم الثقة في النجاح. (أسامة راتب، 2001، ص253)

وقد يكون صراع الناشئ الرياضي في محاولة التوفيق بين كل متطلبات التدريب، والمنافسة الرياضية، ومتطلبات الدراسة والحياة الأخرى...، سببا في إحداث التعب والإعياء النفسي لديهم.

و يمكن أن يكون إصرار الناشئ على التوفيق بين المتطلبات سبيل إلى معرفة نواحي النقص فيه، وتحويل خبرة الفشل إلى طاقة نجاح... وهنا يكمن دور المدرب المؤهل الذي يعرف أساليب الوقاية والعلاج في مساعدة الناشئ على إدارة الضغوط والتكيف الإيجابي معها (أسامة راتب، 2001، ص400).

يتميز المجال الرياضي على غرار المجالات الأخرى بالعديد من المثبرات، التي يصادفها الرياضي في ممارسات اليومية وخصوصاً منها المتعلقة بالتدريب، على مستوى كل الفئات ونخص بالذكر فئة الناشئ الرياضي محل الدراسة و التي تسبب له ضغط نفسي نظراً لتنوع الانجازات و الأعمال التي ينبغي عليه القيام بها مثل: الاستعداد البدني والنفسي للمنافسة الرياضية، تحقيق الإنجازات واكتساب المهارات الحركية والقدرات الخططية والتحكم الانفعالي وإدراك وتذكر المسؤوليات الملقاة على عاتقه والتفاعل و التعامل الجيد مع الآخرين، وما ينجر عن ذلك كله من الشعور بالخوف من الفشل أو الهزيمة، والخوف من الإصابة، و إصابته بالقلق، والتوتر، والاستشارة التي ترتبط بالمنافسة الرياضية، والدراسة، وتحقيق التفوق، وكذا متطلبات الحياة، وغير ذلك من العوامل التي تساهم في رفع مستوى الضغوط لدى الناشئ الرياضي.

و يتعرض الناشئ الرياضي للضغوط النفسية عند إدراكه عدم قدرته على القيام بالمتطلبات التي ينبغي عليه الوفاء بها أي إدراك الناشئ بعدم وجود توازن بين ما هو مطلوب منه إنجازها وبين قدرته على الاستجابة بنجاح لتحقيق هذه المطالب وإنجازها (حسن علاوي، 1998، ص13)

و مما ينتج عنه في زيادة الضغط الذي يتعرض له الناشئ الرياضي باختلاف مصادرها فإنه عادة ما ينتهي به الحال إلى إحدى النتائج التالية: إما التكيف الإيجابي وبالتالي عدم هبوط مستوى الكفاءة والفاعلية والنجاح في مواجهة الضغوط، أو التكيف السلبي وبالتالي الهبوط في مستوى الكفاءة والفاعلية. ويكون عرضة للضغوط النفسية.

إن النتيجة السلبية للضغوط تعد من أهم الموضوعات التي مازالت تلقى اهتماما وجدلا بحثيا واسعا لدى الباحثين لما لها من آثار ضارة على الفرد و المجتمع بصفة عامة، ومن الممكن أن يؤدي استمرار الضغوط النفسية وفي حالة التكيف السلبي، إلى استجابة انفعالية حادة ومستمرة،

- معرفة المصدر الذي يجعل مستوى الضغوط النفسية المرتفعة لدى النشء الرياضي لتفاديها من طرف المختصين وإيجاد الحلول.

### 3. أهمية الدراسة :

إن موضوع الضغوط النفسية من المواضيع الحديثة نسبيا و التي صادفت المزيد من الاهتمام نظرا لتزايد أعداد اللاعبين الرياضيين في المستويات الرياضية العالية وخاصة في الرياضات الصغرى عند الرياضيين الناشئين الذين يعانون من هذه الظاهرة في ضوء العديد من مصادر الضغوط الواقعة على كاهلهم والتي قد لا يستطيعون التكيف الايجابي معها مما ثم يؤدي إلى انحدار مستوياتهم الرياضية و الإصابة بما يعرف بالاحتراق النفسي ثم الانسحاب من الممارسة الرياضية. (أسامة عبد الظاهر الأصفر، 1999، ص11) و لهذا جاءت هذه الدراسة الحالية في أنها تسلط الضوء على الضغوط النفسية و مسبباتها و مصادرها عند النشء، و بالتالي الاستفادة منها في تشخيص مستوى الضغط النفسي لدى النشء الرياضي و كيفية التعامل معه.

### 4. مصطلحات الدراسة:

#### الضغوط النفسية:

جميع العوامل الخارجية التي تضغط على الحالة النفسية للفرد لدرجة تجعله في حالة من التوتر والقلق والتأثير السلبي في قدرته على تحقيق التكامل والتوازن في شخصيته عرقها العالم لازاروس: بأنها مجموعة من المثيرات التي تصيب الفرد، ومحصلة الاستجابات المترتبة عليها، بالإضافة إلى مستوى الخطر الذي يقوم الفرد بوضعه وتقديره للمثير، والأساليب والاستراتيجيات التي تساعد على عملية التكيف مع كافة أشكال الضغوط، والطرق الدفاعية النفسية التي تستدعي استخدامها في الظروف المختلفة هي الإحساس الناتج عن فقدان الإتران بين المطالب والإمكانات ويصاحبه عادة مواقف فشل، حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانات مؤثرا قويا في إحداث الضغوط النفسية وأيضا

أما في حالة عدم قدرة الناشئ على مواجهة الضغوط فإنها تؤدي به إلى أن يترك الرياضية كليا، ويعتبر الرياضة خبرة فشل ومصدرا للإحباط والتوتر النفسي، بعد أن كلف الدولة أو الأندية الكثير من الخسائر المادية و الطاقات البشرية) نفقات، أجهزة، وأدوات، جهود الجهاز الفني والإداري.. ، إضافة إلى ذلك الافتقار لرياضي واعد في المستقبل، ويتخذ الانسحاب كمؤشر من مؤشرات عدم القدرة على التكيف مع الضغوط شكلين أحدهم ترك الرياضة التي يمارسها وممارسة رياضة أخرى، أو الاستمرار في ممارسة نفس الرياضة استجابة للضغوط الخارجية ( المدرب - الأسرة - المكافآت... الخ )، ولكن دون تفاعل ايجابي، ودون التزام وحماس، ومن ثم يستمر هبوط المستوى. (أسامة راتب، 2001، ص400)

وفي كلتا الحالتين يجب على القائمين على الرعاية النفسية للرياضيين معرفة مستويات الضغط النفسي لديهم، والبحث عن مصادره ومسبباته، لمحاولة إيجاد الطرق السليمة لمواجهته و التخفيف منه، وفي نفس السياق ولأجل فهم أعمق لظاهرة الضغوط النفسية لدى النشء الرياضي حاولت هذه الدراسة الإجابة عن التساؤل الآتي :

هل النشء الرياضي هو في عرضة لضغوط نفسية ؟ وما هي مصادره ؟.

#### الفرض العام:

- يتعرض النشء الرياضي للضغوط النفسية بمستوى مرتفعة من عدة مصادر.

### 2. أهداف الدراسة :

- تحديد مستويات الضغط النفسي لدى النشء الرياضي ولاعب الكرة الطائرة خصوصا.
- اكتشاف مسببات الضغوط النفسية التي تنعكس على مردود اللاعبين.
- الغوص في نفسية اللاعب و إيضاح البعد النفسي الذي يجعل الممارس لهذه اللعبة في الوضعية الايجابية أو السلبية

الأكثر تأثيراً على النشء الرياضي. والتعرف على أكثر أعراض الضغط النفسي ظهوراً لدى الرياضيين الناشئين. واستخدم الباحث مقياس خاص بمصادر الضغوط النفسية، و مقياس لدراسة أعراض ومؤشرات الضغط النفسي، و اشتملت عينة البحث على 206 رياضي ناشئ يمثلون أنشطة رياضية متنوعة؛ وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد مصادر متعددة للضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين وقد اختلفت هذه المصادر في درجة أهميتها و شدتها وذلك على أفراد العينة.

- دراسة محمد عبد العاطي 1998: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى الرياضيين. واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية والاحتراق النفسي الذي قام بإعداده وتصميمه. واشتملت عينة البحث على 216 لاعبا يمثلون أنشطة رياضية متنوعة. وأظهرت نتائج التحليل العاملي أن هناك سبع عوامل رئيسية للضغوط النفسية والاحتراق النفسي تواجه الرياضيين هي:

- الضغوط المرتبطة بأسلوب تعامل المدرب مع اللاعبين.
- الضغوط المرتبطة بنقص تقدير الذات والمساندة الاجتماعية من الاستجابة.
- الضغوط المرتبطة بنتائج المنافسة.

- دراسة أسامة عبد الظاهر الأصفر 1999: هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين، واستخدم الباحث مقياس الضغوط النفسية الذي قام بإعداده وتصميمه كل من أسامة راتب - إبراهيم خليفة - أسامة الأصفر الذي يحتوي على خمس محاور للضغوط النفسية، واشتملت عينة البحث على (430) رياضي ناشئ يمثلون أنشطة رياضية متنوعة؛ وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد مصادر متعددة للضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين وقد اختلفت هذه المصادر في درجة أهميتها وشدتها وذلك على أفراد العينة حيث جاء المحور الرابع-

تعتبراً لضغوط بأنها رد فعل داخلي ينتج عن عدم قدرة الفرد على الوفاء بالمتطلبات البيئية الواقعة عليه. (عبد الرحمن الطريبي سليمان: 1994، ص 8-11) ويعرف معجم علم النفس الضغط على أنه "توتر وصراع وحالة من التوتر النفسي الشديد (فاخر عاقل، 1971، ص 121).

### النشء الرياضي:

النَّشءُ: أول ما ينشأ من السَّحاب. النَّشءُ الصَّغار من الحيوان والإنسان ما داموا في طُور التعليم (معجم الوسيط الإلكتروني) الناشئ: وتعني الجيل الجديد حيث كانت تطلق على صغر الحيوان والإنسان (في معجم المعاني الجامع معجم عربي عربي).

و معنى نشء تطلق على مبتدئ وحديث العهد.

التعريف الإجرائي: اسم يطلق على فترة عمرية في النخب الرياضية وتحدّد هنا في الفترة ما بين 14 سنة و18 سنة.

**كرة الطائرة:** تعريف الكرة الطائرة: تعتبر الكرة الطائرة بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي تمارس في التظاهرات الدولية والدورات الاولمبية. (زكي محمد حسن: 2013 ص 133) فهي لعبة جماعية يتقابل فيها فريقان فوق ملعب طوله 18م وعرضه 9 م تقسمه شبكة إلى جزأين متساويين، ارتفاع الشبكة هو: 2.43 م للذكور، 2.24م للإناث. يتكون كل فريق من 6 لاعبين يتبادل الفريقان الكرة فوق الشبكة.

### 5. الدراسات السابقة والمشاهدة:

- دراسة بن عبدالله عبد القادر 2005: الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين "مصادرها وأعراضها" وهدفت الدراسة إلى تحديد مستويات الضغط النفسي لدى النشء الرياضي. ومعرفة مدى تباين مستويات الضغط النفسي باختلاف الخصائص الفردية للرياضيين الناشئين النشاط الرياضي حسب سنوات الممارسة، السن، الجنس. و كذا الكشف عن أهم عوامل ومسببات الضغط النفسي

محور " اتجاهات الأسرة نحو الرياضة ": 12 عبارة.

محور " ضغوط المنافسة ": 10 عبارات.

محور " ضغوط واجبات وأحمال التدريب 9 عبارات.

محور " الدراسة، إدارة الوقت ومتطلبات الحياة: 9 عبارات.

محور " الجهاز الفني والإداري ": 15 عبارة.

3. الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة :

- صدق الأداة : قام الباحث بحساب معامل الصدق بطريقة الصدق الذاتي الذي يساوي الجذري التربيعي للثبات "الصدق = الثبات<sup>2</sup>" ، وقد بلغ معامل الصدق 0.981 وهو معامل صدق عالٍ .

- ثبات الأداة: تم التحقق من ثبات أداة الدراسة من خلال تطبيقها على عينة الدراسة الاستطلاعية، البالغ عددها (4) تم اختيارها لقياس ثبات الأداة، وتم إيجاد معامل ثبات هذا المقياس باستخدام معادلة (ألفا كرونباخ ، Chronback Alpha)، وقد بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (0.96) وهو معامل ثبات عالٍ يفني بأغراض البحث العلمي.

وتشير النتائج المتحصل عليها لكل من معامل الصدق الذي بلغت قيمته 0.981، و معامل الثبات 0.9646 إلى أن أداة الدراسة تتمتع بمستوى عالٍ من الصدق و الثبات، و بالتالي فهي تفي بأغراض البحث العلمي.

4. المنهج المتبع في الدراسة :

استخدمنا المنهج الوصفي ، الذي يعتمد على جمع الحقائق وتحليلها وتفسيرها لاستخلاص دلالتها، ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية، حيث قمنا في هذه الدراسة بوصف ما هو كائن في المحيط الرياضي بالنسبة للرياضيين الناشئين من مصادر الضغوط النفسية التي يتعرضون لها من خلال ممارستهم للأنشطة الرياضية المختلفة.

5. مجتمع وعينة الدراسة :

- مجتمع البحث : مجتمع البحث في دراستنا هاته يكمن في جميع الرياضيين الناشئين الممارسين لكرة الطائرة على مستوى ولاية الجلفة .

ضغوط نفسية مرتبطة بالجهاز الفني والإداري والجمهور وأعضاء الفريق في المرتبة الأولى يليه المحور الأول-ضغوط نفسية مرتبطة بواجبات وأحمال التدريب الرياضي؛ ثم يليه المحور الثاني- ضغوط نفسية مرتبطة بالتنافس الرياضي ، ثم المحور الخامس - ضغوط نفسية مرتبطة بمتطلبات الناشئ الدراسة- إدارة الوقت-متطلبات الحياة الأخرى وأخيرا المحور الثالث- ضغوط نفسية مرتبطة باتجاهات الأسرة نحو الرياضة .

أولا: منهجية الدراسة وإجراءاتها:

1- الدراسة الاستطلاعية:

بدأ الباحث دراسته الاستطلاعية بزيارة أولى لبعض الأندية، حيث تم الالتقاء بالأجهزة الفنية والإدارية وقمنا بطرح ومناقشة موضوع الدراسة معهم، ومدى قابليتهم في التعاون والمساهمة في إنجاح الدراسة التطبيقية.

وبعد الزيارة الأولى قمنا بزيارة ثانية ، حيث تم اختار عينة استطلاعية مكونة من (06) أربعة رياضيين . ووزع عليهم المقياس وذلك للتأكد من ملائمتهم ومناسبتهم لمستواهم العمري والعلمي، و من حيث الوضوح ومناسبة العبارات ، لتذليل أي عقبات يمكن أن تواجهه الباحثين فيما بعد.

وكانت نتيجة الدراسة الاستطلاعية ما يلي : ملائمة المقياس، ومناسبتهم لمستواهم العمري والعلمي، ووضوح العبارات، بحيث لم تواجههم أي مشكلة في فهم العبارات أو غموض إحدى الفقرات.

2. أداة الدراسة:

في ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة، ولأجل اختبار فرضيات البحث والوقوف على مدى تحققها قمنا بالاستعانة بمقياس مصادر الضغوط النفسية للناشئين الرياضيين المصممة خصيصا لهذا الغرض من إعداد أسامة راتب - إبراهيم خليفة - أسامة عبد الظاهر ، الذي يساعدنا على التعرف على مستويات و مصادر الضغوط النفسية لدى الناشئين . و الذي يحتوي على خمس محاور هي :

مناقشة الفرضيات في ضوء، أهداف البحث، و قد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

- حساب معادلة ألفا كرونباخ للتوصل إلى الخصائص
- السيكومترية لأداة البحث و المتمثلة في الصدق و الثبات.
- حساب النسب المئوية لتكرار الناشئين على عبارات
- مقياس الضغوط النفسية، للتعرف على أهم المصادر.
- حساب " ت " لعينة واحدة.

ثانيا: عرض و تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها :

1. عرض نتائج الرياضيين الناشئين المتحصل عليها:

1.1. محور " اتجاهات الأسرة نحو الرياضة "

- عينة البحث: عينة قوامها 22 رياضي ناشئ ممارس لكرة الطائرة من أندية مختلفة في ولاية الجلفة

6. مجالات الدراسة:

- المجال البشري: الرياضيين الناشئين الممارسين لكرة الطائرة على مستوى ولاية الجلفة.

- المجال الزماني: تمت هذه الدراسة في الموسم 2018.

- المجال المكاني: تم تنفيذ هذه الدراسة بالقاعات المخصصة للتدريب بالولاية.

7. أسلوب التحليل والمعالجة الإحصائية:

بعد توزيع استمارة المقياس و استرجاعه تم تفرغ بيانات الصالحة منها في البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية spss بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق وهذا من أجل

جدول يوضح مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغوط

لمحور اتجاهات الأسرة نحو الرياضة.

السؤال	الأفراد	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	التصنيف الكلي
														الأفراد
1	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	1	مرتفع
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	مرتفع
3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	1	2	1	منخفض
4	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	مرتفع
5	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	1	2	1	منخفض
6	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	3	3	1	منخفض
7	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	مرتفع
8	3	3	3	3	1	2	1	1	3	3	2	3	2	مرتفع
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	منخفض
10	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	2	منخفض
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	مرتفع
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	مرتفع
13	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	3	2	منخفض
14	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	مرتفع
15	3	3	3	3	3	1	1	1	3	3	2	3	2	مرتفع
16	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	منخفض
17	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	1	مرتفع
18	3	3	3	3	2	1	3	3	1	2	3	2	1	مرتفع

منخفض	23	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	19
مرتفع	28	2	2	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	20
مرتفع	27	1	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	21
مرتفع	29	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	22

يتضح من خلال الجدول أن جل الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي في محور " واجبات و أحمال التدريب "، حيث من بين 22 رياضي بلغ عدد الذين لديهم مستوى مرتفع من الضغط النفسي 14 رياضي ناشئ بنسبة 63.64 %، أما الذين لديهم مستوى منخفض فعددهم 8 بنسبة مئوية تساوي 36.36.

جدول يوضح نتائج اختبار " ت " للفروق محور " اتجاهات الأسرة نحو الرياضة "

المحور	البيان الإحصائي	الضغط		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	القرار
		مرتفع	منخفض					
واجبات و أحمال التدريب	التكرار	14	8	26,54	3,55	3.36	0.00	دال
	النسبة المئوية	%63.64	%36.36					

ضغط نفسي مرده اتجاهات الأسرة نحو الرياضة ، و بالرجوع لقيمة " ت " و التي تقدر بـ 3.36 عند قيمة المعنوية sig تساوي 0.00 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 مما يدل على أن قيمة " ت " دالة إحصائية مما يؤكد أن الفرق بين المتوسطين ذو مدلول إحصائي . و منه نستنتج أن ناشئي رياضة كرة الطائرة محل هذه الدراسة يتعرضون لمستوى عال من الضغوط النفسية نتيجة اتجاهات الأسرة نحو الرياضة .

يتضح من خلال الجدول أن الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي في محور " اتجاهات الأسرة نحو الرياضة "، حيث بلغ عدد الذين لديهم مستوى مرتفع من الضغط النفسي 14 رياضي ناشئ بنسبة 63.64 %، أما الذين لديهم مستوى منخفض فعددهم 8 بنسبة مئوية تساوي 36.36 %، كما بلغت قيمة المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث في هذا المحور 26,54 وهو أكبر من المتوسط الفرضي المقدر في هاته الحالة بـ 24 ، و هو مؤشر على أن عينة البحث تعاني 2.1 محور " المنافسة الرياضية " :

جدول يوضح مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغوط

محور المنافسة الرياضية

الضغط	المتوسط الحسابي	الأسئلة										
		10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	
منخفض	19	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1
مرتفع	23	2	1	3	2	3	3	2	2	3	2	2
منخفض	19	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	3
مرتفع	24	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	4
مرتفع	27	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	5
مرتفع	21	3	2	3	2	2	1	2	2	2	2	6
منخفض	18	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	7
مرتفع	27	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	8

مرتفع	22	2	3	3	1	2	1	1	3	3	3	9
مرتفع	20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	10
منخفض	19	2	2	2	2	2	2	1	3	2	1	11
مرتفع	27	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	12
مرتفع	29	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	13
منخفض	18	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	14
مرتفع	27	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	15
مرتفع	23	2	3	3	1	1	1	3	3	3	3	16
مرتفع	24	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	17
مرتفع	25	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	18
مرتفع	23	2	2	1	3	3	1	2	3	3	3	19
مرتفع	24	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	20
مرتفع	23	2	3	3	1	1	1	3	3	3	3	21
مرتفع	26	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	22

جدول يوضح نتائج اختبار "ت" للفروق لمحور "المنافسة الرياضية"

القرار	قيمة sig	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الضغط		البيان الإحصائي	المحور
					مرتفع	منخفض		
دال	0.00	4.40	3.29	23.09	17	5	التكرار	المنافسة الرياضية
					%77.27	%22.73	النسبة المئوية	

إحصائية مما يؤكد أن الفرق بين المتوسطين ذو مدلول إحصائي .  
و منه نستنتج أن ناشئي رياضة كرة الطائرة محل هذه الدراسة يتعرضون لمستوى عال من الضغوط النفسية نتيجة المنافسة الرياضية .

يتضح من خلال الجدول أن الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي في محور " المنافسة الرياضية"، حيث بلغ عدد الذين لديهم مستوى مرتفع من الضغط النفسي 17 رياضي ناشئ بنسبة 77.27%، أما الذين لديهم مستوى منخفض فعددهم 5 بنسبة مئوية تساوي 22.73%، كما بلغت قيمة المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث في هذا المحور 23,09 وهو أكبر من المتوسط الفرضي المقدر في هاته الحالة بـ 20، و هو مؤشر على أن عينة البحث تعاني ضغط نفسي مرده المنافسة الرياضية، و بالرجوع لقيمة "ت" و التي تقدر بـ 4.40 عند قيمة المعنوية sig تساوي 0.00 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05، مما يدل على أن قيمة "ت" دالة

### 3.1. محور " واجبات و أحمال التدريب "



جدول يوضح مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغوط  
لمحور واجبات و أحمال التدريب

السؤال الأفراد	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	الدرجة المجموع	الدرجة المتوسط
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	16	منخفض
2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	25	مرتفع
3	2	3	2	2	3	3	2	3	1	21	مرتفع
4	2	2	2	2	3	2	3	2	1	19	مرتفع
5	3	3	2	2	2	2	3	2	3	22	مرتفع
6	2	2	2	2	1	2	1	2	2	16	منخفض
7	2	2	1	2	1	2	3	2	2	17	منخفض
8	3	3	3	3	3	3	2	2	2	25	مرتفع
9	3	3	3	1	1	2	3	3	3	20	مرتفع
10	2	2	2	2	3	2	2	2	2	19	مرتفع
11	2	2	3	3	2	2	2	2	2	20	مرتفع
12	3	3	3	3	3	3	2	2	2	25	مرتفع
13	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27	مرتفع
14	3	2	3	2	2	2	2	3	3	21	مرتفع
15	3	3	3	3	3	3	2	2	2	25	مرتفع
16	3	3	3	3	1	1	3	3	3	21	مرتفع
17	2	2	2	3	3	3	3	2	2	22	مرتفع
18	2	2	2	2	2	3	3	3	3	22	مرتفع
19	3	3	3	3	1	3	2	3	3	21	مرتفع
20	3	3	3	3	3	3	3	3	3	27	مرتفع
21	3	3	3	3	2	2	3	3	1	23	مرتفع
22	3	3	3	3	2	3	3	2	2	24	مرتفع

جدول يوضح نتائج اختبار "ت" للفروق لمحور " واجبات و أحمال التدريب

المحور	البيان الإحصائي	الضغط		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	القرار
		مرتفع	منخفض					
اتجاهات الأسرة نحو الرياضة	التكرار	19	3	21.73	3.20	5.45	0.00	دال
	النسبة المئوية	%86.36	%13.64					

يتضح من خلال الجدول أن الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي في محور " واجبات و أحمال التدريب "، حيث بلغ عدد الذين لديهم مستوى مرتفع من الضغط النفسي 19 رياضي ناشئ بنسبة 86.36 %، أما الذين لديهم مستوى منخفض فعددهم 3 بنسبة مئوية تساوي 13.64 %، كما بلغت قيمة

المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث في هذا المحور 21,73 وهو أكبر من المتوسط الفرضي المقدر في هاته الحالة بـ 18 ، و هو مؤشر على أن عينة البحث تعاني ضغط نفسي مرده واجبات و أحمال التدريب ، و بالرجوع لقيمة "ت" و التي تقدر في هاته الحالة بـ 5.45 عند قيمة المعنوية sig تساوي 0.00 و هي أكبر من مستوى

المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث في هذا المحور 21,73 وهو أكبر من المتوسط الفرضي المقدر في هاته الحالة بـ 18 ، و هو مؤشر على أن عينة البحث تعاني ضغط نفسي مرده واجبات و أحمال التدريب ، و بالرجوع لقيمة "ت" و التي تقدر في هاته الحالة بـ 5.45 عند قيمة المعنوية sig تساوي 0.00 و هي أكبر من مستوى

الدلالة 0.05 ، مما يدل على أن قيمة " ت " دالة وإحصائية مما يؤكد أن الفرق بين المتوسطين ذو مدلول إحصائي .  
و منه نستنتج أن ناشئي رياضة كرة الطائرة محل هذه الدراسة يتعرضون لمستوى عال من الضغوط النفسية نتيجة واجبات و أحمال التدريب .

#### 4.1. محور " الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى "

جدول يوضح مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغوط

محور الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى

السؤال الأفراد	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	الضغط	المتوسط الحسابي	
																							مرتفع	منخفض	الانحراف المعياري
مرتفع	21	1	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	21	2.91
منخفض	16	2	2	1	2	1	2	3	2	3	2	1	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	2	16	2.91
مرتفع	20	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	20	2.91	
مرتفع	24	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	24	2.91	
مرتفع	22	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	22	2.91	
منخفض	16	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	16	2.91	
منخفض	17	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	17	2.91	
مرتفع	24	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	24	2.91	
مرتفع	22	3	3	1	2	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	22	2.91	
منخفض	17	2	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	17	2.91	
مرتفع	20	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	20	2.91	
مرتفع	25	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	25	2.91	
مرتفع	27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	27	2.91	
مرتفع	21	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	21	2.91	
مرتفع	24	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	24	2.91	
منخفض	16	2	2	1	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	16	2.91	
مرتفع	23	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	23	2.91	
مرتفع	23	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	3	3	23	2.91	
مرتفع	21	2	1	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	21	2.91	
مرتفع	23	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	23	2.91	
مرتفع	20	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	20	2.91	
مرتفع	22	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	22	2.91	

جدول يوضح نتائج اختبار " ت " للفرق محور " الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى "

المحور	البيان الإحصائي	الضغط		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	قيمة sig	القرار
		مرتفع	منخفض					
الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى	التكرار	17	5	21.27	2.91	5.27	0.00	دال
	النسبة المئوية	%77.27	%22.73					

وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى ، حيث بلغ عدد الذين لديهم مستوى مرتفع من الضغط النفسي 17 رياضي ناشئ بنسبة 77.27 %، أما الذين لديهم مستوى

يتضح من خلال الجدول أن الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي في محور " الدراسة

تساوي 0.00 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ، مما يدل على أن قيمة "ت" دالة إحصائية مما يؤكد أن الفرق بين المتوسطين ذو مدلول إحصائي. و منه نستنتج أن ناشئي رياضة كرة الطائرة محل هذه الدراسة يتعرضون لمستوى عال من الضغوط النفسية نتيجة الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى.

منخفض فعددهم 5 بنسبة مئوية تساوي 22.73%، كما بلغت قيمة المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث في هذا المحور 21.27 وهو أكبر من المتوسط الفرضي المقدر في هاته الحالة بـ 18 ، و هو مؤشر على أن عينة البحث تعاني ضغط نفسي مرده الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى الخاصة بالناشئ، و بالرجوع لقيمة "ت" و التي تقدر في هاته الحالة بـ 5.27 عند قيمة المعنوية sig 5.1. محور " الجهاز الفني والإداري و الجمهور " :

جدول يوضح مستويات تعرض الرياضيين الناشئين لمصادر الضغوط

محور الجهاز الفني والإداري

الدرجة	البيان	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	س
منخفض	29	1	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1
مرتفع	38	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2
مرتفع	37	1	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3
منخفض	29	1	3	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	1	4
مرتفع	36	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	5
منخفض	29	1	2	2	2	2	3	1	3	2	2	1	2	2	2	2	6
منخفض	28	1	2	2	2	3	3	2	2	1	2	1	2	1	2	2	7
مرتفع	38	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	8
مرتفع	34	2	2	3	2	3	2	3	3	1	2	1	1	3	3	3	9
مرتفع	31	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	10
منخفض	27	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	11
مرتفع	38	1	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	12
مرتفع	39	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	13
مرتفع	32	2	3	3	3	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	14
مرتفع	38	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	15
مرتفع	35	2	3	1	3	3	2	3	3	1	1	1	3	3	3	3	16
مرتفع	32	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	17
مرتفع	34	1	3	1	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	18
مرتفع	34	1	3	2	3	2	2	2	1	3	3	1	2	3	3	3	19
مرتفع	36	2	3	2	3	2	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	20
مرتفع	38	1	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	21
مرتفع	32	2	3	1	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	22

جدول يوضح نتائج اختبار "ت" للفروق لمحور "الجهاز الفني والإداري و الجمهور"

القرار	قيمة sig	قيمة ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الضغط		البيان الإحصائي	المحور
					مرتفع	منخفض		
دال	0.00	4.71	3.80	33.82	17	5	التكرار	الجهاز الفني والإداري و الجمهور
					%77.27	%22.73	النسبة المئوية	

و هذا عند مستوى الدلالة 0.05، مما يؤكد النتائج المتحصل عليها باستخدام النسب المئوية، وعليه فإن نستنتج من النتائج المتوصل إليها أن الرياضيين الناشئين لديهم مستوى مرتفع من الضغوط النفسية، كما أن مصدر هذه الضغوط مختلف فهي ناتجة عن واجبات و التزام الناشئ بالتدريبات، و بالمنافسة الرياضية، اتجاهات الأسرة نحو ممارسة الرياضة، الدراسة و إدارة الوقت، الجهاز الفني والإداري والجمهور وهي متباينة من حيث التأثير . ومنه فان الفرض القائل: " لدى الناشئ الرياضي مستوى مرتفع من الضغط النفسي، ومن عدة مصادر أخرى". قد تحققت.

وأظهرت نتائج الدراسة الحالية أن ناشئي كرة الطائرة لولاية الجلفة يتعرضون لارتفاع مستويات الضغط النفسي ، و أن لهذه الضغوط عدة مصادر تم التطرق إليها في هذه الدراسة، وهذا يبين أن الناشئ أكثر شعورا بالضغط النفسية و مصدر تلك الضغوط مرده لعدة عوامل كتلك المتعلقة بالمنافسة الرياضية، واتجاهات الأسرة نحو ممارسة الناشئ للرياضة وما يرتبط بالدراسة وإدارة الوقت وكذا متطلبات الحياة الأخرى بالإضافة لعبء التدريبات و ضغط الجهاز الفني و الإداري و الجمهور لتحقيق نتائج إيجابية، و هو ما يتفق مع الدراسات السابقة و التي أشارت إلى تعرض الناشئ الرياضي لضغوط نفسية مرتفعة متعلقة بعدة عوامل، و منها دراسة أسامة راتب 2001 والتي أشارت إلى تنوع مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الرياضيين الناشئين والتي تؤدي إلى ارتفاع مستويات الضغط ومنها عدم التوفيق بين متطلبات التدريب و متطلبات الحياة اليومية، الخوف من الفشل وعدم الكفاءة. وضع أهداف طموحة أكثر من قدرات الرياضي.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة الباحث بن عبدالله عبد القادر حيث وجد أن الناشئ الرياضي يتعرض لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية، كما تظهر لديه بشكل كبير أعراض ومؤشرات

يتضح من خلال الجدول أن الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي في محور " الجهاز الفني والإداري و الجمهور"، حيث بلغ عدد الذين لديهم مستوى مرتفع من الضغط النفسي 17 رياضي ناشئ بنسبة 77.27 %، أما الذين لديهم مستوى منخفض فعددهم 5 بنسبة مئوية تساوي 22.73 %، كما بلغت قيمة المتوسط الحسابي الكلي لعينة البحث في هذا المحور 33.82 وهو أكبر من المتوسط الفرضي المقدر في هاته الحالة بـ 30 ، و هو مؤشر على أن عينة البحث تعاني ضغط نفسي مرده الدراسة وإدارة الوقت و متطلبات الحياة الأخرى الخاصة بالناشئ، و بالرجوع لقيمة "ت" و التي تقدر في هاته الحالة بـ 4.71 عند قيمة المعنوية sig تساوي 0.00 و هي أكبر من مستوى الدلالة 0.05 ، مما يدل على أن قيمة "ت" دالة إحصائية مما يؤكد أن الفرق بين المتوسطين ذو مدلول إحصائي .

و منه نستنتج أن ناشئي رياضة كرة الطائرة محل هذه الدراسة يتعرضون لمستوى عال من الضغوط النفسية نتيجة الجهاز الفني والإداري و الجمهور.

## 2. تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها :

نلاحظ من خلال نتائج الجداول أعلاه أن الرياضيين الناشئين يتعرضون لمستويات مرتفعة من الضغط النفسي، و تختلف نسبته حسب المحاور، حيث نلاحظ أن محور اتجاهات الأسرة نحو الرياضة جاء في المرتبة الأولى بنسبة 86.36 %، يليه المحاور الدراسة وإدارة الوقت و متطلبات الحياة الأخرى ، المنافسة الرياضية و الجهاز الفني و الإداري و الجمهور الذي بلغت نسبة الضغط المرتفع 77.27 % لكل محور، و أخيرا محور واجبات و أحمال التدريب و الذي بلغت نسبة الذي لديهم ضغط مرتفع في هذا المحور 63.64 %.

كما تظهر من خلال نتائج اختبار "ت" في جميع محاور القائمة والدرجة الكلية أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية

- أسامة كامل راتب، (2001)، الإعداد النفسي للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدرسين وأولياء الأمور، القاهرة، دار الفكر العربي.

بن عبدالله عبد القادر ، (2011)، الضغوط النفسية عند الرياضيين الناشئين (مصادرها وأعراضها)، المجلة العلمية لعلوم الأنشطة البدنية والرياضية، 8، 8، 89-104.

- عبد الستار إبراهيم، 1998، الاكتئاب اضطراب العصر الحديث، فهمه وأساليب علاجه، الكويت ، سلسلة عالم المعرفة، العدد 239 المجلس الوطني للفنون والآداب .

- عبد الرحمن الطريحي سليمان ، 1994، الضغط النفسي مفهومه و تشخيصه - طرق علاجه ومقاومته (الطبعة الأولى)، صفحة 8-11 بيروت .

- فاخر عاقل، (1971)، معجم علم النفس ، بيروت، دار العلم للملايين .

- فاروق السيد عثمان، (2001) ، القلق وإدارة الضغوط النفسية، الطبعة أولى، القاهرة، دار الفكر العربي.

- محمد حسن علاوي ، (1998)، سيكولوجية الإصابة الرياضية، دار الكتاب للنشر، القاهرة،

-زكي محمد حسن ،(2013) ،استراتيجيات الدفاع والهجوم في الكرة الطائرة ، دار الكتاب الحديث ، القاهرة.

موقع الكتروني:

<https://www.almaany.com/ar/dict/ar-ar>

الضغط النفسية و الفيزيولوجية والسلوكية، مما يدل على وقوع النشء الرياضي تحت وطأة الضغوط النفسية وعدم قدرته على التكيف معها.

### 3. خاتمة:

أظهرت الدراسة الحالية أن الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين مرتفعة، و أن لهذه الضغوط عدة مصادر و أسباب منها تعب و إجهاد الناشئ بسبب انتظامه في التدريبات يجعله عرضة للسهر حتى يتمكن من انجاز واجباته المدرسية، وكذا حرمانه من اللعب و الاستمتاع مع أصدقاءه .

بالإضافة إلى الشعور بالقلق من عدم قدرته على الأداء بصورة جيدة سواء في التدريبات أو المنافسات الهامة و ما سيتعرض له الناشئ من ضغط من طرف الجهاز الفني و الإداري و الجمهور ، كما أنه يجد صعوبة في التوفيق بين متطلبات التدريب والتفوق الدراسي، وغالبا ما يشعر بالخوف والتوتر، و القلق نتيجة لاهتمامه الزائد بالفوز أثناء المنافسة .

بالإضافة لتحفظ الوالدين من اشتراك أبناهم في المنافسة لخوفهم عليهم من الإصابة، و لاعتقادهم بأن ممارسة الرياضة تضيع الوقت وتسبب الفشل لأبنائهم في الدراسة.

### 4. قائمة المراجع :

- أسامة عبد الظاهر، (1999)، مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين، حلوان، القاهرة، مذكرة ماجستير منشورة جامعة .

. ملاحق: spss

محور 01: اتجاهات الأسرة نحو الرياضة

**Statistiques sur échantillon unique**

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	22	26,5455	3,55538	,75801

**Test sur échantillon unique**

	Valeur du test = 24					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
VAR00001	3,358	21	,003	2,54545	,9691	4,1218

محور 02: المنافسة الرياضية

**Statistiques sur échantillon unique**

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	22	23,0909	3,29370	,70222

**Test sur échantillon unique**

	Valeur du test = 20					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
VAR00001	4,402	21	,000	3,09091	1,6306	4,5513

محور 03: واجبات و أحمال التدريب

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	22	21,7273	3,20983	,68434

**Test sur échantillon unique**

	Valeur du test = 18					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
VAR00001	5,447	21	,000	3,72727	2,3041	5,1504

محور 04: الدراسة وإدارة الوقت ومتطلبات الحياة الأخرى

**Statistiques sur échantillon unique**

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	22	21,2727	2,91436	,62134

Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 18					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
VAR00001	5,267	21	,000	3,27273	1,9806	4,5649

محور 05 " الجهاز الفني والإداري و الجمهور

Statistiques sur échantillon unique

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard moyenne
VAR00001	22	33,8182	3,80021	,81021

Test sur échantillon unique

	Valeur du test = 30					
	t	ddl	Sig. (bilatérale)	Différence moyenne	Intervalle de confiance 95% de la différence	
					Inférieure	Supérieure
VAR00001	4,713	21	,000	3,81818	2,1333	5,5031