**الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب قلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى**

**إعداد**

**الدكتور\قيس محمود نعيرات الدكتور\محمود حسني الأطرش**

**الملخص :**

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى ، وتكونت عينة الدراسة من (27) لاعب ولاعبة ،

ومن اهم النتائج التي توصل اليها الباحثان ان مجال الضغوط الأسرية احتل المرتبة الأولى بنسبة ( 79.26%) فيما احتلت الضغوط الشخصية المرتبة الثانية بنسبة (78.64%) بينما احتلت الضغوط الاجتماعية المرتبة الثالثة بنسبة بلغت (76.296%) وضغوطات المنافسة (73.602%) وفي المرتبة الأخيرة كانت ضغوطات بيئة التدريب، ومن أهم التوصيات التي يوصى بها الباحثان ضروري توفير الدعم المادي والمعنوي للمعاق بالإضافة إلى ضرورة خلق جو أسري يسوده الاحترام يعزز من مكانة وخصوصية المعاق .

**المقدمة ومشكلة البحث :**

إن رياضة العاب القوى من الرياضات التي يحتاج فيها اللاعب إلى حالة تدريبية وإعدادية وحالة نفسية جيدة في مواجهة المنافسة الرياضية, الأمر الذي يجعل الاهتمام بإعداد اللاعب من الناحية النفسية جانب كبير من الأهمية, كما أصبحت رياضة العاب القوى ذات سمة كفاحية تثير التهيج النفسي المستمر والذي يسبب الزيادة فيه اضطرابا وخللا في التوجيه الصحيح. وهذا ما نراه خلال المنافسة حيث يبذل اللاعب جهد بدني وعصبي وما يرافق ذلك من انفعالات مختلفة بسبب الضغوط النفسية الواقعة عليه من جراء حساسية اللعبة, فإن مجابهة كل تلك العوامل والتغلب عليها وإحراز الفوز يتطلب إعداد اللاعب إعداداً نفسياً متكاملاً , فللإعداد النفسي دور مهم في تحقيق النتائج المرضية . ) الزين، 2011) .

**كلية التربية الرياضية كلية التربية الرياضية**

**جامعة النجاح الوطنية جامعة النجاح الوطنية**

واالضغوط النفسية هي أحد مظاهر الانفعالات النفسية, الذي قد يؤدي باللاعب إلى اختلال في توافقه العصبي العضلي مما يؤثر بدرجة ملحوظة على مستوى أدائه المهاري أثناء المنافسة الرياضية وعند المباريات مما يشكل موقع تهديد لمكانة اللاعب.

والقلق الرياضي هو احد المتغيرات النفسية المهمة التي ينبغي المحافظة على استقراره ومحاولة استثماره كدافع ايجابي لتحقيق أفضل النتائج الرياضية "إن القلق هو توجس يصاحبه تهديد لبعض القيم التي يتمسك بها الفرد ويعتقد أنها أساسية لوجوده . (علاوي ،1992)

هذا، وقد كشفت نتائج العديد من الدراسات والأبحاث العلمية من دراسة : الخزرجي (2000)، أبو عبيد (2003)، الصمادي (2003)، أوتيس (oates, 2004)، الى ممارسة النشاط الرياضي يساعدهم في ارتقاء اللاعبين المعاقين بتقدير الذات ومفهوم الذات لديهم، وكذلك تساعدهم في بناء الشخصية السوية للأفراد من الناحية النفسية والاجتماعية .

**و**لا تخلو حياة أي فرد من القلق طالما هناك طموح وأمال كبيرة بحاجه إلى تحقيق وللقلق أعراض عدة من أهمها شرود الذهن وفقدان الشهية للطعام وضعف القدرة على التركيز والانتباه وسرعة النبض واضطراب التنفس وعدم الارتياح وغيرها .

ومن خلال خبرة الباحثان كونهم مدرسين وجدا أن مشكلة البحث تكمن بصورة أساسية في القلق والضغط النفسي الذي يؤثر على الفرد الرياضي بالتالي يكون تأثيره على مستوى الأداء والإنجاز، وتكمن المشكلة بأن الباحثان لاحظا عدم انتباه المدربين للضغوط النفسية لدى اللاعبين قبل المنافسة وخلالها وعدم امتلاك المعرفة العلمية لتوظيف حالات القلق بما يؤثر على أداء اللاعبين ونتائجهم وانجاز الفريق ككل لذا ارتأى الباحثان دراسة هذه الحالة لمعرفة الضغوطات النفسية التي يتعرض لها اللاعبون قبل الاشتراك في منافسات العاب القوى .

**أهمية البحث :**

**تكمن أهمية البحث في النقاط الآتية:**

1. تعد هذه الدراسة الدراسة الأولى بفلسطين على حد علم الباحثان والتي تتناول الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى .
2. فتح المجال أمام المدربين للتعرف على الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه اللاعبين قبل المنافسة .
3. قلة الدراسات السابقة التي تتناول موضوع الضغوط النفسية والاجتماعية لدى اللاعبين ذوى الاعاقة .
4. اهمية وجود هذه الفئة في البيئة الطبيعية والاستفادة منها مما يقلل من النتائج المترتبة على اعاقتهم ويحسن مهاراتهم التواصلية مع البيئة المحيطة وخصوصاً الملعب .

**تساؤلات البحث :**

**أجاب البحث عن التساؤلات الآتية :**

1. ما مستوى الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب قلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى ؟
2. ما مستوى الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب قلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى تبعاً للمتغيرات الاتية (الجنس، الخبرة، مكان السكن) ؟

**مصطلحات البحث:**

* **الضغوط النفسية :** الصعوبات التي تواجه اللاعب، وتستلزم منه مطالب قد تكون هذه المطالب تفوق قدراته وإمكاناته ، مما يؤدي إلى وقوعه تحت الضغط النفسي، وتنحصر مصادر الضغط النفسي في الإحباط والصراع والضغوط الاجتماعية.(علاوي، 1999)
* **الإعاقة**: عدم تمكن الفرد من الحصول على الاكتفاء الذاتي وجعله في حاجة مستمرة إلى إعانة الآخرين وبالتالي الى تربية خاصة تغلبه على إعاقته . (الصامدي، 2007)
* **الشخص المعاق**: هو الشخص العاجزا كلياً أو جزئياً عن ضمان حياة شخصية واجتماعية أو طبيعية نتيجة نقص خلقي وغير خلقي في قدراته الجسمية أو الفكرية.(عبيد، 2012)

**مجالات البحث :**

- **المجال البشري**:- لاعبي منتخب العاب القوى الفلسطيني لذوي الاحتياجات الخاصة .

- **المجال المكاني**:- الأندية الخاصة بذوي الإعاقة .

- **المجال الرماني**:- قام الباحثان بتوزيع أداة الدراسة في الفترة الزمنية من 21/11 واسترجاعها في 12/12 /2016 .

**اجراءات البحث**

**منهج البحث :**

قام الباحثان باستخدام المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة البحث .

 **مجتمع البحث :**

يتكون مجتمع البحث من 50 لاعب ولاعبة يمثلون منتخب فلسطين في رياضة العاب القوى وهم مقسمون على كافة الألعاب في رساضة العاب القوى .

**عينة البحث:**

بلغ حجم عينة البحث (27) لاعب ولاعبة من لاعبي منتخب العاب القوى الفلسطيني لذوي الإعاقة، حيث راع الباحثان عند اختيار العينة التوزيع حسب الجنس , مكان السكن، الخبرة في اللعب بحيث كانت موزعة على كافة الفئات وتحقق الهدف بحيث تم اختيار العينة باستخدام أسلوب العينة المقصودة .

 **والجدول التالي يصف عينة البحث بناء على متغيراتها المستقلة**

**جدول رقم(1) توزيع عينة البحث بناء على متغيراتها الأساسية**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| المتغير | الفئة | التكرار  | النسبة المئوية  |
| الجنس | ذكر | 17 | 63 |
| أنثى | 10 | 37 |
| المجموع | 27 | 100 |
| مكان السكن | مدينة | 17 | 63 |
| قرية | 5 | 18.5 |
| مخيم | 5 | 18.5 |
| المجموع | 27 | 100 |
| الخبرة في اللعب | اقل من 3 سنوات | 8 | 29.6 |
| من 3-5 سنوات | 8 | 29.6 |
| أكثر من 5 سنوات | 11 | 40.7 |
| المجموع | 27 | 100 |

**صدق الاداة:**

1. **صدق المحكمين** : حيث تم عرض الاستبانة على عدد من المحكمين واتفق المحكمون على فقرات الأداة وتناسب الفقرات مع كل عامل من عوامل الضغط النفسي (مجالات الدراسة) والملحق رقم (1) يوضح ذلك .
2. **صدق الاتساق الداخلي** : حيث تم حساب معامل سيبرمان للارتباط بين مجالات الدراسة والمجال الكلي ونتائج جدول (2) توضح ذلك

جدول(2) معامل ارتباط كل عامل من عوامل المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| الرقم | العوامل | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
| 1 | الضغوط الأسرية | 0.603 | 0.001 |
| 2 | الضغوط الشخصية | 0.815 | 0.000 |
| 3 | الضغوط الاجتماعية | 0.597 | 0.001 |
| 4 | ضغوطات بيئة التدريب | 0.699 | 0.000 |
| 5 | ضغوطات المنافسة | 0.466 | 0.014 |

توضح نتائج جدول رقم (2) أن جميع عوامل المقياس ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطا ذو دلالة احصائية عند مستوى دلالة α = 0.01 لكل من عوامل الضغوطات النفسية والشخصية والاجتماعية وضغوطات بيئة التدريب بينما كان الارتباط ذو دلالة إحصائية على مستوى دلالة α = 0.05 لعامل ضغوطات المنافسة وهذا يؤكد ان المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

**ثبات المقياس:**

**معامل ثبات الاستبانة:**

يعرف الثبات بأنه الدقة في تقدير العلامة الحقيقية للفرد على السمة التي يقيسها الاختبار وثبات أداة الدراسة التي استخدمها الباحثان هي حساب معامل الثبات باستخدام معادلة كرونباخ ألفا فكان 0.783على جميع فقرات الاستبانة مما يشير بان المقياس يتمتع بمعامل ثبات عال حيث يمكن الاعتماد عليه كمقياس للتعرف على الضغوط النفسية لدى لاعبي منتخب فلسطين لذوي الاحتياجات الخاصة قبل الاشتراك في منافسات العاب القوى. (سلم الاجابة مع النسب المئوية ) .

**عرض نتائج البحث ومناقشتها :**

**النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول:** **ما مستوى الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب قلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى** ؟

للإجابة عن هذا السؤال قام الباحثان بحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية لكل مجال من عوامل المقياس والجدول التالي يوضح ذلك .

جدول رقم(3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والأوزان النسبية والترتيب لكل عامل من مجالات المقياس (ن=27)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| الرقم | المجال | عدد الفقرات  | المتوسطات | الانحراف المعياري | النسبة المئوية | الترتيب |
| 1 | الضغوطات الأسرية | 7 | 3.9630 | .34448 | 79.26 | 1 |
| 2 | الضغوطات الشخصية | 6 | 3.9321 | .49841 | 78.642 | 2 |
| 3 | الضغوطات الاجتماعية | 6 | 3.8148 | .32467 | 76.296 | 3 |
| 4 | ضغوطات بيئة التدريب | 7 | 3.5291 | .21994 | 70.582 | 5 |
| 5 | ضغوطات المنافسة | 7 | 3.6614 | .35471 | 73.228 | 4 |
| 6 | الدرجة الكلية | 33 | 3.7801 | .24565 | 75.602 |  |

تشير نتائج جدول رقم (3) أن الضغوطات الأسرية احتلت المرتلة الأولى بوزن نسبي 79.26% فيما احتلت الضغوطات الشخصية المرتبة الثانية بوزن نسبي 78.64%، بينما احتلت الضغوطات الاجتماعية المرتبة الثالثة بوزن نسبي 76.296% والضغوطات المنافسة احتلت المرتبة الرابعة بوزن نسبي 73.602% وفي المرتبة الأخيرة كانت ضغوطات بيئة التدريب.

ويعزو الباحثان ذلك إلى أن الضغوط الأسرية تؤثر على ممارسة النشاط الرياضي لذوي الإعاقة وذلك بسبب الشعور ذوي الإعاقة بأنهم عالة في الأسرة بالإضافة إلى الشعور الذي يتولد عنهم بان أفراد الأسرة لا يحترمونهم، وكذلك شعورهم بالخوف والحرج ونقص المكانة والاحترام، والعزوف عن المشاركة في المناسبات الاجتماعية بسبب عدم توفر المال اللازم لذلك وأيضا بسبب عدم القدرة على التوفيق بين الأعمال وبين العلاقات الاجتماعية وعدم القدرة بالاحتفاظ بالأصدقاء .

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من الخزرجي (2000)، الصمادي (2003)، (behr & menotti, 2000)، الى أن الضغوط الأسرية تلعب دوراً هاماً في حياتهم، وفهي وسيلة لتحقيق الاتزان الانفعالي والوجداني للطالب المعاق وما من شأنه أن يحقق له الرضا عن الذات والثقة بالنفس، وبالتالي يؤثر على حالته الانفعالية وسلوكه الاجتماعي، وبالتالي لديهم صورة ايجابية نحو الآخرين وأكثر اجتماعية وأكثر ذكاء، وأكثر قدرة على تحمل المسؤولية .

كما ورد علاوي (1998) نقلاً عن (helms & turners) أوضحاً بأن شعور الفرد نحو جسمه يرتبط بثقته في نفسه وفي طريقة تعامله مع البيئة المحيطة به ومن ناحية آخرى فإن الأفراد لديهم اتجاهات أو تطورات ايجابية نحو أجسامهم يتمتعون بدرجة عالية مرتفعة من الناحية النفسية والاجتماعية .

أختلفت هذه النتيجة مع دراسة (Teri, 2000) التي بينت أن الإعاقة ارتبطت سلبياً بتقدير الذات، مما يؤثر على كفاءته الاجتماعية وذلك قد يعيق تفاعلاته الاجتماعية وعدم الاختلاط مع الآخرين والأنسحاب من الحياة الاجتماعية .

**النتائج المتعلقة بالتساؤل الثاني:** ما مستوى الضغوط النفسية والاجتماعية التي تواجه لاعبي منتخب قلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى تبعاً للمتغيرات الآتية (الجنس، الخبرة، مكان السكن)؟

**اولا: متغير الجنس:**

من اجل اختبار هذه التساؤل تم استخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة لمعرفة الضغوط النفسية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الاعاقة في رياضة العاب القوى تعزى لمتغير الجنس.

جدول رقم (4)

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| المجال  | ذكور العدد( 17)  | إناث العدد(10 ) | ت- المحسوبة | مستوى الدلالة المحسوب |
| الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري |
| الضغوط الأسرية | 3.9748 | .30820 | 3.9429 | .41622 | .228 | .821 |
| الضغوط الشخصية | 3.7843 | .44785 | 4.1833 | .49969 | -2.143 | .042 |
| الضغوط الاجتماعية | 3.9118 | .26430 | 3.6500 | .36388 | 2.161 | .040 |
| ضغوطات بيئة التدريب | 3.5882 | .18128 | 3.4286 | .25198 | 1.912 | .067 |
| ضغوطات المنافسة | 3.5798 | .39920 | 3.8000 | .21508 | -1.604 | .121 |
| الدرجة الكلية | 3.7678 | .23566 | 3.8010 | .27355 | -.333 | .742 |

يتضح من خلال نتائج جدول (4) أنه لا يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في وجهات نظر المبحوثين حول الضغوط النفسية والاجتماعيةالتي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الإعاقة في رياضة العاب القوى تعزى لمتغير الجنس.

ويعزو الباحثان ذلك الى تأثير اللاعب واللاعبة بنفس الدرجة اي وجود مشاعر إيجابية نحو الذات حيث يشعر الطلبة بأهمية نفسه واحترامة لها، وأنه متقبل من الآخرين، ويثق في نفسه وفي الآخرين، ويشعر بالكفاءة فلا ييأس أو ينسحب عن الفشل، ويميل الأفراد ذوو التقدير المرتفع للذات إلى أن يكونوا واثقثين من أنفسهم ومتحملين للمسؤولية ومتفهمين ومتفائلين بما سوف تأتي يه الحياة، وعلى هذا فإن الحالة الاجتماعية والنفسية هى أحد المفاهيم الأساسية للتوافق في متخلف مجالات الحياة .

**ثانياً: متغير مكان السكن**

 للإجابة عن هذه التساؤل تم استخدام تحليل التباين الأحادي ونتائج الجدول التالي توضح ذلك

جدول رقم (5) نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الاحتياجات الخاصة قبل الاشتراك في منافسات العاب القوى تعزى مكان السكن

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرالمجالات | مصدر التباين | درجات الحرية | مجموع مربعات الانحرافات | متوسط الانحرافات | ف – المحسوبة  | مستوى الدلالة المحسوب |
| **الضغوطات الاسرية** |  بين المجموعات | 2 | .287 | .143 | 1.230 | .310 |
| داخل المجموعات | 24 | 2.799 | .117 |
| المجموع | 26 | 3.085 |  |
| **الضغوطات الشخصية** |  بين المجموعات | 2 | .207 | .104 | .398 | .676 |
| داخل المجموعات | 24 | 6.252 | .260 |
| المجموع | 26 | 6.459 |  |
| **الضغوطات الاجتماعية** |  بين المجموعات | 2 | .469 | .235 | 2.481 | .105 |
| داخل المجموعات | 24 | 2.271 | .095 |
| المجموع | 26 | 2.741 |  |
| **ضغوطات بيئة التدريب** |  بين المجموعات | 2 | .015 | .007 | .140 | .870 |
| داخل المجموعات | 24 | 1.243 | .052 |
| المجموع | 26 | 1.258 |  |
| **ضغوطات المنافسة** |  بين المجموعات | 2 | .017 | .009 | .063 | .939 |
| داخل المجموعات | 24 | 3.254 | .136 |
| المجموع | 26 | 3.271 |  |
| **المجال الكلي** |  بين المجموعات | 2 | .090 | .045 | .734 | .491 |
| داخل المجموعات | 24 | 1.479 | .062 |
| المجموع | 26 | 1.569 |  |

يتضح من خلال جدول رقم (5) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة∝) = 0.05) في للضغوط النفسية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الإعاقة قبل الاشتراك في منافسات العاب القوى تعزى مكان السكن على كافة مجالات الدراسة وكذلك على المجال الكلي تبعا لمتغير مكان السكن حيث بلغ مستوى الدلالة المحسوب على كافة هذه المجالات أعلى من مستوى الدلالة المحدد بالفرضية 0.05. أي أن وجهات نظر المبحوثين لا تختلف باختلاف مكان السكن ويعزو الباحثان ذلك إلى أن اللاعبين يواجهون ضغوط نفسية متشابهة ، سواء كانوا من المدينة أو المخيم أو القرية فهم يتعرضون الى نفس الضغوط ، و هناك أهمال لهذه الفئة من ذوى الاحتياجات الخاصة بل العكس هناك أهتمام خاص بهم وتيسير الأنشطة الرياضية بما يتناسب مع اللاعبين المعاقين .

**ثالثا: متغير الخبرة في اللعب**

 للإجابة على هذا التساؤل تم استخدام تحليل التباين الأحادي ونتائج الجدول التالي توضح ذلك

جدول رقم (6) نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية للضغوط النفسية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الإعاقة قبل الاشتراك في منافسات العاب القوى تعزى للخبرة في اللعب

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرالمجالات | مصدر التباين | درجات الحرية | مجموع مربعات الانحرافات | متوسط الانحرافات | ف – المحسوبة  | مستوى الدلالة المحسوب |
| **الضغوطات الاسرية** |  بين المجموعات | 2 | .304 | .152 | 1.311 | .288 |
| داخل المجموعات | 24 | 2.782 | .116 |
| المجموع | 26 | 3.085 |  |
| **الضغوطات الشخصية** |  بين المجموعات | 2 | .129 | .064 | .245 | .785 |
| داخل المجموعات | 24 | 6.330 | .264 |
| المجموع | 26 | 6.459 |  |
| **الضغوطات الاجتماعية** |  بين المجموعات | 2 | .129 | .065 | .594 | .560 |
| داخل المجموعات | 24 | 2.611 | .109 |
| المجموع | 26 | 2.741 |  |
| **ضغوطات بيئة التدريب** |  بين المجموعات | 2 | .092 | .046 | .944 | .403 |
| داخل المجموعات | 24 | 1.166 | .049 |
| المجموع | 26 | 1.258 |  |
| **ضغوطات المنافسة** |  بين المجموعات | 2 | .184 | .092 | .714 | .500 |
| داخل المجموعات | 24 | 3.088 | .129 |
| المجموع | 26 | 3.271 |  |
| **المجال الكلي** |  بين المجموعات | 2 | .076 | .038 | .612 | .550 |
| داخل المجموعات | 24 | 1.493 | .062 |
| المجموع | 26 | 1.569 |  |

يتضح من خلال جدول رقم (6) أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة∝) = 0.05) في الضغوط النفسية التي تواجه لاعبي منتخب فلسطين لذوي الاحتياجات الخاصة قبل الاشتراك في منافسات العاب القوى تعزى مكان السكن على كافة مجالات الدراسة وكذلك على المجال الكلي تبعا لمتغير الخبرة في اللعب حيث بلغ مستوى الدلالة المحسوب على كافة هذه المجالات والمجال الكلي أعلى من مستوى الدلالة المحدد بالفرضية 0.05. أي ان وجهات نظر المبحوثين لا تختلف باختلاف عدد سنوات الخبرة في مجال اللعب ويعزو الباحثان ذلك أن جميع اللاعبين يتعرضون لنفس المواقف ونفس الضغوط في المنافسة ، وكذلك سبب عدم وجود الفروق إلى أن نتائج الضغوط النفسية التي تم الحصول عليها من إجراء التجربة الرئيسة والتي تم ملاحظتها من خلال الأوساط الحسابية بأن اللاعبين في هذه الأندية يتعرضوا إلى الضغوط النفسية وأن خبرة اللاعبين هي متساوية من حيث التعرض إلى الضغوط النفسية ويأتي هذه النتيجة أيضاً بأن لاعبي هذه الأندية يمتلكون الخبرة الجيدة والتغلب على الضغوط في أثناء التدريب والمنافسة ومستوى هؤلاء اللاعبين وأنديتهم متقاربة جداً.

إذ يشير (محمود، 2002) إلى أنه "المدربين يعتمدون غالباً على اسلوب المواجهة والتحدي للفرق المنافسة كاسلوب اساسي من اساليب التعامل مع الضغوط ايماناً منهم بان المبدأ الأساسي في تحقيق افضل النتائج والتي تتفق مع الاهداف الاجتماعية للرياضة تكمن في مواجهة الضغط النفسي ومقاومته وتحديه والتغلب عليه من خلال الارتفاع بمستوى القدرة على التكيف وطبقاً لوجهة نظر سلي (Seyle) فان الفرد يمكن ان يقبل او يرفض من بيئته وفقاً لمستويات معينة من الضغوط والتي ستحقق في النهاية تكيف مستمر ومفيد من قبل الفرد ليصبح قادراً للتعامل مع الضغط النفسي".

إذ تشير(الغريري، 2005) إلى أن الحالة النفسية الجيدة التي يتميز بها اللاعب تجعله أكثر قدرة في تحويل الأفكار السلبية إلى افكار إيجابية فهو يتذكر الأحداث والإنفعالات السارة التي مرت عليه في أثناء نجاحه في عمل ما والتي تؤثر على سلوكه التنافسي بشكل إيجابي وبالعكس فالحالة النفسية السيئة تذكره بالأحداث والإنفعالت السلبية والفاشلة التي مر بها وعندها ستؤثر على سلوكه التنافسي بشكل سلبي.

وتختلف هذه النتيجة هذه الدراسة مع دراسة (Dopoux, 2007)، (Smith, 2001) والتي أشارت الى وجود فروق دات دلالة احصائية بين اتجاهات المعلمين والمعلمات تعزى لمتغير سنوات الخبرة نحو دمج الطلاب ذوي الاحتياجات الخاصة مع الطلبة العاديين .

**الأستنتاجات:**

**بناءاً على نتائج البحث قام الباحثان بالاستنتاجات الآتية :**

- أظهر البحث أن جميع أنواع الضغوط كانت بدرجة فوق المتوسط وكانت تتباين نسبياً .

- أظهر البحث أن تأثير الضغوطات الاجتماعية والاقتصادية والشخصية تؤثر على اللاعب وتسبب قلقاً أكبر من ضغوط المنافسة وضغوط بيئة التدريب .

- وجود اختلاف بين الذكور والإناث في الضغوطات الشخصية لصالح الإناث بينما في الضغوطات الاجتماعية كانت لصالح الذكور .

**التوصيات :**

 **بناءاً على نتائج البحث يوصي الباحثان بالنقاط الآتية :**

1-ضرورة أن توفر الأسرة الدعم المعنوي نحو مشاركة أبنائهم نحو النشاط الرياضي .

2- يجب على الأسرة خلق جو يسوده الاحترام للمعاق وتعزيز الدور والمكانة واحترام الخصوصية.

3- ضرورة توفير مصدر دخل يعيل المعاق ويحسن من الحالة الاقتصادية .

4- ضرورة أن يقوم الجهاز الفني بتقدير الدعم النفسي الكافي .

**المراجع العربية:**

1. الصامدي، علي محمد.(2007). إتجاهات المعلمين حول دمج الطلبة المعاقين في الصفوف الأولى مع الطلبة العاديين في محافظة عرعر، **بحث منشور، مجلة جامعة العلوم** **الإنسا**نية، غزة.
2. الروسان، فاروق.(1998). قضايا ومشكلات في التربية الخاصة، ط(1)، دار الفكر، عمان، الأردن.
3. عبيد، ماجدة السيد .(2012). مقدمة في إرشاد اسر ذوي الاحتياجات الخاصة وأسرهم، الطبعة الأولى، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
4. عمايرة، أحمد نايل .(2003). اتجاهات طلبة كلية التربية الرياضية بجامعة اليرموك نحو دمج التلاميذ المعاقين في دروس التربية الرياضية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة اليرموك، الأردن .
5. علاوي محمد ،(1999) . المدخل الى علم النفس الرياضي ،مركز الكتاب للنشر،القاهرة .
6. علاوي محمد ، (1992) . موسوعة الاختبارات النفسية للرياضين ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة .

**المراجع الاجنبية:**

1. -Taylor, M.J., Baskett, M., Duffy, S.,& wern, c. (2008). Teaching H.E students with Emotional and Behavioural Difficulties, Education & Training, 50 (3) : 231- 243.
2. Reaser, A., Prevatt, F., petscher, y., & proctor, B. (2007). The Learning And Study Strategies of college Students with ADHD, Psychology in the schools, Publish ed On line in wiley Inter Science ( WWW. Interscierscience. Wiley. Com ).
3. Hodges., J. & keller, J. (1999). Visually Impaired students perceptions of their social integration In college, Journal of visual Impairment and Blindness, 93: 153 – 165