

الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى بعض رؤساء الأندية الرياضية العراقية

أ. م . د كامل عبود حسين kamil_abood@yahoo.com

م . د محمد فاضل مصلح mohamedfathel@yahoo.com

جامعة ديالى – كلية التربية الرياضية

تاريخ الاستلام:

الكلمات المفتاحية : الضغوط النفسية، اتخاذ القرار، الأندية الرياضية

ملخص البحث

الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى بعض رؤساء الأندية الرياضية العراقية تضمن البحث خمسة أبواب ، إذ احتوى الباب الأول على التعريف بالبحث الذي يتضمن مقدمة البحث وأهميته و ثم التطرق فيها إلى الضغوط النفسية وعلاقتها بالإدارة الرياضية لدى رؤساء الأندية الرياضية في العراق . وكذلك إلى مشكلة البحث. أما الباب الثاني فتم التطرق إلى الدراسات النظرية والمشابهة إذ تم التطرق إلى مفهوم الضغوط النفسية وكذلك إلى الإدارة الرياضية واتخاذ القرار وأنواع الإدارة. أما الباب الثالث فتضمن منهج البحث وإجراءاته الميدانية إذا استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح لملائمته في حل مشكلة البحث. وكان مجتمع قد تضمن (١٢٣) نادياً يمثلون مجتمع البحث بأكمله أما عينة البحث فكانت (٧٠) فرداً يمثلون نسبة (٧٥%) من مجتمع البحث الكلي وهم رؤساء الأندية الرياضية في العراق. وتضمن الباب الرابع عرض وتحليل ومناقشة نتائج الاختبارات الخاصة بالبحث وقد عزز الباب الرابع بالجدول وتم مناقشة أهم النتائج التي توصل إليها الباحثان. أما الباب الخامس فتضمن الاستنتاجات والتوصيات إذ استنتج الباحثان بأن هناك ارتباط معنوي بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار أي ان الضغوط النفسية كان تأثيرها معنوياً على اتخاذ القرار لدى رؤساء الأندية الرياضية في العراق. وقد أوصى الباحثان بضرورة مراعاة الجانب النفسي للإداريين والاستعانة بذوي الخبرة والاختصاص للعمل في الهيئات الإدارية للأندية الرياضية.

***The Psychological Pressures in Making Decision by the Presidents
of Some Athletic Iraqi Clubs.***

Dr. Mohammed Fadhil Mosleh

Dr. Kamil Abod Hussin

Abstract

The present research aims to study the relation between the psychological pressures in making decision by the presidents of some athletic Iraqi clubs.

The research includes five chapters :the first chapter includes the introduction which states the importance of research , the psychological pressures and its relation to the athletic administration of presidents' clubs in Iraq and the problem of research .The second chapter states the survey of similar theoretical studies, the concepts of psychological pressures ,athletic administrations , making the decision and the types of administrations . while the third chapter shows the methods of research (The researchers use the descriptive methods as its suitable in solving the problem . The society of research includes 123clubs ,while the sample of research is 70 persons who present (57%) of the total research society . The four chapter displays argument ,the analysis, tables . The final chapter includes the results and recommendations

١ - المقدمة:

منذ أن وطئت قدم الانسان على هذه الارض ، كانت حياته تتميز بالبساطة حسب طبيعة وحجم مقدراته اليومية التي تتطلب منه العمل للحصول على قوت يومه الذي يضمن له العيش دون اي ضغوط أخره. وما ان تقدمت الحياة وزادة تعقيدها على الفرد من خلال ارتباطه الاسري او الوظيفي او القبلي والاجتماعي بالإضافة الى متطلبات الحياة العصرية، اوجب على الانسان مواجهة كل هذه العوامل حتى يستطيع من خلالها مواكبة الحياة ، والتي تنعكس هذه الاعباء على تصرفات الانسان وهي تختلف من شخص الى اخر حسب وضعه الثقافي والاجتماعي والمالي والوظيفي وخبرته فهي تزداد وتقل حسب تلك المعطيات وقد اطلق العلماء على هذه الاعباء مصطلح الضغوط النفسية وذلك لارتباطها الوثيق بالجانب النفسي والذي يؤثر سلباً او ايجاباً حسب نوع المؤثر.

والضغط النفسي هو عاملاً سيكولوجياً يؤثر على الانسان من الناحيتين الجسمية والنفسية والذي ينعكس على تصرفاته حسب نوع وشدة المؤثر على القيام بواجباته على اتم وجه. كذلك يؤدي الضغط النفسي الى الانعزالية عن الحياة والبعد عن الواقع ، بل يذهب الى ابعاد من ذلك فيجعل صاحبه يسبح في عالم الخيال، فيطرب عنده منهج التفكير والتحليل ، كذلك تؤثر الضغوط النفسية على صاحب القرار ليس على مستوى الاسرة او العلاقات الاجتماعية بل يزداد تأثيرها لدى اصحاب الدرجات الوظيفية، لذا نجد ان العلاقة بين الضغوط النفسية وعلاقتها على اتخاذ القرارات هي علاقة طردية تزداد كلما زادت علاقته الوظيفية والاجتماعية فهي تؤثر عالية عند اتخاذه للقرار. ولكن هذه العلاقة يتحدد حجمها وتأثيرها حسب نوع وشدة المؤثر من الناحية النفسية من جهة ودرجة ثقافة وخبرة صاحب القرار من جهة اخرة. لذا نرى اصحاب القرارات التي لا يمتلك اصحابها خلفية علمية وثقافية واجتماعية تؤهله على اصدار القرار تكون قراراته غير دقيقة ويزداد هذا التأثير كلما زادت الضغوط النفسية على اصحاب الدرجات الوظيفية العليا ، في حين نجد ان هذا التأثير متفاوت نوعاً ما لدى اصحاب القرار الذين لديهم خلفية علمية وثقافية وخاصة لدى اصحاب الدرجات الخاصة الذين تم اختيارهم وفق اسس علمي. ومن هنا تكمن اهمية البحث.

وتعد الضغوط النفسية واحدة من اهم العوامل الرئيسية التي تؤثر في العمل الاداري، وينعكس هذا التأثير على عملية اتخاذ القرار ويختلف هذا التأثير من شخص الى اخر حسب الخبر في العمل الاداري ودرجة ونوع الوظيفة التي يمارسها هذا من جهة ومن جهة اخرة ظهور قيادات فنية ليس لها باع طويل في العمل الاداري، ونتيجة طبيعية لهذه العوامل ظهرت العديد من هذه الافرازات في العمل الاداري التي تنعكس على اصحاب القرار في المؤسسات الرياضية وهي

واحدة من المؤسسات التي افرزت هذه الظاهرة ، ومن خلال خبرة الباحثان المتواضعة لاحظ ان مشكلة البحث قد تبلورت في نوع العلاقة بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار لدى بعض رؤساء الاندية الذين لا يمتلكون الخبرة الكافية في العمل الاداري الرياضي. ومن هنا جاءت مشكلة البحث في وضع الحلول المناسبة لها واطهار مدى علاقة الارتباط بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار لدى رؤساء بعض الاندية الرياضية.

وهدف البحث تعرف الضغوط النفسية لبعض رؤساء الاندية الرياضية العراقية، وكذلك علاقتها باتخاذ.

وتعرف الضغوط النفسية بانها عدم التوازن الواضح بين المتطلبات البدنية والنفسية والمقدرة على الاستجابة تحت ظروف عندما يكون الفشل في الاستجابة لتلك المتطلبات يمثل نتائج هامة (محمد شحاته: ١٩٩٤: ١٧).

أما القرار هو الذي يتخذه فرد ما يشغل وظيفة ادارية في مستوى اداري يستمد منه سلطة اتخاذ القرارات في نطاق ممارسة العملية الادارية في احدى المنظمات(جمال محمد محمد شحاته: .

٢- اجراءات البحث:

٢-١: منهج البحث:

إن طبيعة المشكلة المراد بحثها هي التي تحدد طبيعة المنهج ، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية بخطواته ، إذ يهدف البحث الوصفي إلى وصف ما هو كائن ، وتفسيره ، ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين الوقائع. كما يهتم ايضا بتحديد الممارسات الشائعة او السائدة و التعرف على المعتقدات و الاتجاهات عند الافراد و الجماعات ، وطرائقها في النمو و التطور (جابر: ١٩٩٤: ١٧) .

٢-٢ المجتمع وعينة البحث:

إن الأهداف التي يضعها الباحث لبحثه والإجراءات التي يستخدمها سوف تحدد طبيعة العينة المختارة. لذا فإن اختيار العينة يرتبط دائما بتمثيلها للمجتمع الأصلي وإمكانية تعميم نتائجها على المجموعة التي أخذت منها والجدول (١) يبين حجم العينات المستخدمة في البحث ، ويتمثل المجتمع الأصلي برؤساء بعض الاندية الرياضية العراقية والبالغ عددهم (١٢٣) رئيس نادي. اما عينة البحث تم اختيارها بالطريق العشوائية بطريقة القرعة من مجتمع البحث اذ بلغت (٨٢) رئيس نادي موزعين على عدد من المحافظات العراقية التي تمثل المنطقة الشمالية والمنطقة الوسطى والمنطقة الجنوبية حسب الجدول (١) :

جدول (١)

يبين النسبة المئوية لمجتمع الاصل وعين البحث والتجربة الرئيسية والاستطلاعية

ت	مجتمع البحث والقيمة المستخدمة بالبحث	العدد	النسبة المئوية
١	مجتمع الاصل رؤساء الاندية الرياضية العراقية	١٢٣	%١٠٠
٢	عينة البحث بعض رؤساء الاندية الرياضية العراقية	٨٢	%٦٦,٦
٣	التجربة الاستطلاعية	١٠	%١٢
٤	التجربة الرئيسية	٧٢	%٥٧

يتضح من الجدول (١) إن مجتمع الاصل (١٢٣) رئيس نادي ، إما عينة البحث هي (٨٢) رئيس نادي. اما التجربة الاستطلاعية فقد بلغت (١٠) رؤساء اندية لتصبح التجربة الرئيسية هي (٧٢) رئيس نادي موزعين على عدد من الاندية الرياضية العراقية .

٢-٣ وسائل جمع المعلومات :

اعتمد الباحثان في الحصول على البيانات المتعلقة بهذا البحث على مجموعة من الوسائل، وهي أدوات الباحث التي يستطيع بموجبها جمع البيانات وحل المشكلة لتحقيق أهداف البحث. وقد اعتمد الباحثان على مجموعة من الأدوات والوسائل والأجهزة للحصول على البيانات المتعلقة في بهذا الباحث وكما مبين أدناه.

- المقابلات الشخصية.
- المصادر العربية والأجنبية.
- الزيارات الميدانية.
- استمارة لجمع البيانات.
- تحليل المراجع و الدراسات السابقة .
- شبكة المعلومات الدولية (الانترنت) .
- مقياس الضغوط النفسية .
- مقياس اتخاذ القرار .
- حاسبة نوع (DELL)

٢-٤ خطوات إجراءات البحث الميدانية :

قام الباحثان بإجراء مسح ميداني على الدراسات السابقة والكتب والمراجع العلمية في الجامعات العراقية وشملت كذلك المكاتب والبحوث العلمية التي لها علاقة بنوع الدراسة الحالية في الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار. وهذا ما ساعد الباحثان على

الاستعانة بمقياس الضغوط النفسية ومقياس اتخاذ القرار. وقد أجرى الباحثان معاملات الصدق والثبات للمقياس من أجل الحصول على الاسس العلمية للمقياس . وكما يلي :

٢-٤-١ مقياس الضغوط النفسية .

أستخدم الباحثان مقياس الضغوط النفسية الذي قامت ببنائه (هدى جلال محمد : ٢٠٠٤) على اللاعبين المتقدمين في الالعاب الفرقية. الذي تم عرضه على مجموعة من الخبراء ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس الرياضي ملحق (١) وقد تم تحديد ملائمة هذا المقياس للدراسة الحالية. وقد تضمن المقياس استبيان يتكون من (٣٠) سؤال تتعلق بالضغوط النفسية لدى الفرد ملحق (٣) وتضمن المقياس على بدائل الاجابة وهي (دائماً _ احياناً _ ابدأ) . وتمثل مفتاح المقياس بإعطاء القيم (٣ ، ٢ ، ١) للبدائل في حالة الايجابية والقيم (١ _ ٢ _ ٣) في حالة السلبية وكانت اعلى درجة يحصل عليها المجيب هي (٩٠) درجة واقل درجة يحصل عليها المجيب (٣٠) وكلما ارتفعت الدرجة على المقياس دلت على ارتفاع الضغوط النفسية للفرد.

٢-٤-٢ مقياس اتخاذ القرار :

قام الباحثان باستخدام مقياس اتخاذ القرار الذي قام ببنائه (عز الدين محمد:٢٠٠٣) على الاتحادات الرياضية المصرية وقد جرى له صدق وثبات وقاما بعرضه على مجموعة من الخبراء من ذوي الاختصاص في مجال علم الإدارة والاختبار والمقياس ملحق (٢) ويتكون المقياس من استمارة استبيان تتكون من (٣٢) سؤال تتعلق باتخاذ القرار ملحق (٤). وكان مفتاح الاجابة ثلاثي هو (دائماً _ احياناً _ ابدأ) وكان تعطي للفقرات الايجابية (٣ ، ٢ ، ١) اما قيم الفقرات السلبية (١ ، ٢ ، ٣) وكانت اعلى درجة يحصل عليها المجيب هي (٩٦) واقل درجة يحصل عليها هي (٣٢) وكلما ارتفعت الدرجة على المقياس دلت على ارتفاع اتخاذ القرار. وكان عدد الفقرات الايجابية هي (١٧) فقرة وعدد الفقرات السلبية (١٥) فقرة.

٢-٥ التجربة الاستطلاعية:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ ١٣ / ٢ / ٢٠١٤ على عينة مكونة من (١٠) رؤساء اندية من عينة البحث وضمن مجتمع البحث. وكان الهدف منها هو :

١ - التأكد من وقت اجابة المفحوص والخاص بفقرات المقياسين.

٢ - التحقق من استيعاب المدراء لفقرات المقياس.

٣ - التأكد من المعلومات التي قد ترافق اجراء البحث.

٢-٦ صدق المقياسين:

يعكس هذا الصدق مدى انسجام فقرات المقياس مع موضوعه ومفاهيمه، أي مدى قياس الاستبيان لما وضع من اجله ويشير (ايبيل Abel) الى ان عرض الفقرات على مجموعة من المحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها تعد افضل طريقة في استخراج الصدق (Elbe:1972 : 556) . كما ويعد الاختبار صادقاً اذا تم عرضه على عدد من المختصين او الخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار وحكمه بأنه يقيس ما وضع لقياسه بكفاءة (نادر، هشام: ١٩٩٢: ١٨٤) .

وقد تم عرض الاستبيان على عدد من المختصين بعلم النفس الرياضي والإدارة الرياضية بصيغته الاصلية والمعدلة. وطلب منهم ابداء ارائهم وملاحظاتهم حول مدى صلاحية الفقرات له. بالإضافة او التعديل ما يروونه مناسباً وقد ابدى الخبراء ملاحظاتهم وأرائهم والتي اسفرت عن ملاحظات قيمة اقتضت الضرورة الى تعديل بعض الفقرات وحذف البعض الاخر. وقد اخذ الباحثان نسبة اتفاق الخبراء على ٧٥% من نسبة التعديل والحذف. اذ يشير (بلوم) على الباحث الحصول على نسبة اتفاق (٧٥%) من اراء المحكمين في قياس صدق الاختبار (بنيامين: ١٩٨٦: ١٢٦). لذا اصبح المقياس من الضغوط النفسية يتكون من (٣٠) فقرة بصيغته النهائية . اما مقياس اتخاذ القرار فأصبح يتكون من (٣٢) فقرة بصيغته النهائية ايضاً.

٢-٦-١ اثبات المقياسين:

يعرف معامل ثبات الاختبار بأنه عبارة عن وجود معامل ارتباط بين نتائج الاختبار اذا ما اعيد اكثر من مرة على العينة نفسها. او انة الاتساق في النتائج او الاستقرار في الاجابة على المقياس (عبد الجليل: ١٩٨١: ٣٠) . لذا تم الحصول على معامل ثبات الاختبار بطريقة التجزئة النصفية. ومن ثم اجراء معاملة سبيرمان براون التصحيحية للتحقق من الثبات ككل وكانت قيمة الثبات (٠,٨٥) وهي نسبة ثبات عالية يمكن الاستعانة بها.

٢-٧ التجربة الرئيسية:

اجريت التجربة بتاريخ ١٥ / ٢ / ولغاية ١٥ / ٣ / ٢٠١٤ وتم توزيع استمارات المقياسين على عينة البحث والبالغة (٧٢) رئيس نادي. اما عدد الاستمارات التي تم توزيعها (١٤٤) استمارة ضغوط النفسية واستمارة اتخاذ القرار بالتساوي ، اما عدد الاستمارات التي اهملت والتي لم ترد فكانت (٤) استمارات من المقياسين بالتساوي. لتصبح عدد الاستمارات الواردة (١٤٠) استمارة من المقياسين بالتساوي وكانت الاستمارات مكتملة الاجابة.

٢-٧ الوسائل الاحصائية: تم استخدام البرنامج الاحصائي (SPSS) في تحليل البيانات.

٣- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣-١ الوصف الاحصائي لمتغيرات البحث :

جدول (٢)

يبين الاوساط الحسابية والوسيط والانحرافات المعيارية لمتغيرات البحث

الانحراف المعياري	الوسيط	الوسط الحسابي	معامل الأوساط المتغيرات
٥,٤٩٣	٦٤,٠٠	٦٤,٦٩٤	الضغوط النفسية
٥,٤٧٨	٧٩,٠٠	٧٧,٧٥٥	اتخاذ القرار

يبين الجدول (٢) ان الوسط الحسابي للضغوط بلغ (٦٤,٦٩٤) في حين بلغ الوسط الحسابي لاتخاذ القرار (٧٧,٧٥٥) ، اما الوسيط للضغوط النفسية بلغ (٦٤,٠٠) في حين كان الوسيط لاتخاذ القرار (٧٩,٠٠) وبلغ الانحراف المعياري للضغوط النفسية (٥,٤٩٣) في حين بلغ الانحراف المعياري لاتخاذ القرار (٥,٤٦٨) . من الجدول السابق يتبين ان الوسط الحسابي لاتخاذ القرار كان اعلى من الضغوط النفسية وهذا يدل على ورؤساء الاندية عند اتخاذ القرار كان تأثير الضغوط النفسية عليهم بدرجة جيدة .

جدول رقم (٣)

يبين معامل الالتواء والتفطح والخطأ المعياري

المعالجات المتغيرات	معامل الالتواء	التفطح	الخطأ المعياري
الضغوط النفسية	٠,٢٩٨	١,٠٦٢	٠,٧٨٥
اتخاذ القرار	٠,٤٠٥	٠,٦٨٦	٠,٧٨١

من خلال النظر الى الجدول اعلاه وعرض المتغيرات والمعالجات الاحصائية تبين ان معامل الالتواء للضغوط النفسية واتخاذ القرار تراوحت بين (+١،-١) اذ نلاحظ ان اختبار الضغوط النفسية قد كان معامل الالتواء (٠,٢٩٨) . وهو ما يدل على ملائمة للعينة . كذلك الحال بالنسبة لاتخاذ القرار اذ بلغت معاملات الالتواء له (٠,٤٠٥) . اما التفطح للضغوط النفسية فبلغ (١,٠٦٢) واتخاذ القرار بلغ (٠,٦٨٦) . في حين بلغ الخطأ المعياري للضغوط النفسية (٠,٧٨٥) اما الخطأ المعياري لاتخاذ القرار فبلغ (٠,٧٨١) .

الجدول (٤)

يبين معاملات الارتباط بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار لدى أفراد عينة البحث

الارتباط	نسبة الخطاء	قيمة ر- الجدولية	قيمة ر-المتحسنة	معامل الارتباط المتغيرات
معنوي	٠،٠٠٤	٠،٢٨٨	٠،٧٦	الضغوط النفسية
				اتخاذ القرار

يبين الجدول (٤) ومن خلال معالجة الباحثان للبيانات عن طريقة استخدام قانون معامل الارتباط (بيرسون) . اذ تبين لنا ان معامل الارتباط بين المتغيرين الضغوط النفسية واتخاذ القرار بلغ (٠،٧٦) وهو اكبر من قيمة - ر - الجدولية البالغة (٠،٢٨٨) تحت درجة حرية (٧٠-٢) وعند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبنسبة خطأ (٠،٠٤) مما يدل على معنوي الاختبار .

٣-٢ المناقشة :

يعزو الباحثان هذا الارتباط الى ان رؤساء الاندية عند اتخاذ القرار كان تأثير الضغوط النفسية ايجابيا و كان الوسط الحسابي لاتخاذ القرار اكبر من الوسط الحسابي للضغوط النفسية . وهذا ان دل على شي يدل على ان اصحاب اتخاذ القرار في الهيئة الادارية للأندية ذو خبرة سابقة وان اصحاب اتخاذ القرار لديهم سعة صدر لسماع جميع الآراء من قبل اعضاء الهيئات الادارية الاخرى باعتبار الضغوط النفسية والأزمات النفسية من الموضوعات المؤثرة في كل المجتمعات التي يعيش بها الانسان وحالات الضغط النفسي التي يعيشها الفرد اصبحت من الكلمات المألوفة والشائعة في حياتنا نظراً لما يتعرف له الفرد من الضغوط الحياة المختلفة والممارسات التي تؤثر على كل فرد بصدق مختلفة سواء كان داخلياً في معاملته مع الاخرين او سلوكه اليومي لدى نرى ان الاداريين الذين يمتلكون قدرة على اتخاذ القرار سوف يكون لديهم دافع في سلوكهم العملي وبالتالي سوف تزداد قابليتهم على الاداء الامثل عند اداءهم للعمل المكلف به سواء كان ادارياً او غير ذلك . وفي هذا الجانب يشير (غازي صالح محمود واحمد عريبي عودة) لابد ان يتعامل الاداري مع الضغوط النفسية وإشكالاتها المختلفة بكل جدية واستطلاع الاساليب السلوكية العامة والمعرفية التي تأخذ جانباً معيناً من التوافق النسبي بين عملية اتخاذ القرار والضغوط . اذ تظهر هنا الوسائل المهمة التي لابد ان تتوفر للشخص في المواجهة والتحدي في عمليات اتخاذ القرار وبشكل تتصف بالعقلانية والهدوء من اجل تحديد الاجراءات المناسبة في اتخاذ القرار المناسب اذ يسايرون مجموعة الضغوط المختلفة بأسلوب استراتيجية في الحل المعتمد للمشكلة (غازي واحمد: ٢٩٤:٢٠١٢) . فالإداري أو رئيس النادي كلما كان هدناً تمكن من اتخاذ القرار الصحيح اثناء العمل والتصرف الصائب بعيداً عن الضغوط النفسية اذ لابد ان تكون الاحكام والقوانين والقرارات المتخذة والمتبعة في المجتمعات

الرياضية خالية من كل اساليب الانحياز والارتجال وخاصة في المؤسسات الرياضية والأندية حتى تصل الى الكادر المساعد لكي تساعد على تنفيذها بكل فناعة وثقة بالنفس والآخرين. وهذه محطة يحب ان يتوقف عندها كل العاملين في المجال الرياضي .

كما تتأثر القرارات التي يتخذها القائد الاداري في اغلب الاحيان بالسمات السلوكية والشخصية له خاصة عند تحديد المشكلة واتخاذها قرار بشأنها. فالأشخاص الذين لا يتمتعون بقدر عالي من المرونة في اختيار البدائل الواجب اتباعها سوف يجدون صعوبة في البحث عن المشكلة حتى ولو كانوا يتمتعون بدرجة عالية من التعليم والخبرة ولديهم نظام جيد للمعلومات. وبما ان النتائج السابقة للبدائل تتعلق بالمستقبل فلا بد ان يستعين متخذ القرار بقدراته على التصور والتخيل وذلك لتعويض ما قد يكون من نقص في خبرته ، وهذا التصور مع الخبرة السابقة يمكننا متخذ القرار من الوصول الى افضل النتائج(محمد: ٢٠٠٠ : ٥٦) .

٤-الخاتمة:

في ضوء محتوى مناقشة النتائج خلصت الدراسة الى استنتاجات بوجود علاقة ارتباط معنوي بين متغير الضغوط النفسية وعمليات اتخاذ القرار لدى بعض رؤساء الاندية الرياضية العراقية، وان معظم رؤساء الاندية يمتلكون انخفاضاً في مستوى الضغوط النفسية كونهم يمتلكون الخبرة في العمل الاداري، كذلك لديهم القدرة على اتخاذ القرار دون التأثير بالضغوط النفسية التي يتعرضون لها.

من هذا علينا مراعاة جانب الاعداد النفسي للإداريين ورؤساء الاندية لما له من اثر في عملية اتخاذ القرار ووضع استراتيجية للعمل الاداري المنظم، و الاستعانة بذوي الخبرة والاختصاص للعمل في الهيئات الادارية للأندية الرياضية كون لديهم الخبرة في العمل الاداري، كذلك اجراء بحوث ودراسات مشابهة وعلى عينات مختلفة، وضرورة عند اعداد القادة الاداريين للأندية مراعاة التدريب على الجانب النفسي.

المصادر والمراجع:

- بنامين بلوم (آخرون) ؛ تقييم الطالب التجميعي والتكويني ، ترجمة ، محمد امين وآخرون ؛ مطابع المصري الحديث ، القاهرة ، ١٩٨٦ .
- جابر عبد الحميد جابر وأحمد خيرى كاظم ، مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، دار النهضة العربية ، القاهرة، د.ت .
- جمال محمد محمد شحاته ، استخدام النظم في تحليل العوامل المؤثرة على كفاءة التغيير الاستراتيجية ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية التجارة - جامعة الأزهر ، القاهرة .
- عبد الجليل إبراهيم الزوبعي وآخرون ؛ الاختبارات والمقاييس النفسية ؛ مطبعة جامعة الموصل، الموصل ، ١٩٨١ .
- غازي صالح محمود واحمد عريبي عودة ، اتجاهات معامرت في علم النفس الرياضى، ط١ ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، عمان - الاردن ، ٢٠١٢ .
- محمد شحاته ، الميل والاتجاهات الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العريق ، ١٩٩٤ م .
- محمد محمد إبراهيم ، الإدارة الأسس والأصول العلمية ، مكتبة عين شمس ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
- نادر الزويد و هشام عليان ؛ مبادئ القياس والتقويم في التربية الرياضية ؛ ط٢ ، دار الكتب للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ، ١٩٩٢ .
- عز الدين محمد احمد ؛ قياس الاداء لدى القادة الاداريين في اتخاذ القرار بالاتحادات الرياضية (اطروحة دكتوراه غير منشوره ، كلية التربية الرياضية ، جامعة حلوان (٢٠٠٣ .
- هدى جلال محمد ؛ بناء مقياس الضغوط النفسية للألعاب الفرقة في العراق (اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، ٢٠٠٤ .
- Elbe , R j . Essentials of Educational Measurement. nd engwood Cliffs. Prentice hall . New Jersey.1972.

مقياس الضغوط النفسية

ت	العبارات	دائما	احيانا	ابدا
١	هل تشعر بالصداع او الالام الظهر ؟			
٢	عندما تجلس على الكرسي وتحدث لشخص ما ، هل تكثر من الحركة للحصول على وضع مريح؟			
٣	هل تجد صعوبة في النوم العميق ليلاً؟			
٤	هل تغضب بسرعة او تشعر بالإحباط عندما تواجه مشكلة يصعب حلها؟			
٥	هل تظهر تعبيرات وجهك انك مهموم دائما ؟			
٦	هل تقوم بهز رجليك او طرقعة اصابعك بدون هدف تعبيراً عن نرفزتك ؟			
٧	هل تجد صعوبة في التركيز في الموضوع معين؟			
٨	هل تجد صعوبة في الاسترخاء وقتما ترد ذلك ؟			
٩	هل ترغب ف ان تتفوق على الاخرين؟			
١٠	هل تشعر بدرجة كبيرة من عدم الرضا والقلق عندما تفشل جهودك في تحقيق النجاح؟			
١١	هل انت مشغول جدا لدرجة ان وقتك لا يسمح بممارسة النشاط البدني؟			
١٢	هل تخجل من نفسك عندما ترتكب خطأ؟			
١٣	هل حالتك المزاجية سيئة في بعض الاوقات؟			
١٤	هل تلجا الى تناول الطعام والشراب في حالات التوتر؟			
١٥	هل تستخدم الادوية المهدئة في حالات الانزعاج؟			
١٦	هل تشعر ببرودة اليدين عند شعورك بالتوتر؟			
١٧	هل تخشى من عدم رضا الاخرين عن ادائك؟			
١٨	هل تشعر بتقليص في معدتك عند تعرضك للضغط النفسي؟			
١٩	هل تشعر ان قلبك ينبض (يدق) بسرعة عندما تتوتر عصبيا؟			
٢٠	هل تشعر ان جسمك مشدود عند تعرضك لموقف صعب؟			
٢١	هل تشعر بعدم الاستطاعة من الاداء الجيد للمهام عند التعرض للضغط النفسي؟			
٢٢	هل تكبت مشاعرك عند تعرضك للضغط النفسي؟			
٢٣	هل تلجا الى النوم عند تعرضك للضغط النفسي؟			

			هل تلجا للخروج والترويح وممارسة النشاط في حالة التوتر؟	٢٤
			هل تلوم غيرك على المشكلة التي تتعرض لها؟	٢٥
			هل تبكي فقط عند التعرض للضغط النفسي؟	٢٦
			هل تستسلم للخيال في معالجة المشكلة؟	٢٧
			هل تتحدث مع الاهل والأصدقاء عن المشكلة؟	٢٨
			هل تشعر بالعصبية عند التعرض الى موقف ما؟	٢٩
			هل تلجا الى الدعاء والصلاة من اجل ان تهتدي الى الحل الصحيح؟	٣٠

مقياس اتخاذ القرار

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
١	أجد نفسي مضطراً لاتخاذ قرارات غير مدروسة عندما اتعرض لضغوط دون ان يهمني مردودها			
٢	الصبر وضبط النفس من اهم الصفات الشخصية اللازمة لدعم قدرتي على اتخاذ القرارات			
٣	لا افقد القدرة على تركيز الانتباه عند اتخاذي للقرار			
٤	لا أتأثر بالضغوط الداخلية والخارجية المحيطة بي أثناء اتخاذ القرار			
٥	عند اتخاذي لأي قرار اعمل على إرضاء أفراد على حساب أفراد آخرين			
٦	تؤثر العلاقات الاجتماعية بيني وبين المرؤوسين على أدائي في اتخاذ القرار			
٧	الخلافات والصراعات بين أعضاء مجلس الإدارة تؤدي إلى تشتيت انتباهي أثناء اتخاذ القرار			
٨	عدم انتظام العمل الإداري داخل الاتحاد وتغيب العاملين يجعلني متوتراً عند اتخاذ القرار			
٩	اتجنب تحمل مسؤولية اتخاذ قرارات قد تؤدي الى الجدل			
١٠	اميل الى الفردية عند اتخاذي القرارات			
١١	الضغوط الخارجية تؤثر عند اتخاذي للقرار			
١٢	احدد المشكلة بدقة قبل اتخاذي للقرار			
١٣	نجاح القرار يمنحني درجة كبيرة من الرضا عن عملي			
١٤	استند لقانون الهيئات الرياضية واللوائح المنظمة له أثناء عملية اتخاذ القرار			
١٥	اتخذ قرارات محدد وواضحة			
١٦	أتابع تنفيذ القرار			
١٧	اصدر قراراتي بصورة لا تعطي للمرؤوسين او الزملاء فرصة للمناقشة			
١٨	اشعر بالارتباك عند قيامي بعملية المفاصلة بين البدائل المطروحة لاتخاذ القرار			
١٩	اختيار البديل الأقل زمناً في التنفيذ عند اتخاذ القرار			
٢٠	اسمح للمرؤوسين بالمشاركة في اتخاذ القرار			
٢١	أميل للدكتاتورية عند اتخاذي للقرار			
٢٢	يقاس أدائي في اتخاذ القرار بناء على مدى تحقيقي للأهداف الموجودة في خطة الاتحاد			

			٢٣	يقاس أدائي في اتخاذ القرار بناء على رأي المرؤوسين في قراراتي .
			٢٤	استعين بالخبراء للمساعدة في اتخاذ القرار بصرف النظر عن تكاليف استخدامهم .
			٢٥	اعتمد على مؤهلاتي العلمية وثقافتي الشخصية في اتخاذ القرار .
			٢٦	أراعي رضا المرؤوسين او من يمسه القرار عند اتخاذي لأي قرار .
			٢٧	أراعي تكاليف التنفيذ عند اتخاذي للقرار
			٢٨	شعوري بالحزن عند فشل القرارات يفوق شعوري بالفرح عند نجاحها
			٢٩	اتخذ قراراتي بعيدا عن التعصب والتحيز والانفعالات النفسية.
			٣٠	قدرتي على تحمل المسؤولية تؤثر على قدرتي في اتخاذ القرار السليم.
			٣١	كلما زادت أهمية وحساسية القرار كلما تشتت تفكيري.
			٣٢	لا أتأثر بالظروف السياسية المحيطة بي عند اتخاذي للقرار .