

ISSN: 2392-5442, ESSN: 2602-540X		مجلة المنظومة الرياضية
المجلد: 10 العدد: 02 السنة: 2023		مجلة علمية دولية تصدر بجامعة الجلفة - الجزائر
الصفحات: 605-587		تاريخ الإرسال: 2023-03-10 تاريخ القبول: 2023-09-02

علاقة الضغط النفسي بحدوث الإصابات الرياضية

The relationship of psychological stress to the occurrence of sports injuries

قصير محمد*

جامعة زيان عاشور – الجلفة - (الجزائر)، m.guessier@univ-djelfa.dz

ملخص:

تهدف الدراسة إلى معرفة تأثير الضغوط النفسية على حدوث الإصابات الرياضية لدى فرق كرة القدم، حيث تعتبر الضغوط النفسية من أهم الموضوعات الحديثة في مجال علم النفس بصفة خاصة، وذلك نظرا لما تقدمه من تأثيرات عديدة على الإنسان سواء من الناحية العقلية أو البدنية هذا بالإضافة لما تسببه من مشكلات صحية حيث ركز الباحث على حدوث الإصابات الرياضية من خلال تأثير أربعة أبعاد وهي بعد المشكلات الشخصية وبعد الخوف من الإصابة وبعد العلاقة مع الزملاء وبعد العلاقة مع المدربين على حدوث الإصابات الرياضية خلصت الدراسة إلى وجود أثر كل من بعدي الخوف من الإصابة والعلاقة مع المدربين على حدوث الإصابة بنسبة كبيرة وعدم وجد أثر لبعدي المشكلات الشخصية والعلاقة مع الزملاء على حدوث إصابة. كلمات مفتاحية: الإصابات الرياضية، الضغط النفسي، كرة القدم.

Summary:

The study aims to know the impact of psychological stress on the occurrence of sports injuries in football teams, where psychological stress is considered to be one of the most important modern topics in the field of psychology due to its mental and physical effects on humans and the health problems that caused. The researcher focused on the occurrence of sports injuries through the effect of four dimensions : personal problems, a fear of injury, relationship with colleagues, and the relationship with coaches on the occurrence of sports injuries.

The study concluded that there is an effect of each of the dimensions of fear of injury and the relationship with trainers on the occurrence of injury by a large percentage, and there was no effect of the dimensions of personal problems and the relationship with colleagues on the occurrence of injury.

*المؤلف المرسل

1. مقدمة:

تعتبر الرياضة أحد الأنشطة الإنسانية الرئيسية، فلم يخلو مجتمع بشري من نوع من الأنواع الرياضية بغض النظر عن مدى تقدم أو تخلف هذا المجتمع، فلقد عرف الإنسان الرياضة عبر تطورها التاريخي وفي مختلف الحضارات وإن تفاوتت توجهات كل حضارة ونشأتها، فوظفت الرياضة كطريقة تربية تساهم في تنشئة وتطبيع وبناء الشخصية الاجتماعية المتوازنة .

تعتبر الضغوط النفسية من أهم الموضوعات الحديثة في مجال علم النفس بصفة خاصة ومجالات الحياة بصفة عامة ، وذلك نظرا لما تقدمه من تأثيرات عديدة على الإنسان سواء من الناحية العقلية أو البدنية هذا بالإضافة لما تسببه من مشكلات صحية واجتماعية تؤثر على الفرد في حياته اليومية وبالتالي يؤثر ذلك على المجتمع الذي يعيش فيه . لذلك فإن العديد من الدول بدأت تهتم بإجراء مجموعة من الدراسات المرتبطة بالضغوط حتى يتمكنوا من مواجهتها والتقليل من آثارها السلبية على الفرد والمجتمع .

وقد أشار " محمد علاوي " (1998) نقلا عن سيلبي Sely إلى عاملين رئيسيين يؤديان إلى حدوث الإصابات الرياضية وهما

- زيادة الحمل الكمي والمقصود به حجم وفترة الأداء المطلوب

- زيادة الحمل الكيفي وهو شدة وصعوبة الأداء المطلوب

كما يشير أيضا إلى أن الضغوط النفسية في المجال الرياضي تعني الضغوط المرتبطة بالعلاقات المركبة بين اللاعب وكل من المدرب والإداري وال جماهير ووسائل الإعلام وغيرهم مما تربطهم مع اللاعبين العديد من العلاقات في المحيط الرياضي .

ومن هنا ظهر الاهتمام بدراسة العلاقة المتبادلة بين الضغوط النفسية وقلق المنافسة بحدوث الإصابة لدى

الرياضيين لذلك يتبادر لنا طرح الإشكالية التالية:

هل هناك أثر للضغوط النفسية الرياضية على حدوث الإصابات لدى ممارسي رياضة كرة القدم ؟

2_ الفرضيات :

1-2- الفرضية العامة :

هناك أثر للضغوط النفسية الرياضية على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم .

2-2- الفرضيات الجزئية :

1- هناك أثر للمشكلات الشخصية على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم.

2- هناك أثر للخوف من الإصابة على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم.

3- هناك أثر للعلاقة مع الزملاء على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم.

4- هناك أثر للعلاقة مع المدربين على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم.

3 - الدراسات السابقة:

1. قام أحمد قطب (2005) بدراسة بعنوان "الضغوط النفسية و علاقتها ببعض الجوانب الدافعية و الانفعالية لدى لاعبي المنتخبات الرياضية " و أستخدم هذا البحث التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية و بعض جوانب الدافعية (دافعية الانجاز – توجه المهمة و الأنا في الرياضة) و استخدم الباحث المنهج الوصفي كما اشتملت عينة البحث على (92) لاعب و لاعبة من الرياضات الفردية و الجماعية , و استخدم لجمع البيانات مقياس الضغوط النفسية و مقياس دافعية الانجاز الرياضي و استبيان توجه المهمة و الأنا في الرياضة , و من أهم استنتاجات وجود علاقة ارتباط سلبية ذات دلالة إحصائية بين جميع أبعاد مقياس الضغوط النفسية و درجته الكلية و بين كل من دافع الانجاز و توخه المهمة .
2. قام " طارق أبو الليل " (2003) بدراسة استهدفت "التعرف على الضغوط النفسية و علاقتها بالقلق و دافعية الإنجاز لدى لاعبي كرة القدم بمحافظة المنيا " , و استخدم الباحث المنهج الوصفي " أسلوب المسح " , و اشتملت العينة على (400) لاعب من أندية القسم الأول و الثاني بمحافظة المنيا , و قام الباحث باختيار العينة عشوائية قوامها (239) لاعبا في الموسم الرياضي (2003/2004م), و كان من ضمن أدوات البحث مقياس الضغوط النفسية للرياضيين , و مقياس القلق كحالة , و مقياس دافعية الإنجاز الرياضي , و كانت أهم النتائج التي توصل إليها الباحث هو التأثير لأدبيات القسم الأول لكرة القدم بضغوط نفسية أكثر من لاعبي أندية القسم الثاني , و يتساوى أدبيات القسمين في حالة القلق لديهم و كذلك مقدار دافعية الإنجاز .
3. " قام عبد الحكيم حلمي " (2002) بدراسة استهدفت "التعرف على العلاقة بين الضغوط النفسية و بعض متغيرات الشخصية لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة بني سويف" , و استخدم المنهج الوصفي و اشتملت العينة على (150) لاعباً من ناشئ كرة القدم تحت (19) سنة بمنطقة بني سويف في موسم (2001/2002م), و كان من ضمن أدوات البحث مقياس الضغوط النفسية , و مقياس الدافع للإنجاز , و مقياس مستوى الطموح , و مقياس القلق كحالة , و مقياس العدوان , و كان أهم النتائج الإحصائية التي توصل إليها الباحث وجود علاقة ارتباطية سلبية و دالة إحصائية بين الضغوط النفسية و الدافع للإنجاز و مستوى الطموح .
4. " قام إبراهيم ربيع " (2002) بدراسة استهدفت "التعرف على الضغوط النفسية و علاقتها ببعض الجوانب الدافعية و الانفعالية لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة المنيا" , و استخدم المنهج الوصفي , أسلوب المسح , و اشتملت العينة على (150) ناشئ لكرة القدم تحت (18) سنة , و قد اختيرت العينة بالطريقة العشوائية , و كان من أدوات البحث مقياس الضغوط النفسية للرياضيين , و مقياس دافعية الإنجاز , و مقياس مستوى الطموح , و مقياس القلق كحالة , و مقياس السلوك العدواني , و كانت من أهم النتائج وجود علاقة ارتباطية سلبية و دالة إحصائية بين الضغوط النفسية و الدافع للإنجاز لدى ناشئ كرة القدم , و وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائية بين الضغوط النفسية و القلق كحالة لدى الناشئين , و وجود علاقة ارتباطية موجبة و دالة إحصائية بين الضغوط النفسية و السلوك العدواني لدى ناشئ كرة القدم بمحافظة المنيا .

5. قام " صبري عطية " (2001) بدراسة استهدفت " التعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الرياضيين في جمهورية مصر العربية "، اشتملت عينة البحث على (728) رياضي بواقع (360) من لاعبي و لاعبات الألعاب الجماعية، (368) من لاعبي و لاعبات الألعاب الفردية، و استخدم الباحث المنهج الوصفي ، وكان من ضمن أدوات البحث مقياس الضغوط النفسية للرياضيين من إعدادة، و أشارت أهم النتائج إلى أن جميع ممارسي الأنشطة الرياضية من لاعبين و لاعبات يتعرضون لضغوط نفسية تختلف في حدتها وفقا لطبيعة النشاط .

4- سبب اختيار الدراسة:

من الأسباب التي دفعتنا لاختيار هذا الموضوع نجد ما يلي :

1 - كثرة الإصابات الرياضية في أوساطنا الرياضية وقلة الوعي بمخاطرها .

2 - قلة الاهتمام بالجانب النفسي عند إعادة التأهيل الرياضي .

3 – تأثير الإصابات الرياضية على الجانب النفسي للرياضيين

4- تأثير الإجهاد البدني والنفسي على حدوث الإصابة

5- الهدف من الدراسة:

تكمن أهداف البحث في النقاط التالية :

1- تحديد أثر الضغوط النفسية عند الرياضيين على حدوث الإصابات الرياضية .

2- التوعية بالآثار النفسية الناتجة عن الإصابات الرياضية وعلاقتها بالضغوط النفسية

3- محاربة المخاوف من التعرض للإصابات التي تظهر عند بعض الرياضيين وتأثيره على حدوث الضغط النفسي .

2/ الجانب التطبيقي:

الفصل الأول : الطريقة والإجراءات

1. مجتمع الدراسة والعينة (وطريقة اختيارها) :

في ضوء نتائج الدراسة الاستطلاعية تم تحضير أدوات البحث بإعادة طبعها بحجم العينة المختارة، و تم تطبيق قائمة (الضغوط النفسية) على مجموعة من الرياضيين الممارسين لنشاط كرة القدم ، و الذين ينشطون ضمن حظيرة القسم الثاني ، أين تم توزيع الاستمارات المعدلة عليهم في بطارية واحدة قبل بداية الحصص التدريبية (وقت راحة) و كذا رفع الوقت المخصص للإجابة إلى (15) دقيقة تفاديا للإجابات العشوائية، وهذا و تضمنت جلسة التطبيق بيان الغرض من هذه الدراسة (تم إخفاء العناوين الحقيقية للقائمتين) و كيفية الإجابة على العبارات التي تتضمنها كل قائمة، مع التأكد من فهم كل اللاعبين المفحوصين لتعليمات القائمتين، إضافة للتأكيد على عدم ترك العبارات بدون إجابة، و نشير هنا إلى أن الباحث قام بتوفير العدد الكافي من الأقلام تجنباً للمشكل الذي تم الوقوع فيه أثناء القيام بالدراسة الاستطلاعية .

و بعد الانتهاء المفحوصين من الإجابة قام الباحث بجمع الاستمارات ,و تم تصحيح القائمتين (الضغوط النفسية) بتفريغ كل بعد و ما يحتويه من عبارات ايجابية و سلبية على حدى ,ثم جمع درجات اللاعبين في كل بعد بشكل منفصل .

و قصد بمجتمع الدراسة المجتمع الأصلي ,و يتكون من مجموعة لاعبي كرة القدم الذين يلعبون ضمن أندية القسم الوطني الثاني للموسم الرياضي (2022/2023) صنف أكابر ,و يضم (05) فرق من مختلف مناطق البلاد (شمال .وسط) ,و تتمثل هذه الفرق فيما الأندية التالية : إتحاد العاصمة , راند القبة , اولمبي العناصر , إتحاد أولاد نائل .زرالدة ولكل فريق الحق في انتداب (25) لاعبا (إداريا) ,و عليه فإن مجموع لاعبي هذه الفرق يصل إلى (100) رياضي , اختار منها الباحث (41) لاعبا من مختلف الفرق كعينة ممثلة لهذا المجتمع , و هي تمثل (41%) من مجموع لاعبي الفرق .

1.1 حجم العينة وطريقة اختيارها :

نظرا لكبر مجتمع الدراسة و بغرض الاقتصاد في الجهد و الوقت لجأ الباحث إلى دراسة عينة مأخوذة من هذا المجتمع ,و ذلك من خلال اتخاذ جملة من الإجراءات لاختيار جزء من المجتمع الأصلي للاستدلال به على خواص هذا المجتمع كله .

1.2 خصائص العينة :

تم تطبيق أدوات البحث على عينة قوامها (41) رياضيا من لاعبي كرة القدم من نوادي : أمل العناصر , أمل القبة , شباب عين وسارة , إتحاد أولاد نائل, و الذين تتراوح أعمارهم ما بين (18 سنة) فما فوق – صنف أكابر – و قد بلغ متوسط الخبرة أكثر من (05) سنوات في القسم حوالي (60%) أما فيما يتعلق بأقل من (05) سنوات لعب في المستوى الثاني فقد بلغ حوالي (40%) . و يمثل مجموع عينة البحث حوالي (41%) من أفراد النوادي المختارة , و قد تم تطبيق أدوات البحث على أفراد العينة في الفترة الممتدة من (27جانفي) إلى (05 فيفري 2023) . و الجدول التالي يوضح عدد الأفراد من كل نادي و المرتبة التي يحتلها كل فريق في الجولة الأخيرة من بطولة ما بين الرابطات.

جدول رقم (01) : يبين أفراد العينة ونتائج كل فريق .

النادي	عدد أفراد العينة	النسبة المئوية	مرتبة الفريق
إتحاد أولاد نائل	11	24.39	03
أمل القبة	10	24.39	14
شباب عين وسارة	10	24.39	11
أمل العناصر	10	26.83	06

2- أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث أداة لجمع البيانات وهي كما يلي :

1/2 مقياس الضغوط النفسية للرياضيين:

أعتمد الباحث في الحصول على بيانات هذا المقياس على مجموعة من الوسائل هي :
قام الباحث بتصميم وتوزيع استبيان مفتوح للتعرف على الضغوط النفسية التي تواجه الرياضي وأسبابها لتوضيح الظاهرة في المجال الرياضي وتم الاستفادة من استجابات بعض أعضاء هيئة التدريس في وضع بعض عبارات المقياس.

1.1.2 خطوات بناء المقياس :

1.1.1.2 تحديد هدف المقياس :

إلقاء الضوء على ظاهرة رئيسية تؤثر في أداء الرياضي وسلوكه وتحديد مستوى الضغوط ووضع مستويات معيارية لدرجات الرياضيين في مقياس الضغوط النفسية وإلقاء الضوء على كيفية التعامل معهم في المجالات المخلفة .

2.1.1.2 تحديد الأبعاد (المحاور) الرئيسة للمقياس :

لتحديد الأبعاد الرئيسة للمقياس المقترح قام الباحث بالآتي :

أ-الإطلاع على كل ما كتب عن الضغوط النفسية في المراجع العربية والأجنبية

ب - الإطلاع على مراجع علم النفس الرياضي وعلم النفس العام

ج- الإطلاع على الاختبارات والمقاييس المعنية بالظاهرة والظواهر المرتبطة بها

د- كما قام الباحث بإجراء حصر شامل لجل الدراسات والبحوث العربية والأجنبية الممكنة والتي تناولت دراسة

موضوع الضغوط النفسية ومحلولة قياسه وقد أسفرت هذه المحاولة عن تحديد أربع أبعاد رئيسية :

1- البعد الأول : المشكلات الشخصية 2- البعد الثاني : ضغوط الإصابة

3-البعد الثالث : العلاقة مع الزملاء 4- البعد الرابع : العلاقة مع المدربين

استرشادا بأبعاد مقياس الضغوط النفسية للرياضيين الذي قام به صبري عطية (2001) بتصميمه لقياس

مختلف الضغوط التي يتعرض لها الرياضيين , وللتحقيق من مدى صدق هذه الأبعاد كمكونات رئيسية لموضوع الضغوط

النفسية, قام الباحث بوضع هذه البعاد في استمارة استطلاع الرأي ثم عرضه على السادة الخبراء من أساتذة علم النفس

الرياضي وعلم النفس العام بمهد التربية الرياضية , وكانت استجابة آراء الخبراء تتم وفق مقياس تقدير ثلاثي هو (مرتبط

بدرجة كبيرة – مرتبط بدرجة متوسطة – مرتبط بدرجة قليلة)

ومن السابق أظهرت نتائج العرض على الخبراء اتفاقهم على الأبعاد وقد تم تحديد (خمسة وخمسون عبارة) تم

وضعها تحت الأبعاد السابقة وتم الاتفاق على الأبعاد الجديدة بمسمياتها وإعطاء درجات الأهمية النسبية للمحاور المقترحة

وفقا للجدول (02) والجدول (03)

مسمى البعد قبل وبعد عرضه على الخبراء

المحاور	مسمى البعد قبل عرضه على الخبراء	مسمى البعد بعد عرضه على الخبراء
1	العوامل الشخصية	المشكلات الشخصية
2	عوامل الإصابة	عوامل الإصابة
3	عوامل ترتبط بالزملاء	العلاقة مع الزملاء
4	عوامل ترتبط بالمدرسين	العلاقة مع المدرسين

جدول (03)

الأهمية النسبية للأبعاد المقترحة وعدد عبارات كل بعد ن=10

المحاور	الأبعاد	درجة الخبراء	الأهمية النسبية	عدد العبارات
1	البعد الأول	450	31.03	15
2	البعد الثاني	320	22.06	10
3	البعد الثالث	290	20.00	11
4	البعد الرابع	390	26.90	12
/	المجموع	1450	100	48

أعطى الخبراء العشرة قيم الأهمية النسبية لكل بعد من الأبعاد الأربعة المقترحة، وحصل البعد الأول على 450 درجة وتراوح درجاته من 15-45 درجة بمتوسط ونسبة مئوية = 31.03%، والبعد على الثاني على 320 درجة وتراوح درجاته من 12-36 درجة بمتوسط ونسبة مئوية = 22.06%، والبعد الثالث على 290 درجة وتراوح درجاته من 13-39 درجة بمتوسط ونسبة مئوية = 20.00%، والبعد الرابع على 390 درجة وتراوح درجاته من 15-45 درجة بمتوسط ونسبة مئوية = 26.90%.

3.1.1.2 تحديد عدد عبارات الأبعاد :

قام الباحث بعمل حصر لجميع الاختبارات النفسية والتي كان متوسط عدد عباراتها ما بين 40-65 عبارة وعليه فقد قرر أن يكون العدد الكلي لعبارات المقياس (55) عبارة مقترحة وروعي أن تكون أكبر من العدد المتوقع بالنسبة للمقياس المقترح تحسباً لما سوف تسفر عنه النتائج الإحصائية في عمليات التقنين من استبعاد عبارات. لذا فقد تم وضع العبارات (55) عبارة بشكل أولى وفق للأهمية النسبية للأبعاد المقترحة وبصورة تقريبية وذلك قد تم توضيحه في جدول (3).

4.1.1.2 عبارات المقياس المقترح:

بعد تحديد الأبعاد الأربعة السابقة قام الباحث بإعداد مجموعة من العبارات لقياس كل بعد على حدى حيث بلغ مجموع العبارات الكلية المقترحة على (55) عبارة، وذلك من الإطار النظري والاستبيان المفتوح ومن الاختبارات والمقاييس السابقة. وتم استبعاد العبارات غير المرتبطة بالظاهرة محل الدراسة وتم استبعاد العبارات المكررة والبعيدة عن الضغوط النفسية وتم دمج بعض العبارات. وبعد تحديد الأبعاد الأربعة السابقة والاتفاق عليها قام الباحث بأعداد وتوزيع مجموعة من العبارات المقترحة (55) عبارة على الأبعاد الجديدة.

5.1.1.2 المعاملات العلمية للمقياس :

تضمنت إجراءات التقنين للمقياس على عدد من الإجراءات البحثية الأساسية تتمثل في:

1-6 معامل صدق المقياس :

تم حساب الصدق بأكثر من طريقة كما يلي :

أ- صدق المحتوى ب - صدق المحكمين ج- صدق الاتساق الداخلي

أ/صدق المحتوى :

قام الباحث بتحديد محاور المقياس وأقترح عبارات كل محور حيث أعتمد صدق المحتوى على التفكير المنطقي ووفقا للإطار النظري و الدراسات السابقة والأبحاث والمراجع العربية والأجنبية كما أعتمد على الأهمية النسبية لأراء الخبراء على محاور المقياس قيد البحث

ب/صدق المحكمين :

قام الباحث بعرض محاور المقياس المقترح وعباراته على عشر (10) خبراء وفق المعايير سالفة الذكر أكثر من ثلاث مرات .

ج/صدق الاتساق الداخلي :

قام الباحث بإعداد المقياس في صورته النهائية (42 عبارة - وأربعة أبعاد) وتم تطبيقه على عينة قوامها (20)

رياضي من معهد التربية البدنية والرياضية بالجزائر بغرض حساب الاتساق الداخلي للمقياس كالآتي :

أ- حساب العلاقة بين درجة العبارة ودرجة بعدها .

ب- حساب العلاقة بين درجة العبارة والدرجة الكلية للمقياس .

ج- حساب العلاقة بين درجة البعد والدرجة الكلية للمقياس.

د- حساب العلاقة بين درجة البعد ودرجة الأبعاد الأخرى للمقياس .

وبعد التطبيق وتصحيح المقياس وتوزيع البيانات قام الباحث بحساب قيمة معاملات الارتباط ,حيث وجد أن جميع قيم معاملات الارتباط لعبارات الأبعاد الأربعة دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) مع درجة البعد التي تنتهي إليه . وأن جميع قيم معاملات الارتباط للعبارات بالأبعاد الأربعة غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (0.05) مع باقي الأبعاد التي لا تنتهي إليها ,وأن جميع عبارات الأبعاد الأربعة جاءت دالة إحصائيا مع الدرجة الكلية للمقياس ومن يتضح أن ذلك يدل على صدق تمثيل العبارات للأبعاد .

2-6 معامل ثبات المقياس :

تم حساب الثبات بأكثر من طريقة كما يلي :

أ- تطبيق الاختبار ثم إعادة التطبيق ب - معامل ألفا

أ/تطبيق الاختبار ثم إعادة التطبيق :

وشملت هذه الطريقة حساب معامل استقرار عبارات المقياس بإعادة تطبيق المقياس بفارق زمني قدره خمس أيام (5) عن التطبيق الأول حيث تم حساب معامل الارتباط بين المتوسطات لكل عبارات المقياس وكذلك بين أبعاده والدرجة الكلية للمقياس على عينة قوامها (20) رياضي من معهد التربية البدنية والرياضية .

ب/معامل ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا :

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات للمقياس باستخدام معامل ألفا " Alpha Coefficient " كما أسماه Cronbach سنة 1951 وتعتمد على حساب معامل ألفا للمقياس ككل ولكل عبارة من المقياس ومقارنتهما ببعض فإذا زاد معامل ألفا للعبارة المفردة عن معامل ألفا للمقياس ككل يعني أن وجود هذه العبارة المفردة يقلل ويضعف ثبات المقياس وأن حذفها يكون له تأثير إيجابي على قيمة معامل ألفا الذي يمثل معامل الثبات وبالتالي يجب حذفها

2.2 أعداد المقياس في صورته النهائية :

1.2.2 ميزان التصحيح :

ارتفاع درجة المقياس وأبعاده تدل على ارتفاع الضغط النفسي لدى المختبر، وتعطى العبارات درجات كما يلي :

دائما = درجات أحيانا = 2 درجة نادرا = 1 درجة

وذلك حتى لا يتشتت المختبر في الميزان الخماسي أو السباعي أو العشري.

كذلك تطرق كل من تناول الظاهرة في إطار النظري لثلاث مستويات للظاهرة

(الضغوط المرتفعة – الضغوط المعتدلة – لضغوط المنخفضة) وذكروا صفات كل مستوى

2.2.2 مستويات المقياس :

قام الباحث بتحديد المستويات الثلاثة الأكثر تداول للضغوط النفسية وذلك من خلال الدراسات السابقة

والمراجع العلمية، وبالتالي يمكن تفسيرها وتقييم نتائجها وبذلك تكون الأبعاد كالتالي:

1- البعد الأول : يتكون من (13) عبارة ودرجاته من 13 - 39 درجة، فارتفاع

درجة البعد الأول عن 26 درجة يدل على ارتفاع الضغوط النفسية التي تسببها النواحي الشخصية وانخفاض

الدرجة عن 20 يدل على انخفاض الضغوط النفسية التي تسببها النواحي الشخصية.

2- البعد الثاني والثالث : يتكون كل منهما من (10) عبارات ودرجاتهم تراوحت ما بين

10-30 درجة فارتفاع درجة البعدين عن 20 درجة يدل على ارتفاع الضغوط النفسية نتيجة عوامل الإصابات

والعلاقة مع الزملاء .

3- البعد الرابع : يتكون من (09) عبارات ودرجاته من 9 - 27 درجة، فارتفاع درجة

البعد عن 18 درجة يدل على ارتفاع الضغوط النفسية بسبب المدربين وانخفاضها عن 14 درجة يدل على انخفاض الضغوط النفسية الناتجة عن المدربين.

3/ عرض ومناقشة وتحليل النتائج

1-3 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الأولى:

1-3-1 عرض وتحليل نتائج بعد الشخصية :

جدول رقم (04) : القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج بعد المشكلات الشخصية

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة كا ²	المجدولة كا ²	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
21.34	2.49	0.5	3.84	1	0.05	غ-دا

المجموع	الإصابة		
	غير المصابين	المصابين	
32	7	25	منخفض
78.00%	17.10%	61.00%	
9	3	6	مرتفع
22.00%	7.30%	14.60%	
41	10	31	المجموع
100.00%	24.40%	75.60%	

تحليل النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن 61% من المصابين و 17.1% من غير المصابين بمجموع 78% لديهم ضغط منخفض لبعد المشكلات الشخصية في مقابل 14.6 % من المصابين و 7.3 % من غير المصابين بمجموع 22 % لديهم ضغط مرتفع لبعد المشكلات الشخصية .

كما يتبين من الجدول أنه من خلال المعالجة الإحصائية و عن طريق حساب كا² و المينة في الجدول أعلاه نجد إن قيمة كا² المحسوبة تساوي 0.5 و هي أقل من قيمة كا² المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05, وهي تعتبر قيمة غير دالة إحصائياً .

1-3-2 مناقشة الفرضية الأولى :

كشفت الدراسة إلى أنه لا يوجد أثر لبعد المشكلات الشخصية فيما يخص الضغط على حدوث الإصابة .
وعليه و بناءا على ما توصلت إليه نتائج الدراسة نجد انه لم يتحقق الفرض الأول القائل " هناك أثر للمشكلات الشخصية على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم ".
ويرجع الباحث سبب ذلك إلى أن المشكلات الشخصية ليس لها علاقة مباشرة على حدوث الإصابات الجسدية لكنها تؤدي لزيادة الضغط النفسي وبالتالي الإصابات النفسية .

2-3/ عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثانية :

2-3-1 عرض وتحليل نتائج بعد عوامل الإصابة :

جدول رقم (05) : القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج بعد عوامل الإصابة

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة كا ²	المجدولة كا ²	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
19.00	3.7	6.78	3.84	1	0.05	

المجموع	الإصابة		
	غير المصابين	المصابين	
39	10	29	مرتفع
95.10%	24.40%	70.70%	
2	0	2	منخفض
4.90%	0.00%	4.90%	
41	10	31	المجموع
100.00%	24.40%	75.60%	

تحليل النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن 70% من المصابين و 24.4% من غير المصابين بمجموع 95% لديهم ضغط مرتفع لبعد عوامل الإصابة في مقابل 4.9% من المصابين و غير المصابين لديهم ضغط منخفض لبعد عوامل الإصابة كما يتبين من الجدول أنه من خلال المعالجة الإحصائية و عن طريق حساب كا² و المبينة في الجدول أعلاه نجد إن قيمة كا² المحسوبة

تساوي 6.78 وهي أكبر من قيمة كا² الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05, وهي تعتبر قيمة ذات دلالة إحصائية.

2-2-3 مناقشة الفرضية الثانية :

كشفت الدراسة إلى أنه يوجد أثر لبعده عوامل الإصابة فيما يخص الضغط على حدوث الإصابة . وعليه و بناءً على ما توصلت إليه نتائج الدراسة نجد أنه تحقق الفرض الثاني القائل " هناك أثر للخوف من الإصابة على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم ". ويرجع الباحث سبب ذلك لوجود تأثيرات ومخاوف من الإصابات الرياضية على طريقة التدريب , وهذا بسبب كثرة الإصابات في الوسط الرياضي وتعرض الرياضيين بنسبة 75% للإصابة بمختلف أنواعها .

3-3 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الثالثة :

3-3-1 عرض وتحليل نتائج بعد العلاقة مع الزملاء :

جدول رقم (06) : القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج بعد العلاقة مع الزملاء

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة كا ²	الجدولة كا ²	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
		1.43	3.84	1	0.05	غ/دال

المجموع	الإصابة		
	غير المصابين	المصابين	
37	10	27	منخفض
90.20%	24.40%	65.90%	
4	0	4	مرتفع
9.80%	0.00%	9.80%	
41	10	31	المجموع
100.00%	24.40%	75.60%	

تحليل النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن 65.9% من المصابين و 24.4% من غير المصابين بمجموع 90.2% لديهم ضغط منخفض لبعد العلاقة مع الزملاء في مقابل 9.8% من المصابين و غير المصابين لديهم ضغط مرتفع لبعد العلاقة مع الزملاء

كما يتبين من الجدول أنه من خلال المعالجة الإحصائية و عن طريق حساب كا² و المينة في الجدول أعلاه نجد إن قيمة كا² المحسوبة تساوي 1.43 و هي أقل من قيمة كا² الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05، وهي تعتبر قيمة غير دالة إحصائياً .

2-3-3 مناقشة الفرضية الثالثة :

كشفت الدراسة إلى أنه لا يوجد أثر لبعد العلاقة مع الزملاء فيما يخص الضغط على حدوث الإصابة . وعليه و بناءً على ما توصلت إليه نتائج الدراسة نجد انه لم يتحقق الفرض الأول القائل " هناك أثر للعلاقة مع الزملاء على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم"، ويرجع الباحث سبب ذلك إلى أن العلاقة مع الزملاء ليس لها علاقة مباشرة على حدوث الإصابات الجسدية لكن العلاقة مع المنافس هي التي لها دور في حدوث الإصابات لكنها يمكن تؤدي لزيادة الضغط النفسي وبالتالي الإصابات النفسية .

4-3 عرض وتحليل ومناقشة الفرضية الرابعة:

1-4-3- عرض نتائج بعد العلاقة مع المدربين :

جدول رقم (07) : القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج بعد العلاقة مع المدربين

المتوسط	الانحراف	المحسوبة كا ²	المجدولة كا ²	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
17.0	2.83 2.2222	4.42	3.84	1	0.05	دال،

من خلال الجدول نلاحظ أن 53.7% من المصابين و 14.6% من غير المصابين بمجموع 68.3% لديهم ضغط مرتفع لبعد العلاقة مع المدربين في مقابل 22% من المصابين و 9.8% من غير المصابين بمجموع 31.7% لديهم ضغط منخفض

المجموع	الإصابة		
	غير المصابين	المصابين	
28	6	22	مرتفع
68.30%	14.60%	53.70%	
13	4	9	منخفض
31.70%	9.80%	22.00%	
41	10	31	المجموع
100.00%	24.40%	75.60%	

من خلال الجدول نلاحظ أن 53.7 من المصابين و14.6% من غير المصابين بمجموع 68.3% لديهم ضغط مرتفع
 لبعد العلاقة مع المدربين في مقابل 22% من المصابين و 9.8% من غير المصابين بمجموع 31.7% لديهم ضغط منخفض
 لبعد العلاقة مع المدربين من مجموع أفراد العينة .
 كما يتبين من الجدول أنه من خلال المعالجة الإحصائية و عن طريق حساب كا² و المبينة في الجدول أعلاه نجد إن
 قيمة كا² المحسوبة تساوي 4.42 و هي أكبر من قيمة كا² المجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05, وهي
 تعتبر قيمة ذات دلالة إحصائية.

2-4-3 مناقشة الفرضية الرابعة :

كشفت الدراسة إلى أنه يوجد أثر لبعد العلاقة مع المدربين فيما يخص الضغط على حدوث الإصابة .
 وعليه و بناءً على ما توصلت إليه نتائج الدراسة نجد أنه تحقق الفرض الرابع القائل
 " هناك أثر للعلاقة مع المدربين على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم " .

4- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العامة :

1-4 عرض وتحليل نتائج مقياس الضغط النفسي :

جدول رقم (08) : القيم المتحصل عليها من خلال المعالجة الإحصائية لنتائج مقياس الضغط النفسي

المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة كا ²	المجدولة كا ²	درجة الحرية	مستوى الدلالة	الدلالة
6.43	74.39	8.04	3.84	1	0.05	دال

تحليل النتائج :

من خلال الجدول نلاحظ أن 56.1% من المصابين و 12.2 % من غير المصابين بمجموع 68.3% لديهم ضغط نفسي مرتفع في مقابل 19.5 % من المصابين و 12.2% من غير المصابين بمجموع 31.7 % لديهم ضغط نفسي منخفض من مجموع العينة .

المجموع	الإصابة		
	غير المصابين	المصابين	
28	5	23	مرتفع
68.30%	12.20%	56.10%	
13	5	8	منخفض
31.70%	12.20%	19.50%	
41	10	31	المجموع
100%	24.40%	75.60%	

كما يتبين من الجدول أنه من خلال المعالجة الإحصائية و عن طريق حساب كا² و المينة في الجدول أعلاه نجد إن قيمة كا² المحسوبة تساوي 8.04 و هي أكبر من قيمة كا² الجدولة 3.84 عند درجة الحرية 01 و مستوى الدلالة 0.05 ,وهي تعتبر قيمة ذات دلالة إحصائية.

2-4 مناقشة نتائج مقياس الضغط النفسي:

كشفت الدراسة إلى أثر كل من أبعاد عوامل الإصابة والعلاقة مع المدربين علي حدوث الإصابة بنسبة كبيرة وعدم وجد أثر لبعدي المشكلات الشخصية والعلاقة مع الزملاء على حدوث إصابة وعليه و بناءاً على ما توصلت إليه نتائج الدراسة نجد أن أكثر من 68% من مجموع العينة يؤثر لديهم الضغط النفسي على حدوث الإصابة وبالتالي تحقق

جزء الفرضية العامة القائل :

" هناك أثر للضغط النفسي على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم ."

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما توصل إليه وينرج وجولد "Weinberg & Gold" (1995) بدراسة استهدفت التعرف على أهم مصادر الضغوط النفسية التي تواجه رياضي المستوى العالي "، و أوضحت النتائج إلى أن أهم مصادر الضغوط التي تواجه رياضي المستوى العالي هي زيادة ضغوط التدريب و المنافسة، ووضع أهداف طموحة أكبر من قدرات

الرياضي ,و زيادة الشعور بالخوف الزائد ,و الاستجابة السلبية لضغوط التدريب بالإضافة إلى عدم وجود فترات راحة مناسبة تسمح للرياضي باستعادة الشفاء و استجماع القوى .

الاستنتاجات والتوصيات :

أولا : الاستنتاجات :

- نستنتج أن لا يوجد أثر للمشكلات الشخصية على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم .
- نستنتج أنه هناك أثر للخوف من الإصابة على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم .
- نستنتج أنه لا يوجد أثر للعلاقة مع الزملاء على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم .
- نستنتج أنه هناك أثر للعلاقة مع المدربين على حدوث الإصابات لدى لاعبي كرة القدم .

ثانيا التوصيات :

خلال الدراسة التي قمنا بها ,يمكن استنباط التوصيات التالية :

1. في إطار النمو و التطور الذي يشمل مختلف ميادين الرياضة، خاصة الميدان البيو طي، لزام علينا استثمار هذا التقدم، بوضع مجموعة من الآليات في إطار مراقبة جودة الرياضات، التدريبات، التغذية و المنافسات.
2. تصميم برامج تدريبية، تنافسية، غذائية و طبية تتماشى مع المعطيات المرفولوجية والفيزيولوجية والنفسية للرياضي، حيث يسمح لها هذا التصميم بالتأقلم و التكيف حسب مستلزمات الممارسة الرياضية.
3. الاهتمام بالتعرف على المشكلات النفسية والاجتماعية التي تعوق الرياضيين ومحاولة إيجاد الحلول المناسبة ومواجهتها .
4. الاهتمام بوضع برامج إرشادية للرياضيين بصفة عامة
5. صقل المدربين بالعديد من المهارات النفسية من خلال دورات علمية عن الأخصائي النفسي وذلك لمواجهة ما يتعرض له الرياضي من ضغوط نفسية قد تؤثر مستوى أدائه
6. الاهتمام بالتعرف على مصادر الضغوط النفسية لدى الرياضيين وتحديد مستويات القلق لديهم , ونبذ السلوك العدواني وذلك من خلال التعامل الجيد معهم والتقرب إليهم
7. زيادة الثقة لديهم من خلال الاهتمام بمستوى الأداء أكثر من الاهتمام بالنتائج خاصة في حالة الفشل

الخاتمة :

إن أهمية معرفة الإعداد النفسي تجعلنا نعرف بأن علم النفس هو علم يدرس مختلف العمليات النفسية وكذا الجوانب النفسية للشخص , كما يتطرق كذلك لخواص الفعاليات النفسية للإنسان بينما يتطرق علم النفس الرياضي إلى دراسة الخصائص النفسية للفعاليات الرياضية ويعرف كذلك بأنه العلم الذي يدرس سلوك الإنسان في الرياضة , إن الهدف من وراء ذلك هو محاولة اكتشاف الأسباب أو العوامل النفسية التي تؤثر على سلوك الرياضي .

لذا فالإعداد النفسي يهدف إلى تعبئة وتطوير وتنشيط وشحن قدرات اللاعب للتنافس بأعلى ما يملك من إمكانيات خاصة النفسية منها ، لأنه في الكثير من الأحيان يتعرض اللاعبون قبل المنافسات لمظاهر من الانفعالات المثيرة كالتوتر والقلق الذي يعمل على إعاقة عمل اللاعب وبالتالي يخفض من مردودة بعد أن ينقص أدائه .

فالقلق عند اللاعبين متعدد الأسباب لكون المتغيرات الانفعالية كثيرة لاسيما أثناء المنافسات الرسمية عند لاعبي كرة القدم فهي الفترة الحاسمة للتحكم في الأداء وبالتالي عدم التعرض للإصابات .

وبما أن اللاعبين يتعرضون لحالات قلق أثناء المنافسة سواء كان القلق مسير أو معرقل لهذا وجب معرفة الحدود بينهما حتى يمكن توجيه الرياضي نحو الضغط والقلق الذي يزيد من مهارات اللاعب ويحفزه على الداء والحد من القلق والغضب الذي يؤدي به إلى الاندفاع والتهور والاصطدام مع الخصم وبالتالي حدوث إصابات قد تؤدي إلى توقف نشاط الرياضي أو توقفه عن الممارسة لفترة طويلة مما يزيد من تدهور حالته لنفسية .

لذا يجب على المدربين الاهتمام بالجانب النفسي وحث لاعبيهم على الدخول للمقابلة بنفسية جيدة حيث تبين لنا من دراستنا أن المدربين يهتمون بتحضير اللاعبين بدنيا وخططيا وتقنيا ويهملون الجانب النفسي مما يفقد اللاعب الثقة بالنفس والشعور بالخوف والقلق والارتباك ، فالتحضير البدني والنفسي يضمنان الأداء الجيد أثناء المنافسة .

قائمة المراجع:

- الكتب:

1. أحمد محمد عبد الخالق (1998): الصدمة النفسية، مطبوعات جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، الكويت .
2. أسامة رياض ، الطب الرياضي وإصابات الملاعب، دار الفطر العربي ، القاهرة، 1998.
3. إخلاص محمد عبد الحفيظ (2002): التوجيه والإرشاد النفسي في المجال الرياضي، طبعة أولى، مركز الكتاب والنشر، القاهرة.
4. أسامة كامل راتب (1997 ب): احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي دار الفكر العربي القاهرة.
5. أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة – المفاهيم والتطبيقات ، ط3 ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2000
6. أمين أنور الخولي (1996): الرياضة والمجتمع، المجلس الوطني الثقافي للأدب والفنون، سلسلة عالم المعرفة، الكويت.
7. ديفد فونتانا (1994) : الضغوط النفسية . ترجمة حمدي الفرماوي ورضا أبو سريع مراجعة فؤاد أبو حطب، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .
8. سعيد حسني العزة وجودت عزة عبد الهادي (1999): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط1، عمان، الأردن.
9. شيخاني سمير (2003): الضغط النفسي، دار الفكر العربي، بيروت، لبنان.
10. علي جلال الدين، الإصابة الرياضية ((الوقاية والعلاج))، ط02، القاهرة، 2005
11. علي عسكر (2000): ضغوط الحياة .. وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث الكويت .
12. كيت كينان (1999): السيطرة على الضغوط النفسية، ترجمة مركز التعريب والترجمة، عرض جبار محمود، الدار العربية للعلوم، بيروت، لبنان.

13. محمد عادل رشدي، علم إصابة الرياضيين، ط2، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، 1995 ص16
 14. محمد حسن علاوي (1998 أ): سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي، طبعة أولى، دار الكتاب والنشر، القاهرة.
 15. محمد حسن علاوي (2002): سيكولوجية المدرّب الرياضي، طبعة أولى، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر العربية.
 16. محمد حسن علاوي و محمد عز الدين رضوان (1987): الاختبارات المهارية و النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة
 17. محمود عبد الفتاح عنان (1995): سيكولوجية التربية البدنية والرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة
 18. مصطفى حسين الباهي وآخرون (2002): الصحة النفسية في المجال الرياضي نظريات-تطبيقات، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
 19. مصطفى حسين الباهي وآخرون (2002): علم النفس الفسيولوجي، دار مكتبة الانجلو المصرية، طبعة أولى، القاهرة، مصر.
 20. نزار الطالب وكامل لويس : علم النفس الرياضي ، ط2 ، بغداد ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، 2000
 21. هارون توفيق الرشيد (1999): الضغوط النفسية – طبيعتها-نظرياتها-برامج لمساعدة الذات، تربية كفر الشيخ
 22. هيجان عبد الرحمان بن أحمد (1998): ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها، معهد الإدارة العامة، الرياض، السعودية.
 23. يحيى كاظم النقيب: علم النفس الرياضي ، الرياض ، معهد إعداد القادة ، اللجنة السعودية للتربية البدنية والرياضية ، 1990
- 2- الأطروحات والرسائل الجامعية:
1. بن عبد الله عبد القادر (2005): الضغوط النفسية لدى الرياضيين الناشئين –مصادرها وأعراضها، مذكرة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، قسم التربية البدنية و الرياضية دالي إبراهيم، جامعة الجزائر.
 2. محمد السيد الششتاوي (2000): دراسة مقارنة للضغوط النفسية المهنية لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية بقطاع وسط الدلتا التعليمي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، قسم علم النفس الرياضي، جامعة حلوان، مصر.
 3. نشوى محمود حنفي وهدان (2000): الضغوط النفسية لمدرّبي بعض الرياضات المائية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، قسم الرياضات المائية والمنازلات، جامعة حلوان، مصر.
 4. أيت حمودة حكيم (1999): العوامل النفسية الاجتماعية المساعدة على تطوير داء الربو – دراسة مقارنة بين ملتهبي المخاطية الأنفية ومرضى الربو الحساس، رسالة ماجستير، دراسة غير منشورة، قسم علم النفس وعلوم التربية، بوزريعة، جامعة الجزائر.
 5. مزياي فتيحة (1998): أثر الضغط المهني والمميزات النفسية على الصحة والرضا المهني عند المديرين، رسالة ماجستير، دراسة غير منشورة، قسم علم النفس وعلوم التربية، بوزريعة، جامعة الجزائر.

6. شمه محمد خليفة آل خليفة (1999): بناء مقياس للضغوط النفسية والمهنية لدى معلمين ومعلمات التربية الرياضية في الحلقة الثالثة من التعليم الأساسي والثانوي بدولة البحرين، أطروحة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، قسم علم النفس الرياضي، جامعة حلوان، القاهرة، مصر.
7. رضا مسعودي (2003): الضغط المهني لدى أطباء مصلحة الاستعجالات، مصادره ومؤشراته، مذكرة ماجستير غير منشورة معهد علم النفس، جامعة الجزائر.
- 5- المجلات العلمية:
8. بارون خضر عباس (1999): دراسة في الفروق بين الجنسين في الضغوط الناجمة عن أدوار العمل، المجلة التربوية، المجلد 13، العدد 52، مجلس النشر العلمي، جامعة الكويت.
9. الصباغ زهير (1981): ضغط العمل، المجلة العربية للإدارة، المجلد 05، العدد 01، جامع اليرموك، الأردن.
10. العتيبي آدم (1997): علاقة الضغوط العام بالاضطرابات السيكلوسوماتية والغياب الوظيفي، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 25، العدد 02، مجلس النشر العلمي الجامعي، جامعة الكويت.
11. عويد سلطان المشعان (2001): مصادر الضغوط في العمل دراسة مقارنة بين الموظفين الكويتيين، وغير الكويتيين في القطاع الحكومي، مجلة الملك سعود، م 13 العلوم الإدارية، الرياض.