

الفصل الرابع:

تحليل

ومناقشة النتائج

تمهيد :

في هذا الفصل عرض أهم النتائج التي أفرزتها المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها بعد تطبيق المقياس، وسنتطرق من خلال هذا العرض إلى تحليل النتائج وتفسيرها ومناقشتها على ضوء الإشكالية المطروحة والعروض التي صيغت والتأكد من مدى تحققها وتطابقها مع الواقع، لتخلص في الأخير إلى بعض التوصيات التي نرى أنها نافعة ومفيدة في هذا المجال.

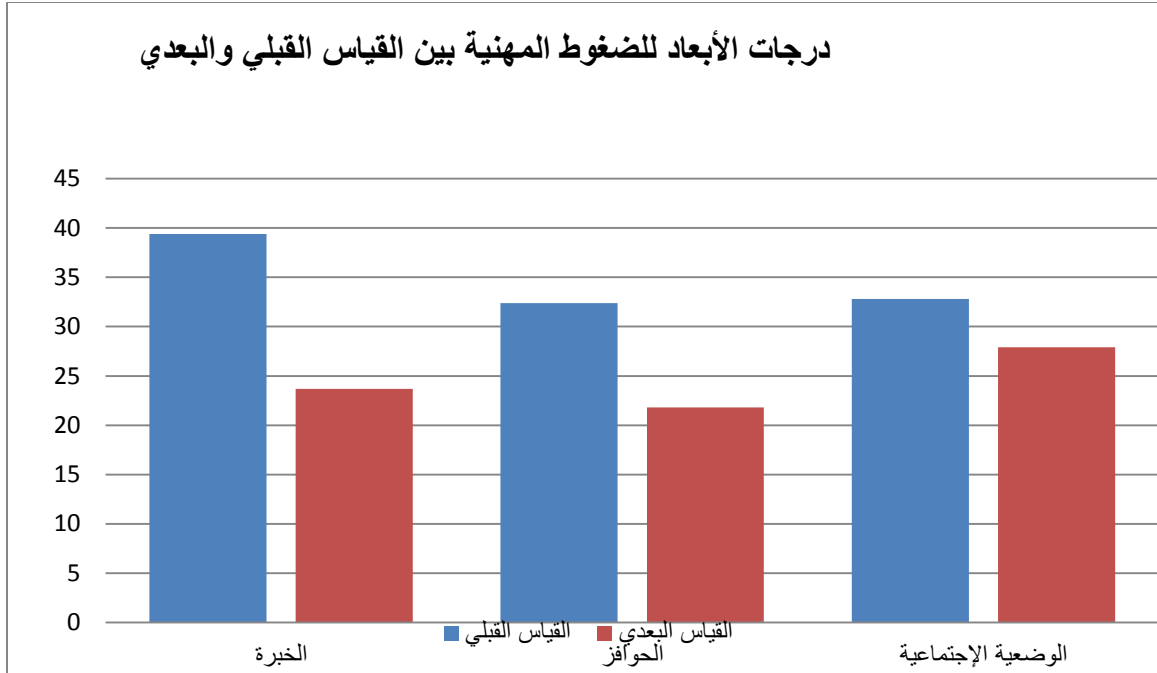
1- عرض وتحليل ومناقشة الفرضيات:

الجدول رقم(03) : يمثل المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستويات الضغط لمقياس الضغوط المهنية ومحاوره في القياس القبلي والبعدى.

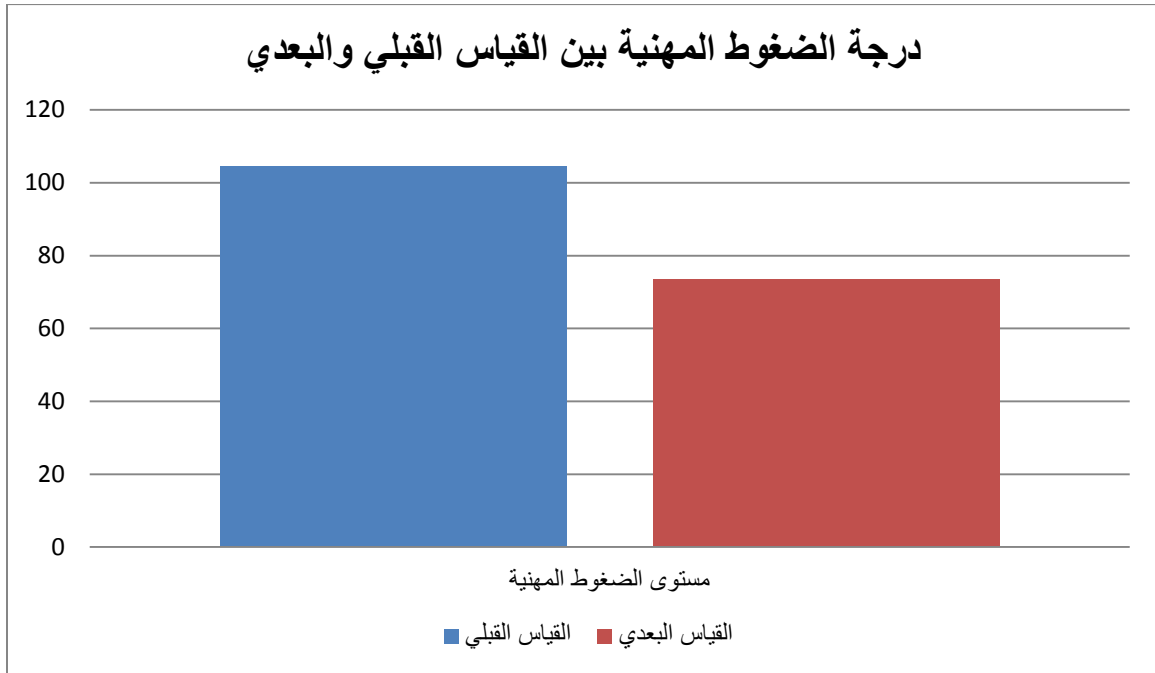
قياس البعدي			قياس قبلي			البعد
مستوى الضغوط	الإحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X	مستوى الضغوط	الإحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X	
متوسط	2.05	23.7	قوي	2.06	39.40	الخبرة
منخفض	5.59	21.8	متوسط	4.59	32.40	الحوافز
متوسط	2.96	27.9	متوسط	2.48	32.80	الوضعية الاجتماعية
متوسط	5.91	73.4	متوسط	5.94	104.60	الضغوط المهنية

من خلال هذا الجدول الذي يوضح لنا مستوى الضغط لدى أفراد العينة في القياس القبلي والبعدى للمقياس ككل ولكل محور على حدا، فكان مستوى الضغط في القياس القبلي لمحور الخبرة قوي وبعد البرنامج الترويجي انخفض في القياس البعدى إلى ضغط متوسط، أما محور الحوافز فقد كان الضغط متوسط لدى أفراد العينة ليصل إلى ضغط منخفض في القياس البعدى، وبقي مستوى الضغط متوسط في محور الحوافز لكل من القياسين القبلي والبعدى.

أما بالنسبة للمقياس ككل فكانت إستجابة العينة في القياس القبلي متوسط قريب من المرتفع وبعد البرنامج الرياضي الترويجي إنخفض مستوى الضغوط ليصل إلى ضغط متوسط قريب من المنخفض.



الشكل رقم 01: يمثل درجات الأبعاد للضغوط المهنية بين القياس القبلي والبعدى



الشكل رقم 02: يمثل مستوى الضغوط المهنية بين القياس القبلي والبعدى

1-1- عرض نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية سببه متغير الخبرة.

الجدول رقم(04): يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على أسئلة محور الخبرة في القياس القبلي والبعدي.

قياس البعدي		قياس قبلي		العبارة	رقم	نوع
الانحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X			
0.422	1.80	0.516	3.60	يطلب مني أن اعمل أكثر مما هو معقول .	01	الخبرة
0.699	2.40	0.843	4.40	أنا مسؤول عن مهام وواجبات كثيرة .	02	
0.675	2.70	0.567	4.10	أشعر أن المهمة المسندة إلي صعبة ومعقدة .	03	
0.919	2.20	0.849	3.50	أشعر أن عملي يحتاج إلى اليقظة دائما .	04	
0.675	2.70	0.942	4.00	أشعر أنني أتحمل لوحدي المسؤولية كاملة عن أي خطأ.	05	
1.101	2.90	0.737	4.10	اشعر بالخبرة بين ما تطلبه الإدارة مني و بين ما يجب تطبيقه.	06	
0.632	3.20	0.527	4.50	المهام الموكلة إلي غير واضحة .	07	
0.823	1.70	0.823	3.70	لا توجد حدود واضحة لسلطتي و مسؤوليتي .	08	
0.966	2.40	0.918	3.80	اشعر أنني لا أواكب آخر تطور في أساليب العمل .	09	
0.483	1.70	0.948	3.70	ما يهم المسعفون هو أن تتم معاملتهم بأسرع وقت حتى لو كان ذلك فوق طاقة الموظف .	10	

قراءة أولية للجدول الخاص بمحورالخبر من خلال 10 أسئلة ،وبعد المعالجة الإحصائية تحصلنا على النتائج المذكورة أعلاه والتي تعطينا لمحة عامة عن نتيجة كل عبارة ومن أبرزها نجد أن:

العبارة الأولى: تحصلت في القياس القبلي على 3.60 كمتوسط حسابي و0.51 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 1.80 والإنحراف المعياري 0.422 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثانية: تحصلت في القياس القبلي على 4.40 كمتوسط حسابي و0.84 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.40 والإنحراف المعياري 0.69 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثالثة: تحصلت في القياس القبلي على 4.10 كمتوسط حسابي و0.56 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.70 والإنحراف المعياري 0.67 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الرابعة: تحصلت في القياس القبلي على 3.50 كمتوسط حسابي و0.84 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.20 والإنحراف المعياري 0.91 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الخامسة: تحصلت في القياس القبلي على 4.00 كمتوسط حسابي و0.94 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.70 والإنحراف المعياري 0.67 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة السادسة: تحصلت في القياس القبلي على 4.10 كمتوسط حسابي و0.73 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.90 والإنحراف المعياري 1.10 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة السابعة: تحصلت في القياس القبلي على 4.50 كمتوسط حسابي و0.52 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 3.20 والإنحراف المعياري 0.63 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثامنة: تحصلت في القياس القبلي على 3.70 كمتوسط حسابي و0.82 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 1.70 والإنحراف المعياري 0.82 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة التاسعة: تحصلت في القياس القبلي على 3.80 كمتوسط حسابي و0.91 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.40 والإنحراف المعياري 0.96 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة العاشرة: تحصلت في القياس القبلي على 3.70 كمتوسط حسابي و0.94 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 1.70 والإنحراف المعياري 0.48 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

للتحقق من صحة الفرضية استخدمنا اختبار ت لعينتين مرتبطتين T-test for paired samples لقياس الفروق بين متوسطي درجات العينة في بعد الخبرة في القياس القبلي والقياس البعدي.

الجدول رقم (05): يمثل نتائج استجابات العينة على محور الخبرة:

القياس	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	قيمة T	درجة الحرية Df	القيمة المعنوية Sig	مستوى الدلالة a	القرار الإحصائي
القياس القبلي	39.40	2.06	-15.691	9	0.000	0.05	الفروق دالة
القياس البعدي	23.70	2.05					

للتحقق من صحة الفرض القائل: " للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من الضغوط المهنية لدى

أعوان الحماية المدنية يعزى لبعدها الخبرة

تم استخدام اختبار "ت" للفرق بين متوسطي عينتين Independent Samples Test

وذلك للتحقق من دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية .

يكون الحكم على دلالة قيم اختبار "ت" من عدمها اعتماداً على مستوى الدلالة، فإذا كان مستوى الدلالة

أصغر من 0.05 فقيمة "ت" دالة إحصائياً، أما إذا كان أكبر من 0.05 فقيمة "ت" غير دالة إحصائياً.

ومن خلال الجدول الخاص بالفرضية الأولى نرى أن الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي في القياس القبلي 39.40

وفي القياس البعدي 23.70 والانحراف المعياري في القياس القبلي 2.06 والقياس البعدي 2.05 وقيمة t

المحسوبة -15.69 ودرجة الحرية 9 والقيمة المعنوية 0.00 أقل من مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أنه

يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي.

1-2- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية سببه متغير الحوافز.

الجدول رقم (06) : يمثل بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على أسئلة محور الحوافز في القياس القبلي والبعدي.

قياس البعدي		قياس قبلي		العبارة	عدد الجواب
المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S		
0.516	1.60	0.527	2.50	الراتب الذي أتقاضاه لا يكفي لسد الحاجات الضرورية .	01
1.476	3.20	0.942	4.00	الراتب الذي أتقاضاه أقل من الراتب الذي يتحصل عليه العمال في المؤسسات الأخرى .	02
1.080	2.50	0.948	3.70	أشعر أن الراتب الذي أتقاضاه لا يتناسب مع كفاءتي العلمية .	03
0.316	1.90	0.737	3.10	لا يوجد نظام حوافز جيد في المؤسسة .	04
0.876	1.90	0.875	3.10	التحفيزات المالية قليلة جدا أو معدومة.	05
1.252	2.30	0.966	3.40	أشعر أن الترقية لا تتم بناء على الكفاءة أو الشهادة العلمية.	06
1.101	2.10	1.370	3.10	تقييم أداء الموظفين لا يقوم على أسس عادلة .	07
1.317	2.20	1.251	3.30	إذا أردت الحصول على ترقية يجب أن ابحت على فرص عمل أخرى .	08
1.155	2.00	1.054	3.00	لا توجد امتيازات وظيفية مقارنة مع المؤسسات الأخرى .	09
0.738	2.10	0.788	3.20	أشعر بالإحباط لعدم تقدير المنتفعين للجهود التي تقوم بها .	10

قراءة أولية للجدول الخاص بمحور الحوافز من خلال 10 أسئلة، وبعد المعالجة الإحصائية تحصلنا على النتائج المذكورة أعلاه والتي تعطينا لمحة عامة عن نتيجة كل عبارة ومن أبرزها نجد أن:
العبارة الأولى: تحصلت في القياس القبلي على 2.50 كمتوسط حسابي و0.52 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 1.60 والإنحراف المعياري 0.51 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثانية: تحصلت في القياس القبلي على 4.00 كمتوسط حسابي و0.94 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 3.20 والإنحراف المعياري 1.47 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثالثة: تحصلت في القياس القبلي على 3.70 كمتوسط حسابي و0.94 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.50 والإنحراف المعياري 1.08 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الرابعة: تحصلت في القياس القبلي على 3.10 كمتوسط حسابي و0.73 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 1.90 والإنحراف المعياري 0.31 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الخامسة: تحصلت في القياس القبلي على 3.10 كمتوسط حسابي و0.87 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 1.90 والإنحراف المعياري 0.87 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة السادسة: تحصلت في القياس القبلي على 3.40 كمتوسط حسابي و0.96 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.30 والإنحراف المعياري 1.25 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة السابعة: تحصلت في القياس القبلي على 3.10 كمتوسط حسابي و1.37 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.10 والإنحراف المعياري 1.10 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثامنة: تحصلت في القياس القبلي على 3.30 كمتوسط حسابي و1.25 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.20 والإنحراف المعياري 1.31 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة التاسعة: تحصلت في القياس القبلي على 3.00 كمتوسط حسابي و1.05 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.00 والإنحراف المعياري 1.15 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة العاشرة: تحصلت في القياس القبلي على 3.20 كمتوسط حسابي و0.78 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.10 والإنحراف المعياري 0.73 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

للتحقق من صحة الفرضية إستخدمنا إختبار ت لعينتين مرتبطتين T-test for paired samples لقياس الفروق بين متوسطي درجات العينة في بعد الحوافز في القياس القبلي والقياس البعدي.

الجدول رقم (07): يمثل نتائج استجابات العينة على محور الحوافز

القياس	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	قيمة T	درجة الحرية Df	القيمة المعنوية Sig	مستوى الدلالة a	القرار الإحصائي
القياس القبلي	32.40	4.59	-18.239	9	0.000	0.05	الفروق دالة
القياس البعدي	21.80	5.59					

ومن خلال الجدول الخاص بالفرضية الأولى نرى أن الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي في القياس القبلي 32.40 وفي القياس البعدي 21.80 والانحراف المعياري في القياس القبلي 4.59 والقياس البعدي 5.59 وقيمة t المحسوبة -18.23 ودرجة الحرية 9 والقيمة المعنوية 0.00 اقل من مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي.

1-3- عرض نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

لبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر على التقليل من الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية سببه متغير المهارات الإجتماعية.

الجدول رقم (08) : يمثل يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على أسئلة محور الوضعية الاجتماعية في القياس القبلي والبعدي.

قياس البعدي		قياس قبلي		العبارة		
الانحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X			
0.850	2.50	0.875	2.90	أبحث عن حلول للمشاكل التي تواجهني في عملي .	21	بعد الوضعية الاجتماعية
1.197	2.90	0.849	3.50	أتعامل بعصبية عندما أتعرض لمواقف ضاغطة مع زملائي والمسعفين .	22	
1.160	2.30	1.032	3.20	أحب الصمت و عدم محادثة الآخرين عندما أتعرض لمشكلة مهنية.	23	
0.919	2.20	1.032	2.80	الجا إلى التحدث للآخرين عما يقلقني لأشعر بالراحة في عملي.	24	
1.059	2.70	1.054	3.00	أقبل حقيقة ما يجري حولي من مشكلات مهنية.	25	
0.994	3.90	0.875	4.10	تصرفاتي الشخصية هي المسؤولة عما يحدث في العمل .	26	
0.949	2.30	1.229	2.80	استطيع التغيير في الأحداث عندما أقوم بادوار فعالة في عملي.	27	
0.816	2.00	1.251	2.70	أنال احترام زملائي أثناء أداء عملي.	28	
1.370	3.10	1.429	3.40	سلوكي الشخصي هو الذي يحدد مساري المهني.	29	
0.943	4.00	0.516	4.40	تلعب الوراثة دورا في تحديد شخصيتي في العمل.	30	

قراءة أولية للجدول الخاص بمحور الوضعية الاجتماعية من خلال 10 أسئلة، وبعد المعالجة الإحصائية تحصلنا على النتائج المذكورة أعلاه والتي تعطينا لمحة عامة عن نتيجة كل عبارة ومن أبرزها نجد أن:

العبارة الاولى: تحصلت في القياس القبلي على 2.90 كمتوسط حسابي و 0.87 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.50 والإنحراف المعياري 0.85 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثانية: تحصلت في القياس القبلي على 3.50 كمتوسط حسابي و 0.84 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.90 والإنحراف المعياري 1.19 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثالثة: تحصلت في القياس القبلي على 3.20 كمتوسط حسابي و 1.03 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.30 والإنحراف المعياري 1.16 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الرابعة: تحصلت في القياس القبلي على 2.80 كمتوسط حسابي و 1.03 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.20 والإنحراف المعياري 0.91 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الخامسة: تحصلت في القياس القبلي على 3.00 كمتوسط حسابي و 1.05 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.70 والإنحراف المعياري 1.05 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة السادسة: تحصلت في القياس القبلي على 4.10 كمتوسط حسابي و 0.87 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 3.90 والإنحراف المعياري 0.99 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة السابعة: تحصلت في القياس القبلي على 2.80 كمتوسط حسابي و 1.22 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.30 والإنحراف المعياري 0.94 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة الثامنة: تحصلت في القياس القبلي على 2.70 كمتوسط حسابي و 1.25 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 2.00 والإنحراف المعياري 0.81 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة التاسعة: تحصلت في القياس القبلي على 3.40 كمتوسط حسابي و 1.42 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 3.10 والإنحراف المعياري 1.37 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

العبارة العاشرة: تحصلت في القياس القبلي على 4.40 كمتوسط حسابي و 0.51 كإنحراف معياري أما في القياس البعدي وجدنا أن المتوسط الحسابي 4.00 والإنحراف المعياري 0.94 ومنه نرى أن البرنامج المقترح كانت له فعالية واضحة من خلال المقارنة بين المتوسط الحسابي القبلي والمتوسط الحسابي البعدي والإنحراف المعياري القبلي والبعدي عند مستوى الدلالة 0.05 .

وللتحقق من صحة الفرضية استخدمنا اختبار ت لعينتين مرتبطتين T-test for paired samples لقياس الفروق بين متوسطي درجات العينة في الوضعية الاجتماعية في القياس القبلي والقياس البعدي.

الجدول رقم (09): يمثل نتائج إستجابات العينة على محور الوضعية الإجتماعية

القياس	المتوسط الحسابي X	الانحراف المعياري S	قيمة T	درجة الحرية Df	القيمة المعنوية Sig	مستوى الدلالة a	القرار الإحصائي
القياس القبلي	32.80	2.48	-10.168	9	0.000	0.05	الفروق دالة
القياس البعدي	27.90	2.96					

ومن خلال الجدول الخاص بالفرضية الأولى نرى أن الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي في القياس القبلي 32.80 وفي القياس البعدي 27.90 والانحراف المعياري في القياس القبلي 2.48 والقياس البعدي 2.96 وقيمة t المحسوبة -10.16 ودرجة الحرية 9 والقيمة المعنوية 0.00 اقل من مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج انه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي.

1-4- عرض نتائج الفرضية الرئيسية:

للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية.

وللتحقق من صحة الفرضية إستخدمنا اختبار ت لعينتين مرتبطتين T-test for paired samples لقياس الفروق بين متوسطي درجات العينة في القياس القبلي والقياس البعدي في مستوى الضغوط المهنية.

الجدول رقم (10): يمثل نتائج إستجابات العينة على الضغوط المهنية

القرار الإحصائي	مستوى الدلالة a	القيمة المعنوية Sig	درجة الحرية Df	قيمة T	الانحراف المعياري S	المتوسط الحسابي X	القياس
الفروق دالة	0.05	0.000	9	-27.529	5.94	104.60	القياس القبلي
					5.91	73.04	القياس البعدي

من خلال الجدول الخاص بالفرضية العامة نرى أن الدرجة الكلية للمتوسط الحسابي في القياس القبلي 104.60 وفي القياس البعدي 73.04 والانحراف المعياري في القياس القبلي 5.94 والقياس البعدي 5.91 وقيمة t المحسوبة -27.52 ودرجة الحرية 9 والقيمة المعنوية 0.00 أقل من مستوى الدلالة 0.05 ومنه نستنتج أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية لصالح القياس البعدي. ومستوى الضغوط المهنية كان متوسط.

2- مناقشة نتائج الفرضيات:

2-1- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

والتي نصت على أنه للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية سببه متغير الخبرة.

يرجع الباحث نتائج هذه الفرضية إلى كون الأفراد حققوا إشباعات كثيرة في حياتهم المهنية والتكيف مع جميع المواقف الضاغطة من خلال سنوات الخبرة وكيفية التعامل معها مما يجعل نظرة العامل إلى عوامل الضغط المهني تختلف كثيرا عن نظرتة عليها في السابق فتقل درجة إحساسه بالضغط إزاء بعض العوامل وقد تصبح بالنسبة له لا تمثل عامل ضغط إطلاقا.

وهذا ما يتفق مع دراسة (قصار الماحي 2015) السالفة الذكر والتي توصلت نتائجها فيما يخص سنوات الخبرة أن معانات الموظفين ذوي الخبرة الأقل من ضغوط العمل بدرجة تفوق الموظفين ذوي الخبرات المتوسطة والعليا.

2-2- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

والتي نصت على أنه للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح اثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية سببه متغير الحوافز.

و يرى الباحث أن وسائل التحفيز المختلفة يمكنها أن تؤثر في شعور العاملين بأن هناك ضغوط واضحة في العمل، حيث أن العمل الميداني في الحماية المدنية يحتاج إلى منح المزيد من وسائل التحفيز حتى يكون هناك تشجيع للأفراد على الإنخراط في العمل الميداني ، وهذا ما أكدته نتائج المتحصل عليها من خلال تطبيق المقياس على العينة المدروسة.

2-3- مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

والتي نصت على أنه للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية سببه متغير المهارات الاجتماعية.

يرى الباحث أن للمحيط الاجتماعي والوسط السري دور لا يستهان به في كيفية إدراك الفرد لمحيط عمله وأثر لا يمكن تجاهله في درجة شعوره بالضغط أثناء العمل فالفرد الذي تكون حياته الاجتماعية والأسرية خاصة مستقرة لا يتأثر كثيرا بالضغط بنفس الدرجة التي يتأثر بها فيما لو كانت حياته الأسرية مضطربة إذ تعمل هذه الأخيرة على تعديل العلاقة بين الفرد ومحيط عمله إيجابا أو سلبا، ويرى الكثير من الباحثين أن الحياة الاجتماعية للعامل تتأثر بصفة كبيرة ، وهذا ما أكدته دراسة رقية قاجة (2014) والتي تنص على أنه يمكن تفسير هذه النتيجة بزيادة المسؤولية والأعباء إضافة إلى الضغوط المهنية مما يجعل الأعوان إلى تبني هذه الأساليب لمواجهة هذه الضغوط.

2-4- مناقشة نتائج الفرضية العامة:

والتي نصت على أن للبرنامج الرياضي الترويحي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية.

انطلاقاً من عرض ومناقشة فرضيات الدراسة الحالية اتضح أن للبرنامج الترويحي تأثير في التقليل من مستوى الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية، وذلك أن نتائج إجابات أفراد العينة اختلفت إختلافاً كبيراً في القياسين القبلي والبعدى وذلك بالنسبة لمقياس الضغوط المهنية، تراجعت إجاباتهم في القياس البعدى وذلك طبعاً للأثر الذي أحدثته الحصص وما تتضمنه من تمارين هادفة التي عملت على تعزيز وتقوية المهارات الإجتماعية لدى أفراد العينة والتي إنعكست إيجاباً في خفض مستوى الضغط المهني وهذا ما يتوافق مع دراسات التي قام بها كل من هانسون و أكنور و جولي سيمون و ماك كولوي و اخرون التي اوضحت نتائجها ان ممارسة النشاط الرياضي او الهوايات تساهم من خفض مستويات القلق وحدة الاكتئاب النفسي و كذلك تأكيد المفهوم النفسي للذات وكذا اشار تقرير لنقابة اطباء الامريكيين ان برامج الترويح تؤدي من الاقلال إلى حالات التوتر العصبي والملل والإكتئاب النفسي والقلق.

ويرجع الباحث ذلك إلى:

- الإعتماد على الأسس العلمية في بناء الوحدات، وذلك من خلال آراء الباحثين والخبراء في مجال التخصص.
- الأساليب والطرق المنتهجة في تسيير الحصص والمتمثلة في الألعاب والتمارين المناسبة حسب أفراد العينة معتمداً على طريقة التعلم وإعطاء الحرية لأفراد العينة بالنسبة للزمن حسب قدرات كل فرد.
- إعتماد تمارين هادفة تعمل على تنمية الجوانب النفسية والإجتماعية والمتمثلة في تمارين الإسترخاء ودعم الثقة بالنفس وتقدير الذات، وتطوير مهارات التواصل والإتصال اللفظي وغير اللفظي والتفاعل بين أفراد العينة.
- تعاون ورغبة أفراد العينة في المشاركة الفعالة في إنجاح البرنامج.

3-الإستنتاجات العامة:

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا، وتطبيق البرنامج الرياضي المقترح على عينة البحث، وبعد جمع البيانات وعرضها ومعالجتها إحصائيا ومناقشة نتائج الدراسة ومقارنتها مع الدراسات السابقة ذات العلاقة توصلنا في حدود عينة الدراسة إلى استنتاج ما يلي:

وتنص الفرضية الأولى: للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية يعزى لمتغير الخبرة، وقد تحققت.

وتنص الفرضية الثانية: للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية يعزى لمتغير الحوافز، وقد تحققت.

وتنص الفرضية الثالثة: للبرنامج الرياضي الترويجي المقترح أثر على التقليل من مستويات الضغوط المهنية لدى أعوان الحماية المدنية يعزى لمتغير الوضعية الاجتماعية، وقد تحققت.