

حرکت

شماره ۶ - پاییز ۱۳۷۹

ص ص : ۷۱-۵۹

## بررسی عوامل استرس‌زای شغلی در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزش دانشگاه‌های دولتی کشور

رحیم رضانی نژاد - دکتر محمد خبیری - دکتر حسن اسدی - دکتر مهرعلی همتی نژاد  
عضو هیأت علمی دانشگاه گیلان - استادیار دانشگاه تهران  
استادیار دانشگاه تهران - استادیار دانشگاه گیلان

### چکیده

در بهداشت سازمانی، بررسی عوامل استرس‌زای شغلی، در مشاغل مختلف با نتایج متفاوتی همراه بوده است. هدف تحقیق حاضر، بررسی عوامل استرس‌زای شغلی (استرسورهای فردی) در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزشی دانشگاه‌های دولتی کشور است. انتخاب مربیان به صورت تصادفی از بین ۱۴ رشته ورزشی انجام گرفته است. از بین ۳۴۶ مربی رسمی دانشگاه‌ها، تعداد ۱۹۳ نفر به عنوان نمونه آماری تحقیق انتخاب شدند. ابزار تحقیق، فرم کوتاهی از پرسشنامه عوامل استرس‌زای شغلی است که با ۱۷ سؤال ۷ ارزشی لیکرتی عوامل استرس‌زای فردی را اندازه‌گیری می‌کند. پایایی این ابزار در یک مطالعه راهنما بر روی ۲۵ مربی ورزش آموزشگاه‌های استان گیلان و با استفاده از ضریب همبستگی آلفا کرونباخ، ۰/۹۳ محاسبه گردیده است. در تجزیه و تحلیل یافته‌های تحقیق، از آزمون t مستقل، ضریب همبستگی پیرسون و ANOVA استفاده شده است. تجزیه و تحلیل اطلاعات نشان داد که مربیان تربیت‌بدنی بیشتر از حد متوسط با عوامل استرس‌زا روبرو هستند و عوامل استرس‌زای حساسیت‌کار، حجم کار و فشار زمان (کمبود زمان)، به ترتیب شایع‌ترین عوامل استرس‌زا در بین مربیان بودند. بررسی کامل عوامل استرس‌زای شغلی به کنترل عوامل شخصیتی تیپ الف یا ب، مرکز کنترل و سایر رویدادهای زندگی بستگی دارد.

## واژه‌های کلیدی

عوامل استرس‌زای شغلی، مربیان ورزشی، فشار کیفیت کار حجم کار و فشار زمان

### مقدمه

شناخت عوامل استرس‌زای شغلی<sup>۱</sup>، مورد توجه بسیاری از محققان علوم اجتماعی، روان‌شناسی و رفتار سازمانی قرار گرفته‌است. بررسی عوامل یا محرک‌های استرس‌زای شغلی، از دیدگاه‌های نظری مختلف به دو منبع و عامل اساسی ماکرواسترسورها (عوامل استرس‌زای سازمانی) و میکرواسترسورها (عوامل استرس‌زای فردی) محدود شده‌است. میکرواسترسورها به عوامل فردی، گروهی و فیزیکی مربوط به ماهیت شغل یا وظیفه (مانند ابزار و امکانات، حجم و حساسیت کار) وابسته‌اند (۵) و ارتباط زیادی با پیامدهای منفی جسمانی، عاطفی، رفتاری، شناختی و سازمانی دارند (۵، ۶، ۹، ۱۳ و ۲۴). این عوامل مانند حجم و کمیت کار<sup>۲</sup>، ابهام و تضاد نقش<sup>۳</sup>، حساسیت و کیفیت کار<sup>۴</sup>، فشار زمان<sup>۵</sup> و تکنولوژی شغل<sup>۶</sup> در کنار سایر ویژگی‌های فردی مانند وضعیت تأهل، سن، تجربه، جنس، وضعیت رفاهی و غیره ارتباط زیادی با کاهش عملکرد و رضایت‌مندی، افزایش اضطراب و افسردگی، تحلیل و خستگی و سایر اختلالات روان‌تنی نشان داده‌اند (۲۷ و ۳۱). مطالعات پوران رئیس، الوانی، ابطیحی، محمدی، علوی، صدیقی، دموری، حیدری، ملکوتی و همکاران، ظهیری، کیانی و کشتکاران در مشاغل مختلف شیوع عوامل استرس‌زای شغلی را در داخل کشور اثبات می‌کند.

بررسی ماهیت سازمان و حرفه تربیت‌بدنی و ورزش از دیدگاه‌های مختلف نشان می‌دهد که ماهیت این حرفه و شرایط کار در آن با بسیاری از مشاغل متفاوت است. فیجین و بن سیرا<sup>۷</sup> (۱۹۹۵) با بررسی تأثیر محیط کار معلمان و مربیان تربیت‌بدنی و ورزش، به این نتیجه رسیدند که شرایط ویژه حرفه و شغل مربیگری استرس زیادی را ایجاد می‌کند (۲۰). کلی و گیل<sup>۸</sup> (۱۹۹۳) در تحقیق کاملی بر اساس یک مدل شناختی - عاطفی، ویژگی‌های فردی، موضوعات و مشکلات مربیگری را در زمینه

1- Job stressor Factors

2- Quantitative Overload

3- Role Conflict & ambiguity

4- Qualitative Overload

5- Time Pressure

6- Job Technology

7- Feigin & Ben sira

8- Kelley & Gill

استرس شغلی بررسی کردند و نشان دادند که در این حرفه منابع بالقوه استرس‌زا بسیار زیاد است (۲۵) و مربیان تربیت‌بدنی و ورزش دانشگاه‌های دولتی کشور نیز به دلیل ایفای نقش‌های آموزشی (تدریس)، پژوهشی و مربیگری احتمالاً در معرض این عوامل استرس‌زا قرار دارند. تحقیق حاضر صرف نظر از بررسی روند درک و تفسیر مربیان نسبت به عوامل استرس‌زا و همچنین پیامدهای ناشی از محرک یا عامل استرس‌زا، فقط به بررسی برخی از عوامل استرس‌زای شغلی در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزش دانشگاه‌های دولتی کشور پرداخته است.

تحقیق در زمینه عوامل استرس‌زای شغلی در سازمان‌های ورزشی داخل کشور، بسیار محدود است. حسن اسدی در رساله دوره دکتری مدیریت تربیت‌بدنی و ورزش نشان داد که در بین مدیران سازمان تربیت‌بدنی و سازمان برنامه و بودجه سابق (سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی فعلی)، حساسیت و عوامل کیفیت کار، کمیت و حجم کار، تکنولوژی شغل و فشار زمان چهار منبع مهم و مشترک استرس‌زا بوده‌اند؛ اگر چه سایر عوامل استرس‌زای شغلی (مانند تضاد و ابهام نقش، پیشرفت شغلی و تکنولوژی شغلی) در این دو گروه دارای اولویت متفاوتی بود، ولی میزان استرس مدیران تربیت‌بدنی در همه عوامل بیشتر بود. همچنین هیچ ارتباط معنی‌داری بین عوامل استرس‌زای شغلی با وضعیت تأهل، سابقه کار و میزان تحصیلات کامل مدیران مشاهده نشد. البته ارتباط میزان تحصیلات مدیران سازمان مدیریت و برنامه‌ریزی با عوامل استرس‌زای شغلی مثبت و معنی‌دار بود (۲).

پریوش نوربخش در رساله دکتری مدیریت تربیت‌بدنی و ورزش، با بررسی عوامل فشارزای شغلی و ارتباط این عوامل با سلامت روانی دبیران تربیت‌بدنی و ورزش استان خوزستان، نشان داد که ارتباط بین استرس و سابقه تحصیلی دبیران، منفی و بدون معناست، ولی بین افزایش عوامل استرس‌زای شغلی و سلامت روانی دبیران مرد ارتباط مثبت و معناداری وجود داشت (۱۶). در این تحقیق، تفاوت معناداری در عوامل استرس‌زای شغلی بین دبیران مدارس راهنمایی و دبیرستان مشاهده شد. البته دبیران تربیت‌بدنی زن و مرد با مدرک کارشناسی ارشد و دبیران جوان تربیت‌بدنی (۲۵ - ۳۰ ساله) از عوامل استرس‌زای بیشتری رنج می‌بردند. همچنین تفاوت استرس شغلی بین مربیان متأهل و مجرد معنادار بود و مربیان مجرد استرس بیشتری را نشان می‌دادند.

حسن اسدی با بررسی و مرور مدل‌های نظری استرس و نتایج تحقیقات داخلی و خارجی نشان داده که اکثر مشاغل، به ویژه در مشاغل صنعتی و حساس، استرس و پیامدهای روان‌تنی ناشی از آن شیوع بسیار زیادی دارد. علاوه بر این، پریوش نوربخش با مرور نتایج پژوهش‌های بسیار زیاد

(۱۹۸۳-۱۹۹۳) در زمینه استرس معلمان و استادان تربیت‌بدنی و غیرتربیت‌بدنی نشان داد که در این گروه‌ها کار اضافی (حجم کار) و کمبود وقت (فشار زمان) شایع‌ترین عامل استرس‌زاست. همچنین معلمان زن، جوان، کم تجربه و مجرد نسبت به معلمان مرد، با سابقه و متأهل از استرس بیشتری رنج می‌بردند. شلتز و دیگران<sup>۱</sup> (۱۹۸۹) بیان می‌کنند که تضاد نقش و ساعات کار زیاد از عوامل استرس‌زای اصلی در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزش است. ویلیامز و میلر<sup>۲</sup> (۱۹۸۲) نیز با بررسی ماهیت تربیت‌بدنی و ورزش ساعات نامناسب کار، فشار زمان، وظایف متعدد، انتظارات زیاد و جدول کاری شلوغ را از مهمترین عوامل استرس‌زا در حرفه مربیگری تلقی می‌کنند و معتقدند که این منابع بالقوه استرس‌زا در سایر سازمان‌ها و مشاغل زیاد مشاهده نمی‌شوند. در صورتی که کامبرلین<sup>۳</sup> (۱۹۸۹) فقط فشار زمان را مهمترین عامل استرس‌زا در این حرفه می‌داند. ویلیامسون<sup>۴</sup> (۱۹۹۳) با بررسی عوامل حمایت سازمانی و استرس در بین مربیان ورزش دانشگاه‌ها، ابهام نقش را مهمترین عامل استرس‌زا عنوان می‌کند.

کارن ای دانیل چاک<sup>۵</sup> (۱۹۹۳) معتقد است که عوامل استرس‌زای سازمانی (ماکرواسترسورها) بیشتر از عوامل استرس‌زای فردی (میکرواسترسورها) در بروز استرس نقش دارند و در بین عوامل فردی نیز حجم کار و فشار زمان دو عامل اصلی استرس‌زا هستند. وی و محققان دیگری مانند ماسلچ<sup>۶</sup> (۱۹۸۲)، کوئیک کی<sup>۷</sup> (۱۹۸۹)، کاسیزوما یبرگ<sup>۸</sup> (۱۹۸۴)، ویلسون و دیگران<sup>۹</sup> (۱۹۸۹)، پیل و وینبرگ<sup>۱۰</sup> (۱۹۸۶)، چرنیس<sup>۱۱</sup> (۱۹۸۸)، پهل<sup>۱۲</sup> (۱۹۸۳)، پینر، آرتسون و کافری<sup>۱۳</sup> (۱۹۸۱) و غیره با بررسی رابطه متغیرهای فردی با عوامل استرس‌زای فردی، بیان می‌کنند که مربیان زن، مجرد و کم سابقه از استرس بیشتری رنج می‌برند (۲۰). محققان با بررسی موقعیت اجتماعی و شغلی معلمان و مربیان در

پرتال جامع علوم انسانی

- |                            |                        |
|----------------------------|------------------------|
| 1- Schltz et al            | 2- Williams & Miller   |
| 3- Camberlin               | 4- Willason            |
| 5- Karen E.Danylchuk       | 6- Maslach             |
| 7- Quigley                 | 8- Caccese & Mayerberg |
| 9- Wilson et al            | 10- Pale & Weinberg    |
| 11- Cherniss               | 12- Pohl               |
| 13- Pines, Aronson & Kafry |                        |

بین سایر اعضا و کارکنان آموزشی، ساختار کلاس، وابستگی حرفه به تسهیلات و ابزار، فشار رقابت و رعایت نکات ایمنی و روانی بیان می‌کنند که حجم کار زیاد، فشار زمان، تعامل با ورزشکاران در کنار سایر متغیرهای فردی، تأثیر زیادی در استرس و تحلیل رفتگی<sup>۱</sup> مربیان دارند (۷۱، ۲۱، ۲۳ و ۲۵).

## روش تحقیق

این تحقیق از نوع توصیفی و پیمایشی است و عوامل استرس‌زای شغلی مربیان را به صورت علی - مقایسه‌ای و همبستگی بررسی کرده‌است.

## جامعه آماری تحقیق

جامعه آماری این تحقیق شامل کلیه مربیان تربیت‌بدنی و ورزش دانشگاه‌های دولتی کشور است که در رشته‌های مختلف ورزشی و زیر نظر مدیران تربیت‌بدنی و فوق برنامه دانشگاه‌ها، رهبری و هدایت تیم‌های ورزشی دانشجویان را در مسابقات قهرمانی دانشگاه‌های کشور در سال ۱۳۷۸ بر عهده داشتند. از بین رشته‌های ورزشی دانشگاه‌ها، تعداد ۱۴ رشته ورزشی به طور تصادفی انتخاب شد و از بین کل مربیان رسمی دانشگاه‌ها (۳۴۶)، تعداد ۱۹۳ مربی به عنوان نمونه آماری در تحقیق شرکت داده شدند.

## ابزار تحقیق

اطلاعات مورد نیاز تحقیق از طریق پرسشنامه عوامل استرس‌زای شغلی<sup>۲</sup> به دست آمده‌است. این پرسشنامه دارای ۳۰ سؤال می‌باشد که ۱۶ سؤال آن عوامل استرس‌زای فردی را اندازه‌گیری می‌کند. میزان پایایی این ابزار در تحقیق حسن اسدی<sup>۳</sup> ۸۰٪ گزارش شده‌است (۲، ص ۷۶). در تحقیق حاضر نیز پایایی این آزمون در مطالعه راهنما بر روی ۲۵ مربی تربیت‌بدنی آموزش و پرورش گیلان با استفاده از ضریب آلفا کرونباخ، ۰/۹۳ برآورد گردیده است.

## روش جمع‌آوری اطلاعات

با استفاده از تقویم مسابقات قهرمانی دانشگاه‌های کشور و دریافت معرفی‌نامه از سوی اداره کل

1- Burn-out

2- Spielberger Job Stress Survey

تربیت بدنی و ورزش وزارت علوم، تحقیقات و فن آوری و همکاری انجمن های ورزشی دانشگاه ها، پرسشنامه عوامل استرس زای شغلی از طریق محقق و برخی از دانشجویان توجیه شده، در محل مسابقات به مربیان تحویل و دریافت گردیده است، برخی از پرسشنامه ها نیز به دلیل اتمام مسابقات تا اسفند ۷۸ از طریق پست ارسال و دریافت شده است.

### روش تجزیه و تحلیل یافته های تحقیق

برای تجزیه و تحلیل استنباطی داده ها (آزمون t مستقل، ضریب همبستگی پیرسون و ANOVA) از برنامه رایانه ای SPSS استفاده شده است.

### نتایج

بررسی ویژگی های فردی مربیان جهت تعیین ارتباط این ویژگی ها با عوامل استرس زای شغلی، نشان می دهد که ۵۳٪ از مربیان دارای تحصیلات تربیت بدنی هستند. مدرک تحصیلی ۳۷/۴٪ مربیان دیپلم و فوق دیپلم است و ۵۱/۳٪ مربیان مدرک کارشناسی دارند. در زمینه امکانات رفاهی، ۶۴/۷٪ مربیان دارای مسکن شخصی و ۳۲/۶٪ آنان دارای وسیله نقلیه شخصی هستند. ۵۸٪ مربیان به حرفه دوم اشتغال دارند و ۶۴٪ نیز بیشتر از ۶ ساعت در روز کار می کنند. به طور کلی، ۳۶٪ (مربیان زن ۴۸/۲٪) مجردند و ۴۲٪ همسران مربیان نیز شاغل اند.

وضعیت نمرات عوامل مختلف استرس زای شغلی در بین مربیان، نشان می دهد که قدرت استرس زایی ابهام نقش، تضاد نقش، پذیرش مسئولیت دیگران، تکنولوژی شغل و پیشرفت شغلی، به ترتیب از کم به زیاد است، در صورتی که عامل کیفیت و حساسیت کار، کمیت و حجم کار و فشار زمان بیشترین استرس را به مربیان تربیت بدنی وارد می کند. مقایسه اجزا و کل عوامل استرس زای شغلی در بین مربیان، نشان می دهد (جدول ۱) که از نظر عوامل استرس زای شغلی بین مربیان دارای تحصیلات تربیت بدنی و غیر تربیت بدنی، دارای حرفه دوم و فاقد حرفه دوم، هیچ گونه تفاوت معنی داری وجود ندارد. در صورتی که بیشترین تفاوت معنی دار در اجزا و کل عوامل استرس زای شغلی بین مربیان زن و مرد مشاهده شده است. بنابراین زنان از نظر تضاد نقش، پیشرفت شغلی، پذیرش مسئولیت دیگران و فشار زمان بیشتر از مردان تحت تأثیر استرس هستند. کمبود وقت (فشار زمان) اصلی ترین عامل استرس زا در بین مربیان زن شناسایی شده است. همچنین مربیان مجرد و مربیان دارای مسکن شخصی از

نظر کمبود وقت و زمان (فشار زمان) نسبت به مربیان متأهل و فاقد مسکن بیشتر تحت استرس هستند. تجزیه و تحلیل واریانس (ANOVA) اطلاعات مربوط به مدرک تحصیلی و سابقه شغلی مربیان نشان داد که عامل استرس‌زای پذیرش مسئولیت دیگران در بین مربیان دارای مدرک کارشناسی ارشد کمتر از مربیان فوق دیپلم و کارشناسی است. همچنین مربیانی که سابقه‌شان بیش از ۱۵ سال است، از نظر عوامل استرس کمبود زمان و تکنولوژی شغل نسبت به مربیان با سابقه تا ۵ سال و ۵-۱۰ سال تحت استرس بیشتری بودند.

جدول ۱- مقایسه تفاوت میانگین (مقدار t) عوامل استرس‌زای شغلی در بین ویژگی‌های

فردی مربیان تربیت‌بدنی ورزش

عامل استرس‌زا	ابهام	کیفیت کار	تضاد نقش	کمیت یا حجم کار	پیشرفت شغلی	پذیرش مسئولیت	فشار زمان	تکنولوژی شغل	کل عوامل	ویژگی‌های فردی
										نقش
زن/امرد	۰/۵۳	۰/۰۶	۲/۰۶*	۱/۶۵	۳/۱*	۲/۶۵*	۱۳/۳۱*	۰/۷۸	۵/۳۶**	
متأهل/مجرد	۰/۲۴	۰/۷۷	۰/۳۷	۰/۰۸	۰/۱۲	۰/۱۴	۲/۰۷*	۰/۳۲	۰/۴۴	
دارای مسکن										
فاقد مسکن	۰/۳۵	۱/۰	۰/۷۲	۱/۰۵	۰/۰۳	۰/۰۴	۲/۲۷*	۰/۴۴	۰/۲۸	
با وسیله نقلیه										
بدون وسیله نقلیه	۲/۱۰	۱/۱۳	۱/۱۳	۱/۲۹	۱/۷۴	۰/۲۶	۱/۲۲	۰/۶۴	۰/۵۸	
با حرفه دوم										
بدون حرفه دوم	۰/۰۴	۰/۰۳	۱	۰/۲۷	۱/۱۸	۰/۵۴	۰/۲۷	۰/۷۱	۰/۵۱	
تحصیلات تربیت بدنی										
بدنی و غیر تربیت بدنی	۰/۴۵	۰/۵۴	۰/۰۴	۰/۰۴	۰/۹۵	۰/۳۷	۰/۳۹	۰/۲۲	۰/۳۸	

\* در سطح کمتر از  $P < ۰/۰۵$  معنی دار است.

\*\* در سطح کمتر از  $P < ۰/۰۱$  معنی دار است.

## بحث و نتیجه‌گیری

شیوع عوامل استرس‌زای شغلی در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزشی، بالاتر از حد متوسط است.

نتایج یافته با نتایج تحقیقات ابطحی (۱۳۷۰)، الوانی و ابطحی (۱۳۷۱)، محمدی (۱۳۷۲)، حیدری گرجی (۱۳۷۲)، ملکوتی (۱۳۷۲) و ظهیری (۱۳۷۴) مطابقت دارد. در این تحقیقات، شیوع عوامل استرس‌زای شغلی بالاتر از حد متوسط، در سازمان‌های تحت مطالعه گزارش شده‌است. تحقیقات دیگری (۱۹۸۲-۱۹۹۳) نیز نشان داده‌است که گروه‌های مختلف معلمان، مربیان و اعضای هیأت علمی تربیت‌بدنی و ورزش در کشورهای آمریکا، استرالیا، ایرلند و کانادا سه عامل را از عوامل اصلی استرس‌زای شغلی می‌دانند؛ هر چند به ترتیب عامل کمبود وقت و زمان، حجم یا کمیت کار و حساسیت کار بیشتر استرس‌زا بوند. ولی شرایط و انتظارات خاص در حرفه مربیگری نیز تأثیرگذار می‌باشد؛ همان گونه که ویلیامز و میلر (۱۹۸۲) بیان کرده‌اند، جدول کاری شلوغ، انتظارات زیاد، کمبود وقت و زمان، وظایف متعدد و ساعات کار نامناسب در حرفه مربیگری از عوامل مهم ایجاد استرس شغلی است.

عامل کیفیت یا حساسیت کار، کمیت یا حجم کار و کمبود وقت و زمان، به ترتیب بیشترین شیوع را در بین عوامل استرس‌زای شغلی مربیان داشتند. اگر چه برخی از محققان مانند گرین هاوس و بیوتل (۱۹۸۵)، ویلیامسون (۱۹۹۳)، کیانی (۱۳۷۴) وین سیرا (۱۹۹۵) نشان دادند که عامل ابهام و تضاد نقش در سازمان‌های ورزشی و غیرورزشی، قدرت استرس‌زایی بیشتری دارد. احتمالاً سطح مربیگری، سطح برنامه‌ها یا رقابت‌های ورزشی، تنوع نمونه (معلم، مربی و استاد ورزش) و موارد دیگر در نتایج تحقیقات اثر گذاشته است. تحقیق اسدی (۱۳۷۴) در زمینه عوامل استرس‌زای شغلی مدیران سازمان تربیت‌بدنی، نشان داد عامل استرس‌زای حساسیت کار، کمبود وقت و زمان و حجم کار به ترتیب در رتبه اول الی سوم قرار دارند. تحقیق حاضر نیز شیوع همین سه عامل استرس‌زای اصلی را در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزش نشان می‌دهد. شاید با تحقیقات بیشتر روی سایر گروه‌های شغلی در حرفه تربیت‌بدنی و ورزش، بتوان به نتایج کم و بیش مشابهی دست یافت.

وجود عوامل استرس‌زای شغلی در بین مربیان زن نسبت به مربیان مرد، با نتایج تحقیق نوربخش (۱۳۷۸) و بسیاری از تحقیقات خارجی (۱۹۸۲-۱۹۹۹) مطابقت دارد. شاید ایفای مسئولیت‌های خانوادگی و شغلی یا وجود سیستم مرد سالاری در محیط کار، از عوامل استرس زیاد در بین مربیان زن باشد. نکته قابل توجه اینکه داشتن حرفه دوم در بین مربیان با افزایش ساعات کار و کمبود وقت و زمان همراه است، در میزان شیوع عوامل استرس‌زای شغلی مربیان دارای حرفه دوم و فاقد حرفه دوم نقشی نداشته است. در این تحقیق عامل کمبود وقت و زمان یکی از عوامل اصلی استرس‌زای شغلی شناخته شد، ولی مربیان دارای حرفه دوم با سایر مربیان تفاوتی نداشتند. آیا مربیان دارای حرفه دوم از توان



کاری بسیار بالایی برخوردارند؟ یا کمبود وقت و زمان (فشار زمان) از عوامل دیگری (بجز حرفه دوم) ناشی می‌شود؟

بررسی عوامل استرس‌زای شغلی به ویژه در عامل پذیرش مسئولیت دیگران، نشان می‌دهد که مربیان دارای مدرک کارشناسی ارشد کمتر از مربیان دارای مدارک پایین‌تر تحت استرس هستند؛ شاید این مربیان مسئولیت‌های شغلی کمتری را از سایر مربیان در برنامه‌های تربیت‌بدنی و ورزشی می‌پذیرند یا امور مختلف کمتر به آنها واگذار می‌شود. از طرف دیگر، شیوع عامل استرس‌زای کمبود زمان و تکنولوژی شغل در بین مربیان با سابقه (بیش از پانزده سال) نسبت به مربیان کم سابقه با بسیاری از تحقیقات همخوانی ندارد، چون عمدتاً بیان شده‌است که افراد جوان و کم سابقه تحت استرس بیشتری هستند. با این وجود، جنبه‌های مختلف عوامل استرس‌زای شغلی مربیان هنوز کاملاً شناخته نشده‌است.

## منابع و مأخذ

۱. ابطحی، سید حسین. "مدیریت و فشارهای روانی، دانش مدیریت"، شماره ۱۱، ۷۰-۷۹، بهار ۱۳۷۰، ۷۹-۷۰.
۲. اسدی، حسن. "تحلیل عوامل تنیدگی شغلی و ارتباط آن با اضطراب در بین مدیران سازمان‌های تربیت‌بدنی و برنامه و بودجه"، رساله دوره دکتری مدیریت تربیت‌بدنی، دانشگاه تهران، ۱۳۷۶.
۳. پاول، جی وانزایت، سیمون جی. "فشار روانی، اضطراب و راه‌های مقابله با آن"، ترجمه پورودسری و صبوری مقدم، انتشارات قدس، چاپ اول، ۱۳۷۷.
۴. حیدری گرجی، داود. "بررسی اثرات فشارهای عصبی و روانی ناشی از محیط کار بر عملکرد نیروی انسانی سازمان امور اداری و استخدامی کشور"، رساله کارشناسی ارشد دانشکده مدیریت، دانشگاه تهران، ۱۳۷۲.
۵. دموری، داریوش. "عوامل تعدیل‌کننده رابطه میان فشارهای شغلی با رضایت شغلی و خستگی مفرط شغلی در مدیران وزارت راه و ترابری"، رساله کارشناسی ارشد دانشکده مدیریت، دانشگاه تهران، ۱۳۷۲، ۹۳-۴۲.
۶. دیویس، کیت؛ نیو استورم، جان. "رفتار انسانی در کار"، ترجمه محمد علی طوسی، مرکز آموزش مدیریت دولتی، چاپ سوم، ۱۳۷۵.

۷. رئیس، پوران. "تأثیر استرس بر عملکرد و بهره‌وری مدیران بیمارستان‌ها و مترون‌های پرستاری، مجموعه مقالات شیوه‌های علمی ارتقای بهره‌وری نیروی انسانی"، مرکز آموزش مدیریت دولتی، چاپ اول، تابستان ۱۳۷۵، ۳۳۳، ۳۴۴.
۸. رمضانی‌نژاد، رحیم. "بررسی و مقایسه رفتار حمایتی مدیر، عوامل نگه‌دارنده و استرس‌زای شغلی در بین مربیان تربیت‌بدنی و ورزش دانشگاه‌های دولتی کشور"، رساله دکتری مدیریت تربیت‌بدنی، دانشگاه تهران، ۱۳۷۹.
۹. روش، لاسپنله، آن ماری. "مفهوم نقش در روان‌شناسی اجتماعی"، ترجمه ابوالحسن سرور قدم، آستان قدس، ۱۳۷۲، ۱۳۷۲، ۳۷۵-۳۷۶.
۱۰. ریو، جان مارشال. "انگیزش و هیجان"، ترجمه یحیی سیدمحمدی، نشر ویرایش، چاپ اول، ۱۳۷۴، ۳۷۱-۳۹۸.
۱۱. شفر، مارتین. "فشار روانی (ماهیت، پیشگیری و سازگاری)"، ترجمه پروین بلورچی (رستم‌کلایی)، انتشارات پازنگ، تهران ۱۳۶۷.
۱۲. صدیقی، کمال. "رابطه بین سبک رهبری، نوع شخصیت و میزان تنیدگی شغلی"، رساله کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت‌مدرس، تابستان ۱۳۷۶.
۱۳. صفاری آشتیانی، مرتضی. "بررسی رابطه ابهام و تضاد نقش با خشنودی شغلی"، رساله کارشناسی ارشد دانشکده مدیریت دانشگاه تهران، ۱۳۷۲.
۱۴. کشتکاران، علی. "تأثیر مدیریت تنیدگی بر کاهش تحلیل رفتگی در میان پرستاران دانشگاه علوم پزشکی شیراز"، رساله دکتری دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۵.
۱۵. کیانی، کاوس. "بررسی عوامل فشارهای عصبی بین مدیران"، رساله دوره کارشناسی ارشد دانشگاه تربیت مدرس، ۱۳۷۴.
۱۶. نوربخش، پریش. "ساخت و اعتباریابی ابزار اندازه‌گیری عوامل فشارزای شغلی دبیران تربیت‌بدنی استان خوزستان و تعیین رابطه بین این عوامل با سلامت روانی آنها"، رساله دوره دکتری مدیریت تربیت‌بدنی دانشگاه تربیت معلم تهران، مهر ۱۳۷۸.

17. Albertson Roxanne & Theriot Katherine ; "School athletic department Internal work environment", Research quarterly for exercise & sport, 1995, Vol. 66, No. 36, P 83.

18. Copeland Barry W & Kirsch scott ; "Perceived Occupational Stress among NCAA division I, II and III athletic directors", Journal of Sport Management, 1955, Vol. 9, PP 70-77.
19. Crunderg E ;" Work, Stress & Alcohol Behavior", Journal of Organizational Behavior, 1998, Vol. 19, N. 5, PP 487-502.
20. Danyl Chuk, Karren E ; "Occupatioanal stressors in Physical Education Faculties", Journal of Sport Management, 1993, Vol. 7, PP 7-24.
21. Danyl Chuk, Karren ; "The Presence of Occupational Burnout & its Correlates in University Physical Education Personnel", Journal of Sport Management, 1993, Vol. 7, No. 2, PP 107-127.
22. Edwards, Jeffery ; "A Chbernetic Theory of Stress, Coping & Well-being in organizations", Academy of Management Review, 1992, Vol. 17. No. 2, PP 238-247.
23. Feigin, Naomi; Ephraty, Nevat & ben-sira David ; "Work environment & burnout of physical Education teachers", Journal of teaching in physical Education, 1995, Vol. 15, PP 64-78.
24. Gibson, Ivancevich and Donnely ; Organizations, business pub INC", sixth Edi. 1988.
25. Kelley Betty & Gill Diane ; An Examination of Personal/Situational Variables, Stress Appraisal & Burnout in Collegiate Teacher-Coashes", Reserch Quarterly for Exersise & Sport, 1993, Vol. 64, No. 1, PP 94-102.
26. Melnick, merrill J ; "Occupational Stressors in Physical Education Faculties", Journal of Sport management, 1992, Vol. 7, No. 1, PP 7-24.
27. Quick, James ; "Occupatioanal Health Psychology" , Historical Rotts & Future Direction Health Psychology, 1992, Vol. 18. No. 1 PP 82-88.
28. Raris and Cow ; "The Paradox of the Contented Working Woman in Intercollegiate athletics administration", Research Quarterly for Exercise & Sport,

1995, Vol. 66, No. 1, PP 73-79.

29. Rees, David & Cooper, Cary ; "The Occupational Stress Indicator locus of Control Scale : Should this be Regarded as a State Rather than Measure?", Work & Stress, 1992, Vol. 6, No. 1, PP 45-48.

30. Robinson M-J ; "Job Satisfaction of National Collegiate athletic Association Division III Athletics Directors", University Microfilms International, 1996.

31. Sadri, Golnaz & COW ; "Testing A Model of Occupational Business", Sanfracisco, 1994.

32. Snyder, C. J ; "The Effects fo Leader Behavior & Organizational Climate on Intercollegiate Coache's Satisfaction", Journal of Sport Management, 1992, Vol 4, No. 1, PP 59-70.

33. Soucie, Daniel & Doherty, Alison ; "Past Endeavors & Future Perspectives for Sport Management Research", Quest,1996, Vol. 48, No. 4, PP 486-500.

34. Stein, Judith & Nyamathi Adeline ; "Gender Differences in Relationships among stress, Coping & Health Risk Behaviors in Impovershed, Minoriy Populations, Personality & Individual Differences",1999, Vol. 26, PP 171-157.

35. Strache Vos ; "Players Perceptions of Leadership Qualities for coaches", Research Quarterly, Thesis PH. D, 1979, Vol. 50, No. 4, PP 679-689.

36. Swanson, Power & Simpson ; "Occupational Stress & Family Life", Journal of Occupational & Organizational Psychology, 1998, Vol. 71, No. 3, PP 237-260.

37. Swanson, Power & Simpson ; "Using Relative Deprivation Theory to explain Satisfaction With income & Pay Level:, Academy of Management Journal, 1990, Vol. 33, No. 2, PP 423-436.

38. Testa Mark R ; "Satisfaction with Organizational Vision , Job Satisfaction

& Service Efforts", Leadership and Organization Development Journal, 1999, Vol. 20, No. 3, PP 154-161.

39. Wallace, Milke & Weese, James. W ; "Leadership, Organizational Culture & Job Satisfaction in Canadian YMCA Organizations", Journal of Sport Management, 1995, Vol. 9, NO. 2, PP 182-193.





پروفیسر شگاہ علوم انسانی و مطالعات فرہنگی  
پرتال جامع علوم انسانی