

## دراسة مقارنة للاحتراق النفسى لمدربي كرة القدم

(درجة أولى - ناشئين)

\* م.م. / أحمد فاروق أحمد عبد العزيز

أولاً : مشكلة البحث وأهميته :

أصبح علم النفس الرياضى لم يعد يقتصر على مجرد التطبيق لمبادئ وقوانين ونظريات ونماذج علوم النفس الأخرى بل أصبحت له مشاكله ومباحثه وموضوعاته التى تتفق مع خصائصه وموضوعاته نظراً لأن الموضوعات النفسية المرتبطة بالجمال الرياضى على مختلف مستوياته لها مشاكلها الخاصة التى تتميز عن سواها من الموضوعات النفسية الأخرى، وأعيد توجيه جهود البحث العلمى فى مجال علم النفس الرياضى نحو موضوعات فى غاية الأهمية، من بينها ردود أفعال الضغوط النفسية على اللاعبين والمدربين قبل وأثناء وبعد المنافسات الرياضية. (٤ : ١٧)

ويشير محمد علاوى (١٩٩٧م) إلى أنه يتحدد وصول اللاعب إلى أعلى المستويات بعدة عوامل، ومن بين أهم هذه العوامل "المدرّب الرياضى Coach/trainer"، إذ يرتبط الوصول إلى المستويات الرياضية العالية ارتباطاً وثيقاً بمدى قدرات المدرّب على إدارة عملية التدريب الرياضى أى على تخطيط وتنفيذ وتقييم عملية التدريب الرياضى وعلى قدراته فى إعداد اللاعب للمنافسات الرياضية وإدارته لهذه المنافسات، وكذلك على قدرته فى رعاية وتوجيه وإرشاد الفريق قبل وأثناء وبعد المنافسات. (٧ : ١٩)

كما يؤكد محمد علاوى (١٩٩٨م) على أن فى المجال المهنى والأعمال والوظائف المرتبطة بالرياضة يمكن اعتبار مهنة التدريب الرياضى من بين المهن وأكثرها ارتباطاً بالضغوط على مختلف أنواعها، إذ يرتبط عمل المدرّب بالعديد من العوامل التى تتميز بالانفعالات كالقلق والتوتر وكذلك الاستثارة الفسيولوجية والنفسية والضغط النفسى أو العصبى والتى قد تسهم فى إتهاك قوى وطاقت المدرّب الرياضى وتحرّمه من الاستمتاع بحياته على الوجه الأكمل وتعمل على إضعاف ثقته فى نفسه وتنمية مفاهيم سلبية نحو الذات ونحو الآخرين والاعتقاد بأنه غير كفاء فى عمله - كمدرّب رياضى - كما قد يشعر بإصابته

\* مدرس مساعد بقسم علم النفس الرياضى بكلية التربية الرياضية ببورسعيد جامعة قناة السويس.

ببعض الأمراض العضوية، كما قد يتناهب الصراع النفسى الذى يشغل تفكيره ما بين الاستمرار فى عمله أو اعتزاله العمل كمدرّب رياضى، وهذه العوامل وغيرها قد تؤدى إلى حدوث الاحتراق النفسى Psychological burnout لدى المدرّب الرياضى. (٥ : ٤٨)

ويعتبر الاحتراق Burnout من المصطلحات النفسية التى ظهرت فى بداية السبعينات وخاصة فى مجال ضغوط العمل Job stress، ثم أصبح الآن من المصطلحات الأكثر انتشاراً وشيوعاً فى مجالات عديدة منها الرياضة. (٢ : ١٥)

ويشير وينبرج Weinberg (١٩٩٠م) أن الاحتراق النفسى رد فعل نتيجة الضغط الزمن والمستمر يشمل تفاعلاً بين البيئة والخصائص الشخصية. (١٩ : ٦٨)

كما يشير سميث Smith (١٩٨٦) أن الاحتراق هو تفاعل بين عدة عوامل والتى تؤدى إلى علامات أو أعراض بدنية وسلوكية ومعرفية وعاطفية وانفعالية. (١٨ : ٣٦)

وتؤكد ماسلاش Maslach (١٩٧٦م) على أن الاحتراق النفسى يحدث كاستجابة الفرد للضغوط المرتبطة بالعمل مما يجعله يفقد الثقة بالناس الذين يعملون معه، وهذا يتفق مع مفهوم سوينى Sweeny الذى يوضح أن طبيعة العمل تساعد على حدوث الاحتراق وليس فقط طبيعة الشخص الذى يؤدى العمل. (١٦ : ١٦)

ويشير أسامة راتب (١٩٩٧م) على أن الاحتراق النفسى للمدرّب يحدث عندما يشعر المدرّب بالتعب أو الإحباط، نظراً لأن الجهد الذى يبذله فى التدريب وعلاقاته مع اللاعبين والآخرين لم تحقق العائد والمكافأة التى يتوقعها، بالرغم من أن هذه المشاعر فى حقيقتها نوع من الضغوط، فإن الاحتراق يحدث عندما يشعر المدرّب بعدم وجود مساندة أو عون له من الآخرين. (٣ : ٢٧١)

وفى السنوات الأخيرة بدأت ظاهرة الاحتراق للمدرّبين تظهر بصورة واضحة وخاصة بالنسبة للأنشطة الرياضية ذات الشعبية الجارفة فى بعض الدول كنتيجة للضغوط النفسية والمعوقات المهنية والإدارية والاجتماعية التى قد يواجهها المدرّب فى نطاق عمله، والتى من نتائجها اعتزال بعض المدرّبين العمل فى مهنة التدريب، وكذلك إحجام بعض المدرّبين المعتزلين عن الانخراط بسلك مهنة التدريب الرياضى. (٥ : ٤٨)

وهناك العديد من الأسباب أو العوامل التي قد تؤدي إلى حدوث حالة الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي، إذ أشارت العديد من المراجع العلمية إلى أن هذه العوامل قد تكون مرتبطة باللاعب أو الفريق الرياضي، أو الإدارة العليا للفريق أو وسائل الإعلام المختلفة أو بالمشجعين والمتعصبين للرياضة أو عوامل مرتبطة بشخصية المدرب نفسه. (٧ : ١٢١-١٢٣)

كما أن هناك مجموعة من الأعراض المتزامنة Syndrome التي تظهر في وقت واحد تساعد في التعرف على الاحتراق النفسي للمدرب ومن أهم ملامح هذه الأعراض احباط المدرب الرياضي والتي غالباً ما يؤدي إلى اعتزاله لمهنة التدريب الرياضي ومن هذه الأعراض الإنهاك العقلي والبدني والانفعالي وكذلك نقص الإنجاز الشخصي والتغير الشخصي نحو الأسوأ. (٧ : ١٣١)

وهناك العديد من المدربين يعانون فعلاً من مظاهر الاحتراق ولكنهم يستمروا في التدريب الرياضي لأسباب عديدة مثل الرغبة في الحصول على المكافأة المالية أو الاحتفاظ بالوضع والبريق الاجتماعي. (٢ : ٤٢)

ويشير مفتي إبراهيم (١٩٩٩م) أن مهنة التدريب في كرة القدم هي مهنة الضغوط والشدائد، وكافة المدربين يمرون بها، وكلما ارتفع مستوى المنافسة التي يقوم المدرب بالتدريب فيها، زاد حجم الضغوط الواقعة على كاهله، وتؤثر على حالته البدنية والنفسية والاجتماعية، إذا لم يتعرف المدرب على كيفية إدارة الضغوط التي يتعرض لها، فإنها سوف تؤدي إلى احتراقه Burnout. (١٠ : ٢٤٩)

وقد اهتم العديد من الباحثين بدراسة ظاهرة الاحتراق النفسي، فقد قامت ماسلاش Maslach (١٩٧٦م) بتصميم أول مقياس لمحاولة قياس الاحتراق النفسي في المجال المهني العام كنتيجة للضغوط المهنية وضغوط العمل Job stress، كما قام مارتنز Martens (١٩٨٧م) بتصميم مقياس للاحتراق النفسي للمدرب الرياضي Coaches Burnout scale كما أن هناك بعض الأبحاث التي أشارت إلى أن هناك عدد كبير من اللاعبين والمدربين وكذلك الحكام قد اعتزلوا الرياضة نتيجة وقوعهم بصفة مستمرة تحت تأثير الضغوط النفسية والإجهاد وإصابتهم بالاحتراق النفسي ومنها دراسة كرول Kroll (١٩٨٢م) للتعرف على أهم الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى إحداث الضغوط على المدرب وبالتالي للاحتراق، كذلك دراسة محمد علاوي (١٩٩٦م) للتعرف على أهم

الأسباب أو العوامل التي قد تسهم في الاحتراق النفسي للمدربين في كرة القدم، كذلك الدراسة التي قام بها وائل رفاعي (١٩٩٨م) لتوضيح الفروق في الاحتراق النفسي لدى مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختلفة من ألعاب جماعية (كرة قدم - سلة - يد - طائرة - هوكي) وألعاب رقمية (سباحة - ألعاب قوى)، ألعاب منازلات (كاراتيه - ملاكمة - مصارعة) وذلك للمقارنة بين هؤلاء المدربين في أسباب وأعراض الاحتراق النفسي، كما قام أحمد فاروق (٢٠٠١م) بدراسة للتعرف على الفروق في الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم في مستويات المنافسة في الدرجة الأولى - الثانية - الثالثة وذلك لتوضيح الاختلافات بين مدربي المستويات الثلاث في أسباب وأعراض الاحتراق النفسي.

وقد لاحظ الباحث أنه بالرغم من تناول الدراسات السابقة لظاهرة الاحتراق النفسي للمدرب بوجه عام ومدرب كرة القدم بوجه خاص إلا أن تلك الدراسات تناولت ظاهرة الاحتراق لمدربي الفرق الأولى بالإنديّة وأغفلت مدربي الناشئين مما يشير إلى وجود حاجة ماسة وملحة لدراسة ظاهرة الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم للوقوف على الاختلافات في أسباب وأعراض الاحتراق النفسي فيما يختص بمدرب كرة القدم من خلال عمله في الدرجة الأولى أو بالناشئين، وذلك لوضع بعض الأسس والإرشادات التي يمكن أن تسهم في وقاية المدرب من الوقوع فريسة للاحتراق النفسي.

ثانياً : أهداف البحث :

يهدف البحث إلى محاولة التعرف على :

١. الفروق في أسباب الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في (الدرجة الأولى - الناشئين).
٢. الفروق في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في (الدرجة الأولى - الناشئين).

ثالثاً : فروض البحث :

١. توجد فروق دالة إحصائية في أسباب الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في (الدرجة الأولى - الناشئين).
٢. توجد فروق دالة إحصائية في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في (الدرجة الأولى - الناشئين).

رابعاً : التعريف على بعض المصطلحات المستخدمة في البحث :

• الضغوط Stress :

تعتبر من العوامل الهامة في حدوث الإجهاد والانفعال الزائد لدى الفرد، والتعرض المستمر للضغوط الحادة يؤثر بصورة سلبية على حياة الفرد ويؤدي إلى ظهور الأعراض الجسمية والنفسية. (٥ : ١٣)

• الإجهاد Staleness :

يعتبر بمثابة البداية الأولى أو إنذار لعدم قدرة وظائف الجسم المختلفة على التكيف الإيجابي مع الضغوط والأعباء الواقعة على كاهل المدرب. (٥ : ١٢)

• الإنهك Exhaustion :

المرحلة التي تلي الإجهاد، أي استمرار حدوث الإجهاد مع استمرار وجود الضغوط والأعباء الزائدة الواقعة على كاهل المدرب الرياضي وحدث استنزاف لآليات المقاومة في جسم الإنسان وعملياته العقلية والذي يعتبر المعبر الأساسي للاحتراق بالنسبة للمدرب الرياضي.. (٥ : ٢١)

• الاحتراق النفسي للمدربين : Psychological burnout for coaches :

حالة من الإنهك العقلي والانفعالي والبدني يشهدها المدرب الرياضي كنتيجة للأعباء والمطلبات الزائدة والمستمرة الواقعة على كاهله كنتيجة لعمله كمدرب رياضي وإدراكه بأن جهده وتفانيه في عمله وكذلك علاقاته مع اللاعبين أو مع الآخرين لم تنجح في إحداث العائد أو المقابل الذي يتوقعه. (٥ : ٤٨)

خامساً : الدراسات المرتبطة :

أ- الدراسات العربية :

١. قام محمد حسن علاوى محمد حسن علاوى (١٩٩٦م) بدراسة بعنوان "التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي تسهم في الاحتراق النفسي للمدربين في كرة القدم المصرية"، وهدف الدراسة التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي قد تسهم في الاحتراق النفسي للمدربين في كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على ٧٥ مدرب كرة قدم تتراوح خبراتهم ٣-١٠ سنوات،

ومن أهم أدوات جمع البيانات أسباب الضغوط على المدرب الرياضى إعداد حسن علاوى. ومن أهم النتائج التى تم التوصل إليها حصول العامل المرتبط بالإدارة العليا للفريق أكبر درجة من درجات الاحتراق للمدرب يليه العامل المرتبط باللاعبين، ثم العامل المرتبط بالمتفرجين ثم العامل المرتبط بوسائل الإعلام وأخيراً العامل المرتبط بشخصية المدرب. (٨)

٢. قام وائل رفاعى رضوان (١٩٩٨م) بدراسة بعنوان "الفروق فى الاحتراق النفسى لدى بعض مدربي الأنشطة الرياضية المختارة"، وتهدف الدراسة للتعرف على الفروق فى أسباب وأعراض الاحتراق النفسى لدى مدربي بعض الأنشطة الرياضية، واستخدام الباحث المنهج الوصفى، واشتملت العينة على ١٤٥ مدرب فى بعض الأنشطة الرياضية المختارة (كرة قدم- سلة- يد- طائرة- هوكى- وسباحة- ألعاب قوى- ملاكمة- مصارعة- كاراتيه)، واستخدام الباحث مقياسين لقياس الاحتراق النفسى وهما مقياس عوامل الاحتراق النفسى ومقياس أعراض الاحتراق النفسى إعداد محمد علاوى، ومن أهم النتائج وجود فروق دالة إحصائياً بين المدربين قيد البحث فى محور اللاعبين والإدارة العليا للفريق والانهك العقلى والتغير الشخصى نحو الأسوأ ونقص الانجاز الشخصى والانهك الانفعالى والبدن لصالح مدربي الكاراتيه، كما توجد فروق دالة إحصائياً بين المدربين فى محور المشجعين لصالح مدربي كرة القدم، ولا توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي الأنشطة قيد البحث فى عامل وسائل الإعلام وعامل خصائص المدرب. (١١)

٣. قام محمد عبد العاطى عباس (١٩٩٨م) بدراسة بعنوان "مصادر الاحتراق النفسى لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية"، وتهدف الدراسة التعرف على مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسى لدى الرياضيين، استخدم الباحث المنهج الوصفى، واشتملت العينة على ٢١٦ لاعباً يمثلون أنشطة رياضية متنوعة، ومن أدوات القياس التى استخدمها الباحث مقياس الضغوط النفسية للرياضيين إعداد الباحث، ومن أهم النتائج التى تم التوصل إليها أن هناك سبعة عوامل رئيسية للضغوط النفسية والاحتراق تواجه الرياضيين هى : ضغوط مرتبطة بتعامل المدرب مع اللاعبين، نقص تقدير الذات، المظاهر الفسيولوجية والانفعالية، قلق المنافسة، حمل التدريب، تنظيم الوقت. (٩)

٤. قام أحمد فاروق عبد العزيز (٢٠٠١م) بدراسة بعنوان "الاختلافات فى الاحتراق النفسى لدى مدربي كرة القدم فى جمهورية مصر العربية"، وتهدف الدراسة للتعرف

على الفروق في أسباب وأعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في أندية درجات المنافسة الثلاث (أولى- ثانية- ثالثة)، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت عينة البحث على (١٠٥) مدرب من بين مدربي كرة القدم في أندية المنافسة (أولى- ثانية- ثالثة)، ومن أدوات القياس استخدم الباحث مقياسين لقياس الاحتراق النفسي للمدرب وهما مقياس أسباب وأعراض الاحتراق النفسي للمدرب إعداد محمد علاوي، ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها وجود فروق دالة إحصائياً في عوامل الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محورين (وسائل الإعلام والمشجعين)، ولا توجد فروق دالة إحصائياً في محاور الإدارة العليا واللاعبين، خصائص المدرب كذلك وجود فروق دالة إحصائياً في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محاور الاتهامك العقلي، الانفعالي، التغير الشخصي نحو الأسوأ، نقص الإنجاز الرياضي في حين لا توجد فروق في محور الاتهامك البدني. (١)

ب- الدراسات الأجنبية :

١. قسام كروك **Kroll** (١٩٨٢م) بدراسة بعنوان "عوامل الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي"، وتهدف الدراسة التعرف على أهم العوامل التي تؤدي إلى احتراق المدرب، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، واشتملت العينة على ٩٣ مدرباً رياضياً في بعض الأنشطة الرياضية، واستخدم الباحث المقابلة الشخصية للمدربين للتعرف على أهم العوامل التي يرون من وجهة نظرهم تسبب ضغوط عليهم، ومن أهم النتائج التي توصل إليها حصول العامل المرتبط باللاعبين كذلك الإنجاز الشخصي للمدربين على نسبة عالية. (١٥)

٢. قام كاسيس، مايربيرج **Mayerberg, Caccese** (١٩٨٤م) بدراسة بعنوان "الاحتراق وجنس المدرب" وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاحتراق وجنس المدرب الرياضي، استخدم الباحثان المنهج الوصفي، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من مدرسة الكليات الجامعية، واستخدم اختبار ماسلاش للاحتراق النفسي، ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها حصول الإناث على درجات أعلى من الذكور في عامل الاتهامك الانفعالي، وعلى درجات أقل من الذكور في عامل الإنجاز الشخصي، ولا توجد فروق بين الجنسين في عامل التغير الشخصي نحو الأسوأ. (١٢)

٣. قام ديل Dale (١٩٨٨م) بدراسة بعنوان "الاحترق والسلوك القيادي للمدربين"، وتهدف هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسى والسلوك القيادى لسلمدربين، واستخدم الباحث المنهج الوصفى، واشتملت العينة على ٣٠ مدرباً فى بعض الأنشطة الرياضية، واستخدم الباحث اختبار ماسلاش للاحتراق النفسى، ومن أهم النتائج التى تم التوصل إليها وجود علاقة إيجابية بين الاحتراق والنمط القيادى لدى المدربين. (١٣)

٤. قام سيلفا Silva (١٩٩٠م) بدراسة بعنوان "خبرة الاحتراق للرياضى"، وتهدف هذه الدراسة التعرف على عدد مرات تكرار خبرة الاحتراق النفسى للرياضيين والتعرف على الضغوط النفسية التى تؤدى للاحتراق، واستخدم الباحث المنهج الوصفى، واختار الباحث العينة بالطريقة العشوائية من الرياضيين فى أنشطة مختلفة، واستخدم المقابلة الشخصية، وأظهرت النتائج أن خبرة الاحتراق تحدث بواقع مرة أو مرتين خلال العمر التدريبى وأنها أكثر حدوثاً فى نهاية موسم تدريب وأن حوالى ٥% من الرياضيين يواجهون هذه الخبرة السلبية التى تعتبر من وجهة نظرهم أسوأ خبرة نفسية إلا أنهم يستمرون فى التدريب لعدة أسباب منها الرغبة فى الحصول على المكافآت المالية والاحتفاظ بالوضع والبريق الاجتماعى. (١٧)

٥. قام جراف Graf (١٩٩٣م) بدراسة بعنوان "الاحتراق وتدريب لعبة الكرة الناعمة"، وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الاحتراق وتدريب لعبة الكرة الناعمة، واستخدم الباحث المنهج الوصفى، وتم اختيار العينة بالطريقة العشوائية من مدربي القسم الأول لدورى الكرة الناعمة بفلوريدا، واستخدم اختبار ماسلاش للاحتراق النفسى، ومن أهم النتائج التى تم التوصل إليها وجود علاقات دالة إحصائياً طردية بين الاحتراق وسنوات الخبرة التدريبية. (١٤)

٦. قام وينبرج وجولد Weinberg & Gould (١٩٩٥م) بدراسة بعنوان "عوامل الاحتراق الرياضى"، وتهدف الدراسة فى التعرف على أهم مصادر الضغوط النفسية التى تؤدى إلى احتراق الرياضى فى المستويات العليا، واستخدم المنهج الوصفى، واشتملت العينة على ٣٠ لاعب فى العاب مختلفة، واستخدم الباحثان مقياس الضغوط النفسية للرياضيين من إعدادهم، ومن أهم النتائج التى تم التوصل إليها التعرف على أهم العوامل التى تؤدى إلى الاحتراق النفسى للاعب ومنها ضغوط التدريب



والمناقسة، والشعور بالخوف، وعدم وجود فترات راحة مناسبة تسمح للرياضي باستعادة الشفاء. (٢٠)

- التعليق على الدراسات السابقة :

أجريت الدراسات السابقة في الفترة الزمنية من عام ١٩٨٢م - ٢٠٠١م.

عدد الدراسات العربية (٤)، و(٦) دراسات أجنبية.

كانت عينات الدراسات كلها من المدربين فيما عدا (٣) دراسات من اللاعبين وهي دراسة سيلفا **Silva** (١٩٩٠م)، وينبرج وجولد **Weinberg and Gould** (١٩٩٥م)، محمد عباس (١٩٩٨م).

استخدم معظم الباحثين في الدراسات الأجنبية مقياس ماسلاش للاحتراق **Maslach Burnout scale** لقياس ظاهرة الاحتراق والذي يتكون من ثلاثة أبعاد هي الإنهاك الانفعالي - التغير الشخصي نحو الأسوأ - نقص الإنجاز الشخصي - وهذه الدراسات هي دراسة كاسيس ومايرج **Caccese and Mayerberg** (١٩٨٤م)، دراسة ديل **Dale** (١٩٨٨م)، دراسة جراف **Graf** (١٩٩٣م)، في حين استخدم كل من كروول **Kroll** وسيلفا **Silva** (١٩٩٠م)، محمد علاوى (١٩٩٦م) المقابلة الشخصية للتعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي تسهم في زيادة الضغوط وبالتالي تؤدي إلى الاحتراق.

في حين استخدم كلاً من وائل رفاعي (١٩٩٨م)، أحمد فاروق (٢٠٠١م) مقياسين لقياس ظاهرة الاحتراق النفسى للمدرب الرياضى، وهما مقياس أسباب الاحتراق للمدرب، مقياس أعراض الاحتراق للمدرب، تصميم محمد علاوى (١٩٩٨م).

وقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة في اختيار العينة وأدوات الاختبار المستخدمة والمدة الزمنية المناسبة لتطبيق الاختبار.

سادساً : إجراءات البحث :

أ- منهج البحث :

استخدم الباحث المنهج الوصفى بالأسلوب المسحي.

ب- عينة البحث :

اختار الباحث بالطريقة الطبقيّة العشوائية من بين مدربي كرة القدم في مناطق القناة وسيناء وهي (بورسعيد- الإسماعيلية- السويس- العريش- البحر الأحمر)، وبلغ حجم العينة (١٠٠) مدرب، قام الباحث باستبعاد (٢٥) مدرب وهم المشتركون في الدراسة الاستطلاعية، وتم استبعاد الاستمارات الخاطئة وبذلك أصبح عدد المدربين المشتركين في الدراسة الأساسية (٧٠) مدرب كرة قدم مقسمين إلى مدربين لفرق الناشئين وعددهم (٣٥) مدرب، ومدربين لفرق الدرجة الأولى وعددهم (٣٥) كما هو موضح في الجدول رقم (١).

الشروط التي يجب توافرها في العينة :

١. أن يكون المدرب مقيداً في سجلات الاتحاد المصري لكرة القدم.
٢. أن يكون مصري الجنسية.
٣. ألا تقل خبرته التدريبية عن خمس سنوات.
٤. أن يكون قد استمر في التدريب سواء كان في فرق الناشئين أو الدرجة الأولى مدة لا تقل عن أربعة سنوات متتالية.

جدول (١)

توزيع أفراد عينة البحث

العدد	المدربين	م
٣٥	مدربي الدرجة الأولى	١
٣٥	مدربي الناشئين	٢
٢٥	مدربي الدراسة الاستطلاعية	٣

ج- أدوات جمع البيانات :

استخدم الباحث مقياسين لقياس الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي من تصميم محمد علاوي (١٩٩٨م) وهما :

- مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب، مرفق (١). (٦ : ٤٨٣-٤٨٨)
  - مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب، مرفق (٢). (٦ : ٤٨٩-٤٩٣)
- ويتضمن كسل مقياس (٣٠) عبارة موزعة على خمسة أبعاد ويتضمن كل بعد (٦) عبارات يقوم المدرب بالاستجابة لعبارات المقياسين على مقياس خماسي التدرج.

- المعاملات العلمية للمقياسين المستخدمين في الدراسة :

أولاً : الصدق :

قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي بين المحاور وعبارات كل محور، وليس بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس، حيث يشير واتل رضوان (١٩٩٨م) نقلاً عن المهتمين بقياس الاحتراق النفسي ومنهم برلمان وهارتمان **Perlman and Hartman** (١٩٨٠م)، ماسلاش وجاكسون **Maslach and Jackson** (١٩٨١م) وينبرج **Weinberg** (١٩٩٠م) الذين يؤيدون الرأي القائل أن الاحتراق النفسي لا يمكن قياسه بجمع إجمالي درجة الاحتراق (المقياس ككل) (١١ : ١٨)، والجدولين رقمي (٢)، (٣) يوضحان صدق المقياسين المستخدم في الدراسة.

جدول (٢)

معاملات الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المقياس والمحور التابعة له من محاور مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي

(ن = ٢٥)

المحاور	اللاعبون		خصائص المدرب		الإدارة العليا للفريقي		وسائل الإعلام		المتشجعون	
	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط
١	١	٠,٨٤	٢	٠,٥٩	٣	٠,٦٧	٤	٠,٨٤	٥	٠,٩٠
٢	٦	٠,٧٥	٧	٠,٨٠	٨	٠,٧٣	٩	٠,٨٣	١٠	٠,٦٣
٣	١١	٠,٧٠	١٢	٠,٦٣	١٣	٠,٦٨	١٤	٠,٨١	١٥	٠,٧٨
٤	١٦	٠,٥١	١٧	٠,٨٠	١٨	٠,٥٢	١٩	٠,٨٢	٢٠	٠,٨١
٥	٢١	٠,٧٥	٢٢	٠,٧٥	٢٣	٠,٦٢	٢٤	٠,٧٦	٢٥	٠,٨٣
٦	٢٦	٠,٥٣	٢٧	٠,٥٩	٢٨	٠,٧٤	٢٩	٠,٧٣	٣٠	٠,٧٨

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة إحصائية ٠,٠٥ تساوى (٠,٤١٠)

ويتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط للعبارات ومحاور المقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتراوحت القيم ما بين (٠,٥١٩)، (٠,٩٠١) مما يشير إلى اتساقها الداخلي وهذا يعني صدقها.

جدول (٣)

معاملات الاتساق الداخلي بين كل عبارة من عبارات المقياس والمحور التابعة له  
من محاور مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي  
(ن = ٢٥)

المحاور	الإنهك العقلي		التغير الشخصي نحو الأسوأ		نقص الإنجاز الشخصي		الإنهك البدني		الإنهك الانفعالي	
	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات	معامل الارتباط	أرقام العبارات
١	٠,٨٧	١	٠,٨٥	٤	٠,٨٤	٥	٠,٧٩	٢	٠,٨٢	٣
٢	٠,٨٢	٦	٠,٨٥	٩	٠,٨٥	١٠	٠,٨٢	٧	٠,٧٨	٨
٣	٠,٨٥	١١	٠,٨٨	١٤	٠,٧٧	١٥	٠,٧٦	١٢	٠,٧٥	١٣
٤	٠,٨٦	١٦	٠,٨٣	١٩	٠,٨٩	٢٠	٠,٦٢	١٧	٠,٦٥	١٨
٥	٠,٧٣	٢١	٠,٧٣	٢٤	٠,٧٤	٢٥	٠,٧٣	٢٢	٠,٧٧	٢٣
٦	٠,٧٣	٢٦	٠,٧٨	٢٩	٠,٨٦	٣٠	٠,٨٣	٢٧	٠,٨٨	٢٨

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة إحصائية ٠,٠٥ تساوى (٠,٤١٠)

ويتضح من جدول (٣) أن جميع معاملات الارتباط للعبارات ومحاور المقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتراوحت القيم ما بين (٠,٦٢٠)، (٠,٨٩٣) مما يشير إلى اتساقها الداخلي وهذا يعني صدقها.

ثانياً : الثبات :

قام الباحث بحساب ثبات المقياس عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق  
Test-retest بفواصل زمنية ١٠ أيام بين التطبيق الأول والثاني والجدولين (٤)، (٥)  
يوضحان ثبات المقياسين المستخدم في الدراسة.

جدول (٤)

معاملات ثبات مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب  
عن طريق إعادة تطبيق الاختبار

(ن = ٢٥)

معاملات الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		العبارات والمحاور
	ع	س/	ع	س/	
٠,٠٨٤١	٠,٩٠٩	٣,٩٢٠	١,٤٧٢	٤,٠٠٠	١
٠,٠٧٥٧	٠,٨٥٢	٣,٦٨٠	١,٢٦١	٣,٤٤٠	٦
٠,٠٧٠٠	٠,٨٦٢	٣,٩٢٠	١,١١٨	٣,٦٠٠	١١
٠,٠٥١٩	٠,٦٩٠	٤,٣٢٠	٠,٨٩٨	٤,١٦٠	١٦
٠,٠٧٥٧	٠,٧٢٣	٣,٧٦٠	١,٣٥٤	٣,٨٠٠	٢١
٠,٠٥٣٢	٠,٧٣٥	٤,٠٤٠	٠,٩٧١	٣,٨٨٠	٢٦
٠,٠٧٧٩	٢,٥٤٨	٢٣,٦٤٠	٤,٤١٠	٢٢,٨٨٠	اللاعبون أو الفريق
٠,٠٥٩٥	٠,٧٣٥	٤,٠٤٠	١,٠٢١	٤,٢٨٠	٢
٠,٠٨٠٦	١,١١٤	٣,٣٦٠	١,٤٩٨	٣,٠٨٠	٧
٠,٠٨٣٦	٠,٨٩٨	٣,٨٤٠	١,٣٥٤	٣,٦٠٠	١٢
٠,٠٨٠٣	١,٠٠٨	٣,٤٨٠	١,٣٧٠	٣,٢٨٠	١٧
٠,٠٧٥٧	١,٢١٤	٣,١٦٠	١,٤١٤	٣,٢٠٠	٢٢
٠,٠٥٩٧	٠,١٩٨	٣,٨٤٠	٠,٩٨٨	٣,٦٨٠	٢٧
٠,٠٨٠٥	٣,٢٨٥	٢١,٧٢	٤,١٢٦	٢١,١٢٠	خصائص المدرب
٠,٠٦٧٢	١,٢٧٥	٣,٢٨٠	١,٦٠٩	٣,٤٤٠	٣
٠,٠٧٣١	١,٠٣٦	٣,٦٠٠	١,٤٧٢	٣,٤٠٠	٨
٠,٠٦٨٥	١,١٩٠	٣,٢٠٠	١,٥٥٥	٣,٤٠٠	١٣
٠,٠٥٢٠	٠,٨٥٢	٣,٦٨٠	١,١٨٧	٤,٠٠٨	١٨
٠,٠٦٢٠	١,٥٦١	٣,٧٨٠	١,٢٥١	٤,٠٠٧	٢٣
٠,٠٧٤٨	١,٥٧٢	٣,٦٥١	١,٣٤٢	٣,٦١٢	٢٨
٠,٠٨٠٢	٤,٠٦٣	٢٠,٤٨٠	٤,٧١١	٢١,١٢٠	الإدارة العليا للفريق
٠,٠٨٤١	١,٣٠٦	٣,٠٤٠	١,١٩٠	٢,٦٠٠	٤
٠,٠٨٣٩	١,١٣٠	٢,٨٨٠	١,٢٦١	٢,٥٦٠	٩
٠,٠٨١٨	١,٩٤٠	٢,٤٨٠	١,٤١٨	٢,٤٨٠	١٤
٠,٠٨٢٤	١,٠٠٣	٢,٥٦٠	١,١١٥	١,١٩٢	١٩
٠,٠٧٦٦	٠,٠٩٧	٢,٢٤٠	١,١٥٢	٢,٠٨٠	٢٤
٠,٠٧٣٦	١,١٤٥	٢,٦٨٠	١,٣٧٢	٢,٢٤٠	٢٩
٠,٠٩٣٧	٥,٢٧٨	١٥,٨٨٠	٥,٨٧٦	١٣,٨٨٠	وسائل الإعلام
٠,٠٩٠١	١,٢٦٩	٣,١٢٠	١,٤٨١	٣,١٢٠	٥
٠,٠٦٣٤	١,٠٨٣	٣,٤٤٠	١,٣٢٥	٣,٥٦٠	١٠
٠,٠٧٨٨	١,٢٢٩	٣,٤٨٠	١,٤٧٢	٣,٤٠٠	١٥
٠,٠٨١١	١,٢٢٥	٣,٤٠٠	١,٣٨٤	٣,٢٠٠	٢٠
٠,٠٨٣٤	١,٢٢٩	٣,٥٢٠	١,٤٧٤	٣,٤٤٠	٢٥
٠,٠٧٨٨	١,٢٦٢	٣,٤٨٠	١,٢٩١	٣,٦٠٠	٣٠
٠,٠٩٢٦	٥٩١٧	٢٠,٤٤٠	٦,٧٥٦	٢٠,٣٢٠	المشجعين

\* قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة إحصائية ٠,٠٥ تساوى ٠,٤١٠

يتضح من الجدول (٤) أن جميع معاملات الارتباط للعبارات ومحاور مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) وتراوحت القيم ما بين (٠,٥١٩)، (٠,٩٣٧) مما يدل على ثبات جميع عبارات المقياس ومحاوره الخمسة.

جدول (٥)

معاملات ثبات مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب  
عن طريق إعادة تطبيق الاختبار

(ن = ٢٥)

معاملات الارتباط الدالة على الثبات	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		العبارات والمحاور
	ر	س	ر	س	
٠,٨٧٩	١,٠٨٣	٢,٥٦٠	١,١٨٧	١,٩٢٠	١
٠,٨٢٦	١,٢٢٢	٢,٩٢٠	١,١٨٦	٢,٣٦٠	٦
٠,٨٥٥	٠,٩٥٢	٢,٦٤٠	١,٤٠٥	٢,١٦٠	١١
٠,٨١٢	١,١٤٥	٣,٣٢٠	١,٣١٣	٢,٨٤٠	١٦
٠,٧٣٧	١,١٦٥	٣,٢٤٠	١,٣٨٢	٢,٩٢٠	٢١
٠,٧٣٩	١,١٢٣	٣,٥٢٠	١,٣٠٠	٣,٢٤٠	٢٦
٠,٨٣٣	٤,٥٠٩	١٨,٢٠٠	٥,٠٩٢	١٥,٤٤٠	الإجهاد العقلي
٠,٨٥٧	١,٠٠٠	٣,٠٠٠	١,٤١١	٢,٣٦٠	٤
٠,٨٥٨	١,٢٠٠	٣,٢٤٠	١,٥٠٩	٣,١٢٠	٩
٠,٨٨١	١,١٣٦	٣,٠٤٠	١,٢٢٥	٢,٦٠٠	١٤
٠,٨٣٠	١,١٧٣	٢,٧٢٠	١,٢٥٨	٢,٢٠٠	١٩
٠,٧٣٩	١,١٥٥	٣,٢٠٠	١,٢٠١	٢,٨٨٠	٢٤
٠,٧٨٥	٠,٩٧١	٣,١٢٠	١,٤٢٨	٢,٩٦٠	٢٩
٠,٨٨٠	٤,٤٧٩	١٨,٣٢٠	٥,٢٧٨	١٦,١٢٠	الإجهاد البدني
٠,٨٤٥	١,٢٤٢	٣,٢٨٠	١,٤٣٤	٢,٨٤٠	٥
٠,٨٥٦	١,٠٨٠	٢,٦٠٠	١,٤٦٩	٢,٣٦٠	١٠
٠,٧٧٨	١,٨٠٠	٣,٤٠٠	١,١٩٠	٣,٢٠٠	١٥
٠,٨٩٣	١,٣٢٠	٣,٠٨٠	١,٤٤٧	٢,٥٢٠	٢٠
٠,٧٧٤	١,٢٥٨	٣,٢٠٠	١,٣٥٢	٣,٠٨٠	٢٥
٠,٨٦٤	١,٤٠٠	٢,٧٢٠	١,١٠٦	٢,١٦٠	٣٠
٠,٩١٣	٥,١٦٨	١٨,٢٨٠	٥,١٢١	١٦,١٦٠	الإجهاد الانفعالي
٠,٧٩١	١,١٦٥	٢,٧٦٠	١,١٥٢	٢,٠٨٠	٢
٠,٨٢٩	١,١٥٩	٢,٤٨٠	١,٤٣٤	٢,١٦٠	٧
٠,٧٦٦	١,٠٠٣	٢,٤٤٠	١,٠٦٠	٢,٠٤٠	١٢
٠,٦٢٠	١,٠٨٢	٢,٤٤٠	١,٢٩١	٢,٢٠٠	١٧
٠,٧٣٠	٠,٨٣٠	٢,٢٤٠	١,٠٣٦	١,٦٤٠	٢٢
٠,٨٣٥	١,١٩٣	٢,٥٦٠	١,٤١٤	٢,٢٠٠	٢٧
٠,٨٤٤	٤,٣١٠	١٤,٩٢٠	٤,٤٥١	١٢,٣٢٠	التغير الشخصي نحو الأسوأ
٠,٨٢٧	١,٠٩١	٢,٧٦٠	١,٢٥٤	٢,٣٦٠	٣
٠,٧٨٤	٠,٩٨٨	٢,٦٨٠	١,٦٦٦	٢,٨٨٠	٨
٠,٧٥١	١,١٠٠	٢,٥٦٠	١,٧١٦	٢,٧٨٠	١٣
٠,٦٥٩	١,٢٥٥	٢,٦٧١	١,٦١٨	٢,٩٧٠	١٨
٠,٧٧٤	٠,٧٠٠	٢,٣٦٠	١,٣٠١	٢,١٢٠	٢٣
٠,٨٨٣	٠,٩١٨	٢,٤٨٠	١,٥٠٠	٢,٤٠٠	٢٨
٠,٨١٣	٢,٥٦٦	١٤,٢٠٠	٤,٢٧٢	١٢,٨٠٠	نقص الإنجاز الرياضي

قيمة ر الجدولية عند مستوى دلالة إحصائية ٠,٠٥ تساوي ٠,٤١٠

يتضح من جدول (٥) أن جميع معاملات الارتباط للعبارات ومحاور المقياس دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وتراوحت القيم ما بين (٠,٦٢٠)، (٠,٩١٣) مما يدل على ثبات جميع عبارات ومحاور مقياس أعراض الاحتراق النفسى للمدرب.

هـ- خطوات تنفيذ البحث :

- قام الباحث بزيارة الاتحاد المصرى لكرة القدم وذلك للحصول على البيانات اللازمة عن مدربي كرة القدم فى أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين فى مناطق الاتحاد المصرى المختارة وهى مناطق (بورسعيد، الإسماعيلية، السويس، البحر الأحمر، العريش)، وقد حصل الباحث على البيانات الخاصة بالمدرين من حيث الخبرة التدريبية - الفترة التى قضاهها فى التدريب فى مستوى المنافسة- السن- العنوان- والنادى الذى يعمل فيه.
  - قام الباحث بالاتصال بالمسؤولين فى الأندية المختارة للتعرف على مواعيد التدريب ومقابلة المدرين بصورة شخصية بعد الانتهاء من التدريب أو المنافسة حتى يكون ذهن المدرب خالى من أى شئ من الممكن أن تؤثر على إجاباته.
  - تم توزيع المقياسين المستخدمين معاً فى شكل استمارة واحدة.
  - تم إجراء الدراسة الاستطلاعية فى الفترة ١-١٥/١٠/٢٠٠٣م على مدربي العينة الاستطلاعية وعددهم (٢٥) مدرب وهم من خارج العينة الأساسية، وهذه الدراسة استهدفت التأكد من الصلاحية العلمية (صدق- ثبات) المقياسين المستخدمين فى الدراسة.
  - تم إجراء الدراسة الأساسية فى الفترة ما بين ١/١١/٢٠٠٣م إلى ٥/١/٢٠٠٤م وتم توزيع الاستمارة على مدربي فرق الدرجة الأولى وعددهم (٣٥) مدرب، ومدربي فرق الناشئين وعددهم (٣٥) مدرب وذلك بعد استبعاد الاستمارات الخاطئة وبذلك أصبح العدد النهائى الكلى للعينة الأساسية (٧٠) مدرب.
  - تم تفرغ وتجميع الدرجات الخام لكل محور من المحاور فى المقياسين المستخدمين وذلك لكل من مدربي الدرجة الأولى ومدربي الناشئين.
  - تم بعد ذلك إجراء المعالجات الإحصائية للبيانات تبعاً لخطة العمل الإحصائية.
- و- المعالجات الإحصائية :

١. معاملات الارتباط لحساب الاتساق الداخلى فى الصدق، الثبات باستخدام كل من التطبيق وإعادة التطبيق **Test-Re-test**.
٢. التوصيف الإحصائى للعينة من متوسط حسابى، انحراف معيارى، التواء- وسط- منوال.

٣. اختبار "ت" t-test لدراسة الفروق بين المجموعتين.

سابعاً : عرض ومناقشة النتائج :

أولاً : عرض النتائج :

أ- عرض نتائج الفرض الأول القائل "توجد فروق دالة إحصائية في أسباب الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في (الدرجة الأولى- الناشئين)".

يوضح الجدول رقم (٦) الإحصاء الوصفي لمجموع درجات كل بعد من أبعاد مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب للمجموعتي الدراسة مجتمعة.

جدول (٦)

الإحصاء الوصفي لدرجات المجموعتين قيد الدراسة على محاور

مقياس "أسباب الاحتراق النفسي للمدرب"

(ن = ٧٠)

المحاور	الإحصاء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوال	الوسيط	الالتواء
اللاعبين	٢٣,٥٦٧	٤,٨١١	٢٥,٠٠٠	٢٢,٠٠٠	٢٢,٠٠٠	٠,٦٢٣-
خصائص المدرب	٢١,٩٤٢	٣,٤١٣	٢٣,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	٠,٣٨٢-
الإدارة	٢٢,٦١٤	٤,٣٧١	٢٠,٠٠٠	٢٠,٠٠٠	٢١,٠٠٠	٠,٣٨٠-
وسائل الإعلام	١٦,٢١٥	٤,٧٠٢	١٥,٠٠٠	١٥,٠٠٠	١٤,٠٠٠	٠,٤٦٨-
المشجعون	١٩,٥١٨	٥,٢٢١	١٧,٠٠٠	١٧,٠٠٠	١٨,٠٠٠	٠,١٦٦-

ويلاحظ من الجدول (٦) لعينة الكلية لمجموعتي الدراسة في محاور مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب أن معاملات الالتواء تنحصر بين -٣ إلى +٣ مما يعني اعتدالية توزيع بيانات كل محور على حدة من محاور المقياس الخمسة تحت المنحنى الاعتمالي.

كما يوضح الجدول رقم (٧) دلالة الفروق في درجات محاور مقياس "أسباب الاحتراق النفسي للمدرب" بين مجموعتي الدراسة وهذه الفروق باستخدام اختبار (ت) t-test.



جدول (٧)

قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين قيد الدراسة في محاور  
مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب

$$N_1 = N_2 = 35$$

المحاور	المجموعة الأولى		المجموعة الثانية		فرق المتوسطات س <sub>١</sub> /س <sub>٢</sub>	قيمة "ت" الإحصائية	الدالة
	س <sub>١</sub>	س <sub>٢</sub>	س <sub>١</sub>	س <sub>٢</sub>			
اللاعبين	٢٥,٥٣	٤,١١٨	٢٢,٦٥٧	٥,٦٣٦	٢,٨٨٦	٠٢,٤١١	دالة
خصائص المدرب	٢١,٢٠٠	٣,٥٧١	٢٠,٧٤٣	٤,٣٤٨	٠,٤٥٧	٠,٩٦٤	غير دالة
الإدارة	٢٢,٤٨٨	٤,٤٨١	٢١,٩٤٣	٤,١٧٣	٠,٥٤٣	٠,٥٠٣	غير دالة
وسائل الإعلام	٢٤,٨٨١	٤,٥٠١	١٣,١٢٠	٢,٥٥	١١,٧٦١	٠٢,٠١٧	دالة
المشجعون	٢٠,١٠١	٤,٦٥٦	١٦,٥٤٣	٦,٠٣٦	٣,٥٥٨	٠٢,٠٨٣	دالة

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ تساوى ١,٩٩

يتضح من الجدول رقم (٧) أن قيمة (ت) المحسوبة لمحاور مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب بين المجموعة الأولى (مدربين الدرجة الأولى) والمجموعة الثانية (مدربين الناشئين) قد بلغت في المحور الأول الخاص باللاعبين ٢,٤١١ وللمحور الثاني الخاص بخصائص المدرب ٠,٩٦٤، وللمحور الثالث الخاص بالإدارة ٠,٥٠٣ وللمحور الرابع الخاص بوسائل الإعلام ٢,٠١٧ وللمحور الخامس الخاص بالمشجعون ٢,٠٨٣ وتلك القيم دالة للمحاور الأول والرابع والخامس وغير دالة للمحاور الثاني والثالث عند مستوى دلالة إحصائية ٠,٠٥.

ب- عرض نتائج الفرض الثاني القائل "توجد فروق دالة إحصائية في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في (الدرجة الأولى- الناشئين)".

يوضح الجدول رقم (٨) الإحصاء الوصفي لمجموع درجات كل بعد من أبعاد مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب لمجموعتي الدراسة مجتمعة.

جدول (٨)

الإحصاء الوصفي لدرجات المجموعتين قيد الدراسة على محاور  
مقياس "أعراض الاحتراق النفسي للمدرب"

(ن = ٧٠)

الإحصاء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المنوال	الوسيط	الالتواء
الاحتراق العقلي	١٢,٥٦٧	٤,٢١٢	١١,٠٠٠	١٢,٠٠٠	٠,٢٨٠
الاحتراق البدني	١٥,١٨٢	٥,٦١٠	١٧,٠٠٠	١٦,٠٠٠	٠,١١٢
الاحتراق الانفعالي	١٤,٦٣٢	٤,٩٠٠	١٣,٠٠٠	١٤,٠٠٠	٠,١٧٧
التغير الشخصي نحو الأسوأ	١٣,٢٥٥	٤,٣٢٣	٨,٠٠٠	١١,٠٠٠	٠,٦١٢
نقص الإنجاز الشخصي	١٢,٨٢١	٤,٨٢٨	٨,٠٠٠	١١,٠٠٠	٠,٤٨١

ويلاحظ من الجدول (٨) لعينة الكلية لمجموعتي الدراسة في محاور مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب أن معاملات الالتواء تنحصر بين -٣ إلى +٣ مما يعني اعتدالية توزيع بيانات كل محور على حدة من محاور المقياس الخمسة تحت المنحنى الاعتمادي.

كما يوضح الجدول رقم (٩) دلالة الفروق في درجات محاور مقياس "أعراض الاحتراق النفسي للمدرب" بين مجموعتي الدراسة وهذه الفروق باستخدام اختبار (ت) f-test.

جدول (٩)

قيمة (ت) المحسوبة بين المجموعتين قيد الدراسة في  
محاور مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب

(ن<sub>١</sub> = ن<sub>٢</sub> = ٣٥)

الدلالة الإحصائية	قيمة "ت"	فرق المتوسطات س <sub>١</sub> /س <sub>٢</sub>	المجموعة الثانية		المجموعة الأولى		المحاور
			س <sub>٢</sub>	س <sub>١</sub>	س <sub>٢</sub>	س <sub>١</sub>	
دالة	*٢,١٠	٢,١٧	٤,٥٥	١٤,٦٠	٣,٩٢	١٢,٤٢	الاحتراق العقلي
دالة	*٢,١١	٢,٥٧	٤,٢٨	١٧,٣٧	٥,٦٣	١٤,٨٠	الاحتراق البدني
دالة	*٣,٣٨	٣,٨٢	٤,٩٠	١٨,١٤	٤,٤٣	١٤,٣١	الاحتراق الانفعالي
دالة	*٢,٢٤	٢,٤٠	٤,٦٢	١٢,٢٢	٤,١٧	١٤,٦٢	التغير الشخصي نحو الأسوأ
دالة	*٢,٤٥	٢,٨٥	٤,٨٧٧	١٥,٢٥	٤,٧٣	١٢,٤٠	نقص الإنجاز الشخصي

قيمة ت الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ تساوي ١,٩٩

يتضح من الجدول رقم (٩) أن قيمة (ت) المحسوبة لمحاور مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب بين المجموعة الأولى (مدربين الدرجة الأولى) والمجموعة الثانية (مدربين

الناشئين) قد بلغت في المحور الأول الخاص بالانهك العقلي ٢,١٠، وللمحور الثاني الخاص بالانهك البدني ٢,١١، وللمحور الثالث الخاص بالانهك الانفعالي ٣,٣٨٢، وللمحور الرابع الخاص بالتغير الشخصي نحو الأسوأ ٢,٢٤٩، وللمحور الخامس الخاص بنقص الإنجاز الشخصي ٢,٤٥٢، وتلك القيم دالة للمحاور الأول والثاني والثالث والرابع والخامس عند مستوى دلالة إحصائية ٠,٠٥.

ثانياً : مناقشة النتائج :

أ- مناقشة الفرض الأول :

يتضح من الجدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور اللاعبين عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي أندية الدرجة الأولى ويرجع الباحث ذلك إلى عدم احترام اللاعبين للمدرب بصورة كافية، وعدم تقدير اللاعبين للجهد الذي يبذله مدرب الدرجة الأولى وشعور المدرب بتكتل اللاعبين عليه والعمل على الاطاحة بالمدرّب وتكرار الهزيمة وعدم تحقيق النتائج المرجوة ووجود صراعات داخلية بين اللاعبين وتمثيل اللاعبين لأكثر من جهة كالنادي والشركة والمنتخب مما يؤثر على مستواه وبالتالي يؤثر على نتائج الفريق وعلى المدرب وعدم تفاعل اللاعب مع المدرب مما يسبب ضغط نفسي كبير على مدربي الدرجة الأولى، الأمر الذي يقلل حدوث هذا الضغط مع مدربي الناشئين لأنه في مرحلة الناشئين يكون المدرب أكثر اتصالاً باللاعبين ويكون اللاعب تحت سيطرة المدرب لحبه في اللعبة وتقدير اللاعبين الجهد الذي يقوم به مدرب الناشئين للارتقاء بمستواه للوصول إلى أعلى المستويات في اللعبة، يشعر اللاعب في هذه المرحلة أن المدرب بمثابة أب أو أخ يساعده للوصول إلى أهدافه المرجوة.

وهذا يتفق مع دراسة كرول Kroll (١٩٨٢م) الذي يشير إلى حصول العامل المرتبط باللاعبين على أعلى نسبة (١٥)، كما تتفق مع دراسة وائل رضوان (١٩٩٨م) الذي يشير إلى وجود فروق بين المدربين في بعض الأنشطة الرياضية المختارة في محور اللاعبين. (١١)

كما يتضح من الجدول (٧) أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور خصائص المدرب والإدارة العليا للفريق ويرجع الباحث ذلك إلى أن الضغوط المرتبطة بالإدارة يعانى منها المدربين في أندية الدرجة

الأولى والناشئين ولا توجد فيما بينهم فروق في هذا المحور وذلك نتيجة إحساس المدرب بشأن الإدارة غير مقتنعة به والتدخل في عمل المدرب وشعور المدرب بأنه مهدد بالاستغناء عنه قبل من قبل الإدارة وعدم التقدير المادى للمدرب، كما أنه لا توجد فروق فيما بينهم في محور خصائص المدرب وذلك نتيجة اتسام بعض المدربين ببعض السمات الشخصية مثل عدم القدرة على التحكم والانفعال وسرعة الإهتارة والانطوائية والديكتاتورية وحساسية المدرب عند النقد الذى يوجه إليه خاصة من قبل الإدارة ووسائل الإعلام والمشجعين.

وهذا يتفق مع دراسة أحمد فاروق (٢٠٠١م) الذى أشار في نتائجه إلى عدم وجود فروق بين مدربي كرة القدم في مستويات المنافسة الثلاثة (أولى- ثانية- ثالثة) في محورين خصائص المدرب والإدارة العليا حيث أن هذان المحورين يعانى منهم جميع المدربين. (١)

كما يتضح من نفس الجدول (٧) إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والناشئين في محور وسائل الإعلام عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي أندية الدرجة الأولى، ويرجع الباحث ذلك إلى الاهتمام الكبير من قبل وسائل الإعلام المقروءة والمسموعة والمرئية بدورى الدرجة الأولى ومدربي الدرجة الأولى مما ينعكس هذا الاهتمام على المدرب فقد تحاول وسائل الإعلام إبراز وتضخيم أخطاء المدرب والنقد الحاد للمدرب وشعور المدرب بقسوة هذا النقد وعدم صحته، وشعور المدرب بتحييز وسائل الإعلام لأحد المدربين دون الآخر، في حين أن هذا المحور لا يمثل ضغط على مدربي الناشئين ويرجع ذلك إلى عدم اهتمام وسائل الإعلام بدورى الناشئين وبالتالي بمدربي فرق الناشئين ويتفق هذا مع دراسة أحمد فاروق (٢٠٠١م) الذى أشار إلى وجود فروق بين مدربي كرة القدم في مستويات المنافسة الثلاثة (أولى- ثانية- ثالثة) في محور وسائل الإعلام لصالح مدربي الدرجة الأولى. (١)

ولا يتفق ذلك مع دراسة وائل رضوان (١٩٩٨م) حيث أشار في نتائجه دراسته أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة في محور وسائل الإعلام. (١١)

كما يتضح من الجدول (٧) وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والناشئين في محور المشجعين عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي الدرجة الأولى، ويرجع الباحث ذلك إلى الاهتمام الكبير من قبل الجمهور ووسائل الإعلام بدورى

الدرجة الأولى وحضور مباريات الدرجة الأولى جمهور كبير يصل في بعض الأحيان آلاف مؤلفة من الجماهير، هذا وقد يقوم بعض الجماهير المتعصبة والتهمج والاعتداء البدني واللفظي على المدرب أو قد يشجع الجمهور الفريق المنافس كإعلان عن عدم رضائهم عن أداء الفريق والمدرب، في حين هذا انشور لا يمثل ضغط كبير على مدرب الناشئين ويرجع ذلك إلى حضور مباريات الناشئين عدد محدود من الجماهير معظمهم من أولياء الأمور والأصدقاء للاعبين المتنافسين ويتفق ذلك مع دراسة كلاً من وائل رضوان (١٩٩٨م)، وأحمد فاروق (٢٠٠١م) اللذان يشيران إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المديرين قيد دراستهم في محور المشجعين. (١١)

#### ب- مناقشة الفرض الثاني :

يتضح من الجدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور الإنهاك العقلي عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي الناشئين ويرجع الباحث ذلك إلى شعور مدربي الناشئين بالاستنفاد العقلي والارهاق الذهني وضعف القدرة على التفكير والتخطيط بصورة دقيقة وذلك نتيجة لنقص التأييد والتقدير الذي يحظى به مدرب الناشئين وعدم تقدير المحيطين به من إدارة وإعلام وأولياء أمور بالجهد الذي يبذله للارتقاء بمستوى اللاعبين، وعدم التقدير المادي والمعنوي المناسب لمدربي الناشئين مما يؤدي ذلك إلى ضعف القدرة على التخطيط والتفكير نتيجة إدراكه بأن جهده وتفانيه في عمله لا يحقق الهدف الذي يتوقعه.

ويتفق ذلك مع دراسة كلاً من وائل رضوان (١٩٩٨م)، وأحمد فاروق (٢٠٠١م) اللذان يشيران إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المديرين في محور الإنهاك العقلي. (١١)، (١)

كما يتضح من الجدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور الإنهاك البدني عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي الناشئين ويرجع الباحث ذلك إلى أن مدربي الناشئين يبذلوا جهداً كبيراً في تدريب اللاعبين الناشئين فقد يتطلب من المدرب المشاركة الإيجابية أثناء التدريب وأداء نموذج صحيح للأداء أو التمرين ليقوم الناشئين بأداء التمرين بصورة صحيحة، هذا بالإضافة إلى قيام مدرب الناشئين بالعديد من الأدوار والمسئوليات سواء كانت إدارية أو فنية أو طبية مثل علاج اللاعبين المصابين في التدريب أو المنافسة، ويرجع ذلك إلى عدم وجود أجهزة معاونة لمدرّب الناشئين في معظم الأندية على عكس مدرب الدرجة الأولى الذي يعاونه جهاز

مستكمل من مدرب ومساعد مدرب وجهاز طبي وإدارى مما يقلل من مجهود البدني الذي يبذره مدرب الدرجة الأولى، ويشعر مدرب الناشئين نتيجة للضغوط البدنية الملقاة على عاتقه بالكسل والخمول ونقص الحيوية وضعف الطاقة البدنية.

ويتفق ذلك مع دراسة وائل رضوان (١٩٩٨م) الذي يشير في نتائجه إلى وجود فروق بين المدربين قيد دراسته في محور الإنهاك البدني (١٩).

ويتضح من الجدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور الإنهاك الانفعالي عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي الناشئين، ويرجع الباحث ذلك إلى الضغوط المستمرة على مدرب الناشئين للوصول للاعبين إلى أعلى مستوى وتحقيق أفضل النتائج وذلك لدفع أكبر عدد ممكن من اللاعبين في الفريق الأول بالسنادى للحصول على التقدير المناسب من الإدارة والإحساس بقيمة الجهد الذي يبذره من تدريب الناشئين، فهذه الضغوط تجعل مدرب الناشئين يشعر بالتوتر الانفعالي، وضعف القدرة على التحكم الانفعالي والعصية الزائدة وسرعة الانفعال والإرهاق.

ويتفق ذلك مع نتائج دراسة كلاً من وائل رضوان (١٩٩٨م)، وأحمد فاروق (٢٠٠١م) اللذان يشيران إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المدربين في محور الإنهاك الانفعالي.

وبالنظر أيضاً إلى الجدول (٩) يتضح وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور التغير الشخصي نحو الأسوأ عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي الدرجة الأولى، ويرجع الباحث ذلك إلى : نظراً للمقابل المادى والمعنوى الكبير الذى يحصل عليه مدرب الدرجة الأولى ومحاولته الحفاظ على الدخل المادى والبريق الاجتماعى والإعلامى مما يجعله يقوم بكبت أى استجابات سلبية أو تغير في شخصيته نحو الأسوأ وذلك خوفاً من اظهار ذلك أمام المسؤولين أو إدارة النادى أو الجمهور واللاعبين مما قد يعرضه للاستغناء عنه أو إقالته مما يؤدي إلى عجز المدرب عن تحفيز اللاعبين ونقص الحماس وعدم الاهتمام بمشاكل اللاعبين، على عكس مدرب الناشئين الذى يحصل على مقابل مادى ومعنوى أقل بكثير جداً من مدربي الدرجة الأولى ويتفق ذلك مع دراسة كلاً من وائل رضوان (١٩٩٨م)، وأحمد فاروق (٢٠٠١م) اللذان يشيران إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المدربين قيد دراستهم في محور التغير الشخصي نحو الأسوأ.

كما يتضح من الجدول (٩) وجود فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور نقص الإنجاز الشخصي عند مستوى ٠,٠٥ لصالح مدربي الناشئين، ويرجع الباحث ذلك إلى شعور مدربي الناشئين بعدم القدرة على تحقيق المزيد من الإنجاز وضعف الدافعية نحو الإنجاز وذلك بسبب عدم التقدير المادي والمعنوي للجهود الذي يبذله للائقاء بمستوى اللاعبين مما يزيد من الاستجابات السلبية وهذا يؤدي بدوره إلى الاحتراق، ويتفق ذلك مع كرول Kroll (١٩٨٢م) الذي أشار في نتائجه حصول الخور المرتبط بنقص الإنجاز الشخصي على نسبة عالية في الاحتراق للمدرب (١٥)، كما يتفق مع دراسة كاسيس، مايربرج Caccese, Mayerberg (١٩٨٤م) والليذان يشيران إلى حصول الخور المرتبط بنقص الإنجاز الشخصي على درجات عالية عند المدربين المذكور. (١٢)

كما يتفق مع دراسة كلاً من وائل رضوان (١٩٩٨م)، أحمد فاروق (٢٠٠١م) حيث يشيران إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين المدربين قيد دراستهم في محور نقص الإنجاز الشخصي.

ثامناً : الاستخلاصات والتوصيات :

أ- الاستخلاصات :

١. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور اللاعبين لصالح مدربي الدرجة الأولى.
٢. لا توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محوري خصائص المدرب والإدارة العليا للفريق.
٣. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور وسائل الإعلام لصالح مدربي الدرجة الأولى.
٤. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور المشجعين لصالح مدربي الدرجة الأولى.
٥. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور الاتهامك العقلي لصالح مدربي الناشئين.

٦. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور الاتهامك البدني لصالح مدربي الناشئين.
٧. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور الاتهامك الانفعالي لصالح مدربي الناشئين.
٨. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور التغير الشخصي نحو الأسوأ لصالح مدربي الدرجة الأولى.
٩. توجد فروق دالة إحصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى ومدربي الناشئين في محور نقص الإنجاز الشخصي لصالح مدربي الناشئين.

ب- التوصيات :

١. ضرورة تفهم اللاعبين للجهد الذي يبذله المدرب للارتقاء بمستواهم، واحترام المدرب بصورة كافية بحيث يشعر اللاعب بأن المدرب أب وأخ أكبر لهم.
٢. ضرورة عدم تدخل الإدارة في صميم العمل الفني للمدرب ووضع العراقيل والمعوقات في طريق عمله، وتقدير المدرب وبخاصة مدرب الناشئين مادياً ومعنوياً بصورة تناسب مع الجهد الذي يبذله.
٣. التأكيد على ضرورة تفهم وسائل الإعلام للجهد الذي يقوم به المدرب للارتقاء بمستوى الفريق وذلك من خلال الحد من النقد الغير بناء على المدرب وتضخيم ما تطلق عليه وسائل الإعلام أخطاء المدرب.
٤. ضرورة التأكيد على التشجيع الرياضى الحضارى والأخلاقى من قبل المشجعين والمشاهدين أثناء المنافسات أو التدريب، وعدم التدخل في صميم العمل الفني للمدرب.
٥. ضرورة تفهم المدرب لطبيعة الضغوط التي يعاني منها وأسبابها، وإذا ما ظهرت مشكلة خلال العمل فعليه الاجتهاد بحسمها ولا يدعها كي تتفاقم وتصبح مصدراً لمشكلات، توزيع المسئوليات والواجبات والأعباء الملقاة على عاتقه على باقى الأفراد في الجهاز الفني واللاعبين .



## قائمة المراجع

### أولاً : المراجع العربية

١. أحمد فاروق عبد العزيز : (٢٠٠١م)، "الاختلافات في الاحتراق النفسى لدى مدرب كرة القدم في جمهورية مصر العربية"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
٢. أسامة كامل راتب : (١٩٩٧م)، احتراق الرياضى بين ضغوط التدريب والاجهاد الانفعالى، دار الفكر العربى، القاهرة.
٣. أسامة كامل راتب : (١٩٩٧م)، الإعداد النفسى لتدريب الناشئين، دليل المدربين وأولياء الأمور، دار الفكر العربى، القاهرة.
٤. محمد حسن علاوى : (١٩٩٩م)، تقديم للندوة، علم النفس الرياضى بين النظرية والتطبيق، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضى، الاصدار الأول، القاهرة.
٥. محمد حسن علاوى : (١٩٩٨م)، سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضى، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
٦. محمد حسن علاوى : (١٩٩٨م)، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
٧. محمد حسن علاوى : (١٩٩٧م)، علم النفس الرياضى المدرب والتدريب الرياضى، دار المعارف، القاهرة.
٨. محمد حسن علاوى : (١٩٩٦م)، التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التى تسهم في الاحتراق النفسى للمدربين في كرة القدم المصرية، دراسة منشورة.
٩. محمد عبد العاطى عباس : (١٩٩٨م)، "مصادر الاحتراق النفسى لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية"، رسالة ماجستير، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة، جامعة حلوان.
١٠. مفتى إبراهيم حماد : (١٩٩٩م)، بناء فريق كرة القدم، دار الفكر العربى، القاهرة.
١١. وائل رفاعى إبراهيم رضوان : (١٩٩٨م)، "الفروق في الاحتراق النفسى لدى بعض مدربي الأنشطة الرياضية المختارة"، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

- 12- Cacces T.M. and Mayerberg, C.K.: (1984), Gender differences in perceived burnout of coaches, *Journal of Sport Psychology*, 6.
- 13- Dale, J.: (1988), Relationship between coaches leadership style and burnout, *International Abstract*, Vol. 26, No. 3.
- 14- Graf, A.: (1993), The relationship of burnout to coaching softball. In *Dissertation Abstract International*, Vol. 53.
- 15- Kroll, W.: (1982), Stress factors in coaching, *Asp*.
- 16- Maslach, C.: (1976), Burnout, *Human Behavior*, 5.
- 17- Silva, J.M.: (1990), Analysis of the training syndrome in competitive athletics. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2.
- 18- Smith, R.L.: (1986), Toward a cognitive affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8.
- 19- Weinberg, D.: (1990), Burnout in sport: A review and critique. *Applied Sport Psychology*, 2.
- 20- Weinberg, R.S. and Gould, D.: (1995), *Foundation of sport psychology*, Human kinetics, IL.