

التماسك الاجتماعي الحركي وعلاقته بالاحتراق النفسي للطلاب بكرة القدم

أ.م.د. محسن محمد حسن ، م.د. محمود عبد الجليل عبد الزهرة

العراق. جامعة الكوفة. كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

muhsinm.alfallogi@uokufa.edu.iq

الملخص

من خلال مشاهدة الباحثان لأغلب دروس كرة القدم كونهما مدرسان لمادة كرة القدم ان للمتغيرات النفسية تأثير مباشر على حالة الطالب ومدى تكيفه للدرس العملي ولاحظا ان أسلوب الاتصال السلبي بين الطلاب يؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية وتكوين اتجاهات سلبية للطلاب نحو بعضهم وفقدان تماسكهم الاجتماعي، حيث عبر الكثير من الطلاب على ان أسلوب التماسك الاجتماعي السلبي بين الطلاب يعتبر أحد المصادر المهمة لزيادة الضغوط النفسية ومن ثم حدوث حالة الاحتراق ، وهذا يؤدي إلى فقد قسم من الطلاب الرغبة في مزاولة اللعب أو هبوط مستواهم فجأة أو تقل ثقتهم بأنفسهم، وهذا بالطبع سيؤثر على مستواهم الشخصي وعلى مستوى الاداء بشكل عام مما يسبب مشكلات حقيقية تواجه المدرس.

يهدف البحث الى التعرف على التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي للطلاب بكرة القدم كذلك التعرف على العلاقة بين التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي للطلاب بكرة القدم والاعتماد على المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية، تم اختيار مجتمع البحث لطلاب المرحلة الرابعة للعام الدراسي (2017 - 2018) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (20) طالب من اصل (56) طالب يمثلون مجتمع البحث والبالغ نسبتهم (35) % من مجتمع الاصل.

الكلمات المفتاحية : التماسك الاجتماعي الحركي ، الاحتراق النفسي ، كرة القدم

Social cohesion and kinetic relationship with the psychological combustion among
students in football

Prof. Dr. Mohsin Mohamed Hassan, Lect.Dr. Mahmoud Abdul Jalil Abdul Zahra

Iraq. University of Kufa. College of Physical Education and Sports Sciences

muhsinm.alfallogi@uokufa.edu.iq

Abstract

The researchers observed most of the football lessons as they are teachers of football. The psychological variables have a direct impact on the student's situation and the extent of adaptation to the practical lesson, and they observed that the negative communication among students leads to increased psychological pressure, and the formation of negative attitudes of students towards each other, and loss of social cohesion. Many students expressed that the negative social cohesion among students is one of the important sources of increasing psychological pressure, and then the occurrence of combustion, which leads the loss of the student's desire to play games or a sudden decline of their level or less self-confidence, and this of course will affect their personal level, and the level of performance in general, which causes real problems facing the teacher.

The research aims to identify the social cohesion of the motor and the psychological combustion of students in football as well as identifying the relationship between social cohesion and mobility of psychological football among students, and relying on the descriptive approach of the methods of survey and interrelationship. The research community was selected from students of the fourth stage of the academic year (2017 - 2018) and it was a random sample of (20) students out of (56) students representing the research community and their proportion (35%) of the community of origin

Keywords: motor social cohesion, psychological combustion, football

1- المقدمة:

شهد علم النفس الرياضي قفزة نوعية كبيرة جعلته في مقدمة العلوم التي استحوذت على اهتمام علماء النفس لذا بدأوا في الآونة الأخيرة الاهتمام بالناحية النفسية للطلاب من خلال تركيزهم على المهارات الفكرية والنفسية في مجمل الألعاب الرياضية وكذلك العلاقات الاجتماعية لهم إذ انصب الاهتمام هنا على السمات النفسية المتنوعة والمتغيرة والكيفية التي بموجبها تساهم هذه المهارات والسمات في ارتفاع الاداء وانخفاضه عند الطلاب.

تعتبر لعبة كرة القدم واحدة من الرياضات الجماعية التي تمارس بشكل جيد وتحتل مكانه جيده، وتعتمد رياضة كرة القدم على القوة والسرعة والدقة والأداء المنظم، كونها لعبة مشوقة وتمتاز في ترابط خططها الدفاعية والهجومية، وكذلك تفاعل الجمهور مع كل حركه لعب ينبغي على الطلاب أدائها واتقانها بشكل عالي في المباريات، وان تدريب الطلاب في هذه المرحلة العمرية لا يختلف عن أيه لعبه أخرى من خلال الأعداد الحديث لتطوير ما ينبغي تطويره وتحقيق افضل النتائج. ويمثل التماسك الاجتماعي الحركي للفريق مدى الترابط بين اعضاء الفريق الواحد والانسجام في الواجبات ووضع الخطط المناسبة بروح رياضية عالية وتوافق في الحركات والسلوكيات المختلفة للطلاب لان التماسك يحدث من خلال الارتباط الوثيق بين افراد الجماعة في اهدافهم القريبة وغاياتهم البعيدة، فهو وسيله ليشيع احساس مشترك لدى جميع الافراد بالميل للبقاء والاستمرار في مسيره واحده مع تعظيم الشعور بالانتماء للجماعة.

لقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي وأعراضها المختلفة المتمثلة بعدم الرغبة في الذهاب إلى العمل، والسلبيه في الاداء، والإحساس بالتعب، والإنهاك، وتجنب التحدث مع الزملاء في شؤون العمل، والتغيب المستمر أو المتقطع، والشك في الآخرين إلى جانب بعض الأعراض المتمثلة بإحساس الفرد بعقدة الذنب أو لوم النفس أو القلق وغير ذلك من الاضطرابات النفسية أو الانفعالية، لذا نرى اهتمام العديد من الباحثين والأطباء النفسيين والمتخصصين في هذا الجانب بهذه المشكلة والتصدي لها وعلاجها.

واتفق الكثير من المختصين ان الاحتراق النفسي حالة ذات تأثير سلبي شامل تتناول الفرد بكامله ليس في الجانب النفسي فحسب بل في الجانب الجسمي أيضا مما يؤثر سلباً على أداء الأفراد والعاملين في كل مجال.

لذا فان اهمية البحث الحالي تكمن في معرفة التماسك الاجتماعي الحركي وعلاقتها بالاحتراق النفسي للطلاب بكرة القدم، لكي نصل حجم التأثير الذي سيتركه على حالتهم النفسية والمعنوية. ومن خلال مشاهدة الباحثان لا اغلب دروس كرة القدم كونهما مدرسا مادة كرة القدم ان للمتغيرات النفسية تأثير مباشر على حالة الطالب ومدى تكيفه للدرس العملي ولاحظ ان أسلوب الاتصال السلبي بين الطلاب يؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية وتكوين اتجاهات سلبية للطلاب نحو بعضهم وفقدان تماسكهم الاجتماعي، حيث عبر الكثير من الطلاب على ان أسلوب التماسك الاجتماعي السلبي بين الطلاب يعتبر أحد المصادر المهمة لزيادة الضغوط النفسية ومن ثم حدوث حالة الاحتراق، وهذا يؤدي إلى امتناع قسم من الطلاب عن اللعب أو هبوط مستواهم فجأة أو تقل ثقتهم بأنفسهم، وهذا بالطبع سيؤثر على مستواهم الشخصي وعلى مستوى الاداء بشكل عام مما يسبب مشكلات حقيقية تواجه المدرس بالإضافة إلى ذلك فان الاحتراق النفسي يؤدي إلى نشوء مواقف سلبية تجاه الآخرين والذي يقود إلى الصراع وتدهور العلاقات الشخصية لان العمل الذي يؤديه المحترق نفسيا لم يعد يلبي احتياجاته، ويؤثر الاحتراق النفسي في الشخصية بأكملها ويكون هذا التأثير اكثر وضوحاً في الصحة النفسية والجسمية والاداء في العمل.

ويهدف البحث الى:

- 1- التعرف على التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي للطلاب بكرة القدم.
- 2- التعرف على العلاقة بين التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي للطلاب بكرة القدم.

2- اجراءات البحث:

2-1 منهج البحث: استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية لملائمته لطبيعة المشكلة .

2-2 مجتمع البحث وعينته :

تم اختيار مجتمع البحث بطلاب المرحلة الرابعة للعام الدراسي (2017 - 2018) وتم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية والبالغ عددهم (20) طالب من اصل (56) طالب يمثلون مجتمع البحث والبالغ نسبتهم (35 %) من مجتمع الاصل.

2-3 الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث :-

1- المراجع العلمية العربية والاجنبية.

2- الملاحظة.

3- مقياس التماسك الاجتماعي الحركي (ملحق 2)

4- مقياس الاحتراق النفسي (ملحق 3)

5- حاسبة الكترونية لأجراء المعالجات الاحصائية .

2-4 المقاييس والاختبارات النفسية المستخدمة في البحث:

2-4-1 مقياس التماسك الاجتماعي الحركي: (حسن هادي صالح ، 2009 ، ص34)
إن المقياس الأصلي للتماسك الاجتماعي والحركي يتكون من مقياسين فرعيين هما: مقياس التماسك الاجتماعي ومقياس التماسك الحركي وقد قام الباحثان دمج هذين المقياسين في مقياس واحد يقيس التماسك الاجتماعي الحركي مجتمعاً إذ أخذت فقرات التماسك الاجتماعي التسلسلات من (1) إلى تسلسل (10) في حين أخذت فقرات مقياس التماسك الحركي من (11) إلى تسلسل (20) وبدائل الاجابة هي عالية جداً عالية متوسطة منخفضة جدا وقد أجرى الباحثان مقابلات شخصية مع عدد من المختصين في مجال علم النفس العام وعلم النفس الرياضي ومختصين في الاختبارات والقياس (ملحق 1) لبيان صلاحية أو عدم صلاحية فقرات المقياس وتحليل آراء الخبراء إحصائياً استخدم الباحثان اختبار (كا 2) إذ عدت الفقرة صالحة عندما تكون قيمة (كا 2) المحسوبة معنوية عند نسبة دلالة (0.05) بدرجة حرية أكبر من القيمة الجدولية البالغة (3.841) 2-4-1-1 التجربة الاستطلاعية لمقياس التماسك الاجتماعي الحركي :

تم اجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق 2016/12/12 على عينة مكونة من (4) طلاب خارج عينة البحث وضمن مجتمع البحث وكان الهدف منها هو :

1- التأكد من وقت اجابة المفحوص والخاص بفقرات المقياسيين.

2- التعرف على المعوقات التي ترافق اجراء البحث وذلك لتجاوزها او تفاديها.

3- التحقق من استيعاب الطلاب لفقرات المقياس.

2-4-1-2 صدق المقياس:

"المقياس الصادق هو الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيئاً بدلاً منها أو بالإضافة إليها." (محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين ، 2000، ص255)

وقد تم التحقق من صدق مقياس التماسك الاجتماعي الحركي من خلال ايجاد الصدق الظاهري وذلك عن طريق عرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في هذا المجال(ملحق 1) . وبعد الاطلاع على النتائج تبين ان هناك اتفاقا بنسبة 100% على جميع الفقرات وبهذا تم اعتماد المقياس بصيغته النهائية.

2-4-1-3 ثبات المقياس:

يعد الثبات من الشروط التي يجب ان تتوفر في المقاييس والاختبارات المستخدمة لقياس ما وضع من اجلها. ويقصد بالثبات الحصول على النتائج نفسها (تقريباً) التي حققها المقياس اذا ما اعيد تطبيقه بعد فترة زمنية على العينة نفسها و باستخدام التعليمات نفسها." (Berjman , Jerry . 1974. P. 153)

وقد استخدم الباحثان طريقة اعادة الاختبار لاستخراج ثبات المقياس، حيث تعد هذه الطريقة من ابسط الطرق واسهلها كما انها مهمة في تعيين معامل ثبات الاختبار. وتتلخص هذه الطريقة في تطبيق الاختبار على مجموعة من الافراد ثم يعاد التطبيق مرة اخرى على نفس المجموعة من الافراد ويحسب معامل الارتباط بين التطبيقين للحصول على معامل ثبات الاختبار".

(سعد عبد الرحمن ، 1997، ص201)

فقد طبق المقياس على عينة من طلاب المرحلة الرابعة (4) طلاب تم اختيارهم بصورة عشوائية. وبعد مرور اسبوعين اعيد تطبيق الاختبار نفسه مرة اخرى على العينة نفسها. اذ يرى آدمز "ان فترة اسبوعين بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني للمقياس تعد فترة مناسبة في حساب الثبات بطريقة اعادة الاختبار". (Adams, George, sacks . 1964. P . 151)

وقد استعمل في حساب معامل الثبات ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول والتطبيق الثاني. فبلغ معامل الثبات (0.90) بين المقياسين.

2-4-1-4 موضوعية المقياس:

بالإضافة الى وضوح التعليمات الخاصة بتطبيق الاختبار فان الموضوعية العالية للاختبار تظهر حينما تقوم مجموعة مختلفة من المدرسين او المحكمين بحساب درجات الاختبار في الوقت نفسه، عندما يطبق الاختبار على مجموعة معينة من الافراد، ثم يحصلون تقريبا على النتائج نفسها، وذلك مع التسليم بان المدرسين او المحكمين مؤهلون للقيام بهذه المهمة بدرجة عالية ومتكافئة.

2-4-2 مقياس الاحتراق النفسي:

(اميرة حنا ، 2001 ، ص34)
استعان الباحثان بمقياس الاحتراق النفسي للطلاب الذي اعدته (اميرة حنا 2001) للاعبين الدرجة الممتازة بكرة اليد في العراق.

يتكون المقياس من (21) فقرة تم تحديدها في ضوء نتائج التحليل العاملي، مقسمة الى (6) فقرات سلبية و(15) فقرة ايجابية. ويحتوي المقياس على (5) بدائل للإجابة تمثل شدة الشعور عند المختبر وهي (شديد جدا، شديد الى حد ما، معتدل، ضعيف، ضعيف جدا).

ولغرض تعرف مدى وضوح التعليمات وصياغة الفقرات، فقد طبق الباحثان المقياس على عينة استطلاعية طلاب المرحلة الرابعة (4) طلاب اختيروا عشوائيا، وقد تبين ان التعليمات والفقرات من حيث الصياغة والمعنى واضحة ومفهومة بالإضافة الى خلو التجربة من السلبيات والمعوقات.

2-4-2-1 اسلوب تصحيح مقياس الاحتراق النفسي:

لتصحيح المقياس تم تحديد درجة لكل من بدائل الاجابة الخمسة، حيث اعطيت (5) درجات للبديل (شديد جدا) و(4) درجات للبديل (شديد الى حد ما) و(3) درجات للبديل (معتدل) و(2) درجتان للبديل (ضعيف) و(1) درجة للبديل (ضعيف جدا) هذا عندما تكون الفقرات ايجابية، اما اذا كانت الفقرات سلبية فتكون الدرجات (1،2،3،4،5) للبدائل (شديد جدا، شديد الى حد ما، معتدل، ضعيف، ضعيف جدا) على التوالي. ثم تجمع درجات البدائل لجميع فقرات المقياس البالغة (21) فقرة للحصول على الدرجة الكلية. حيث تتراوح الدرجات النظرية للمقياس بين (21-105) درجات علميا ان الفقرات الإيجابية تحمّل الأرقام (1،4،5،7،9،11،12،13،14،16،17،18،19،20،21)، وأرقام الفقرات السلبية (2،3،6،8،10،15).

2-2-4-2 التجربة الاستطلاعية لمقياس الاحتراق النفسي:

تم اجراء التجربة الاستطلاعية يوم الاثنين الموافق 2016/12/12 على عينة مكونة من (4) طلاب خارج عينة البحث وضمن مجتمع البحث وكان الهدف منها هو:

1- التأكد من وقت اجابة المفحوص والخاص بفقرات المقياسيين.

2- التعرف على المعوقات التي ترافق اجراء البحث وذلك لتجاوزها او تفاديها.

3- التحقق من استيعاب الطلاب لفقرات الاحتراق النفسي.

2-2-4-3 صدق المقياس:

اعتمد الباحثان الصدق الظاهري ليتثبت من صلاحية مقياسهم في مدى قياس فقراته للاحتراق النفسي للطلاب ومدى وضوح عباراته. حيث يرى (ايل) ان افضل طريقة في معرفة الصدق الظاهري للمقياس او الاختبارات هو ان تعرض على لجنة من الحكام المتخصصين لفحص فقراته فحوصاً منطقياً ظاهرياً للوقوف على مدى قياسها للسمة او الظاهرة المراد قياسها.

(Ebel, Robert, L. 1972. P.551)

لذلك قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في هذا المجال لتحديد مدى صلاحية فقرات المقياس في قياس ظاهرة الاحتراق النفسي للطلاب، وقد حصلت جميع فقرات المقياس على نسبة اتفاق (100%) من جميع الخبراء المشمولين في التحكيم، وبهذا تم اعتماد المقياس بصيغته الحالية.

4-2-4-2 ثبات المقياس:

ويقصد بثبات الاختبار أو المقياس مدى الدقة أو الاتقان أو الاتساق الذي يقيس به الاختبار أو المقياس الظاهرة التي وضع من أجلها، والثبات يعزى الى اتساق القياس .

(محمد حسن علاوي ، محمد نصر الدين ، 2000 ، ص278)

أي انه "يعطي نتائج متقاربة أو نفس النتائج اذا طبق أكثر من مرة في ظروف متشابهة"

(لويس كامل وآخرون ، 1959 ، ص299)

وبعدها تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيقين الاول والثاني وظهر ان قيمة معامل الثبات بلغت (0.88) ويعد هذا معاملاً جيداً لقياس الثبات.

4-2-5 موضوعية المقياس:

ان الاختبار الجيد يجب ان يتصف بالموضوعية اضافة الى اتصافه بالصدق والثبات اللازمين". ويكون الاختبار موضوعياً اذا كانت اسئلته محددة واجاباته محددة بحيث يكون للسؤال جواب واحد فقط لا يترك مجالاً للالتباس"

(ريسان خريط ، 1987 ، ص72)

والاختبار الحالي يتميز بوضوح فقراته وبساطتها ويمكن تفسير البيانات التي نحصل عليها بدقة، واسئلته محددة وكذلك اجاباته، ويستطيع افراد العينة الراشدون فهم عباراته والاجابة عنها بسهولة وبدون أي التباس مما يؤكد موضوعية الاختبار.

2-5 التطبيق النهائي لأداتي البحث:

بعد اعداد اداتي البحث بشكلهما النهائي وبعد التأكد من صدقهما وثباتهما وموضوعيتهما، تم تحديد العينة الاساسية للبحث البالغة (20) طالب من طلاب المرحلة الرابعة بفعالية كرة القدم من المجتمع الاصلي البالغ (56) طالب وتم استبعاد افراد التجربة الاستطلاعية البالغ عددها (4) طلاب.

تم تطبيق المقياسين في اثناء فترة الدروس الاسبوعية لمادة كرة القدم وفي يوم المحاضرة يوم الاربعاء 2017/12/25 اولهما حتى تكون هناك فترة زمنية كافية يستطيع بها الطلاب تكوين فكرة وتصور واضح عن التماسك الاجتماعي الحركي للطلاب، وثانيهما ان الاحتراق النفسي للطلاب يحدث بعد الاداء من الدرس تم توزيع الاستمارات الخاصة بالمقاييس على افراد عينة البحث الاساسية قبل بداية المحاضرة مع افراد العينة، حيث تم اجراء التطبيق من الباحثان بالإضافة الى الاستعانة بالكادر المساعد.

قام الباحثان والكاادر المساعد الذي يعمل معه بشرح اهداف البحث واهميته لأفراد العينة وتأكيد ضرورة الاجابة عن جميع الفقرات بعناية ودقة وصدق اذ "يجب ان يعلم الفرد المختبر بان الباحثان مهتمان بأجراء بنود البحث الخاص به بدقة وتركيز" (Alderman, R.B. 1974.P.136) بالإضافة الى الاجابة على الاسئلة والاستفسارات التي يطرحونها حول مفردات كل مقياس ووضوحها.

وقد استغرق زمن الاجابة عن المقياسين بين (25-35) دقيقة بمتوسط زمني قدره (30) دقيقة، وبعد جمع الاستمارات تم وضع درجات المقياس عليها من الباحثان وفرغ البيانات بالاعتماد على مفاتيح الاسئلة.

وبذلك حصل على الدرجات الخام كنتائج للاختبارين وبعدها تم تحويل هذه الدرجات الى درجات نهائية.

2-6 الوسائل الإحصائية:

تم الاستعانة بالحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية لنظام (SPSS) ولمعالجة بيانات البحث تم استخدام الوسائل الاحصائية التالية :-

- 1- الوسط الحسابي .
- 2- الانحراف المعياري .
- 3- معامل الارتباط بيرسون .
- 4- النسبة المئوية .

3- عرض وتحليل ومناقشة قيم الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة معامل الارتباط بين المقياسين:

الجدول (1) يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل الارتباط (R) لنتائج البحث

المؤشرات الإحصائية المتغيرات المبحوثة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة معامل الارتباط (R)	الدلالة
مقياس التماسك الاجتماعي الحركي	59.8	9.15	0.67-	معنوي*
مقياس الاحتراق النفسي	89,18	11.80		

* قيمة معامل الارتباط المحسوبة اكبر من قيمتها الجدولية البالغة (0.21) بدرجة حرية (18) عند مستوى دلالة (0.05)

يتبين من خلال الجدول (1) أن الوسط الحسابي لنتائج عينة البحث على مقياس الطلاقة النفسية يبلغ (59.08) بانحراف معياري (9.15) فيما بلغ الوسط الحسابي لنتائج العينة على مقياس دافع الانجاز (89.18) بانحراف معياري مقداره (11.80) وان معامل الارتباط البسيط (بيرسون) بين نتائج تطبيق المقياسين بلغ (-0.67) وهو أكبر من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (0.21) بدرجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) مما يدل على وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي لعينة البحث ويعزو الباحثان سبب تفسير ذلك ان الطلاب كانوا متماسكين اجتماعيا بعلاقاتهم واندفاعهم نحو اداء فعالية كرة القدم مما انعكس على ابتعادهم عن الحالات الانفعالية كالقلق والتوتر والضغط الاخرى كذلك يعود إلى قابليات التحمل والتكيف الذاتي للطلاب وارتفاع مستوى مداركهم وخبراتهم حيث تشير الدراسات إلى ان اللاعبين الاكثر خبرة هم الاقل عرضة للاحتراق النفسي، اضافة إلى امتلاك الطلاب الدافعية لمزاولة هذه اللعبة نظراً لما تحققه لهم من خبرة استمتاع ورضى نفسي وذلك لامتيازها بالجمالية واللطفة وابتعادها عن العنف والخشونة بسبب انعدام الاحتكاك المباشر بين الطلاب اثناء اللعب والذي ينتج عنه قلة تعرض الطلاب للإصابة بالأزمات النفسية، حيث ان الاستقرار والتماسك الاجتماعي بين الطلاب في العمل تؤدي إلى التركيز الجيد والاستفادة من التدريب بالإضافة إلى قوة الجدية في العمل واكتساب العدالة وكل هذه الامور مجتمعة تؤدي إلى وضع نفسي جيد للطلاب لاسيما انهم يمتازون بالجدية في العمل وحب النظام مما يجعلهم قليلين التعرض للاحتراق النفسي، "حيث ان الشخص الاكثر جدية هو الاقل عرضة لحالات الاحتراق النفسي وبالتالي فانه سيوازن في طاقاته اكبر من الشخص الذي يتميز بعدم المبالاة وهذه النتيجة تتفق مع ما اشارت اليه الكثير من الادبيات، اذ يؤكد (فرويد) على ان الملتزمين والمخلصين هم اقل عرضة للاحتراق النفسي"

(امل علي ، 2000 ، ص59)

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1 الاستنتاجات:

- 1- اظهرت النتائج ان هناك علاقة ارتباط معنوية عكسية بين مقياسي البحث.
- 2- ظهر طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بمادة كرة القدم تمتعهم بتماسك اجتماعي حركي مما قلل من اصابتهم بالاحتراق النفسي.
- 3- ظهر ارتفاع التماسك الاجتماعي الحركي للطلاب مما قلل من الاحتراق لديهم.

4-2 التوصيات:

- 1- إمكانية استخدام المقياسين في البحث الحالي من قبل المدربين لقياس التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي.
- 1- أجراء دراسات مشابهه لفئات عمرية مختلفة تضم جوانب الدراسة الحالية.
- 1- إمكانية استخدام المقياسين الحاليين من قبل الباحثين والمختصين بالقياس النفسي في دراساتهم.
- 4- توجيه العمل التدريبي بالاهتمام بالمجال النفسي وخصوصا التماسك الاجتماعي الحركي والاحتراق النفسي.

المصادر

- امل علي: السمات الشخصية وعلاقتها بالاحترق النفسي لدى مدربي كرة السلة ، جامعة بابل ، كلية التربية الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، 2000 .
- اميرة عبد الواحد حنا: بناء مقياس للاحتراق النفسي لدى لاعبي كرة اليد، جامعة بغداد-كلية التربية الرياضية، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، 2001 .
- حسن هادي صالح : التماسك الاجتماعي - الحركي بدلالة الضغوط النفسية وتوجه الهدف للاعبي كرة القدم المتقدمين في العراق، رسالة ماجستير، جامعة بابل، كلية التربية الرياضية ، 2009 .
- ريسان خريط مجيد: مناهج البحث في التربية البدنية، الموصل، مديرية دار الكتب للطباعة والنشر، 1987.
- سعد عبد الرحمن: القياس النفسي، ط2، الامارات العربية، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، 1997.
- لويس كامل وآخرون: الشخصية وقياسها، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، 1959.
- محمد حسن علاوي، محمد نصر الدين : القياس بالتربية الرياضية وعلم النفس الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، 2000 .
- Berjman , Jerry , Vnderstanding Educational Measurement and Evaluation. London, 1974.
- Adams, George, sacks: Measurement and Evaluation in Education, Psychology and Guidance, Holt Inc. VSA. 1964.
- Ebel, Robert, L. Essentials of Educational Measurement, 2nd. ed. V.J. Prentice-Hall, 1972.
- Alderman, R.B. Psychological Behavior In Sport. London: W: Bsaunders Company. 1974.

ملحق (1) أسماء الخبراء والمتخصصين الذين تم عرض عليهم مقاييس البحث

ت	الاسم	اللقب العلمي	الاختصاص	مكان العمل
1	د. سلمان عقاب سرحان	أستاذ	اختبار وقياس	جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
2	د. فاضل كردي شلاكة	أستاذ مساعد	علم نفس رياض	جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
3	د. باسم ناجي	أستاذ مساعد	علم نفس رياضي	جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية الاساسية
4	د. ايمن هاني عبد	مدرس	اختبار وقياس	جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
5	د. علي بخيت حسين	مدرس	علم نفس رياضي	جامعة الكوفة/كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

ملحق (2) مقياس التماسك الاجتماعي الحركي

استبيان تحديد صلاحية فقرات مقياس التماسك الاجتماعي الحركي

الأستاذ الفاضل الدكتور المحترم

يروم الباحثان دراسة (التماسك الاجتماعي الحركي وعلاقته بالاحترق النفسي للطلاب بكرة القدم) ونظراً لما تملكون من خبرة علمية أرجو بيان رأيكم في صلاحية الفقرات من عدمها فيما إذا كانت تلك الفقرة تقيس فعلاً إحدى مكونات التماسك الاجتماعي - الحركي أو لا تقيس ذلك. كما أرجو إجراء أي تعديلات ترونها مناسبة على الفقرات التي تمثل العوامل الاجتماعية والخططية والعملية لدى فرق كرة القدم مع فائق الشكر والتقدير.

وقد أعتمد الطالب بدائل الإجابة الآتية

عالية جداً	عالية	متوسطة	منخفضة	منخفضة جداً
5	4	3	2	1

اسم الخبير:

الدرجة العلمية:

التخصص:

العنوان الوظيفي:

التوقيع:

التاريخ:

الباحثان

العامل	العبارات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1.	يحتل فريق بين الفرق المتنافسة مكانة			
2.	أحتل أنا بين أعضاء فريق مكانة:			
3.	مشاركتي بتحقيق أهداف وأهداف الفريق:			
4.	يشارك فريق في منافسات:			
5.	إن الحوافز المادية والمعنوية التي أتلها مع فريق بعد الفوز:			
6.	النتائج التي يمكن أن يحققها فريق في منافساته			
7.	تألقي مع أعضاء فريق بدرجة:			
8.	إن العلاقات الاجتماعية بين أعضاء الفريق:			
9.	إن قناعاتي بالقيادة الإدارية والفنية للفريق:			
10.	يتبع فريق نظاماً خلال التدريب والمنافسات:			
11.	طرائق لعب الفريق تساعد على الفوز في أغلب المباريات:			
12.	طرائق لعب فريق تعتمد على استثمار نواحي الضعف في الفرق المنافسة			
13.	طرائق لعب فريق لها القدرة على أن تستفيد من قدرات جميع اللاعبين			
14.	تساعد طرائق لعب الفريق على إظهار كل قدرات ومواهب الطلاب			
15.	طرائق لعب فريق توهم لاعبين إلى مكانة في مجتمع اللعبة:			
16.	طرائق لعب فريق واضحة ومفهومة لجميع لاعبي الفريق			
17.	تحقق طرائق لعب الفريق التآلف الحركي بين جميع الطلاب			
18.	فريقي يستطيع مواجهة الفرق المنافسة له			
19.	طرائق لعب فريق تحقق أكبر قدر من الفوز وأقل قدر من الخسارة			
20.	فريقي يلعب بطرائق تتفوق على نواحي القوة في الفرق المنافسة			

ملحق (3)

مقياس الاحتراق النفسي لطلاب

زميلي الطالب

تحية طيبة:

يتضمن هذا المقياس عبارات متعلقة بشعورك تجاه التدريب او اللعب يرجى قراءة كل عبارة بدقة وتقدير ما اذا كنت تحمل هذا الشعور او لا، فاذا سبق ان انتابك هذا الشعور فعليك ان تحدد شدته بوضع اشارة () تحت الحقل الذي ينطبق عليك من حيث شدة الشعور (شديد جداً، شديد إلى حد ما، مقبول، ضعيف، ضعيف جداً) ولهذا الموسم التدريبي.

يأمل الباحثان تعاونكم من خلال اجابتكم الصريحة عن جميع فقرات المقياس، علماً ان ما تدلي به من معلومات هي لأغراض البحث العلمي فقط ولا داعي لذكر الاسم.

مع الشكر والتقدير

الباحثان

ت	الفقرات	شدة الشعور			
		شديد جداً	شديد إلى حد ما	مقبول	ضعيف
1	يحتاج جسمي إلى فترات راحة طويلة لاستعادة الشفاء				
2	لدي الرغبة في التفوق والانجاز				
3	انا يقظ طوال المباراة				
4	اشعر بعدم التقدير من قبل الآخرين (طلاب- مدربين- صحافة...الخ)				
5	اشعر بضعف في التوافق العصبي العضلي نتيجة الاجهاد				
6	اشعر بالشجاعة والجرأة على اتخاذ القرار في المواقف الحرجة في المباريات				
7	تقل دافعتي في اللعب لضعف امكانيات المدرب				
8	لدي القدرة لإثارة حماس الطلاب في الملعب				
9	اشعر اني غير قادر على مواصلة اللعب نتيجة التعب البدني				
10	اقدم المستوى الذي يرضيني واحاول دائماً تقديم الافضل				
11	اشعر اني لا استطيع تحقيق المستوى الذي حققته في السابق				
12	اشعر بالإحباط لقلة حصولي على اية مكافأة مقابل عطائي للفريق				
13	اشعر بأني حاد المزاج ولدي الاستعداد للانفجار في اية لحظة في الملعب				
14	اشعر بضعف القدرة على سرعة الاستجابة الحركية نتيجة للتعب البدني				
15	اتذكر كل ما اعطي لي من خطط وبإمكاني تطبيقها داخل الملعب				
16	اشعر بقلق اتجاه تسلم مستحقاتي المالية من النادي				
17	اشعر بالكآبة كلما تذكرت اني متوجه إلى التدريب				
18	اصبحت اكثر قسوة في تعاملتي مع الآخرين (طلاب- حكام- مدربين- جمهور)				
19	تقل دافعتي لعدم مساندة ودعم الهيئة الادارية للفريق				
20	اشعر بالانزعاج كلما اقترب موعد التدريب				
21	اشعر بالملل من التدريب				