DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

Psychological burnout and its relationship to personal characteristics among coaches of the Middle Euphrates football clubs

Ahmed Malik Hamoud **Ali Hussein Thaher**
Hilla University College. Department of Physical Education and Sports Sciences

Received: 24-03-2024 **Publication: 16-08-2024**

Abstract
The coach's mission is one of the most difficult tasks, and coaches must have personal and psychological characteristics that qualify them to lead their teams and players and enable them to deal with club administrations and fans and bear the psychological pressures they are exposed to, which allows them to make sound and accurate decisions. Although the phenomenon of burnout is not new to sports activities in general and football in particular, and is caused by the many pressures that those concerned with this game are exposed to, especially coaches, due to the heavy burdens that fall on them, and thus coaches are the most vulnerable to this phenomenon, especially those who are devoted to this game. Therefore, coaches must have personal traits that are consistent with the requirements of the game, and their lack of positive specifications may expose them to psychological pressures that may negatively affect their work performance and perhaps their social and health status, which may lead them to the phenomenon of burnout and thus leave the coaching profession. The research aims to identify the degree of psychological burnout enjoyed by football coaches and personal characteristics in the clubs of the Middle Euphrates, in addition to identifying the nature of the relationship between the degree of psychological burnout and the personal characteristics of the research sample. The researchers used the descriptive approach (survey studies) to suit the nature of the research problem. The researchers used the scale prepared by (Reiner Martens) for psychological burnout, which was translated by Osama Kamel Rateb, and this scale contains ten paragraphs prepared for the purpose of measuring the phenomenon of psychological burnout. The researchers also used the Cattell test for personal characteristics, which is one of the comprehensive and accurate tests that measures sixteen personality traits, which allows understanding the personality of the coach. The research sample included 16 coaches from some football club coaches in the governorates (Babylon, Karbala, Najaf, Qadisiyah). The researchers concluded the following: Most coaches are exposed to the phenomenon of psychological burnout, as their percentage reached 75% of the total sample. Most of the personal traits of football coaches are concentrated in the middle of the scale and rarely lean towards the right or left. It became clear that there is a correlation between some traits such as shyness, anxiety and conscientiousness with the phenomenon of burnout among football coaches.

Keywords: Burnout, Personal traits. Coaches, Football

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

الاحتراق النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية لدى مدربي اندية الفرات الاوسط بكرة القدم

م. احمد مالك حمود م.م. علي حسين ظاهر
كلية الحلة الجامعة . قسم التربية البدنية وعلوم الرياضة

تاريخ استلام البحث ٢٠٢٤/٥/٢٣ تاريخ نشر البحث ٢٠٢٤/٨/١٦

الملخص

ان مهمه المدرب تعد من المهام الصعبة للغاية والتي يجب ان يتمتع المدربين بمميزات شخصية ونفسية تؤهلهم لقيادة فرقهم ولاعبيهم وتمكنهم من التعامل مع ادارات الاندية والجماهير وتحمل الضغوط النفسية التي يتعرضون اليها مما يتيح لهم اتخاذ قرارات صائبة ودقيقة ، وعلى الرغم من ان ظاهرة الاحتراق النفسي ليست جديدة على الانشطة الرياضية عموما وكرة القدم بشكل خاص وسببها كثرة الضغوط التي يتعرض لها المعنيون في هذه اللعبة خاصة المدربون نظرا للأعباء الكبيرة التي تقع على عاتقهم وبذلك يعد المدربون اكثر الناس عرضة لهذه الظاهرة خاصة المخلصين منهم لهذه اللعبة، لذا كان لا بد من ان يتصف المدربين بسمات شخصية تتوافق مع متطلبات اللعبة وان عدم تمتعهم بموصفات ايجابية قد تعرضهم الى ضغوط نفسية قد تنعكس سلبا على اداء عملهم وربما على وضعهم الاجتماعي والصحي والتي قد تؤدي بهم الى ظاهرة الاحتراق النفسي وبالتالي تركهم لمهنة التدريب. ويهدف البحث التعرف على درجة الاحتراق النفسي التي يتمتع بها مدربوا كرة القدم والسمات الشخصية في اندية الفرات الاوسط، بالإضافة الى التعرف على طبيعة العلاقة بين درجة الاحتراق النفسي والسمات الشخصية لعينة البحث . استخدم الباحثون المنهج الوصفي (الدراسات المسحية)لملائمته لطبيعة مشكلة البحث . استعان الباحثون بالمقياس الذي اعده (رينر مارتنز) للاحتراق النفسي وهو من تعريب اسامة كامل راتب ، ويحوي هذا المقياس على عشر فقرات معدة لغرض قياس ظاهرة الاحتراق النفسي . كما استخدم الباحثون اختبار كاتل للسمات الشخصية ويعد هذا الاختبار من الاختبارات الشمولية الدقيقة الذي يقيس ست عشرة سمة للشخصية مما يتيح فهم شخصية المدرب .وشملت عينة البحث ١٦ مدربا من بعض مدربي اندية كرة القدم في محافظات (بابل ، كربلاء ، النجف ، القادسية) وقد استنتج الباحثون مايلي :

١. اغلب المدربون معرضون لظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت نسبتهم ٧٥% من مجموع العينة .
٢. ان معظم السمات الشخصية لمدربي كرة القدم مركزة في وسط المقياس ونادرا ما تميل باتجاه اليمين او اليسار.
٣. اتضح ان هناك علاقة ارتباطية بين بعض السمات كالخجل والقلق والضمير الحي مع ظاهرة الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم .

الكلمات المفتاحية : الاحتراق النفسي ، السمات الشخصية . مدربين ، كرة قدم

١-التعريف بالبحث

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

١-١ المقدمة واهمية البحث

ان مهمه المدرب تعد من المهام الصعبة للغاية والتي يجب ان يتمتع المدربين بمميزات شخصية ونفسية تؤهلهم لقيادة فرقهم ولاعبيهم وتمكنهم من التعامل مع ادارات الاندية والجماهير وتحمل الضغوط النفسية التي يتعرضون اليها مما يتيح لهم اتخاذ قرارات صائبة ودقيقة ، وعلى الرغم من ان ظاهرة الاحتراق النفسي ليست جديدة على الانشطة الرياضية عموما وكرة القدم بشكل خاص وسببها كثرة الضغوط التي يتعرض لها المعنيون في هذه اللعبة خاصة المدربون نظرا للأعباء الكبيرة التي تقع على عاتقهم وبذلك يعد المدربون اكثر الناس عرضة لهذه الظاهرة ، لذا كان لا بد من ان يتصف المدربين بسمات شخصية تتوافق مع متطلبات اللعبة وان عدم تمتعهم بموصفات ايجابية قد تعرضهم الى ضغوط نفسية قد تنعكس سلبا على اداء عملهم وربما على وضعهم الاجتماعي والصحي والتي قد تؤدي بهم الى ظاهرة الاحتراق النفسي وبالتالي تركهم لمهنة التدريب.

وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على الدرجات التي يتمتعون بها على سلم الاحتراق النفسي السمات الشخصية التي يتمتع بها المدربون(عينة البحث) وكذلك اضافة الى العلاقة بين ظاهرة الاحتراق النفسي وهذه السمات والتي من الممكن توظيفها لرفع مستوى المدربين كونهم العامل الابرز في تطوير اللعبة .

١-٢ مشكلة البحث

مما لا شك فيه ان لعبة كرة القدم تتميز بشعبيتها وكثرة متابيعيها على المستويين الشعبي والرسمي ، وهذه المتابعه المستمرة ستولد ضغوطا كبيره لجميع العاملين في مجال التدريب ، وان عدم معرفة درجة الاحتراق النفسي التي تتمتع بها عينة البحث في ظل الظروف الراهنة والضغوط الاجتماعية والنفسية ، كما أن عدم معرفة العلاقة بين السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي للمدربين ، لذا يتوجب ان يتصفوا بسمات شخصية تتوافق مع متطلبات اللعبة ، ونظرا لعدم اخضاع المدربين في بعض اندية الفرات الاوسط إلى اختبارات نفسية تدل على سماتهم الشخصية وعلاقتها بدرجات الاحتراق النفسي للمدربين . حدى بالباحثين إلى دراسة هذه المشكلة .

١-٣ اهداف البحث

يهدف البحث الى :-

١- التعرف على درجة الاحتراق النفسي والسمات الشخصية التي يتمتع بها مدربوا كرة القدم في اندية الفرات الاوسط .

٢- التعرف على طبيعة العلاقة بين درجة الاحتراق النفسي والسمات الشخصية لعينة البحث .

١-٤ فروض البحث

في ضوء اهداف البحث يفترض الباحثون ان هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين ظاهرة الاحتراق النفسي وبعض السمات الشخصية

١-٥ مجالات البحث

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

١-٥-١ المجال البشري : مدربوا اندية محافظات (بابل . كربلاء ، النجف ، القادسية)

١-٥-٢ المجال المكاني : ساحات وقاعات الأندية الرياضية

١-٥-٣ المجال الزماني: للفترة من ٢٠٢٤/٢/١٥ لغاية ٢٠٠٤/٤/٢٧

٢-منهج البحث واجراءاته الميدانية

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

٢-١ منهج البحث

استخدم الباحثون المنهج الوصفي (الدراسات المسحية)لملائمته لطبيعة مشكلة البحث .

٢-٢ عينة البحث

اشتملت عينة البحث على (١٦) مدربا لكرة القدم يمثلون مدربي اندية (بابل ، كربلاء ، النجف ، القادسية) لمختلف الدرجات

٣-٣ ادوات البحث : لكي يتمكن الباحثون من معالجو مشكلتهم لا بد من الاستعانة ببعض الادوات ، وهي عبارة عن " الوسائل التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات وحل مشكلته وتحقيق اهداف البحث .....)

وقد استخدم الباحثان الادوات الاتيه :-

٣-٣-١ المصادر والمراجع العربيه

استند الباحثان الى عدد من المصادر والمراجع العلمية والدراسات التي تم الاطلاع عليها من اجل تدعيم موضوعات البحث

٣-٣-٢ اختبار درجة الاحتراق النفسي

استعان الباحثان بالمقياس الذي اعده (رينر مارتنز) للاحتراق النفسي وهو من تعريب اسامة كامل راتب ، ويحوي هذا المقياس على عشر فقرات معدة لغرض قياس ظاهرة الاحتراق النفسي

٣-٣-٣ اختبار كاتل للسمات الشخصية

استخدم الباحثان اختباركاتل للسمات الشخصية ويعد هذا الاختبار من الاختبارات الشمولية الدقيقة الذي يقيس ست عشرة سمة للشخصية مما يتيح فهم شخصية المدرب

٣-٤ إجراءات البحث

بعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة اتضح ان مقياس الاحتراق النفسي قد سبق استخدامه في البيئة العراقية والباحثة امل علي سلومي (٢٠٠٠) استخدمته وان اختبار كاتل للسمات الشخصية ملائم للبيئة العراقية ، اذ سبق واستخدم من قبل الباحث عامر سعيد (١٩٩٧) ، من هنا اصبح الاختباران ملائمان لعمل هذا البحث ولغرض القيام باكمال هذا البحث قام الباحثون بالاتصال مباشرة بعينة البحث وتم شرح اهداف البحث واهميته للمدربين وطمأنة العينة على الحفاظ على سرية الاجابة ، كما تم توضيح الاستمارة وكيفية الاجابة عليها وبعدها تم توزيع الاستمارات على عينة البحث . ثم قام الباحثون بعد ذلك بجمع الاستمارات وتفريغ البيانات ثم تحويل الدرجات الخام الى درجات حقيقية وذلك بالاعتماد على مفتاح حل الاسئلة في الاختبارين ، ثم تم بعد ذلك اجراء المعالجات الاحصائية للتعرف على السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي والعلاقة بينهما .

٣-٥ الوسائل الاحصائية

لغرض إكمال البحث فقد استعان الباحثان بالوسائل الاحصائية الاتية :-

١- الوسط الحسابي ٣- معامل الارتباط البسيط (بيرسون) ٤- الانحراف المعياري

٢- النسبة المئوية اختبار (ت) لمعنوية الارتباط

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

٤-عرض ومناقشة النتائج

٤-١ عرض ومناقشة السمات الشخصية التي يتسم بها مدربي كرة القدم

بعد معالجة الدرجات الخام وتحويلها الى درجات حقيقية وباستخدام المعالجات الاحصائية لاستخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لافراد العينة في اختبار كاتل من اجل تحقيق هدف البحث

ومن خلال ملاحظة الجدول رقم (١) يتضح ما يلي :-

جدول رقم (١)

يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للسمات الشخصية

ت	الرمز	السمة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	A	الانطوائية والانبساطية الاجتماعية	٥ر٥٢	١ر٢١
٢	B	القدرات العقلية	٦ر٤٥	٢ر١٤
٣	C	الاتزان الانفعالي	٤ر٥٦	٠ر٨٢
٤	D	السيطرة	٤ر٥٥	١ر٤١
٥	F	عدم المبالاة	٣ر٥٨	١ر١٢
٦	E	التنظيم	٨ر٤٥	٢ر٠٤
٧	H	الحزم	٤ر٥١	١ر٠٨
٨	I	الحساسية	٧ر١	١ر٥٨
٩	L	الطموح	٦ر٥٤	٢ر٤٤
١٠	M	الذاتية	٤ر٥	١ر٦
١١	N	الدهاء	٥ر٢٥	١ر٧٢
١٢	O	القلق والاضطراب	٦ر٧٤	١ر٤٣
١٣	Q1	الابداع	٥ر٣٢	٢ر١٥
١٤	Q2	الاستقلال	٤ر٨٤	١ر١٣
١٥	Q3	مراجعة الذات	٥ر٤٥	١ر٨٤
١٦	Q4	الطاقة الحيوية	٦ر٧٢	٢ر٢٥

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

البعد الاول A (الانطوائية – الانبساطية)

في هذا البعد يلاحظ وقوع المدربين في وسط المقياس بمعنى اتصافهم بصفة متعادلة بين الانطواء والانبساط ويتضح ذلك جليا من خلال الوسط الحسابي البالغ (٥٢ر٥) وبانحراف معياري مقداره (٢١ر١) ويرى الباحثان انه من الضروري ان يتمتع المدربون بالاعتدال والتصرف حسب ما يتطلبه الموقف ، فهناك مواقف تحتاج من المدرب الانطوائية في حين ان هناك مواقف أخرى تتطلب من المدرب روح المرح والدعابة ، ويتفق الباحثان الى ما ذهب أليه ريسان خريبط "انه في بعض الاحيان تنفع النكتة الجيدة والدعابة الظريفة والملاحظة المليئة بالعطف اكثر بكثيرمن التصنيفات المملة الطويلة ، وهذا لا يعني عدم استخدام التدابير الصارمة في بعض الاحيان "

البعد الثاني B (القدرات العقلية)

فقد بلغ الوسط الحسابي (٤٥ر٦) اذ يميل اغلب المدربون في الوسط وان كانت قريبة من جهة اليسار (اكثر ذكاء) ، ويعد هذا من المتطلبات الضرورية التي يتصف بها مدربوا كرة القدم لاهميته في العمل التدريبي لما تتطلبه اللعبة من التخطيط والتحليل ووضع البرامج ، ولا بد من تمتع المدربين بمستوى جيد من الذكاء والقدرات العقلية خاصة اذا علمنا ان هناك مواقف في كرة القدم تحتاج الى حلول سريعة وناجعة ، كما ويدل الانحراف المعياري البالغ (١٤ر٢) الى تباين المدربين في هذه السمة .

البعد الثالث C (الاتزان الانفعالي)

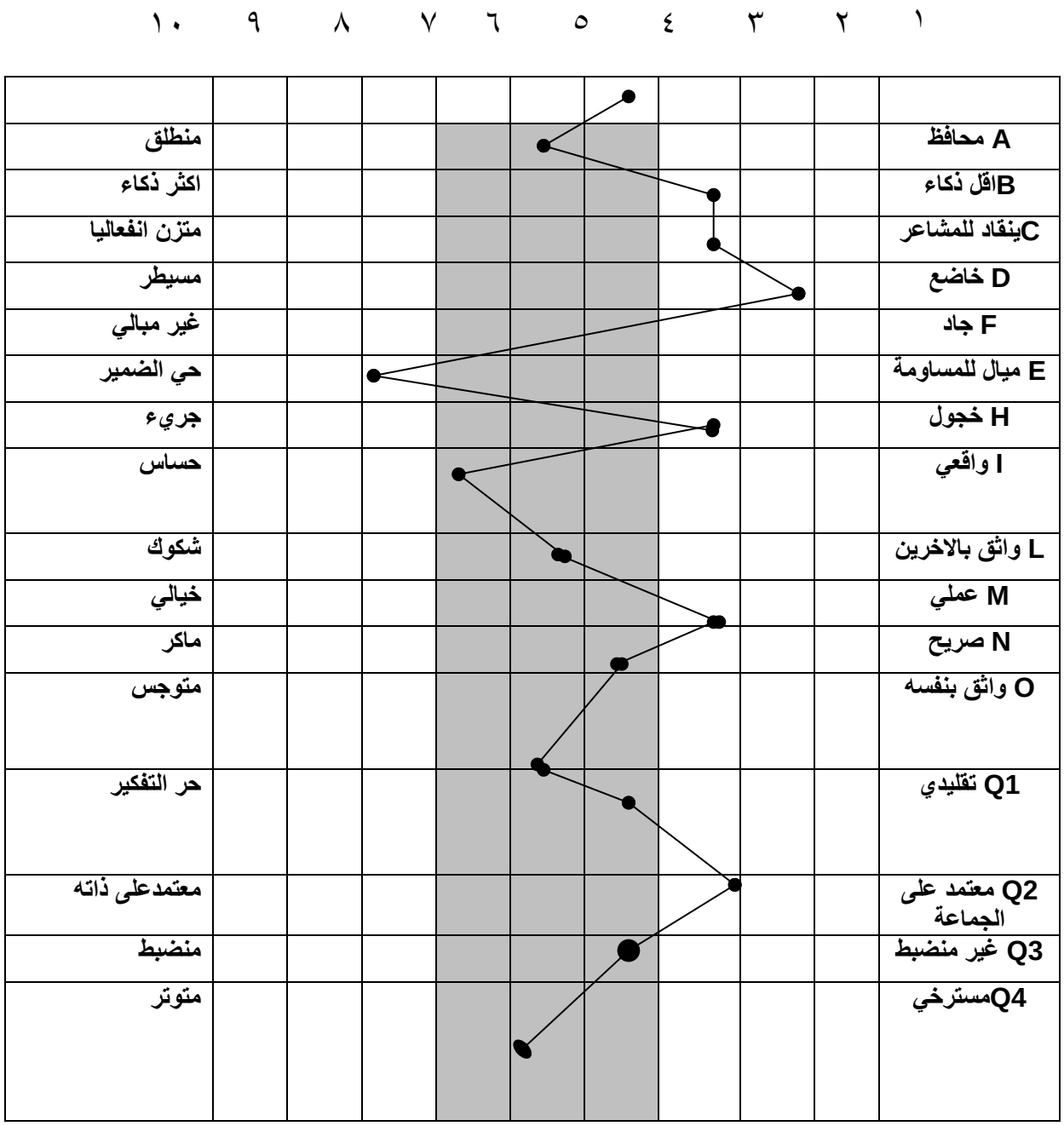
فقد بلغ وسطه الحسابي (٥٦ر٤)وان كان ظاهرا وقوع المدربين في وسط المقياس ،الا انه في حقيقة الامر ان معظمهم منقادين للمشاعر ويدل على ذلك الانحراف المعياري البالغ (٨٢ر٠) بمعنى ان تباينهم يكون ضئيلا . ويدل هذا البعد على عدم قدرة المدربين في السيطرة على انفعالاتهم ، خاصة في المواقف الصعبة والحساسة والتي تتطلب من المدرب التزام الهدؤ ليتمكن من اتخاذ القرارات الناجعة ، ان استثارة المدرب العالية ستنسحب الى اللاعبين سواء في ارض الملعب او على مقاعد البدلاء وربما يؤدي هذا الى خروج اللاعبين عن الروح الرياضية وبالتالي خسارة المبارة .

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

شكل رقم ١

يوضح الرسم البياني لسمات شخصية مدربي محافظة القادسية بكرة القدم



فيما يخص العامل O (الخضوع والسيطرة) فقد بلغ الوسط الحسابي (٥٥ر٤) مائلا باتجاه اليمين اي باتجاه الخضوع ويدل الانحراف المعياري البالغ (٤١ر١) ان هناك تباينا في اجابات المدربين ، ويرى الباحثان ان هذا العامل من العوامل

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

التي تؤثر في مهنة التدريب ، والمدرب الجيد يتوجب عليه عدم الخضوع الى تأثيرات الغير مهما كان مصدرها ونوعها سواء من الادارة او الجمهور او اللاعبين ، فمثل هكذا توجه قد يؤدي بالمدرب الى فقدان السيطرة على الفريق وضياع زمام المبادرة من يد المدرب وبالتالي فشله في عمله التدريبي . اما العامل F (عدم المبالات) فقد اتضح من الجدول رقم (١) ان معظم المدربين جادين ويمتازون بالحرص اذ بلغ الوسط الحسابي (٥٨ر٣) مائلا باتجاه اليمين وبانحراف معياري مقداره(١٢ر١)

وذكر عامر سعيد " ان السيطرة على الرغبات وحب العمل والشعور بالمسؤلية تؤدي بالفرد الى نجاحه في عملية اقناع الاخرين بتوجهاته " . كما اتصف المدربون بعدم المساومة والضمير الحي اذ بلغ الوسط الحسابي لهذا العامل (٤٥ر٨) وبانحراف معياري مقداره (٠٤ر٢) ويدل ذلك الى ان غالبية العينة تميل باتجاه اليسار ، ويعد هذا مطلبا ضروريا في مهنة التدريب كونها مهنة تنسجم مع الخصائص التربوية على اعتبار ان المدرب يمثل القدوة للاعبين والمثل الاعلى لهم ولا بد من اتصافه بالضمير الحي لان هذا سيدعم كثيرا عمله التدريبي وذكر ريسان خريبط " يجب على المدرب ان يكون انسانا ذا مستوى من الوعي الرفيع ومشبعا بالافكار السامية ....." اما العامل H (الحزم) فقد جاء متعادلا اذ بلغ وسطه الحسابي (٥١ر٤) وان كان يميل اكثر باتجاه اليمين وتعد هذه السمة غير محببة في مهنة التدريب لان الجرأة تعد مطلبا ضروريا في الكثير من المواقف التدريبية وقد بلغ الانحراف المعياري (٠٨ر١) ، ان الاقدام والجرأة وعدم الخجل في المواقف التي تتطلب الحزم سيساعد الفريق كثيرا في تخطي الكثير من العقبات ويرى الباحثون ان الخضوع الذي يتصف به المدربون ربما كان عائدا الى هذا العامل (الخجل) . وفيما يخص العامل I(الحساسية) فقد بلغ الوسط الحسابي عند هذا العامل (١ر٧) وبانحراف معياري مقداره (٥٨ر١) وعند ملاحظة الشكل البياني نلاحظ ان معظم المدربين يميلون باتجاه الحساسية ويدل بعدهم عن الواقعية انهم يضعون اهدافا بعيدة المنال وهذا على عكس ما تتطلبه كرة القدم ، فالمدرب الناجح يتسم بالواقعية لان رؤية المدرب للاعبين ولامكاناتهم ستسهم كثيرا في وضع الخطط المناسبة والاهداف المنطقية المعقولة وكذلك طريقة اللعب المناسبة ووضع اللاعب المناسب والتشكيلة الاساسية من اللاعبين وبدلائهم . اما فيما يخص العامل L (الطموح) فقد بلغ الوسط الحسابي (٥٤ر٦) وبانحراف معياري مقداره (٤٤ر٢) وان كان هذا العامل في الوسط الا ان الشكل رقم (١) يوضح انحرافه باتجاه اليسار ، ويدل الانحراف المعياري الى تباين اجابات العينة ، ويرى الباحثان ان هذا العامل يعد مطلبا ضروريا ومهما لمهنة التدريب لان انعدام الطموح سيؤدي الى فقدان المدرب لاهم سمة شخصية والتي ستنعكس سلبا في حال فقدانها على اللاعبين . اما فيما يخص العاملين (M , N) (الذاتية والدهاء) فقد تمركزا في الوسط دل على ذلك الوسط الحسابي البالغ (٥ر٤ ،٢٥ر٥) وبانحراف معياري (٦ر١ ، ٧٢ر١) على التوالي في حين بلغ الوسط الحسابي للعامل(O) (القلق والاضطراب) (٧٤ر٦) مائلا باتجاه اليسار وبانحراف معياري مقداره (٤٣ر١) اذ يميل معظم المدربين الى التوجس ،ويعد هذا العامل من العوامل التي تؤثر سلبا على شخصية المدرب ، مما يعرضه الى كثير من الضغوط النفسية كما وتؤثر على ادائه لعمله التدريبي وعلى قيادته للاعبين . اما فيما يخص العوامل (Q3 , Q2 , Q1) فقد تمركزا في الوسط اذ بلغت الاوساط الحسابية (٣٢ر٥ ، ٨٤ر٤ ، ٤٥ر٥) وبانحرافات معيارية مقدارها (١٥ر٢ ،١٣ر١ ،٨٤ر١) على التوالي ويرى الباحثان انه من الضروري ان يكون المدرب مبدعا ونضبطا ومعتمدا على الجماعة كون لعبة كرة القدم لعبة جماعية كما ان انضباط المدرب يعد مطلبا ضروريا لمهنة التدريب كون المدرب يعد المثل الاعلى للاعبين وعدم انضباطه سيؤثر بالتالي على

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

انضباط اللاعبين وقد يؤدي الى تسيبهم . اما فيما يخص العامل الاخير (Q4) الطاقة الحيوية فقد دل الوسط الحسابي البالغ (٧٢ر٦) الى ان المدربين اتجهوا الى اليسار اي باتجاه التوتر ، ويعد هذا ذا اثر سلبي على المدرب كون التوتر سيقود المدرب الى الانفعال المستمر في حين ان الاسترخاءسيخلق جوا من الالفة والمودة والروح التعاونية بين اللاعبين والمدرب كما وسيساعد المدرب على اتخاذ قرارات صائبة تعود بالفائدة على الفريق عموما ، وان كان الانحراف المعياري البالغ (٢٥ر٢) يدل على تباين اجابات العينة .

مما تقدم انفا يرى الباحثان ان المدربين في محافظة القادسية قد اتسموا بصفات شخصية جيدة كالانضباط والجدية وعدم المساومة وهي بالتأكيد صفات ايجابية ، كما انهم اتصفوا بصفات سلبية لا تتلائم مع مهنة التدريب كالتوتر والخجل .وبذلك تم التعرف على السمات الشخصية التي يتمتع بها مدربوا محافظة القادسية ومن ثم تحقيق الهدف الاول من اهداف البحث .

٤-٢ درجات الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

من خلال ملاحظة الجدول رقم (٢) يتضح ان (٤) من المدربين وبنسبة (٢٥%) قد صنفوا ضمن الحالة الطبيعية في المقياس ، في حين ان (٥) من العينة البالغة (١٦) مدربا وبنسبة (٢٥ر٣١%) قد تأثروا سلبيا ويجب عليهم الانتباه لانهم في طريقهم للاحتراق النفسي وعليهم مراجعة الذات والتفكير بجدية للتخلص من الضغوط التي يتعرضون لها كونهم مرشحين لحدوث الاحتراق النفسي . وقد بلغ عدد المدربين الواقعين تحت مظلة الاحتراق النفسي (٤) مدربين وبنسبة (٢٥%) واخيرا فقد بلغ عدد المدربين الذين تعرضوا الى احتراق نفسي شديد (٣) مدربين اي بنسبة (٧٥ر١٨%) ،ويمكن القول ان (١٢) مدربا وبنسبة (٧٥%) في وضع نفسي غير جيد كونهم مابين مدرب مرشح للاحتراق واخر محترق نفسيا ويتوجب عليهم مراجعة الذات واستخدام وسائل الترويح النفسي للتخلص من الضغوط التي يتعرضون اليها .

جدول رقم (٢)

يبين فئة الدرجات المعيارية وعدد المدربين لكل منها ودلالتها في مقياس الاحتراق النفسي

الفئة المعيارية للدرجات	عدد المدربين	النسبة المئوية	دلالتها في مقياس الاحتراق
٠ – ٢٠ درجة	٤	%٢٥	حالة طبيعية
٢١ – ٣٠ درجة	٥	%٢٥ر٣١	يجب الانتباه لاحتمال ظهور تغيرات سلبية
٣١ – ٤٠ درجة	٤	%٢٥	مرشح لحدوث احتراق نفسي
٤١ – ٥٠ درجة	٣	%٧٥ر١٨	حدوث احتراق نفسي

٤-٣ العلاقة بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

لغرض تحقيق الهدف الثالث قام الباحثان باستخدام اختبار (ت ر) لمعنوية الارتباط من خلال الاختبار الاحصائي

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

$$ت ر = ر \sqrt{\frac{ن - ٢}{١ - ر ٢}}$$

ومن خلال ملاحظة الجدول رقم (٣) يتضح ان هناك بعض السمات التي تميزت بارتباط مع ظاهرة الاحتراق النفسي ، فقد تبين ان سمة الاتزان الانفعالي والتي بلغت قيمتها المحتسبة (٦٥ر٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١٣ر٢) عند مستوى دلالة (٠٥ر٠) وحيث ان معظم المدربين ينقادون الى المشاعر وهذا يعني ان اتجاههم اتجاه عاطفي مما يعني انهم غير متزنين انفعاليا وان عدم الاتزان هذا سيولد ضغطاغ نفسيا على المدرب وتعرضهم بالتالي الى ظاهرة الاحتراق النفسي ، مما يؤكد ان الفرد الغير متزن انفعاليا يكون عرضة لظاهرة الاحتراق النفسي كونه سريع الاستثارة وغير مستقر وبالتالي سينعكس سلبا على استقراره العاطفي والاجتماعي .

كما اظهر الجدول رقم (٣) ان هناك سمة اخرى هي عدم المبالاة لها علاقة بهذه الظاهرة اذ بلغت قيمتها المحتسبة (٨٨ر٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١٣ر٢) وبالعودة الى السمات الشخصية للمدربين يتضح ان معظم المدربين يتسمون بالجدية وهذا يتفق مع ما ذهب اليه احمد عبد الفتاح عن فرويد كون الشخص الذي يتميز بالجدية والاخلاص بالعمل يكون اكثر استنزافا للطاقة من الشخص الغير مخلص "ان الملتزمين والمخلصين هم اكثر عرضة للاحتراق النفسي "

كما بين الجدول المذكور انفا ان هناك علاقة بين سمة الضمير الحي الذي امتازت به افراد العينة وظاهرة الاحتراق النفسي والذي بلغت عنده قيمة (ت) المحتسبة (٦٧ر٢) وهي اكبر اذا ما قورنت بالقيمة الجدولية البالغة (١٣ر٢) عند مستوى دلالة (٠٥ر٠) ويعد هذا امرا طبيعيا كون الشخص الذي يتسم بالضمير الحي يكون اكثر عرضة من سواه لظاهرة الاحتراق النفسي ،ة كما اظهرت سمة الحزم علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بظاهرة الاحتراق النفسي والتي بلغت قيمتها المحتسبة (١٣ر٤) وحيث ان الشخص الذي يتسم بالخجل وعدم الجرأة سيميل الى كتم مشاعره وما يعانيه وكذلك عدم قدرته على اظهار معاناته مما يولد ضغوط نفسية ومع استمرار حالة كتم المعاناة ستتحول هذه الضغوط تدريجيا الى ظاهرة الاحتراق النفسي .

جدول رقم (٣)

يبين العلاقة بين السمات الشخصية وظاهرة الاحتراق النفسي وقيمة (ت) المحتسبة والجدولية ومعاملات الارتباط

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

السمات الشخصية	معامل الارتباط	ت المحتسبة	ت الجدولية	معنوية الارتباط
A الانطوائية والانبساطية	٠ر٢١	٠ر٨١		عشوائي
B القدرات العقلية	٠ر٣٣	١ر٣١		عشوائي
C الاتزان الانفعالي	٠ر٥١	٢ر٦٥		معنوي
D السيطرة	٠ر٢٥	٠ر٩٦		عشوائي
F عدم المبالاة	٠ر٦١	٢ر٨٨		معنوي
E التنظيم	٠ر٥٨	٢ر٦٧		معنوي
H الحزم	٠ر٧٤	٤ر١٣		معنوي
I الحساسية	٠ر١٩	٠ر٧٢		عشوائي
L الطموح	٠ر٥٤	٢ر٤٠	٢ر١٣	معنوي
M الذاتية	٠ر٢٢	٠ر٨٥		عشوائي
N الدهاء	٠ر٣٩	١ر٥٨		عشوائي
O القلق والاضطراب	٠ر٦٤	٣ر١٢		معنوي
Q1 الابداع	٠ر٢٤	٠ر٩٢		عشوائي
Q2 الاستقلال	٠ر١٩	٠ر٧٢		عشوائي
Q3 مراجعة الذات	٠ر٢٣	٠ر٨٩		عشوائي
Q4 الطاقة الحيوية	٠ر٥٢	٢ر٢٨		معنوي

كما اظهر الجدول رقم (٣) ان هناك علاقة ارتباطية بين سمة الطموح وظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٢ر٤٠) وهي اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (٠ر٠٥) ، ويرى الباحثان ان الافراد الطموحين اكثر عرضة للظاهرة المبحوثة كونهم في منافسات دائمة وسباق مستمر مع الذات ومع الاخرين لاثبات الوجود وتحقيق الانجازات وغالبا ما نراهم دائمي التفكير في كيفية تحقيق الطموح مما يعرضهم الى ضغوط نفسية مستمرة ستولد حتما ظاهرة الاحتراق النفسي . كما اظهرت نتائج البحث ان هناك علاقة ارتباطية بين سمة القلق والظاهرة المعنية بالبحث اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٣ر١٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٢ر١٣) عند مستوى دلالة (٠ر٠٥) ويعد هذا امر طبيعي فالفرد القلق يكون دائم التفكير وغير مستقر مما يولد اثارا سلبية على وضعه الصحي والاجتماعي .وذكر اسامة كامل راتب " ان اكثر الاشخاص عرضة للاحتراق هم الذين يمتازون بدرجة عالية من الحساسية والقلق والانطواء " . واخيرا فقد اظهر العامل (Q4) التوتر والاسترخاء علاقة معنوية دالة احصائيا مع ظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة (٢ر٢٨) مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (٢ر١٣) عند مستوى دلالة (٠ر٠٥) ،فالاشخاص المتوترون غالبا ما يتعرضون لظاهرة الاحتراق النفسي وذكر اسامة كامل راتب ان ظاهرة الاحتراق تكون اكثر انتشارا عند الاشخاص الذين يتميزون بارتفاع القلق والتوتر والحماسة الزائده .

مما تقدم آنفا يرى الباحثان ان ظاهرة الاحتراق النفسي لها علاقة ببعض السمات الشخصية لدى المدربين منها القلق والحساسية الزائدة والخجل وعدم الاتزان الانفعالي ، وبهذا يكون الباحثون قد حققا الهدف الثالث من اهداف البحث

DOI prefix: 10.33170, 2024, Vol (17), Special issue

Sciences Journal Of Physical Education
P-ISSN: 1992-0695, O-ISSN: 2312-3619
https://joupess.uobabylon.edu.iq/

٥-الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

بعد المعالجات الاحصائية ومناقشة النتائج استنتج الباحثون ما يلي :

١. اغلب المدربون معرضون لظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت نسبتهم ٧٥% من مجموع العينة.
٢. ان معظم السمات الشخصية لمدربي كرة القدم مركزة في وسط المقياس ونادرا ما تميل باتجاه اليمين او اليسار
٣. اتضح ان هناك علاقة ارتباطية بين ظاهرة الاحتراق النفسي وبعض السمات كالخجل والقلق والضمير الحي لمدربي كرة القدم

٥-٢ التوصيات

بناءا على ما جاء في استنتاجات البحث فان الباحثون يوصيان بالاتي :-

١- خضوع المدربين لدورات تطويرية الغرض منها تطوير مقدرتهم في التخلص من الضغوط النفسية .
٢- من الضرورة بمكان اخضاع المدربين لاختبارات نفسية وشخصية لاختيار الاصلح منهم لمهنة التدريب
٣- عمل دراسة مماثلة للحكام واللاعبين في محافظة القادسية لغرض النهوض بواقع لعبة كرة القدم .
٤- احتواء مناهج الدورات التدريبية على برامج تؤهل المدربين للتخلص من الضغوط النفسية

المصادر والمراجع

١- امل علي سلومي . السمات الشخصية وعلاقتها بالحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة .رسالة ماجستير . جامعة بابل . كلية التربية الرياضية ،٢٠٠٠
٢- ريسان خريبط . التدريب الرياضي . الموصل : مطبعة دار الفكر ،١٩٨٨
٣- صالح حسن الداهري (واخرون) . الشخصية والصحة النفسية . جامعة بابل. كلية التربية ،١٩٩٥
٤- عامر سعيد. السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الانجاز للاعبي المبارزة . رسالة ماجستير . جامعة بغداد ،١٩٩٧
٥- عزيز حنا وناظم هاشم . علم نفس الشخصية . جامعة بغداد ، ١٩٩٠
٦- وجيه محجوب . طرائق البحث العلمي ومناهجه .ط٢. بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر،١٩٨٨.