السمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

أ.م.د عبد الله حسين اللامي

م.م سلام جبار صاحب

م.م حازم موسى

١-التعريف بالبحث

١-١ المقدمة واهمية البحث

التدريب في كرة القدم يعد من المجالات الاساسية التي تسابقت اليها البلدان المتقدمة من خلال استحداث طرق ووسائل حديثة ومحاولة خلق ظروف ايجابية الغرض منها ايصال اللاعبين الى مستويات متقدمة تحقيقا لافضل الانجازات .

ان مهنة التدريب تعد من المهن الصعبة للغاية والتي يجب ان يتمتع اصحابها 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،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. 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 للاعباء الكبيرة التي تقع على عاتقهم وبذلك يعد المدربون لكثر الناس عرضة لهذه الظاهرة خاصة المخلصين منهم لهذه اللعبة، لذا كان لا بد من ان يتصف المدربين بسمات شخصية تتوافق مع متطلبات اللعبة.

وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على السمات الشخصية التي يتمتع بها المدربون(عينة البحث) وكذلك معرفة الدرجات التي يتمتعون بها على سلم الاحتراق النفسي اضافة الى العلاقة بين هذه السمات وظاهرة الاحتراق النفسي 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 , لذا يتوجب ان يتصفوا بسمات شخصية تتوافق مع متطلبات اللعبة ، ونظرا لعدم اخضاع المدربين في محافظة القادسية إلى اختبارات نفسية تدل على سماتهم الشخصية إضافة إلى عدم معرفة درجة الاحتراق النفسي التي تتمتع بها عينة البحث في ظل الظروف الراهنة والاوضاع المتشنجة اجتماعيا ونفسيا , كما أن عدم معرفة العلاقة بين السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي للمدربين حدى بالباحثين إلى دراسة هذه المشكلة .

١-٣ اهداف البحث

يهدف البحث الى :-

١- التعرف على السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي التي يتمتع بها مدربوا كرة القدم في محافظة القادسية .

٢- التعرف على طبيعة العلاقة بين السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي لعينة البحث .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

١-٤ فروض البحث

في ضوء اهداف البحث يفترض الباحثان ان هناك علاقة ذات دلالة احصائية بين بعض السمات الشخصية وظاهرة الاحتراق النفسي

١-٥ مجالات البحث

١-٥-١ المجال البشري : مدربوا اندية محافظة القادسية بكرة القدم وعددهم (١٦) مدربا

١-٥-٢ المجال المكاني : ساحات وقاعات الأندية الرياضية في محافظة القادسية

١-٥-٣ المجال الزماني: للفترة من ٢٠٠٤/٤/١٥ لغاية ٢٠٠٤/٧/٢٧

٢-الدراسات النظرية

٢-١ الشخصية

وهي كلمة لا تينية الاصل(PERSONA)والتي كانت تعني القناع الذي يلبسه الممثل الذي يؤدي دوره على خشبة المسرح . والشخصية تعبر عن نفسها عندما تتفاعل مع الاخرين ، وقد تناولها العديد من المختصين بالدراسة والتحليل ، فالمدرسة السلوكية ترى انها "عبارة عن كمية من النشاط الذي نستطيع التعرف عليه من خلال الملاحظة الدقيقة لمدة من الزمن " [28] في حين يراها المهتمون بالمدركات والمفاهيم "الكمية الكلية من الاستعدادات والميول والغرائز والدوافع والقوى البايولوجية الفطرية الموروثة " [29] وذكر واطسن انها كمية النشاط التي يمكن اكتشافها بالملاحظة الدقيقة لمدة طويلة حتى يتمكن من اعطاء معلومات دقيقة وثابتة ، وهناك العديد من النظريات التي تناولت الشخصية منها :-

١- نظرية الانماط

ترى هذه النظرية ان الانسان منذ القدم عمل على تصنيف من حوله من الناس الى انماط معينة على اساس ما يمتازون به من صفات جسمية وعقلية او انفعالية . والنمط يطلق على مجموعة من الناس يشتركون في صفة من الصفات مع الاختلاف في درجة اتسامهم بهذه السمة ومن هذه الانماط ، المزاجية التي قسمها (ابو قراط) الى النمط الدموي والصفراوي والسوداوي والنمط البلغمي ، كما ان هناك تقسيم اخر لنظرية الانماط الى انماط جسمية كما وقسمت الافراد الى تقسيم ثالث هو الانماط النفسية .

٢- نظرية السمات

يرى اصحاب هذه النظرية ان الشخصية تتكون من مجموع ما لدى الفرد من سمات والتي تعني خاصية تميز الفرد عن غيره ومنها الذكاء والعدولنية والانطوائية والانبساطية ..... الخ

٣- النظرية الديناميكية

يرى اصحاب هذه النظرية ان الشخصية تتكون من :-

أ-مكونات جسمية:وتعني التكوين الفسيولوجي للفرد والذي هو نتاج لكل من البيئة والوراثة .

ب-مكونات مستمدة من الدور: ان لكل فرد دور في هذه الحياة ، فللرجل دوره وللمرأة دورها ، وتختلف هذه الادوار تبعا لسن الفرد ومهنته ، ويمكن ان يكون للفردعدة ادوار بشرط لنسجامها وتوافقها .

[28] صالح حسن الداهري(ولخرون).الشخصية والصحة النفسية.جامعة بابل:كلية التربية،١٩٩٥.ص٥٠٣

[29] صالح حسن الداهري(ولخرون).المصدر السابق نفسه .ص٥٠٣.

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

ج-مكونات مستمدة من المواقف: كل فرد يتعرض في حياته الى الكثير من المواقف والتي تأخذ حيزا من الفرد وتؤثر بالتالي في تكوين شخصيته ومن النادر ان يتعرض شخصان لنفس الظروف ونفس الخبرات .

٢-٢ السمات الشخصية

السمات هي الصفات التي من خلالها يمكن التمييز بين فرد واخر ومن خلال التعرف على هذه السمات يمكن اصدار الاحكام والتنبؤ بالسلوك الذي يمكن ان يسلكه الفرد ،وفي ذلك ذكر عزيز حنا وناظم هاشم "انه يمكن التنبؤ بكيفية سلوك الشخص في المستقبل وعلى الأقل فهم السلوك الحالي "[30] ، وتعد السمة عند كاتل استنتاجا يمكن من خلاله تقييم السلوك الملاحظ وتفسيره ويرى انه من الممكن ان يتفق مجموعة من الافراد في سمات معينة في حال اشتراكهم في خبرات معينة ولكنه يؤكد الى ان هناك سمات محدده لا يمكن الا ان تتوفر لفرد بعينه دون سواه .

٢-٣ الاحتراق النفسي

وهو عبارة عن استنزاف انفعالي وبدني وعقلي يحدث نتيجة للاعباء والمتطلبات التي يتعرض لها الفرد ، وان كان من الصعب تحديد جميع العوامل والأسباب التي تؤدي الى شعور الفرد بالاحتراق النفسي ، كما ان هذه العوامل تختلف من شخص لاخر ومن مجتمع لاخر ، وذكر اسامة كامل راتب ان هناك جملة من الاسباب تقف وراء الاحتراق النفسي للمدرب [31]

١- عدم قدرة المدرب على تحفيز اللاعبين نحو تحقيق الاهداف
٢- عدم تقدير اللاعبين للجهد الذي يبذله المدرب
٣- زيادة ساعات العمل اليومي
٤- الضغوط الخارجية من اجل تحقيق المكسب
٥- عدم تحقيق الاهداف التي يتوقعها بالرغم من زيادة الجهد والعمل الشاق
٦- بعض الخصائص الشخصية التي يتميز بها المدرب مثل ارتفاع القلق ،المثالية والانطوائية

٢-٣-١ اعراض الاحتراق النفسي

هناك العديد من المؤشرات التيتشير الى تعرض الفرد الى ظاهرة الاحتراق النفسي أهمها :-

١-الإنهاك البدني اذ يتعرض الفرد الى ضعف الحيوية والنشاط وانخفاض في الطاقة البدنية وضعف في اللياقة البدنية والاحساس بالخمول

٢-الانهاك الانفعالي هو احساس بزيادة التوتر الانفعالي والقلق الدائم وعدم قدرة الفرد في التحكم بانفعالاته كما وتظهر خلال العصبية الزائده وسرعة الانفعال لادنى مثير .

٣-الانهاك العقلي عدم القدرة على مواصلة التفكير والتخطيط بصورة دقيقة وضعف شديد في مستويات العمليات العقلية كالادراك والتصور والانتباه والتذكر بشكل كبير .

٤-التعامل مع الاخرين بشكل قاس وعدم الاهتمام باللاعبين ومشاكلهم وهبوط الحماس

٥-ضعف الدافعية نحو تحقيق الانجاز مع الشعور بعدم التقدير من قبل الاخرين

[30] عزيز حنا وناظم هاشم. علم نفس الشخصية. جامعة بغداد: بدون مطبعة،١٩٩٠.ص١٣٠

[31] اسامة كامل راتب.الاعداد النفسي لتدريب الناشئين.القاهرة:دار الفكر العربي،١٩٩٧.ص٢٧٢

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

٢-٣-٢ كيف يمكن للمدرب مواجهة ظاهرة الاحتراق النفسي

هناك العديد من الخطوات يجب على المدرب اتباعها للتخلص من ظاهرة الاحتراق النفسي وقد ذكرت امل علي سلومي هذه الخطوات [32]

١- المعرفة :وذلك من خلال معرفة المدرب ان ظاهرة الاحتراق النفسي هي نتيجة للضغوط التي يتعرض لها ، لذا يمكن اتباع اساليب الاسترخاء والتنويم المغناطيسي واخذ مقدار كاف من الراحة لمواجهة هذه الظاهرة
٢- التحمل:يتوجب على المدرب التحلي بالصبر والقدرة على تحمل الضغوط وانتهاج اسلوب لا يعود بالضرر عليه كمدرب
٣- التخفيض :انتهاج اسلوب علمي في تخفيض الضغوط وتخفيف من اثار الاحتراق النفسي
٤- التنظيم :تنظيم حياة المدرب بشكل مدروس وعلمي سيعود بالفائده عليه، وسيعمل على تخفيض ظاهرة اغلاحتراق النفسي .

٣-منهج البحث واجراءاته الميدانية

٣-١ منهج البحث

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

٣-٢ عينة البحث

اشتملت عينة البحث على (١٦) مدربا لكرة القدم يمثلون مدربي محافظة القادسية لمختلف الدرجات اضافة لمدربي فئة الشباب

٣-٣ ادوات البحث لكي يتمكن الباحثان من اكمال بحثهما لا بد من الاستعانة ببعض الادوات ، وهي عبارة عن " الوسائل التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات وحل مشكلته وتحقيق اهداف البحث .....) (33)

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 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 .

٣-٣-٣ 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 .

[32] امل علي سلومي .السمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة .جامعة بابل:كلية التربية الرياضية ،٢٠٠٠ .ص٣١

[33] وجيه محجوب.طرائق البحث العلمي ومناهجه،ط٢.بغداد:دار الحكمة للطباعة ،١٩٨٨.ص١٣٣

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

٣-٤ إجراءات البحث

بعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة اتضح ان اختبار كاتل للسمات الشخصية ملائم للبيئة العراقية، اذ سبق واستخدم من قبل الباحث عامر سعيد (١٩٩٧) والباحثة امل علي سلومي (٢٠٠٠) كما اتضح ان مقياس الاحتراق النفسي قد سبق استخدامه في البيئة العراقية ، من هنا اصبح الاختباران ملائمان لعمل هذا البحث ولغرض القيام باكمال هذا البحث قام الباحثان 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 الباحثان بعد ذلك بجمع الاستمرات وتفريغ اليانات 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
٢- الانحراف المعياري
٣- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
٤- النسبة المئوية
٥- اختبار (ت) لمعنوية الارتباط

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 :-

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 (٥ر٥٢) وبانحراف معياري مقداره (١ر٢١) 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 بكثير من التصنيفات المملة الطويلة ، وهذا لا يعني عدم استخدام التدابير الصارمة في بعض الاحيان "[34]

[34] ريسان خريبط . التدريب الرياضي . الموصل : مطبعة دار الكتب ، ١٩٨٨ . ص١٩

وفيما يخص البعد الثاني B (القدرات العقلية) فقد بلغ الوسط الحسابي (٦ر٤٥) 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 .

اما 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 المباراة .

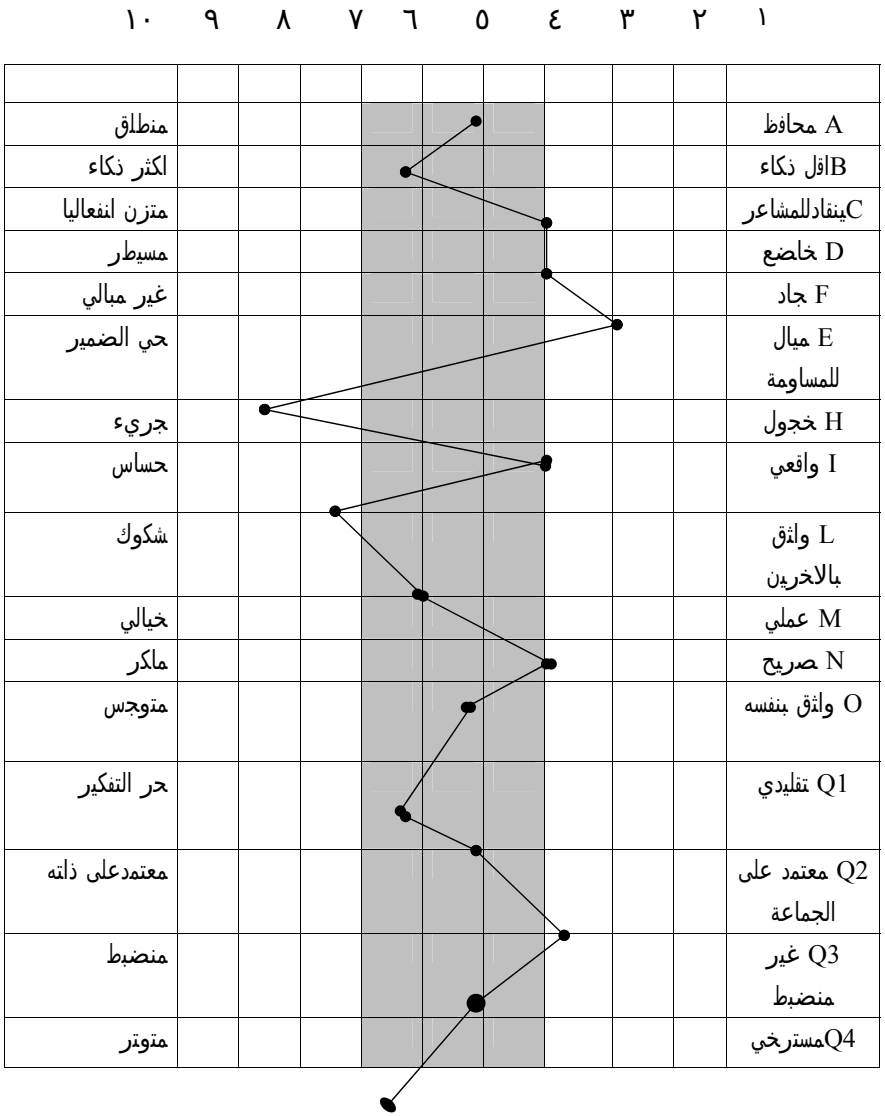
جدول رقم (١)

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

شكل رقم ١

يوضح الرسم البياني لسمات شخصية مدربي محافظة الفادسية بكرة القدم



© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

فيما يخص العامل O (الخضوع والسيطرة) فقد بلغ الوسط الحسابي (٥٥ر٤) مائلا باتجـاه اليمـين اي باتجـاه الخضوع ويدل الانحراف المعياري البالغ (٤١ر١) ان هناك تباينا في اجابات المدربين ، ويرى الباحثان ان هذا العامل من العواملل التي تؤثر في مهنة التدريب ، والمدرب الجيد يتوجب عليه عدم الخضوع الى تأثيرات الغير مهمـا كـان مصدرها ونوعها سواء من الادارة او الجمهور او اللاعبين ، فمثل هكذا توجه قد يؤدي بالمدرب الى فقدان الـسيطرة على الفريق وضياع زمام المبادرة من يد المدرب وبالتالي فشله في عمله التدريبي . اما العامل F (عدم المبـالات) فقد اتضح من الجدول رقم (١) ان معظم المدربين جادين ويمتازون بالحرص اذ بلغ الوسط الحـسابي (٥٨ر٣) مـائلا باتجاه اليمين وبانحراف معياري مقداره(١٢ر١)

وذكر عامر سعيد " ان السيطرة على الرغبات وحب العمل والشعور بالمسؤلية تؤدي بالفرد الى نجاحـه فـي عملية اقناع الاخرين بتوجهاته "[35]. كما اتصف المدربون بعدم المساومة والضمير الحي اذ بلغ الوسط الحسابي لهـذا العامل (٤٥ر٨) وبانحراف معياري مقداره (٠٤ر٢) ويدل ذلك الى ان غالبية العينة تميل باتجاه اليسار ، ويعـد هـذا مطلبا ضروريا في مهنة التدريب كونها مهنة تنسجم مع الخصائص التربوية على اعتبار ان المـدرب يمثـل القـدوة 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 ....." [36]. اما العامـل H (الحزم) فقد جاء متعادلا اذ بلغ وسطه الحسابي (٥١ر٤) وان كان يميل اكثر باتجاه اليمين وتعد هذه السمة غيـر محببة في مهنة التدريب لان الجرأة تعد مطلبا ضروريا في الكثير من المواقف التدريبية وقد بلغ الانحراف المعيـاري (٠٨ر١) ، ان الاقدام والجرأة وعدم الخجل في المواقف التي تتطلب الحزم سيساعد الفريق كثيرا في تخطي الكثير من العقبات ويرى الباحثان ان الخضوع الذي يتصف به المدربون ربما كان عائدا الى هذا العامـل (الخجـل) . وفيمـا يخص العامل I(الحساسية) فقد بلغ الوسط الحسابي عند هذا العامل (٧ر١) وبانحراف معياري مقداره (٥٨ر١) وعنـد 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 يتـسم بالواقعيـة لان رؤيـة المـدرب للاعبـين ولامكاناتهم ستسهم كثيرا في وضع الخطط المناسبة والاهداف المنطقية المعقولة وكذلك طريقة اللعب المناسبة ووضـع اللاعب المناسب والتشكيلة الاساسية من اللاعبين وبدلائهم . اما فيما يخص العامل L (الطموح) فقـد بلـغ الوسـط الحسابي (٥٤ر٦) وبانحراف معياري مقداره (٤٤ر٢) وان كان هذا العامل في الوسط الا ان الشكل رقم (١) يوضـح انحرافه باتجاه اليسار ، ويدل الانحراف المعياري الى تباين اجابات العينة ، ويرى الباحثان ان هذا العامل يعد مطلبـا ضروريا ومهما لمهنة التدريب لان انعدام الطموح سيؤدي الى فقدان المدرب لاهم سمة شخصية والتي ستنعكس سـلبا في حال فقدانها على اللاعبين . اما فيما يخص العاملين (M , N) (الذلتية والدهاء) فقد تمركزا في الوسط دل على ذلك الوسط الحسابي البالغ (٥ر٤ ،٥ر٢٥) وبانحراف معياري (٦ر١ ، ٧٢ر١) على التوالي في حين بلغ الوسـط الحسابي للعامل(O) (القلق والاضطراب) (٧٤ر٦) مائلا باتجاه اليسار وبانحراف معياري مقداره (٤٣ر١) اذ يميل معظم المدربين الى التوجس ،ويعد هذا العامل من العواملل التي تؤثر سلبا على شخصية المدرب ، مما يعرضه الـى كثير من الضغوط النفسية كما وتؤثر على ادائه لعمله التدريبي وعلى قيادته للاعبين . اما فيما يخص العواملل (Q1 , Q2 , Q3) فقد تمركزا في الوسط اذ بلغت الاوساط الحسابية (٣٢ر٥ ، ٨٤ر٤ ، ٤٥ر٥) وبانحرافات معياريـة

[35] عامر سعيد : السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الانجاز للاعبي المبارزة . رسالة ماجستير , جامعة بغداد , ١٩٩٧. ص١٠٣ .

36 ريسان خريبط (مصدر سبق ذكره) . ص٢١ .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

مقدارها (١٥ر٢ ،١٣ر١ ،٨٤ر١) على التوالي ويرى الباحثان انه من الضروري ان يكون المدرب مبدعا ومنضبطا 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 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 (٣١ر٢٥%) قد نأنروا 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 (١٨ر٧٥%) ،ويمكن القول ان (١٢) مدربا وبنسبة (٧٥%) في وضع نفسي غير جيد كونهم مابين مدرب مرشح للاحتراق واخر محترق نفسيا وبتوجب 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	%٣١ر٢٥	يجب الانتباه لاحتمال ظهور تغيرات سلبية
٣١ – ٤٠ درجة	٤	%٢٥	مرشح لحدوث احتراق نفسي
٤١ – ٥٠ درجة	٣	%١٨ر٧٥	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

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

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 اتجاهم 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 " ([37]) .

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 .

(١) **امل علي سلومي . (مصدر سبق ذكره) . ص٥٩**

جدول رقم (٣)

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

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 " . ([38])

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 .

(١) **اسامة كامل راتب (مصدر سبق ذكره) . ص٢٧٢**

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com

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 الباحثان قد حققا الهدف الثالث من اهداف البحث

٥-الاستنتاجات والتوصيات

٥-١ الاستنتاجات

بعد المعالجات الاحصائية ومناقشة النتائج استنتج الباحثان ما يلي :

١- ان معظم السمات الشخصية لمدربي كرة القدم مركزة في وسط المقياس ونادرا ما تميل باتجاه اليمين او اليسار.

٢- امتاز المدربون بالجدية والضمير الحي والحساسية وتعد هذه من اهم صفات المدرب الناجح .

٣- اغلب المدربون معرضون لظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت نسبتهم ٧٥% من مجموع العينة .

٤- اتضح ان هناك علاقة ارتباطية بين بعض السمات كالخجل والقلق والضمير الحي مع ظاهرة الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم .

٥-٢ التوصيات

بناءا على ما جاء في استنتاجات البحث فان الباحثان 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- على جميع المعنيين باللعبة في محافظة القادسية العمل على تذليل الصعوبات التي تواجه المدربين .

٤- عمل دراسة مماثلة للحكام واللاعبين في محافظة القادسية لغرض النهوض بواقع لعبة كرة القدم .

٥- احتواء مناهج الدورات التدريبية على برامج تؤهل المدربين للتخلص من الضغوط النفسية

المصادر والمراجع

١- اسامة كامل راتب .الاعداد النفسي

٢- لتدريب الناشئين. القاهرة : دار الفكر العربي ، ١٩٩٧

٣- امل علي سلومي . السمات الشخصية وعلاقتها بالحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة .رسالة ماجستير . جامعة بابل . كلية التربية الرياضية ،٢٠٠٠

٤- ريسان خريبط . التدريب الرياضي . الموصل : مطبعة دار الفكر ،١٩٨٨

٥- صالح حسن الداهري (واخرون) . الشخصية والصحة النفسية . جامعة بابل. كلية التربية ،١٩٩٥

٦- عامر سعيد. السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الانجاز للاعبي المبارزة . رسالة ماجستير . جامعة بغداد ،١٩٩٧

٧- عزيز حنا وناظم هاشم . علم نفس الشخصية . جامعة بغداد ، ١٩٩٠

٨- وجيه محجوب . طرائق البحث العلمي ومناهجه .ط٢. بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر،١٩٨٨.

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية ٢٠٠٧
www.iraqacad.com