

## دراسة مقارنة لمستويات أعراض وعوامل الاحتراق النفسي للمدربين الرياضيين في بعض التخصصات الرياضية

الأستاذ شريط حسن محمد المأمون قسم التربية البدنية والرياضية – جامعة بومرداس

### مقدمة :

إن إعداد اللاعب ويتبعه إعداد الفريق عمل ليس بالأمر الهين لأن التدريب الرياضي أصبح علما قائما بذاته، فالمدرّب أصبح على عاتقه مهام كبرى يقوم بها فهو مربّي بالدرجة الأولى وهو شخص ذو دراية كبيرة بالحياة يحتاجه اللاعبون في كثير من نواحي الحياة المختلفة .

إن المدرّب هو القائد الذي يصنع أو يتخذ القرار الرئيسي ومن مهامه تحسين الصحة ورفع مستوى التطور وتحقيق النتائج العالية نسبيا، ومن هنا يكون على عاتق المدرّب عدة مسؤوليات جسام بجانب مسؤولياته عن المستوى الذي يصل إليه لاعبيه ويكون مسؤولا عن مستوياتهم أمام المسؤولين بكافة نوعياتهم حتى أمام الجمهور والمشرفين والعاملين، ويتعرض المدرّب خلال مسيرة حياته لكثير من المعوقات والعقبات التي تحول بينه وبين الراحة النفسية وتحقيق أهدافه، إن تعرض المدرّب للضغوط النفسية ناتج عن الأعباء الزائدة كما وكيفا لإرضاء اللاعبين والمسيرين والجمهور .

وعندما يتأثر المدرّب بالضغوط النفسية فإنه يبدأ بالشعور بالتعب البدني والذهني كلما ذهب للنادي بغرض التدريب، وعقب انتهاء التدريب يصعب عليه إستعادة نشاطه وحيويته، ويصبح أقل دافعية في بذل الجهد لتخطيط التدريب، وأقل حماسة في التطبيقات العملية مع اللاعبين، ويبدأ يستثار بسرعة لأي خطأ يرتكبه اللاعب ويصبح التدريب يمثل له عبئا كبيرا من هنا يبدأ الإحترق النفسي .

ويعتبر الإحترق النفسي من المصطلحات النفسية التي ظهرت في بداية السبعينات وخاصة في مجال ضغوط العمل، ثم أصبح الآن من المصطلحات الأكثر انتشارا في مجالات عديدة منها الرياضة .

ويرى كل من " فرند بنرج " 1980 Freudenberger و " ماسلاش " 1982 Maslach أن الإحترق بمثابة حالة إنهاك للنواحي البدنية والذهنية تؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه أو ذاته، إضافة إلى تكوين إتجاهات سلبية العمل والحياة والناس الآخرين فضلا على إفتقاد المثالية والشعور بالغضب .

أما " فليبن " 1991 Flippn قدم تعريفا أكثر تحديدا للإحترق الرياضي على أنه حالة من الإنسحاب أو التدمير أو فقدان دافع المنافسة تصيب الرياضي .

### الإشكالية :

تتميز مهنة التدريب بأنها من أكثر المهن التي تكون فيها المواقف مختلفة ومتباينة فقد تكون تلك المواقف واضحة وتحكم على المدرّب إتخاذ القرار وقد تكون العكس والتي تدعو المدرّب إلى الإنتظار والتفكير، وعموما فإن هناك العديد من الفرص التي تظهر في المستقبل والتي تصبح فيها مواقف إتخاذ القرار تمثل مفترق الطرق في هذه المهنة، حيث أحيانا ما تظهر هذه الطرق للتخطيط ولكنها غالبا تظهر حيث لا يتوقعها المدرّب .

فكثير من المدربين في لهفتهم على خوض غمار المنافسة يدخلون المهنة وفي إعتقادهم أنهم سيقومون بالتدريب الذي لايد، وكنتيجة لذلك فإنه غالبا ما يفشلون في وضع إحتتمالات أخرى أو بدائل في المهنة، خاصة إذا كان مركزهم التدريجي غير مقنع فإذا حصل وأن الفريق الذي يدرّبه حقق نتائج متواضعة ولم يظهر بالمستوى المطلوب وأثر ذلك في عدم تقدير اللاعبين وإدارة النادي للجهد الذي يبذله المدرّب، الأمر الذي أثر سلبا على نفسية المدرّب وخاصة وأنه حساس بدرجة كبيرة للنقد الذي يوجه إليه من الآخرين .

وقد زاد من المشاعر السلبية لدى المدرّب وجود العديد من المشاكل والصراعات بين اللاعبين، واتخاذ بعض اللاعبين موقفا مضادا للمدرّب، وعدم إهتمام الآخرين بالإستماع إلى وجهة نظر المدرّب، الأمر الذي أدى إلى قتل المدرّب في تحفيز اللاعبين نحو بذل المزيد من الجهد وتزداد الضغوط النفسية على المدرّب ويحدث الإحترق النفسي، إن التدريب كمهنة يحمل الكثير من المصادر الكامنة لحدوث الإحترق .

ومنه نطرح الأسئلة التالية :

- ما هي مستويات عوامل الإحترق النفسي للمدرّب الرياضي في مختلف التخصصات ؟
- ما هي مستويات أعراض الإحترق النفسي لدى المدربين في مختلف التخصصات ؟
- هل هناك فروق دالة إحصائيا في مستويات عوامل الإحترق النفسي للمدرّب الرياضي بين مدربي مختلف التخصصات ؟
- هل هناك فروق دالة إحصائيا في مستويات أعراض الإحترق النفسي بين مدربي مختلف التخصصات الرياضية ؟

### الفرضيات :

- 1- توجد مستويات لعوامل الإحترق النفسي للمدرّب الرياضي في مختلف التخصصات .
- 2- توجد مستويات لأعراض الإحترق النفسي لدى المدربين في مختلف التخصصات .
- 3- هناك فروق دالة إحصائيا في مستويات عوامل الإحترق النفسي للمدرّب الرياضي بين مدربي مختلف التخصصات .
- 4- هناك فروق دالة إحصائيا في مستويات أعراض الإحترق النفسي بين مدربي مختلف التخصصات الرياضية .

### أهداف الدراسة :

- 1- معرفة مستويات أعراض الإحترق النفسي لدى المدربين في الأنشطة الرياضية المختارة .
- 2- مستويات عوامل الإحترق النفسي لدى المدربين في الأنشطة الرياضية المختارة .
- 3- الفروق في أعراض الإحترق النفسي بين المدربين طبقا لتغير نوع النشاط الرياضي.

4- الفروق في عوامل الإحترق النفسي بين المدربين طبقا لتغير نوع النشاط الرياضي.  
**أهمية البحث :**

هذه تعد من بين الدراسات القلائل التي تستخدم مقياسين حديثين ثم العمل بهما لأول مرة في المجال الرياضي : مقياس عوامل الضغوط على المدرب الرياضي، ومقياس أعراض الإحترق النفسي للمدرب الرياضي، واللذان صممهما محمد حسن علاوي (1996).

إن محاولة التعرف على عوامل الإحترق النفسي وأعراضه المترامنة تعتبر من العوامل الهامة التي قد تسهم في قدرة المدرب الرياضي على التعامل مع الإحترق النفسي ومحاولة مواجهته وبالتالي التوصل إلى بعض التوجيهات التي تساعد المدرب الرياضي في هذا المجال .

قد تسهم الدراسة الحالية في توضيح الفروق في الإحترق النفسي لمدربي الأنشطة الرياضية – المختارة – قيد البحث - وبالتالي فإنها تساعد في التعرف على أهم عوامل الضغوط النفسية وأعراض الإحترق النفسي لكل مجموعة نشاط تشترك في نفس سمات وصفات المدرب الرياضي لها كالألعاب الرقمية، الجماعية، المنازلات، مما يساعد على وضع الحلول والتوجيهات المناسبة للمدربين في الأنشطة الرياضية المختارة .

قد تؤدي الدراسة الحالية إلى إستفادة الباحثين من دراسته الإحترق النفسي من حيث ظاهرة متعددة الأبعاد والمتغيرات وتؤثر بصورة أو بأخرى على الرياضيين سواء كانوا لاعبين أو مدربين أو إداريين .

فعينة البحث في الدراسة الحالية كبيرة نسبيا وتتضمن مجموعة من مدربي الأنشطة الرياضية المختلفة من ألعاب رقمية وألعاب المنازلات وألعاب جماعية، وبهذا فقد تسهم الدراسة الحالية في المقارنة بين هؤلاء المدربين في متغير نفسي هام وهو الإحترق النفسي .

#### مصطلحات الدراسة :

- **الإحترق النفسي :** هي حالة تؤدي إلى إنخفاض مستوى إنجازات الفرد وعدم رضاه عن عمله أو مهنته أو نشاطه مما قد يؤدي إلى تركه للمهنة سواء بإرادته أو بدون إرادته نتيجة عدم قدرته على مقاومة الضغوط .

- **المدرب الرياضي : لغة :** تدرب، تعلم، علم، Trainer، مدرب، معلم، وهو شخصية مثقفة وعملية، ذات خبرة، حسنة المعاملة تلعب دورا هاما في نجاح عملها وفي إحترام الجميع، مما يجعل عملها في تنفيذ خطة التدريب الرياضي العامة تسير بسلاسة.

- **الضغط النفسي :** الضغط كلمة لاتينية وهي Stringer وتعني ضم وشد وربط إستعملت بصفة متداولة في القرن السابع عشر بما يرادف: الألم، الخسارة، المضايقات، المصائب، وهي زيادة التوتر .

#### الدراسات السابقة والمتشابهة :

#### - الدراسات العربية والأجنبية :

• قام محمد حسن علاوي بدراسة عام (1996) تحت عنوان (عوامل الإحترق النفسي للمدربين في كرة القدم) وتهدف هذه الدراسة إلى محاولة التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي قد تسهم في الإحترق النفسي للمدربين في كرة القدم، وإستخدم الباحث مقياس عوامل الضغوط على المدرب الرياضي وقد إشمطت العينة على (75) مدربا لكرة القدم تتراوح خبراتهم التدريبية ما بين 3 - 10 سنوات، وقد أسفرت النتائج عن حصول العامل المرتبط بالإدارة العليا للفريق على أكبر درجة من درجات الإحترق يليه العامل المرتبط باللاعبين والفريق الرياضي، ثم العامل المرتبط بالمتفرجين والمتعصبين ثم العامل المرتبط بوسائل الإعلام وأخيرا العامل المرتبط بالمدرب الرياضي .

• قامت جمعية أصدقاء تخطيط بركلي Berkeley planning associâtes بدراسة عام (1977) تحت عنوان (السن والإحترق) وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين السن والإحترق النفسي للمدربين الرياضيين، وقد تم تطبيق إختبار ماسلاش للإحترق Maslach burnout scale وقد إشمطت عينة الدراسة على مجموعة من مدربي بعض الأنشطة الرياضية، واتضح وجود علاقة عكسية بين السن والإحترق أي أن الإحترق يرتبط سلبيا بالسن .

• قام جيبيك Gi Beck وآخرون بدراسة عام (1986) تحت عنوان (الإحترق عند المدربين الرياضيين) بهدف التعرف على أسباب وتأثيرات الإحترق وكذلك بعض المتغيرات الأخرى التي يحتمل إسهامها في حدوث الإحترق لدى المدربين الرياضيين، وقد إستخدم الباحث طريقة دراسة لحالة، وإشمطت عينة الدراسة على مجموعة من مدربي الأنشطة الرياضية، وقد إستطاعت الدراسة للتوصل إلى أن المدربين الرياضيين يطلب منهم الوفاء بالعديد من المطالب والمسؤوليات حيث يقومون بأدوار مختلفة ويتعرضون باستمرار لضغوط الوقت مما يعرضهم للإحترق النفسي .

#### إجراءات الدراسة :

#### 1-1 منهج البحث :

إستخدم الطالب الباحث المنهج الوصفي نظرا لملاءمته وطبيعة هذه الإشكالية :

2-1 **العينة :** تمثلت عينة البحث سواء بالنسبة للدراسة الإستطلاعية أو الدراسة الأساسية في مدربي الرياضات التالية :

كرة القدم، كرة القدم داخل القاعة، كرة اليد، كرة الطائرة، كرة السلة، ألعاب القوى، السباحة، الجيدو، الملاكمة، السامبو .

وأخذت هذه العينة بطريقة عشوائية وأغلب المدربين كانوا من المستويات الرياضية العليا بالقطر الجزائري .

وكان عدد أفراد العينة بالنسبة للدراسة الإستطلاعية 50 مدربا من مختلف التخصصات السابقة الذكر، أما عدد أفراد العينة بالنسبة للدراسة الأساسية 145 مدربا من نفس التخصصات السابقة .

3-1 **أدوات البحث :** إستخدم الطالب الباحث مقياسين لقياس الإحترق النفسي للمدرب الرياضي من تصميم محمد حسن علاوي .

- مقياس عوامل الإحترق النفسي للمدرب الرياضي .
- مقياس أعراض الإحترق النفسي للمدرب الرياضي .

#### أ- مقياس عوامل الإحترق النفسي للمدرب الرياضي :

صمم هذا المقياس " محمد حسن علاوي " 1996 للتعرف على العوامل التي تسهم في زيادة الضغط العصبي على المدرب والتي قد تؤدي إلى الإحترق النفسي للمدرب الرياضي .

#### وصف المقياس :

يتضمن المقياس 30 عبارة موزعة على خمسة (5) عوامل هي :

#### - عوامل مرتبطة باللاعبين أو الفريق الرياضي :

وهي التي ترتبط بعدم اللاعبين للمدرب وعدم تقديرهم للجهد الذي يبذله أو الإعتراف بدوره الأساسي في تطوير مستواهم الرياضي، وجود صراعات ومشاكل بين اللاعبين وعدم قدرته على مواجهتها، وكذلك عدم القدرة على تحقيق نجاح اللاعبين، محاولة اللاعبين التكتل ضد المدرب أو مواجهته .

#### الوسائل الإحصائية :

المتوسط الحسابي، الإنحراف المعياري، التفاضل، الالتواء، تحليل التباين في اتجاه واحد، اختبار شيفيه ( حساب دلالة الفرق بين المتوسطات الحسابية)، معامل الارتباط لحساب الإتساق الداخلي، الثبات (باستخدام كل من التجزئة النصفية ومعامل ألفا) .

#### عرض النتائج :

مستويات عوامل الإحترق النفسي لدى المدربين في مختلف التخصصات :

والجداول التالية : من الجدول رقم ( 01 ) إلى الجدول رقم ( 02 ) توضح ذلك :

الإلتواء	التفاضل	الإنحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العبارات
				عبارات محور اللاعبين
1,15-	0,12-	1,47	3,94	1
0,96-	0,17-	1,28	3,83	2
0,49-	0,73-	1,27	3,44	3
0,97-	0,22-	1,30	3,89	4
0,49-	1,24-	1,53	3,44	5
1,29-	0,78	1,20	4,04	6
1,01-	00	6,31	22,58	المجموع
				عبارات محور خصائص المدرب
1,19-	0,42	1,32	4,05	7
00	0,77-	1,18	2,72	8
0,63-	0,95-	1,14	3,54	9
0,63-	0,67-	1,30	3,48	10
00	1,35-	1,43	2,84	11
0,5-	0,58-	1,16	3,51	12
0,73	0,14	4,84	20,13	المجموع
				عبارات محور الإدارة العليا للفريق
0,59-	1,22-	1,57	3,53	13
0,76-	0,47-	1,30	3,72	14
0,98-	0,26-	1,35	3,73	15
1,32-	1,21	1,08	4,13	16
0,49-	1,19-	1,50	3,46	17
1,29-	0,77	1,23	3,99	18
0,69-	0,08	5,56	22,66	المجموع
				عبارات محور وسائل الإعلام
0,27-	0,90-	1,28	3,15	19
0,06-	0,90-	1,26	3,02	20
0,15-	1,09-	1,33	3,04	21
1,10-	1,02-	1,32	3,07	22
0,07-	0,84-	1,20	2,92	23
0,38-	1,14-	1,39	3,25	24
0,25-	0,44-	6,04	18,46	المجموع

عبارات محور المشجعين			
0,11-	1,20-	1,35	2,89
0,11-	1,53-	1,55	3,01
0,06-	1,33-	1,40	2,86
0,01	1,32-	1,43	2,91
0,05-	1,33-	1,41	2,90
0,22-	1,36-	1,46	3,06
<b>0,95-</b>	<b>0,95-</b>	<b>6,41</b>	<b>17,63</b>
<b>المجموع</b>			

**جدول رقم (01) : مستويات عوامل الإحترق النفسي لدى المدربين****في مختلف التخصصات**

من خلال الجدول السابق للعيينة الكلية لمدربي مختلف التخصصات الرياضية في عبارات مقياس عوامل الإحترق النفسي للمدرب الرياضي أو معاملات التفلطح والإلتواء تنحصر بين (-3، +3) مما يعني إعتدالية توزيع البيانات لعبارات المحاور الخمسة تحت منحنى الإعتدال .

المشجعون	وسائل الإعلام		الإدارة العليا للفريق		خصائص المدرب الرياضي		اللاعبون		المحاور التخصصات	
	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س		
ع	س	ع	س	ع	س	ع	س	ع	س	كرة القدم
4,20	22,46	3,59	21,23	4,59	22,31	2,92	22,23	2,99	25,08	كرة القدم د / ق
5,51	18	5,59	17,78	7,28	29	3,98	18,89	6,95	23,80	كرة اليد
5,57	18,67	7,82	20	5,42	19,33	2,51	21,45	5,09	21,83	كرة الطائرة
6,43	15	5,52	16,92	5,01	20,4	4,65	19,73	5,4	22	كرة السلة
5,68	17,67	4,18	8,15	4,51	21,25	5,53	19,62	6,5	32,58	ألعاب القوى
7,45	17,48	7,06	17,1	6,27	21,71	5,45	20,86	7,26	20,38	السباحة
6,52	17,45	5,7	19,55	2,95	25,45	3,11	23,45	2,95	22,91	الجيدو
6,16	19,63	8,13	18,63	3,25	27,37	3,58	20,21	3,85	26,3	الملاكمة
5,54	14,11	5,83	15,66	6,55	31,63	6,06	17,68	7,53	19,47	

**جدول رقم (02) : المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية لمحاور مقياس عوامل الإحترق النفسي عند المدربين**

من خلال الجدول السابق يبدو أن المتوسطات الحسابية لمدربي التخصصات الرياضية المختلفة في محاور مقياس عوامل الإحترق النفسي للمدرب الرياضي قد تباينت واختلفت حيث يتراوح أعلى متوسط حسابي لمدربي الجيدو في محور الإدارة العليا للفريق الرياضي وأقل متوسط لمدربي كرة السلة في محور وسائل الإعلام .

**الإستنتاجات :**

- أ- الإستنتاجات الخاصة بمقياس عوامل الإحترق النفسي للمدرب الرياضي :
- محور اللاعبين :

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الجيدو وكل من مدربي الملاكمة والسامبو والسباحة وألعاب القوى وكرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد وكرة القدم داخل القاعة لصالح مدربي الجيدو ولا توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الجيدو وكرة القدم .

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الملاكمة وكل من مدربي السباحة وكرة القدم وكرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد وكرة القدم داخل القاعة لصالح مدربي باقي التخصصات، ولا وجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الملاكمة والسامبو وألعاب القوى .

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين تخصصات المجموعات الثلاث (تخصصات المنازلات، التخصصات الرقمية، التخصصات الجماعية) .

**• محور الإدارة العليا للفريق الرياضي :**

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الجيدو وكل من مدربي الملاكمة والسامبو وألعاب القوى وكرة القدم وكرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد وكرة القدم داخل القاعة لصالح مدربي الجيدو، ولا توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الجيدو والسباحة .

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين تخصصات المجموعات الثلاث (تخصصات المنازلات، التخصصات الرقمية، التخصصات الجماعية) .

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي كرة اليد ومدربي كرة القدم داخل القاعة ولا توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي كرة اليد ومدربي باقي التخصصات الأخرى .

**• محور المشجعين :**

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي كرة القدم وكل من مدربي الجيدو والملاكمة والسامبو والسباحة وألعاب القوى وكرة السلة وكرة الطائرة وكرة اليد وكرة القدم داخل القاعة لصالح مدربي كرة القدم ولا توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الجيدو وكل من مدربي كرة اليد وكرة القدم داخل القاعة .

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الملاكمة وكل من مدربي السامبو والسياحة وألعاب القوى وكرة القدم وكرة اليد وكرة السلة وكرة القدم داخل القاعة لصالح مدربي باقي التخصصات، ولا توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي الملاكمة وكرة الطائرة .

● **محور خصائص المدرب الرياضي :**

- توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي تخصصات المنازلات ومدربي التخصصات الرقمية لصالح مدربي التخصصات الرقمية، ولا توجد فروق دالة إحصائية بين مدربي التخصصات الرقمية والرياضات الجماعية وكذلك بين مدربي تخصصات المنازلات والرياضات الجماعية .

● **محور وسائل الإعلام :**

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين مختلف التخصصات الرياضية .  
- لا توجد فروق دالة إحصائية بين تخصصات المجموعات الثلاث (تخصصات المنازلات، التخصصات الرقمية، التخصصات الجماعية) .

**المراجع :**

- 1- الضغوط المهنية لمعلم التربية الرياضية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية والجنس ومدة الخبرة، المجلة العلمية للتربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 1999م .
  - 2- أسامة كامل راتب، الإعداد النسبي لتدريب الرياضي، دليل المدرب الرياضي، دار الفكر العربي، 1997م .
  - 3- أسامة كامل راتب، قلق المنافسة وضغوط التدريب وإحترق الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1997م .
  - 4- أسامة كامل راتب، إحترق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الإنفعالي، دار الفكر العربي، 1997م .
  - 5- أسامة كامل راتب، علم النفس الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، 1995م .
  - 6- السيد إبراهيم السماوي، تقدير المعلم للضغوط المهنية وعلاقتها بوجهها الضغط الداخلي والخارجي وبعض المثيرات الديمقراطية، المؤتمر الثاني للمعلم الرياضي، مجلة كلية التربية الرياضية، جامعة قناة السويس، 1999م .
  - 7- إيمان سعد زغلول، ضغوط المنافسة الرياضية وعلاقتها بالإنجاز الرياضي وعلاقتها بالإنجاز الرقمي لدى ناشئ مسابقات الميدان والمضمار، المجلة العلمية للتربية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، الزقازيق، 1999م .
  - 8- حمدي علي الغراماوي، مستوى ضغط المعلم وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعبي كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة أسيوط، 1996م .
  - 9- رياض زكريا المنشاوي، المدرب الرياضي أسس العمل في مهمة التدريب، منشأة المعارف، الإسكندرية، 1997م .
  - 10- صفاء مصطفى درويش، الإحترق النفسي للاعب كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنات، الزقازيق، 1999م .
  - 11- عادل حسني السيد، الظاهر النفسي لحالة ما قبل المنافسة وعلاقتها بمستوى الأداء المهاري لدى لاعب كرة السلة، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أسيوط، 1996م .
  - 12- بعض سمات الشخصية والجنس وحدة الخبرة وأثرها على درجة الإحترق لدى المعلمين، دراسات نفسية، المجلد السادس، العدد الثاني، كلية التربية الرياضية، جامعة الزقازيق .
  - 13- عصام عبد الخالق، التدريب الرياضي، نظريات وتطبيقات، دار المعارف، القاهرة، 1992م .
- علاء الدين إبراهيم صالح، معوقات عمل المدربين في بعض الأنشطة في جمهورية مصر، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة الزقازيق، 1987م .