

---

---

# علاقة سمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة

---

---

أ. ربوحي سليم، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية،  
جامعة قسنطينة 2

## علاقة سمات الشخصية بالاحترق النفسي لمدربي

### أندية كرة القدم لولاية باتنة

أ. ربوحي سليم، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية،

جامعة قسنطينة 2

#### ملخص البحث:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة طبيعة العلاقة بين بعض السمات الشخصية والاحترق النفسي للمدرّب الرياضي، ومعرفة السمات الشخصية السائدة لديهم، وكذا معرفة مستوى الاحتراق النفسي لديهم، حيث أجريت هذه الدراسة على عينة المتمثلة في كل مدرّبي أندية كرة القدم المحترفة والهواة لولاية باتنة الحاصلين على شهادة التدريب والذين يقدر عددهم (26) مدرّب، ولتحقيق أهداف هذه الدراسة تم تطبيق قائمة السمات الشخصية لفرابيورج التي تتكون من ثمانية أبعاد، ومقياس الاحتراق النفسي المقتبس من مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي الذي يتضمن ثلاث أبعاد موزعة على (22) فقرة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، ملائمة لطبيعة هذه الدراسة لأنها لا تقوم بوصف الظاهرة فقط بل تتعدى إلى تفسير وتحليل النتائج المتحصل عليها. ولقد كشفت الدراسة عن النتائج التالية:

- السمات الشخصية السائدة لدى عينة البحث تمثلت في: (الاجتماعية، الهدوء والضبط).
- مستوى الاحتراق النفسي لدى عينة البحث مستوى عالي على كل الأبعاد.
- توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمات الشخصية التالية: (العصبية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، السيطرة، والضبط) والاحتراق النفسي.
- توجد علاقة ارتباطية ضعيفة عكسية بين سمات الشخصية التالية: (العدوانية، الاجتماعية، الهدوء) والاحتراق النفسي.

#### Abstract:

This paper aims to know or to highlight the relationship between some the football coaches. Through this, we try to know the personal characteristics and the burn-out level among them. Where, the study sample was all the professional and amatory football coaches in the Williya of Batna, who have coaching degrees and who are 26 coaches.

For reaching the goals of this study, the personal characteristics' scale of Freiburg list was applied to measure the personality characteristics, which contains eight (08) dimensions, the burn-out scale of Maslach which contains three (03) dimensions, distributed on 22 questions.

The researcher used the scanning descriptive methodology, because of its accomplishment with the study nature. The study does not only describe the phenomenon, while it goes far to explain and to analyze the reaching results. Where it revealed the following results:

- *The personal characteristics spread among the study sample, which are: (sociability, quietness, disciple).*
- *Burn-out level among the study sample higher than all the dimensions.*
- *There is a weak positive co-relationship between the following personal characteristics: (nervousness, calmness, depression, redness for stimulation, control, disciple).*
- *There is a weak negative co-relationship between the following personal characteristics: (aggressiveness, sociability, quietness) and the burn-out.*

#### مقدمة وإشكالية:

تعد مهنة التدريب الرياضي في كرة القدم من المهن ذات الطابع الإنساني، لذلك فإن هذه المهنة تتطلب من الشخص الذي يمتثلها أن يتميز بالنواحي العلمية والثقافية حتى تكون لديه الرؤية الواسعة لمتطلبات هذا العلم الكبير ولهذا علت خيرة بلدان العالم المتطورة في كرة القدم على الأخذ بمبدأ التصنيف في إعداد المدربين وهذا ما اتجهت إليه الدولة الجزائرية الممثلة في صورة الاتحاد الجزائري لكرة القدم الذي سن قوانين وبرامج تعمل على النهوض برياضة كرة بصفة عامة، ومن أجل ذلك خصصت حيز كبير للمدرب من حيث التكوين والتأهيل والإعداد والتي اعتبرتهم من أهم معايير التصنيف للمدرب الرياضي. ومن ثم فعملية التدريب تحتاج إلى شخصية ذات طابع خاص، وتحتاج إلى مجهود ذهني وجسماني كبير، فتفرض على الذي يمتثلها أن يتحلى ببعض السمات التي تؤهله لممارسة التدريب وتجعل من شخصيته متزنة وقوية: فالإصرار والقدرة على قيادة الأفراد، القدرة على التخطيط والتنظيم إلى جانب الحزم والنضج الانفعالي وتحمل المسؤولية، تلكم بعض الخصائص توجب توفرها في كل من يطمح أن يقود جماعة رياضية تنافسية.

لذلك يمثل تزويد الفرق الرياضية بالمدرّب المناسب أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين والمسؤولين ورؤساء الأندية المختلفة، حيث أنه المسئول الأول وبشكل مباشر على إعداد اللاعبين بدنيا ونفسيا، للوصول بهم إلى أعلى مستوى رياضي تسمح به قدراتهم واستعداداتهم في هذا النوع من النشاط الذي يتخصصون فيه والذين يمارسونه بمحض إرادتهم، ويرتبط ذلك ارتباطاً مباشراً بمدى قدرات المدرب على إدارة عملية التدريب الرياضي، وقدراته على إعداد اللاعبين للمباريات الرياضية وقدراته في رعاية وتوجيه وإرشاد اللاعبين قبل وأثناء وبعد المباريات، وما يتصف به من سمات شخصية تتوافق ومتطلبات هذه اللعبة. إلا أن الواقع الحالي يشير إلى أن مهنة التدريب ليست بالعملية السهلة التي يتوقعها الآخريين بل تقع على المدرب العديد من المسؤوليات والضغوط المهنية والنفسية التي تزيد من أعباءه، وفي أغلب الأحوال تسبب له توتر والذي قد ينعكس سلباً على أداء عمله وربما على وضعه الاجتماعي والصحي والنفسي والذي قد يؤدي به إلى استنزاف بدني وانفعالي وعقلي وترك مهنة التدريب.

وقد أشارت بعض المراجع العلمية في مجال علم النفس الرياضي إلى أن الاحتراق لدى المدرب الرياضي يولد لديه الإنهاك البدني والانفعالي والعقلي كنتيجة للإحساس بالضغط وعدم الرضا، وإدراك الفشل في تحقيقه القيم والأهداف التي وضعها المدرب الرياضي لنفسه. وتعد هذه الظاهرة النفسية من أهم المعوقات التي ظهرت في مجال العمل الرياضي ونظرا لعدم إخضاع المدربين في الجزائر إلى اختبارات نفسية تدل على سماتهم الشخصية، إضافة إلى عدم معرفة مستوى الاحتراق النفسي الذي يتمتعون به في ظل الظروف الراهنة والأوضاع المتشنجة اجتماعيا ونفسيا ظهرت الحاجة إلى دراسة أثر السمات الشخصية على الاحتراق النفسي على المدربين، لما لسمات الشخصية من دور في سلوك الفرد.

وعلى إثر كل ما ذكر يمكن صياغة مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

التساؤل العام:

ما علاقة سمات الشخصية بالاحتراق النفسي لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة؟

التساؤلات الفرعية:

1. ما هي السمات الشخصية السائدة لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة ؟
2. ما مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة ؟
3. هل توجد علاقة ارتباطية بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم؟

- الفرضيات:

✓ الفرضية العامة: توجد علاقة ارتباطية بين بعض سمات الشخصية والاحتراق النفسي لمدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة.

✓ الفرضيات الجزئية:

- 1- السمات الشخصية التالية: (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، الاجتماعية، الهدوء، السيطرة، الضبط) سائدة لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة.
- 2- يوجد مستوى عالي للاحتراق النفسي لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية باتنة على جميع الأبعاد.

3- توجد علاقة ارتباطية بين بعض سمات الشخصية والاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم.

- أهداف البحث:

تهدف الدراسة إلى:

- التعرف على السمات الشخصية التي يتمتع بها مدربي كرة القدم.
- التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لعينة البحث.
- التعرف على طبيعة العلاقة بين سمات الشخصية والاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم.

- أهمية البحث: تكمن أهمية البحث في مايلي:

#### ✓ لأهمية النظرية:

تكمن أهمية الدراسة في قلة وندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين سمات الشخصية والاحترق النفسي للمدرب الرياضي إذ أن الدراسات الموجودة تركز على الاحتراق النفسي أما هذه الدراسة فتلقي المزيد من الضوء على الشخصية والاحترق النفسي بصفة عامة والمدرب الرياضي بصفة خاصة، كما تقدم معلومات عن طبيعة العلاقة بين سمات الشخصية للمدرب الرياضي وظاهرة الاحتراق النفسي، بالإضافة إلى ذلك الخطوات المنهجية المتبعة في إعداد البحوث العلمية، وبالتالي تثرى المكتبة الجامعية في هذا المجال.

#### ✓ الأهمية التطبيقية:

وفي ضوء ما تسفر عنه هذه الدراسة من نتائج وتوصيات يمكن للقائمين على هذه اللعبة (كرة القدم) في الجزائر وعلى رأسهم الاتحادية الجزائرية لكرة القدم على تذليل الصعوبات التي تواجه المدربين بخضوعهم لدورات تدريبية الغرض منها تطوير قدراتهم للتخلص من تلك الضغوطات النفسية، وإخضاع المدربين لاختبارات نفسية وشخصية لاختيار الأنسب منهم لمهنة التدريب.

- مفاهيم الدراسة:

#### ✓ سمات الشخصية:

تعرف سمات الشخصية بأنها: "مجموعة من الخصائص النفسية الاجتماعية لها صفة الثبات النسبي تكون في مجملها تنظيما ديناميا متكاملا، ويمكن في ضوءها وصف الشخص والتنبؤ بسلوكه بدرجة كبيرة من الثبات والكمال". (حسن شحاتة، وآخرون، 1999) ويعرفها الباحث إجرائيا: بالدرجة الكلية التي يتحصل عليها المدربون على مقياس السمات الشخصية لفرايبورج

#### ✓ الاحتراق النفسي:

عرفت كرسطين ماسلاش الاحتراق النفسي بأنه مجموعة أعراض من الإجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبلد الشخصي، والإحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والأداء المهني. (Maslach, 1982).

أما راتب عرفه على أنه استجابة تتميز بالإرهاك الذهني والانفعالي تظهر كنتيجة تكرار جهد كبير غير فعال نتيجة متطلبات التدريب والمنافسة. (اسامة راتب، أ، 1997، ص 166)

#### ✓ المدرب الرياضي:

هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي تأثيرا مباشرا وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطويرا شاملا ومتزنا لذلك وجب أن يكون مثلا أعلى يحتدا به

في جميع تصرفاته ومعلوماته يمثل المدرب الرياضي العامل الأساسي الهام في عملية التدريب. (مجدي مصطفى وآخرون، 2002، ص25) ويعرفه الباحث عن انه القائد المتفرغ لمهنة التدريب الرياضي لبناء لاعبيه وإعدادهم بدنيا وفنيا واجتماعيا ونفسيا للوصول بهم إلى المستويات الرياضية العالية ويدفع بهم إلى ميدان البطولات الرياضية.

#### ✓ الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي:

بأنه حالة الإنهاك العقلي والانفعالي والبدني والدافعي يشعر بها المدرب الرياضي نتيجة للأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الواقعة على كاهله كنتيجة لعمله كمدرّب الرياضي، وإدراكه أن جهده وتفانيه في عمله وكذلك علاقته مع اللاعبين أو مع الآخرين (كالإداريين، النقاد الرياضيين، المشجعين) لم تنجح في إحداث العائد أو المقابل الذي يتوقعه. (محمد حسن علاوي، 2002، ص 191) ويعرفه الباحث إجرائيا بالحصول على درجة مرتفعة على المقياس المستخدم في البحث أو على درجة مرتفعة في أبعاده الثلاث.

#### - الدراسات السابقة:

أجرى رمزي جابر (2007) دراسة بهدف التعرف على اعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة بفلسطين ولقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (50) مدربا، ولقد استخدم البحث في هذه الدراسة مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي الذي أعده حسن علاوي عام (1998) ولقد أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود عدة مستويات لأعراض الاحتراق النفسي للمدربين بفلسطين على النحو التالي: بعد الإنهاك العقلي (1)- بعد الإنهاك الانفعالي (2)- بعد نقص الانجاز الرياضي (3)- عامل بعد الإنهاك البدني (4)- بعد التغير الشخصي نحو الأسوأ (5).

كما أجرت سميرة عرابي، وآخرون (2007) دراسة بهدف التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن وكذلك التعرف على الفروق، ولقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (81) مدرب، ولقد استخدمت هذه الدراسة مقياس ماسلاش المعرب والخاص بالاحتراق النفسي الذي تم تعديله من قبل الباحثين، ولقد أظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي للمدربين كان ضمن مستوى متوسط، كما خلصت الدراسة إلى أن درجة المدرب لها تأثير على مستوى الاحتراق فكلما ارتفعت درجة المدرب انخفضت درجة الاحتراق النفسي لديه. (رمزي جابر، 2007، ص 137)

كما أجرى الرقاد (2009) دراسة بهدف التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة الوشو- كونغ فو في الأردن، واثرت درجة التدريب والخبرة على الاحتراق النفسي وقد تم اختيار جميع الأفراد في مجتمع الدراسة والبالغ عددهم (62) مدربا من خلال استبيان مكون من (15) فقرة الذي

تم تعديله من قبل خبراء، ولقد أظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي للمدربين كان ضمن مستوى متوسط، كما خلصت الدراسة إلى الأقل درجة التدريبية، والأقل خبرة هم الأكثر شعور بالاحتراق النفسي.

في حين أجرى هارون ومغربي (2003) الدراسة بهدف التعرف على الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في فرق البادية الأردنية، وقد تكونت عينة الدراسة من 20 مدرب أجابوا على مقياس أسباب الضغوط النفسية على المدرب الذي صممه محمد حسن علاوي (1998)، ولقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن المدربين يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة عالية على جميع أبعاد المقياس المستخدم؛ وأشارت أن بعد الإنهاك الانفعالي كان أكثر الأبعاد تأثيراً في حين أن بعد الإنهاك البدني أقل تأثيراً، وإن سنوات لخبرة لها تأثير واضحاً على درجة الاحتراق النفسي، حيث تبين أن المدربين الأقل خبرة هم الأكثر تعرضاً للاحتراق النفسي.

أما نجى (1999) فقد قام بإجراء دراسة بهدف التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي الألعاب الرياضية الجماعية في الضفة الغربية، وقد تكونت عينة الدراسة من (120) مدرب أجابوا على مقياس ماسلاش المعدل للاحتراق النفسي، ولقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن المدربين يعانون من مستويات عالية من الاحتراق النفسي على جميع أبعاد المقياس المستخدم؛ وأشارت أن المدربين الأصغر عمراً والأقل خبرة كانوا أكثر احتراقاً على بعدي الإجهاد الانفعالي وتبلد المشاعر وظهر فروق دالة بين المدربين المصنفين في الدرجة الأولى ومدربي الدرجات الأخرى وتبلد المشاعر ولصالح مدربي الدرجة الأولى.

كما قام الطحاينة (2006) بإجراء دراسة بهدف الكشف عن العلاقة بين الاحتراق النفسي للمدربين وسلوكهم القيادي، وكذلك التعرف على اثر السلوك القيادي للمدرب على الاحتراق النفسي للاعبين، وتكونت عينة الدراسة من 43 مدرباً و413 لاعباً ولاعبة من لاعبي المنتخبات الرياضية في الجامعات الأردنية، ولقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي منخفض بشكل عام على المدربين واللاعبين، كما أظهرت الدراسة على وجود علاقة قوية بين السلوك القيادي للمدربين ومستويات الاحتراق النفسي والرضا عند اللاعبين.

أما محمد فقيهي (1423هـ) فقد قام بإجراء دراسة بهدف التعرف على أسباب وأعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم السعوديين وغير سعوديين من العرب وفقاً لمتغيرات الدراسة: (عدد سنوات الخبرة، طبيعة المهنة) ولقد استخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس أسباب الاحتراق النفسي، ومقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي. ولقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (100) مدرب مقسمين إلى (50) مدرب سعودي و(50) مدرب عربي، ولقد أظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

- أن أسباب المؤدية للاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم السعوديين وغير سعوديين من العرب في المملكة العربية السعودية جاءت مرتبة من العامل الأكثر تأثيرا إلى اقل تأثيرا وذلك على النحو التالي: الإدارة العليا للفريق، وسائل الإعلام، اللاعبين، خصائص المدرب وشخصيته، المشجعون.
- إن أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم السعوديين وغير سعوديين من العرب في المملكة العربية السعودية جاءت مرتبة من العامل الأكثر تأثيرا إلى اقل تأثيرا وذلك على النحو التالي: الإنهاك الانفعالي، الإنهاك العقلي، التغير الشخصي نحو الأسوأ، الإنهاك البدني، نقص الانجاز الشخصي.
- أما دانيال وليث و تايلور وبروك (1990) قاموا بإجراء دراسة بهدف التعرف على دور الاحتراق كاستجابة انفعالية والضغط النفسية والانسحاب من الرياضة عند العاملين في كرة القدم، ولقد أجريت الدراسة على مجموعة من الرياضيين العاملين في مجال كرة القدم، ولقد استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة، ولقد أظهرت نتائج الدراسة إلى وجود:
- علاقة دالة إحصائيا بين الخوف من الفشل كمصدر للاحتراق الرياضي والانسحاب من الرياضة.
- علاقة دالة إحصائيا بين الاحتراق الرياضي والضغط النفسية.
- علاقة دالة إحصائيا بين عدم الشعور بتقدير الآخرين كمصدر للاحتراق الرياضي والانسحاب من الرياضة. (رمزي جابر، 2008، ص 36-37)
- في حين أجرى بدران (1997) دراسة بهدف التعرف على النماذج والنظريات المفسرة للضغط والاحتراق النفسي ومصادرهم، والتعرف على المتغيرات النفسية التي ترتبط بالاحتراق النفسي للمعلم بالإضافة إلى معرفة الخصائص المميزة للمعلم المحترق نفسيا. وتكونت عينة الدراسة من (420) معلما ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية، تم اختيارهم بصورة عشوائية من (9) مدارس. واستخدمت الدراسة مقياس الاحتراق النفسي للمعلم، وقائمة فرايبورج للشخصية، ومقياس تنسي لمفهوم الذات، ومقياس الاتجاه نحو مهنة التدريس، ولقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- وجود علاقة دالة وسالبة بين الاحتراق النفسي للمعلمين وبين بعض أبعاد الشخصية. ومفهوم الذات لديهم، واتجاههم نحو مهنة التدريس.
- كما أجرى عبد الله حسين وآخرون (2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين السمات الشخصية ودرجات الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم في محافظة القادسية. وكذلك التعرف على السمات الشخصية ودرجات الاحتراق النفسي التي تتمتع بها عينة البحث، وتكونت عينة الدراسة من (16) مدربا لمختلف الدرجات صنفى الأكابر والأشبال، واستخدمت الدراسة مقياس العوامل الستة عشر لريموند كاتل لقياس السمات الشخصية ومقياس الاحتراق النفسي الذي أعده رينر مارتنز وعربه أسامة كامل راتب، ولقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- إن أغلب المدربين معرضون لظاهرة الاحتراق النفسي إذ بلغت نسبتهم إلى (75) من مجموع العينة.



- اتضح أن هناك علاقة ارتباطيه بين بعض السمات كالخجل والقلق والضمير الحي مع ظاهرة الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم.

كما أجرى محمد(1995) دراسة هدفت إلى التعرف على بعض السمات الشخصية (كما تقاس بقائمة الشخصية لجوردون) والجنس والخبرة على درجة الاحتراق النفسي لدى المعلمين وكلك التعرف على مدى إسهام هذه المتغيرات بالتنبؤ بدرجة الاحتراق، وتكونت عينة الدراسة من (148) معلما ومعلمة من معلمي المرحلة الثانوية بالزقازيق، وكشفت نتائج الدراسة أن المعلمين الأكثر خبرة أقل احتراق وانهم لا توجد فروق دالة في الاحتراق النفسي بين المعلمين والمعلمات، وان قيمة (ف) لتباين التفاعل غير دال ، وان المعلمين الذين حصلوا على درجات مرتفعة في كل سمة على حدة من السمات الأربعة كانوا اقل احتراقا من أقرانهم ذوي الدرجات المنخفضة في نفس السمة. كما توجد علاقة عكسية دالة بين الاحتراق النفسي وكل المتغيرات المستقلة على حدة باستثناء الجنس.

#### ❖ الاجراءات المنهجية للبحث:

- منهج البحث:

بما أن طبيعة الموضوع هي التي تحدد منهج البحث، لقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، ملائمة لطبيعة وأهداف الدراسة، التي تبحث العلاقة بين الاحتراق النفسي وبين سمات الشخصية لدى مدربي كرة القدم لأندية ولولاية باتنة، حيث يعرف بأنه: "المنهج الذي لا يتوقف عند جمع المعلومات الخاصة بالظاهرة للإستقصاء مظاهرها وعلاقاتها المختلفة، بل يمتد ليشمل التحليل والربط والتفسير للوصول إلى إستنتاجات يبني عليها التصور المقترح". (العساف، 1995، ص 186).

كما يقوم هذا المنهج بدراسة متغيرات الدراسة كما هي لدى أفراد العينة دون أن يكون للباحث دور في ضبط المتغيرات موضوع الدراسة.

- مجتمع البحث:

تكون مجتمع الدراسة من جميع مدربي كرة القدم لفرق أندية ولولاية باتنة صنف أكابر للموسم الرياضي (2015-2016) المنتمين لمختلف البطولات (المحترفة مويليس والهواة)، والذي يقدر عددهم بـ45 نادي، ولقد حرص الباحث على أن يتكون مجتمع الدراسة من المدربين المسجلين في الرابطة الولائية والجهوية لولاية باتنة والرابطة الوطنية لكرة القدم والحاصلين على رخصة التدريب للموسم الرياضي (2015-2016) حيث تم إجراء مسح شامل لمجتمع الدراسة وجد أن معظم مدربي أندية الولاية المنتمين الى الرابطة الولائية لكرة القدم (الشرفي، ما قبل الشرفي) غير مسجلين في الرابطة وعليه تم استبعاد هذه الفئة من المدربين من مجتمع الدراسة. وبذلك بلغ مجتمع الدراسة 26 مدرب.

- عينة البحث:

اختار الباحث عينة البحث المتمثلة في 20 مدرب من أندية كرة القدم لولاية باتنة صنف أكابر المنتمة للمختلف الدرجات (الجهوي الأول، الجهوي الثاني، ما بين الرابطات، الهواة، المحترفة الثانية موبيليس) الحاصلين على رخصة التدريب للموسم الرياضي (2015-2016).  
- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة تكونت من (06) مدربين من مختلف البطولات (المحترفة، والهواة) المشرفين على التبرص الخاص بمدربي 3 فاف الذي أشرفت عليه الرابطة الجهوية لولاية باتنة بتاريخ 08.12.2015، وذلك لمعرفة ما يلي:

- مدى فهم العينة لفقرات كل مقياس ومدى ملائمتها لمستوى أفراد العينة.
- المعوقات التي قد تواجه التجربة الرئيسية.
- الخصائص السيكومترية لأدوات البحث المستخدمة في هذه الدراسة.

- مجالات البحث:

اقتصرت الدراسة على المجالات التالية:

- المجال المكاني: مقر الأندية ومديرية الشبيبة والرياضة لولاية باتنة.
- المجال البشري: مدربي كرة القدم المسجلين رسميا في مختلف الربطات (المحترفة، والهواة) والمتحصلين على رخصة التدريب
- المجال الزمني: أجريت هذه الدراسة خلال الفترة الزمنية الواقعة بين (2015.11.10) - (2016.04.30).

- إجراءات البحث:

- بعد أن تم اختيار عينة البحث من مدربي كرة القدم لأندية ولاية باتنة صنف أكابر المنتمين لمختلف الدرجات، قام الباحث بما يلي:
- تم حصر عدد أندية الولاية المنتسبة إلى مختلف الرابطات الوطنية.
- تم استخراج أسماء مدربي الأندية المسجلين في مختلف الرابطات للموسم الرياضي (2015-2016).
- تم توزيع كل من الاستبيانين على مدربي عينة الدراسة بإتباع أسلوب الاتصال المباشر لشرح أهداف البحث وكيفية الإجابة عن جميع الأسئلة وإيضاح أهمية الإجابة الصادقة في توضيح معالم الشخصية.
- تم جمع الاستبيانات وإدخالها إلى الحاسوب لإجراء المعالجة الإحصائية.
- استخراج الخصائص السيكومترية.

- أدوات البحث:

وهي الوسيلة أو الطريقة التي يستطيع بها الباحث حل مشكلته مهما كانت تلك الأدوات بيانات، عينات، أجهزة. (وجيه محجوب، 1988، ص 122)

ولغرض حل مشكلة البحث اعتمد الباحث على الأدوات التالية:

- مقياس فرايبورج للشخصية - مقياس الاحتراق النفسي.

✓ مقياس فرايبورج للشخصية:

اعتمد الباحث استمارة الاستبيان المعدة من قبل أساتذة علم النفس بجامعة فرايبورج بألمانيا الغربية، (جوكسن فرنبارج، وهريت سليج، وراينر هامبل) المؤسسين لهذا المقياس، والتي عربت وقننت من قبل محمد حسن علاوي فضلا عن تقويمها من قبل خبراء في مجال علم النفس الرياضي.

- أبعاد المقياس:

ويقاس هذا المقياس ثمانية أبعاد للشخصية وهي: (العصبية، العدوانية، القابلية للاستثارة، السيطرة، الاكتئابية، الاجتماعية، الهدوء، الضبط) وتحتوي هذه الأبعاد فقرات ايجابية وسلبية والبعض الآخر ايجابية فقط

- تصحيح المقياس:

لتصحيح فقرات هذا المقياس اتبعنا مايلي:

- الفقرات الايجابية: تم إعطاء درجتين (02) لكل فقرة تم الإجابة عنها بكلمة (نعم)، ودرجة واحدة (01) عند الإجابة بكلمة (لا).

- الفقرات السلبية: يتم التعامل معها عكس ما تم العمل به مع الفقرات الايجابية إي إعطاء درجتين (02) لكل فقرة تم الإجابة عنها بكلمة (لا)، ودرجة واحدة (01) عند الإجابة بكلمة (نعم).

وبعد ذلك يتم جمع الفقرات الايجابية والسلبية لكي تخرج لنا قيمة واحدة لسمة الشخصية لكل فرد (درجات أبعاد المقياس هي مجموع درجات كل بعد على حدا)، وبعد ذلك يتم معالجتها إحصائيا.

- وصف سمات المقياس:

- العصبية: الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يعانون من اضطرابات جسمية واضطرابات حركية ونفسجسمية عامة كاضطرابات النوم والإرهاق والتوتر وسرعة الإحساس بالتعب والحساسية للتغيرات الجوية وفقدان الراحة ووضوح بعض المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

والدرجة المنخفضة على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بقلّة الاضطرابات العامة والنفسجسمية، وبعدم وضوح المظاهر العصبية والجسمية المصاحبة للاستثارة الانفعالية.

- العدوانية: الدرجة العالية على هذا البعد تشير إلى الأفراد الذين يقومون تلقائيا بالأعمال العدوانية البدنية أو اللفظية التخيلية ويستجيبون بصورة انفعالية ويتصدون للآخرين بالهجوم والمشاحنات والعراك ويتميزون بالاندفاع وعدم القدرة على السيطرة على أنفسهم، وعدم الهدوء، وعدم النضج الانفعالي.
- والدرجة المنخفضة تشير إلى قلة الميل التلقائي للعدوان والتحكم في الذات والسلوك المعتدل الذي قد يتميز بالهدوء الزائد والنضج الانفعالي.
- الاكتئابية: الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاكتئاب والتذبذب المزاجي والتشاؤم والشعور بالتعاسة وعدم الرضا والخوف والإحساس بمخاوف غير محدودة والوحدة وعدم فهم الآخرين له وعدم القدرة على التركيز والميل للعدوان على الذات والإحساس بالذنب.
- والدرجة المنخفضة على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالمزاج المعتدل والقدرة على التركيز والأمن والاطمئنان والثقة بالنفس والقناعة.
- القابلية للاستثارة: الدرجة العالية على هذا البعد تميز الأفراد الذين يتسمون بالاستثارة العالية وشدة التوتر وضعف المقدرة على مواجهة المواقف الضاغطة في الحياة اليومية والمهنية، وضعف المقدرة على مواجهة الإحباطات اليومية العادية والانزعاج وعدم الصبر والغضب والاستجابات العدوانية عند الإحباط وسعة التأثير الحساسة.
- والدرجة المنخفضة على هذا البعد تشير إلى الأفراد الذين يتميزون بقدر ضئيل من الاندفاعية والتلقائية، كما يتميزون بالهدوء والمزاج المعتدل والقدرة على ضبط النفس والصبر والقدرة على تحمل المواقف الضاغطة ومواجهة الإحباطات اليومية.
- الاجتماعية: الدرجة العالية على هذا البعد الأفراد يتميزون بالقدرة على التفاعل مع الآخرين ومحاولة التقرب للناس وسرعة عقد الصداقات ولديهم دائرة كبيرة من المعارف، كما يتميزون بالمرح والحيوية والنشاط ويتسمون بالمجاملة وكثرة التحدث وسرعة البديهة.
- وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بقلة الحاجة للتعامل مع الآخرين والاكتفاء بالذات وتجنب اللقاءات مع الآخرين وتفضيل الوحدة، كما أن لديهم قلة محدودة من المعارف، كما يتميزون بالبرودة وعدم الحيوية وقلة التحدث.
- الهدوء: يتصف أصحاب الدرجة العالية بهذا البعد بالثقة بالنفس وعدم الارتباك أو تشتت الفكر وصعوبة الاستثارة واعتدال المزاج والتفاؤل والابتعاد عن السلوك العدواني والدأب على العمل.
- وأصحاب الدرجة المنخفضة يصفون أنفسهم بالاستثارة وسهولة الغضب والضيق والارتباك وسرعة الشعور باليأس وعدم القدرة على اتخاذ القرارات والتشاؤم.

- السيطرة: أصحاب الدرجة العالية بهذا البعد يتميزون بالاستجابة بردود أفعال عدوانية سواء كانت لفظية أو جسمية أو تخيلية والارتياح وعدم الثقة بهم والميل للسلطة واستخدام العنف ومحاولة فرض اتجاهاتهم على الآخرين.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالاعتدالية واحترام الآخرين والاتجاه لرفض استخدام أسلوب العنف والعدوانية والميل والثقة بالآخرين، ولا يعيشون السلطة ولا يحاولون السعي لفرض اتجاهاتهم على الآخرين.

- الضبط (الكف): أصحاب الدرجة العالية بهذا البعد يتميزون بعدم القدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين خاصة في المواقف الجماعية، كما يتصفون بالخجل والخوف وسهولة الارتباك خاصة عند قيام الآخرين بمراقبتهم. كما يتصفون بعدم القدرة على الحسم الفوري أو سرعة اتخاذ القرار.

وأصحاب الدرجة المنخفضة يتميزون بالقدرة على التفاعل والتعامل مع الآخرين وعدم سرعة الارتباك واثقون من أنفسهم تظهر عليهم الأعراض الجسمية عند الاضطراب بصورة غير واضحة وقادرون على التحدث والمخاطبة. (محمد حسن علاوي، 1998، ص 15)

- ثبات المقياس:

قام الباحث بإيجاد معاملات ثبات الصورة المصغرة للقائمة باستعمال طريقة إعادة الاختبار بعد (15) يوم على عينة مكونة من (06) مدربين، وذلك باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني لأبعاد المقياس والقائمة ككل حيث تحصلنا على معامل ثبات القائمة ككل (0.95)، وهذا ما يدل على ثبات جيد للقائمة، وبالتالي أصبحت القائمة جاهزة للتطبيق.

- صدق المقياس:

يقصد به صدق أداة جمع المعلومات والبيانات، ومدى قدرتها على أن تقيس ما تسعى الدراسة إلى قياسه فعلا. بحيث تتطابق المعلومات التي يتم جمعها بواسطتها مع الحقائق الموضوعية، وبحيث تعكس المعنى الحقيقي والفعلي للمفاهيم الواردة في الدراسة بدرجة كافية. (Volkan ;2004, p81)

وللتحقق من صدق المقياس (القائمة المصغرة) في هذه الدراسة اتبع الباحث الطرق التالية:

- الصدق الظاهري: تم عرض القائمة المصغرة على (ستة) محكمين، بهدف التحقق من مدى مناسبتها لهدف الدراسة، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات، حيث تم عرضها على أساتذة مختصين في التربية البدنية والرياضية وعلم النفس والذين أكدوا على تماشى الأبعاد الأساسية لهذه القائمة مع ما أعد لقياسه، كما اتفقوا على صلاحيتها على البيئة الجزائرية.

- الصدق الذاتي: ويقصد به الصدق الداخلي للاختبار، وهو عبارة عن الدرجات التجريبية للاختبار منسوبة للدرجات الحقيقية الخالية من أخطاء القياس، ويقاس عن طريق حساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الأداة. (محمد نصر الدين، 2006، ص 216)

ولإيجاد الصدق الذاتي لهذه القائمة قام الباحث بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات للقائمة حيث تحصلنا على معامل صدق القائمة ككل (0.97) وهي قيم عالية تدل على صدق جيد للقائمة. ويمكننا القول من خلال الصدق الظاهري والصدق الذاتي للقائمة بأنها صالحة للتطبيق في هذه الدراسة.

#### ✓ مقياس الاحتراق النفسي:

قام الباحث بإعداد استبيان كأداة لجمع البيانات والمعلومات وفق الخطوات التالية:  
- من خلال الرجوع إلى مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، ماسلاش وجاكسون (1981) ليقاس الاحتراق النفسي، لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية. وقام عدد من الباحثين بتعريبه ليتلاءم مع البيئة العربية منهم: دواني وزملاؤه (1989)، ومقابلة وسلامة (1990)، والوالبلي (1995)، وإلى الدراسات السابقة تم اقتراح فقرات المقياس.  
- تم عرض فقرات الاستبيان على مجموعة من المحكمين لمعرفة مدى ملائمتها للاحتراق النفسي حسب الصورة الأولية للمقياس حيث يتكون هذا الاستبيان من (22) فقرة  
- أبعاد المقياس:

يتكون المقياس من (22) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته، وقد طور ليقاس ثلاثة أبعاد رئيسية للاحتراق النفسي هي:  
- الإجهاد الانفعالي: ويقاس مستوى الإجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به المدرب الرياضي نتيجة للعمل مع فئة معينة في مجال العمل (التدريب الرياضي)، وتقاس هذا البعد (تسع فقرات).  
- تبلد المشاعر: يقاس مستوى الاهتمام أو اللامبالاة نتيجة للعمل مع فئة معينة في مجال العمل (التدريب الرياضي)، وتقاس هذا البعد (خمس فقرات).  
- نقص الشعور بالإنجاز: يقاس طريقة تقييم الفرد أو المدرب الرياضي لنفسه ومستوى شعوره بالكفاءة والرضا في عمله، وتقاس هذا البعد (ثمان فقرات).  
- تصحيح المقياس:

تكون سلم الاستجابة للأداة من سبع درجات بناء على درجة تقويم كل فقرة من الفقرات الإيجابية والسلبية العكسية، ولتصحيح استجابات عينة الدراسة على فقرات المقياس، فقد تم الاعتماد على تصنيف ماسلاش الواردة في دراسات كل من دواني والكيلاني وعليان (1989)، طوالبة (1999) كما يوضحه الجدول رقم (01) التالي:

الجدول رقم (01) يبين تصنيف درجات أبعاد مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي.

مستوى الاحتراق النفسي			الأبعاد
مرتفع	متوسط	منخفض	
54-30	29-18	17-0	الإجهاد الانفعالي
30-12	11-06	05-0	تبلد المشاعر
48-15	14-09	08-0	نقص الشعور بالإنجاز

وبناء على ذلك فإن الدرجات المرتفعة على المقياس بأبعاده الثلاث تعني ارتفاع درجة الاحتراق النفسي (مستوى عالي)، في حين الدرجات المنخفضة تعني مستوى منخفض من الاحتراق النفسي.

- ثبات المقياس:

لتحقق من ثبات المقياس قام الباحث باستخدام طريقة إعادة التطبيق (Test & Retest) وذلك خلال فترة أسبوعين أو ثلاث من التطبيق الأول و الثاني على عينة استطلاعية مكونة من 6 مدربين من البطولة المحترفة والهواة، و الذين تم استبعادهم فيما بعد من عينة الدراسة، وبعد ذلك تم استخراج معامل الثبات بحساب معامل ارتباط بيرسون بين نتائج التطبيقين، حيث تحصلنا على قيمة معامل ارتباط المقياس ككل (0.96) وهي قيم عالية وهذا يعنى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

كما تم حساب ثبات المقياس عن طريق استخراج معاملات الاتساق الداخلي بمعادلة ألفا كرونباخ لكل بعد من أبعاد المقياس على حدة، بالإضافة إلى الثبات الكلي للمقياس ككل، حيث تحصلنا على معامل ثبات المقياس الكلي (0.87) وهي قيم عالية تدل على تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

- صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم عرضه على (ستة) محكمين، من أساتذة التربية البدنية وعلم النفس بهدف التحقق من مناسبة المقياس لهدف الدراسة، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات، ومدى انتمائها للأبعاد التي وضعت لقياسها، وفي ضوء ملاحظات واقتراحات المحكمين، تم إجراء التعديلات المناسبة على فقرات المقياس. كما تم تعديل الفقرات التي أجمع عليها المحكمون، وتجدر الإشارة إلى أن المقياس بصورته الحالية لا يختلف كثيراً من حيث الجوهر عن المقياس الأصلي، حيث لم يتم حذف أو إضافة أية فقرة، واقتصرت التعديلات على الجانب اللغوي التي أجمع عليها المحكمون، بالإضافة إلى صدق المحكمين قام الباحث بحساب الصدق الذاتي للمقياس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات حيث تحصلنا على قيمة معامل صدق المقياس ككل (0.98) وهي قيمة عالية، وهذا ما يدل على تمتع المقياس بصدق جيد.

من خلال الصدق الظاهري والصدق الذاتي للمقياس يمكننا القول بأنه صادق وصالح للتطبيق في هذه الدراسة ويمكن الوثوق بنتائجه.

- الأساليب الإحصائية:

- من أجل الإجابة على تساؤلات الدراسة استخدم الباحث البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) والأساليب الإحصائية التالية:
- النسب المئوية لوصف عينة الدراسة.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري من أجل معرفة السمات الشخصية السائدة لعينة البحث، ومستوى الاحتراق النفسي لديهم.
- معامل الارتباط بيرسون (Pearson) لدراسة معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لإيجاد صدق الأداة ، وكذلك لإيجاد طبيعة العلاقة الارتباطية بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي.
- عرض وتحليل نتائج الفرضيات:
- ✓ عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

للتحقق من الفرضية الأولى تم استخدام المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، وفي ما يلي عرض ما تم الحصول عليه من نتائج حسب كل بعد من أبعاد الشخصية كما يوضحه الجدول التالي:

جدول رقم(02) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لسمات الشخصية لعينة البحث.

الوسط الافتراضي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المجموع الكلي	سمات الشخصية
10.5	2.323	9.85	197	العصبية
	1.196	8.2	164	العدوانية
	1.663	9.85	197	الاكتئابية
	1.791	10.05	201	القابلية للاستثارة
	1.268	12.35	247	الاجتماعية
	1.039	12.35	247	الهدوء
	0.988	9.65	193	السيطرة
	1.518	8.9	178	الضبط

يتضح من الجدول رقم (02) بان قيم المتوسطات الحسابية تتراوح ما بين (8.2 ، 12.35) وبانحراف معياري (1.196 ، 1.268)، وبعد استخراج قيمة الوسط الافتراضي لكل بعد والذي بلغت قيمته (10.5)، وعند مقارنة هذه القيمة مع المتوسط الحسابي لكل سمة تبين أن:



- المتوسط الحسابي لسمة العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، السيطرة، والضبط على التوالي: (9.85)، (8.2)، (9.85)، (10.05)، (9.65)، (8.9) اقل من الوسط الافتراضي (10.5).  
- المتوسط الحسابي لسمة الاجتماعية، الهدوء على التوالي: (12.35)، (12.35) اكبر من قيمة الوسط الافتراضي (10.5).

وهذا ما يظهر بأن السمات التالية: سمة العصبية، العدوانية، الاكتئابية، والسيطرة، والضبط توجد لدى عينة البحث بدرجة منخفضة، في حين نجد أن سمة القابلية للاستثارة قريبة من الاعتدال وان سمة الاجتماعية والهدوء توجد بدرجة عالية.

#### ✓ عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

ولمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لأفراد عينة البحث قام الباحث بحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة لأبعاد الثلاث لمقياس الاحتراق النفسي ومقارنتها بتصنيف ماسلاش لدرجات الأبعاد الثلاث للمقياس للاحتراق النفسي وهذا ما يوضحه الجدول رقم (03) التالي:  
الجدول رقم (03) تصنيف ماسلاش لدرجات أبعاد المقياس الثلاث للاحتراق النفسي مقارنة بالمتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد العينة على هذه الأبعاد الثلاث والمقياس ككل.

العدد	درجات الاحتراق النفسي		مستويات الاحتراق النفسي	أبعاد المقياس
	متوسطات استجابات أفراد العينة	مقياس ماسلاش		
00	34.7	17 - 0	منخفض	الإجهاد الانفعالي
05		29 - 18	متوسط	
15		54 - 30	مرتفع	
01	12.2	05 - 0	منخفض	تبلد المشاعر
08		11 - 06	متوسط	
11		30 - 12	مرتفع	
00	18.3	08 - 0	منخفض	نقص الشعور بالإنجاز
05		14 - 09	متوسط	
15		48 - 15	مرتفع	

يتضح من الجدول رقم (03) أن مستوى الاحتراق النفسي لعينة البحث مستوى عالي فبالنسبة للبعد الأول كان متوسط درجات الإجهاد الانفعالي في الدراسة الحالية (34.7)، في حين كان متوسط درجات تبلد المشاعر (12.2)، ونقص الشعور بالإنجاز (18.3)، وعند مقارنة هذه المتوسطات بمقياس ماسلاش نجد أن أفراد العينة يقعون في المستوى العالي على كل الأبعاد (الإجهاد الانفعالي، تبلد المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز). مما يعني انه كلما ارتفعت درجات الإجهاد الانفعالي، ودرجات تبلد المشاعر، ودرجات نقص الشعور بالإنجاز كلما كان مستوى الاحتراق النفسي عالي لدى عينة البحث. وبالتالي نقبل الفرض الصفري.

#### ✓ عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

وللتحقق من صحة الفرضية الثالثة تم استخدام معامل ارتباط بيرسون، لاختبار طبيعة العلاقة الارتباطية بين الدرجات التي تحصل عليها المدربين من أفراد العينة على أبعاد مقياس السمات الشخصية وبين الدرجات التي تحصلوا عليها في مقياس الاحتراق النفسي، وهذا ما يوضحه الجدول رقم (04) التالي:

جدول رقم (04) يوضح معامل ارتباط بيرسون بين سمات الشخصية ومقياس الاحتراق النفسي.

الاحترق النفسي			سمات الشخصية
نوع الارتباط	القيمة الجدولية	معامل الارتباط	
ضعيف	0.44	0.311	العصبية
ضعيف		-0.23	العدوانية
ضعيف		0.20	الاكتئابية
ضعيف		0.22	القابلية للاستثارة
ضعيف		-0.40	الاجتماعية
ضعيف		-0.34	الهدوء
ضعيف		0.01	السيطرة
ضعيف		0.43	الضبط

عند مستوى دلالة (0.05) درجة حرية (18) N = 20

يتضح لنا من الجدول (04) أن معامل ارتباط بيرسون ضعيف بين السمات الشخصية والاحترق النفسي حيث نجد أن العلاقة الارتباطية بين سمة العصبية والاحترق النفسي قد بلغت (0.31) وعند مقارنتها مع الدرجة الجدولية البالغة (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) اتضح أن القيمة المحسوبة اقل من القيمة الجدولية وهذا يدل على انه توجد علاقة ارتباطية موجبة وضعيفة بين سمة العصبية والاحترق النفسي. والإشارة الموجبة دالة على وجود علاقة طردية بين سمة العصبية والاحترق النفسي، أي انه كلما ارتفعت درجة العصبية كلما ارتفعت مستوى الاحترق النفسي.

أما بالنسبة لطبيعة العلاقة بين سمة العدوانية والاحترق النفسي اتضح من خلال النتائج المثلة في نفس الجدول السابق أن معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (-0.23) وعند مقارنتها مع الدرجة الجدولية البالغة (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) اتضح أن القيمة المحسوبة اقل من القيمة الجدولية، وهذا ما يبين على انه توجد علاقة ارتباطية سالبة وضعيفة بين سمة العدوانية والاحترق النفسي. والإشارة السالبة دالة على وجود علاقة عكسية بين سمة العدوانية والاحترق النفسي، أي انه كلما ارتفعت درجة العدوانية كلما انخفضت مستوى الاحترق النفسي.

كما تبين من خلال نفس الجدول رقم (04) السابق أن معامل ارتباط بيرسون بين سمة الاكتئابية والاحترق النفسي قد بلغت (0.20) وعند مقارنتها مع الدرجة الجدولية البالغة (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) اتضح أن القيمة المحسوبة اقل من القيمة الجدولية، وهذا ما يوضح على انه توجد علاقة ارتباطية موجبة وضعيفة بين سمة الاكتئابية والاحترق النفسي. والإشارة

الموجبة دالة على وجود علاقة طردية بين سمة الاكتئابية والاحترق النفسي، أي انه كلما ارتفعت درجة الاكتئابية كلما ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

كما تبين كذلك من نفس الجدول السابق انه توجد علاقة طردية ضعيفة بين سمة القابلية للاستثارة والاحتراق النفسي وهذا ما يوضحه معامل ارتباط بيرسون والتي بلغت (0.22) وهي اقل من الدرجة الجدولية البالغة (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يعني أن العلاقة موجبة وضعيفة. أي انه كلما ارتفعت درجة الاكتئابية كلما ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

في حين اتضح أن هناك علاقة عكسية ضعيفة بين سمة الاجتماعية والاحتراق النفسي وهذا ما يبينه معامل ارتباط بيرسون الذي بلغت قيمته المحسوبة (-0.40) وهي اقل من القيمة الجدولية (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) وهذا يدل على انه توجد علاقة ارتباطية سالبة ضعيفة، والإشارة السالبة تدل على وجود علاقة عكسية بين سمة الاجتماعية والاحتراق النفسي، وهذا يعني أنه كلما زادت درجة الاجتماعية انخفاض مستوى الاحتراق النفسي.

كما تبين كذلك وجود علاقة ارتباطية سلبية ضعيفة بين سمة الهدوء والاحتراق النفسي وهذا ما نلاحظه من خلال القيمة المحسوبة لمعامل ارتباط بيرسون التي بلغت (-0.34) وهي اقل من القيمة الجدولية (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) وهذا مل يظهر على انه توجد علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة بين سمة الهدوء والاحتراق النفسي. أي كلما زادت درجة الهدوء انخفض مستوى الاحتراق النفسي.

كما لاحظنا أن طبيعة العلاقة الارتباطية بين سمة السيطرة والاحتراق النفسي موجبة وضعيفة حيث نجد أن معامل ارتباط بيرسون قد بلغت قيمته المحسوبة (0.01) وهي اقل من الدرجة الجدولية البالغة (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05). والإشارة الموجبة دالة على أن العلاقة طردية وهذا يعني انه كلما زادت درجة السيطرة ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

كما لاحظنا أن قيمة معامل ارتباط بيرسون بين سمة الضبط (الكف) والاحتراق النفسي قد بلغت (0.43) وعند مقارنتها مع الدرجة الجدولية البالغة (0.44) عند درجة حرية (18) ومستوى دلالة (0.05) نجد أن القيم المحسوبة اقل من القيمة الجدولية، وهذا يعني انه توجد علاقة ارتباطية ايجابية ضعيفة بين سمة الضبط والاحتراق النفسي. والإشارة الموجبة دلالة أن العلاقة طردية. أي انه كلما زادت درجة الضبط (الكف) ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

وبالتالي نقبل الفرضية الصفرية.

- مناقشة نتائج البحث على ضوء الفرضيات:

✓ مناقشة نتائج الفرضية الأولى:

من خلال نتائج الجدول رقم (02) اتضح بأن السمات التالية: العصبية، العدوانية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، السيطرة، والضبط توجد لدى عينة البحث بدرجة منخفضة، في حين نجد أن سمة الاجتماعية والهدوء توجد لدى عينة البحث بدرجة عالية. ويفسر الباحث ذلك بما يلي:

- إن انخفاض سمة العصبية لدى عينة البحث يفسره الباحث على انه لا بد للمدرب الرياضي أن يواجه المثيرات البيئية بأقل صراعات نفسية فالمدرب الناجح هو الذي يتحكم في نفسه من الانفعال الزائد عند مواجهة المشاكل والضغوط المهنية، وبالتالي يكون أكثر وعياً واستجابة للمثيرات البيئية وقدرة على تحمل الضغوط المهنية لأنه قد يحدث نتيجة ارتفاع شدة المثيرات أن يصاب المدرب بالأمراض العصبية والنفسية.

وهذا ما أشار إليه (باهي، مصطفى: 1999) "انه قد يحدث نتيجة لارتفاع شدة المثيرات أن يصاب بعض الأفراد ببعض الأمراض العصبية والنفسية التي قد تؤدي إلى عدم النجاح في العمل المكلف به. (باهي، مصطفى، 1999:36)

- كما يفسر الباحث انخفاض درجة العدوانية إلى قدرة استعمال المدرب الرياضي لمهارات التركيز والانتباه، لأن القدرة على استعمال مهارة التركيز يؤدي إلى الإقلال من ظهور السلوك العدواني. فنجد انه كلما زادت درجة التركيز نقصت درجة السلوك العدواني وبالتالي يتأثر السلوك العدواني مباشرة بمهارة التركيز وتأتي هذه النتيجة موافقة إلى ما ذهب إليه سولين (1965) أن تركيز الانتباه ما هو إلا " القدرة على عزل المشتتات الموجودة في البيئة الخاصة بالنشاط الرياضي والمشتتات الخاصة بالرياضي نفسه، مثل التفكير السلبي الذي يظهر في صورة العدوانية، وعدم الراحة البدنية".

كما أشار إليه (أسامة كامل راتب 2000) " إن تطوير مقدرة الرياضي على تركيز الانتباه على المثيرات المرتبطة بالأداء الرياضي يسمح بتحقيق الطاقة النفسية المثلى وتجنب الأفكار السلبية، وكل هذه الأفكار تؤدي حتما إلى توليد ميكانيزم دفاعي ألا وهو السلوك العدواني.

- أما بالنسبة للاكتئابية يفسر الباحث انخفاضها يعود إلى مدى ما يتسلح به المدرب الرياضي من مهارات اجتماعية و خبرات سابقة أو ما يكتسبه من مهارات في حل الصراعات خلال تفاعلاته الاجتماعية بما في ذلك التصرف وفق مقتضيات الموقف ومعالجة مشاعره السلبية في مختلف مواقف الغضب، القلق، والعدوان.

وبالتالي فإنه يتصف بضبط النفس والصبر وقدرته على تحمل المواقف الضاغطة ومواجهة الاحباطات اليومية، في حين ضعف رصيد المهارات الاجتماعية لدى المدرب الرياضي والفشل المتكرر في علاقاته الاجتماعية يؤدي إلى الإحباط ومشاعر الفشل والتعاسة والتي تميز الاكتئاب. ويعد ضعف هذه السمة كمؤشر جيد لأنها تؤثر فيه وفي الفريق.

- أما بالنسبة لقابلية للاستثارة يفسر الباحث على أنها قريبة من مستوى الاعتدال لدى عينة البحث إلى درجة وعي المدرب الرياضي وقدرته على تحمل المواقف الضاغطة وتركيزه وانتباهه للعديد من مواقف اللعب حيث يمكن أن تؤدي درجة الاستثارة المثلى أو درجة التنشيط الأمثل إلى انتباه امثل للمدرب الرياضي وبالتالي تساعده على إمكانية توزيع انتباهه وتركيزه على العديد من مواقف اللعب أي يكون أكثر وعياً واستجابة للمثيرات البيئية. في حين أن الاستثارة المنخفضة يمكن أن تؤثر على انتباه المدرب لفترة أطول، أما الاستثارة العالية يمكن أن تسهم في تركيز انتباهه لفترة قصيرة. ولذلك ذكر زكي محمد " يجب على المدرب أن يكون متمتعاً بمستوى عالي من القدرات العقلية بما ينطوي عليه من إمكانية الربط والتحليل وحل المشكلات." (زكي محمد، 1997، ص 133)

وبالتالي تعد هذه السمة مطلباً ضرورياً لمهنة التدريب و تعد الدرجة الأمثل لها كمؤشر جيد لدى المدرب الرياضي.

- في حين يفسر الباحث ضعف سمة السيطرة لدى عينة البحث نتيجة القيود والمعوقات الإدارية على المدرب وخضوعه لتأثيرات الآخرين سواء من اللاعبين، الإداريين أو الإعلام وعدم السعي لفرض اتجاهاته على الآخرين خاصة في مواقف الأزمات والصعاب كحالات الفشل المتكررة. وبالتالي فهذه السمة تعد مطلباً ضرورياً في مهنة التدريب لمدى تأثيرها الكبير على طبيعة عمل المدرب الرياضي وانخفاض درجاتها قد تؤدي إلى فقدان سيطرته على اللاعبين والفريق ككل وبالتالي تفجر الصراعات داخل جماعة الفريق، وتصدهمه مما قد يؤدي به إلى الفشل.

ولقد أشار (عامر سعيد، 1997) " إن السيطرة على الرغبات وحب العمل والشعور بالمسؤولية تؤدي بالفرد إلى نجاحه في عملية إقناع الآخرين بتوجهاته." (عامر سعيد، 1997، ص 103)

- أما بالنسبة لسمة الاجتماعية يفسر الباحث ارتفاع درجتها لدى عينة البحث إلى طبيعة النشاط الرياضي بصفة عام ومجال كرة القدم بصفة خاصة الذي يعتبر من أهم الوسائل وأجداها لتحقيق النضج الاجتماعي وإشباع روح الجماعة بين الأفراد، ويزيد من تفاعلهم مع المجتمع الذين يعيشون فيه، وهذا ما أشارت إليه (بثينة محمد فاضل، 1990) إلى أن الرياضة تعتبر من أهم الوسائل واجداها لتحقيق النضج الاجتماعي وإشباع روح الجماعة بين الأفراد، وذلك لما تتيحه مجالاتها العريضة الواسعة من فرص اللقاء والتعارف والأخذ والعطاء، وما تضيفه أنظمتها من أسس ومبادئ اجتماعية كالعامل لصالح العام واحترام الآخرين، وضرورة التحكم في الانفعالات في مواقف مشحونة

بالإضافة، كما يحدث في نشاط كرة القدم. وبذلك يتبين أن مجال كرة القدم يستهدف النمو الاجتماعي لدى الأفراد وتزيد من تفاعلهم مع المجتمع الذين يعيشون فيه، كما تهذب ميولهم الأولية وتكسيهم مبادئ ومكانة اجتماعية سامية وهذا ما أكدته دراسة احمد أمين فوزي 1986.

- في حين يفسر الباحث ارتفاع درجة الهدوء وانخفاض سمة الضبط لدى عينة البحث إلى ثقة المدرب بنفسه وقدرته على التفاعل والتعامل مع الآخرين لأن الثقة تؤثر في إثارة العديد من الانفعالات الايجابية لدى المدرب فهي تساعد على الاحتفاظ بالهدوء والاسترخاء ورباطة الجأش وخفض التوتر والاستثارة غير مطلوبة الناتجة عن مواقف المنافسة الضاغطة.

وتعد الدرجة العالية لسمة الهدوء والدرجة المنخفضة لسمة الضبط كمؤشر جيد لدى المدرب الرياضي يساعد على سهولة سير العمل وانجاز المهام دون حدوث مشاكل.

ولقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة محمد وداك (2008) ودراسة ليزيتي (2004) ونتائج دراسة الباحث الانجليزي هنري والتي أسفرت على أن المدرب الناجح يتميز بالثقة بالنفس، متزن انفعاليا، يشعر بالأمان، انبساطي، ودود والتي تمثل ( الهدوء، الضبط، الاجتماعية) كما تتفق مع كل من دراسات أوجيلفي (Ogilvie) وتتكو (Tutko) وكلافس (Klafs) وأرنهايم (Arnhem) وسفوبودا (Svoboda).

وتناقضت مع دراسة صالح كريم (2004) التي أسفرت نتائجها بأن لاعبي كرة القدم يتميزون بسمة القابلية للاستثارة والسيطرة والانعزالية والمتمثلة في (التوتر، ضعف القدرة على مواجهة الإحباط، عدم الصبر، الغضب، سرعة التأثر والحساسية، الميل للسلطة...).

#### ✓ مناقشة نتائج الفرضية الثانية:

من خلال تحليل نتائج الجدول رقم (03) اتضح أن أفراد العينة يقعون في المستوى العالي على كل الأبعاد (الإجهاد الانفعالي، تبدل المشاعر، ونقص الشعور بالانجاز)، وأن بعد الإنهاك الانفعالي كان أكثر الأبعاد تأثيرا في حين أن الأبعاد الأخرى كانت اقل تأثير.

ويعزو الباحث ذلك إلى أن المدربين في الجزائر بصفة عامة وفي ولاية باتنة بصفة خاصة يعانون الكثير من المشكلات التي تحد من قدراتهم وخبراتهم بالوصول باللاعبين إلى أعلى المستويات الرياضية، ولأنه مطالب دائما بتحقيق النتائج الايجابية مع وجود مؤثرات خارجية تجعله عرضة لمشاكل وصعوبات سواء كانت إدارية أم فنية أو مالية أو مع اللاعبين أو مع اتحاد اللعبة أو مع الإعلام أو الوضع السياسي السائد مما يترتب على ذلك التوتر الانفعالي للمدرب وعدم قدرته على التحكم في انفعالاته وهذا ما أشار إليه محمد حسشن علاوي (1998) إلى أن الإنهاك الانفعالي هو الإحساس بزيادة التوتر الانفعالي، وضعف القدرة على التحكم في الانفعالات والعصبية الزائدة وسرعة الانفعال والإرهاق الانفعالي.

كما يعزو الباحث درجة الاحتراق العالية في بعد نقص الانجاز الرياضي إلى شعور المدرب بالإخفاق نتيجة الضغوط والأجواء التي يعمل فيها لا توفر له متطلبات الانجاز، وعدم جدية والتزام اللاعبين بالتدريب، وعدم اهتمام المدربين بالدورات التكوينية، وبالتالي عدم تحقيق الانجازات والطموحات المنشودة، مع الشعور بعدم التقدير أو الاهتمام الكافي من الآخرين من مجلس إدارة الأندية، مجلس اتحاد اللعبة، والإعلام مما يجعلهم يشعرون بعدم الأمان على مستقبلهم ويقلل من اهتمامهم ودافعهم نحو البحث والتطور في مجالات التدريب الرياضي.

وهذا ما أشار إليه محمد حسن علاوي بأن "نقص الانجاز الرياضي هو الشعور بعدم القدرة على تحقيق المزيد من الانجازات وضعف الدافعية نحو الانجاز مع الشعور بعدم التقدير الكافي مع الآخرين".

كما يعزو الباحث مستوى الاحتراق النفسي العالي في بعد تبدل المشاعر إلى شعور المدرب بهبوط مستواه الحماسي نحو مهنة التدريب وما يرتبط به من توترات نفسية تؤدي إلى إحساسه بالعجز، وفقدان الاهتمام باللاعبين، وفقدان القدرة على متابعتهم، ويؤدي ذلك إلى تغير شخصية المدرب نحو الأسوأ، وهذا ما أشار إليه محمد حسن علاوي "بأن التغير الشخصي نحو الأسوأ يرتبط بحدوث تغيرات سلبية في الشخصية كالتعامل مع الآخرين بصورة أكثر قسوة من المعتاد وانخفاض مستوى الاهتمام بمشاكل اللاعبين وهبوط الحماس نحو العمل التدريبي والاتجاه نحو تبرير الأخطاء الذاتية. (حسن علاوي، 2008، ص 196)

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة كل من دراسة نجي (1999)، ودراسة هارون ومغربي (2003) والتي أشارت نتائج الدراسة الأولى إلى أن المدربين يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة عالية على جميع أبعاد المقياس المستخدم، في حين أشارت نتائج الدراسة الثانية أن المدربين يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة عالية على جميع أبعاد المقياس المستخدم وأن بعد الإنهاك الانفعالي كان أكثر الأبعاد تأثيراً.

كما تناقضت نتائج هذه الدراسة مع ما أسفرت عنه دراسة كل من: دراسة رمزي جابر (2007)، سميرة عربي (2007)، الرقاد (2009) الطحaine (2006). حيث أشارت نتائج دراسة رمزي جابر (2007) إلى وجود عدة مستويات للاحتراق النفسي لأفراد العينة أما سميرة عربي (2007)، والرقاد (2009) أشارتا إلى أن أفراد العينة يقعون في المستوى المتوسط، أما الطحaine (2006) فأشار إلى أن أفراد العينة يقعون في المستوى المنخفض.

#### ✓ مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

من خلال عرض وتحليل نتائج الجدول رقم (04) اتضح لنا انه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة ايجابية بين سمات الشخصية التالية: (العصبية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، السيطرة، الضبط)



والاحترق النفسي. والإشارة الموجبة دالة على وجود علاقة طردية بين هذه السمات والاحترق النفسي، أي انه كلما ارتفعت درجة (العصبية، الاكتئابية، القابلية للاستثارة، السيطرة، الضبط) كلما ارتفعت مستوى الاحترق النفسي.

في حين توجد علاقة ارتباطية ضعيفة سلبية بين سمات الشخصية التالية: (العدوانية، الاجتماعية والهدوء) و الاحترق النفسي، والإشارة السالبة دالة على وجود علاقة عكسية بين هذه السمات والاحترق النفسي، أي انه كلما ارتفعت درجة (العدوانية، الاجتماعية، الهدوء) كلما انخفضت مستوى الاحترق النفسي.

حيث يفسر الباحث ضعف العلاقة الايجابية بين سمة العصبية والاحترق النفسي في هذه الدراسة إلى ثقة المدرب في نفسه وقدرته على التحكم في انفعالاته عند مواجهة المشاكل والضغوط المهنية وبالتالي يواجه المثيرات البيئية بأقل صراعات نفسية وهذا من شأنه تقليل مستوى الاحترق الذي يمكن أن يواجهه أثناء عمله. وضعف العلاقة يعني بأن هذه السمة ليس لها تأثير كبير على الاحترق النفسي لعينة البحث الناتج عن تأثير سمات أخرى أو وجود عوامل أخرى أكثر تأثير عن العوامل الشخصية.

أما بالنسبة للضعف العلاقة الايجابية بين سمة الاكتئابية والاحترق النفسي تعزى إلى مدى ما يكتسبه المدرب الرياضي من مهارات في حل الصراعات خلال تفاعلاته الاجتماعية وقدرته على تحمل المواقف الضاغطة ومواجهة الإحباطات اليومية وهذه المهارات والقدرات كفيلة بإيجاد مستوى منخفض من الاحترق النفسي في حين الفقر الواضح في مهاراته الاجتماعية سرعان ما يلقي بمسؤولية فشله الاجتماعي بشكل غامض على نفسه مما يجعله دائما عرضة للوم نفسه بشدة وبالتالي يصل به الأمر إلى انخفاض إحساسه بالمساندة الاجتماعية ولا يبالي بما يعترضه من مشكلات ويتحول إلى حالة من السلبية لا تبالي بما يعترضها من مواقف ضاغطة وهذا كفيل بإيجاد مستوى عالي من الاحترق النفسي. وضعف هذه العلاقة يرجع إلى أن هذه السمة ليس لها تأثير كبير على الاحترق النفسي لعينة البحث الناتج عن تأثير سمات أخرى أو وجود عوامل أخرى أكثر تأثير عن العوامل الشخصية.

في حين يفسر الباحث ضعف العلاقة الايجابية بين سمة القابلية للاستثارة والاحترق النفسي إلى قدرة المدرب على تحمل المواقف الضاغطة والإحباطات اليومية وضبط النفس والصبر والهدوء واعتدال المزاج وما لهذه السمات من تأثير في خفض الاستثارة التي تحد أو تقلل من الأعراض المرتبطة بالتوتر وبالتالي يصل المدرب إلى حالة من التوافق والاتزان النفسي الذي يخفف من الاحترق النفسي لديه، أما إذا كان عكس ذلك بحيث تكون سمات شخصية المدرب تجعله أكثر قابلية للاستثارة للضغوط الخارجية وعدم القدرة على اختيار أساليب المواجهة المناسبة والملائمة للمواقف الضاغطة يترتب على ذلك أن يكون الفرد ضحية للكثير من المشكلات النفسية الناتجة عن عدم القدرة على التوافق والتي من بينها مستوى عالي من الاحترق النفسي. وضعف العلاقة يدل على أن هذه السمة

ليس لها تأثير كبير على الاحتراق النفسي لعينة البحث الناتج عن تأثير سمات أخرى أو وجود عوامل أخرى أكثر تأثير عن العوامل الشخصية.

أما بالنسبة للضعف العلاقة الايجابية بين سمة السيطرة والاحتراق النفسي تعزى إلى القيود والمعوقات الإدارية على المدرب والتي ترتبط بعدم اقتناعها بكفاءة المدرب ورفضها الاستجابة لطلباته الضرورية ومحاولتها الحد من سلطته. وإحساسه بعدم تقدير الآخرين له بصورة كافية، وبالتالي خضوعه لتأثيرات الآخرين سواء من اللاعبين أو الإداريين وعدم السعي لفرض اتجاهاته عليهم خاصة في مواقف الأزمات والصعاب كحالات الفشل المتكررة، فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل والإنتاج كقيلة بإيجاد مستوى عالي من الاحتراق النفسي. وضعف هذه العلاقة يرجع إلى أن هذه السمة ليس لها تأثير كبير على الاحتراق النفسي لعينة البحث الناتج عن تأثير سمات أخرى أو وجود عوامل أخرى أكثر تأثير عن العوامل الشخصية.

أما بالنسبة للضعف العلاقة الايجابية بين سمة الضبط والاحتراق النفسي تعزى إلى ثقة المدرب بنفسه وقدرته بالوصول في الحالة الانفعالية إلى حالة من الضبط والسيطرة والتنظيم اتجاه المواقف الحياتية والصعوبات التي تواجهه أثناء العمل ومن شأن ذلك تقليل مستوى الاحتراق النفسي الذي يمكن أن يواجهه نتيجة الضغوط والأجواء التي يعمل فيها لا توفر له متطلبات الانجاز. وضعف العلاقة يعني بأن هذه السمة ليس لها تأثير كبير على الاحتراق النفسي لعينة البحث الناتج عن تأثير سمات أخرى أو وجود عوامل أخرى أكثر تأثير عن العوامل الشخصية.

في حين يفسر الباحث ضعف العلاقة العكسية بين سمة العدوانية والاحتراق النفسي إلى ما تتيحه المنافسات الرياضية للمدرب الرياضي من فرص التنفيس عن الرغبة العدوانية الفطرية، وهذا ما أوضحته (كونراد لورينز، 1996) بأن العدوانية هي رغبة أصلية مع الإنسان تبقى، وأن الرياضة نوع من تفريغ هذا العدوان بشكل كبير. حيث يتفق بعض العلماء على أن العدوان غريزة مستقلة لدى الإنسان، وان التعبير الحتمي عن العدوان يجب أن يجد متنفسا على فترات، وإلا فان الدافع الفطري للعدوان سوف يؤدي إلى ضغط داخل الشخص ينفجر في النهاية على شكل أنواع من السلوك العدواني. وبالتالي فإن المنافسات الرياضية تساعد على التنفيس الانفعالي للمدرب عن القلق والتوتر الذي ينشأ نتيجة للصراع والإحباط الذي يتعرض له المدرب. وهذا من شأنه أن يخفض مستوى الاحتراق النفسي لدى المدرب.

وبالتالي فالعدوانية في هذه الدراسة ايجابية تخدم غريزة الحياة وهذا ما أشارت اليه المحللة الأمريكية (كلارا طومبسون) إلى أن " العدوان ليس بالضرورة مدمرا على الإطلاق، فهو ليس درعا واقيا ضد التهديد والخطر فحسب ولكنه أيضا أساس الانجاز الفكري وأساس تحقيق الاستقلال (ستور، انتوني،

1975، ص30) وضعف العلاقة يدل على أن هذه السمة ليس لها تأثير كبير على الاحتراق النفسي لعينة البحث الناتج عن تأثير سمات أخرى أو وجود عوامل أخرى أكثر تأثير عن العوامل الشخصية. أما ضعف العلاقة العكسية بين سمة الاجتماعية والاحتراق النفسي يفسره الباحث إلى البيئة الرياضية التي تلعب دور هام في بلورة شخصية الفرد وإشباع روح الجماعة لما تتيحه مجالاتها العريضة والواسعة من فرص اللقاء والتعارف والتنافس فان ذلك يرفع من قدرات المدرب واهتماماته ومهاراته في تكوين علاقات اجتماعية والتفاعل الايجابي مع الآخرين الأمر الذي ينعكس إيجابا على نفسيته فتسهم بذلك في تكيفه وتحقيق توازنه مع ظروف البيئة الدائمة التغير حوله وبالتالي يكون اقل عرضة للاضطراب النفسي وهذا كفيل بإيجاد مستوى منخفض من الاحتراق النفسي في حين البيئة المضطربة التي يسودها الضغط النفسي المستمر ينعكس سلبا على نفسيته وبالتالي إيجاد مستوى عالي من الاحتراق النفسي.

أما ضعف العلاقة الارتباطية العكسية بين سمة الهدوء والاحتراق النفسي يفسره الباحث إلى ثقة المدرب بنفسه وقدرته على التفاعل والتعامل مع الآخرين لأن الثقة تؤثر في إثارة العديد من الانفعالات الايجابية لدى المدرب فهي تساعده على الاحتفاظ بالهدوء والاسترخاء ورباطة الجأش وخفض التوتر والاستثارة غير مطلوبة الناتجة عن مواقف المنافسة الضاغطة.

يفسر الباحث هذه النتيجة اعتمادا على نظرية بيئة العمل التي طورها (هاكمان واولدهام، 1980) وكذلك نموذج خصائص العمل والذي يرى أن للعمل خصائص أساسية تؤثر في الحياة النفسية للعاملين (عوض خلف العنزي، عويد سلطان، 2006، ص 693-728) وفي ضوء هذا يعزو الباحث ضعف العلاقة بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي إلى وجود عوامل أخرى (كالعوامل الاجتماعية والعوامل التنظيمية) تساهم بقدر اكبر من الأسباب الشخصية في ظهور الاحتراق النفسي لدى المدرب الرياضي وهذا ما أشارت إليه بدران (1997) بأن الأسباب الشخصية والاجتماعية لها دور هام، إلا أنها تساهم بقدر أقل من العوامل التنظيمية (بيئة العمل) في ظهور الاحتراق النفسي عند المهنيين.

كما أشار عسكر وزملاءه (1976) أن ضغوط العمل تلعب الدور الأكبر في حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي، ويتوقف ذلك على مجموعة من العوامل التي تتداخل مع بعضها البعض والتي تتمثل في ثلاثة جوانب هي: العوامل الذاتية، العوامل الاجتماعية، العوامل الوظيفية". (علي عسكر وآخرون، 1976 ص13)

وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت إليه دراسة كل من: بدران (1997)، محمد (1995)، عبد الله حسين (2004) عبد الرحمن (1998)، القحطاني (2003)، القليوبي (2003)، مسكي (2004)، المبدل (2001)، جولد (1985)، عز الدين جمال (1980) والتي أسفرت في معظمها عن وجود

علاقة بين الاحتراق النفسي و بين بعض أبعاد الشخصية ، ففي دراسة مسكي (2004) أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين سمات الشخصية ( السيطرة - الاجتماعية - المسؤولية - الاتزان الانفعالي - اتخاذ القرار)، وفي دراسة بدران (1997) توصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين الاحتراق النفسي وبعض أبعاد الشخصية، وفي دراسة محمد (1995) توصلت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين الاحتراق النفسي وجميع المتغيرات باستثناء الجنس، وفي دراسة المبدل (2001) كشفت على وجود علاقة ارتباطية دالة بين الضغوط النفسية وسمات الشخصية، وفي دراسة عز الدين جمال (1980) أسفرت عن وجود علاقة بين بعض السمات الشخصية ومواقف الإحباط. وفي دراسة القليوبي (2003) أسفرت النتائج عن وجود علاقة دالة بين بعض سمات الشخصية وبعض أبعاد الرضا الوظيفي.

#### - الاستنتاج العام:

بناء على ما أسفرت عنه هذه الدراسة من نتائج يمكن الإشارة إلى الفائدة العلمية والتطبيقية التي يمكن أن نجنيها من هذه الدراسة، حيث أمكن الكشف عن العلاقة الارتباطية القائمة بين الاحتراق النفسي ومختلف السمات الشخصية، وهذه العلاقة تختلف حسب نوع السمة، والنتائج المتحصل عليها في هذا البحث كشفت على:

\* سمات الشخصية لعينة البحث ظهرت كالتالي:

- سمات بدرجة ضعيفة وهي: (العصبية، العدوانية، الاكتئابية، السيطرة)

- سمات بدرجة تقترب إلى الاعتدالية وهي: (القابلية للاستثارة)

- سمات بدرجة عالية وهي: (الاجتماعية، الهدوء وال ضبط)

\* مستوى الاحتراق النفسي لعينة البحث اتضح أن أفراد العينة يقعون في المستوى العالي على كل الأبعاد (الإجهاد الانفعالي، تبدل المشاعر، ونقص الشعور بالإنجاز)، وأن بعد الإنهاك الانفعالي كان أكثر. \* توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي وهذه العلاقة تختلف باختلاف السمة.

#### - التوصيات والاقتراحات:

في حدود ما أمكن التوصل إليه من نتائج يمكن التوصية واقتراح ما يلي:

- توسيع هذه الدراسة ليصبح بمقدورها أن تعطينا صورة أوضح واعم واشمل للعلاقة الموجودة بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي.

- إجراء دراسات أخرى مشابهة على لاعبي الأنشطة الرياضية المختلفة للتعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي والسمات الشخصية المميزة لكل نشاط.

- إقحام الإرشاد النفسي المبني على الأسس العلمية في المنظومة التربوية الرياضية.

- إقامة دورات وبرامج إرشادية تخفف من شدة الاحتراق النفسي للمدربين تساعدهم على تحقيق تكيف أفضل مع ظروف وضغوطات المنافسة الرياضية ومهنة التدريب.
- ضرورة التأهيل الأكاديمي للمدربين ليتمكنوا من تأدية واجباتهم ومسؤولياتهم الفنية والتربوية والإدارية بشكل يعزز كفاءتهم التدريبية والقيادية والتربوية ويتواصل مع المتغيرات والتطورات الكبيرة في ميادين التدريب للاستدلال بها في مواجهة ظروف التدريب والمنافسات الرياضية.
- ضرورة تفعيل الاتصال والتواصل الفعال بين المدربين وإدارات الأندية الرياضية وأولياء الأمور.

#### خاتمة:

حاول الباحث عبر هذا البحث المتواضع التطرق إلى إحدى العوائق التي تعيق المدرب الرياضي في مجال عمله والمتمثلة في ظاهرة الاحتراق النفسي التي بدأت تظهر بصورة واضحة، وخاصة بالنسبة للأنشطة الرياضية ذات الشعبية الجارفة في بعض الدول، في السنوات الأخيرة، كنتيجة للضغوط النفسية والمعوقات المهنية والإدارية والاجتماعية التي قد يواجهها المدرب الرياضي في نطاق عمله، والتي تحول دون قيامه بدوره كما يتوقعه هو ويتوقعه الآخرون والتي من نتائجها اعتزال بعض المدربين الرياضيين العمل في مهنة التدريب، حيث حظيت هذه الظاهرة باهتمام كبير من قبل الباحثين والدارسين في المجال الرياضي وأصبحت مصطلحا واسع الانتشار في السنوات الأخيرة، ويتوقع زيادة حدوثها في السنوات القادمة نظراً لزيادة الضغوط المرتبطة بعملية التدريب الرياضي من حيث الوقت والجهد وأهمية المكافأة والفوز. (راتب، 1997، 160)

وقد هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الاحتراق النفسي وبعض السمات الشخصية التي يقيسها مقياس فرايبورج للشخصية، لدى عينة من المدربين الرياضيين التابعين لأندية ولاية باتنة. ويعد هذا البحث محاولة لفتح المجال لخوض بحوث أخرى أكثر تخصصا، وتشمل عينات أكبر وهذا من أجل الوصول إلى نتائج أكثر أهمية مما يسمح للمختصين في هذا المجال من وضع برامج وقائية للحد من تطور هذه الظاهرة وذلك بتوفير خدمات الإرشاد النفسي ضمن المنظومة التربوية الرياضية، وتدريب أطر مهنية مختصة في هذا المجال تكون قادرة على تقديم الدعم اللازم للمدربين واللاعبين على السواء، والذي من شأنه النهوض بالكرة الجزائرية من جديد ومواكبة تطورات العصر لما لها من مكانة خاصة عند الشعوب.

وحتى يكون لهذا البحث قيمة علمية لجأنا في دراسته وفق أسس علمية ومنهجية، حيث كانت البداية بجمع البيانات والمعلومات لتكوين الجانب النظري الذي يخدم الدراسة أو ما يعرف بالتحليل البيبليوغرافي، ثم انتقلنا إلى الجانب الميداني أو التطبيقي الذي يعتبر أساس البحث والذي وفقه نتأكد من صحة أو نفي فرضيات البحث من خلال ما توصلنا إليه من نتائج ميدانية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي لملائمته لطبيعة هذه الدراسة كما استخدم معامل الارتباط بيرسون لمعرفة

العلاقة بين السمات الشخصية والاحترق النفسي ولقد كشفت نتائج الدراسة على أن السمات الشخصية الأكثر شيوع لدى عينة البحث تمثلت في الاجتماعية، الهدوء والضببط، وان مستوى الاحترق النفسي لديهم مستوى عالي على كل الأبعاد، وأثبتت الدراسة على انه توجد علاقة ارتباطية ضعيفة بين السمات الشخصية والاحترق النفسي.

#### قائمة المراجع:

1. أسامة كامل راتب، (أ)، (1997): قلق المنافسة وضغوط التدريب واحترق الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
2. أسامة كامل راتب (ب)، (1997): احترق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي، دار الفكر العربي، القاهرة.
3. أسامة كامل راتب، (2000): تدريب المهارات النفسية، ط1، دار الفكر العربي، مصر.
4. حسن شحاتة، زينب النجار، (1999): معجم المصطلحات التربوية والنفسية، ط1، الدار المصرية اللبنانية.
5. محمد حسن علاوي، (1998): موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، مصر.
6. محمد حسن علاوي، (2002): سيكولوجية المدرب الرياضي، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة.
7. وجيه محبوب، (1988): طرائق البحث العلمي ومناهجه، ط2، دار الحكمة للطباعة والنشر بغداد.
8. مجدي مصطفى فاتح، محمد لطفي السيد، (2002): الأسس العلمية لتدريب الرياضي للاعب والمدرب، دار الهدى للنشر والتوزيع، مصر.
9. محمد نصر الدين رضوان (2006): المدخل إلى القياس في التربية البدنية والرياضية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
10. رمزي جابر، (2007) دراسة تقويمية لظاهرة الاحترق النفسي للمدرب، مجلة جامعة الأقصى، المجلد الحادي عشر، العدد الأول.
11. رمزي جابر، دراسة أعراض الاحترق النفسي لدى مدربي كرة السلة في فلسطين، مجلة جامعة الأزهر، غزة، سلسلة العلوم الإنسانية 2008، المجلد 10، العدد 1-B.
12. العساف صالح بن حمد، (1995): المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط2، شركة العبيكان للطباعة والنشر، الرياض.
13. باهي، مصطفى، إبراهيم، (1999): الضغوط النفسية لدى مدربي رياضة المبارزة، مجلة جامعة المنيا.
14. زكي محمد، (1997): المدرب الرياضي، أسس العمل في مهنة التدريب، منشأة المعارف بالإسكندرية، مصر.
15. عامر سعيد، (1997): السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الانجاز للاعبين المبارزة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية، جامعة بغداد.
16. Maslach, C 1982 Understanding burnout definitional issues in analyzing a complex phenomenon in panics. W.S Ed, job stress and burnout: research theory and intervention Perspectives.
17. Volkan V. 2004 Blind Trust: large groups and their leaders in time of Crisis and Terror.