معارف
ISSN 1112-7007
EISSN 6804 -2600
المجلد 18/ العدد 2 (ديسمبر2023): ص.ص: 566-585

أنماط الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

Personality patterns and their relationship to psychological burnout among football coaches

إيهاب سباع [1] *. أ.د. نبيل منصوري [2]

[1] جامعة البويرة، محبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية و الرياضية، الجزائر،
i.sbaa@univ-bouira.dz

[2] جامعة البويرة، محبر العلوم الحديثة في الأنشطة البدنية والرياضية، الجزائر،
n.mansouri@univ-bouira.dz

تاريخ الاستلام: 2022/11/23؛ تاريخ القبول: 2023/11/06؛ تاريخ النشر: 2023/12/31

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن أنماط الشخصية والاحتراق النفسي وإيجاد العلاقة الارتباطية بينهما لدى مدربي كرة القدم، وتألفت عينة الدراسة من 18 مدرب من ولاية سطيف، وقد تم استخدام مقياسين هما :مقياس أنماط الشخصية، ومقياس الاحتراق النفسي، وكشفت الدراسة عن النتائج الآتية: هناك أنماط سائدة لدى مدربي كرة القدم لولاية سطيف، هناك مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية سطيف، توجد علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم، وتوصل الباحث إلى جملة من التوصيات أهمها: على المؤسسات البحثية ومراكز التطوير ايلاء أهمية للدراسات المتعمقة بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي، خضوع المدربين لدورات تدريبية الغرض منها تطوير مقدرتهم في التخلص من الضغوط النفسية (الاحتراق النفسي)، عمل دراسة مماثلة للحكام واللاعبين لغرض النهوض بواقع لعبة كرة القدم، التأكيد على أهمية الإعداد النفسي للمدربين، العمل على زيادة وعي المدربين وتعريفهم بأنماط الشخصية لديهم وتأثيرها على كفاءة المدربين الشخصية وذلك من خلال عقد الندوات وورش العمل.

الكلمات المفتاحية :أنماط الشخصية؛ الاحتراق النفسي؛ مدربي كرة القدم.

* المؤلف المرسل.

Summary:

The current study aimed to Disclosure of personal and combustion patterns and to find the relationship between football trainers. The study consisted of 18 coach from Setif, and two measures were used: Personal Styles, Psychiatric combustion, and revealed the study on the following results: There are prevailing styles of Setif's jurisdiction, there is a psychological combustion level at the coaches of the football clubs of Setif, there is a relationship A link between personal patterns and psychological combustion among football trainers, and the researcher reaches a number of recommendations, the most important of which: on research institutions and development centers are given importance to in-depth studies in personal patterns and psychological combustion, subject Trainers for training courses, including the development of their ability to get rid of psychological pressure (psychological combustion), a similar study of the judgments and players for the purpose of the football game, emphasizing the importance of psychological preparation for trainers, work to increase awareness Trainers and defined their personal patterns and their impact on the efficiency of personal trainers through the holding of seminars and workshops.

Keywords: Personal patterns; psychological combustion; football trainers.

مقدمة:

إن الشخصية الإنسانية ودراستها تعد من اعقد الظواهر التي تعرض لها علم النفس وهي من المصادر الرئيسة لفهم سلوك الإنسان وأساليب تفكيره، ولما كانت أساليب التفكير البشري متعددة ومتنوعة، جاءت النظريات والدراسات متعددة ومفسرة لشخصية ونمط تفكير الإنسان.

إن تطور أي لعبة رياضية ووصولها إلى المستوى المطلوب مرهون بتضافر كافة الجهود والقضاء على كافة المشاكل التي تواجه اللعبة وإزالة كل السلبيات من أجل رفع مستواها، وقد أثبتت الدراسات في مجال علم النفس علاقة الارتباط الوثيقة بين مستوى أنماط الشخصية والتفوق الرياضي ويحاول علم النفس الرياضي أن يدرس بصورة علمية سلوك

وخبرة الفرد وأنماط الشخصية المرتبطة بالنشاط الرياضي على مختلف مجالاتها ومستوياتها، وتعد الشخصية وحدة الحياة العقلية والنفسية وهي أساس دراسة علم النفس، وأنماط الشخصية هي واحدة من المواضيع التي اهتم بها علماء النفس لأنها تتناول الفرد في كل جوانبه النفسية والبدنية والعقلية والاجتماعية وما يتعلق به من أنشطة متنوعة تؤثر عليه من تفاعله مع محيطه.

إن تطور رياضة كرة القدم إلى المستوى الذي وصلت إليه الآن لن يأتي بمحض الصدفة بل جاء نتيجة الجهود التي بذلت من قبل الخبراء والمختصين وإدخال مختلف العلوم لخدمة هذه الرياضة. كما تعد رياضة كرة القدم من الألعاب التي شهدت تطور رهيب في المستوى الفني في انجاز حركات ومهارات عديدة ولو نظرنا إلى المهارات الحركية لوجدنا اختلافا كبيرا عما كانت عليه.

ويعد موضوع الاحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة نسبيا، والتي تناولتها العديد من البحوث في مجال علم النفس الاجتماعي وعلم النفس المهني والتي أكدت بمجملها أنها مشاكل مهمة تتعلق بالعمل، وإن فهمها يتطلب فهم كل من شخصية الفرد وبيئة العمل، وقد يحدث أحيانًا اختلاط بين المفهومين، يراهما بعضهم مفهومًا واحدًا لكن حقيقة الأمر تشير إلى أن هناك فروقًا بينة بينهما، حيث يرى "غولد وورث" أن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة نتيجة للتعرض لهذه لمشكلات فترة طويلة من الزمن يشعر بالضغط، إذ إنه لا يتلقى خلال هذه الفترة الدعم اللازم من المقربين، فيشعر بأنه متورط ولا حل أمامه للتخلص من هذا الوضع عندها يحدث الاحتراق النفسي كنتيجة أخيرة عندما لا يستطيع الفرد أن يتكيف مع الاحتراق النفسي التي يدرك بأنها مهددة، وتتجلى أهمية البحث في معرفة العلاقة بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى المدربين في كرة القدم[1].

- **الإشكالية:**

نظرا لكون المدرب يقوم بالعديد من المهام لذا فهو قد يعاني من بعض المشكلات المرتبطة بمهنة التدريب كعدم القدرة على ضبط سلوك لاعبيه، أو زيادة حجم العمل والذي يؤدي على زيادة العبء وغيرها من الأسباب، والتي إن استمرت ستؤدي إلى ظهور

(1) Gold, Y & Roth, R. (1994). Teachers managing stress and preventing burnout: the professional health solution, 2nd edition. The Falmer Press. London.

الآثار السلبية على المدرب من خلال علاقاته داخل وخارج الملعب وكذا عدم قدرته على العمل والأداء إذ يشعر باستنفاذ الجهد والتعب والإجهاد النفسي والذي يؤثر على شخصيته وبالتالي يؤدي إلى الاحتراق النفسي.

وتعد الحياة مليئة بالضغوط والمشكلات المادية والنفسية وكل إنسان يواجه هذه المشكلات بأسلوب ووسائل تختلف عن الآخرين وهذه الأساليب والوسائل تقرر بصورة كبيرة إمكانية الإنسان على الانسجام والتوافق مع الحياة وقد تعرض مدربي الأندية الرياضية بصورة عامة لمشاكل وضغوط كبيرة وقد برزت دلالاتها السطحية واضحة في تقلص المستويات.

ويعرف اثكين وسكولش الضغط النفسي بأنه "حالة نفسية وجسدية ناتجة عن مواجهة الفرد لحوادث مزعجة تودي إلى شعوره بالتهديد وعدم الارتياح"[(2)].

لذا ارتأى الباحث أن يتناول بالبحث والدراسة الربط بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي والتي تتمثل أعراضه بالتعب والرغبة في ترك مهنة التدريب وكثرة الملل ومحاولة معرفة علاقته بأنماط الشخصية، نظرا لما تقتضيه مهنة التدريب من متطلبات في التعامل مع فئات عمرية متنوعة من اللاعبين،

ومن هذا المنطلق قام الباحث بطرح الإشكال التالي: **هل هناك علاقة بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم؟**

- **التساؤلات الجزئية:**

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

فرضيات البحث:

الفرضية العامة: هناك علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم؟

(2) Aitken C & Schloss J.(1994).Occupational stress and burnout amongst staff working with people with an intellectual disability. Behavioral Interventions. 9, 225-234.

الفرضيات الجزئية:

1. أنماط الشخصية التالية: (الانبساط – الانطواء، الحس- الحدس، التفكير- الشعور، الحكم – الإدراك) سائدة لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية سطيف.
2. يوجد مستوى مرتفع للاحتراق النفسي لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية سطيف في جميع أبعاده.
3. توجد علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم.

أهداف البحث:

1. التعرف على أنماط الشخصية التي يتمتع بها مدربي كرة القدم.
2. قياس درجة الاحتراق النفسي لدى عينة البحث.
3. التعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم.

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث في التعرف على أنماط الشخصية التي يتمتع بها المدربون (عينة البحث) وكذلك معرفة الدرجات التي يتمتعون بها على سلم الاحتراق النفسي، إضافة الى العلاقة بين هذه الأنماط وظاهرة الاحتراق النفسي والتي من الممكن توظيفها لرفع مستوى المدربين كونهم العامل الأبرز في تطوير اللعبة.

أن تصنيف خصائص الشخصية إلى أنماط متعددة مع تحديد خصائص كل نمط أكسبها أهمية واسعة لذلك من الضروري التعرف على هذه الخصائص، أي معرفة أنماط الشخصية للمدربين وهل تؤثر أو تخلق نوع من الاحتراق النفسي لديهم، فيكون مدركا لأنماطه مما يمنحه هذا دورا مهما في حل مشكلاته اليومية واتخاذ القرارات المناسبة.

تحديد المفاهيم والمصطلحات:

نمط الشخصية: عرف يونك 1954: نمط الشخصية عدد من الأنظمة المنفصلة والمتفاعلة والتي يعتمد بعضها على البعض الآخر[1].

(1)Yung, C.C.. Von den Wurzeln des Bewusstseins Zurich . rancher , 1954 , MC-Graw Hill company,p 11O.

عرفه ايزنك: أنه تجمع ملحوظ أو سمة ملحوظة من السمات وهو نوع من التنظيم أكثر عمومية وشمولية، والسمة جزء من الأنماط[1].

التعريف الإجرائي: هو سمات نفسية يتميز بها الفرد وهنا ندرس أنماط الشخصية لدى المدرب الرياضي وإيجاد القيمة الحقيقة له، ويقصد به الدرجة التي يتحصل عليها المدرب في مقياس أنماط الشخصية المستخدم في الدراسة.

الاحتراق النفسي: عرف ماسلاش: الاحتراق النفسي بأنه "حالة نفسية تتميز بمجموعة من الصفات السلبية؛ مثل التوتر، وعدم الاستقرار، والميل للعزلة، وأيضا بالاتجاهات السالبة نحو العمل والزملاء"[2].

الاحتراق النفسي: يعرف بحالة الانهيار النفسي والجسدي التي تعتري المعلم وتجعله ير مبالي بإنجاز عمله ومتبلد في تعاملاته ويظهر ذلك من خلال درجته الكلية على مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في هذه الدراسة[3].

التعريف الإجرائي: ويقصد به الدرجة التي يتحصل عليها المدرب في مقياس الاحتراق النفسي المستخدم في الدراسة.

كرة القدم: هي رياضة جماعية تلعب بين فريقين يتكون كل واحد منه ما من لاعب أساسي ولاعبين احتياط تلعب على ملعب مستطيل الشكل يسعى كل فريق لإدخال الكرة في مرمى الخصم على مدار شوطين مدة كل واحد منهما 45 دقيقة وذلك وفق قوانين معينة[4].

الدراسات السابقة:

دراسات متعلقة بالمتغير الأول : أنماط الشخصية

-دراسة العاني سنة 2013: وهي تمثل كتابا بعنوان: "نمطا الشخصية (أ.ب) ودافعية

(1) Eysenck.. The structure of Human personality. London , 1960, Methuen ,p 25.

(2) السمادونى السيد إبراهيم .إدراك المتفوقين عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية .1990،مجلة التربية المعاصرة، ص2.

(3) عبدلي، نورالدين، الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بالاحتراق النفسي وأساليب مواجهة المشكلات، (2019) ،أطروحة دكتوراه ،جامعة المسيلة، الجزائر.

(4) اسباع شمس الدين، مزاري فاتح، أثر برنامج بأسلوب التدريب الدائري على تطوير السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة على لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة، 2023، مجلة تحدي، جامعة أم البواقي، الجزائر.

الانجاز لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي". يسعى هذا البحث إلى تسليط الضوء على حد المتغيرات الفاعلة في أدائهم والمتمثلة بدافعية الانجاز من حيث قياسها وتقويمها، والسعي لربط هذه الدافعية مع أبعاد الشخصية والمحددة بالنمطين (أ، ب) وذلك لإحساس الباحثة انه قد تكون هناك علاقة معينة بين هذين النمطين ودافعية الانجاز بسبب كثرة السمات الشخصية المرتبطة بهذين النمطين ودافعية الانجاز.

وتهدف إلى التعرف على العلاقة بين نمطي الشخصية (أ ، ب) ودافعية الانجاز لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي في كليات جامعة الانبار، وبعد تطبيق أدوات البحث، واستعمال الوسائل الإحصائية المناسبة، وفي ضوء نتائج البحث، كان من بين النتائج: وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة معنويا بين نمط الشخصية(أ) ودافعية الانجاز وكذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة بين نمط الشخصية(ب) ودافعية الانجاز لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي ولكنها غير دالة معنويا، وفي ضوء النتائج أوصت الباحثة بعدد من التوصيات وقدمت عدد من المقترحات[1].

-دراسة شحادة أبو السل، وهي مقال منشور سنة 2004، بعنوان: "أنماط الشخصية لدى طلبة جامعة دمشق"، أجريت الدراسة ب: سوريا، هدفت الدراسة إلى التعرف على أنماط الشخصية لدى طلبة جامعة دمشق من خلال تطبيق مقياس رسيو _هيدسن على عينة تكونت من 400 طالب وطالبة، باستخدام المنهج الوصفي توصلت نتائج الدراسة إلى سيادة نمط الشخصية المنجز لدى طلبة كليتي العلوم والتربية ثم يليه نمط الشخصية المخلص لدى باقي الطلبة كأكبر النسب.

-دراسة محمد الزناتي سنة 2003، وهي كتاب بعنوان: "أنماط الشخصية الصبورة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طالبات الجامعات الإسلامية"، هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الشخصية الصبورة و مستوى الضغوط النفسية، وكذلك معرفة الفرق في مستوى الضغوط النفسية بين الطالبات.

قام الباحث باستخدام المنهج الوصفي التحليلي، وبناء استبيان لأنماط الشخصية الصبورة واستبيان للضغوط النفسية وتطبيقه على عينة شملت 513 طالبة، وتوصلت النتائج

(1) صلاح رهيف أمير ..أنماط الشخصية وعلاقتها بأسلوبي التفكير اللفظي التصوري لدى طلبة قسم التربية الفني،2021، مجلة البحوث التربوية والنفسية، العدد 81، المجلد 17، ص420.

الى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الضغوط النفسية بين الطالبات ذوات نمط الشخصية الصبورة والطالبات ذوات نمط الشخصية الجزوعة لصالح الطالبات ذوات نمط الشخصية الجزوعة ولا يعود الفرق إلى مستوى التعليمي أو التخصص بل إلى نمط الشخصية.

دراسات متعلقة بالمتغير الثاني: الاحتراق النفسي

أجرى منصوري نبيل سنة 2011، في مذكرته للماجيستير، دراسة بعنوان: طبيعة العلاقة بين مستويات وأبعاد مفهوم الذات ودرجة الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة: الإجهاد الانفعالي، وتبلد الشعور، ونقص الشعور بالإنجاز، كما يراها حكام كرة القدم للمستوى العالي في البطولة الجزائرية، وبغية معرفة مستوى مفهوم الذات ومستوى الاحتراق النفسي لديهم، وما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات مفهوم الذات ودرجات الاحتراق النفسي بسبب اختلاف المستوى الدراسي وسنوات الخبرة في سلك التحكيم. وقد قام الباحث فيها باختيار عينة عشوائية تتكون من 10 حكام ساحة و 20 حكما مساعدا، وقد قام البحث على مقياسين: مقياس تنسي لمفهوم الذات، ومقياس (ماسلاش) للاحتراق النفسي. كما قام الباحث بعرض التعديلات على عينة تتكون من 06 أساتذة مختصين: 04 أساتذة ت ب ر، بجامعة الجزائر -3 - و02 من أساتذة علم النفس وعلوم التربية بجامعة الجزائر -2-. واستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، لملاءمته لطبيعة الدراسة، فأجرى بعض التحليلات الإحصائية من أجل الإجابة عن أسئلة الدراسة، واستخدم المتوسطات الحسابية والنسب المئوية والانحرافات المعيارية. ولفحص الفرضيات استخدم الباحث معادلة الارتباط بيرسون، واختبارات ت لعينتين مستقلتين، واختبار تحليل التباين الأحادي، وهذا من خلال استخدام البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية، وقد كشفت الدراسة عن النتائج الآتية: توجد علاقة طردية ذات ارتباط هام دال إحصائيا بين مفهوم الذات الجسمية الأخلاقية، والأسرية، والشخصية، والاجتماعية ودرجة الاحتراق النفسي بأبعاده الثلاثة، أن مستوى مفهوم الذات جاء بدرجة متوسطة على أبعاد الذات الجسمية والشخصية والأسرية والأخلاقية والدرجة الكلية، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات مفهوم الذات وأبعاد الاحتراق النفسي وفق متغير الخبرة، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستويات مفهوم الذات وأبعاد الاحتراق النفسي وفق متغير المستوى العلمي، ووفقا للنتائج التي تم التوصل إليها أوصى الباحث بـ: العمل على تدريب الحكام من خلال الممارسة الكثيرة للتحكيم والإرشاد لخفض حالة

فقدان الثقة بالذات، الاهتمام بموضوع مفهوم الذات عند الوسط التحكيمي بصفة عمامة وحكام النخبة بصفة خاصة، من خلال وضع آليات وبرامج نفسية لرفع مستوى مفهوم الذات مع خلق الأجواء المناسبة لتحقيق هذا الهدف عند الحكام، تدريب الحكام على استخدام الاستراتيجيات المناسبة والملائمة لمقاومة الضغوط المهنية المسببة لظاهرة الاحتراق النفسي[1].

*أجرى قعقاع توفيق سنة 2017 دراسة في مقال منشور في مجلة المحترف، هدفت الدراسة إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدى حكام كرة اليد، وتكونت عينة البحث من 20حكماً تم اختيارهم بطريقة قصدية حسب الدرجة التحكيمية، الخبرة المهنية في البطولة الجهوية لكرة اليد بولاية قسنطينة، استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي كأداة للبحث وبعد التأكد من صدق أداة البحث وثباتها، تمت المعالجة إحصائيا باستخدام الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، معامل الارتباط، واستنتج الباحث: هناك فروق ذات دلالة معنوية في ظاهرة الاحتراق النفسي بين حكام كرة القدم وفق متغير الدرجة التحكيمية، هناك فروق ذات دلالة معنوية في ظاهرة الاحتراق النفسي بين حكام كرة القدم وفق متغير الخبرة المهنية، وأوصى الباحث: إعداد الحكام إعدادا نفسياً من اجل قيادة المباريات جيدا، إجراء بحوث مشابهة على حكام رياضات أخرى [2].

منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب المسح لأنه ملائم لحل مشكلة البحث، إذ يشير محمد عبد الحميد 2000 إلى أن الدراسات المسحية تتميز بأنها الطريقة أو الأسلوب الأمثل لجمع المعلومات من مصادرها الأولية وعرض هذه البيانات في صورة يمكن الاستفادة منها في تحقيق فروض الدراسة وتساؤلاتها.

(1) منصوري نبيل،مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم، دراسة ميدانية لحكام الدرجة الأولى والثانية الاحترافية، مذكرة ماجستير، معهد التربية البدنية والرياضية، 2011، سيدي عبد الله، زرالدة، الجزائر.

(2) قعقاع توفيق، دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى حكام كرة اليد،2017، مجلة المحترف.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من جميع مدربي كرة القدم البالغ عددهم وقت إجراء الدراسة (2020-2021) 18 مدربا من البطولة الولائية.

عينة الدراسة:

مجوعة من الأفراد أخذت من المجتمع الأصلي لتكون بديلا عنه في عملية جمع البيانات، طريق دراسة صفات العينة وخصائصها نتمكن من وصف خواص وخصائص المجتمع[1]، تكونت عينة البحث من مدربي كرة القدم في أندية ولاية سطيف موسم 2021 وكان عددهم 18 مدربا من البطولة الولائية .

أدوات الدراسة:

استخدمت الدراسة مقياسين هما:

أولا :مقياس أنماط الشخصية :وهو من المقاييس الاسمية، وقد تم بناؤه بالاعتماد على تصنيف مايرز-بريجز لأنماط الشخصية، وهو يتكون من أربعة أبعاد (بعد الانبساط-الانطواء، وبعد الحس-الحدس، وبعد التفكير-الشعور، وبعد الحكم-الإدراك) ، لكل بعد (7) عبارات، تحتوي كل عبارة على خيارين، يمثل الأول إحدى مجموعة السمات ويمثل الثاني المجموعة المقابلة، تسمى كل مجموعة من مجموعات السمات بالمركب، يتم جمع عدد العبارات التي يختارها المفحوص والتي تمثل المجموعة الأولى وعدد العبارات التي تمثل المجموعة المقابلة، والمجموعة التي تحصل على العدد الأكبر تكون هي مجموعة السمات أو المركب الذي يمثله، ويتم تصنيف نمط الشخصية بناء على مجموعات السمات الأربع أو المركبات.

صدق المقياس:

تم اختبار صدق المقياس بطريقتين هما:

(1) نوري اابراهيم الشوك ، رافع صالح الكبيسي،دليل البحاث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية،بغداد، العراق،2004،ص24.

صدق المحتوى :

بالأخذ بآراء 05 محكمين من الخبراء وأهل الاختصاص في مجال ت ب ر.

صدق البناء:

بحساب معامل ارتباط معامل فاي بين نتيجة كل سؤال والنتيجة الكلية للبعد، حيث أن لكل سؤال إجابتين يمثل كل منها مركبا من مركبات الشخصية، وتكون النتيجة هي المركب الذي حصل على أعلى الدرجات ويعبر عن متغير أسمي من نوعين وقد جاءت معظم درجات الارتباط بين إجابة السؤال ونتيجة البعد متوسطة، لكنها دالة إحصائيًا.

ثبات المقياس:

للتأكد من ثبات المقياس تم استخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق بفاصل زمني بلغ 07 أيام، على عينة مكونة من 05 مدربين، وقد كانت معاملات الارتباط (معامل فاي)، كالآتي: قيمة فاي لبعد (الانبساط – الانطواء) = 0.824، ولبعد (الحس- الحدس) = 0.743 ولبعد (التفكير- الشعور) = 0.814 ولبعد (الحكم – الإدراك) = 0.933، وجميعها دالة عند مستوى 0.05.

جدول رقم 01 قيم فاي لقياس صدق البناء لمقياس أنماط الشخصية

رقم السؤال	بعد الانبساط- الانطواء		بعد الحس – الحدس		بعد التفكير - الشعور		بعد الحكم – الإدراك	
	قيمة فاي	الدلالة	قيمة فاي	الدلالة	قيمة فاي	الدلالة	قيمة فاي	الدلالة
01	0.526	0.090	0.753	0.099	0.431	0.018	0.145	0.000
02	0.447	0.054	0.334	0.001	0.488	0.017	0.432	0.018
03	0.497	0.002	0.653	0.099	0.504	0.078	0.598	0.078
04	0.632	0.099	0.777	0.099	0.689	0.099	0.381	0.002
05	0.356	0.001	0.225	0.001	0.553	0.090	0.643	0.099
06	0.553	0.078	0.402	0.003	0.433	0.019	0.222	0.001
07	0.499	0.002	0.332	0.002	0.333	0.001	0.421	0.015

ثانيا: مقياس الاحتراق النفسي:

يعد هذا المقياس الأكثر استخداماً في قياس ظاهرة الاحتراق النفسي، فقد تم وضعه من قبل ماسلاش وجاكسون ليستخدم مع العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية، وهو مصمم ليقيس ثلاثة أبعاد رئيسة للاحتراق النفسي، وهي: بعد الشعور بالإجهاد الانفعالي، بعد الإحساس بتبلد المشاعر، بعد الإحساس بنقص الشعور بالإنجاز.

ويتكون المقياس من (22) فقرة موزعة على أبعاد الاحتراق النفسي الثلاثة، ورتبت هذه الفقرات في مقياس الاحتراق النفسي عشوائياً، ويظهر الجدول توزيع فقرات المقياس على أبعاده الثلاثة.

الجدول 02 توزيع بنود المقياس على أبعاده الثلاثة

أبعاد الاحتراق النفسي	أرقام البنود	عدد البنود
الشعور بالإجهاد الانفعالي	1.2.3.6.8.13.14.16.20	09 بنود
الإحساس بتبلد المشاعر	22..5.10.11.15	05 بنود
الإحساس بنقص الشعور بالإنجاز	4.7.9.12.17.18.19.21	08 بنود

صدق المقياس: تم اختبار صدق المقياس بطريقتين هما:

صدق المحتوى: بالأخذ بآراء 05 محكمين من الخبراء وأهل الاختصاص في مجال التربية البدنية والرياضية.

صدق المحك : بحساب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاده والنتيجة الكلية للبعد.

وكانت معاملات الارتباط كالتالي: الشعور بالإجهاد الانفعالي (0.742)، بعد الإحساس بتبلد المشاعر (0.878)، بعد الإحساس بنقص الشعور بالانجاز (0.778).

ثبات المقياس: للتأكد من ثبات المقياس تم استخدام طريقة التطبيق وإعادة التطبيق بفاصل زمني بلغ 07 أيام، على عينة مكونة من 05 مدربين، وقد كانت معاملات الارتباط (معامل بيرسون)، كالآتي: معامل بيرسون لبعد (الشعور بالإجهاد الانفعالي) = 0.861، ولبعد (الإحساس بتبلد المشاعر) = 0.937 ولبعد (الإحساس بنقص الشعور بالانجاز) = 0.882، وجميعها دالة عند مستوى 0.05.

الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء التجربة الاستطلاعية على عينة مكونة من 5 مدربين بتاريخ جوان 2022 وذلك لمعرفة:

1. مدى فهم العينة للفقرات كل من المقياسين ومدى ملاءمتها لمستوى أفراد العينة.
2. المعوقات التي قد تواجه التجربة الأساسية.
3. الخصائص السيكومترية لأدوات البحث المستخدمة في هذه الدراسة.

مجالات الدراسة:

اقتصرت الدراسة على المجالات التالية:

المجال المكاني:

ملاعب كرة القدم قصد دراسة الظاهرتين على مدربي كرة القدم.

المجال البشري:

مدربي كرة القدم المسجلين في مختلف الرابطات والحاصلين على رخصة تدريب.

المجال الزماني:

أجريت الدراسة خلال الفترة من ماي 2022 إلى جوان 2022.

الأساليب الإحصائية:

من أجل الإجابة على تساؤلات الدراسة استخدم الباحث البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS والأساليب الإحصائية التالية:

1. النسب الإحصائية لوصف عينة الدراسة.
2. المتوسط الحسابي.
3. الانحراف المعياري.
4. معامل فاي
5. معامل الارتباط بيرسون.

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 أنماط الشخصية كما يوضحه الجدول التالي:

جدول 03 يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لأنماط الشخصية لعينة البحث

أنماط الشخصية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الافتراضي
بعد الانبساط - الانطواء	4.678	0.853	3.905
بعد الحس – الحدس	3.689	0.723	
بعد التفكير – الشعور	2.456	0.439	
بعد الحكم – الإدراك	4.799	0.872	

التحليل:

يتبين من خلال الجدول بأن قيمة المتوسطات تراوحت بين (2.456 – 4.799) وانحراف معياري تراوح بين (0.439 – 0.853) وبعد استخراج قيمة الوسط الافتراضي لكل بعد من أبعاد أنماط الشخصية والذي بلغ قيمته 3.905 وعند مقارنة هذه القيمة مع المتوسط الحسابي لكل بعد تبين أن: المتوسط الحسابي لكل من (بعد الانبساط- الانطواء) = 4.678، (بعد الحس – الحدس) = 3.689، (بعد التفكير – الشعور) = 2.456، (بعد الحكم – الإدراك) = 4.799 وبالتالي فإن بعد (الحس – الحدس) وبعد (التفكير – الشعور) جاء أقل من قيمة الوسط الافتراضي 3.905 . وهذا ما يظهر بأن بعد (الحس – الحدس) وبعد (التفكير - الشعور) توجد لدى عينة البحث بدرجة منخفضة، في حين نجد أن بعد (الانبساط- الانطواء) وبعد (الحكم – الإدراك) توجد بدرجة مرتفعة لدى عينة البحث.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

ولمعرفة مستوى الاحتراق النفسي لأفراد العينة قام الباحث بحساب لمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد عينة البحث للأبعاد الثلاث لمقياس

الاحتراق النفسي ومقارنتها بتصنيف ماسلاش لدرجات الأبعاد الثلاثة.

جدول 04 يوضح تصنيف ماسلاش لدرجات أبعاد مقياس الاحتراق النفسي مقارنة بالمتوسطات الحسابية

أبعاد المقياس	مستويات الاحتراق	درجات الاحتراق النفسي	
		مقياس ماسلاش	المتوسطات الحسابية
الشعور بالإجهاد الانفعالي	منخفض	17 – 0	39.854
	متوسط	29 – 18	
	مرتفع	54 – 30	
الإحساس بتبلد المشاعر	منخفض	5 – 0	17.386
	متوسط	11 – 6	
	مرتفع	30 – 12	
الإحساس بنقص الشعور بالإنجاز	منخفض	8 – 0	41.419
	متوسط	14 – 9	
	مرتفع	48 – 15	

التحليل:

يتبين من الجدول أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم جاء مرتفعا فالنسبة للبعد الأول (الشعور بالإجهاد الانفعالي) جاء متوسط حسابها (39.854) أي في مجال [0 - 17]، أما البعد الثاني (الإحساس بتبلد المشاعر) جاء متوسط حسابها (17.386) أي في مجال [12 - 30] أي جاء مرتفعا كذلك، وفي البعد الثالث (الإحساس بنقص الشعور بالإنجاز) جاء متوسط حسابها (41.419) أي في مجال [15 - 48] أي جاء مرتفعا، مما يعني أنه كلما ارتفعت درجات أبعاد مقياس الاحتراق النفسي كلما كان مستوى الاحتراق لدى مدربي كرة القدم مرتفع وبالتالي نقبل الفرضية.

عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

للتحقق من صحة الفرضية الثالثة تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لاختبار طبيعة العلاقة بين أنماط الشخصية ومستوى الاحتراق النفسي.

جدول 05 يوضح معامل الارتباط بيرسون بين أنماط الشخصية ومقياس الاحتراق النفسي

أبعاد أنماط الشخصية	مقياس الاحتراق النفسي		
	معامل الارتباط R	القيمة الجدولية R	نوع الارتباط
بعد الانبساط – الانطواء	0.429	0.586	ضعيف
بعد الحس – الحدس	0.493		ضعيف
بعد التفكير – الشعور	0.342		ضعيف

* عند مستوى الدلالة 0.05 ودرجة حرية 16

التحليل:

يتبين من خلال الجدول أعلاه أن معامل الارتباط بيرسون ضعيف بين أنماط الشخصية ومقياس الاحتراق النفسي حيث وجد الباحث أن العلاقة الارتباطية بين بعد (الانبساط – الانطواء) بلغ معامل ارتباطه (0.429) وبعد (الحس – الحدس) بلغ معامل ارتباطه (0.493) وبعد (التفكير – الشعور) بلغ معامل ارتباطه (0.342) وبالمقارنة مع قيمة R الجدولية التي بلغت (0.586) عند درجة الحرية 16 ومستوى الدلالة 0.05 اتضح أن قيمة R المحسوبة في كل الأبعاد أصغر من قيمة R الجدولية أنه هناك علاقة ارتباطية موجبة وضعيفة بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي، أي كلما ارتفعت أبعاد أنماط الشخصية ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

مناقشة النتائج:

مناقشة الفرضية الأولى:

من خلال التحليل للجدول الخاص بالفرضية الأولى اتضح بأن بعد (الحس – الحدس) وبعد (التفكير - الشعور) توجد لدى عينة البحث بدرجة منخفضة، في حين نجد أن بعد (الانبساط- الانطواء) وبعد (الحكم – الإدراك) توجد بدرجة مرتفعة لدى عينة البحث.

ويمكن تفسير سبب وجود دلالة ارتباطية ضعيفة بين (الحس – الحدس) و(التفكير – الشعور) لدى مدربي كرة القدم بأن مدربي كرة القدم يتجهون إلى هذه الأنماط بناء على مشاعرهم ورغباتهم وما يتوافق مع شخصياتهم وأنهم يتبعون شخصيتهم بدون تخطيط للمستقبل، أو تفكير منطقي، حتى ولو تعارضت شخصيتهم مع الواقع الحالي، أو مع عدم وجود رؤية واضحة للمستقبل، وتؤكد دراسة (العاني 2013) في هذا الصدد أن توجد

علاقة ارتباطية سالبة بين نمط الشخصية (ب) ودافعية الانجاز لدى أعضاء هيئة التدريس الجامعي ولكنها غير دالة معنويا.

ويمكن كذلك تفسير سبب وجود دلالة ارتباطية مرتفعة بين (الانبساط – الانطواء) و(الحكم – الإدراك) لدى مدربي كرة القدم بأن مدربي كرة القدم يكونون أفضل أداء وانسجاماً في البيئة التي تناسبهم مع شخصيتهم، وهو ما أطلق عليه مبدأ التطابق، كما يمكن للمدرب أن يعمل في بيئة مهنية لا تتوافق توافقًا تاما مع شخصيته شريطة أن تكون هذه البيئة قريبة من بيئة شخصيته، ويستطيع الانسجام معها ويطلق عليها بيئة مجاورة، ويمكن للفرد أن يعمل في بيئة أبعد قليلا من البيئة المجاورة لبيئته ويطلق عليها بيئة بديلة.

مناقشة الفرضية الثانية:

من خلال النتائج التي قدمها الباحث فيما يخص مقياس الاحتراق النفسي اتضح أن المدربين في كرة القدم (عينة البحث) جاءوا في مستوى مرتفع في كل الأبعاد (الشعور بالإجهاد الانفعالي، الإحساس بتبلد المشاعر، الإحساس بنقص الشعور بالإنجاز).

ويمكن تفسير ذلك بأن مدربي كرة القدم قيد البحث يقعون في العديد من المصاعب والمشكلات قد يحدث في كثير من الأحيان أن تكون أعراض الاحتراق النفسي واضحة وقد تعزى إلى الضغوط مواقف والى تغيرات حياتية مختلفة، ويعبر عنه بالشعور بالإحباط واليأس والعجز والاكتئاب والحزن والتلبد تجاه العمل ويعبر المدربين عنه بان صبرهم نفذ ويظهرون شعورا متكررا بالاستثارة والغضب بدون سبب محدد، وتكون المشكلة الكبرى عندما لا يبالون بآي جانب من حياتهم المهنية التي كانت مهمة جدا بالنسبة لهم.

وكذا يعزو الباحث السبب يشكو المدربين في كرة القدم الذين يعانون من الاحتراق النفسي من عدم الرضا عن أنفسهم ومهنهم وحياتهم بشكل عام ويشعرون بعدم الكفاءة وعدما لفعالية والدونية حتى لو لم يكن لديهم آي من هذه الحقائق ،ومع مرور الوقت ينظر هؤلاء المدربين إلى الآخرين على أنهم مصدر للإثارة والمشكلات ويميلون أيضا إلى الاعتقاد بان هناك شيئا ما خطأ في أنفسهم لان العمل الذي كان يعطيهم المتعة أصبح سطحيا ومملا ومن ثم يشعرون بلوم الذات وتأنيب الضمير، وتؤكد دراسة (منصوري نبيل 2011) أن بعد الإجهاد الانفعالي مرتفعة، وبالتالي نقبل الفرضية الثانية.

مناقشة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية عن وجود علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم، ولكن هناك علاقة ارتباطية موجبة وضعيفة بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي، أي كلما ارتفعت أبعاد أنماط الشخصية ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

وبالتالي فإن السيطرة على الانفعالات والهدوء والتركيز مطلوب في كرة القدم حيث أن المدرب يحتاج إلى هدوء الأعصاب والقدرة على مواجهة الإحباط أو العقبات التي تواجهه أثناء اللعب والسيطرة على الانفعالات حيث أن الهدوء والسيطرة على الانفعال ينشط التفكير والعمليات العقلية والحركة ويزيد الميل لمواصلة العمل في مجال التدريب أما الانفعالات الشديدة والشد العصبي فإنها تشل السيطرة على الإرادة، وتؤثر على جميع العمليات العقلية تأثيرا سلبيا فتجعل المدرب في حالة عد السيطرة على انفعالاته مما ينتج عنه سلوكيات وأفعال تقلل من كفاءته في أداء الدور المنوط به.

النتائج المتحصل عليها

من خلال الدراسة وتحليل ومناقشة الفرضيات توصلنا إلى النتائج التالية:

- **وجود** علاقة ارتباطية موجبة وضعيفة بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي، أي كلما ارتفعت أبعاد أنماط الشخصية ارتفع مستوى الاحتراق النفسي.

- التعرف على أبعاد أنماط الشخصية (الانبساط – الانطواء، الحس- الحدس، التفكير- الشعور، الحكم – الإدراك) سائدة لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية سطيف.

- يوجد مستوى مرتفع للاحتراق النفسي لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية سطيف في جميع أبعاده.

الاستنتاج العام

من خلال الدراسة الحاليةالتي قمنا بها عن الكشف عن أنماط الشخصية والاحتراق النفسي وإيجاد العلاقة الارتباطية بينهما لدى مدربي كرة القدم، والتي تألفت عينة الدراسة من 18 مدرب من ولاية سطيف، وقد تم استخدام مقياسين هما :مقياس أنماط الشخصية، ومقياس الاحتراق النفسي، ولقد توصلت هذه الدراسة إلى النتائج

التالية: وجود أنماط سائدة لدى مدربي كرة القدم لولاية سطيف، هناك مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي أندية كرة القدم لولاية سطيف، وكذلك توجد علاقة ارتباطية بين أنماط الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم، وبالتالي نستنتج أن الانماط الشخصية لها علاقة بالاحتراق النفسي لدى المدربين.

الخاتمة:

من خلال ما تم التطرق إليه في هذه الدراسة، تبين انه لتطبيق نمط شخصي معين يحقق أهداف المنظمة ويهتم بالعلاقات الإنسانية، لا بد من اختيار قائد لديه أنماط شخصية تتفق مع هذا الأسلوب، يمارس مهامه وفقا لمنهج التنظيم، ويطبق اللوائح والقوانين من طرف الجهات الرسمية، دون أن ينسى إنسانيته وعلاقته بالعاملين والموظفين، ويكون ملجأ كل من يقع في مشكل.

فأنماط الشخصية سرع من العمل ويعطي نتائج ،غير أن من نتائجه مشكلات كثيرة وعلاقات مضطربة، كما أن صاحب الشخصية تؤدي به إلى الكثير من الأمراض، والنمط الشخصي يحتاج إلى شخصية تتسم بالتوافق النفسي والهدوء مما يجعلها قادرة على تفهم الآخرين، وإشباع حاجاتهم.

التوصيات:

1. على المؤسسات البحثية ومراكز التطوير ايلاء أهمية للدراسات المتعمقة بأنماط الشخصية والاحتراق النفسي.
2. خضوع المدربين لدورات تدريبية الغرض منها تطوير مقدرتهم في التخلص من الضغوط النفسية (الاحتراق النفسي).
3. عمل دراسة مماثلة للحكام واللاعبين لغرض النهوض بواقع لعبة كرة القدم.
4. التأكيد على أهمية الإعداد النفسي للمدربين.
5. العمل على زيادة وعي المدربين وتعريفهم بأنماط الشخصية لديهم وتأثيرها على كفاءة المدربين الشخصية وذلك من خلال عقد الندوات وورش العمل.

قائمة المراجع:

1. الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية، *مجلة التربية المعاصرة*،

.1990

2. اسباع شمس الدين، مزاري فاتح، أثر برنامج بأسلوب التدريب الدائري على تطوير السرعة الانتقالية والقوة المميزة بالسرعة على لاعبي كرة القدم فئة أقل من 17 سنة، 2023، مجلة تحدي، جامعة أم البواقي، الجزائر

3. صلاح رهيف أمير،أنماط الشخصية وعلاقتها بأسلوبي التفكير اللفظي التصوري لدى طلبة قسم التربية الفني .*مجلة البحوث التربوية والنفسية، المجلد17 ، العدد81*،2021 .

4. قعقاع توفيق، دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى حكام كرة اليد،*مجلة المحترف* . 2017

5. عبدلي، نورالدين، الذكاء الانفعالي لدى أساتذة التربية البدنية والرياضية وعلاقته بالاحتراق النفسي وأساليب مواجهة المشكلات، (2019)، أطروحة دكتوراه، جامعة المسيلة، الجزائر.

6. منصوري نبيل،مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم، دراسة ميدانية لحكام الدرجة الأولى والثانية الاحترافية، مذكرة ماجستير .معهد التربية البدنية والرياضية، سيدي عبد الله –زرالدة، *الجزائر*،2011.

7. نوري إبراهيم الشوك، رافع صالح الكبيسي، *دليل البحاث لكتابة الابحاث في التربية الرياضية*، بغداد، العراق، 2004.

8. Eysenck, **The structure of Human personality**, London, Methuen, 1960.

9. Yung, C.C, **Von den Wurzeln des Bewusstseins Zurich**,rancher , MC- Graw Hill company, 1954.

10. Gold, Y & Roth, R. Teachers managing stress and preventing burnout: the professional health solution, 2nd edition. The Falmer Press. London. 1994.

11. Aitken C & Schloss J. Occupational stress and burnout amongst staff working with people with an intellectual disability. Behavioral Interventions. 1994.