السمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

م.د. مروه عمر مرسي

marwa-omar@mtu.edu.iq

الجامعه التقنية الوسطى / معهد الادارة الرصافة

تأريخ الاستلام : 2025/3/27 **تأريخ قبول النشر : 2025/5/18**

الملخص

ان مهنة التدريب تعد من المهن الصعبة للغاية والتي يجب ان يتمتع اصحابها بمميزات شخصية ونفسية تؤهلهم لقيادة فرقهم ولاعبيهم وتمكنهم من التعامل مع ادارات الاندية والجماهير وتحمل الضغوط النفسية التي يتعرضون اليها مما يتيح لهم اتخاذ قرارات صائبة ودقيقة،وان عدم تمتعهم بموصفات ايجابية قد تعرضهم الى ضغوط نفسية قد تنعكس سلبا على اداء عملهم وربما على وضعهم الاجتماعي والصحي

وهنا تكمن اهمية البحث في التعرف على السمات الشخصية التي يتمتع بها المدربون(عينة البحث) وكذلك معرفة الدرجات التي يتمتعون بها على سلم الاحتراق النفسي اضافة الى العلاقة بين هذه السمات وظاهرة الاحتراق النفسي والتي من الممكن توظيفها لرفع مستوى المدربين كونهم العامل الابرز في تطوير اللعبة .ويهدف البحث التعرف على السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي التي يتمتع بها مدربوا كرة القدم لاندية الدوري الممتاز, استخدم الباحث اختبار كاتل للسمات الشخصية ويعد هذا الاختبار من الاختبارات الشمولية الدقيقة الذي يقيس ست عشرة سمة للشخصية مما يتيح فهم شخصية المدرب .

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

1- ان معظم السمات الشخصية لمدربي كرة القدم مركزة في وسط المقياس ونادرا ما تميل باتجاه اليمين او اليسار.
2- امتاز المدربون بالجدية والضمير الحي والحساسية وتعد هذه من اهم صفات المدرب الناجح .
3- اغلب المدربون معرضون لظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت نسبتهم 75% من مجموع العينة

الكلمات المفتاحية : السمات الشخصية , الاحتراف النفسي , مدربين , كرة القدم

1-التعريف بالبحث

1-1 المقدمة واهمية البحث

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

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

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

1-2 مشكلة البحث

مما لا شك فيه ان لعبة كرة القدم تتميز بشعبيتها وكثرة متابيعيها على المستويين الشعبي والرسمي ، وهذه المتابعه المستمرة ستولد ضغوطا كبيره لجميع العاملين في مجال التدريب , لذا يتوجب ان يتصفوا بسمات شخصية تتوافق مع متطلبات اللعبة ، ونظرا لعدم اخضاع مدربي اندية الدوري الممتاز إلى اختبارات نفسية تدل على سماتهم الشخصية إضافة إلى عدم معرفة درجة الاحتراق النفسي التي تتمتع بها عينة البحث في ظل الظروف الراهنة والاوضاع المتشنجة اجتماعيا ونفسيا , كما أن عدم معرفة العلاقة بين السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي للمدربين حدى بالباحث إلى دراسة هذه المشكلة .

1-3 اهداف البحث

يهدف البحث الى :-

1- التعرف على السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي التي يتمتع بها مدربوا كرة القدم لاندية الدوري الممتاز
2- التعرف على طبيعة العلاقة بين السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي لعينة البحث .

1-4 فروض البحث

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

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري : مدربوا اندية الدوري الممتاز 16 مدرب

2-5-1 المجال المكاني : ساحات وقاعات الأندية الرياضية للاندية

3-5-1 المجال الزماني: للفترة من 2024/4/15 لغاية 2024/7/27

3-منهج البحث واجراءاته الميدانية

3-1 منهج البحث

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

3-2 عينة البحث

اشتملت عينة البحث على (16) مدربا لكرة القدم يمثلون مدربي اندية الدوري الممتازللموسوم 2023- 2024

3-3 ادوات البحث لكي يتمكن الباحث من اكمال بحثهما لا بد من الاستعانة ببعض الادوات ، وهي عبارة عن " الوسائل التي يستطيع من خلالها الباحث جمع البيانات وحل مشكلته وتحقيق اهداف البحث .....) (وجية محجوب :1988, 133)

وقد استخدم الباحث الادوات الاتيه :-

3-3-1 المصادر والمراجع العربيه

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

3-3-2 اختبار كاتل للسمات الشخصية

استخدم الباحث اختبار كاتل للسمات الشخصية ويعد هذا الاختبار من الاختبارات الشمولية الدقيقة الذي يقيس ست عشرة سمة للشخصية مما يتيح فهم شخصية المدرب .

3-3-3 اختبار درجة الاحتراق النفسي

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

3-4 إجراءات البحث

بعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة اتضح ان اختبار كاتل للسمات الشخصية ملائم للبيئة العراقية ، اذ سبق واستخدم من قبل الباحث عامر سعيد (1997) والباحثة امل علي سلومي (2000) كما اتضح ان مقياس الاحتراق النفسي قد سبق استخدامه في البيئة العراقية ، من هنا اصبح الاختباران ملائمان لعمل هذا البحث ولغرض القيام باكمال هذا البحث قام الباحثان بالاتصال مباشرة بعينة البحث وتم شرح اهداف البحث واهميته للمدربين وطمأنة العينة على الحفاظ على سرية الاجابة

، كما تم توضيح الاستمارة وكيفية الاجابة عليها وبعدها تم توزيع الاستمارات على عينة البحث . ثم قام الباحثان بعد ذلك بجمع الاستمرات وتفريغ اليانات ثم تحويل الدرجات الخام الى درجات حقيقية وذلك بالاعتماد على مفتاح حل الاسئلة في الاختبارين ، ثم تم بعد ذلك اجراء المعالجات الاحصائية للتعرف على السمات الشخصية ودرجة الاحتراق النفسي والعلاقة بينهما .

5-3 الوسائل الاحصائية

لغرض إكمال البحث فقد استعان الباحثان بالوسائل الاحصائية الاتية :-

1- الوسط الحسابي
2- الانحراف المعياري
3- معامل الارتباط البسيط (بيرسون)
4- النسبة المئوية
5- اختبار (ت) لمعنوية الارتباط

4-عرض ومناقشة النتائج

4-1 عرض ومناقشة السمات الشخصية التي يتسم بها مدربي كرة القدم

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

ومن خلال ملاحظة الجدول رقم (1) يتضح ما يلي :-

البعد الاول A (الانطوائية – الانبساطية)

في هذا البعد يلاحظ وقوع المدربين في وسط المقياس بمعنى اتصافهم بصفة متعادلة بين الانطواء والانبساط ويتضح ذلك جليا من خلال الوسط الحسابي البالغ (52ر5) وبانحراف معياري مقداره (21ر1) ويرى الباحثان انه من الضروري ان يتمتع المدربون بالاعتدال والتصرف حسب ما يتطلبه الموقف ، فهناك مواقف تحتاج من المدرب الانطوائية في حين ان هناك مواقف أخرى تتطلب من المدرب روح المرح والدعابة ، ويتفق الباحثان الى ما ذهب أليه ريسان خريبط "انه في بعض الاحيان تنفع النكتة الجيدة والدعابة الظريفة والملاحظة المليئة بالعطف اكثر بكثيرمن التصنيفات المملة الطويلة ، وهذا لا يعني عدم استخدام التدابير الصارمة في بعض الاحيان " (ريسان خريبط : 1988, 19)

وفيما يخص البعد الثاني B (القدرات العقلية) فقد بلغ الوسط الحسابي (45ر6) اذ يميل اغلب المدربون في الوسط وان كانت قريبة من جهة اليسار (اكثر ذكاء) ، ويعد هذا من المتطلبات الضرورية التي يتصف بها مدربوا كرة القدم لاهميته في العمل التدريبي لما تتطلبه اللعبة من التخطيط والتحليل ووضع البرامج ، ولا بد من تمتع المدربين بمستوى جيد من الذكاء

والقدرات العقلية خاصة اذا علمنا ان هناك مواقف في كرة القدم تحتاج الى حلول سريعة وناجعة ، كما ويدل الانحراف المعياري البالغ (14ر2) الى تباين المدربين في هذه السمة .

اما البعد الثالث C (الاتزان الانفعالي) فقد بلغ وسطه الحسابي (56ر4)وان كان ظاهرا وقوع المدربين في وسط المقياس ،الا انه في حقيقة الامر ان معظمهم منقادين للمشاعر ويدل على ذلك الانحراف المعياري البالغ (82ر0) بمعنى ان تباينهم يكون ضئيلا . ويدل هذا البعد على عدم قدرة المدربين في السيطرة على انفعالاتهم ، خاصة في المواقف الصعبة والحساسة والتي تتطلب من المدرب التزام الهدؤ ليتمكن من اتخاذ القرارات الناجعة ، ان استثارة المدرب العالية ستنسحب الى اللاعبين سواء في ارض الملعب او على مقاعد البدلاء وربما يؤدي هذا الى خروج اللاعبين عن الروح الرياضية وبالتالي خسارة المبارة .

جدول رقم (1)

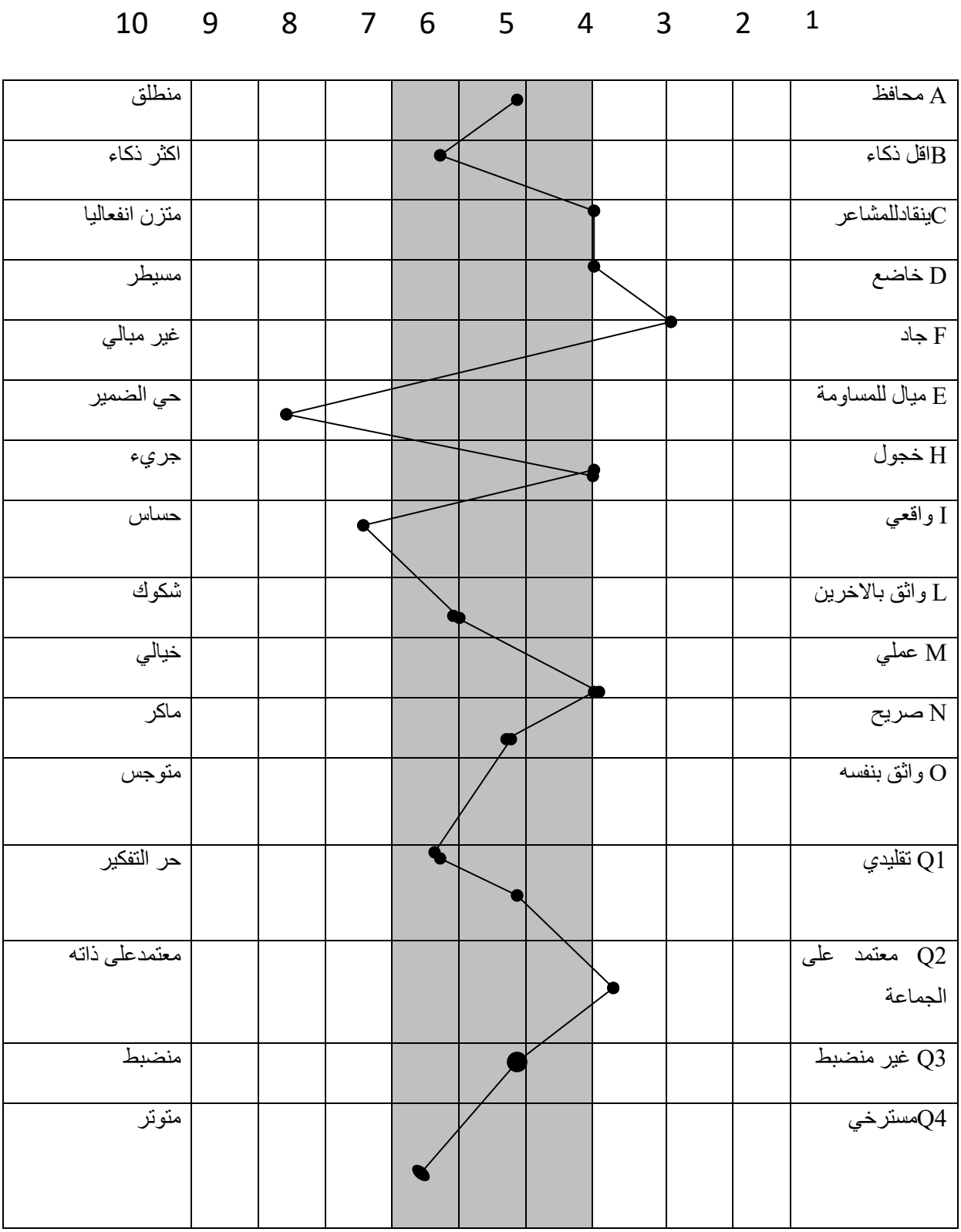
يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية للسمات الشخصية

ت	الرمز	السمة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
1	A	**الانطوائية والانبساطية الاجتماعية**	52ر5	21ر1
2	B	القدرات العقلية	45ر6	14ر2
3	C	الاتزان الانفعالي	56ر4	82ر0
4	D	السيطرة	55ر4	41ر1
5	F	عدم المبالاة	58ر3	12ر1
6	E	التنظيم	45ر8	04ر2
7	H	الحزم	51ر4	08ر1
8	I	الحساسية	7ر1	58ر1
9	L	**الطموح**	54ر6	44ر2
10	M	الذاتية	5ر4	6ر1
11	N	الدهاء	25ر5	72ر1
12	O	القلق والاضطراب	74ر6	43ر1

13	Q1	الابداع	5ر32	2ر15
14	Q2	الاستقلال	4ر84	1ر13
15	Q3	مراجعة الذات	5ر45	1ر84
16	Q4	الطاقة الحيوية	6ر72	2ر25

شكل رقم 1

يوضح الرسم البياني لسمات شخصية مدربي محافظة القادسية بكرة القدم


10 9 8 7 6 5 4 3 2 1
A محافظ
منطلق
Bاقل ذكاء
اكثر ذكاء
Cينقادللمشاعر
متزن انفعاليا
D خاضع
مسيطر
F جاد
غير مبالي
E ميال للمساومة
حي الضمير
H خجول
جريء
I واقعي
حساس
L واثق بالاخرين
شكوك
M عملي
خيالي
N صريح
ماكر
O واثق بنفسه
متوجس
Q1 تقليدي
حر التفكير
Q2 معتمد على الجماعة
معتمدعلى ذاته
Q3 غير منضبط
منضبط
Q4مسترخي
متوتر

فيما يخص العامل O (الخضوع والسيطرة) فقد بلغ الوسط الحسابي (55ر4) مائلا باتجاه اليمين اي باتجاه الخضوع ويدل الانحراف المعياري البالغ (41ر1) ان هناك تباينا في اجابات المدربين ، ويرى الباحثان ان هذا العامل من العوامل التي تؤثر في مهنة التدريب ، والمدرب الجيد يتوجب عليه عدم الخضوع الى تأثيرات الغير مهما كان مصدرها ونوعها سواء من الادارة او الجمهور او اللاعبين ، فمثل هكذا توجه قد يؤدي بالمدرب الى فقدان السيطرة على الفريق وضياع زمام المبادرة من يد المدرب وبالتالي فشله في عمله التدريبي . اما العامل F (عدم المبالات) فقد اتضح من الجدول رقم (1) ان معظم المدربين جادين ويمتازون بالحرص اذ بلغ الوسط الحسابي (58ر3) مائلا باتجاه اليمين وبانحراف معياري مقداره(12ر1)

وذكر عامر سعيد " ان السيطرة على الرغبات وحب العمل والشعور بالمسؤلية تؤدي بالفرد الى نجاحه في عملية اقناع الاخرين بتوجهاته " .(عامر سعيد : 1997, 103) كما اتصف المدربون بعدم المساومة والضمير الحي اذ بلغ الوسط الحسابي لهذا العامل (45ر8) وبانحراف معياري مقداره (04ر2) ويدل ذلك الى ان غالبية العينة تميل باتجاه اليسار ، ويعد هذا مطلبا ضروريا في مهنة التدريب كونها مهنة تنسجم مع الخصائص التربوية على اعتبار ان المدرب يمثل القدوة للاعبين والمثل الاعلى لهم ولا بد من اتصافه بالضمير الحي لان هذا سيدعم كثيرا عمله التدريبي وذكر ريسان خريبط " يجب على المدرب ان يكون انسانا ذا مستوى من الوعي الرفيع ومشبعا بالافكار السامية ....." (ريسان خريبط : 1988, 21). اما العامل H (الحزم) فقد جاء متعادلا اذ بلغ وسطه الحسابي (51ر4) وان كان يميل اكثر باتجاه اليمين وتعد هذه السمة غير محببة في مهنة التدريب لان الجرأة تعد مطلبا ضروريا في الكثير من المواقف التدريبية وقد بلغ الانحراف المعياري (08ر1) ، ان الاقدام والجرأة وعدم الخجل في المواقف التي تتطلب الحزم سيساعد الفريق كثيرا في تخطي الكثير من العقبات ويرى الباحثان ان الخضوع الذي يتصف به المدربون ربما كان عائدا الى هذا العامل (الخجل) . وفيما يخص العامل I(الحساسية) فقد بلغ الوسط الحسابي عند هذا العامل (1ر7) وبانحراف معياري مقداره (58ر1) وعند ملاحظة الشكل البياني نلاحظ ان معظم المدربين يميلون باتجاه الحساسية ويدل بعدهم عن الواقعية انهم يضعون اهدافا بعيدة المنال وهذا على عكس ما تتطلبه كرة القدم ، فالمدرب الناجح يتسم بالواقعية لان رؤية المدرب للاعبين ولامكاناتهم ستسهم كثيرا في وضع الخطط المناسبة والاهداف المنطقية المعقولة وكذلك طريقة اللعب المناسبة ووضع اللاعب المناسب والتشكيلة الاساسية من اللاعبين وبدلائهم . اما فيما يخص العامل L (الطموح) فقد بلغ الوسط الحسابي (54ر6) وبانحراف معياري مقداره (44ر2) وان كان هذا العامل في الوسط الا ان الشكل رقم (1) يوضح انحرافه باتجاه اليسار ، ويدل الانحراف المعياري الى تباين اجابات العينة ، ويرى الباحثان ان هذا العامل يعد مطلبا ضروريا ومهما لمهنة التدريب لان انعدام الطموح سيؤدي الى فقدان المدرب لاهم سمة شخصية والتي ستنعكس سلبا في حال فقدانها على اللاعبين . اما فيما يخص العاملين (M , N) (الذاتية والدهاء) فقد تمركزا في الوسط دل على ذلك الوسط الحسابي البالغ (5ر4 ،25ر5) وبانحراف معياري (6ر1 ، 72ر1) على التوالي في حين بلغ الوسط الحسابي للعامل(O) (القلق والاضطراب) (74ر6) مائلا باتجاه اليسار وبانحراف معياري مقداره (43ر1) اذ يميل معظم المدربين الى التوجس ،ويعد هذا العامل من العوامل التي تؤثر سلبا على شخصية المدرب ، مما يعرضه الى كثير من الضغوط النفسية كما وتؤثر على ادائه لعمله التدريبي وعلى قيادته للاعبين . اما فيما يخص العوامل (Q3 , Q2 , Q1) فقد تمركزا في الوسط اذ بلغت الاوساط الحسابية (32ر5 ، 84ر4 ، 45ر5) وبانحرافات معيارية مقدارها (15ر2 ،13ر1 ،84ر1) على التوالي ويرى الباحثان انه من الضروري ان يكون المدرب مبدعا ونضبطا ومعتمدا على الجماعة كون لعبة كرة القدم لعبة جماعية كما ان

انضباط المدرب يعد مطلبا ضروريا لمهنة التدريب كون المدرب يعد المثل الاعلى للاعبين وعدم انضباطه سيؤثر بالتالي على انضباط اللاعبين وقد يؤدي الى تسيبهم . اما فيما يخص العامل الاخير (Q4) الطاقة الحيوية فقد دل الوسط الحسابي البالغ (72ر6) الى ان المدربين اتجهوا الى اليسار اي باتجاه التوتر ، ويعد هذا ذا اثر سلبي على المدرب كون التوتر سيقود المدرب الى الانفعال المستمر في حين ان الاسترخاءسيخلق جوا من الالفة والمودة والروح التعاونية بين اللاعبين والمدرب كما وسيساعد المدرب على اتخاذ قرارات صائبة تعود بالفائدة على الفريق عموما ، وان كان الانحراف المعياري البالغ (25ر2) يدل على تباين اجابات العينة .

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

2-4 درجات الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

من خلال ملاحظة الجدول رقم (2) يتضح ان (4) من المدربين وبنسبة (25%) قد صنفوا ضمن الحالة الطبيعية في المقياس ، في حين ان (5) من العينة البالغة (16) مدربا وبنسبة (25ر31%) قد تأثروا سلبيا ويجب عليهم الانتباه لانهم في طريقهم للاحتراق النفسي وعليهم مراجعة الذات والتفكير بجدية للتخلص من الضغوط التي يتعرضون لها كونهم مرشحين لحدوث الاحتراق النفسي . وقد بلغ عدد المدربين الواقعين تحت مظلة الاحتراق النفسي (4) مدربين وبنسبة (25%) واخيرا فقد بلغ عدد المدربين الذين تعرضوا الى احتراق نفسي شديد (3) مدربين اي بنسبة (75ر18%) ،ويمكن القول ان (12) مدربا وبنسبة (75%) في وضع نفسي غير جيد كونهم مابين مدرب مرشح للاحتراق واخر محترق نفسيا ويتوجب عليهم مراجعة الذات واستخدام وسائل الترويح النفسي للتخلص من الضغوط التي يتعرضون اليها .

جدول رقم (2)

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

الفئة المعيارية للدرجات	عدد المدربين	النسبة المئوية	دلالتها في مقياس الاحتراق
0 – 20 درجة	4	25%	حالة طبيعية
21 – 30 درجة	5	25ر31%	يجب الانتباه لاحتمال ظهور تغيرات سلبية
31 – 40 درجة	4	25%	مرشح لحدوث احتراق نفسي
41 – 50 درجة	3	75ر18%	حدوث احتراق نفسي

3-4 العلاقة بين السمات الشخصية والاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم

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

$$\text{ت ر} = \text{ر} \sqrt{\frac{\text{ن} - 2}{1 - \text{ر}2}}$$

ومن خلال ملاحظة الجدول رقم (3) يتضح ان هناك بعض السمات التي تميزت بارتباط مع ظاهرة الاحتراق النفسي ، فقد تبين ان سمة الاتزان الانفعالي والتي بلغت قيمتها المحتسبة (65ر2) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (13ر2) عند مستوى دلالة (05ر0) وحيث ان معظم المدربين ينقادون الى المشاعر وهذا يعني ان اتجاههم اتجاه عاطفي مما يعني انهم غير متزنين انفعاليا وان عدم الاتزان هذا سيولد ضغطاغ نفسيا على المدرب وتعرضهم بالتالي الى ظاهرة الاحتراق النفسي ، مما يؤكد ان الفرد الغير متزن انفعاليا يكون عرضة لظاهرة الاحتراق النفسي كونه سريع الاستثارة وغير مستقر وبالتالي سينعكس سلبا على استقراره العاطفي والاجتماعي .

كما اظهر الجدول رقم (3) ان هناك سمة اخرى هي عدم المبالاة لها علاقة بهذه الظاهرة اذ بلغت قيمتها المحتسبة (88ر2) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (13ر2) وبالعودة الى السمات الشخصية للمدربين يتضح ان معظم المدربين يتسمون بالجدية وهذا يتفق مع ما ذهب اليه احمد عبد الفتاح عن فرويد كون الشخص الذي يتميز بالجدية والاخلاص بالعمل يكون اكثر استنزافا للطاقة من الشخص الغير مخلص "ان الملتزمين والمخلصين هم اكثر عرضة للاحتراق النفسي " .(امل علي سلومي : 95 , 2000)

كما بين الجدول المذكور انفا ان هناك علاقة بين سمة الضمير الحي الذي امتازت به افراد العينة وظاهرة الاحتراق النفسي والذي بلغت عنده قيمة (ت) المحتسبة (67ر2) وهي اكبر اذا ما قورنت بالقيمة الجدولية البالغة (13ر2) عند مستوى دلالة (05ر0) ويعد هذا امرا طبيعيا كون الشخص الذي يتسم بالضمير الحي يكون اكثر عرضة من سواه لظاهرة الاحتراق النفسي ،ة كما اظهرت سمة الحزم علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بظاهرة الاحتراق النفسي والتي بلغت قيمتها المحتسبة (13ر4) وحيث ان الشخص الذي يتسم بالخجل وعدم الجرأة سيميل الى كتم مشاعره وما يعانيه وكذلك عدم قدرته على اظهار معاناته مما يولد ضغوط نفسية ومع استمرار حالة كتم المعاناة ستتحول هذه الضغوط تدريجيا الى ظاهرة الاحتراق النفسي .

جدول رقم (3)

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

السمات الشخصية	معامل الارتباط	ت المحتسبة	ت الجدولية	معنوية الارتباط
A الانطوائية والانبساطية	0ر21	0ر81		عشوائي
B القدرات العقلية	0ر33	1ر31		عشوائي
C الاتزان الانفعالي	0ر51	2ر65		معنوي
D السيطرة	0ر25	0ر96		عشوائي
F عدم المبالاة	0ر61	2ر88		معنوي
E التنظيم	0ر58	2ر67		معنوي
H الحزم	0ر74	4ر13		معنوي
I الحساسية	0ر19	0ر72		عشوائي
L الطموح	0ر54	2ر40	2ر13	معنوي
M الذاتية	0ر22	0ر85		عشوائي
N الدهاء	0ر39	1ر58		عشوائي
O القلق والاضطراب	0ر64	3ر12		معنوي
Q1 الابداع	0ر24	0ر92		عشوائي
Q2 الاستقلال	0ر19	0ر72		عشوائي
Q3 مراجعة الذات	0ر23	0ر89		عشوائي
Q4 الطاقة الحيوية	0ر52	2ر28		معنوي

كما اظهر الجدول رقم (3) ان هناك علاقة ارتباطية بين سمة الطموح وظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة (2ر40) وهي اعلى من قيمتها الجدولية عند مستوى دلالة (0ر05) ، ويرى الباحثان ان الافراد الطموحين اكثر عرضة للظاهرة المبحوثة كونهم في منافسات دائمة وسباق مستمر مع الذات ومع الاخرين لاثبات الوجود وتحقيق الانجازات وغالبا ما

نراهم دائمي التفكير في كيفية تحقيق الطموح مما يعرضهم الى ضغوط نفسية مستمرة ستولد حتما ظاهرة الاحتراق النفسي . كما اظهرت نتائج البحث ان هناك علاقة ارتباطية بين سمة القلق والظاهرة المعنية بالبحث اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة (12ر3) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (13ر2) عند مستوى دلالة (05ر0) ويعد هذا امر طبيعي فالفرد القلق يكون دائم التفكير وغير مستقر مما يولد اثارا سلبية على وضعه الصحي والاجتماعي .وذكر اسامة كامل راتب " ان اكثر الاشخاص عرضة للاحتراق هم الذين يمتازون بدرجة عالية من الحساسية والقلق والانطواء " (اسامه كامل راتب : 2002, 272)

واخيرا فقد اظهر العامل (Q4) التوتر والاسترخاء علاقة معنوية دالة احصائيا مع ظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت قيمة (ت) المحتسبة (28ر2) مقارنة بالقيمة الجدولية البالغة (13ر2) عند مستوى دلالة (05ر0) ،فالاشخاص المتوترون غالبا ما يتعرضون لظاهرة الاحتراق النفسي وذكر اسامة كامل راتب ان ظاهرة الاحتراق تكون اكثر انتشارا عند الاشخاص الذين يتميزون بارتفاع القلق والتوتر والحماسة الزائده .

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

5-الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات

بعد المعالجات الاحصائية ومناقشة النتائج استنتج الباحثان ما يلي :

4- ان معظم السمات الشخصية لمدربي كرة القدم مركزة في وسط المقياس ونادرا ما تميل باتجاه اليمين او اليسار.
5- امتاز المدربون بالجدية والضمير الحي والحساسية وتعد هذه من اهم صفات المدرب الناجح .
6- اغلب المدربون معرضون لظاهرة الاحتراق النفسي اذ بلغت نسبتهم 75% من مجموع العينة .
7- اتضح ان هناك علاقة ارتباطية بين بعض السمات كالخجل والقلق والضمير الحي مع ظاهرة الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم .

5-2 التوصيات

بناءا على ما جاء في استنتاجات البحث فان الباحث يوصي بالاتي :-

1- خضوع المدربين لدورات تطويرية الغرض منها تطوير مقدرتهم في التخلص من الضغوط النفسية .
2- من الضرورة بمكان اخضاع المدربين لاختبارات نفسية وشخصية لاختيار الاصلح منهم لمهنة التدريب .
3- على جميع المعنيين باللعبة العمل على تذليل الصعوبات التي تواجه المدربين .
4- عمل دراسة مماثلة للحكام واللاعبين لغرض النهوض بواقع لعبة كرة القدم .

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

المصادر والمراجع

1- اسامة كامل راتب .الاعداد النفسي للرياضين , دار الفكر العربي . 2002

2- لتدريب الناشئين. القاهرة : دار الفكر العربي ، 1997

3- امل علي سلومي . السمات الشخصية وعلاقتها بالحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة .رسالة ماجستير . جامعة بابل . كلية التربية الرياضية ،2000

4- ريسان خريبط . التدريب الرياضي . الموصل : مطبعة دار الفكر ،1988

5- صالح حسن الداهري (واخرون) . الشخصية والصحة النفسية . جامعة بابل. كلية التربية ،1995

6- عامر سعيد. السمات الشخصية وعلاقتها بمستوى الانجاز للاعبي المبارزة . رسالة ماجستير . جامعة بغداد ،1997

7- عزيز حنا وناظم هاشم . علم نفس الشخصية . جامعة بغداد ، 1990

8- وجيه محجوب . طرائق البحث العلمي ومناهجه .ط2. بغداد : دار الحكمة للطباعة والنشر،1988.