

EDITORIAL

الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في السودان

د. زهير أحمد عبد القيوم أحمد*

المستخلص

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة ظاهرة الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم استخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة الدراسة من (174) مدرباً وتحليل البيانات استخدم الباحث برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) والذي أظهرت نتائجه أنّ مدربي كرة القدم يعانون من درجة احتراق نفسي متوسط وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدربي كرة القدم نتيجة لمتغير درجة الفريق الذي يدرسه المدرب (ممتاز / أولى / ثانية / ثالثة) وفي ضوء هذه النتائج توصي الدراسة بإجراء اختبارات لمدربي كرة القدم لمعرفة درجة الاحتراق النفسي لديهم لوضع برامج للوقاية وتعزيز الجوانب الجيدة وعلاج حالة الاحتراق إن وجد.

1. مقدمة الدراسة

1.1 تمهيد:

لم يدع الإسلام مجالاً من مجالات التربية الرياضية إلا وأسهب فيه ولهذا وجدنا في كتب السيرة والأحاديث النبوية المطهرة دستوراً متكاملًا. فالقوة في الإسلام مهمة في أوقات السلام للإنتاج والاهتمام بصحة الفرد البدنية والنفسية ومهمة في الجهاد قال تعالى (وأعدوا لهم ما استطعتم من قوة ومن رباط الخيل ترهبون به عدو الله وعدوكم وآخرين

* أستاذ التربية الرياضية المساعد - كلية التربية - حنتوب - جامعة الجزيرة

EDITORIAL

من دونهم لا تعلمونهم الله يعلمهم وما تنفقوا من شيء في سبيل الله يوف إليكم وأنتم لا تظلمون) سورة الانفال: الآية60.

ومن المجالات التي يهتم بها الشباب في هذه الأيام رياضة كرة القدم وهي تدرج تحت كلمة الرماية مثلها وبقية الألعاب التي بها أهداف ككرة اليد ، والسلة ، والماء والهوكي ، وهذه الألعاب قد تكون من الطاعات نثاب عليها لكي نفوز في الدنيا والآخرة وذلك بوضع ضوابط لها وأن تكون مستمدة من الشريعة الإسلامية يقول الرسول صلى الله عليه وسلم (علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل).

ومن المحاور المهمة في الرياضة المدرب الرياضي وهو المربي والمعلم ونأمل أن نصل للمدرب الرسالي والقوة الحسنة ولذا يجب علينا أن نحسن اختياره ونؤهله فنياً وأكاديمياً وأخلاقياً ونفسياً. والصحة النفسية في الدين الإسلامي تتلخص في الإيمان الصادق بالله والتوكل عليه، وقال تعالى:(الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب) سورة الرعد الآية28.

يعتبر مفهوم الاحتراق النفسي Psychological Burn Out من المفاهيم الحديثة التي تؤثر في أداء مدرب كرة القدم حيث يوجد تشابه بين الاحتراق النفسي والضغط النفسية أو المهنية ، فشعور الفرد بالضغط النفسية لا يعني بالضرورة إصابته بالاحتراق النفسي ، ولكن إصابة الفرد بالاحتراق النفسي هو حتماً ناجم عن الضغط النفسية أو المهنية. ويتضح ذلك في عمل المدرب، وخاصة في مجال كرة القدم وما يلزمه من صعوبات في التنفيذ بالنسبة للمعينات والتجهيزات. وكذلك في العلاقات بين المدرب واللاعبين وإدارة النادي ، علاوة على ذلك ما يترتب من الإخفاق في نتائج المباريات ، وعدم تحقيق الأهداف ، والتوتر قبل المنافسات الرياضية وإثائها وبعدها عبارة عن ضغوط Stress قد تؤدي إلى احتراق المدرب Burn out وتستحوذ عليه فكرة الاعتزال عن تدريب كرة القدم. فكثر الضغوط تؤكد أن مهنة التدريب تتطلب شخص له سمات شخصية تؤهله على مقاومة الضغوط والتي قد تؤدي إلى الاحتراق النفسي "مهنة التدريب تعد من المهن الصعبة للغاية والتي يجب أن يتمتع أصحابها بمميزات شخصية ونفسية تؤهلهم لقيادة فرقهم" (الامي، 2005 : 27).

وعدم التمتع بسمات إيجابية قد يعكس سلباً على الأداء وعلى الوضع الاجتماعي والصحي لدى المدرب ، فالاحتراق النفسي يحدث بعد مراحل من الضغوط النفسية والتي من مصادرها كثرة الأعمال المطلوبة ، ونقص التجهيزات والمعينات، وضعف العلاقات بين المدرب وإدارة النادي ، وكذلك التعامل مع اللاعبين و جماهير النادي ، والإعلام من حيث تجاهل المدرب أو تضخيم أخطائه. ولهذا لا بد من وضع الخطط للتعامل مع الضغوط والتي تؤدي للاحتراق النفسي والوقاية قبل أن يحدث ، وإذا حدث لا بد من مواجهته وعدم تجاهله.

2.1 مشكلة الدراسة:

" أصبح مفهوم الاحتراق النفسي شائعاً منذ بداية العقد الأخير من القرن المنصرم وذلك بسبب وصف الحالة النفسية للموظفين الذين يعملون في الخدمة الاجتماعية" وتكمن مشكلة الدراسة في الكشف عن مستويات الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم. ومن خلال عمل الباحث في مجال تدريب كرة القدم واللجان المحلية للتدريب لاحظ أن معظم المدربين لديهم مؤشرات وأعراض الاحتراق النفسي من ضعف الحيوية ، والنشاط ، وفقدان الشعور بتقدير الذات ، والاتجاه السلبي نحو اللاعبين.

EDITORIAL

ويعتقد الباحث أن للسّمات الشخصية دوراً رئيسياً في مواجهة الضغوط النفسية التي تقود إلى الاحتراق النفسي، وكذلك التعامل مع الإدارة واللاعبين وجماهير النادي والإعلام ، وبعد اطلاع الباحث لبعض البحوث والدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي وتوصلت إلى وجود علاقة بين احتراق المدرب وغموض الدور وتعارضه وكذلك إدراك الدور والمكافأة وذلك في نتائج دراسة (Vealy,1992)، وفي نتائج دراسة (Kroll,1982) اتضح أن 50% من المدربين احترقوا بسبب عدم احترام اللاعب للمدرب ، و 20% بسبب عدم القدرة على الوصول باللاعبين للمستوى المطلوب وكذلك عدم القدرة على الاتصال الفعال معهم .

لذا رأى الباحث دراسة هذه المشكلة وتحديد الأسباب التي تؤدي للاحتراق النفسي ولاسيما أن لعبة كرة القدم تتميز بشعبية واسعة والمدرب "هو المسؤول عن اختيار اللاعبين وتدريب المهارات الرياضية وتنمية روح الفريق والمحافظة عليها بالإضافة إلى قيامه بتوجيه وإرشاد اللاعبين" (إخلاق، 2002 :141).

المشكلة تتضح في معرفة العلاقة بين السمات الشخصية وتأثيرها في مواجهة الضغوط بعض المدربين يستفيد منها كدافع للإنجاز "إن الضغوط تعطي دافع للعمل وتجعل الفرد ينظر إليه بتحدي مما يثير الحماس لديه ويمنحه الشعور بالإنجاز" (أبو عبادة ، 2003 : 3) ، والبعض الآخر يستسلم لها دون مقاومة فتصبح مهددة للمهنة وحياة المدرب .

وعلى حد علم الباحث توجد دراسة عثمان (2004) لعوامل الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم، بالسودان ودراسة جيهان(2010) الاحتراق النفسي لمدربي الألعاب. فالدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي للمدربين قليلة فيحاول البحث معرفة مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم. وتتمثل مشكلة الدراسة في الآتي:

1. هل توجد فروق بين مدربي كرة القدم نتيجة لدرجة الفريق؟

2. ما مدى الاحتراق النفسي لدى مدربي الدوري الممتاز والدرجات الأخرى بالسودان؟

3.1 أهمية الدراسة:

- قد يساعد في معرفة مستويات الاحتراق النفسي التي يتعرض لها المدرب مما يساهم في الإرشاد لتحسين صحته النفسية.

4.1 أهداف الدراسة:

1. معرفة مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم بالسودان.

2. معرفة تأثيرات متغيرات الدراسة في درجة احتراق المدرب.

5.1 فروض الدراسة:

1. يوجد الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم بالسودان في استجاباتهم على مقياس الاحتراق النفسي.

2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم نتيجة لدرجة الفريق الذي يدرسه المدرب.

6.1 حدود الدراسة:

- حدود مكانية: جمهورية السودان.

- حدود بشرية: مدربي كرة القدم في الاتحادات المحلية في جمهورية السودان المسجلين للموسم الرياضي 2011.

- حدود زمنية: 2011م . 2012م.

7.1 مصطلحات الدراسة:

EDITORIAL**الاحتراق النفسي:**

هو عبارة عن استنزاف انفعالي وبدني وعقلي يحدث نتيجة للأعباء والمتطلبات التي يتعرض لها المدرب مثل عدم القدرة على تحفيز اللاعبين نحو تحقيق الأهداف والضغوط الخارجية من أجل تحقيق المكسب (راتب، 1997: 272).

مدرب كرة القدم:

مارس كرة القدم ثم نال تأهيل من قبل الاتحاد السوداني لكرة القدم وتم تسجيله للموسم الرياضي 2011. تعريف إجرائي.

2. الإطار النظري:**1.2 الخصائص الشخصية لمدرّب كرة القدم ومهامه:**

التطور السريع في تدريب كرة القدم يتضح في النظريات والاتجاهات والتطبيقات الحديثة والذي يظهر من خلال طرق اللعب والتحرّكات الخطئية خاصة الدفاعية منها ، إضافة لأعباء مدرب كرة القدم المواكبة في تطور طرق وأساليب التدريب خاصة وكرة القدم تمتاز بشعبية كبيرة واهتمام رسمي وشعبي مما جعل لكرة القدم تأثير على الجوانب الاقتصادية والسياسية في معظم أنحاء العالم وكذلك تمثل جانب مهم للعلاقات الدولية. فمدرب كرة القدم الناجح له خبرة في ملاعب كرة القدم ومؤهل أكاديمياً ومهنيّاً وله القدرة على تطوير مستوى اللاعبين بدنياً ، وفنياً ونفسياً وذهنياً " لابد للمدرب من تنمية الأداء المهاري والبدني مع ملكة التركيز والانتباه كقدرات عقلية بجانب القدرات الخطئية وذلك بإشراك عدد من اللاعبين في التدريب الواحد يعملون معاً في تناسق وتوافق وانسيابية في الأداء الأمر الذي يطور أداءهم في شكل قريب مما يحدث في المباراة" (شعلان ، 2001 : 15).

إنّ مدرب كرة القدم الناجح شخصية تربوية رياضية له معرفة ممتازة بكرة القدم كعلم ومعرفة جيدة بالعلوم التي تتعلق بعملية تدريب كرة القدم " فالتدريب في كرة القدم عملية معقدة متشعبة يجمع خيوطها المدير الفني في يده والمدير الفني الممتاز يكون من أهم واجباته خلق التآلف الجيد بينه وبين جميع من يتعامل معهم وحب كل منهم والتضحية في سبيل الفريق وهذا بلا شك يعتمد على مقدار الذكاء الاجتماعي الذي يتمتع به المدير الفني" (مختار، 1998: 3).

2.2 مفهوم الاحتراق النفسي:

يعتبر الاحتراق النفسي في حياة الإنسان المعاصر مشكلة تبعد الفرد عن الرضا الوظيفي والراحة النفسية وتتركه أسير القلق والخوف في حياته. وهذه الظاهرة تحدث بعد تراكمات من ضغوط العمل والتي تؤدي إلى الإنهاك البدني والعقلي والانفعالي والدفاعي ونقلاً عن (الكردي، محجوب ، 2010: 39).

ذكر فولد دروث (بأن الإنسان قد يواجه مشكلات معينة ونتيجة التعرض لهذه المشكلات لفترات طويلة من الزمن يشعر بالضغط وإذا كان لا يتلقى خلال هذه الفترة الدعم الخارجي الكافي من المقربين فيشعر بأنه متورط لا حل أمامه للتخلص من هذا الوضع عندها يحدث الاحتراق النفسي بخطوة أخيرة ونهائية في تطور المساعي غير الناجحة من قبل الفرد في التكيف مع ظروف متعددة ومختلفة ولعدم قدرة الفرد على التكيف مع الضغوط ويعتبر فرويدنبرج (Fereudenberg) أول من استخدم مصطلح الاحتراق النفسي عام 1974 Psychological Burn Out في كتاباته للإشارة إلى نتائج الضغوط التي يعاني منها بعض العاملين في الوظائف المهنية المختلفة التي تتميز (بأنها مهنة ضاغطة). (علاوي، 1998 : 3) أي المهنة التي لها علاقة بالتعامل مع الناس أي التعامل المباشر كالتدريس والتعليم ، والتدريب الرياضي والشرطة.

EDITORIAL

ونشأة ظهور مصطلح الاحتراق النفسي في المراجع العلمية كان بارتباطه بضغط العمل Job Stress وكان يعرف على أنه حالة من الإنهاك العقلي والبدني والانفعالي الناجم بين الحب الشديد والتفاني المستمرين في أداء العمل ولكن دون تحقيق الفائدة المرجوة" وذلك بتقصي مصادر الاحتراق النفسي لدى العاملين داخل المؤسسات الإنتاجية وكذلك مع الأفراد الذين يتعاملون مع الآخرين بشكل مباشر .

فالرغبة الشديدة عند الفرد لتحقيق أهداف غير واقعية قد يفرضها المجتمع ففي حالة فشل الفرد في تحقيق هذه الأهداف فإنه يقع تحت وطأة الضغط النفسي وتراكمياً إلى الاحتراق النفسي الذي يظهر على شكل عدم رغبة وإهمال عن العمل ونقلاً عن جابر (2007: 30) يرى (راتب، 2001) "إن الاحتراق يؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه إضافة إلى تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل والحياة". ونقلاً عن (عثمان، 2004: 2) يرى كل من Maslash, G. Dale "إن الاحتراق بمثابة حالة إنهاك للنواحي البدنية والذهنية تؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه أو ذاته إضافة إلى تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل والناس والآخرين فضلاً عن الافتقار للمثالية والشعور بالنقص". ويتفق مع المعنى السابق (Weinberg, 1991) حيث يرى إن الاحتراق يتميز بالإنهاك البدني أو الانفعالي ويؤدي إلى انخفاض مستوى الأداء إضافة إلى العديد من المشاعر السلبية التي ربما تصل إلى الاكتئاب" ويوضح ذلك إن مفهوم الاحتراق النفسي له علاقة بأمراض الحضارة التي تصيب الكثيرين خلال الأزمات النفسية لذا أطلق العديد من العلماء والباحثون على هذا العصر عصر القلق والضغوط النفسية التي تتجم عن ضغط العمل نتيجة للتزايد المستمر في الأعباء والتي يفترض أداؤها من قبل الفرد وهي لا تتناسب مع قدراته وخاصة عندما تكون الطموحات أكبر من الواقع.

ومن أدبيات علم النفس والصحة النفسية تعددت وجهات النظر حول مفهوم الاحتراق النفسي (فييري ماسلاش Mashlash) "إن الاحتراق النفسي هو فقد الاهتمام بالناس الذين يتعامل معهم كاستجابة للضغط بالعمل" ويتفق معه سويني Sweeny الذي يؤكد إن الخصائص المحددة لبيئة العمل قد تسهل أو تعرقل نمو الاحتراق وليس فقط طبيعة الشخص الذي يؤدي العمل" نقلاً عن (عباس، 1988: 26) أما تشرنيس Cherniss يرى أن الاحتراق النفسي عبارة عن اختلال التوازن بين الموارد (القدرة، الوقت) والمتطلبات مما يسبب استجابة انفعالية سريعة وقصيرة المدى نحو هذا الاختلال في التوازن. وتتميز هذه الاستجابة بمشاعر القلق Anxiety والتوتر Tension والتعب Fatigue والإنهاك "نقلاً عن (إبراهيم، 1998: 95).

وقد ذكر (محمد، 1994: 1) نقلاً عن Cherniss "إن الاحتراق النفسي هو عرض لاتجاهات غير ملائمة نحو العملاء ونحو الذات وغالباً ما يرتبط بأعراض انفعالية وجسمية غير مريحة وتتراوح بين الإنهاك والقلق" ونقلاً عن (يوسف، 1996: 112) يرى كل في دبلي وكركون Deley, Ky " إن الاحتراق ردود الأفعال للضغوط المتراكمة ذات التأثير السلبي على الفرد وتتنوع الاستجابة لهذا في طبيعتها من تكرارها ودرجة تعرض الفرد لها. بينما يركز (العقاد، 1999: 4) على السمات الشخصية فيرى " إن السمات الشخصية ذات أهمية بالغة في دراسة توافق الأشخاص الأسوياء في العديد من المواقف من بينها المواقف التربوية وبالتالي فهي قد تسهم في درجة الاحتراق النفسي".

أما رأى زغلول عن أهمية دراسة الاحتراق النفسي " إن موضوع الاحتراق من المواضيع الجديرة بالاهتمام والبحث وخاصة في ظل ظروف الحياة المتغيرة والمعقدة حيث لاقى هذا الموضوع المزيد من الاهتمام في السنوات الأخيرة" (زغلول، 2000: 1).

EDITORIAL

ومن التعريفات المهمة للاحتراق النفسي ما أشارت إليه خوليه .ورنا في دراسة بعنوان مصادر الاحتراق النفسي لدى معلمي الطلبة المعاقين في " إنه تتسبب عن شعور الفرد بأن احتياجاته لم تلبى وتوقعاته لم تتحقق ويتصف بتطور خيبات الأمل يرافقها أعراض نفسية وجسدية تؤدي إلى تدني مفهوم الذات ويتطور الاحتراق النفسي تدريجياً مع مرور الوقت" (يحيى ، 2001: 97). أما ماكيرياد نقلاً عن (المشرف، 2000: 20س) يرى الاحتراق النفسي بأنه "استنزاف جسمي وانفعالي بشكل كامل يحدث بسبب الضغط الزائد عن الحد وينتج عنه عدم التوازن بين المتطلبات والقدرات بحيث يشعر الفرد بأنه غير قادر على التعامل مع أي ضغط إضافي في الوقت الحالي مما يؤدي إلى الاحتراق النفسي (الكريدي، 2010: 43).

ومن الملاحظات أن التعريفات السابقة تتحدث عن عدم تتطابق القدرات مع الطموحات ويستعرض الباحث بعض التعريفات التي تركز على الأعراض ومحصلة الاحتراق النفسي ونقلاً عن (البтал ، 200 : 44) يذكر (ماسلاش) الاحتراق " بأنه متلازمة أو مجموعة أعراض الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الانفعالية والتجرد من الخواص الشخصية والإحساس بعدم الرضا عن الانجاز الشخصي. ويتفق معه (السمادوني،1990:)" فإن الاحتراق حالة من الاستنزاف الانفعالي والاستنفاد البدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط".

وبالرغم من تعدد وجهات النظر للباحث حول مفهوم الاحتراق النفسي إلا إن الباحث يرى أن أغلبه يدور حول البيئة المحيطة بالفرد والموقف وتتفق هذه المفاهيم في الآتي:

- إن الاحتراق النفسي يسبب دائماً الإنهاك بصورة المتعددة (بدني، انفعالي، عقلي، دافعي).
- يحدث تغيير سلبي في استجابة الفرد وعلاقاته مع الآخرين نتيجة للإنهاك بصورة المختلفة.
- الشعور بنقص الانجاز الشخصي والذي ينتج عنه اتجاهات سلبية نحو الذات وتقدير الذات لنفسه ومشاعر الفشل.
- يحدث الاحتراق نتيجة الضغط الذي يستغرق فترة طويلة من الوقت.
- إن الاحتراق يتأسس على مبدأ الفروق الفردية.

وكذلك ركز كثير من العلماء عن أن الدعم الاجتماعي له دوراً مهماً في حدوث الاحتراق النفسي مع التأكيد بأنه إذا كانت البيئة الاجتماعية متمسكة ونشيطة فإن الاحتراق النفسي تحدث له مقاومة وإذا كانت البيئة الاجتماعية مسببة للضغوط فهذا يؤدي إلى حدوث الاحتراق النفسي. فالعمل المباشر مع الناس والتفاعل معهم لفترة طويلة وفي مواقف تحتاج إلى بذل مجهود كبير يحدث إجهاد بدني وذهني وعصبي وانفعالي فتحدث مجموعة من الأعراض تتمثل في الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الانفعالية والتجرد من النواحي الشخصية والإحساس بعدم الرضا في المجال الذي يعمل فيه. فتعقيدات الحياة الحديثة مليئة بالضغوط خاصة في المجالات التي تستدعي التكيف مع المشكلات المعقدة ولذا لا بد من مواجهة الضغوط النفسية والعمل على الحد منها والنظر للحياة بتفاؤل والثقة في النفس والآخرين.

إنّ العمل في المجال الرياضي فيه الكثير من تداخل الأدوار وغموض الدور فالمجال الرياضي واسع النطاق من حيث الممارسة فيه جانب الهواية والترويح والصحة ، وجانب البطولة والمستويات العالية ، وهذا الجانب التنافسي أثبتت نتائج البحوث العلمية أنّ العاملين فيه معرضون للضغوط النفسية التي قد تقود للاحتراق النفسي "إن طبيعة العمل في المجال الرياضي تتطلب من الفرد أن يتأقلم مع الظروف التي تحدث فيه وهذا يعتمد على ما يتصف به الفرد من سمات شخصية تؤهله لمواجهة التغيرات والظروف الصعبة " (خميس ، 2007 : 64).

EDITORIAL

إنّ الذي يعمل في المجال الرياضي له مهام قد تصل إلى ضغوط ، فالضغوط قد تكون في بعض الأحيان حافزة للعمل وتحدى يساعد للوصول ولكن إذا زادت هذه الضغوط ولم تجد الشخصية المتوازنة والدعم الاجتماعي المناسب ينجم عنها الاحتراق النفسي " فالضغوط النفسية ذات انعكاسات سلبية على أداء المؤسسات بشكل عام والمؤسسة الرياضية بشكل خاص وكذلك العاملين عليها حيث تعتبر المؤسسات الرياضية من أكثر مجالات العمل التي يوجد فيها ضغوط" (راتب، 1997 : 50).

فظاهرة الاحتراق النفسي في العصر الحديث وجدت اهتمام في المجالات المتعلقة بالتعامل مع الآخرين بشكل مباشر كالمعلمين والأطباء والمرمضين ورجال الشرطة والعاملين في المؤسسات الإنتاجية والمجالات الرياضية أما الاتجاه الحديث فهو في مجال تعرض الأفراد للإصابة الجسمية أو المرض المزمن. ونحن بصدد دراسة الاحتراق للعاملين في المجال الرياضي " فحظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام من قبل الباحثين والدارسين في المجالات الرياضية" (الرقاد، 2009 : 476).

3.2 الدراسات السابقة:**1.3.2 دراسة رائد الرقاد (2009):**

عن "الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة الوشوكونغ فو في الأردن".

الأهداف: معرفة مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي الوشوكونغ فو في الأردن.

أدوات جمع البيانات : بناء استبانة من إعداد الباحث .

العينة : 62.

المنهج: الوصفي بإتباع الأسلوب المسحي.

النتائج:

1. جاءت درجة الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة الكونغ فو ضمن المستوى المتوسط.
 2. المدربين الحاصلين على درجة تدريب (ثالثة) هم الأكثر شعوراً بدرجة الاحتراق النفسي بالمقارنة مع المدربين الحاصلين على درجة تدريب أعلى.
 3. المدربون الأقل خبرة هم الأكثر شعوراً بدرجة الاحتراق النفسي بالمقارنة مع المدربين الأكثر خبرة.
- 2.3.2 دراسة مغربي هارون رمزي بسام (2003م):

عن " الاحتراق النفسي لدى المدربين العاملين في تدريب كرة القدم في الأندية الأردنية".

الأهداف: التعرف على الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأندية الأردنية.

أدوات جمع البيانات:

1. مقياس أسباب الضغوط على المدرب الذي صممه محمد حسن علاوي (1998م).

2. مقياس الرضا عن مهنة التدريب.

العينة : 20 مدرباً.

المنهج: الوصفي.

EDITORIAL

النتائج:

1. إن المدربين يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة عالية وعلى جميع أبعاد المقياس المستخدم.

3.3.2 دراسة فؤاد محمد علي العودي (2008):

عن "مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجمهورية اليمنية"

الأهداف:

التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجمهورية اليمنية.

أدوات جمع البيانات:

مقياس أعراض الاحتراق الذي صممها (محمد حسن علاوي، 1997).

العينة : 75 مدرباً تم اختيارهم بالطريقة العشوائية

المنهج : الوصفي.

النتائج:

1. درجة الاحتراق لدى المدربين جاءت بدرجة متوسطة على جمع محاور المقياس المستخدم ما عدا محور الإنهاك البدني حيث جاء بدرجة كبيرة حيث كان أكثر محاور المقياس المستخدم تأثيراً.

2. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لدرجة تصنيف المدرب وسنوات الخبرة.

3. إجراءات الدراسة الميدانية:

1.3 منهج الدراسة:

المنهج المستخدم في هذه الدراسة هو الوصفي التحليلي لأنه يؤدي إلى الوصف والفهم الدقيق للظروف الحاضرة وذلك بجمع البيانات والمعلومات" (عبد الرؤوف ، 1994 : 72).

تحاول الدراسة من خلال المنهج الوصفي وصف الظاهرة موضوع الدراسة وتحليل بياناتها وتوضيح العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها والعمليات التي تتضمنها والآثار التي تحدثها. فالبحوث الوصفية "تتطلب جمع البيانات لمحاولة اختبار فرض أو الإجابة عن تساؤلات تتعلق بالحالة الراهنة لموضوع الدراسة" (علاوي، راتب، 1999 : 103).

ومن خلال تتبع الدراسات السابقة التي تحدثت عن الاحتراق النفسي وأسبابه وأعراضه اتضح أن جميعها استخدمت المنهج الوصفي " فالبحوث الوصفية تحدد وتقرر الطريقة التي توجد بها الأشياء وتعتبر الدراسات المسحية وبحوث الاتجاهات والآراء أمثلة لأنماط البحوث الوصفية" (المرجع السابق : 103).

2.3 وصف مجتمع الدراسة:

يشمل جميع مفردات الظاهرة موضوع الدراسة وهم المدربين العاملين في تدريب كرة القدم للأندية السودانية في الدوري الممتاز والدرجات الثلاث (الأولى، الثانية، الثالثة).

EDITORIAL

والمدرّب المقصود في هذه الدراسة ليس هو المدرّب المسجل فقط للموسم الرياضي (2011) ، فهو المدرّب الذي يقوم بتدريب أحد الأندية المنضوية لأحد الاتحادات المحلية. ولهذا استهدفت الدراسة مدرّبي أندية الدوري الممتاز والدرجات الأخرى. واستناداً على التقرير المقدم من اللجنة الفنية المفوضة من قبل اللجنة المركزية للمدرّبين بالاتحاد السوداني لكرة القدم ، للجمعية العمومية في (أغسطس 2010) ومن خلال الإحصائية التي أوضحت إن الجزء الأكبر من المدرّبين المؤهلين يتركز في ولايات (الخرطوم ، الأوسط ، الشرق). ولذا أصبح مجتمع الدراسة يشمل كل من الخرطوم ،مدني ، الحصاصي، كسلا ، بورتسودان وبلغ 390 مدرّباً.

3.3 وصف عينة الدراسة:

بعد حصر المدرّبين في مجتمع الدراسة قام الباحث باختيار عينة الدراسة بالطريقة الطبقيّة العشوائية وهي المفضلة للحصول على عينة أكثر تمثيلاً ، وأخذ الباحث في الاعتبار أن تشمل العينة على مدرّبين من مختلف اتحادات كرة القدم المحلية في السودان وبذلك تكون العينة ممثلة وقد بلغ المجموع الكلي للعينة (174) مدرّب ذلك بنسبة (44.62%).

ولكي تكون العينة أكثر تمثيلاً لمجتمع الدراسة تم إجراء الآتي:

- عدم اختيار المدرّبين الأجانب في عينة الدراسة.
- عدم اختيار المدرّبين الذين يعملون خارج السودان.
- حذف المدرّبين غير العاملين في تدريب الأندية لموسمي 2010 و2011م.

4.3 أدوات جمع البيانات:

استخدم الباحث المقاييس الآتية للوصول لنتائج تحقق أهداف الدراسة:

- الاحتراق النفسي للمدرّب الرياضي لـ (Martens) تعريب محمد حسن علاوي(1997)، 1.4.3 إجراءات تعديل مقياس الاحتراق النفسي للمدرّب الرياضي:

اختر الباحث مقياس الاحتراق النفسي للمدرّب الرياضي لـ (Martens) وهو الأكثر استخداماً " فإمكانية الاستفادة من تعديل الاختبارات المقننة على بلدان أخرى تعد مساهمة لها أثرها في إثراء البحث العلمي في السودان" (عبد الرؤوف ، 1994: 94). فالمقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات وللتأكد من صدق العبارات وتحقيقها لغرض الدراسة تم عرضها على مجموعة من المحكمين حاملي درجة الدكتوراه في التربية الرياضية وعلم النفس التربوي وكذلك تم عرضها على ثلاثة محاضرين في الاتحاد السوداني لكرة القدم وللمراجعة اللغوية دكتور في اللغة العربية.

وقد وردت بعض الملاحظات التي أخذها الباحث في الاعتبار واختار أصلح العبارات التي أجمع عليها المحكمون مثل:

- تعديل عنوان المقياس " مقياس الاحتراق النفسي للمدرّب الرياضي" ليصبح "مقياس الاحتراق النفسي لمدرّب كرة القدم".
- تعديل السؤال الرئيسي لكل العبارات "أنت كمدرّب رياضي هل ...؟ ليصبح أنت كمدرّب كرة قدم هل ...؟"
- تعديل العبارة الثالثة: تشعر بانخفاض في قدراتك البدنية كنتيجة لعملك كمدرّب رياضي حذف حرف (ك) لتصبح العبارة تشعر بانخفاض في قدراتك البدنية لعملك في تدريب كرة القدم.
- العبارة الرابعة: تتضايق بسهولة من الناس الذين تعمل معهم وتقوم بتدريبهم، لتصبح تتضايق بسهولة من الناس الذين تعمل معهم أو تقوم بتدريبهم.

EDITORIAL

- العبارة الثامنة : تفكر كثيراً بأن الآخرين لا يفهمونك ولا يفهموا ما تحاول القيام به كمدرّب رياضي لتصبح " تفكر كثيراً بأن الآخرين لا يفهمونك ولا يفهمون ما تحاول القيام به في تدريب كرة القدم". وبعد إجراء هذه التعديلات تم عرض المقياس على (20) مدرساً كعينة استكشافية للتأكد من فهم العبارات وإزالة أي غموض بها وبناء على استجاباتهم فقد تم إجراء الآتي:

حذف كلمة المزيد المضافة في العبارة الثانية "تتسرع بأن هناك المزيد والمزيد من الأعمال التي تتسرع بأنك لا تستطيع أن تؤديها" لتصبح " تتسرع بأن هناك المزيد من الأعمال التي تتسرع بأنك لا تستطيع أن تؤديها" و جدول (1) يوضح رأي المحكمين في عبارات المقياس وإجراءات التعديل.

جدول (1) يوضح رأي المحكمين في عبارات مقياس الاحتراق النفسي

رقم العبارة	مناسبة	غير مناسبة	الإجراء
1	%90	%10	تعتمد
2	%80	%20	تعديل
3	%70	%30	تعديل
4	%100	-	تعتمد
5	%100	-	تعتمد
6	%100	-	تعتمد
7	%100	-	تعتمد
8	%70	%30	تعديل
9	%100	-	تعتمد
10	%100	-	تعتمد

1.2.4.3 المعاملات العلمية لمقياس الاحتراق النفسي:

أهم الطرق لقياس الثبات إعادة الاختبار والصور المتكافئة، التجزئة النصفية، الاتساق الداخلي، تحليل التباين وثبات المقياس (Reliability) يقصد به (درجات الاختبار لا تتأثر بتغير العوامل أو الظروف الخارجية (عبد الرحمن: 2003 ، ص 170). ولذا تم اختيار إعادة الاختبار للحصول على نفس النتائج يعني دلالة الاختبار على الأداء الحقيقي. وقد تم إيجاد معامل الارتباط بين الاختبار وإعادة الاختبار باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية Statistical Packages for Social Sciences (SPSS) وكان التطبيق لعدد (20) من مدربي كرة القدم فكان الناتج:

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني = 0.85

له دلالة إحصائية عند مستوى 0.01

ومعامل ثبات مقياس الاحتراق النفسي لمدرّب كرة القدم = 0.85

وهو ثبات عال له دلالة إحصائية عند مستوى 0.01.

ومعامل صدقه الذاتي = معامل الثبات (عبد الرحمن : 2003 ، ص 195).

معامل صدق المقياس الذاتي = 0.85 = 0.92

EDITORIAL

ويضاف إلى ذلك صدق المحكمين المذكور في بناء المقياس وعلاوة على ذلك أن المقياس في صورته الأصلية يتمتع بثبات وصدق عالٍ والعبارات واضحة للعينة الاستكشافية.

2.2.4.3 طريقة تصحيح المقياس:

ويتكون المقياس من (عشرة) أسئلة يقوم مدرب كرة القدم بالإجابة عليها على مقياس مدرج من (5) تدريجات (بدرجة كبيرة جداً ، بدرجة كبيرة ، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة ، بدرجة قليلة جداً).
والدرجة العظمى للمقياس (50) درجة على أساس منح الدرجة (5) عند الإجابة (بدرجة كبيرة جداً) والدرجة (4) عند الإجابة بدرجة كبيرة والدرجة (3) عند الإجابة بدرجة متوسطة والدرجة (2) عند الإجابة بدرجة قليلة والدرجة (1) عند الإجابة بدرجة قليلة جداً.

ويمكن للمدرب جمع درجاته على جميع الأسئلة العشرة التي يتكون منها المقياس وأن يضع نفسه طبقاً للدرجات الحاصل عليها في إحدى المجموعات الأربعة التالية:

- حتى 20 درجة: أنت مدرب على ما يرام.
- من 21 . 30 درجة: أنت مدرب تحتاج إلى بعض المراجعات في عملك التدريبي.
- 31 . 40 درجة: أنت مدرب على حافة الاحتراق إن لم تكن قد احترقت نفسياً.
- 41 . 50 درجة: أنت كمدرب ماذا تنتظر .

4. تحليل البيانات وعرض النتائج ومناقشتها وتفسيرها

تهدف هذه الدراسة إلى معرفة مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي من خلال استجاباتهم لمقاييس الاحتراق النفسي. ثم يلي ذلك تحليل استجاباتهم إحصائياً للتوصل لنتائج يتم عرضها ومن ثم مناقشتها وتفسيرها.

1.4 عرض النتائج:

1.1.4 عرض نتائج الفرض الأول الذي ينص على: يوجد الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم بالسودان في استجاباتهم على مقياس الاحتراق النفسي؟

وجداول (2) يوضح الإجابة عن التساؤل الأول.

جدول (4) يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومدى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم على مقياس الاحتراق النفسي

حسب درجة الفريق الذي يدرجه المدرب

درجة الفريق	ن	م	ع	الترتيب
الممتاز	40	23,15	8,02	4
الأولى	50	24,08	7,4	3
الثانية	42	25,67	8,5	2
الثالثة	42	25,70	8,93	1

EDITORIAL

وجداول (2) يوضح مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم فى السودان وهي درجة متوسطة. إذ أن الدرجة الكلية للمقياس هي 50 درجة.

ونتيجة الفرض هي:

يعاني مدربو كرة القدم فى الدوري الممتاز والدرجات الأخرى أولى/ ثانية/ ثالثة من درجة احتراق نفسي متوسطة.

1.1.4 عرض نتائج الفرض الثاني الذي ينص على: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية فى الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم نتيجة لدرجة الفريق الذي يدربه المدرب (ممتاز) (أولى/ ثانية/ثالثة)؟

وجداول (3) يوضح ذلك بإيجاد قيمة نسبة(ف) ودلالاتها الإحصائية فى استجابات مدربي كرة القدم على مقياس الاحتراق النفسي حسب درجة الفريق الذي يدربه المدرب.

جدول (3) قيمة نسبة(ف) ودلالاتها الإحصائية لمدربي كرة القدم فى الاستجابة على مقياس الاحتراق النفسي حسب درجة الفريق الذي يدربه المدرب

المصدر	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط مجموع المربعات	قيمة نسبة (ف) ودلالاتها الإحصائية
بين المجموعات	33	39,128	1,86	1,006
داخل المجموعات	137	161,445	1,178	غير دالة
المجموع	170	200,573		N.S

جدول (3) يوضح إن قيمة نسبة (ف) المحسوبة أقل من قيمة نسبة (ف) الجدولية المطلوبة. وعليه فإن الفرق بين متوسطات المجموعات الأربع على مقياس الاحتراق النفسي لمدربي كرة القدم ليس له دلالة إحصائية فالفرق بين المتوسطات غير جوهري. وعليه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدربي كرة القدم فى استجاباتهم على مقياس الاحتراق النفسي نتيجة لمتغير درجة الفريق الذي يدربه المدرب (ممتاز /أولى / ثانية/ ثالثة).

2.4 مناقشة وتفسير النتائج:

في ضوء أهداف الدراسة ، وبعد الانتهاء من عرض النتائج التي أسفرت عنها التحليلات الإحصائية يتم التفسير ومناقشة تلك النتائج وتحديد دلالاتها ومعانيها من خلال الإجابة على الأسئلة ومقارنتها في ضوء ما توصلت له الدراسات السابقة والإطار النظري المرتبط بموضوع الدراسة.

1.2.4 مناقشة وتفسير نتائج السؤال الأول

يوجد الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم بالسودان فى استجاباتهم على مقياس الاحتراق النفسي؟

EDITORIAL

يتضح من نتائج جدول (2) إن مدربي كرة القدم في الدوري الممتاز والدرجات الأخرى
الاحترق النفسي بدرجة متوسطة ويظهر ذلك من خلال المتوسطات الحسابية الآتية:
- مدربو الممتاز بمتوسط حسابي 23,15 وانحراف معياري 8,02 بنسبة 46,3%
- مدربو الدرجة الأولى بمتوسط حسابي 24,08 وانحراف معياري 7,4 بنسبة 48,16%.
- مدربو الدرجة الثانية بمتوسط حسابي 25,67 وانحراف معياري 8,5 بنسبة 51,34%
- مدربو الدرجة الثالثة بمتوسط حسابي 25,60 وانحراف معياري 8,93 بنسبة 51,2 علماً بأن الدرجة القصوى للمقياس 50
والمتوسطات تأتي في الوسط، وهذه النتيجة توضح وجود لظاهرة الاحتراق النفسي وبدرجة متوسطة بمعنى إن مدربي كرة القدم
بالسودان لابد لهم من وضع برامج نفسية حتى لا يتطور الأمر وتكون المعاناة من درجة الاحتراق النفسي بدرجة عالية. ولابد من
وضع موجّهات من اللجنة المركزية لمدربي كرة القدم واللجان المحلية للمساعدة في الاستفادّة من مواجهة العوامل الضاغطة لكي
تكون ميسرة وليست معوقة.

ولمعرفة مدى شيوع الاحتراق النفسي من ناحية تفصيلية ومساهمة في مناقشة نتائج السؤال الأول يمكن الاستفادّة من
الدرجات المعيارية التي وضعها (محمد حسن علاوي) وجدول (6) يبين فئة الدرجات المعيارية وعدد المدربين لكل منها
ودلالاتها في مقياس الاحتراق النفسي.

جدول (4) يبين فئة الدرجات المعيارية وعدد المدربين لكل منها ودلالاتها في مقياس الاحتراق النفسي

الفئة المعيارية للدرجات	عدد المدربين	النسبة المئوية	دلالاتها في مقياس الاحتراق
0 . 20 درجة	61	35,05	حالة طبيعية
21 . 30 درجة	70	40,22%	يجب الانتباه لاحتمال ظهور تغيرات سلبية
31 . 40 درجة	36	20,68%	مرشح لحدوث احتراق نفسي
41 . 50 درجة	7	4,02%	حدوث احتراق نفسي

من خلال ملاحظة الجدول (4) يتضح أن (61) مدرباً وبنسبة 35,05% قد صنفوا ضمن الحالة الطبيعية في المقياس في حين
أن (70) مدرباً وبنسبة 40,22% من العينة البالغة 14 مدرباً قد تأثروا سلبياً ويجب عليهم الانتباه لأنهم في طريقهم للاحتراق
النفسي وعليهم مراجعة الذات والتفكير بجديّة للتخلص من الضغوط التي يتعرضون لها كونهم مرشحين لحدوث الاحتراق النفسي
وقد بلغ عدد المدربين الواقعين تحت مظلة الاحتراق النفسي (36) مدرباً ونسبة 20,68% وبلغ عدد المدربين الذين تعرضوا إلى
احتراق نفسي حاد (7) مدربين وبنسبة 4,02% ويمكن القول أن (43) مدرباً وبنسبة 24,7% في وضع نفسي غير جيد كونهم
ما بين مدرب مرشح للاحتراق وآخر محترق نفسياً ويتوجب عليهم مراجعة الذات واستخدام وسائل الترويج النفسي للتخلص من
الضغوط التي يتعرضون لها إضافة لذلك يجب الاهتمام بهم من قبل إدارات الأندية واللجنة المركزية للمدربين واللجان المحلية.

EDITORIAL

والجدول (5) مقارنة لمدربي الممتاز والدرجات الأخرى الأولى/الثانية/الثالثة من حيث عدد المدربين في فئة الدرجات المعيارية كمقياس الاحتراق النفسي.

جدول (5) مقارنة لمدربي كرة القدم في فئة الدرجات المعيارية ودلالاتها لمقياس الاحتراق النفسي

الفئة المعيارية للدرجات	عدد المدربين والنسبة المئوية			الدلالة في مقياس الاحتراق النفسي
	الممتاز	الأولى	الثانية	
حتى 20 درجة	14	19	13	حالة طبيعية
	%35	%38	%30,95	15
من 21-30 درجة	19	21	15	يجب الانتباه لاحتمال ظهور تغيرات
	%47,5	%42	%35,71	15
13-40 درجة	7	9	11	سلبية
	%17,5	%18	%26,19	9
41-50 درجة	-	1	3	مرشح لحدوث احتراق نفسي
	-	%2	%7,14	3
				حدوث احتراق نفسي
				9

من خلال ملاحظة جدول (5) ومن خلال المقارنة بين مدربي الدوري الممتاز والدرجات الأخرى يلاحظ تشابه في عدد المدربين في الفئة المعيارية الأولى حتى 20 درجة وهي الحالة الطبيعية المدرب.

أما الفئة المعيارية الثانية والتي دلالتها مقياس الاحتراق النفسي. يجب الانتباه لاحتمال تغيرات سلبية. النسب المئوية للدرجة الممتازة والدرجة الأولى أكبر من النسبة المئوية لمدربي الدرجة الثانية والدرجة الثالثة %47,5/%42 مقابل %35,71 ويعزو الباحث هذه النتيجة لشدة المنافسة في الدرجة الممتاز يليها الأولى وهو من نوع القلق والخوف الميسر. - أما الفئة المعيارية الثالثة والتي دلالتها في مقياس الاحتراق النفسي. مرشح لحدوث احتراق نفسي. النسب المئوية للدرجة الثانية والثالثة أعلى من الدرجة الأولى والدرجة الممتازة.

- أما الفئة الرابعة والتي دلالتها في المقياس، حدوث احتراق نفسي، نجد الاحتراق النفسي في الدرجة الثانية والدرجة الثالثة بنسبة %7,14 وبنسبة أقل في الدرجة الأولى ولا يوجد بين مدربي الدرجة الممتاز قيد الدراسة.

وهذا يوضح أهمية العمل مع مدربي الدرجات الدنيا والظروف الصعبة التي يعملون فيها والعائد المادي المنخفض جداً وهذه الدرجات تمثل قاعدة أساسية لتطور كرة القدم. وهذه النتيجة تتفق مع دراسة جيهان عوض (2010) في إن مدربي الألعاب الرياضية في السودان يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة معتدلة على بعدي الإجهاد الانفعالي وتبدل المشاعر وأوضحت نتائج هذه الدراسة أن معاناة مدربي الألعاب الجماعية في الاحتراق النفسي بدرجة أكبر من مدربي الألعاب الفردية.

وكذلك تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة فؤاد محمد علي العودي (2008) في إن درجة الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجمهورية اليمنية جاءت بدرجة متوسطة وكذلك تتفق مع نتائج دراسة سميرة عرابي (2007) في أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن كان ضمن المستوى المتوسط وكذلك تتفق مع نتائج دراسة رائد الرقاد (2009) في أن درجة الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة الكونغ فو في الأردن ضمن المستوى المتوسط.

EDITORIAL

وتختلف نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة يوسف نجوي (1999) التي توصلت إلى أن المدربين في الضفة الغربية يعانون من مستويات عالية من الاحتراق النفسي. وكذلك تختلف هذه الدراسة مع نتائج دراسة مغربي هارون (2003) التي توصلت إلى أن مدربي كرة القدم في الأردن يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة عالية.

ومناقشة وتفسير نتائج السؤال الأول تقودنا إلى كيفية اختيار برنامج الصحة النفسية المناسب لمدربي كرة القدم من إنماء ووقاية وعلاج وذلك بالنظر للفئات المعيارية جدول (22) يكون كالآتي وذلك بالاستفادة من زهران (2003) في مناهج الصحة النفسية:

- برنامج إنمائي:

وهو إنشائي إنمائي يتضمن زيادة السعادة والتوافق المهني، وهم في هذه الدراسة المدربون الذين يتمتعون بصحة نفسية جيدة إلى مدرب على ما يراد بمعنى مدرب في حالة طبيعية إضافة إلى المدربين المفروض عليهم الانتباه لاحتمال ظهور تغيرات سلبية وهم (131) مدرب بنسبة 75,285.

- برنامج وقائي:

وهو برنامج وقائي يتضمن الوقاية من الوقوع في المشكلات النفسية وهم في هذه الدراسة المدربون على حافة الاحتراق النفسي أي مرشحون للاحتراق النفسي وعددهم في هذه الدراسة 36 مدرباً بنسبة 20,68%.

- برنامج علاجي :

برنامج علاج في المشكلات والاضطرابات والأمراض النفسية حتى العودة إلى حالة التوافق وعدمهم في هذه الدراسة (7) بنسبة مئوية 4,02%.

2.2.4 مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثاني:

الذي ينص على: توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى مدربي كرة القدم نتيجة الفريق الذي يدرسه المدرب؟

ومن جدول (3س) نتيجة السؤال كانت كالآتي:

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدربي كرة القدم في استجاباتهم على مقياس الاحتراق النفسي نتيجة لدرجة الفريق الذي يدرسه المدرب (الدوري الممتاز/الأولى/ الثانية/الثالثة).

قيمة ف = 1,006 وهي أقل من قيمة (ف) الجدولية المطلوبة.

ويعزو الباحث هذه النتيجة نسبة لعدم وجود معايير عند إدارات الأندية لاختيار المدرب فقد يعمل المدرب في موسم في

درجة وفي الموسم الآخر في درجة أخرى. وقد ينتقل من درجة إلى درجة في نفس الموسم، وهذا ما يؤكد **حسن محمد أحمد**

عثمان (2004) في عدم وجود أجهزة فنية ثابتة تتولى مهام تدريب الفريق فغالباً يسند تدريب الفريق للمدرب لموسم أو بعض

الموسم ثم استبداله بمدرب آخر. وكذلك يعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن طريقة العمل والتدريب واحدة في كل الدرجات من

حيث الأداء البدني والفني ، وهذا من أسباب تدنى مستوى كرة القدم في السودان تطور في برامج الدرجات الدنيا ولا تطور ملحوظ

في الدرجة الممتازة.

5. خاتمة البحث**1.5 النتائج:**

EDITORIAL

- يعاني مدربو كرة القدم في الدوري الممتاز والدرجات الأخرى (أولى/ثانية/ثالثة) في السودان من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مدربي كرة القدم في استجاباتهم على مقياس الاحتراق النفسي نتيجة لمتغير الفريق الذي يدرسه المدرب (ممتاز/أولى/ ثانية/ثالثة).

2.5 التوصيات:

1. ضرورة العمل على تأمين مستقبل المدربين من خلال تنظيم الأندية لعقود العمل وحمايتها من قبل الاتحادات المحلية والاتحاد العام.
2. تخفيف وسائل الإعلام من إلقاء مسؤولية النتائج السلبية على المدربين.
3. تقهم وسائل الإعلام للدور الذي يلعبه المدرب للارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال النقد البناء الواعي بأصول التدريب الرياضي.
4. التأكيد على اعتماد مستوى التفاؤل والثقة بالنفس للمدرب من خلال البرامج النفسية التأهيلية للمدرب.
5. اعتماد المدربين من النمط القيادي المتمثل بالاهتمام العالي بالأداء والعلاقات الإنسانية، وتبصير المدربين بأهمية إتقان العمل مع الاهتمام بالعلاقات الإنسانية.
6. الاهتمام بظروف ومتطلبات مدربي كرة القدم والتعرف على مستوى ما يمتلكونه من سمات شخصية من أجل استخدام الوسائل المناسبة لتطويرها لديهم.
7. الاهتمام بإعداد مدرب كرة القدم بدنياً ونفسياً ومعرفياً من أجل القدرة على أداء العمليات التدريبية بإتقان.
8. ضرورة قيام إدارات الأندية والاتحادات ولجان التدريب المحلية ولجنة التدريب المركزية ومجالس المدربين وإدارات الأندية بمساعدة المدرب لحل جميع المشاكل التي تقف عائق في العملية التدريبية.
9. عقد دورات تدريبية وتأهيلية لتمكن المدرب من التعرف على مفهوم ظاهرة الاحتراق النفسي.
10. الاهتمام بالوعي العام للمدربين من خطورة الاحتراق النفسي وأثره السلبي.
11. إجراء اختبارات لمدربي كرة القدم لمعرفة درجة الاحتراق النفسي لديهم وعوامل الاحتراق وأعراضه لوضع برنامج للوقاية وتعزيز الجوانب الجيدة وعلاج حالة الاحتراق إن وجد.

EDITORIAL

المراجع والمصادر

القرآن الكريم ، السنة المطهرة

- الأمام أبو عبدالله محمد بن اسماعيل (1987)، صحيح البخاري ، ضبط وتعليق مصطفى ديب ، الطبعة الثانية ، دار اليمامة للنشر ، دمشق ، سوريا.

أولاً: العربية:

1. إبراهيم شعلان ، محمد عفيفي (2001) كرة القدم للناشئين ، مركز الكتاب للنشر القاهرة، مصر .
2. أسامة كامل راتب(1997) احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
3. إسامة(1997) الإعداد النفسي لتدريب الرياضي دليل المدرب الرياضي ، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر .
4. إخلاص عبد الحفيظ (2002) ، دور الأخصائي النفسي والمدرّب في العملية الإرشادية، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة، مصر .
5. حامد عبد السلام زهران (2003) الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط 4، عالم الكتب القاهرة، مصر .
6. حنفي محمود مختار (1998) المدير الفني لكرة القدم ، مركز الكتاب للنشر القاهرة ، مصر .
7. سعد عبد الرحمن (2003) القياس النفسي النظرية والتطبيق ، ط 4، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
8. عزت محمود كاشف (1993) ، التخطيط في التدريب الرياضي ، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، مصر .
9. محمد الغزالي (2002) ، جدد حياتك ، ط 10، دار القلم ، دمشق ، سوريا .
10. محمد حسن علاوي وأسامة كامل راتب (1999) البحث العلمي في التربية الرياضية_وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة، مصر .

ثانياً : الدوريات ووقائع المؤتمرات:

1. أبو عبادة صالح بن عبد الله (2003) مصادر ضغوط العمل لدى المرشدين في مدارس الرياض وعلاقتها بكل من حاله وسمة القلق ، مجلة مركز البحوث بكلية التربية ، جامعة الملك سعود ، الرياض .
2. خالد إبراهيم الكردي ، سماح مصطفى محجوب (2010) الاحتراق النفسي لدى النساء المصابات بالناسور البولي بمرکز د. أبو القومي للناسور والسلسلي البولي بمستشفى الخرطوم التعليمي ، مجلة دراسات نفسية العدد 8 ، ص 39 . 50 .

EDITORIAL

3. رائد الرقاد (2009) الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة الوشو كونج في الأردن مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الإنسانية) المجلد 23.
4. سميرة عرابي (2007) الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني، جامعة اليرموك، الأردن.
5. شيماء علي خميس (2007) السمات الشخصية وعلاقتها بالضغط المهنية لمدربي الألعاب في جامعتي بابل والنجف ، مجلة علوم التربية الرياضية جامعة بابل العدد الثاني.
6. عبد الله حسين اللامي، سلام جبار ، حازم موسى (2005) السمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم، مجلة علوم التربية الرياضية جامعة بابل ، العدد الأول ، المجلد الرابع ، ص 72 . 83.
7. هارون مغربي، بسام عربي(2003) الاحتراق النفسي لدى المدربين العاملين في تدريب كرة القدم في الأندية الأردنية ، أبحاث اليرموك ، ص 30.22.

ثالثاً : الرسائل الجامعية:

1. جيهان عوض موسى (2011) الاحتراق النفسي لدى مدربي الألعاب الرياضية بولاية الخرطوم وعلاقته ببعض المتغيرات ، كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا رسالة دكتوراه غير منشورة.
2. فؤاد محمد علي العودي (2008) مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجمهورية اليمنية ، كلية التربية الجامعة الأردنية ، رسالة ماجستير غير منشورة.
3. محمد صالح عبد الرؤوف (1994) دور النشاط المدرسي في دعم المكفوفين ، جامعة أم درمان الإسلامية ، رسالة دكتوراه غير منشورة.
4. يوسف نجوي(1999) مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي الألعاب الرياضية في الضفة الغربية ، كلية التربية الرياضية الجامعة الأردنية، عمان، الأردن ، رسالة ماجستير غير منشورة.

خامساً: النشرات والتقارير واللوائح:

1. القواعد العامة للاتحاد السوداني لكرة القدم 2010 تعديل 2011.
2. النظام الأساسي لاتحاد كرة القدم السوداني 2011.
3. التقرير العام عن الخطط والبرامج للإدارة الفنية، اللجنة المركزية للمدربين 2010م.
4. إحصاءات بعدد المدربين في السودان اللجنة المركزية للمدربين 2011م