



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد بن باديس - مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية



بحث مقدم ضمن متطلبات نيل شهادة الدكتوراه في نظريات ومنهجية
التربية البدنية والرياضية

تحت عنوان :

**الإحترق النفسي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية لدى
مدربي كرة القدم في الجزائر**

دراسة وصفية مسحية أجريت على بعض مدربي ولاعبي كرة القدم لقسم ما بين الرباطات (وسط، وسط - غرب)

إشراف الأستاذ الدكتور

إعداد الطالب :

واضح أحمد الأمين

- بوسيف اسماعيل

لجنة المناقشة

رئيسا	جامعة مستغانم	أستاذ التعليم العالي	- أ.د. بومسجد عبد القادر
مقررا	جامعة تيسمسيلت	أستاذ التعليم العالي	- أ.د. واضح أحمد الأمين
عضوا	جامعة مستغانم	أستاذ محاضر " أ "	- د. حجار خرفان محمد
عضوا	جامعة الجلفة	أستاذ محاضر " أ "	- د. حربي سليم
عضوا	جامعة مستغانم	أستاذ محاضر " أ "	- د. كحلي كمال
عضوا	جامعة تيسمسيلت	أستاذ محاضر " أ "	- د. ربوح صالح

السنة الجامعية 2017 - 2018

محضر المناقشة

في يوم من شهر..... سنة..... بموجب

قرار المناقشة رقم الصادر عن..... اجتمعت

لجنة المناقشة لمناقشة رسالة الدكتوراه بعنوان " الإحتراق النفسي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية

لدى مدربي كرة القدم في الجزائر. "

لجنة المناقشة

الإسم واللقب	الدرجة العلمية	الجامعة التابع لها	لتوقيع
الرئيس			
المقرر			
العضو الأول			
العضو الثاني			
العضو الثالث			
العضو الرابع			

توقيع نائب المدير المكلف بما بعد التدرج والعلاقات الخارجية

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الإهداء

إلى الوالدين رحمة الله عليهما
إلى كل الأقرباء والأصدقاء
إلى كل زملاء العمل

الطالب الباحث

الشكر والتقدير

الحمد لله رب العالمين، أعطى اللسان، وعلم البيان، وخلق الإنسان، والصلاة والسلام

على علم الأعلام، وإمام كل إمام، محمد بن عبد الله وعلى آله وصحبه أجمعين، أما بعد:

أشكر الله عز وجل على ما أكرمه علي من نعمه التي لا تحصى وأن وفقني لإتمام هذه

الأطروحة، و أوجه شكري للأستاذ الدكتور واضح أحمد الأمين المشرف على عملي هذا

والذي لم يبخل أبدا بتوجيهاته ونصائحه ولم يدخر أي جهد في سبيل إتمام هذا العمل، كما

لايفوتني أن أعتنم الفرصة للترحم على الدكتور شعلال عبد المجيد والذي أشرف على أبحاثي

خلال مرحلتي الليسانس والماجستير، ولن أمر من دون رد الجميل بالشكر لكل زملاء العمل

الذين ساندوني طوال مشوار إنجاز هذه الأطروحة وأخص بالذكر: الدكتور ربوح صالح

،الدكتور نغال محمد، الدكتور بن نعجة محمد ، الدكتور خروبي فيصل.

وكل من كان له نصح أو توجيه لي.

(الطالب الباحث).

محتوى البحث

العنوان الصفحة

الآية القرآنية..... أ

الإهداء..... ب

الشكر والتقدير ت

قائمة المحتويات

قائمة الجداول ز

قائمة الأشكال..... س

التعريف بالبحث

1- مقدمة البحث 02

2- مشكلة البحث 04

3- فرضيات البحث 06

4- أهداف البحث 07

5- أهمية البحث 07

6- تحديد المفاهيم والمصطلحات 08

7- الدراسات السابقة والمشابهة 09

أولا : الدراسات العربية..... 09

ثانيا : الدراسات الأجنبية 13

خلاصة

الباب الأول : الدراسة النظرية.

18.....مقدمة الباب الأول.

الفصل الأول : الإحتراق النفسي

تمهيد

21.....1-1- مفهوم الإحتراق النفسي

23.....2-1- مصادر الإحتراق النفسي.

243-1- أسباب الإحتراق النفسي.

26.....4-1- أعراض الإحتراق النفسي.

26.....5-1- مراحل الإحتراق النفسي

27.....6-1- أبعاد الإحتراق النفسي

29.....7-1- مؤشرات الإحتراق النفسي.

29.....8-1- الوقاية من الإحتراق النفسي

30.....9-1- بعض النظريات المفسرة للإحتراق النفسي

37.....10-1- نماذج الإحتراق النفسي.

خلاصة

الفصل الثاني : الدافعية الرياضية

تمهيد

- 43..... 2-1- مفهوم الدافعية.....
- 45..... 2-2- أنواع الدافعية.....
- 47..... 2-3- تعريف الدافع.....
- 47..... 2-4- أنواع الدوافع.....
- 49..... 2-5- وظائف الدوافع.....
- 50..... 2-6- خصائص الدوافع.....
- 51..... 2-7- تصنيف الدوافع.....
- 52..... 2-8- تقسيم الدوافع.....
- 56..... 2-9- أنواع دوافع النشاط الرياضي.....
- 57..... 2-10- الدوافع والدافعية.....
- 58..... 2-11- أهمية الدافعية في المجال الرياضي.....
- 58..... 2-12- نظريات الدافعية.....
- 60..... 2-13- عوامل تحديد مستوى دافعية اللاعب الرياضي في التدريب والمنافسة.....
- 61..... 2-14- وظيفة الدوافع نحو السلوك الرياضي.....
- 62..... 2-15- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي.....

- 64..... 16-2- الدافعية والأداء
- 65..... 17-2- العوامل المساعدة على زيادة دافعية اللاعب
- 66..... 18-2- طبيعة استخدام المكافأة والعقاب لسلوكيات اللاعبين

خلاصة

الفصل الثالث : المدرب وعملية التدريب الرياضي

تمهيد

- 72..... 1-3- التدريب الرياضي
- 72..... 1-1-3- مفهوم التدريب الرياضي
- 73..... 2-1-3- أسس نجاح عملية التدريب الرياضي
- 73..... 3-1-3- خصائص عملية التدريب الرياضي
- 76..... 4-1-3- الأهداف العامة للتدريب الرياضي
- 77..... 5-1-3- الواجبات الرئيسية للتدريب الرياضي
- 78..... 2-3- المدرب الرياضي
- 78..... 1-2-3- مفهوم المدرب الرياضي
- 80..... 2-2-3- خصائص المدرب الرياضي
- 81..... 3-2-3- واجبات المدرب الرياضي
- 84..... 4-2-3- مميزات المدرب الرياضي

- 88.....3-2-5- الخصائص الايجابية والسلبية للمدرب الرياضي
- 90.....3-2-6- مقومات المدرب الناجح
- 91.....3-2-7- معوقات المدرب الرياضي لتحقيق أهداف الفريق الرياضي
- 93.....3-3- دافعية المستويات العالية

خلاصة

الفصل الرابع : النوادي الرياضية في الجزائر

تمهيد

- 99.....4-1-1- الهيئات الرياضية
- 99.....4-1-1- الهيئات الحكومية
- 99.....4-1-2- الهيئات الأهلية
- 99.....4-2-2- العلاقة بين الأجهزة الحكومية والأجهزة الأهلية
- 100.....4-3- الهيئة الحكومية العليا المتخصصة
- 102.....4-4- العمل بالهيئات الرياضية
- 103.....4-5- الأندية الرياضية
- 104.....4-6- العلاقة التي تربط الأندية بالأجهزة الرياضية
- 105.....4-7- الهيكل التنظيمي للنادي
- 106.....4-8- النوادي الرياضية في الجزائر

108.....	9-4- الإتحادات الرياضية.....
109.....	10-4- الإتحادية الرياضية الوطنية.....
	خلاصة
112.....	خاتمة الباب الأول.....
	الباب الثاني : الدراسة الميدانية
114.....	مقدمة الباب الثاني.....
	الفصل الأول : منهج البحث والإجراءات الميدانية
	تمهيد
117	1-1- منهج البحث.....
117.....	2-1- الدراسة الإستطلاعية.....
.....	3-1- المجتمع الأصلي وعينة البحث.....
	119
121.....	4-1- مجالات البحث.....
121.....	1-4-1- المجال البشري.....
121.....	2-4-1- المجال المكاني.....
121.....	3-4-1- المجال الزماني.....
122.....	5-1- متغيرات البحث.....
122.....	1-5-1- المتغير المستقل.....
122.....	2-5-1- المتغير التابع.....
122.....	6-1- أدوات البحث.....
123.....	1-6-1- مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي.....
127.....	2-6-1- مقياس تقدير الدافعية الرياضية.....
133.....	7-1- الأساليب الإحصائية المستخدمة.....

الفصل الثاني : عرض ، تحليل ومناقشة النتائج

138..... 1-2- عرض ، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الأولى

150..... 2-2- عرض ، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثانية

155..... 3-2- عرض ، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الأساسية الثالثة

163..... 4-2- الإستنتاج العام

165..... 5-2- الخلاصة العامة

167..... 6-2- التوصيات

• المصادر والمراجع

• الملاحق

• ملخص البحث باللغة الأجنبية

قائمة الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	توزيع العينة في المجال المكاني للدراسة	120
02	ثبات وصدق مقياس الإحترق النفسي للمدرب الرياضي	125
03	درجات العبارات السالبة والموجبة	126
04	معاملات الثبات لإختبار تقدير الدافعية الرياضية	129
05	معاملات الصدق الذاتي لإختبار تقدير الدافعية الرياضية	131
06	المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الحسابي النموذجي لبعء الإنهاك العقلي للعينة	138
07	المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الحسابي النموذجي لبعء الإنهاك الإنفعالي للعينة	140
08	المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الحسابي النموذجي لبعء الإنهاك البدني للعينة	141
09	المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط النموذجي لبعء التغيير الشخصي نحو الأسوأ	143
10	المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الحسابي النموذجي لبعء نقص الإنجاز الشخصي	145
11	قيم F لدلالة الفروق بين عينة البحث في سمات الدافعية الرياضية	150
12	قيم المتوسط الحسابي والإنحراف المعياري لعينة البحث حسب سمات الدافعية الرياضية	152
13	قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين بعد الإنهاك العقلي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية	155
14	قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين بعد الإنهاك الإنفعالي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية	156
15	قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين بعد الإنهاك البدني وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية	157
16	قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية	158
17	قيم المتوسط الحسابي وقيم R بين بعد نقص الإنجاز الشخصي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية	159
18	قيم R للإرتباط عند مستوى الدلالة 0.05 بين الإحترق النفسي وسمات الدافعية الرياضية.	160

قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
32	شكل يوضح مراحل الإحتراق النفسي حسب نظرية هانز سيلبي	01
37	شكل يوضح أبعاد الإحتراق النفسي حسب ماسلاش و جاكسون	02
46	شكل يوضح مصادر الدافعية للسلوك والأداء	03
64	شكل يوضح العلاقة بين الدافعية والأداء الرياضي	04
84	الواجبات التعليمية والتربوية للمدرب الرياضي	05
95	شكل يوضح أهم دوافع المراحل الأساسية للممارسة الرياضية	06
139	مخطط يبين قيم المتوسطات الحسابية والنموجية لمستوى الإنهاك العقلي	07
140	مخطط يبين قيم المتوسطات الحسابية والنموجية لمستوى الإنهاك الإنفعالي	08
142	مخطط يبين قيم المتوسطات الحسابية والنموجية لمستوى الإنهاك البدني	09
144	مخطط يبين قيم المتوسطات الحسابية والنموجية لمستوى التغيير الشخصي نحو الأسوأ	10
145	مخطط يبين قيم المتوسطات الحسابية والنموجية لمستوى نقص الإنجاز الشخصي	11
153	قيم المتوسطات الحسابية لسمات الدافعية الرياضية	12

التعريف بالبحث

- 1 مقدمة البحث.
- 2 مشكلة البحث.
- 3 فرضيات البحث.
- 4 أهداف البحث.
- 5 أهمية البحث.
- 6 تحديد مصطلحات ومفاهيم البحث.
- 7 الدراسات السابقة والمشاهدة.

1- مقدمة البحث :

تتميز عملية التدريب الرياضي في كرة القدم بالدور القيادي للمدرب الذي يعمل على قيادة فريقه وتنفيذ واجباته التدريبية والعمل على تطوير لاعبيه بالإعتماد على كل الوسائل المادية والمعنوية من إرشادات وتوجيهات وتخطيط لعملية التدريب.

ويعتبر مدرب كرة القدم قطعة أساسية وهامة في نجاح العملية التدريبية، من خلال إلمامه بأفضل طرق التدريب وأساليبها ومختلف حاجات لاعبيه وكيفية الإستخدام الجيد لمعلوماته الشخصية وخبراته في مجال لاعبيه واختصاصه في كرة القدم.

إلا أن المدرب يتعرض خلال مشواره التدريبي لكثير من المعوقات والعقبات التي تحول بينه وبين إستقراره النفسي وتحقيق أهدافه، حيث أن طبيعة عمله ترتبط بالعديد من العوامل التي تتميز بالإنفعالات كالقلق، التوتر، الإستشارة والضغط النفسي، وأن تراكم هذه العوامل على كاهل مدرب كرة القدم وعدم قدرته على مواجهتها قد تؤدي به إلى حالة من الإنهاك والإستنزاف لقواه وطاقاته البدنية والذهنية ويصبح أقل دافعية وأقل حماسة في التعامل مع لاعبيه أثناء التدريب والمنافسة مما يؤدي به إلى التعرض لما يعرف بظاهرة الإحتراق النفسي.

ويعتبر الإحتراق النفسي من مفاهيم علم النفس الحديثة والتي ظهرت في بداية السبعينات لتنتشر أكثر في مجالات عديدة ومنها كرة القدم.

ويرى كل من فرودنبيرجر **Freudenberger** و ماسلاش **Maslach** أن الإحتراق النفسي هو مجموعة من الأعراض تتمثل في الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الإنفعالية والإحساس بعدم الرضا عن الإنجاز في المجال المهني وبالعلقة الجافة التي تربطه بشركائه في العمل. (دواني وآخرون، 1989)

وبما أن مجال عمل مدرب كرة القدم يقتضي وجوده ضمن فريق من اللاعبين يؤثر فيهم ويتأثر بما يتميزون به من شخصية وذهنية وطاقة حيوية كامنة واستعداد فسيولوجي نفسي وسلوك أثناء التدريب والمنافسة، وهو مايسمى بالدافعية نحو الممارسة الرياضية والتي يعرفها أسامة كامل راتب بأنها استعداد الرياضي لبذل أقصى جهد من أجل تحقيق هدف معين.

كما أن علاقة مدرب كرة القدم بلاعبيه لا تقتصر فقط على التدريب فقط وإنما التحضير للمنافسة ضمن إتحادية أو رابطة تضم مجموعة من الأندية تتنافس فيما بينها بطريقة منظمة ومحكمة، مما دفع الباحث لدراسة العلاقة القائمة بين الإحترق النفسي لمدرّب كرة القدم وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين في كرة القدم في إحدى الأقسام الهاوية وهي قسم ما بين الرابطات بالجزائر.

ولقد سطر الباحث خطته في إعداد هذه الدراسة اعتمادا على منهجية علمية إنطلاقا من الجانب التمهيدي الذي احتوى على الإشكالية المطروحة للدراسة و الفرضيات المصاغة كمشروع للبحث و الدراسات السابقة التي وضعت كخلفية نظرية و مرورا بالجانب النظري الذي حاولنا فيه تناول كل ما له علاقة بالموضوع (الإحترق النفسي وعلاقته ببعض سمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر) من خلال تقسيمه إلى أربعة فصول تناولنا في الفصل الأول كل ما له علاقة بالإحترق النفسي و أبعاده و مستوياته و نظرياته ... إلخ ، كما تطرقنا في الفصل الثاني إلى سمات الدافعية الرياضية ونظرياتها ... إلخ ، لنصل إلى الفصل الثالث الذي تناولنا فيه المدرب الرياضي والعملية التدريبية والعلاقة القائمة مابين المدرب واللاعب والفصل الرابع الذي احتوى على النوادي الرياضية في الجزائر و ذلك لتكوين سند و خلفية نظرية نعتمد عليها لتدعيم نتائج الدراسة الميدانية المتوصل إليها، وصولا للجانب الميداني الذي احتوى على فصلين ، في الفصل الأول والمتعلق بمنهج البحث والإجراءات الميدانية تناول الباحث اختيار المنهج المناسب لهذه الدراسة وهو المنهج الوصفي، كما حدد الباحث مجتمع وعينة البحث وضبط متغيراته و أدواته ووسائله الإحصائية بالإضافة إلى إجراءات الدراسة الإستطلاعية، وفي الفصل الثاني الذي احتوى على عرض ومناقشة نتائج البحث و الذي كان الهدف منه إختبار الفرضيات الموضوعية كمشروع للبحث قصد إثبات أو نفي صحتها مختتما البحث بالإستنتاج العام و مجموعة من التوصيات والإقتراحات.

2- مشكلة البحث:

يتعرض المدربون في كرة القدم إلى جملة من الأعباء والضغوط التي تؤثر بشكل سلبي مباشر في أدائهم وذلك نتيجة لشعورهم بزيادة العبء البدني، الذهني والإنفعالي، وعدم قدرتهم على تحقيق أهدافهم كما كان توقعهم لها، كما تسبب لهم إحباطا شديدا وضعفا للشعور بالإنجاز والنجاح وبالتالي الوصول إلى درجة الإحترق النفسي، والذي كان محور اهتمام العديد من الباحثين.

ومن خلال عمل الباحث في مجال التدريب الرياضي والزيارات الميدانية للعديد من فرق كرة القدم في بعض الأقسام والمقابلات الشخصية مع بعض المدربين، ومن خلال مراجعة مختلف التقارير الصحفية ومتابعة الأخبار المتعلقة بمنافسات كرة القدم المحترفة والهاوية في الجزائر، لاحظ الباحث تصاعدا مستمرا في وتيرة استقالات وإقالات المدربين من مناصبهم التدريبية، وتعددت الأسباب والدوافع الكامنة وراء هذا الإنسحاب بالرغم من أن معظمها يصب في خانة تحمل المدرب مسؤولية النتائج السلبية للفرق، وبالنظر إلى الإحصائيات الخاصة بالموسم الكروي 2015-2016، فقد أشارت إلى استقالة وإقالة نصف عدد مدربي فرق البطولة المحترفة الأولى، بل أنه في ظرف أسبوع واحد تم الإستغناء عن خدمات أربعة مدربين دفعة واحدة، مما أجبر الإتحادية الجزائرية لكرة القدم في التفكير بجدية في اتخاذ قرار منح إجازات فقط لكل نادي خلال الموسم الرياضي الواحد، وتتفاقم هذه المشكلة كلما غتجها نحو الأقسام السفلى الهاوية. (المساء، 2015)

وبالعودة إلى مدرب كرة القدم وبمحكم علاقته المباشرة باللاعبين واشتراكهما في تحقيق هدف واحد، وبكل ما يتميز به اللاعب من صفات شخصية وذهنية والتي تلعب دورا هاما في عمل المدرب، فإن هناك عوامل تساعد في زيادة دافعية اللاعبين نحو التدريب والمنافسة فيما لو استخدمها المدرب الرياضي، كالعامل الجماعي بين اللاعبين والمدرب في وضع خطة التدريب ولوائحها والقيادة الجماعية ومعرفة الرياضي للهدف المراد الوصول إليه ومستوى حالته التدريبية. (عربي، 2007)

وعلى ضوء هذه المعطيات العلمية والعملية يتضح للباحث وجود جدلية قائمة بين ما يتعرض له مدرب كرة القدم من إحترق نفسي وبين ما يتميز به اللاعب من سمات للدافعية الرياضية في التدريب والمنافسة.

وهذا ما حفز الطالب الباحث على دراسة العلاقة بين الاحتراق النفسي وسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي

كرة القدم في قسم ما بين الرابطات في الجزائر ومحاولته حل الإشكالية بمساعدة الإجابة على التساؤلات التالية:

السؤال الرئيسي:

- هل هناك علاقة بين الإحتراق النفسي وسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر؟

الأسئلة الفرعية:

- ما هو مستوى الإحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر؟
- هل هناك تباين بين سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم؟
- هل هناك علاقة ارتباطية بين ابعاد الاحتراق النفسي لدى المدربين وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.
- هل هناك علاقة ارتباطية بين بعد الإنهاك العقلي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.؟
- هل هناك علاقة ارتباطية بين بعد الإنهاك الإنفعالي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.؟
- هل هناك علاقة ارتباطية بين بعد الإنهاك البدني للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.؟
- هل هناك علاقة ارتباطية بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين؟
- هل هناك علاقة ارتباطية بين بعد نقص الإنجاز الشخصي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.؟

3- فرضيات البحث:

الفرضية العامة :

هناك علاقة ارتباطية بين مستوى الإحترق النفسي وسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي في كرة القدم بالجزائر

الفرضيات الجزئية :

الفرضية الأساسية الأولى :

- هناك مستوى مرتفع للإحترق النفسي لدى مدربي كرة القدم .

الفرضية الأساسية الثانية :

- هناك تباين بين سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم .

الفرضية الأساسية الثالثة :

- هناك علاقة ارتباطية بين ابعاد الاحترق النفسي لدى المدربين وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين .
- هناك علاقة ارتباطية بين بعد الإنهك العقلي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.
- هناك علاقة ارتباطية بين بعد الإنهك الإنفعالي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.
- هناك علاقة ارتباطية بين بعد الإنهك البدني للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.
- هناك علاقة ارتباطية بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.
- هناك علاقة ارتباطية بين بعد نقص الإنجاز الشخصي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.

4- أهداف البحث:

تهدف الدراسة إلى محاولة الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم وكشف الضغوط النفسية والمهنية المؤدية للاحتراق النفسي كهدف رئيسي، كما يهدف بحثنا إلى تحقيق بعض الأهداف الفرعية نذكر منها:

- معرفة إن كانت هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الدافعية الرياضية
- معرفة إن كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مستويات الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم .
- تحديد أهم سمات الدافعية الرياضية المميزة للاعبين كرة القدم في الجزائر.
- إثراء الدراسات والبحوث حول ظاهرة الإحتراق النفسي بربطها بالدافعية الرياضية.
- تقديم بعض التوصيات والإقتراحات للجهات ذات العلاقة بموضوع بحثنا في ضوء النتائج المتوصل إليها.

5- أهمية البحث:

تكمن أهمية دراستنا في كونها تتعرض إلى أحد أهم موضوعات علم النفس الحديثة وهو موضوع الإحتراق النفسي ومحاولة ربطه بالدافعية الرياضية لدى لاعب كرة القدم مما يكسب هذا البحث أهمية كبيرة نوردتها فيما يلي :

أولا : الأهمية العلمية :

يكتسي موضوع بحثنا أهمية علمية في كونه يحدد مستويات الإحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم وعلاقتها بسمات الدافعية الرياضية لدى لاعب كرة القدم مما يمكن من تعميم نتائجها على الحقل التدريبي في الجزائر ومعرفة العلاقة القائمة بين اللاعب ومدربه على ضوء مستوى الإحتراق النفسي الذي يتميز به المدرب ومدى تأثيره على دافعية لاعبه في نفس الوقت.

ثانيا: الأهمية العملية:

تناولنا لموضوع الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر مما قد يعمل على توفير بعض المعلومات لتكون في متناول القائمين على الإتحاد الجزائري لكرة القدم و ربما تساهم دراستنا هذه في التعرف على أهم السمات الدفاعية الرياضية التي تميز لاعبي كرة القدم في الجزائر ومحاوله إثبات وجود علاقة قائمة ما بين إحتراق المدرب النفسي وبعض السمات الدفاعية لدى لاعبيهم، كما يمكن من خلال هذا البحث توفير المادة العلمية للمشرفين على تطوير كرة القدم في الجزائر مما يكون له أثر ايجابي وفاعل في تطوير البرامج التدريبية وتكليفها بما يناسب تحقيق الأهداف من كلا أطراف العملية التدريبية.

6- مصطلحات البحث:

6-1- الاحتراق النفسي :

اصطلاحا :

حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط، أي أنه يشير الى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة (السمادوني، 1990،

(761-729)

إجرائيا :

هو الدرجات التي يحصل عليها المفحوصون من خلال الإجابة على المقياس المستخدم في حدود هذه الدراسة.

6-2- سمات الدفاعية الرياضية:

يعرفها أحمد أمين فوزي وطارق محمد بدر الدين بأنها "مصطلح يشير إلى الخصائص النفسية ذات الدوام والثبات النفسي

لدى الرياضي والمسئولة عن استنارته وتوجيهه خلال الممارسة الرياضية(فوزي وبدر الدين، 2001، 202)

6-3- مدرب كرة القدم:

اصطلاحا:

المدرّب الرياضي شخصية تربوية يتولى قيادة عملية التربية والتعليم للاعبين ويؤثر تأثيرا مباشرا في التطوير الشامل المتزن في شخصية اللاعب الرياضي ومجال اختصاصه هو كرة القدم (علاوي، ، 2002، 26)

إجرائيا:

مدرب كرة القدم يشرف على مجموعة من اللاعبين ويقوم بمهامه التدريبية وفق أسس وخطط وهو محور العملية التدريبية.

7- الدراسات السابقة والمشابهة:

أولا : الدراسات العربية:

1-1- دراسة زياد الطحاينة عام (2007) بعنوان " مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام

الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من حكما، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي وأظهرت نتائج الدراسة أن حكام الألعاب الرياضية يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة . كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى الحكام تعزى لمتغير العمر والخبرة . في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي بين حكام الألعاب الفردية وحكام الألعاب الجماعية.

2-7- دراسة سميرة عرابي وآخرون عام (2007) بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن "

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن وكذلك التعرف على الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن تبعاً لمتغير الدرجة . ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (81) مدرباً، وطبق عليهم مقياس ماسلاش المعرب والخاص بالاحتراق النفسي، والمعدل من قبل الباحثين. وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن كان ضمن المستوى المتوسط، كما خلصت الدراسة إلى أن درجة المدرب (دولياً، ب، س) لها تأثير على مستوى الاحتراق، فقد دلت نتائج الدراسة أنه كلما ارتفعت درجة المدرب انخفضت درجة الاحتراق النفسي لديه.

3-7- دراسة رمزي جابر (2007) بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم بفلسطين "

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستويات الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم بفلسطين، ولتحقيق ذلك، أجريت الدراسة على عينة قوامها (60) مدرباً، وطبق عليهم مقياس أسباب الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي، إعداد محمد حسن علاوي . (1998) وأظهرت نتائج الدراسة وجود عدة مستويات لعوامل الاحتراق النفسي للمدربين في محافظات غزة، على النحو التالي :

- 1- عامل اللاعبين
 - 2- عامل الإدارة العليا للفريق
 - 3- عامل خصائص المدرب
 - 4- عامل وسائل الإعلام
 - 5- عامل المشجعين
- وقد أوصى الباحث بعدم التدخل في صميم العمل الفني للمدربين، وأن يتميز سلوك المدرب بالاستقرار والاتساق في التعامل مع اللاعبين.

4-7- دراسة رمزي جابر عام (2007) بعنوان " أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة بفلسطين

هدفت الدراسة إلى التعرف على أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة بفلسطين. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (50) مدرباً، وطبق عليهم مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي إعداد محمد حسن علاوي . (1998) وأظهرت نتائج الدراسة وجود عدة مستويات لأعراض الاحتراق النفسي للمدربين بفلسطين على النحو التالي:

1- بعد الإتهاك العقلي

2- بعد الإتهاك الانفعالي

3- بعد نقص الإنجاز الرياضي

4- بعد الإتهاك البدني

5- بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ

وقد أوصى الباحث المدرب الرياضي استخدام العديد من الوسائل والطرق لأداء بعض المهارات النفسية التي تساعد على التخلص من بعض الضغوط والقلق والاستثارة كمهارات الاسترخاء واستخدام الأساليب المناسبة للتحكم الذاتي.

5-7- دراسة إيهاب محمد عبد الفتاح 2006 :كانت الدراسة بعنوان السمات الدافعية وعلاقتها بمستوى

الإنجاز الرياضي للاعبين لكرة الطائرة".

استهدفت التعرف على علاقة السمات الدافعية بمستوى الإنجاز الرياضي للاعبين لكرة الطائرة. استخدم الباحث المنهج الوصفي لأنه الأنسب لمثل هذه الدراسات. واشتملت عينة البحث على (96) لاعباً للكرة الطائرة بالدوري الممتاز (أ)، استعان الباحث بمقياس السمات الدافعية للرياضيين - قائمة دافعية الإنجاز كأداة إحصائية وكانت أبرز النتائج أنه يوجد ارتباط موجب دال إحصائياً بين درجات السمات الدافعية ومستوى الإنجاز الرياضي بين لاعبي الفرق ذوى المستوى العالي "المتقدمة"، والمستوى المنخفض "الأخيرة". (عبدالفتاح، 2006)

6-7- دراسة أحمد معارك (1997) بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة المصارعة بجمهورية مصر

العربية:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى مدربي المصارعة المصرية ، والتعرف على مستويات الأعراض المتزامنة للاحتراق النفسي، كما هدفت التعرف على العلاقة بين عوامل الاحتراق النفسي لمدربي المصارعة وعدد سنوات الخبرة والعلاقة بين الأعراض المتزامنة للاحتراق النفسي وعدد سنوات الخبرة . ولتحقيق هذه الأهداف أجريت الدراسة على عينة قوامها (55) مدربا ، مسجلين بالاتحاد المصري للمصارعة تزيد خبرتهم في مجالات تدريب عن 3 سنوات . وطبق عليهم مقياسان لقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي، إعداد محمد حسن علاوي . وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين المدربين الأقل خبرة والمدربين الأكثر خبرة في قياس أعراض وعوامل الاحتراق النفسي لصالح المدربين الأكثر خبرة . وقد أوصت الدراسة بعدم التدخل في صميم العمل الفني لمدرب المصارعة، والتقليل من الاستعانة بالمدربين الأجانب في عملية التدريب.

7-7- دراسة علي حسين بداري (1990) بعنوان " الضغوط الدراسية وتحليل المسار في علاقتها ببعض

المتغيرات في التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط الدراسية وتحليل المسار في علاقتها ببعض المتغيرات في التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية جامعة المنيا . وكانت عينة الدراسة 95 طالباً جامعياً ، واستخدمت فيها الأدوات التالية "مقياس الإحداث الدراسية الضاغطة التكرار - والشدة لمقياس ضغوط الدراسة، مقياس تقدير الذات، مقياس التوافق للكلية، قائمة الصفات الانفعالية المتعددة، التحصيل الدراسي " وأسفرت هذه الدراسة عن أهم النتائج : أمكن من خلال النموذج السببي تفسير العلاقات السببية بين بعض من المتغيرات المستقلة، وبين الأداء التحصيلي، أنه يوجد آثار سببية مباشرة وغير مباشرة بين بعض المتغيرات المستقلة وبين الأداء التحصيلي.

7-8- دراسة عزالدين جمال (1980) بعنوان " السمات الشخصية المرتبطة ببعض استجابات الإحباط

هدفت الدراسة إلى التعرف على السمات الشخصية المرتبطة ببعض استجابات الإحباط، وقد بلغ عدد أفراد العينة الدراسية 90 طالبا وتراوح أعمارهم من 19 الى 22 سنة واستعرضت الدراسة الكشف عن بعض السمات الشخصية التي تميز الأفراد الذين يتميزون بكثرة الاستجابات العدوانية اللاموجهة نحو الآخرين عندما يتعرضون للضغوط النفسية، واستخدم الباحث من الأدوات اختبار عوامل الشخصية للراشدين، واختيار الإحباط المصور وقد أسفرت الدراسة عن وجود علاقة بين بعض سمات الشخصية ومواقف الإحباط.

7-9- دراسة مصطفى حسين باهي واشرف حسام إبراهيم عام (1999) بعنوان " الضغوط النفسية التي

يتعرض لها مدرب رياضة المبارزة

تمثلت مشكلة البحث في محاولة التعرف على الضغوط النفسية التي يتعرض لها مدرب رياضة المبارزة . وقد استهدفت الدراسة إعداد قائمة الضغوط النفسية للمدربين، يمكن من خلالها التعرف على ترتيب الضغوط النفسية وفقا لتأثيرها على مدرب رياضة المبارزة، وقد استخدم الباحثان قائمة الضغوط النفسية للمدربين، وقد أسفرت أهم النتائج عن أن العبء المهني ونقص الدافعية وصعوبات إدارة الوقت تمثل أكبر قدر من الضغوط النفسية على مدرب رياضة المبارزة، وأن المظاهر السلوكية والفسيولوجية، يمثلان أقل قدر من الضغوط وأن الضيق المهنة والمظاهر الانفعالية يمثلان قدرًا متوسطًا من الضغوط.

ثانيا : الدراسات الأجنبية:

7-10- دراسة دانيال ولايث وتايلور وبروك (1990) بعنوان " علاقة الاحتراق الرياضي بالضغوط النفسية

والانسحاب من الرياضة

هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الاحتراق كاستجابة انفعالية والضغوط النفسية والانسحاب من الرياضة عند العاملين في كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الرياضيين

العاملين في مجال كرة القدم، وأوضحت النتائج وجود علاقة دالة إحصائية بين الخوف من الفشل كمصدر للاحتراق والانسحاب من الرياضة - وجود علاقة دالة إحصائية بين الاحتراق الرياضي والضغط النفسية - وجود علاقة دالة إحصائية بين عدم الشعور بتقدير الآخرين كمصدر للاحتراق والانسحاب من الرياضة.

7-11- دراسة سليفيا (1990) بعنوان " مصادر الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للرياضيين

هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للرياضيين، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الرياضيين الممارسين لأنشطة رياضية مختلفة، وأوضحت النتائج أهم مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي للرياضيين هي : التعب البدني الشديد - عدم كفاية الوقت لاستعادة الشفاء واستجماع القوى للمنافسة - عدم القدرة على مواجهة تلك الضغوط - الإحباط الناتج عن محاولة إرضاء الآخرين (المدرّب - الآباء - الزملاء - الجمهور).

7-12- دراسة والتر كروول (1982) بعنوان " الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى إحداث الضغوط على

المدرّبين

أجريت الدراسة على 93 مدرّبا من مختلف الأنشطة الرياضية لمحاولة التعرف على أهم الأسباب والعوامل التي قد تؤدي إلى أحداث الضغوط على المدرّبين وبالتالي الاحتراق النفسي لديهم، في ضوء سؤال المدرّبين عن أهم الأسباب التي تسهم في الضغط النفسي عليهم كمدرّبين رياضيين . وأشارت نتائج الدراسة إلى أن عامل " : عدم احترام اللاعبين للمدرّب " كان هو السبب الرئيسي بنسبة مئوية حوالي % 48 في حين أن عامل " : عدم قدرة المدرّب على الارتقاء بمستوى اللاعبين " كان هو السبب الثاني بنسبة مئوية بلغت % 21 .

8- التعليق على الدراسات السابقة والمشابهة:

بعد مراجعة دقيقة للدراسات التي تناولت موضوع الاحتراق النفسي تبين مايلي:

- أن معظم الدراسات هدفت إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدى المدربين.
- بعض الدراسات حاولت التعرف على أهم سمات الدافعية الرياضية للاعبين إضافة إلى مختلف دوافعهم.
- شملت مختلف الدراسات على اختيار عينة بحث بالطريقة العمدية و تراوحت أعمارهم بين 18 سنة و25 سنة أي بين الناشئين والأكابر.
- استخدمت معظم الدراسات، إن لم يكن جميعها- لتحقيق أهدافها -المنهج الوصفي وأسلوب الدراسة الميدانية باستخدام أحد مقاييس قياس أعراض وأسباب الاحتراق النفسي، كما حددتها الدراسة.
- استخدم الباحثون من خلال الدراسات السابقة مجموعة من الوسائل والأدوات التي عن طريقها تم جمع البيانات الخاصة بالبحوث، حيث ركزت مختلف الدراسات المذكورة على استخدام المقاييس النفسية المعدة خصيصا لقياس بعض الظواهر النفسية كـمقياس الإحترق النفسي للمدرب الرياضي والحكم و مقاييس الضغوط النفسية.
- نتائج الدراسات السابقة عكست أهم الأسباب والعوامل التي تساعد على الاحتراق النفسي. وعليه، يرى الباحث أن هدف البحث الحالي ينسجم مع هدف معظم الدراسات السابقة وهو دراسة الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر وذلك باتباع المنهج الوصفي.

9- نقد الدراسات السابقة والمشابهة:

لقد لاحظ الطالب الباحث أن أغلب الدراسات السابقة والمشابهة قد تمحورت كلها تقريبا على العلاقة بين الإحترق النفسي وبعض المتغيرات الأخرى كالإنجاز الرياضي أو الإنسحاب من المنافسة أو معرفة أهم الأسباب والعوامل التي تؤدي الى حدوث الظاهرة لدى المدربين والحكام ، وعلى ضوء هذه النتائج المذكورة في الدراسات

للسابقة يسعى الطالب إلى إجراء هذا النوع من الدراسة ومحاولة إدراك العلاقة القائمة بين الإحترق النفسي لمدرّب كرة القدم و بعض السمات الدافعية الرياضية الموجودة لدى لاعبي كرة القدم في الجزائر والذين ينشطون في بطولة ما بين الرابطات للجهة الوسطى والغربية.

خلاصة :

من خلال عرض الدراسات السابقة والمشاهدة التي كانت تصب في معظمها لتحليل ظاهرة الإحترق النفسي والتي مثلت دعما للطلاب الباحث في إقامة الحجّة على مشكلة البحث ووضع فروضه وكذلك إختيار منهج البحث وعينة البحث والأدوات المستعملة وكذا في تفسير النتائج ومناقشتها والخروج بالنتائج.

الباب الأول

الدراسة النظرية

- مقدمة الباب الأول.
- الفصل الأول : الإحترق النفسي.
- الفصل الثاني: الدافعية الرياضية.
- الفصل الثالث : المدرب والعملية التدريبية.
- الفصل الرابع : النوادي الرياضية في الجزائر.
- خاتمة الباب الأول.

مقدمة الباب الأول:

لقد تم تقسيم هذا الباب الى اربعة فصول حيث خصص الفصل الأول الى الإحتراق النفسي حيث تم التطرق فيه الى أهم التعاريف والمفاهيم التي شهدت تطورات كثيرة بالإضافة الى الإحاطة بهذه الظاهرة من خلال الكشف عن مراحل حدوثها والأسباب التي تؤدي اليها وأهم الأعراض التي تصاحبها كما تم التطرق الى الأبعاد الخاصة بالإحتراق النفسي و تناولنا لأهم النظريات التي فسرت الإحتراق النفسي، أما الفصل الثاني فقد خصصناه الى الدافعية الرياضية من خلال الكشف عن مفهومها وتصنيفاتها والتطرق الى الفرق بين الدافعية والدافع كما تعرضنا الى أهم النظريات التي تفسر الدافعية لدى الممارسين للرياضة ، كما شمل الفصل الثالث على المدرب الرياضي وعملية التدريب الرياضي من خلال التطرق الى التدريب الرياضي وأه واجباته و أنواع طرق التدريب فيه وتكلمنا كذلك على المدرب الرياضي من عدة جوانب ، مفهومه، خصائصه، واجباته ودوره في تشكيل دوافع الرياضيين والكشف عن العلاقة القائمة بينه وبين اللاعبين.وفي الاخير جاء الفصل الرابع امتملق بالنوادي الرياضية في الجزائر بحيث تنازلنا فيه مختلف الهيئات الرياضية و هياكل تنظيمها و النوادي المحترفة وشبه المحترفة والهاوية.

الفصل الأول

الإحتراق النفسي

تمهيد:

يتعرض المدرب الرياضي خلال عمله في مجال التدريب الرياضي الى مجموعة من الضغوط والتأثيرات التي تؤثر بشكل كبير في أداء واجباته التدريبية مما يعرضه إلى استنزاف عقلي وانفعالي وبدني يعرف بالإحتراق النفسي وهو ما تناوله الباحث في هذا الفصل محاولا الإحاطة بكل جوانب هذه الظاهرة من حيث مفهومها وتعريفها على اختلاف الباحثين والعلماء إضافة الى التطرق الى أبعاد الظاهرة وأسباب حدوثها وأهم الأعراض التي تظهر على الفرد عامة وعلى المدرب خاصة، كما تم التطرق الى أهم النظريات التي فسرت ظاهرة الإحتراق النفسي على أساس الضغوط النفسية.

1-1 - مفهوم الإحترق النفسي:

يعتبر العالم النفسي الأمريكي هاربرت فرويدنبرجر **Freudenberger** أول من صاغ مصطلح الإحترق النفسي وذلك للتعبير عن الإستجابات الجسمية والإنفعالية الناتجة عن التعرض الطويل لظروف العمل لدى العاملين التي تكون فيها توقعاتهم للمهنة عالية وغير واقعية وبالضبط المهنة التي تكون في خدمة الفرد كالصحة والإعلام والشرطة والتربية. (Marich Marion, G Richard, G, 2006).

ويشير **أرنولد وآخرون** الى ان الفرد عندما يمر بمرحلة ضغوط شديدة، تنهار لديه وسائل التكيف، يصل عندها الى مرحلة الاستنزاف, او ما تسمى بمرحلة الاحترق النفسي، كما يشير **دونهام** الى التسلسل المنطقي لتطور الضغوط لدى المعلم بقوله: تواجه المعلم ضغوط مختلفة تظهر على إثرها أعراض مبكرة كالقلق والاضطراب، ويؤدي ذلك بالمعلم إلى الضغط في التركيز، تلك صعوبة في اتخاذ القرارات، بعد ذلك يعاني المعلم من الإعياء, وتظهر عليه أعراض نفس جسميه، ومن ثم يشعر بالإرهاق والإنهاك الشديدين، وأخيرا يصل إلى مرحلة الاحترق النفسي. (الجمالي، 2003)

كما ترى **ماسلاش Maslach** أن الإحترق النفسي يصيب المهنيين الذين يواجهون معوقات تحول دون قيامهم بمهامهم المهنية الكاملة، فيسبب لهم الإحساس بالقصور والعجز عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب منهم، وغالبا ما يترتب على هذا الوضع حدوث ضغط نفسي يلزم المهني بأن يتكيف معه ، لكي يقلل من إحساسه بالعجز، ويتميز هذا النوع من التكيف بتدني مستوى الدافعية، والشعور بعدم الرضا، وبالعلاقة الجافة التي تربطه بعملائه. (دواني وآخرون، 1989).

وفي تعريف آخر ل**ماسلاش Maslach** ذكرت فيه بأن الإحترق النفسي هو مجموعة أعراض تتمثل في الإجهاد العصبي واستنفاد الطاقة الإنفعالية والتجرد من النواحي الشخصية، والإحساس بعد الرضا عن الإنجاز في المجال المهني ، والتي يمكن أن تحدث للأشخاص الذين يؤدون نوعا من الأعمال التي تقتضي التعامل المباشر مع الناس (Maslach, C, 2003)

وذكر **ناجي** بأن الإحترق النفسي حالة ذهنية تظهر على شكل اكتئاب مرضي، وإنهاك عاطفي وجسدي يصاحبهما إحساس باليأس والعجز في مجال العمل (الحرثاوي، هند عبد الله، 1991). كما يشير مفهوم الاحترق

النفسي إلى حالة من الإنهاك أو الاستنزاف البدني والانفعالي نتيجة التعرض المستمر لضغوط عالية. (عسكر، 2000،
صفحة 112)

يعرف **جاكسون** الإحترق النفسي بأنه إرهاق انفعالي وجسمي وسخط على الذات وعلى الآخرين وعلى العمل، وفقدان الحماس له وركود وبلادة وانخفاض في مستوى الإنتاجية. (السماذوني، 1995، صفحة 117)

ان الإحترق النفسي يمثل حالة من الإجهاد والإنهاك الناجم عن المهام والمسؤوليات المختلفة والتي تزيد من طاقة الفرد وتتواصل على حسب قدراته الجسمية والنفسية، وتتأثر بضغوطات العمل المختلفة، وبذلك يزيد الإصرار على تحقيق الأهداف الموكلة إليه ورغبته في مثالية العمل الذي يمارسه سواء كان بمحض إرادته أو بتأثير البيئة التي يعمل بها.
(أسامة كامل راتب، 1997)

كما عرف **الرافعي والقضاة** الإحترق النفسي بأنه ظاهرة نفسية تصيب أعضاء هيئة التدريس بالإرهاق والتعب وقلة الحماس، وتدني الدافعية ومقاومة التغيير، ناتجة عن أعباء إضافية داخلية وخارجية، يشعر معها العضو أنه غير قادر على تحمله، وينعكس ذلك سلبي على أداءه التدريسي وعن تقديم المساعدة لطلبه كما كانوا يرغبون وقيامه بالمهام المسندة إليه بجد وإتقان. (فرحان، 2010)

وقد أوضح **سيلفا Silva** بأن الإحترق يمثل مرحلة متأخرة نتيجة سوء تكيف الرياضي مع ضغوط التدريب يسبقها شعور الرياضي بالإجهاد ثم التدريب الزائد وتنتهي عادة بالانسحاب من الرياضة. (محمود، 2011،
صفحة 105).

لقد أشار الأدب التربوي أن الإحترق النفسي ليس حكراً على مهن معينة وإنما يوجد في جميع المهن الأخرى أو معظمها وأن حصر الإحترق النفسي في نوع معين من المهن يطرح في بادئ الأمر مشكل الثبات العلمي للمصطلح فبعض المظاهر المميزة للإحترق النفسي يمكن إثباتها عند أفراد لا يمتنون بالضرورة احدى مهن المساعدة. (وردة،
2011)

كما أن هناك لبس وغموض حول مفهوم الإحترق النفسي وارتباطه بالضغوط النفسية نتيجة التداخل في التعريف بين المصطلحين. وقد فرق **نيوهاوس Niehause** بينهما في ثلاث خصائص:

أ- يحدث الاحتراق النفسي من ضغوط العمل النفسية نتيجة تضارب الأدوار وازدياد حجم العمل.

ب - يحدث الاحتراق لهؤلاء الذين عادة ما يتبنون رؤية مثالية لأداء الأعمال والاضطلاع بالمسؤوليات المهنية.

ج - يرتبط الاحتراق عادة بالمهام التي يتعذر على الشخص تحقيقها.

كما أنه يوجد تشابه بين الضغط والاحتراق لكنهما ليسا نفس الشيء، فالاحتراق حالة متأخرة من زيادة

الضغوط تواجه الفرد ، ويكون نتيجتها الاعتزال وترك النشاط (راتب، 2000)

ويرى باحثون آخرون أن الاحتراق النفسي هو المحصلة النهائية او المرحلة الأساسية المتطرفة للضغوط النفسية،

أي ان الاحتراق هو عرض من أعراض الضغوط النفسية. (القرني، 2000)

2-1- مصادر الإحتراق النفسي:.

تختلف مصادر الإحتراق النفسي من دراسة الى أخرى ، لكن أغلب الباحثين أجمعوا على أنها على النحو التالي:

1-2-1- مصادر ذاتية متعلقة بالفرد:

وهي مصادر تتمحور حول الفرد نفسه مثل توقعاته للمهنة، وتحميل الفرد نفسه مسؤوليات تفوق قدراته، والكفاح

من أجل نشر الأبحاث العلمية، والإشتراك في لجان مختلفة ومتعددة تتطلب العمل والنشاط في نفس اليوم الذي يقوم فيه

الفرد بأداء وظيفته، إضافة الى المشكلات الشخصية التي يتخبط فيها الفرد.

1-2-2- مصادر متعلقة بعلاقة الفرد مع الآخرين:

يتسع هنا حقل المصدر من الفرد نفسه الى الآخرين ويتمثل في في العلاقة مع الرئيس والزملاء والمجتمع المحلي

والطلاب.

1-2-3- مصادر متعلقة بالنواحي المادية :

تتمثل في تدني الراتب وعدم توفير الدعم المادي الكافي من أجل القيام بالأبحاث، وعدم اعتماد الحوافز المادية

من قبل الجهات المسؤولة.

1-2-4- مصادر متعلقة بظروف العمل في المؤسسة:

تتمثل في العبء الوظيفي الزائد عن طاقة الفرد، وغموض الدور ، وتعارض الواجبات الوظيفية مع نشاطات الفرد الشخصية، وعدم توفر الوقت الكافي للحاق بركب التطور العلمي، وعدم توفر المكان المناسب والملائم لأداء العمل.

(حامد، 1991)

كما أشارت نتائج دراسات أخرى أجريت على بعض المرضين العاملين في مستشفيات محافظة عمان الى أن أهم

مصادر الإحترق النفسي هي :

-عدم إتاحة الفرصة للمرضين للإلتحاق بدورات تدريبية.

-عدم توفير أماكن الراحة والترفيه.

-إلقاء اللوم من قبل المسؤولين على المرضين عند حدوث خطأ طبي.

-قلة أجور المرضين.

-وجود أثر للخبرة، نوع المستشفى والتصنيف المهني وموقع العمل في درجة تأثير مصادر الإحترق النفسي. (البدوي،

2000)

1-3- أسباب الإحترق النفسي :

إن أحد أهم الأسباب التي تؤدي الى الإحترق النفسي هي ظروف العمل المتمثلة في الأعباء الزائدة ومتطلبات

العمل وضغط الوقت، والسمات الشخصية المتمثلة في الثقة بالنفس والاستقرار الإنفعالي والعوامل الإجتماعية المتمثلة في

المكانة الاجتماعية المنخفضة وضعف المساندة، اضافة الى عوامل مادية كإخفاض الدخل والعمل لساعات طويلة.

(المجدلاوي، 2014)

تعتبر الضغوط النفسية والمهنية سببا مباشرا يقف خلف ظاهرة الإحترق النفسي، لوجود علاقة بين الضغوط

النفسية وضغوط العمل من جهة، وبين الإحترق النفسي من جهة أخرى، وبالعودة الى الدراسات والبحوث الميدانية التي

أجريت من قبل الباحثين تبين لنا أن هناك مجموعة من العوامل التي تؤدي الى ظهور الإحترق النفسي يمكن تلخيصها فيما

يلي:

1-3-1 - العوامل المتعلقة بالبعد الفردي :

ينساق الفرد الأكثر انتماءا الى مجال عمله والمتميز كذلك بالإلتزام والإخلاص له الى التعرض الى الإحترق النفسي بدرجة أكبر من غيره من العاملين، وذلك لأن هذا الفرد يجد نفسه تحت وطأة ضغوط العمل، وكمثال على ذلك معلم المدرسة الذي يفني وقته من أجل طلابه، ويسعى الى إيصال المفاهيم والمعلومات الى أذهانهم والى تحقيق الأهداف العامة والخاصة للمواد التي يدرسها، فيجد نفسه بذلك معرضا للإحترق النفسي بتأثير مشكلات العمل التي تواجهه وتسعى لإحباط عطائه. (عبدعلي، 2003، صفحة 48)

1-3-2 - العوامل المتعلقة بالبعد الاجتماعي:

تجد العديد من المؤسسات نفسها أحيانا ملتزمة بتحمل أعباء العمل من قبل أفراد المجتمع الذين يلقون بأعبائهم عليها، الأمر الذي يرفع من درجة العبء الوظيفي المنوط بالعاملين الذين يعملون في هذه المؤسسات وإزاء محاولات هؤلاء التوفيق بين مصلحة العمل وأهدافه ورسالته ومصلحة أفراد المجتمع، يجد العاملون الأكثر انتماءا الى مهنتهم أنفسهم عاجزين عن تقديم خدمات متميزة مما يدفع بهم الى الإحباط والإحساس بالتراجع إزاء متطلبات مجتمعهم وبالتالي يحدث لديهم حالة من عدم التوازن ويجعلهم عرضة للإحترق النفسي.

1-3-3 - العوامل المتعلقة بالبعد المهني:

لما كانت المهنة ومتطلباتها هي الجانب الأبرز والبعد الأهم الذي يحدد للعامل فيها انتمائه لعمله والتزامه به وبأهدافه، فإن ظروف العمل وبنيتها تسهمان الى حد بعيد في زيادة أو انخفاض حدة ضغط العمل الواقع على العامل، وعلى هذا فإن إحساس العامل بفشله في تحقيق أهداف العمل وكذلك إحساسه بالفشل في إشباع حاجاته الأساسية من خلال العمل الذي يقوم به سوف يقوده الى حالة من المعنوية المنخفضة، وعدم الرضا عن العمل بأعاد مختلفة وبالتالي الى الإحترق النفسي. (حرب، 1998)

كما أورد الرافيقي والقضاة (فرحان، 2010) أسباب الإحترق النفسي كما وردت في دراسات الفرح على النحو التالي:

- العمل لفترات طويلة والعبء التدريسي الزائد
- غموض الدور والرتابة، والملل في العمل
- فقدان الشعور بالسيطرة على مخرجات العمل والإنتاج، وعدم ارضا الوظيفي.
- الشعور بالعزلة في العمل وضعف العلاقات الإجتماعية.
- ضعف استعداد الفرد للتعامل مع ضغوط العمل
- الخصائص الشخصية للفرد والتي تتعلق بالإلتزام والإخلاص في العمل.

1-4-4 - أعراض الإحتراق النفسي :

تنقسم أعراض الإحتراق النفسي الى ما يلي :

1-4-1 - الأعراض النفسية :

يتميز الفرد بحالة من التغيير في العواطف تكون غالبا سلبية ومزعجة وأكثرها ظهورا هي ارتفاع درجة التوتر والإستشارة والقلق وعدم القدرة على التحكم في الإنفعالات كما تظهر علامات الخوف من الفشل وعدم الإستقرار الداخلي والإحساس بالضيق، إضافة الى كل هذا تكون مصحوبة بانخفاض في الروح المعنوية وقوة الإرادة والشعور بالإكتئاب، مع ضعف الدافعية هبوط درجة الحماس، وتمتد هذه الأعراض من صدق العاطفة الى الإرهاق العاطفي والإحساس بالعجز واليأس.

1-4-2 - الأعراض الفسيولوجية :

تظهر على الفرد مجموعة من الأعراض الفسيولوجية بحيث يفقد الفرد حماسه ونشاطه وقد يتحول الشعور بالإرهاك الى مرض حقيقي تترجمه إما آلام معوية أو الشكوى من الصداع و ضيق في التنفس وحتى النقص في الوزن وذلك كنتيجة للإحساس بالتعب المتراكم فيفقد بذلك حيويته ومن ثم التأثير على سير حياته الطبيعية.

1-5-5 - مراحل الإحتراق النفسي :

تمر عملية الإحتراق النفسي للفرد بعدة مراحل هي :

1-5-1 - المرحلة الأولى :

حيث يشعر الفرد بضغوط العمل نتيجة عدم التوازن ما بين متطلبات العم والقدرة الذاتية اللازمة لمواجهة تلك المتطلبات.

1-5-2- المرحلة الثانية :

يعاني الفرد من الإجهاد والتوتر الذين هما ردة فعل طبيعية ومباشرة وعاطفية لضغوط العمل.

1-5-3- المرحلة الثالثة:

تتكون لدى الفرد مجموعة من التغيرات في الإتجاهات والسلوك، كالميل الى معاملة المستفيد بطريقة آلية والإنشغال بشباع الحاجات الشخصية وما يترتب على ذلك من عدم الإلتزام بالمسؤولية. (الخرتاوي، هند عبد الله، 1991)

هذا من جهة، ومن جهة أخرى أعطى كل من أيدوش و برودسكي **Edduish et Brodskey** أن

ظاهرة الإحتراق النفسي تمر عبر أربع مراحل هي :

- فترة الحماس : وتتمثل في زيادة جهد المعلم وآماله وتوقعاته، لإعتقاده أن العمل يعده بالحصول على كل ما يريد.
- مرحلة الركود والجمود: وفي هذه المرحلة يقوم المعلم بعمله ولكن حماسه وجهده يقلان كثيرا.
- مرحلة الإحباط: يحاول المعلم في هذه المرحلة أن يناقش مع نفسه جدوى العمل وفائدته وخاصة أن الطلبة لا يستجيبون ، والإدارة بيروقراطية، والأهل لا يهتمون، والراتب سيء، وبذلك العمل يصبح تهديدا للمعلم.
- مرحلة اللامبالاة: في هذه المرحلة يصبح المعلم لا يبالي او لا يهتم في عمله ولا في الإدارة، وحتى بنفسه، لذلك يحتقر مهنته ويبت هذا في نفوس الطلبة وزملاؤه، ويعاني نتيجة ذلك من اضطرابات جسمية ونفسية.

(عساف، 1994)

1-6- أبعاد الإحتراق النفسي:

يعتبر الإنهك الإنفعالي البعد المركزي للإحتراق النفسي ، فعندما يصف الأشخاص أنفسهم أو غيرهم بأنهم يخبرون حالة الإحتراق النفسي، غالبا ما يرجعون إلى تجاربهم مع الإنهك الإنفعالي، ويعد هذا الأخير من أكثر المظاهر الخاصة بالإحتراق النفسي، كما أن التركيز على هذا البعد في التعريف بالإحتراق النفسي جعل بعض الباحثين يرون بأن البعدين

الآخرين غير ضرورين كمظهرين للعرض، كما أن العديد من الباحثين قدموا انتقادات واسعة حول سيورة الإحتراق النفسي وفق أبعاده الثلاثة. (شريط، 2012، صفحة 93)

ويرى كل من بيرلمان وهارتمان وماسلاش وجاكسون أن الإحتراق النفسي يتكون من ثلاثة أبعاد هي :

1-6-1 - الإجهاد الإنفعالي:

وهو استنزاف المهني لطاقته البدنية والنفسية وفقدانه لحيويته ونشاطه الذي كان يتمتع به في الماضي.

1-6-2 - تبدل الشعور :

وهو حالة المهنيين الذين تتولد فيهم مواقف سلبية وساخرة وتهمكية اتجاه الآخرين بحيث يتعاملون معهم كأنهم

أشياء بدون قيمة إنسانية

1-6-3 - نقص الشعور بالإنجاز : (العلي، 2003، صفحة 56)

ويشير الى تقييم المهني لنفسه بطريقة سلبية بأنه غير قادر على القيام بواجباته بالمستوى المطلوب.

وحسب الدراسة التي قامت بها (الزهراني، 2008) فإن أبعاد الإحتراق النفسي هي :

- الإستنزاف الإنفعالي :

بما أن المشاعر الإنفعالية استنزفت فإن العاملين لا يستطيعون أو ليست لديهم القدرة على اعطاء كما كانوا من

قبل، وتمثل هذه المشاعر في شدة التوتر والإجهاد، وشعور العامل بأنه ليس لديه شيء متبق ليعطيه للآخرين على

المستوى النفسي.

- فقدان الآنية:

ويوضح الإتجاهات السلبية اتجاه من يعمل معهم العامل المحترق نفسياً، وهذه الإتجاهات السلبية والتي

تكون أحياناً تهمكية لا تمثل الخصائص المميزة للعامل، وتعرف كل من ماسلاش وبينز (Maslash, Penes 1977)

هذا البعد بأن احساس بالإنسانية والسخرية من العملاء، والذي يظهر في صورة تحقير أثناء المعاملة.

- نقص الإنجاز الشخصي:

وهذا البعد يحدث حينما يبدأ الأفراد في تقييم أنفسهم تقييماً سالباً، وحينما يفقدون الحماس للإنجاز، وعندما يشعر العامل بأنه لم يعد كفء في العمل مع عملاءه، وبعد قدرته على الوفاء بمسؤولياته الأخرى.

1-7- مؤشرات الإحترق النفسي :

قبل تعرض الفرد الى الإحترق النفسي لابد من ظهور بعض المؤشرات والدلائل التي لابد أن تؤخذ بعين

الإعتبار كنوع من التحذير بأنه في طريقه الى افحترق نفسيا، وحسب باربارا ابراهام **Barbara Abraham** فإن هناك أربعة مؤشرات توردها فيما يلي:

- الإنشغال الدائم والإستعجال في إنهاء القائمة الطويلة التي يدونها الفرد ويسعى الى تنفيذها كل يوم بطريقة ميكانيكية وآلية يكون حضوره جسديا فحسب ، وبالتالي نجده يضحى بحاضره فلا يعيشه ولا يشعر به.

- تأجيل الأمور السارة والأنشطة الإجتماعية من خلال اقناع الذات بأن لهذه الأمور وقتا آخر حين يفرغ، وتستمر عملية التأجيل بحيث لا يأتي زمن هذه الأنشطة المؤجلة ويعيش الفرد حينها في التسويف لأن التأجيل أصبح قاعدة ومعيارا في حياة الفرد.

- العيش حسب قاعدة يجب و ينبغي فلا يستطيع إرضاء نفسه ولا إرضاء الآخرين، لأنه يتعامل بصرامة تجاه نفسه وتجاه الآخرين.

- فقدان الرؤية أو المنظور وذلك بسبب الإهتمامك في العمل لأن كل شيء لديه يصبح مهما وعاجلا، ويجد نفسه كثير التردد عند اتخاذ القرارات. (محمد، 2013)

1-8- الوقاية من الإحترق النفسي:

حالة الإحترق النفسي ليست دائمة بل يمكن تفاديها والوقاية منها، ويعتبر قيام الفرد العامل بدوره المتمثل في

حياة متوازنة من حيث التغذية والنشاط الحركي والإسترخاء اهني من الأمور الحيوية والمكملة للجهود الأساسية في تفادي

الإحترق النفسي، ولقد أوصى الباحثون بضرورة اتباع الخطوات التالية:

- إلمام الفرد وإدراكه بالأعراض التي تؤدي الى حدوث ظاهرة الإحتراق النفسي.

تحديد أسباب حدوث الإحتراق النفسي من خلال الحكم الذاتي عليها بالإرتكاز على اجراء اختبارات توضح تلك الأسباب.

- تقسيم تلك الأسباب إلى أولويات والتعامل معها حيث يصعب عمليا التعامل معها دفعة واحدة.

- اللجوء الى تطبيق بعض الأساليب واتخاذ خطوات عملية لمواجهة الضغوط نذكر منها:

الحصول على دعم اجتماعي من خلال تكوين صداقات مع الآخرين، تنمية مهارة إدارة الوقت، تنمية هوايات مواجهة الحياة كتحدي القدرات الذاتية، الإبتعاد قدر الإمكان عن جو العمل، الإستعانة بمختصين في المجال، والإعتراف الشخصي بوجود المشكلة لزيادة الإيجابية في مواجهتها. (عسكر، 2000، صفحة 127)

9-1- بعض النظريات المفسرة للإحتراق النفسي:

تعتبر النظريات من الوسائل الهامة التي تساعدنا على معرفة وتوضيح العلاقات الموجودة بين الأشياء أو الظواهر المختلفة، وهذا يعني أنها تفترض شرح أو تفسير عملية يستدل عليها من السلوك الظاهر، أي أننا نرى بعض الأحداث ونحاول أن نفهم مغزى هذه الأحداث (تفسيرها)، وذلك بافتراض أن هناك أشياء أو عمليات معينة إذا وقعت فإن الأحداث أو الظاهرة التي نلاحظها سوف تحدث (العزة، 1999، صفحة 11)

وقد اختلفت النظريات التي اهتمت بدراسة الضغوط النفسية طبقا لاختلاف الأطر النظرية التي تبنتها وانطلقت منها على أساس أطر فيزيولوجية أو نفسية أو اجتماعية، كما اختلفت هذه النظريات فيما بينها بناء على ذلك من حيث مسلمات كل منها.

فنظرية سيلبي تتخذ من استجابة الجسم الفيزيولوجية أساسا على أن الفرد يقع تحت تأثير موقف ضاغط؛ بينما سيلبرجر اتخذ من قلق الحالة، وهو عامل نفسي أساسي للتعرف على وجود الضغط؛ أما موراي فالضغط عنده خاصية أو صفة لموضوع بيئي؛ أما لازاروس فنظريته تعتمد على عملية الإدراك في تفسير الضغوط؛ ومن هنا كان منطقي أن تختلف

النظريات فيما بينها أيضا في مسلمات الإطار النظري لكل منها (عثمان، 2001، صفحة 98)؛ وهو ما يتضح من العرض التالي:

1-9-1- نظرية هانز سيلبي:

توصل عالم الغدد الصماء هانز سيلبي Hans Selye عام 1936 إلى أن هناك استجابة متسلسلة للضغوط من الممكن التنبؤ بها أسمائها الأعراض العامة للتكيف (General Adaptation Syndrome) (هيجان، 1998)

وللبحث عن مصطلح يلخص هذا المفهوم أفضل تلخيص اتجه (هانس سيلبي) إلى العلوم الفيزيائية واستعار مصطلح الضغط ، ليصف استجابة الجسم لمطلب ما؛ وكان من الضروري عندئذ أن يضع مصطلح آخر يصف هذا المطلب، لذا فقد ابتكر مصطلح الضاغظ ، وهو أي حادث يعمل بوصفه منبها يفرض مطالب على الفرد، ويتسبب في إثارة السلوك وتحريكه، فالضواغظ البسيطة ينتج عنها رد فعل الضغط المعتدل، والضواغظ الشديدة ينتج عنها ردود أفعال زائدة (عبدالخالق، 1998)

كان هانز سيلبي بحكم تخصصه كطبيب متأثرا بتفسير الضغوط تفسيراً فيزيولوجياً، وتنطلق نظريته من مسلمة ترى أن الضغط متغير غير مستقل، وهو استجابة لعامل ضاغظ يميز الفرد ويصفه على أساس استجابته للبيئة الضاغطة، وأن هناك استجابة أو أنماط معينة من الاستجابات يمكن الاستدلال منها على أن الفرد يقع تحت تأثير بيئي مزعج (موقف ضاغظ)، ويعتبر سيلبي أن أعراض الاستجابة الفيزيولوجية للضاغظ عالمية، وهدفها المحافظة على الكيان والحياة (عثمان، 2001)

وافترض سيلبي أن هناك ثلاث مراحل هامة يمكن أن تفسر استجابة الفرد للضغط أطلق عليها مصطلح: أعراض التكيف العام (G.A.S). وهذه المراحل هي:

أ - مرحلة الإنذار:

وفي هذه المرحلة يؤدي حدوث الضغط إلى حشد آليات التكيف في جسم الإنسان للمساعدة على الاستجابة

الدفاعية في مواجهة الضغط.

ب - مرحلة المقاومة:

وفي هذه المرحلة تحاول آليات التكيف في جسم الإنسان المقاومة المستمرة في مواجهة الضغوط، ومحاولة استعادة

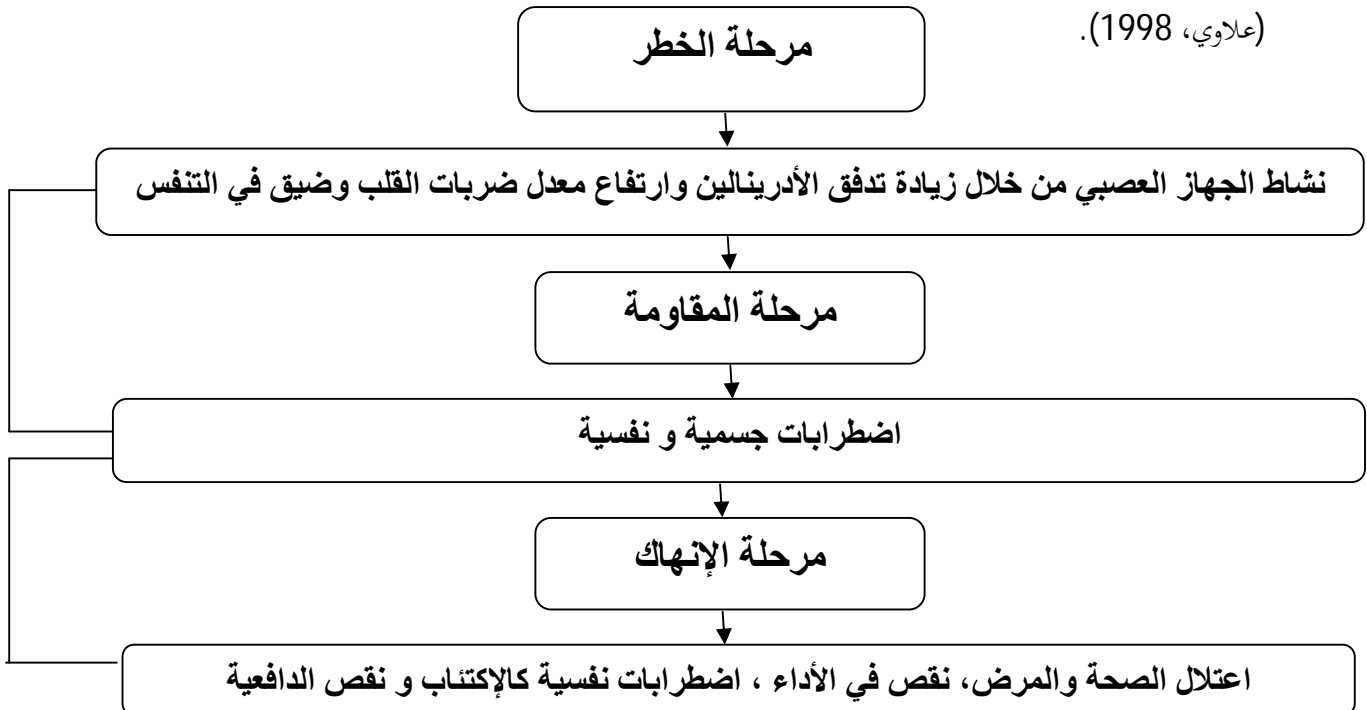
التوازن النفسي للفرد، وفي حالة عدم جدوى هذه العمليات فعندئذ تصبح المقاومة غير فاعلة ويصل الفرد إلى المرحلة الثالثة.

ج - مرحلة الإنهاك:

وفي هذه المرحلة يحدث استنزاف قوي لآليات التكيف في جسم الإنسان، وتصبح غير قادرة على المقاومة،

وبذلك يحدث الإنهاك، وباستمرار حدوث الإنهاك فإن ذلك يؤدي إلى الأمراض والعجز وتلف بعض أجهزة الجسم

(علاوي، 1998).



الشكل (01) رقم يوضح مراحل الإحترق النفسي حسب نظرية هانز سيلبي

1-9-2 - نظرية سييلبرجر:

تعتبر نظرية (سييلبرجر) في القلق مقدمة ضرورية لفهم الضغوط عنده، فقد أقام نظريته في القلق على أساس التمييز بين القلق كسمة والقلق كحالة، ويقول أن للقلق شقين: سمة القلق أو القلق العصبي أو المزمن، وهو استعداد طبيعي أو اتجاه سلوكي يجعل القلق يعتمد بصورة أساسية على الخبرة الماضية؛ أما قلق الحالة وهو قلق موضوعي أو موقفى يعتمد على الظروف الضاغطة؛ وعلى هذا الأساس يربط سييلبرجر بين الضغط وقلق الحالة، ويستبعد ذلك عن القلق كسمة حيث يكون من سمات شخصية الفرد القلق أصلاً.

وفي الإطار المرجعي للنظرية إهتم (سييلبرجر) بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها، ويعتبر العلاقات بينها وبين ميكانيزمات الدفاع التي تساعد على تجنب تلك النواحي الضاغطة (كبت - إنكار - إسقاط) وتستدعي سلوك التجنب.

ويميز (سييلبرجر) بين مفهوم الضغط ومفهوم القلق، فالقلق عملية انفعالية تشير إلى تتابع الاستجابات المعرفية السلوكية التي تحدث كرد فعل لشكل ما من الضغوط، أما الضغط فيشير إلى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي تتسم بدرجة ما من الخطر الموضوعي (عثمان، 2001، الصفحات 99 - 100)

1-9-3 - نظرية موراي:

يعتبر (موراي) أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة، ويعرف الضغط بأنه صفة لموضوع بيئي أو شخصي يسهل أو يعوق مجهودات الفرد للوصول إلى هدف معين، ويميز (موراي) بين نوعين من الضغوط هما:

- ضغط بيتا **Beta stress**: ويشير إلى دلالة الموضوعات البيئية والأشخاص كما يدركها الفرد.

- ضغط ألفا **Alpha stress**: ويشير إلى خصائص الموضوعات ودلالاتها كما هي.

ويوضح (موراي) أن سلوك الفرد يرتبط بالنوع الأول (ضغط بيتا)، ويؤكد على أن الفرد بخبرته يصل إلى ربط موضوعات معينة بحاجة بعينها، ويطلق على هذا المفهوم تكامل الحاجة؛ أما عندما يحدث التفاعل بين الموقف الحافز والضغط والحاجة الناشطة فهذا ما يعبر عنه بمفهوم ألفا (عثمان، 2001، صفحة 100)

1-9-4- نظرية لازاروس أو نظرية التقدير المعرفي :

نشأت هذه النظرية نتيجة الاهتمام الكبير بعملية الإدراك والعلاج الحسي الإدراكي، والتقدير المعرفي هو مفهوم أساسي يعتمد على طبيعة الفرد، حيث إن تقدير كم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه رابطة بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط وبذلك يستطيع الفرد تفسير الموقف؛ ويعتمد تقييم الفرد للموقف على عدة عوامل منها: العوامل الشخصية، العوامل الخارجية الخاصة بالبيئة الاجتماعية، العوامل المتصلة بالموقف نفسه.

وتُعرف نظرية التقدير المعرفي الضغوط بأنها تنشأ عندما يوجد تناقض بين المتطلبات الشخصية للفرد، ويؤدي ذلك إلى تقييم التهديد وإدراكه في مرحلتين هما:

- المرحلة الأولى: تحديد ومعرفة أن بعض الأحداث في حد ذاتها شيء يسبب الضغوط.
- المرحلة الثانية: يحدد فيها الطرق التي تصلح للتغلب على المشكلات التي تظهر في الموقف. ويمكن (عثمان،

2001، الصفحات 100 - 101)

ما يعتبر ضاغطا لفرد ما لا يعتبر كذلك بالنسبة لفرد آخر، ويتوقف ذلك على سمات شخصية الفرد وخبراته الذاتية ومهاراته في تحمل الضغوط وحالته الصحية، كما يتوقف على عوامل ذات صلة بالموقف نفسه قبل نوع التهديد وكمه والحاجة التي تهدد الفرد، وأخيرا عوامل البيئة الاجتماعية كالتغيير الاجتماعي ومتطلبات الوظيفة (عثمان، 2001،

صفحة 101)

1-9-5- نظرية ماسلو :

وضع ماسلو الدوافع على شكل سلسلة أو هرم متدرج من الحاجات الفسيولوجية مثل العطش والجوع، ثم تأخذ بالإرتفاع تدريجياً نحو حاجات نفسية أعلى كالحاجات الى الأمن والحب والتقدير الإيجابي وتحقيق الذات، ولا يمكن للفرد إشباع الحاجات العليا التي توجد في قمة الهرم دون إشباع الحاجات الفسيولوجية الأولية التي توجد في قاعدة الهرم. وبذلك توصل ماسلو إلى تبيان الشعور بالضغط الذي يأتي نتيجة لنقص إشباع الحاجات ولا سيما الحاجات الفسيولوجية، مما يؤدي الى الشعور بالضغط، بمعنى آخر فالضغوط النفسية تنتج عندما يفشل الفرد في إشباع حاجاته العضوية والنفسية. (حسين، 2006)

أما حسب الدراسة التي قام بها كل من **عمار الفريحات، ووائل الرضي** حول مستويات الإحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال ، فإن الإحترق النفسي لم يكن محدد بشكل واضح وإنما تم ربطه بضغوط العمل وتم تفسيره في إطار بعض النظريات التي نذكرها فيما يلي:

1-9-6- نظرية التحليل النفسي :

يؤكد صاحب هذه النظرية **سيجموند فرويد Freud** أن الإحترق النفسي هو ناتج عن عملية ضغط الفرد على الأنا لمدة طويلة ، وذلك مقابل الإهتمام بالعمل، مما قد يمثل جهداً مستمراً لقدرات الفرد مع عدم قدرته على مواجهة تلك الضغوط بطريقة سوية، أو أنه عبارة عن ناتج لعمليات الكبت أو الكف للربغبات غير المقبولة بل المتعارضة في مكونات الشخصية، مما ينشأ عنه صراع بين تلك المكونات ينتهي في أقصى مراحلها الى الإحترق النفسي، كما أكد فرويد كذلك بأن الإحترق النفسي يكون ناتج عن فقدان الأنا المثل الأعلى لها وحدوث فجوة بين الأنا والآخر الذي تعلقته به، وفقدان الفرد جانب المساندة التي كان ينتظرها، كما أنه يمكن استخدام بعض فنيات مدرسة التحليل النفسي لعلاج الإحترق النفسي كالتنفيس الإنفعالي. (الرضي، 2010)

وحسب (الرشدان، 1995) فإن تفسير فرويد لسلوك الإنسان يقترب من تفسير الوجوديين له حيث يرى هؤلاء أن القوى الدافعة للسلوك هي قوى داخلية تسبب الصراع الداخلي بين مكونات الأنا والهو والأنا الأعلى التي يسبب القلق والإكتئاب والإحترق، وحسب رأيهم فإن العمليات النفسية كالإنفصال والقلق والإكتئاب والتوتر والإحترق هي مصادر السلوك الظاهري للإنسان مثل تبدل الشعور، الإجهاد والإنعزال عن الآخرين.

1-9-7- النظرية السلوكية:

فسرت هذه النظرية الإحترق النفسي في ضوء عملية التعلم على أنه سلوك غير سوي تعلمه الفرد نتيجة ظروف البيئة غير المناسبة، فالمعلم مثلا الذي يعمل في مدرسة لا تتوفر فيها الوسائل التعليمية اللازمة، ويوجد بها مدير ومعلمين غير متعاونين، وكذلك وجود تلاميذ لا تتوفر لديهم دافعية صادقة للتعلم، فضلا عن ضغوط الأسرة والإرتفاع الكبير في تكاليف المعيشة، كل ذلك يدخل في نطاق البيئة المحيطة بالمعلم وتلك البيئة بهذا الشكل غير مناسبة، وإذا لم يتعلم الفرد سلوكات تكيفية مقبولة فإنه يتعلم سلوكا غير سوي، يسمى الإحترق النفسي، ومع ذلك يمكن استخدام فنيات تعديل السلوك لمقابلة تلك المشكلة، ومن الفنيات السلوكية المفيدة في التصدي لمشكلة الإحترق النفسي فنية التعزيز وزيادة الدعم للفرد، والضبط الذاتي من خلال السيطرة الذاتية على الضغط، والإسترخاء وأخذ الحمامات الدافئة.

كما يرى واضعوا هذه النظرية أن السلوك هو نتاج الظروف الفيزيقية والبيئية، ولم تتجاهل هذه النظرية مشاعر وأحاسيس الإنسان مثلما لم تتجاهل العمليات العقلية الداخلية له مثل الإرادة، الحرية والعقل، وحسب السلوكيين فإن الإحترق النفسي هو حالة داخلية شأنه شأن القلق والغضب، لهذا نجد أن النظرية السلوكية ترى أن الإحترق النفسي هو نتيجة لعوامل بيئية، وإذا ما تم ضبط تلك العوامل فإن من السهولة بما كان التحكم بالإحترق النفسي، وهذا ما تؤمن به العديد من الدراسات والنظريات العلمية حاليا في أهمية وضرة تعديل السلوك لضمان درجة عالية من الأداء

والإنتاجية في مختلف مجالات العمل. (الرشدان، 1995)

1-9-8- النظرية الوجودية :

تركز هذه النظرية تفسيرها للإحترق النفسي على عدم وجود المعنى في حياة الفرد، فحينما يفقد الفرد المعنى والمعزى من حياته فإنه يعاني نوعاً من الفراغ الوجودي الذي يجعله يشعر بعدم أهمية حياته، ويحرمه من التقدير الذي يشجعه على مواصلة الحياة، فلا يحقق أهدافه وبالتالي يتعرض للإحترق النفسي، لذلك فالعلاقة بين الإحترق النفسي وعدم الإحساس بالمعنى علاقة تبادلية فهما وجهان لعملة واحدة.

10-1- نماذج الإحترق النفسي: (محمد، 2013)

لقد ظهرت عدة نماذج نظرية لدراسة وفهم الإحترق النفسي ، نذكر من بين هذه النماذج ما يلي:

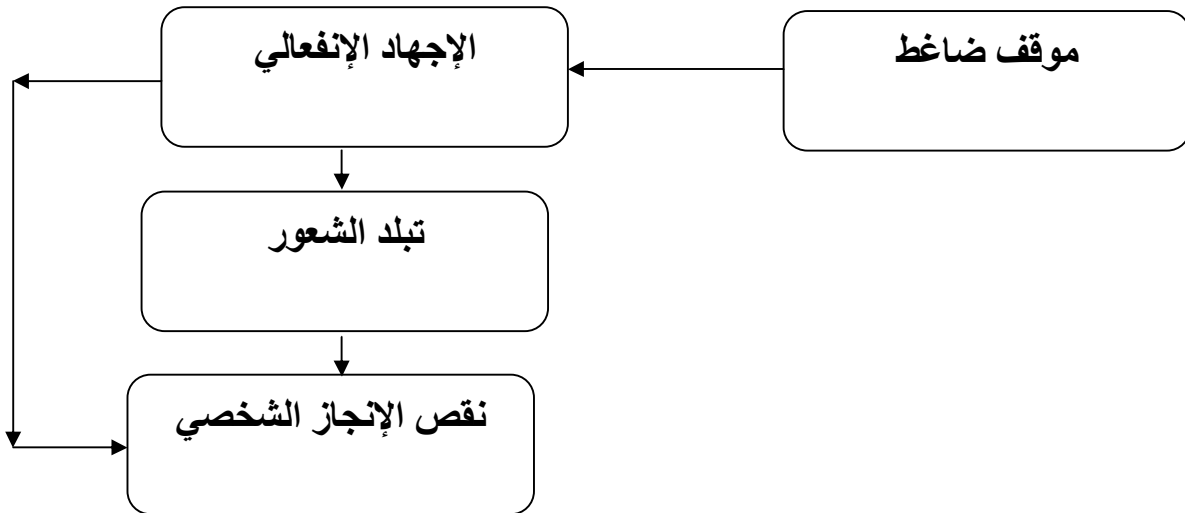
1-10-1 - نموذج ماسلاش للإحترق النفسي:

يتكون هذا النموذج من ثلاثة أبعاد هي :

- الإجهاد الإنفعالي .
- تبدل الشعور .
- نقص الشعور بالإنجاز الشخصي .

حيث تشير **ilisabeth Grebot 2008** في شرح أبعاد ماسلاش بأن الإحترق النفسي يبدأ

بالإجهاد الإنفعالي ثم يستمر مع تبدل الشعور ونقص الشعور بالإنجاز الشخصي.



الشكل رقم (02):

يوضح أبعاد الإحترق النفسي حسب ماسلاش وجاكسون

1-10-2 - نموذج Edelwich et Brodsky:

ويتكون هذا النموذج من أربعة مراحل هي :

- الحماس.
- الركود.
- الإحباط.
- اللامبالاة.

1-10-3 - نموذج Jones et Emanuel:

قدما مراحل للإحترق النفسي مشابهة للتناظر الكيميائي و مرحله هي :

- الإحماء.
- الغليان.
- الانفجار.

1-10-4 - نموذج Selye:

حيث أن الإحترق وفق هذا النموذج لا يحدث فجأة بل يحدث عقب ارهاصات، كما أنه يمر بثلاثة مراحل

هي:

- مرحلة الإنذار أو التنبيه.
- مرحلة الإستجابة للإنذار والمقاومة.
- مرحلة الإحترق النفسي.

بحيث يمر الفرد في المرحلة الأولى بنشاط الجهاز العصبي الذي يتمثل في زيادة غفراز الأدرينالين وإرتفاع ضربات القلب والضغط مصحوبة باضطرابات في المعدة وضيق في التنفس تليها بعد ذلك المرحلة الثانية وهي مرحلة الإستجابة للإنذار ويدخل الفرد في المقاومة من جراء معاناته من اضطرابات نفس جسمية، ثم تتطور الى المرحلة الأخيرة وهي مرحلة الإحترق النفسي حيث تعتل صحة الفرد ويصبح يشعر بالإهناك مع نقص في الدافعية والأداء والإكتئاب.

1-10-5- نموذج تشيرنيس Cherniss:

أشار تشيرنيس الى أن الإحترق النفسي ينشأ نتيجة تفاعل أربعة عمليات هي :

- خصائص محيط وبيئة العمل : ومن جملتها عبء العمل، أهداف المدرسة والقيادة والإستقلالية.
 - المتغيرات الشخصية للفرد: ومنها الخصائص الديمغرافية، الرضا المهني، الدعم خارج العمل.
 - مصادر الضغوط: تدني تقدير الذات، نقص الكفاءة، المشاكل مع الزملاء، نقص الإنجاز.
 - متغيرات الإتجاهات السلبية: نقص الإهتمام بالذات، عدم وضوح أهداف العمل، التناقض بين المثالية والواقعية، الإغتراب النفسي، نقص المسؤولية الشخصية.
- فمع وجود خصائص محيط العمل السلبية وخصائص الشخصية السلبية تؤدي إلى تكوين اتجاهات سلبية لدى الشخص، كعدم وضوح أهداف العمل ونقص المسؤولية الشخصية والإغتراب الوظيفي ونقص الإهتمام بالذات، يجعل الفرد غير قادرا على التعامل مع مصادر الضغوط الملحة فيجد نفسه في شرك مع الإحترق النفسي.

خلاصة:

تلعب الضغوط النفسية دورا كبيرا في حياة المدرب الرياضي في المجال التدريبي إذ أنها ترسم له الطريق نحو تحقيق الهدف من عدمه وهو ما استخلصه الباحث من هذا الفصل حيث تلعب البيئة المحيطة والتعامل مع مختلف الأفراد والأوضاع التدريبية والمنافسة دورا فعالا في كيفية التحكم في الإنفعالات والبعد عن الإجهاد العقلي والبدني وهم وما فسرتهم أغلب النظريات التي تطرقنا إليها كالنظرية الوجودية و النظرية المعرفية.

الفصل الثاني

الدافعية الرياضية

تمهيد:

تعتبر الدافعية من أهم مواضيع علم النفس المعاصر وذلك نظرا للأهمية التي تلعبها في مجال دراسة سلوك الإنسان باعتبارها حالات في الكائن الحي نستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة من نشاط الكائن الحي نفسه .

وبدراستنا للدافعية فإننا نضيف إلى فهم السلوك الإنساني في تصورنا عن الدافع المحدد للهدف الذي يصنعه الفرد لنفسه وبذلك يخطو خطوة واسعة نحو فهم سلوك الفرد في مجتمع من الأفراد يفكرون ويناضلون ويفشلون .

ولقد وردت عدة تعاريف لمصطلح الدافع اختلف فيها علماء النفس باختلاف تخصصاتهم (علم النفس التربوي، علم النفس الفيزيولوجي) لكنهم اتفقوا في المعنى و نحاول في هذا الفصل إعطاء أهم تعاريف الدافع والدافعية محاولا الكشف عن كل الجوانب المحيطة بالمصطلحين.

2-1- مفهوم الدافعية :

لقد حظي موضوع الدافعية باهتمام كبير نظراً لأنها تمثل أهم موضوعات علم النفس وأكثرها دلالة سواء على المستوى النظري أو التطبيقي، إضافة إلى بروزها في السنوات الأخيرة كأحد المعالم المميزة للدراسة والبحث في ديناميات الشخصية والسلوك، وعلى إثر هذا الإهتمام البالغ تعددت محاولات تعريفها وتحديد معناها بشكل دقيق مما قادنا إلى التفتيش عن أنسبها في هذه الدراسة والتي نذكرها كما يلي :

وتعرف الدافعية بأنها "الطاقة الحيوية الكامنة، أو الاستعداد الفسيولوجي النفسي الذي يثير في الفرد سلوكاً مستمراً متواصلًا لا ينتهي حتى يصل إلى أهدافه المحددة سواء كان ذلك السلوك ظاهراً يمكن مشاهدته أو خفياً لا يمكن مشاهدته وملاحظته (الخيكان، 2011)

وفي مفهوم آخر الدافعية هي العمليات أو الحالات الداخلية أو الخارجية للعضوية التي تحرك السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف معين وتحافظ على استمراريته حتى يتحقق ذلك الهدف (عدس، 2002)

كما أن الدافعية هي عبارة عن طاقة كامنة في الكائن الحي تعمل على استثارتها ليسلك سلوكاً معيناً في العالم الخارجي، ويتم ذلك عن طريق اختيار الإستجابة المفيدة له وظيفياً في عملية تكيفه مع بيئته الخارجية ، ووضع هذه الإستجابة في مكان الأسبقية على غيرها من الإستجابات المحتملة، مما ينتج عنه إشباع حاجة معينة أو الحصول على هدف معين. (باهي، 2004)

كما يشير محمد حسن علاوي إلى الدافعية بأنها مصطلح عام يشير إلى العلاقة الدينامية بين الفرد و بيئته و تشمل العوامل و الحالات المختلفة (الفطرية، المكتسبة، الداخلية و الخارجية ، المتعلمة و الغير متعلمة، الشعورية و اللاشعورية و غيرها). و التي تعمل على بدء و توجيه و استمرار السلوك و بصفة خاصة حتى يتحقق هدف ما. (علاوي، 2004)

يرى أسامة كامل راتب أن الدافعية هي استعداد الرياضي لبذل أقصى جهد من أجل تحقيق هدف معين وحتى يفهم هذا المعنى لابد من فهم ثلاثة عناصر مهمة تتعلق بالدافع، الباعث والتوقع. (راتب، 2000)

كما عبر كل من (ياسين، 2008) و (بدران، 2003) على الدافعية في المجال الرياضي بأنها استعداد الرياضي لبذل الجهد من أجل تحقيق هدف معين.

يدخل في نطاق الدافعية مجموعة من المفاهيم يمكن التفريق بينها كما يلي:

أ- **الدافع:** هو استعداد داخلي او تلك الحالة من التوتر الجسمي والنفسي التي تثير السلوك وتوجهه نحو تحقيق هدف معين. فالدافعية ليست سلوك قابل للملاحظة بطريقة مباشرة ولكنها تكوين فرضي يستدل عليه من سلوك الكائنات الحية في المواقف المختلفة.

ب- **الحافز:** هو الالة المحركة للدوافع او هو ما يثير السلوك ويهيئه للعمل كما انه حالة من التوترات والضيق تنشيط الرياضي لآنها لا توجه سلوكه الرياضي، فالحافز اذا مجرد دفعة من الداخل.

ج- **الباعث:** هو الموضوع الخارجي الذي يختزل الحاجة او يشبعها والباعث ليس بدافع في ذاته ولكنه عبارة عن مواقف وموضوعات يتوقع حين الحصول عليها ان تشبع الدافع وقد يكون الدافع مادي او معنوي.

د- **الحاجة:** وهي الافتقار لشيء ما او هي حالة لدى الرياضي تنشأ عن انحراف الشروط البيولوجية وعدم الاتزان بين الرياضي وبيئته الخارجية. وان الاصل في الحاجة حالة من النقص والعوز والافتقار واختلال التوازن والتي تقترن بنوع من التوترات الضيق لا يلبث ان يزول بقضاء الحاجة.

هـ- **التوقع:** وهو توقع مقدار نجاح اللاعب ودرجة تحديد مستوى الدافع في الاداء الرياضي نحو انجاز الفوز والهدف من المنافسة فاللاعب الذي لديه قناعة بتوقع ايجابي لتحقيق الفوز سوف يبذل المزيد من الجهد. (كاظم، 2009)

2-2- أنواع الدافعية :

2-2-1- الدافعية الداخلية :

الدافعية الداخلية في المجال الرياضي هي الحالات الداخلية والمتأتية من داخل اللاعب نفسه تشبعها الممارسة الرياضية كهدف في حد ذاته، مثل الرضا والسرور والمتعة والشعور بالإرتياح كنتيجة للتغلب على تدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة والجرأة وقوة الإرادة أو بسبب المتعة الجمالية الناجمة من رشاقة وتناسق الأداء الحركي الذاتي للاعب و كذلك الإثارة والتحدي في مواجهة بعض العقبات ، ويتضح الدافع الداخلي في النشاط الرياضي عندما نلاحظ إقبال بعض النشء على ممارسة نشاط رياضي معين أو الانضمام لفريق رياضي بدافع الرغبة والحب في الممارسة ، وقد تستمر هذه الرغبة ما دام النشاط أو الأداء الرياضي يمثل له خبرة جيدة وليس هناك ما يهدده أو يعاقبه ويمنع استمراره فدافع الاستمرار في ممارسة النشاط الرياضي يشعر بالسعادة لأنه يمارس النشاط إن الدافع الداخلي ينبع من داخل الفرد ، ويحدث أثناء الأداء

2-2-2- الدافعية الخارجية :

يقصد بالدافع الخارجي حصول اللاعب على مكافأة خارجية جراء الأداء والممارسة وإن السبب الرئيسي بالاستمرار والإقبال على الأداء الرياضي هو المكافأة الخارجية المنتظر أن يتحصل عليها .

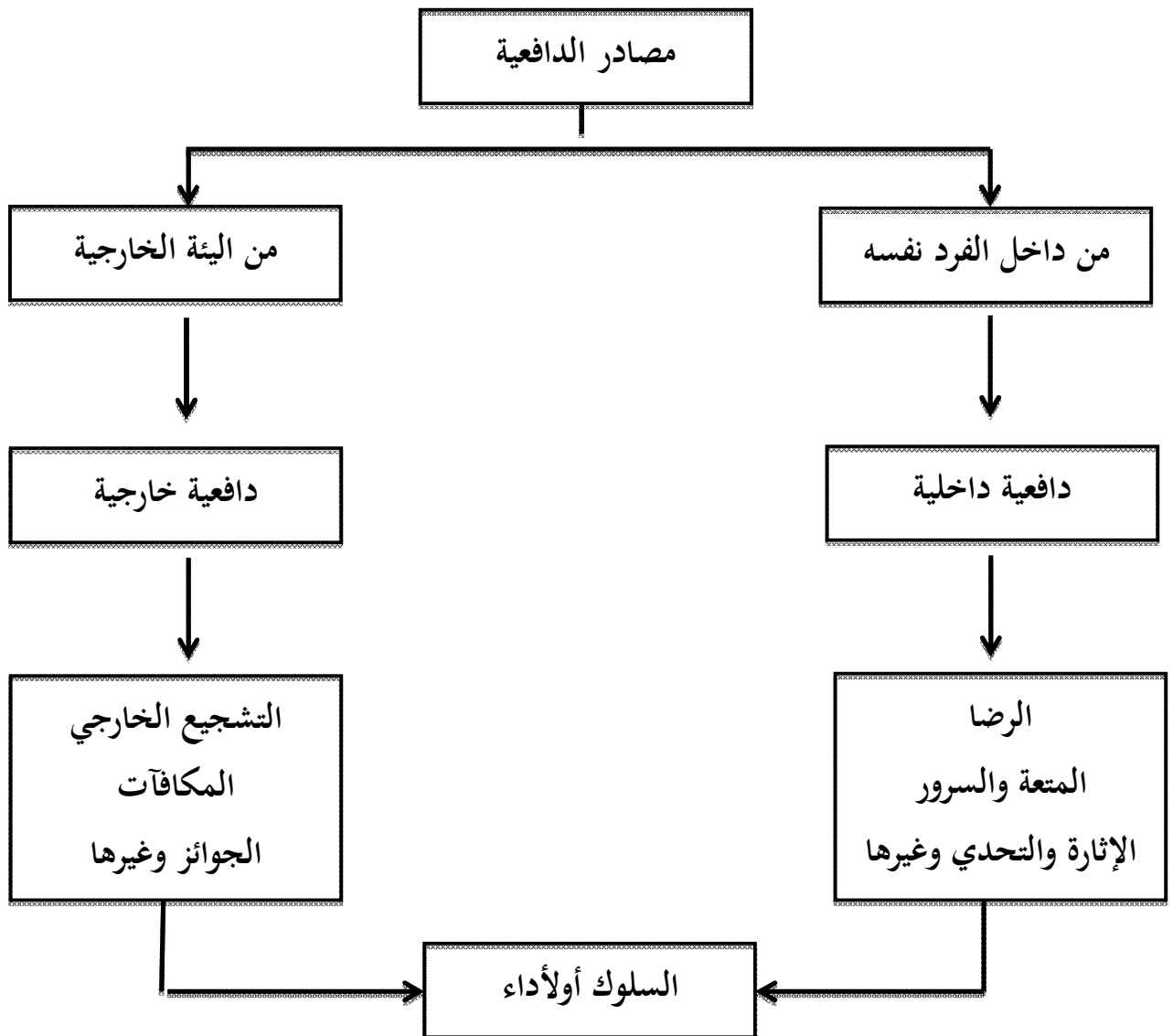
فالدافع الخارجي على النحو السابق ينشأ من خارج اللاعب وتحركه قيمة المكافأة الخارجية التي ينتظرها

إذن نعي بالدوافع الداخلية أسباب ودافع الخوض في النشاط الرياضي ، وعادة تقابل الدافعية الخارجية فالشخص المحفز داخليا يتصرف حتى يتحصل على المكافأة مرتبطة بالفعل ذاته ، فاهتمامه إذن مركز على تأدية الدور بمعنى البحث عن اللذة التي قد يشعر أثناء القيام بالفعل الرياضي، أما الشخص المحفز خارجيا فهو يتصرف حتى يتحصل على مكافأة خارجية عن فعله فاهتمامه إذن يتركز في هذه الحالة على الحصول على المكافأة مرتبطة بالفعل لا على الدور في حد ذاته .

(راتب, أسامة كامل، 1990)

2-2-3 - اللادافعية:

يمكن التعبير عن اللادافعية على أنها غياب نسبي للدافعية والتعبير الذاتي حيث أنه لا يمكن للفرد الموجود في حالة لادافعية أن يدرك العلاقة بين سلوكه والعواقب التي تنجر عنه فهو لا يملك أي نوع من أنواع الدافعية سواءا داخلية أو خارجية (vallerand, 2001)



الشكل رقم (03) يوضح مصادر الدافعية للسلوك والأداء

2-3- تعريف الدافع:

من المتعارف عليه عند البيكولوجيين أن سلوكيات الأفراد الناتجة عن الدوافع ولقد وردت عدة تعريفات للدوافع

نذكر منها:

الدافع هو "حالة من التوتر تثير السلوك في ظروف معينة و توجه وتؤثر عليه أو بمعنى آخر حالة من نوع خاص

توجه سلوك الفرد" (راتب، 1990) وعرف أيضا على أنه عبارة عن قوة موجودة داخل الفرد (الجابري)

كما يمكن تعريف الدافع " رغبة الرياضي في تحقيق النجاح والفوز في الإنجاز العالي كذلك الكسب والاستمتاع

بالمواجهة والتحدي وإنجاز الواجبات الصحية (علاوي، 1987)

وعرف أيضا " الدافع حالة داخلية تنتج عن حالة ما وتعمل هذه الحالة على تنشيط أو إستثارة السلوك الموجه

عادة نحو تحقيق الحاجة المنشطة (صليب، 1986)

هو أيضا " حالة داخلية أو إستعداد داخلي فطري أو مكتسب، شعوري أو لا شعوري، عضوي أو إجتماعي أو

نفسي، يثير السلوك ذهنيا كان أو حركيا" (رايح، 1986)

و نستنتج مما تقدم أن الدافع هو القوى أو الحالات التي نستنتجها من سلوك الفرد وتصرفاته ولا يمكن

ملاحظتها مباشرة

2-4- أنواع الدوافع:

أجمع الدارسون للسلوك الإنساني على تمييز أربعة أنواع من الدوافع والمتمثلة فيما يلي:

2-4-1- الدافع الفطري:

يمتاز بأنه عام و مشترك بين جميع أفراد النوع ومن أمثلة ذلك الجوع، الجنس، الصراع من أجل البقاء ويمتاز بظهوره في سن مبكرة و يعتبر اللعب وسيلة تربوية للطفل في المرحلة الأولى كما يمتاز بكونه دافعا قويا يثير سلوك الطفل. (عيساوي، 1990)

2-4-2- الدافع المكتسب:

هو دافع مشتق من الدوافع الفطرية وذلك بحكم تأثير المجتمع وما يفرضه من قيود على سلوك الفرد وتلعب التنشئة الإجتماعية دورا هاما في بعث هذه الدوافع والتي عن طريقها يكتسب الطفل حساسيته للدوافع الإجتماعية ومن بينها الإتجاهات التي يسلكها الطفل في حياته. (عيساوي، 1990)

2-4-3- الدافع الشعوري:

هو الدافع الذي يشعر الإنسان بوجوده ويستطيع تحديده وتتجلى الدوافع الشعورية أكثر من الأفعال والأعمال التي يقوم بها الفرد عمدا كالتوجه للملاعب أو التوجه لممارسة نشاط معين. (حرشاوي، 1995)

ونظرا لصعوبة الإستدلال بوجود هذه الدوافع إستخدمت علامات الإستدلال على وجود الأحداث الدافعة والتي أوردتها "جون سون براون" على النحو التالي:

- تغيير السلوك في مواجهة نفس الظروف المثيرة.
- ورد ذلك في تقبل الشخص للأشياء يوما ولكنه يرفضها في اليوم الموالي
- إضافة إلى ثبات السلوك أمام الظروف المتغيرة.

يقصد بها المحافظة على نفس السلوكيات في مواجهة الظروف المتغيرة، وهذا يعني القدرة العالية على الإستجابة لمختلف التأثيرات.

دون تغيير السلوك" وكذلك الإستجابة بالغة الشدة والتي تستدعيها المثيرات الضعيفة والمقصود منها الإستجابة العالية لمثير ضعيف. (brown, 1990)

2-4-4- الدافع اللاشعوري:

هو الدافع الذي لا يشعر الإنسان بوجوده ولا يستطيع تحديده ويتجلى الدافع اللاشعوري في الأفعال والأعمال والتي يقوم بها الفرد عن غير قصد أي بصورة عشوائية. (عشوي، 1994)

2-5- وظائف الدوافع:

إن أي رد فعل عن أي سلوك لا يمكن أن يحدث تلقائيا وإنما يحدث كنتيجة لما يدور في نفسية الفرد ومنه فالسلوك له أغراض تتجه نحو تحقيق نقاط معينة بما هذا الفرد حاجياته وغرائزه ومنه نستخلص أن للدوافع عدة وظائف تقوم بها لتنشيط السلوك وهي ثلاثة :

2-5-1- مد السلوك بالطاقة :

ومعنى ذلك أن الدوافع تستشير النشاط الذي يقوم به الفرد ويؤدي التوتر الذي يصحب إحباط الدافع لدى الكائن الحي إلى قيامه بالنشاط لتحقيق هدفه وإعادة توازنه وتدل الملاحظة على أن الإنسان والحيوان من خلال التجارب في الحياة اليومية كلاهما خاملا طالما حاجاته مشبعة أما إذا تعرض للحرمان فإنه ينشط من أجل إشباع هذه الحاجات و الرغبات فالدافع تمد السلوك بالطاقة فمثلا يمنح للاعب جائزة مكافأة له على تحسن قدراته وتكليلها بالنجاح، لكن سرعان ما تفتقد هاته المكافأة جاذبيتها إذا أدرك المراهق أن الرياضة أخلاق قبل أن تكون من أجل المكافأة ففي هذه النقطة تصبح المكافأة غير ضرورية.

2-5-2- أداء وظيفة الاختيار:

ويتجلى ذلك في أن الدوافع تختار نوع النشاط أو الرياضة التي يستجيب و يتفاعل معها المراهق و يهمل الأنشطة الأخرى ، فالذي يهوى كرة القدم نجده يكره كرة السلة مثلا ، كما أنها تحدد لحد كبير الطريقة التي يستجيب بها لمواقف أخرى ، فقد أقر " جوردن ألبرت " أنه عندما يكون اتجاه عام للمواقف و الميول فإنه لا يخلق فقط حالة التوتر يسهل استشارتها فتؤدي إلى نشاط ظاهر يشبع الموقف أو الميل بل يعمل كوسيلة خفية لانتشار واختيار كل سلوك متصل به وتوجيهه. (المليجي، 1984)

2-5-3- توجيه السلوك نحو الهدف:

إن مجرد عدم الرضا على حالة المراهق لا يؤدي ولا يكفي لإحداث التحسن و النمو عنده بل يجب توجيه طاقاته نحو أهداف معينة يمكن الوصول إليها و تحقيقها.

فالدكتور حلمي المليجي يلخص وظائف الدوافع فيما يلي:

- أ - إثارة الآليات و الأجهزة الداخلية أي أنها تمثل المصادر الداخلية للعمل.
- ب - مد السلوك بالطاقة اللازمة و بمساعدة المثيرات الخارجية التي تستثير السلوك.
- ج - اختيار نوع النشاط و تحديده.
- د - تأخير ظهور التعب تحول دون الملل مما يزيد من يقظة الفرد وقدرته على الإنباه ومقاومة التشتت.

2-6- خصائص الدوافع:

- لا بد أن للدافع أسس فطرية واضحة أو عوامل بيولوجية ظاهرة
- للثقافة و التربية دور هام في أنماط ونماذج ظهور الدوافع حسب ترتيب معين وفي أنماط إشباع هذه الدوافع.

• إهمال السيكلوجيين الغربيين للحاجات الروحية وما يمكن أن تؤديه من دور في توازن الشخصية وفي إستعادة التوازن بعد إختلاله.

لا يمكن فصل الدوافع بعضها عن بعض كفصل الدوافع الإجتماعية عن الدوافع الفيزيولوجية أو عن دوافع إجتماعية أخرى معينة كالتملك والسيطرة وغيرها، إذ ينبغي النظر في الذات الإنسانية نظرة تكاملية تراعي تفاعل الأبعاد العضوية والنفسية والإجتماعية والروحية. (علاوي، 1992)

2-7- تصنيف الدوافع :

ينظر الى الدوافع على انها المحركات الأساسية لأي سلوك إنساني ، باعتبارها قوة ديناميكية فعالة، وعليها قدمت لها الكثير من التصنيفات ، من بينها :

أ- التصنيف حسب المصدر:

والذي يشمل ما يلي:

1-دوافع الجسم: ترتبط بالتكوين البيولوجي للفرد وتساهم في تنظيف الوظائف الفيزيولوجية أي التوازن الذاتي، ومنها دافع الجوع والعطش.

2-دوافع إدراك الذات من خلال العمليات العقلية: تؤدي الى مستوى تقدير الذاتوتحافظ على مفهوم صورة الذات، ومن بينها دافع الإنجاز. (خليفة، 2000)

3-الدوافع الإجتماعية : ترتبط بالعلاقات بين الأفراد، ومنها دافع السيطرة.

ب- التصنيف الذي يميز بين الدوافع الوسيطة والدوافع الإستهلاكية:

1- الدافع الوسيطي: هو الذي يؤدي إشباعه إلى الوصول الى دافع آخر.

2- الدافع الإستهلاكي: هو الذي يؤدي الى الإشباع الفعلي للدافع ذاته.

ت- تصنيف الدوافع حسب منشأها:

وهو أكثر الدوافع شيوعا ويشمل ما يلي:

1- الدوافع الفيزيولوجية:

وهي أولية ولها أسس بيولوجية كالجوع، العطش والألم والجنس ولا تتأثر بخبرات التعلم

2- الدوافع السيكولوجية والاجتماعية:

هي دوافع لا أساس فيزيولوجي لها، وتكتسب من البيئة التي يعيش فيها الفرد، حيث يتأثر بخبرات التعلم، والتفاعل مع

الآخرين مثل التملك، السيطرة، الإنتقاء والإنجاز.

ومهما يكن التصنيف للدافعية أو الدوافع، فإن ملاحظتها ووظائفها بشكل عام تتمثل فيما يلي :

- التنشيط : يتمثل في تعبئة الطاقة لدى الفرد وتحفيزه نحو الهدف.
- التوجيه: يشير الى جعل الشخص يقوم بمقارنة بين البيئة والهدف، وللتقليل من التفاوت بينهما يقوم بمعالجة البيئة ليسعى بعدها لتحقيق الهدف.
- تثبيت أو تعديل السلوك: يعني الحفاظ على السلوك الذي تم التوصل إليه أو تحويله من سلوك موجه الى هدف آخر، وقد يؤدي ذلك الى مجموعة من ردود الأفعال داخل الفرد وفي البيئة المحيطة به ، ويكون ذلك بمثابة تحويل أو تعديل في حاجاته وتوقعاته ورغباته، وحالة توازن عامة للدافعية، وبالنسبة لردود الأفعال للبيئة وللآخرين من حول الفرد، فسيؤدي الى تنشيط السلوك مرة أخرى في وجهة أو هدف آخر. (ماهر، 1999)

2-8- تقسيم الدوافع:

عند ما تحدثنا عن الدوافع نجد أنفسنا مواجهين بعدد لا حصر له من الدوافع البعض منها متشابه والبعض

الآخر يختلف عن غيره.

إذ اختلف العلماء فيما بينهم في عدد هذه الدوافع فمنهم من يقتصر على دافع واحد بإعتباره أساسى بسلوك

معين، البعض يؤكد أكثر من دافع واحد وفي ما يلي أهم التقسيمات للدوافع:

2-9-1-1 - التقسيمات الثنائية:

يقسم علماء النفس الدوافع إلى قسمين، فمنهم من يقسمها إلى دوافع أولية ودوافع ثانوية ويقصد بالدوافع الأولية "كل ما هو فطري و عام وذو إحساس فسيولوجي مثل"الجوع و العطش والحركة والإحراج والجنس. أما الدوافع الثانوية"تشمل كل ما هو مكتسب" مثل الدافع إلى التنافس،الدافع إلى التعاون،الدافع إلى السيطرة وغير ذلك من الدوافع التي يظهر فيها أثر التعلم ومن بين العلماء الذين يفضلون التقسيم الثنائي "موراي" الذي قسم الدوافع إلى قسمين:

2-1-9-1-1 - دوافع ذات أصل فسيولوجية:

وهي الدوافع التي ترتبط بالتكوين الفسيولوجي للكائن الحي ومثل هذه الدوافع العامة لا مجال لإختلاف أفراد النوع الواحد فيها، وهي تماثل الدوافع وتقترب من مفهوم الغرائز وقد قدم موراي " قائمة تحتوي على إثني عشر دافعا ذات أصل فسيولوجي مثل العطش، الجوع، الإحراج، الجنس.

2-1-9-2 - دوافع ذات أصل سيكولوجي:

تختلف عن النوع الأول فهذه الدوافع لا ترتبط بالتكوين الفسيولوجي وهي تماثل ما يسمى بالدوافع الثانوية وقد قدم "موراي" قائمة تحتوي على ثماني وعشرين دافعا مثل حاجات ترتبط أساسا بالجمال، حاجات تعبر عن الطموح والتفوق والرغبة والوصول إلى المناصب المرموقة. (عبدالغفار، 1998)

2-9-2 - التقسيمات الثلاثية:

يتفق بعض علماء علم النفس في تقسيم الدوافع إلى ثلاثة أنواع منها:

2-9-2-1 - تقسيم "ستانجر": يقسم "ستانجر" دوافع سلوك الإنسان إلى ثلاثة أقسام هي:

2-9-2-1-1-1 - الدوافع البيولوجية:

تنشأ نتيجة لحاجات عضوية محددة كالجوع والعطش والتعب فهذه الحاجات تمثل ظروفًا كدوافع الفرد إلى

السلوك.

2-9-2-1-2 - العواطف:

كالخوف، الفرح، الحب، الكراهية، الإشمئزاز، الغضب، فمثل هاته العواطف تدل على وجود حالات داخلية كدافع الفرد إلى أن يسلك سلوكًا معينًا وتختلف العواطف عن الدوافع البيولوجية وعدم إلمامها المباشر بالحاجات العضوية وحالة أنسجة الجسم وهي أكثر تعلقًا وإرتباطًا بالمتغيرات الخارجية مما يجعلها أكثر مرونة وتنوعًا من الدوافع البيولوجية.

2-9-2-1-3 - القيم والميول:

تعمل قيم الفرد وميوله كدوافع أو محركات تدفع الفرد إلى السلوك الذي يتفق مع قيمه وميوله فبدون شك إن الفرد المتدين سيكون مدفوعًا في سلوكه إلى ما يتفق مع ما يؤمن به من قيم والفرد الذي يميل أو يحب ممارسة نوع معين من النشاط فإنه يميل إليه، وتمثل القيم والميول أكثر بعدًا عن التكوين الفيزيولوجي للفرد.

2-9-2-2 - تقسيم هيلجارد:

يقترح "هيلجارد" تقسيم الدوافع بصورة مبدئية إلى ثلاثة أقسام:

- القسم الأول: ويحتوي على تلك الدوافع التي تلزم لإستمرار حياة الفرد.
- القسم الثاني: يحتوي على الدوافع التي تؤهل الفرد للحياة مع الجماعة
- القسم الثالث: ويحتوي على الدوافع المرتبطة والتي تدور حول الذات.

2-9-2-3- تقسيم ماسلو:

ينادي ماسلو بنظرية خاصة للدافعية مفادها أن الحاجات والدوافع المرتبة ترتيب هرميا على أساس أهميتها ودرجة إلحاحها إلى الإشباع بحيث أن الحاجة الأكثر إلحاحا ينبغي أن تشبع قبل أن تظهر حاجة أخرى أقل من السابقة إلحاحا وأهمية مطالبة بالإشباع، هكذا كما لو كانت هذه الحاجات مرتبطة على هيئة هرم سلمي فأنت لا تستطيع أن تصل إلى الدرجة الثانية قبل أن تمر بالدرجة الأولى وهكذا فالترتيب يسير من الحاجات الأكثر أهمية وأشد إلحاحا إلى الحاجات أقل أهمية نسبيا وإلحاحا وفيما يلي هذا الترتيب:

← الحاجات إلى تحقيق الذات.

← الحاجات إلى تقدير الذات.

← الحاجات إلى الانتماء والحب.

← الحاجات إلى الأمن.

2-9-2-4- تقسيم (روديك) للدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

قسمها إلى دوافع مباشرة و دوافع غير مباشرة كما يلي:

أ- الدوافع المباشرة:

يمكن تلخيص أهم الدوافع للنشاط الرياضي فيما يلي:

الإحساس بالرضا والإشباع كنتيجة للنشاط البدني إضافة إلى المتعة الجمالية بسبب رشاقة وجمال ومهارة الحركات الذاتية وكذلك الشعور بالإرتياح كنتيجة للتغلب على التدريبات البدنية التي تتميز بصعوبتها أو التي تتطلب المزيد من الشجاعة

والجراحة وقوة الإرادة زيادة على الإشتراك في المنافسات (المباريات) الرياضية التي تعتبر ركن هام من أركان النشاط الرياضي وما يرتبط من خبرات إنفعالية متعددة مع تسجيل الأرقام في البطولات والثبات والتفوق وإحراز الفوز.

ب- الدوافع غير المباشرة:

- دافع إكتساب اللياقة البدنية.
- دافع تطوير قدرة الفرد على العمل و الإنتاج.
- دافع الترويح وإستثمار وقت الفراغ.
- دافع التخلص من الإجهاد والتوتر العصبي.
- دافع تطوير الصحة النفسية. (عنان، 1995)

2-10- أنواع دوافع النشاط الرياضي:

يمكن تقسيم دوافع النشاط الرياضي إلى نوعين هما:

2-10-1- دوافع أولية:

وهي عبارة عن دوافع وحاجات إجتماعية جسمانية تفرضها طبيعة تكوين جسم الإنسان ووظائف أعضائه ومن

أمثلتها : الحاجة إلى الطعام، الحاجة إلى الراحة، الحاجة إلى الحركة والنشاط...إلخ.

2-10-2- دوافع ثانوية:

وتسمى أيضا بالدوافع أو الحاجات الإجتماعية المكتسبة إذ يكتسبها الفرد نتيجة تفاعله مع البيئة وتقوم الدوافع

الثانوية على الدوافع الأولية غير أنها تستقل عنها وتصبح لها قوتها التي تؤثر في السلوك كنتيجة تأثير العوامل أو الحاجات

الثانوية، ومن أمثلتها: الحاجة في التفوق، الحاجة في المركز أو المكانة، الحاجة في السيطرة، القوة، الحاجة في الأمن والتقدير... إلخ. (علاوي، 1992)

2-11- الدوافع والدافعية:

عادة ما يستخدم كل من مصطلح الدوافع والدافعية كوجهان لعملة واحدة وينسب البعض استخدام المصطلحين كمرادفين يمكن أن يجل كل منهما محل الآخر هذا الخلط بين المصطلحين قد يؤدي إلى اللبس والإبهام بما لا يخدم قضايا علم النفس الرياضي وسيكولوجية الدوافع، وعليه نجد الحاجة لإستعراض بعض المفاهيم المرتبطة والتي تؤدي بها في نهاية الأمر إلى الفصل بين المفهومين.

ويشير كل من "باكر - وانتج - بروج" 1990 إلى وجوب الفصل بين المفهومين حيث أن الدوافع تتصف بأنها:

1. أسباب عمل معين.
2. خصائص مستقرة نسبياً تدفع الفرد إلى البدء في نشاط معين.
3. تتحقق في سلوك ظاهر.
4. خصائص تميز مجموعة من الأفراد عن غيرهم مثل دافع الإنجاز ودوافع الإنتماء، أما الدافعية فهي النقيض حيث ترتبط بحالة يكون فيها الفرد مسؤول عن القيام بنشاط معين في وقت معين وهاته الحالة تمثل مصلحة للعوامل الداخلية (الشخصية) والخارجية (الموقفية) وعندما تتحقق الدوافع في الواقع يكون الحديث عن الدافعية و عموماً فإن الدوافع هي إحدى العوامل التي تحدد دافعية الفرد.

وتؤدي العوامل الموقفية والإحتياجات البيولوجية دوراً "متساوياً" في الأهمية لدور الدافع. (عنان، 1995)

2-12 - أهمية الدافعية في المجال الرياضي :

تعتبر الدافعية في المجال الرياضي المتغير الأكثر أهمية الذي يحرك الرياضي لتحقيق الإنجازات... فالدافعية تلعب دورا هاما وبارزا في تحديد مستوى الأداء الرياضي للمهارات الحركية المختلفة.

كما أن للدافعية أهمية كبيرة في كل ما قدمه علم النفس الرياضي حتى الآن من نظم وتطبيقات سيكولوجية ويرجع ذلك الى أن كل سلوك وراءه دافع أي تكمن وراءه قوى دافعة معينة، يذكر محمد حسين علاوي " يمكنك أن تقود الحصان الى النهر ولكنك لا تستطيع أن تجره على الشرب " لأنه سيشرب من تلقاء نفسه عندما يكون بحاجة الى الماء أي عندما تكون لديه دافعية الشرب. فمثلا يمكن للأب أو المدرب أن يجبر الناشيء أو الطفل على ممارسة رياضة معينة ، ولكن هذا لا يضمن أنه سوف يبذل الجهد والطاقة المطلوبة مادام يفتقد الدافع القوي نحو تطوير أداءه لهذه الرياضة، ودراسة الدافعية تم الأب الذي يريد أن يعرف لماذا يميل طفله للإلتواء على نفسه والعزوف عن اللعب مع أقرانه . (علاوي، 1998)

2-13- نظريات الدافعية:

هناك أربعة نظريات بارزة حاولت تفسير حالات الدافعية وتتمثل في:

النظرية الإنسانية، نظرية التحليل النفسي، نظرية التعلم الاجتماعي، نظرية الإثارة المنشطة.

2-13-1 - النظرية الإنسانية:

يكمن أساس النظرية الإنسانية فيما يسمى بـ"نظرية الحاجات" التي أشار إليها "أبراهام ماسلو" ويمكننا تقديم موجز مبسط لهذه الهرمية فيما يلي:

- الحاجات الفيزيولوجية (دوافع البقاء)
- حاجات الأمان (دوافع الأمان)
- حاجات الإلتواء ودوافع التقبل والتواد

- حاجات التقدير (دوافع المكانة والانتماء)
- حاجات تقدير الذات (تحقيق الفرد لما يكون قادرا على تحقيقه ويجب أن يحدث إشباعا ولو جزئيا عند أي مستوى قبل أن يصبح المستوى التالي ذو أهمية بالنسبة للفرد) ويرى الأخصائي النفسي الذي يتبع هذه النظرية أن تحقيق الذات هو الهدف النهائي لكل شخص.

2-13-2 - نظرية التحليل النفسي:

صاحب هذه النظرية هو "سيجموند فرويد" للدافعية بأنها تعبير لا شعوري بصورة كبيرة للربغبات العدوانية والجنسية والتي يعبر عنها بطريقة صحيحة أو في بعض الصور الرمزية مثل الأحلام أو زلات اللسان.

2-13-3 - نظرية التعلم الاجتماعي:

يشير علماء هذه النظرية إلى أن التعلم السابق يعتبر أهم مصدر من مصادر الدافعية فالنجاح أو الإخفاق لإستجابات معينة يؤدي إلى تفهم الأشياء التي تؤدي إلى نتائج إيجابية أو سلبية ومن ثمة الرغبة في تكرار الأنماط السلوكية الناجحة والخبرة الشخصية لا ترتبط بالضرورة بحدوث التعلم الاجتماعي فقد يكون التعلم بملاحظة بعض الأشخاص الآخرين الناجحين أو الفاعلين كافيا لإستشارة حالات الدافعية وعلاوة على ذلك فإن الثواب أو العقاب قد يكون داخليا أو خارجيا. (ويتيج، 1994)

2-13-4 - نظرية الإثارة المنشطة:

تفترض هذه النظرية أن أي كائن لديه مستوى معين ومناسب وخاص به للإستثارة وبالتالي فالسلوك سيوجه نحو محاولة الإحتفاظ بهذا المستوى وأن هذا لا يعني أنه إذا كانت الإثارة البيئية مرتفعة أكثر من اللازم يحدث السلوك كمحاولة تخفيض الإثارة، وإذا كانت الإثارة منخفضة أكثر من اللازم يقوم السلوك كمحاولة زيادة الإثارة. (ويتيج، 1994)

ويرى (العمامرة، 2003) أن للدافعية الرياضية خمسة نظريات هي:

أ- نظرية الإنجاز:

تقوم على القوة الدافعة للقيام بالعمل الجيد بالإشارة الى معيار ودرجة الجودة والإتقان، ذا حقق الطالب أو اللاعب مهمة معينة وعزز هذا الإنجاز زادت الدافعية لديه.

ب- نظرية القدرة :

تعد الحافز لزيادة قدرة الفرد مرتبطة بالتكيف والإنسجام كي ينمو ويزدهر في البيئة التي يعيش فيها ، وأنها الحافز الذي يسعى فيها الفرد لزيادة قدرته بما يؤمن له البقاء.

ت- نظرية العزو :

تعد أكثر النظريات ارتباطا بالدافعية، بحيث يحاول الناس معرفة هذه الأسباب التي دعت الأمور تحدث وتكون على الشكل الذي حدثت فيه، فالطالب يعزو أداءه الى عوامل مثل : القدرة، صعوبة الأسئلة، الإستعداد والحظ، وقد يعزو الفشل أو النجاح لأسباب داخلية للفرد أو لأسباب خارجية عنه.

ث- نظرية تحقيق الذات:

الإنسان يولد لديه ميل وإتجاه ليحقق ذاته ، وأن الناس الذين يتمتعون بالصحة النفسية هم القادرون على الصعود في سلم الهرم ابتداء من الحاجات الفسيولوجية الى حاجات تحقيق الذات

2-14- عوامل تحديد مستوى دافعية اللاعب الرياضي في التدريب والمنافسة :

2-14-1- عوامل متعلقة باللاعب :

مثل سمات الشخصية ،ومستوى طموحه ،ورغباته الذاتية ،وهذه جميعها تعد عوامل مستقلة للدافعية لا يستطيع المدرب التأثير فيها بسهولة .

2-14-2- عوامل متعلقة بنتائج الأداء الرياضي :

مثل خبرات الفشل والنجاح ،والتعزيز الإيجابي والسلبي ،وهذه العوامل جميعها تعد مصادر كامنة للدافعية يمكنها أن تؤثر في مستوى دافعية اللاعب ،وباستطاعة اللاعب أن يؤثر في هذه العوامل بأساليب مختلفة .

2-14-3- عوامل متعلقة بالمنافسة الرياضية :

مثل مستوى المنافسة وأهميتها ونظامها ومكانها وحضور الجمهور وطبيعته... إلخ وهذه العوامل تعد مستقلة نسبيا عن ما يقوم به المدرب الرياضي، إذ عن دور المدرب بسيط في إحداث تأثير فيها .

2-14-4- عوامل متعلقة بطبيعة المهارة :

مثل سهولة المهارة وصعوبتها، ومعلومات التغذية الراجعة، ودرجة الانتباه الخاص الذي يتطلبه أداء المهارة، وبإستطاعة المدرب أن يؤثر في عوامل الدافعية هذه من خلال عملية التدريب . (الخيكاكي، 2011)

2-14-2- وظيفة الدوافع نحو السلوك الرياضي :

إن السلوك الرياضي هو رد فعل طبيعي لمجموعة من الدوافع، وهذا السلوك دائما غرضي إذ يتجه نحو أهداف معينة، ومنه يمكن تلخيص وظيفة الدوافع نحو السلوك الرياضي فيما يلي :

^{أ-} تعمل الدوافع على استثارة السلوك الرياضي، فاللاعب يصبح خاملا كسولا إذا أشبعت كل حاجاته، أما إذا استثيرت حاجة من حاجاته النفسية فإنه ينشط ساعيا إلى إشباعها، فاللاعب الذي يتمتع بمكانة مرموقة في الفريق لا يبذل الجهد في معظم أوقات التدريب بقدر ما يبذله اللاعب الذي يسعى إلى تحقيق المكانة في الفريق إلا إذا شعر بأن هناك بعض الزملاء سوف يحتلون مكانته. (فوزي، 2006)

^{ب-} تعمل الدوافع على توجيه السلوك الرياضي، فاللاعب الحريص على تحقيق مركز مرموق في اللعبة التي يمارسها ويشعر بضعف مستوى أدائه لبعض المهارات يلاحظ أنه أكثر تدريبا على هذه المهارات دون غيرها، كما تعمل أيضا على توجيه السلوك خارج الملعب، فالشخص الرياضي حريص على تتبع الأخبار الرياضية التي تنشر يوميا في الصحف والتلفزيون .

^{ت-} تساعد الدوافع على استمرار السلوك الرياضي حتى تحقيق الهدف فاللاعب يستمر في كفاحه ويبذل أقصى جهد ويواظب على حضور التدريب في سبيل رفع مستواه مادام هذا النشاط مجالا لإشباع حاجاته النفسية والتي قد

تتمثل في الرغبة في التفوق وإحراز البطولة، ولهذا يلاحظ زيادة جهد ومعدل حضور اللاعبين ومواظبتهم على التدريب كلما اقترب موعد البطولة .

ث- تعمل الدوافع على زيادة معدل السلوك الرياضي، فالجمال الرياضي بصفة عامة يعتبر من أفضل مجالات الحياة إشباعا لحاجات الفرد، فالشخص الذي يمارس نشاطا رياضيا لأول مرة غالبا ما يجد في هذه الممارسة المتعة والسعادة التي ينشدها، وهذه الحالة من الرضا هي نتيجة للإشباع الذي يلاقيه لحاجاته النفسية، ولهذا يقبل على ممارسة الأنشطة الرياضية .

ح- تساعد الدوافع على تأخير ظهور التعب خلال الممارسة الرياضية، فمن الثابت علميا أن التعب ظاهرة نفسية أكثر منها فسيولوجية، فالشخص الذي يميل إلى نشاط معين نراه قادرا على ممارسته

لمدة أطول من المدة التي يتحملها شخص آخر يميل نحو نشاط آخر، وبالتالي هذا النشاط يعد مجالا

لإشباع حاجاته النفسية، وبطبيعة الحال فإن عملية الإشباع هذه لا يستطيع أن يتحمل أعباءها إلا الشخص المستفيد منها.

ج- تساعد الدوافع على تعلم السلوك الرياضي، فلاعب كرة السلة لم يبدأ في تعلم هذه اللعبة من تلقاء نفسه، ولكن لا بد وأن يكون هناك شيء دفعه إلى ذلك، فعندما كان طفلا وشاهد مباراة لكرة السلة بالمدرسة أو التلفزيون ولاحظ مدى التقدير الذي تلقاه اللاعبون أثناء المباراة و بعد فوزهم شعر بطريقة غير مباشرة بأن هذه اللعبة يمكن أن تكون مجالا خصبا لإشباع حاجاته النفسية، وبالتالي يميل إلى ممارستها ومواجهة جميع الصعاب حتى أصبح لاعبا . (فوزي، 2006)

2-15- نماذج عن الدوافع المرتبطة بالنشاط الرياضي:

2-15-1- نموذج الدافعية لتفسير انسحاب الناشئ من الرياضة:

(الانسحاب أو عدم الميل و الرغبة في المشاركة)، ويحتوي على ثلاثة بنائات نظرية تفسر أسباب انسحاب الناشئ

من الرياضة.

2-15-2- التفسير المعرفي للأهداف المنجزة:

ويذهب هذا البناء النظري إلى أن قرار الإنسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء درجة إنجاز الأهداف و مدى إدراكه لنجاح تحقيقها.

2-15-3- نظرية دافعية الكفاية:

و يشير إلى أن قرار الإنسحاب الذي يتخذه الناشئ يتحدد في ضوء مدى إدراك الناشئ لكفايته و قدراته، حيث أنه المفترض أن الناشئ يدرك نفسه على نحو أقل كفاية ومقدرة من أقرانه يميل إلى الإنسحاب من هذا النشاط بحثا عن نشاط آخر تظهر فيه كفاءته ومقدرته، هذا ويتسع مفهوم دافعية الكفاية ويشمل مدى إدراك الناشئ للنواحي البدنية و الإجتماعية و المعرفية.

2-15-4- النموذج المعرفي الانفعالي للتوتر:

ويعني أن قرار الإنسحاب يمكن أن يكون بسبب التوتر الناتج عن عدم التوازن بين متطلبات الأداء و مقدرة الناشئ على مواجهة هذه المتطلبات أو كنتيجة لافتقاده القدرة على التوتر المزمّن الناتج عن المنافسة.

2-15-5- نموذج الدافعية لتفسير ممارسة (الرغبة أو الميل) الناشئ للرياضة:

ويوضح أن هناك أسباب شخصية وأخرى موقفية، وتصنف الأسباب الشخصية إلى نفسية و بدنية، ويأتي في مقدمة الأسباب النفسية دوافع اشتراك الناشئ في الرياضة : الشعور بالمتعة ، تكوين الأصدقاء ، خبرة التحدي والإثارة لتحقيق النجاح والفوز.

أما الأسباب البدنية ، فيأتي في مقدمتها : تعلم مهارات وقوانين اللعب، أما الأسباب الموقفية التي تمثل اشتراك الناشئ في الرياضة : مقدار المشاركة في اللعب روح الفريق، الإستمتاع باستخدام الإمكانيات و الأدوات والأجهزة

المختلفة ، بالإضافة إلى هذا النموذج يحتوي على نفس البناءات النظرية الثلاثة التي أشرنا إليها مسبقاً. (راتب، 1997، صفحة 27)

2-16- الدافعية والأداء الرياضي:

أشار محمود عبد الفتاح عنان على أنه هناك إتفاق عام بين العلماء والباحثين على كل من أهمية الدافعية وتوجيه الإستشارة إيجاباً في مجال الأداء المهاري والتفوق في جميع المراحل التعليمية والتدريبية والمنافسات.

كما أشار روبرت سنجر 1984 إلى أن التفوق هو حصيلة كل من التعلم والدافعية وقد برهن على أهمية ذلك من خلال المعادلة التالية:

$$\text{الأداء الرياضي} = \text{التعليم} + \text{الدافعية}$$

السلوك في موقف التنافسية = الخبرة السابقة وتحدها العوامل الموروثة والمكتسبة

الشكل رقم (04) يوضح العلاقة بين الدافعية والأداء الرياضي.

من المعادلة نستنتج أن السلوك في موقف التنافسية يؤثر بالأداء والخبرة السابقة كما تحدها العوامل الموروثة والمكتسبة، وتؤثر وتتأثر بالتعليم ومستوى الدافعية.

وبالتالي فإن الأداء الرياضي (السلوك في المنافسة) = التعليم والتدريب.

ويؤكد وارن 1983 في كتاب سيكولوجية التربية البدنية والرياضية لمحمود عبد الفتاح عنان (عنان، 1995) على

أن إستشارة دوافع اللاعب بهدف التفوق في الرياضة تمثل 70% إلى 90% من العملية التدريبية حيث أن التفوق يعني إكتساب الجوانب المهارية والمعرفية والخلقية وعمل الباحث ببحث الدافع على إطلاق طاقة الجهد اللازمين لإنجاز المهارات في التعليم أو التدريب أو المنافسات. كما أشار محمود عبد الفتاح عنان عن سنجر إلى أن الدافعية تمثل مكانة .

متقدمة وتؤثر بصورة مباشرة على التعليم والتدريب وأداء الفرد للمهارات الرياضية ومن العوامل التي يتأثر بها الأداء مثل:

$$\text{الأداء} = \text{القدرات} \times \text{الدافعية}$$

(السلوك) (الوراثية والمكتسبة) الإتجاهات

مستوى الطموح

توقعات الحالة الراهنة

وفي هذه الحالة تتأكد توضيحات سنجر على عدة جوانب هي : (عنان، 1995)

- الأداء الفعلي.
- القدرات الوراثية.
- الخبرات المكتسبة.
- الإستجابة الإنفعالية للاعب.

2-17- العوامل المساعدة على زيادة دافعية اللاعب:

يشير عصام عبد الخالق إلى وجود عوامل تساعد في زيادة دافعية اللاعبين نحو التدريب والمنافسة فيما لو استخدمها المدرب الرياضي، نذكرها فيما يلي:

- معرفة الرياضي للهدف المراد الوصول اليه ومستوى حالته التدريبية ونقاط الضعف والقوة عنده حتى يتمكن من التقدم في تدريبه وتحسين مستواه.
- يعد حسن تمثيل الوطن من الدوافع الهامة غذ يسعى الرياضي للوصول الى المستويات العالية لكي يعمل على تحقيق الانتصارات الرياضية الدولية لرفع اسم وطنه عاليا في المحافل الدولية.

- العمل الجماعي بين اللاعبين والمدرب والإداريين في وضع خطة التدريب ولوائحها والقيادة الجماعية يعد من أهم الخطوات في وجود الدافع الحقيقي لتحقيق أهداف التدريب.

- المنافسات عامل مهم في زيادة الدافعية للرياضيين، فعلى المدرب إتاحة الفرصة المناسبة للرياضيين للإحتكاك الخارجي واستخدام خبرات النجاح والفشل لزيادة دافعتهم.

ج- التجديد في طرائق التدريب يساعد على إدخال عوامل التشويق واستمرار الدافع للتدريب.

د توفير أجهزة ووسائل وأدوات التدريب والمنافسة ، الجيدة والحديثة.

كما أنه على المدرب اكتشاف أهم الدوافع المؤثرة لكل لاعب مع توفير بيئة مشجعة للتدريب، والعمل على جعل دوافع اللاعبين في حدود مستوى نضجه وميوله وحاجاته مع استخدام الحوافز القوية التي تزيد رغبة الرياضي للتعلم والتدريب. (عربي، 2007)

2-18- طبيعة استخدام المكافأة والعقاب لسلوكيات اللاعبين: (حسن،، 2012، الصفحات 9-10)

يعد كل من التدعيم او الاطفاء شياً مهماً في التعامل بين المدرب ولاعبيه حيث يرتبط بتثبيت او تعديل السلوك، وهناك مصطلحان غالباً ما يستخدمان لوصف النتائج المترتبة على سلوك اللاعبين هما:-

1- التدعيم: وهو الذي يكون لزيادة الرغبة لدى اللاعبين في تكرار السلوك(الذي لابد في واقع الحال ايجابياً وفعالاً).

2- العقاب: وهو الذي يكون لعدم الرغبة في تكرار سلوك ما(والذي يكون في واقع الحال سلبياً).

ويمثل هذا المدخل لمبادئ التدعيم قيمة في مهارات التعامل والاتصال بين المدرب ولاعبه اذا ما احسن تطبيقه على نحو صحيح. ورغم ان المبادئ نفسها يسهل فهمها الا انها تتطلب مهارة كبيرة لتطبيقها على النحو السليم.

ومن اهم الاعتبارات التي يجب ان تؤخذ بظن الاعتبار لتقديم المكافأة لسلوك اللاعبين وخصوصاً الناشئين منهم في الرياضة.

2-18-1 - مكافأة الاداء وليس النتائج:

حيث يفضل اعطاء المكافأة على اساس مدى نجاح الناشيء في تحقيق اهداف الاداء وليس النتائج، نظراً لان اللاعب يتحكم في ادائه اكثر من تحكمه في نتائج المنافسة.

2-18-2 - مكافأة الجهد اكثر من النجاح:

فعندما يعرف اللاعب ان المدرب يقدر المجهود الذي يبذله فانه لا يخاف من المحاولة، اما اذا عرف انه يكافأ عند النجاح فقط فانه يشعر بالخوف من نتائج الفشل مما يسبب له المزيد من التوتر والقلق.

2-18-3 - مكافأة الاهداف المرحلية الصغيرة المؤدية الى الاهداف الاكبر:

حيث تتميز الاهداف في التدريب الرياضي بانها من النوع المؤجل الطويل المدى مثل هدف لموسم رياضي او لسنة كاملة او اكثر. لذلك تظهر اهمية وضع اهداف قصيرة المدى وتدعى بالاهداف المرحلية التي توصل في نهاية الامر الى الاهداف الرئيسية.

2-18-4 - مكافأة السلوك الانفعالي والاجتماعي الايجابي للاعب:

تعد المكافأة بمثابة تدعيم لسلوك اللاعب لاعطاء فرصة اخرى لتكراره. وحيث ان الجوانب النفسية والاجتماعية للاعب لا تقل اهمية عن المهارات الرياضية والقدرات البدنية، فانه من الاهمية بمكان ان تحظى

باهتمام المدرب من حيث تعليمها و اخذها بنظر الاعتبار،وهنا يظهر اهمية ودور المكافأة في تعليم السلوك المرغوب به فمثلاً يفضل تقديم المكافأة للاعب عندمل يتميز سلوكه بالسيطرة على انفعالاته، او القدرة على تحمل المسؤولية،وكذلك عندما يظهر الروح الرياضية،او التعاون مع زملائه.

خلاصة:

إن موضوع الدافعية من أهم المواضيع السيكلولوجية نظريا وتطبيقيا فمن الناحية الرياضية فإن موضوع الدافعية قد أصبح مجالاً لصياغة عدة نظريات تفسر الأسس المختلفة للدافعية والميكانيزمات التي تقوم عليها ومن الناحية التطبيقية فإن موضوع الدافعية والآليات التي تقدم عليها تمكن الباحثين والإداريين من تخطيط برامج تحفز الأفراد الذين يتعاملون معهم سواء كان ذلك في الميدان الصناعي أو العيادي أو المدرسي وينبغي على المدرب العمل على خلق دوافع جديدة لدى اللاعب وأن يحاول صبغ هذه الدوافع ذات الطابع الاجتماعي نحو الجماعة.

الفصل الثالث

المدرّب وعمليّة التدريب
الرياضي

تمهيد:

تعتبر مهنة التدريب عبارة عن تنظيم وإدارة للخبرة التعليمية للرياضة لتصبح خبرة تطبيقية و يتوقف هذا بدرجة أولى على كفاءة و خبرة و ثقافة المدرب، حيث يجب على المدرب أن يكون على دراية ومقدرة عالية لفهم التدريب وكذا كيفية استخدام الطرق و الأساليب و الإجراءات المتصلة بتنظيم و توجيه خامات و قدرات اللاعبين فالتدريب الرياضي الحديث أصبح يعتمد بشكل كبير على مبادئ وأسس علمية استمدت من علم التشريح ووظائف الأعضاء و علم الحركة و علم النفس والاجتماع الرياضي.... و غيرها من العلوم التي تساعد في إعداد المدرب الكفء الذي يساهم في تطوير كرة القدم و الارتقاء بقدرات اللاعبين الفردية و الجماعية .

1-3- التدريب الرياضي:

1-1-3- مفهوم التدريب الرياضي:

يشير مفهوم التدريب الرياضي إلى التكميل الرياضي المدارة وفق المبادئ العلمية والتربوية المستهدفة إلى مستويات مثلى في إحدى المسابقات والألعاب عن طريق التأثر المبرمج والمنظم في كل قدرة اللاعب وجاهزيته للأداء. (السيد، 2002)

فإن التدريب الرياضي لأي نشاط بدني ليس بعملية عشوائية تعتمد على المصادفة أو تقوم على مبدأ المحاولة والخطأ، ولكنها عملية مدروسة ومخططة تخطيطاً سليماً. تعتمد على أسس علمية مدروسة في إطار تربوي متقن، فالتدريب الرياضي كما هو أشار إليه **عصام عبد الخالق** "بأنه تلك الاتجاهات والأساليب التربوية التي تهدف إلى رفع الكفاءة وقدرات اللاعبين البدنية والمهارية والخططية والنفسية ليكون قادراً على بذل الجهد المطلوب ليكون قادراً على بذل الجهد المطلوب بطريقة اقتصادية وصولاً إلى مستوى أفضل."

وقسم الخبراء عملية التدريب إلى قسمين وفقاً لطبيعة الأفراد الذين سيتم تدريبهم إلى فئتين رئيسيتين:

أ. تدريب الناشئين (مبتدئ ومتقدم).

ب. تدريب المستويات العالية.

بالنسبة للاعبين المستويات العالية: لديهم الإمكانيات والقدرات العالية التي تمكنهم من أداء التدريبات بكفاءة واقتدار. لذا يراعي المدرب في أثناء تنفيذ لبرامج التدريب. الحالة التدريبية التي عليها اللاعبين والإمكانيات المتوفرة وبالتالي لا بد أن تتماشى التدريبات المنفذة والموضوعة لهم مع ما يمتلكون من قدرات بدنية وفنية. وذلك لتطويرها إلى المستوى الأعلى وصولاً للعالمية.

كما يعرف التدريب: "على أنه جميع العمليات التي تشمل بناء وتطوير عناصر اللياقة البدنية، وتعلم التكنيك، التكتيك، وتطوير القابليات العقلية ضمن منهج علمي مبرمج وهادف خاضع لأسس تربوية قصد للوصول بالرياضي إلى أعلى المستويات الرياضية الممكنة. (سكر، 2002)

بصفة عامة التدريب الرياضي هو عملية تربوية تخضع للأسس والمبادئ العلمية، وتهدف أساسا إلى إعداد الفرد

لتحقيق أعلى مستوى رياضي ممكن في نوع معين من أنواع الأنشطة الرياضية. (الريضي، 2001)

3-1-2- أسس نجاح عملية التدريب الرياضي:

تشتمل العوامل التالية.

- العامل الأول: إعداد المدرب الجيد المؤهل علميا والقادر على استيعاب اللاعب الموهوب.
- العامل الثاني: الانتقاء الجيد للاعبين، وتنمية قدرات اللاعب الموهوب.
- العامل الثالث: توفير الإمكانيات المادية والبشرية بما يتلاءم مع مستجدات العصر.
- العامل الرابع: الرعاية الصحية للاعبين.
- العامل الخامس: تصميم البرامج التدريبية المناسبة وفقا لقدرات اللاعبين. (الحاوي، 2002)

3-1-3- خصائص عملية التدريب الرياضي:

المرتبطة بالرياضة نظرا لكون هذه العملية معقدة تهدف إلى الوصول باللاعب إلى الأداء الرياضي الجيد من خلال

إعداده إعدادا متكاملًا.

لذلك يجب على كل مدرب أن يكون ملما إلماما كاملا بخصائص التدريب الرياضي ويعتبر أهمها في مايلي:

3-1-3-1- التدريب الرياضي وعلاقته بالأسس التربوية والتعليمية:

لعملية التدريب الرياضي وجهان يرتبطان معا برباط وثيق، ويكونان وحدة واحدة، أحدهما تعليمي والآخر

تربوي نفسي.

فالجانب التعليمي من عملية التدريب الرياضي يهدف أساسا إلى اكتساب وتنمية الصفات البدنية العامة

والخاصة، وتعليم وإتقان المهارات الحركية والرياضية والقدرات الخططية لنوع النشاط الرياضي التخصصي، بالإضافة إلى

اكتساب المعارف، والمعلومات النظرية المرتبطة بالرياضة بصفة عامة، ورياضة التخصص بصفة خاصة.

أما الجانب التربوي النفسي من عملية التدريب الرياضي فإنه يهدف أساسا إلى تربية الناشئ على حب الرياضة، والعمل على أن يكون النشاط الرياضي ذو مستوى عالي من الحاجيات الضرورية والأساسية للفرد، ومحاولة تشكيل دوافع وحاجات وميول الفرد، والارتقاء بها بصورة تستهدف أساسا خدمة الجماعة، بالإضافة إلى تربية، وتطوير السمات الخلقية الحميدة، كحب الوطن والخلق الرياضي والروح الرياضية، وكذلك تربية وتطوير السمات الإرادية كسمة المثابرة وضبط النفس والشجاعة، والتصميم. (علاوي، 2002)

كما يمثل التدريب الرياضي في شكله النموذجي وشكل فعاليته تنظيم القواعد التربوية وتمييز جميع الظواهر الأساسية مفصل قواعد التعليم والتربية الشخصية ودور توجيه التربويين والمدربين التي تظهر بصورة غير مباشرة من جراء قيادته خلال التدريب وأثناء القيادة العامة والخاصة وغيرها. (الخوجا، 2005)

3-1-3-2- التدريب الرياضي مبني على الأسس والمبادئ العلمية:

كانت الموهبة الفردية قديما في الثلاثينيات والأربعينيات، تلعب دورا أساسيا في وصول الفرد إلى أعلى المستويات الرياضية دون ارتباطها بالتدريب الرياضي العلمي الحديث والذي كان أمرا مستبعدا.

فالتدريب الرياضي الحديث يقوم على المعارف والمعلومات والمبادئ العلمية المستمدة من العديد من العلوم الطبيعية والعلوم الإنسانية، الطب الرياضي، والميكانيك الحيوية وعلم الحركة، وعلم النفس الرياضي، والتربية، وعلم الاجتماع الرياضي". (علاوي، 2002)

يرى احمد مفتي إبراهيم أن الأسس والمبادئ العلمية التي تساهم في عمليات التدريب الرياضي الحديث تتمثل في: (مفتي، 1998)

1- علم التشريح.

2- وظائف أعضاء الجهد البدني.

3- بيولوجية الرياضة.

4- علوم الحركة الرياضية.

5- علم النفس الرياضي.

6- علوم التربية.

7- علم الاجتماع الرياضي.

8- الإدارة الرياضية.

3-3-1-3 - التدريب الرياضي والدور القيادي للمدرب:

يتميز التدريب الرياضي بالدور القيادي للمدرب بارتباطه بدرجة كبيرة من الفاعلية ومن ناحية اللاعب الرياضي، بالرغم من إن هناك العديد من الواجبات التعليمية، والتربوية، والنفسية، والنفسية التي تقع على كاهل المدرب الرياضي لإمكان التأثير في شخصية اللاعب وتربية شاملة متزنة تتيح له فرصة تحقيق أعلى المستويات الرياضية التي تتناسب مع قدراته وإمكانياته، إلا أن هذا الدور القيادي للمدرب لن يكتب له النجاح إلا إذا ارتبط بدرجة كبيرة من الفاعلية والاستقلال وتحمل المسؤولية والمشاركة الفعلية من جانب اللاعب الرياضي، إذ أن عملية التدريب الرياضي تعاونية لدرجة كبيرة تحت قيادة المدرب الرياضي. (علاوي ، 2002)

كما تتسم عملية التدريب الرياضي في كرة القدم بالدور القيادي للمدرب للعملية التدريبية والتي يقودها من خلال تنفيذ واجبات وجوانب وأشكال التدريب، والعمل على تربية اللاعب بالاعتماد على علم النفس والاستقلال في التفكير و الابتكار المستمر والتدريب القوي من خلال إرشادات وتوجيهات وتخطيط التدريب. (عبد، 2001)

3-1-3-4 - التدريب الرياضي تتميز عملياته بالاستمرارية:

التدريب الرياضي عملية تتميز بالاستمرارية ليست عملية (موسمية) أي أنها لا تشغل فترة معينة أو موسماً معيناً ثم تنقضي وتزول، وهذا يعني أن الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية العليا يتطلب الاستمرار في عملية الانتظام في التدريب الرياضي طوال أشهر السنة كلها، فمن الخطأ أن يترك اللاعب التدريب الرياضي عقب انتهاء موسم المنافسات الرياضية، ويركز للراحة التامة إذ أن ذلك يساهم بدرجة كبيرة في هبوط مستوى اللاعب ويتطلب الأمر البدء من جديد لمحاولة تنمية وتطوير مستوى اللاعب عقب فترة الهدوء والراحة السلبية.

استمرار عملية التدريب الرياضي منذ بدء التخطيط لها مروراً بالانتقاء، حتى الوصول لأعلى المستويات الرياضية دون توقف حتى اعتزال اللاعب التدريب. (علاوي، 2002)

3-1-4 - الأهداف العامة للتدريب الرياضي :

تنحصر أهداف التدريب الرياضي في :

- الارتقاء بمستوى عمل الأجهزة الوظيفية لجسم الإنسان من خلال التغييرات الإيجابية للمتغيرات الفيزيولوجية والنفسية والاجتماعية .
- محاولة الاحتفاظ بمستوى الحالة التدريبية لتحقيق أعلى فترة ثبات لمستويات الإنجاز في المجالات الثلاث (الوظيفية - النفسية - الاجتماعية) .
- ويمكن تحقيق أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية ، هما الجانب التعليمي (التدريبي - التدريسي) والجانب التربوي ويطلق عليها واجبات التدريب الرياضي (البساطي، 1998)

3-1-5-5- الواجبات الرئيسية للتدريب الرياضي:

يهدف التدريب الرياضي إلى الوصول بالفرد لأعلى المستويات الرياضية والتي تعتمد على عنصرين هما (الكفاءة البدنية والاستعداد لأداء الجهد). فعملية التدريب الرياضي عبارة عن وحدة واحدة لاتنفصل من التربية والتعليم ويجب أن يستغل العلاقة بينهما استغلالا واعيا، وقد اتفق الخبراء في مجال التدريب الرياضي على هذه الواجبات على النحو التالي:

3-1-5-1- الإعداد البدني:

الغرض الأساسي من الإعداد البدني هو تنمية القدرات التدريبية من الوجهة الفسيولوجية (قدرات التحمل والقوة والسرعة والرشاقة والمرونة) وعي القدرات التي يشار إليها مجتمعة باسم "الكفاءة البدنية". هذه القدرات هي أهم الأسس للوصول إلى مستوى رياضي مثالي وينطبق ذلك أيضا على تلك الأنشطة التي يتم التقييم فيها بناء على الناحية الفنية مثل الجمباز والغطس، أو تلك التي يتوقف الفوز فيها بدرجة كبيرة على إتقان نواحي مهارية وخططية عديدة مثل الألعاب الجماعية والمنازلات، ويجب أن يوجه الإعداد البدني أساسا لتنمية القدرات الجسمانية الخاصة بنوع النشاط الممارس ويكون الأساس لذلك درجة ممتازة من الكفاءة وصحة جيدة ذات مستوى ثابت من خلال تمارين تنمية عامة وتمارين خاصة مختارة بدقة.

3-1-5-2- الإعداد المهاري:

في الإعداد المهاري يتعلم الرياضي النواحي الفنية ويتدرب عليها الظروف الخاصة للمنافسة، ومع الارتقاء بمستوى القوة والسرعة والتحمل يجب أن يرتفع معها المستوى المهاري. ولذلك يجب أن يرتبط الإعداد الجسماني بالأعداد المهاري بصفة مستمرة، وأن يرتبط ذلك التوافق الضروري للأداء المهاري السليم مثل الرشاقة والمرونة. وفي الإعداد الخططي يتعلم الرياضي من خلاله النواحي الخططية لرياضته، ويكون الإعداد المهاري والخططي وحدة واحدة متكاملة فالإعداد المهاري هو الأساس للتطبيق الخططي، ويجب أن تنمى كل مهارة بالشكل الذي تستخدم فيه هذه المهارة في مواقف خططية.

3-5-1-3- الإعداد العقلي:

ترتفع المتطلبات العقلية في رياضة المنافسة باستمرار، ويتطلب ذلك من الرياضي الاعتماد على النفس في التدريب إلى درجة كبيرة، حيث يجب عليه مع الارتفاع الدائم في مستوى الأداء الارتفاع في كثافة التطبيق الخططي وأن يكون على درجة عالية من التفكير. ويجب على الرياضي أن يعمل مع المدرب على تطوير المعلومات في التدريب بصورة فعالة، وعلى هذا يكون الذهن جزء لازم من مكونات التدريب (السيد، 2002)

3-5-1-4- الإعداد النفسي:

وبالإضافة إلى الواجبات التعليمية للتدريب الرياضي، فإنه من الضروري مراعاة الواجبات التربوية للتدريب الرياضي. والتي تتمثل في نفسية كافة العوامل الإرادية والخلقية للاعب متمثلة في الاهتمام بالحالة النفسية للاعب، وحل مشاكله والتركيز على إكسابه حب الرياضة وتطوير مفاهيم العلاقات الإنسانية له مع أفراد المجتمع وتعويد اللاعب على استخدام السلوك الحميد مثل تقبل النقد والهزيمة والتواضع عند الفوز... الخ.

3-2- المدرب الرياضي:

3-2-1- مفهوم المدرب الرياضي:

المدرب هو سيكولوجي عملي ومربي لأنه يمارس عملية التأثير على نفسية وفكر الرياضي، وهو ليس يجبر في مجال اللعبة فقط إنما هو معلم ومربي وقائد تقع عليه مسؤولية كبرى كما تقع هذه المسؤولية على الجانب الثاني من العملية التدريبية وهو اللاعب، كما يعتبر المدرب بمثابة العمود الفقري لعملية التدريب الرياضي وهو قائد تربوي متفهم لواجباته من الناحيتين التربوية والتعليمية. (عريبي، 2007)

فالمدرب الرياضي هو العامل الأساسي والهام في عملية التدريب كما يمثل أيضا أحد أهم المشاكل التي تقابل الرياضة والمسؤولين عنها سواء في الأندية أو على مستوى المنتخبات الوطنية فهم أغلبية وكثرة، من يصلح؟ فتلك هي المشكلة.

والمدرّب المتميز لا يصنع بالصدفة، بل يجب أن يكون لديه الرغبة للعمل كمدرّب، يفهم واجباته ملم بأفضل أحدث طرق التدريب أساليبه وحاجات لاعبيه، متبصر بكيفية الاستخدام الجيد لمعلوماته الشخصية وخبراته في مجال لاعبه واختصاصه. (أبوزيد، 2003)

"هو الشخصية التربوية التي تتولى عملية تربية وتدريب اللاعبين وتؤثر في مستواهم الرياضي تأثيراً مباشراً، وله دور فعال في تطوير شخصية اللاعب تطويراً شاملاً ومتزناً، لذلك وجب أن يكون المدرّب مثلاً يحتذى به في جميع تصرفاته ومعلوماته، ويمثل المدرّب العامل الأساسي والهام في عملية التدريب، فتزويد الفرق الرياضية بالمدرّب المناسب يمثل أحد المشاكل الرئيسية التي تقابل اللاعبين المسؤولين ومديري الأندية المختلف (السيد و.، 2002)

ويطلق علي المدرّب مسميات عديدة " فهو القائد ومرشد ورائد الحلقة، يتميز بعمق البصيرة مما يجعله في مركز متميز يسعى إليه المشاركين لنهل المعرفة والخبرة. (الحسين، 2004)

عرف **بسطوسي** أحمد أن المدرّب الرياضي هو ذلك الشخص الذي يدعو أن يكون بمستوى يؤهله لاحتلال تلك المكانة من النظرة والمحبة، وتقدير من اللاعبين ، حيث ينظرون إليه نظرة الحب والاطمئنان والاحترام ، ولذلك يجب أن يتصف المدرّب الرياضي بالمواصفات التي تجعله حكيماً في حل ما قد يعكر صفو تلك الاجتماعات ، باتزانه ، ورجاحة عقله ، وخبراته ، وقوة شخصيته . (بسطوسي، 1999)

ويشير **زكي محمد حسن** إلى أن ارتباط اللاعب بمدرّبه وإلمامه بعاداته الفكرية أمر لا يقدره إلا من خاض هذا الميدان، لهذا محاولة اللاعب تقليد مدرّبه في بعض النواحي الشخصية مثل طريقة الكلام والمظهر وطريقة الأداء ليس من الأمور التي يمكن ملاحظتها، فقد يكون أثر شخصية المدرّب ذا فاعلية في مستوى أداء اللاعب واستجابة اللاعب الشخصية نحو المدرّب قد يكون لها أثر عظيم في خلق اتجاهات إيجابية نحو مدرّبه. (السيد و ، 2002)

وحسب **لاروس la rousse** هو الشخص الذي يدرّب الحيات، فالمدرّب هو من يقوم بالتحضير المنهجي للخيول أو الأشخاص لمنافسة ما والذي يمد الرياضيين بالنصائح كما يملك القدرة على فرض سلطته على الفريق،

فالمدرّب يقصد به ذلك القائد القوي الشخصية الكفاء في عمله القادر على ربط علاقات متزنة بينه وبين أفراد فريقه، الحازم في قراراته والمتزن انفعاليا، المسؤول القادر على التأقلم مع المواقف التي تصادفه (أبو زيد ع.، 2003)

3-2-2- خصائص المدرّب الرياضي:

ويتضمن نوعية السمات الشخصية التي يتسم بها المدرّب الرياضي ومدى تفاعل هذه السمات مع بعضها البعض، وكذلك نمط السلوك المفضل لدى المدرّب الرياضي وكما إذا كان هذا النمط السلوكي ينمو نحو الاهتمام بالأداء و الاهتمام بمشاعر اللاعبين والأداء معا وكذلك مقدار نفوذ الشخصي أو نفوذ المنصب أو المركز الذي يساهم في التأثير و التوجيه على سلوك اللاعبين. (سكر، 2002)

وفي ما يلي نذكر بعض الخصائص والصفات التي يتميز و يتمتع بها المدرّب الرياضي وهي كما يلي: (أبو عبده، 2001)

- 1- أن يكون مؤمنا محبا لعمله معتنيا بقيمته في تدعيم، وتربية، وتدريب اللاعبين للوصول بهم إلى المستويات العليا.
- 2- أن يكون معدا مهنيا حتى يستطيع التقدم باستمرار.
- 3- أن يكون قادر على اختيار الكلمات المناسبة والمعبرة عن أفكاره تعبيرا واضحا.
- 4- إن يتميز بعين المدرّب الخبرة في اكتشاف المواهب.
- 5- أن يكون ذكيا، ممتعا بمستوى عالي من الإمكانيات و القدرات العقلية.
- 6- أن يبني علاقته على الحب: المتبادل والاحترام المتبادل مع زملائه في الأجهزة التي يعمل معها (الجهاز الفني الإداري- الطبي-الحكام - الجمهور)، وكذلك احترام تنفيذ القوانين ومراعاة اللعب التنافس النظيف والشريف كما يضيف الدكتور مفتي إبراهيم " بعض الخصائص التي يتميز أو التي يجب أن يكون عليها المدرّب الرياضي، وهي كالآتي :

1- حسن المظهر، حسن التصرف، الصحة الجيدة، والقدرة على قيادة الفريق.

2- الثقافة و المعلومات التدريبية في الرياضة التخصصية، والمقدرة على تطبيقها.

3- التماسك بمعايير الأخلاق (الأمانة، الشرف، العدل، المثابرة، الولاء، المسؤولية الصدق).

4- التمتع بالسمات الشخصية الإيجابية، الثبات الانفعالي، الانبساطية، الصلابة، التحكم الذاتي الاجتماعي

5- يجب أن يكون مثلاً ونموذجاً يقتدي به محبا لعمله ويخلص له، ويوفر الوقت الكافي.

7- التمتع بالسمات الشخصية الإيجابية، (التنظيم، المثابرة، الإبداع، المرونة، القدرة) (حماد، 1998)

3-2-3- واجبات المدرب الرياضي:

إن ضمان الوصول باللاعب إلى أعلى المستويات الرياضية يلغي على المدرب الرياضي أو المدير الفني مسؤولية

تحقيق العديد من الواجبات سواء في عملية التدريب الرياضي أو المنافسات الرياضية وتتلخص أهم هذه الواجبات فيما

يلي:

- الواجبات التعليمية.

- الواجبات التربوية النفسية.

3-2-3-1 الواجبات التعليمية:

تتضمن الواجبات التعليمية جميع المعطيات التي تستهدف التي تستهدف التأثير في قدرات ومهارات ومعلومات

ومعارف اللاعب الرياضي وتشمل أهم هذه الواجبات التعليمية على ما يلي:

- التنمية الشاملة المتزنة للصفات أو القدرات البدنية الأساسية كالقوة العضلية والسرعة والتحمل والمرونة والرشاقة وغيرها

من الصفات أو القدرات البدنية الأساسية.

- التنمية الخاصة للقدرات والصفات البدنية الضرورية لنوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه اللاعبون.
- تعليم المهارات الحركية الأساسية لنوع النشاط الرياضي التخصص واللازم للوصول إلى أعلى المستويات الرياضية.
- تعليم القدرات الخطئية الضرورية للمنافسات الرياضية.
- إكساب المعارف والمعلومات النظرية من النواحي الفنية للأداء الحركي ومن خطط اللعب وطرق التدريب المختلفة والجوانب الصحية والنفسية والقوانين واللوائح والأنظمة الأساسية المرتبطة بالنشاط الرياضي المتخصص وغير ذلك من المعارف والمعلومات النظرية الهامة الأخرى. (علاوي، 2002، الصفحات 39-40)

3-2-3- الواجبات التربوية النفسية:

- تتضمن الجوانب التربوية النفسية كل المؤثرات المنظمة التي تستهدف إكساب وتنمية الجوانب التربوية والنفسية الهامة للاعب الرياضي وتشتمل أهم هذه الجوانب على ما يلي:
- تربية النشء على حب الرياضة والعمل على أن تكون النشاط الرياضي ذو المستوى العالي من الحاجات الأساسية للناشئ.
- تشكيل مختلف دوافع وحاجات وميول اللاعب والارتقاء بها بصورة تستهدف أساسا الارتقاء بمستوى اللاعب ومستوى الجماعة أو الفريق الرياضي.
- إكساب وتنمية السمات الخلقية الحميدة كالخلق الرياضي والروح الرياضية واللعب النظيف وغيرها من السمات التربوية لدى اللاعب الرياضي.
- إكساب وتنمية السمات والخصائص الإرادية كسمة الهادفة وسمة ضبط النفس والتعميم والثقة بالنفس وتحمل المسؤولية وغيرها من السمات النفسية لدى اللاعب الرياضي.

وفي ضوء ما تقدم يمكن ترجمة أهم الواجبات التعليمية والتربوية التي تقع على كاهل المدرب الرياضي أو المدير الفني إلى أربع عمليات محددة تهدف كل منها إلى تحقيق بعض الواجبات المعنية، وهذه العمليات هي:

أ- واجب الإعداد البدني:

يهدف الإعداد البدني إلى إكساب وتنمية الصفات أو القدرات البدنية الأساسية والضرورية لنوع النشاط الرياضي المتخصص.

ب- واجب الإعداد المهاري والخططي:

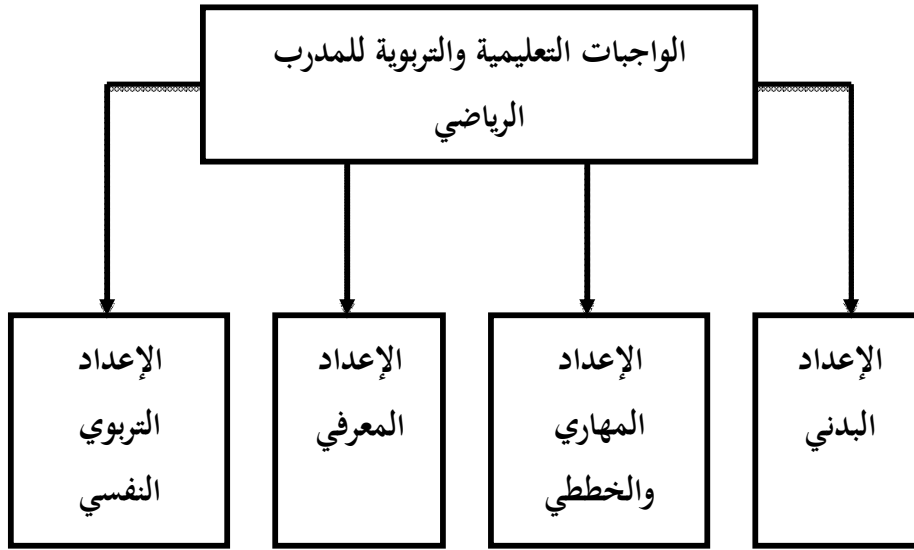
يهدف الإعداد المهاري والخططي إلى تعليم وإتقان المهارات الحركية الرياضية والقدرات الخططية التي يستعملها اللاعب الرياضي والإعداد المهاري الخططي يكونان وحدة واحدة، إذ أن المهارات الحركية الرياضية هي التي تشكل أساس الأداء الخططي، كما أن عملية تعلم المهارات الحركية ينبغي أن يخضع أساسا لوجهة النظر الخططية.

ج- واجب الإعداد المعرفي:

يهدف الإعداد المعرفي إلى إكساب اللاعب الرياضي مختلف المعارف والمعلومات العامة المرتبطة بالتدريب الرياضي، والمنافسات الرياضية بصورة تسهم في قدرته على استثمار هذه المعارف والمعلومات من الارتقاء بمستواه الرياضي.

د- واجب الإعداد التربوي النفسي:

يهدف الإعداد التربوي النفسي إلى إكساب وتنمية مختلف السمات والصفات والقدرات التربوية والنفسية الإيجابية من حيث أنها من العوامل الهامة لتشكيل شخصية اللاعب الرياضي بصورة متكاملة ومتوازنة، وينبغي علينا النظر إلى هذه الجوانب الأربعة على أنها مكونات مترابطة وينبغي الاهتمام بها جميعها حتى يمكن التأثير على مستوى اللاعب للوصول به إلى أعلى المستويات الرياضية. (علاوي، 2002، الصفحات 52-53)



الشكل رقم (05): الواجبات التعليمية والتربوية للمدرب الرياضي.

3-2-4- مميزات المدرب الرياضي:

3-2-4-1- المدرب الرياضي كشخصية تربوية:

إن الغرض الأساسي من تناولنا لموضوع المدرب الرياضي من حيث أنه شخصية تربوية يهدف بالدرجة الأولى إلى تعريف هؤلاء الذين يتطلعون إلى العمل في مجال التدريب بالواجبات والخصائص والسمات والمعارف والدوافع التي ترتبط بشخصية المدرب الرياضي وطبيعة عمله حتى يصبح في مقدورهم إعداد أنفسهم لمثل هذا العمل.

إن المدرب الرياضي أو (المدير الفني) كشخصية تربوية يتولى قيادة عملية التدريب والتعليم للاعبين الرياضيين ويؤثر تأثيراً مباشراً في تطوير شخصياتهم بصورة شاملة ومرتنة.

وتتأسس عملية التربية والتعليم للاعب الرياضي على مقدار ما يتحلى به المدرب الرياضي أو المدير الفني من قيم وخصائص وسمات وقدرات ومعارف ومهارات ودوافع والتي يشترط توافرها في المدرب الرياضي أو المدير الفني حتى يمكن أن يكتب لعمله كل نجاح وتوفيق.

إن المهمة الملقة على عاتق المدرب الرياضي أو المدير الفني تتطلب منه الإسهام والمعاونة الفاعلة في تحقيق أهداف الدولة التي تحاول تحقيقها عن طريق المستويات الرياضية العالية، فالمدرب الرياضي الذي يقتنع في قرارة نفسه بالمستقبل الزاهر للدولة لا يقنع فقط بمحاولة العمل على الارتقاء بالمستوى الرياضي للاعبين حسب، بل يبذل قصارى جهده للعمل على تربيتهم تربية خلقية والإسهام بقدر كبير في محاولة تنمية الشخصيات الواعية والفاعلة.

ويتطلب الأمر من المدرب الرياضي أو المدير الفني لضمان نجاحه في تحقيق تلك الواجبات أن يكون على إلمام تام بالنظم والقواعد والقوانين والمفاهيم والقيم والعادات السائدة في مجتمعه والتي يتأسس عليها أيديولوجية الدولة والتي تحدد أهداف ومحتويات ووسائل تربية الأفراد تربية رياضية واعية وبهذه الطريقة يستطيع المدرب الرياضي أن يسهم بنصيب وافر في العمل على البناء القوي التسامح لوطنه ورفع رايته عالية خفاقة بين مختلف الأمم. (علاوي، 2002)

ولا يتحقق للمدرب الرياضي النجاح في عمله في تكوين مختلف الاتجاهات الوطنية والخلقية والمميزات وما لم ينعكس ذلك كله على سلوكه وتصرفاته ويقوم بممارستها ممارسة فعلية، فبذلك يصبح نموذجاً ومثالاً حياً يؤثر تأثيراً بالغاً في سلوك لاعبيه.

- وعلى ذلك ينبغي أن تكون القيم التربوية الرياضية والخلقية هي إحدى المعالم الرئيسية لسلوك المدرب الرياضي وكلما ازداد استخدام المدرب الرياضي لهذه القيم في حياته وعمله وسلوكه بصورة واضحة وبدرجة كبيرة من الوعي كتب للعمل التربوي الذي يهدف إلى تكوين الشخصيات الرياضية كل نجاح وازدهار.

إذ الفترة الطويلة لإعداد النشء للمستويات الرياضية العالية والتطوير الشامل المتزن لقدراتهم وخصائصهم تتطلب من المدرب الرياضي بذل الجهد الهادف في عمله أن يكون محبا ومخلصا له، وأن يتحلى بالصبر والمثابرة والقدرة على مجابهة الصعاب، كما يتأسس عمله التربوي على الأمانة والصدق والشرف وتحمل المسؤولية.

ويتركز توفيق المدرب الرياضي في عمله على قدرته على إشاعة روح التفاؤل والمرح والسرور والسعادة بين صفوف اللاعبين وذلك نظرا لما تتطلبه عمليات التدريب والاشتراك في المنافسات الرياضية من بذل الجهد العنيف، بالإضافة إلى ذلك فإن انعكاس التفاؤل والروح المرحة على سلوك المدرب الرياضي يسهم بدرجة كبيرة في التغلب على كثير من المواقف القاسية كما في حالات الهزيمة أو الإصابة أو الصدمات المختلفة. (علاوي، 2002)

بالإضافة إلى ذلك فإن المثال الذي يعطيه المدرب الرياضي بالتمسك بالسلوك الخلقى الحميد يصبح نموذجا ومثالا يقتدي به جميع أفراد الفريق الرياضي.

كما أن الميل والشعور الصادق للمدرب الرياضي تجاه جميع لاعبيه يضمن له التأثير الإيجابي في عمله التربوي ويعمل على تشيد صرح نفوذه واحترامه لدى الجميع.

إن عمل المدرب الرياضي لن يكتب له النجاح إذا اتسم سلوكه بالتحيز والمحاباة أو بالقسوة والعنف بل يجب أن تتأسس علاقة المدرب الرياضي باللاعبين على الاحترام والعطف والحب والثقة المتبادلة وأن يتخذ من اللاعبين جميعا أصدقاء وإخوة وأبناء له، يشعر بشعورهم ويحس بأفراحهم وسعادتهم ومشاكلهم الشخصية وكل ما يلزم بهم من أحزان وأحداث وأن تتسم مشاركته الوجدانية لهم بالاستجابة والفاعلية بالإضافة إلى ذلك يجب على المدرب الرياضي أن يعمل جاهدا على تكوين العلاقات العاطفية الوطيدة بينه وبين اللاعبين.

ولا يخلو الأمر - في بعض الأحيان - بالنسبة لطبيعة عمل المدرب الرياضي من قيامه بالنقد وتوقيع بعض العقوبات أو حرمان اللاعب من بعض المميزات ومن مثل هذه الحالات يراعي قيام المدرب الرياضي بإيضاح وتبيان الأسباب الموضوعية لذلك، والتأكد من فهم اللاعب لتلك الأسباب واقتناعه بها حتى يمكن ذلك العمل على توافر العلاقة الوطيدة بين المدرب الرياضي واللاعبين.

3-2-4-2- المدرب كشخصية مستقلة :

في دراسة أجريت على مجموعة من المدربين وأخرى ممن سيعرفون التعرف على طبيعة الشخصية للمدرب المثالي

يمكن التوصل إلى الفارق بين مجموعة المدربين والممارسين فيما يلي:

جموعة ناجحة جدا من المدربين عندهم رغبة لكي يكونوا في القمة

• منظمون يخططون لكل شيء.

• يتمتعون بالاختلاط مع الناس .

• يميلون لحب القيادة . وناجحون عاطفيا

يلومون أنفسهم ويتقبلون الانتقادات إذا ارتكبوا أخطاء معينة

أما الجانب السلبي فالمدربون لا يميلون إلى الإعتماد على الغير وغير مهتمين بمشاكل أعضاء فريقهم ولا يلجؤون

إلى الغير عند تعرضهم لطارئ نفسي .

ويرى الدكتور يحي السيد الحاوي أن الرياضيين يرون في المدرب شخصية قوية التي يتمكن الإعتماد عليها في

المواقف الصعبة، وفي كثير من الأحيان يكون قادر على مواجهة الظروف المتغيرة وتنظيم حول اللاعبين والسيطرة

عليهم .

وقد أورد الكثير من المحليين حول شخصية المدرب الرياضية حيث ذكرو وجود فروق في الشخصية وخاصة

بين مدربي الهوى والمدربين المحترفين كما توجد فروق بين المدربين المحليين والمدربين العالميين (الحاوي، 2002)

3-2-5- الخصائص الإيجابية والسلبية للمدرب الرياضي:

تتصف المنافسات الرياضية بالكثير من الانفعالات المصاحبة والتي تثبت في تحركات وتصرفات المدرب عن قيادة الفريق من خارج الملعب من النداء والصياح الناجم عن المتابعة وفي كثير من الأحيان يتطلب من المدرب -خلال المنافسات- نوع من ضبط النفس من توافر له ظروف ملائمة لاتخاذ القرار في ظروف تتميز بالضغط والتوتر النفسي وقد يصل انفعال بعض المدربين في المنافسات الهامة خلال بعض البطولات المحلية أو الإقليمية أو القارية أو العالمية إلى درجة فسيولوجية تعادل أو تفوق اللاعب نفسه، وتتغير تلك الحالة وفي ظروف ومجريات اللعب ونتيجة المباراة تبقى اللاعبين لمهام واجباتهم داخل الملعب وفيما يلي بعض الخصائص الإيجابية والسلبية للمدرب الرياضي:

3-2-5-1- الخصائص الإيجابية للمدرب الرياضي:

- تقديم الدعم النفسي للاعب في مواجهة الظروف الصحية والمعقدة سواء في التدريب أو المنافسة.
- تحليل أخطاء اللاعب بصورة منطقية وموضوعية للاستفادة من أدائه وقدراته الكامنة.
- القدرة على اتخاذ القرار تحت ضغط المنافسة بهدوء وتركيز.
- القدرة على تحويل مواقف الفشل إلى مواقف نجاح.
- تكوين علاقات إيجابية طيبة مع جميع اللاعبين على حد سواء (نجم أو لاعب ناشئ).
- إطلاق روح الفريق ومتابعة الجو النفسي المتناغم طول فترات الموسم.

- اشتراك اللاعبين في بناء الأهداف ومستويات الطموح بصورة واقعية.

- التمسك باللاعبين أيا كان مستواهم بإعطائهم قيمة دورهم بالفريق.

3-2-5-2- الخصائص السلبية للمدرب الرياضي:

- إهانة اللاعب والسخرية منه والإقلال من شأنه مما يقلل من رصيده لدى اللاعبين وبالتالي فقد شعبية لنوع العدوان

اللفظي. (أبوزيد، 1996، الصفحات 31-32)

- توجيه التعليمات بصورة انفعالية حادة (الصراخ) والاعتقاد بأن نجاحه في التدريب والمنافسة يتوقف على السخط

والنرفزة.

- يبدي سلوك متزن في التمرين ويبدو بصورة مغايرة تماما في المنافسة (مضطربا أو مهددا).

- الاعتقاد بأن لاعب أو أكثر يجد دون مكانته الاجتماعية بل ومستقبله الرياضي.

- لا يستفيد من أخطائه ويحاول تعديل خطته أثناء المنافسة ارتجاليا.

- التأكد على الفوز أولا وأخيرا كهدف مطلق للقاء أو المنافسة.

- الاهتمام باللاعبين البارز فقط دون الاستفادة بالآخرين لتحقيق شهرته الشخصية.

- المدرب الرياضي يسعى إلى تحقيق ما يصبوا إليه دون وضوح رؤية الجماعة الفريق مثل شرح الأهداف العامة.

- إتباع أساليب معقدة في التهيئة على حساب مهارات الفريق.

- استخدام الأسلوب التسلطي في جميع المواقف التي قد لا تحتاج إلى ذلك.

- التعبير عن الاتصالات بشكل مبالغ فيه مما قد يثير اللاعبين والجمهور ويؤدي إلى شغب الملاعب.

- عدم الاحتفاظ بقدر من اللياقة مما يعرضه لأزمات فسيولوجية نتيجة التغيرات المفاجئة في مواقف المنافسة.

3-2-6 - مقومات المدرب الناجح:

قدم المجلس الأسترالي للتدريب سنة 1999 المقومات التالية التي تعمل على نجاح عمل المدرب الرياضي.

- مهارات الاتصال والتفاعل الجيد .
- تقدير احتياجات النمو للرياضيين الشباب.
- الحماس والاهتمام القوي للرياضة .
- المستوى العالي من اللياقة والانضباط والإخلاص .

أما اللجنة الأسترالية 1999 فترى أن التدريب الرياضي مهنة شيقة وتتميز بالتنوع، والمدرب الناجح هو الذي يتعلم المهارات الجديدة ويتحلى بالمرونة عندما يتطلب الأمر ذلك ويتقبل ثقة البناء ويعمل على التقويم النفسي انتظام على اعتبار أنه متصل بالناس ، وحددت رابطة الوادي الوسيط للشباب كرة القدم بمقاطعة سامتا كلارا الأسترالية 1998 .

ويجب مراعاة المعطيات التالية لعملية اختبار المدرب:

- المشاركة السابقة لمسابقة الدوري العام . - سابق الخبرة في التعليم .
- لديه مستوى في معرفة الرياضة . - مقدار التأثير الإيجابي .
- الخبرة مع الجماعة البنينة المعنية (الخولي، 2001)

3-2-7- معوقات المدرب الرياضي لتحقيق أهداف الفريق الرياضي:

3-2-7-1- العلاقة القائمة بين المدرب الرياضي واللاعب :

تحكم العلاقة الرابطة بين المدرب واللاعب نظام خاص يلعب دورا هاما في توطيد قنوات الإتصال بينهما وبالتالي تسهيل عملية الإعداد الرياضي والوصول الى نتائج جيدة، هذا النظام لا بد أن يتميز بمجموعة من الصفات نذكرها فيمايلي:

- أن يكون هناك هدف مشترك بين المدرب الرياضي واللاعب.

- نجاح المدرب الرياضي لا يعتمد فقط على صفاته، بل يعتمد أيضا على العلاقة بين المدرب والرياضي.

إن هدف العلاقة الموجودة بين المدرب واللاعب هو الإنتهاء من مراحل الإعداد ونقل مستوى اللاعب الى مستوى المنافسة، ولا يتم هذا ما لم ينظر المدرب الى اللاعب بنظرة الأخوة والإحترام، بعيدا عن معاملته بالخطرة والغرور، وهذه هي أهم الملاحظات المهمة والأساسية بين المدرب واللاعب.

كما أن أهم شيء في هذه العلاقة هو تأثير المدرب على اللاعب، فلا يجب أن يقع في الخطأ كأن يشرح المدرب أشياء لا تكون صحيحة مما يؤدي الى التأثير سلبا على اللاعب. والمدرب الناجح هو الذي يستطيع أن يغير من سلوك اللاعب وصفاته نحو الأحسن، هذا الأخير لا يرى النجاح والفشل الا بعد مناقشته مع الآخرين خلال المنافسة، وحين يحقق اللاعب هدفه سواء من التدريب أو المنافسة تصبح نظرتة الى مدربه ايجابية جدا ويعتبره الأفضل والأهم عنده لأنه اقتنع بأنه نقله من الأدنى الى الأعلى و قد حقق له طموحه المنشود. (الريضي، 2001)

3-2-7-2- دور المدرب في تشكيل دوافع الرياضي:

تحتم عملية بناء الدافعية الرياضية لدى الرياضيين على المدرب الرياضي مراعاته لجوانب متعددة يمكن أن تسهم بشكل مباشر في بناء وتدعيم الدافعية لدى الممارسين للرياضة، نذكر منها

3-2-7-2-1- مراعاة العوامل الشخصية والموقفية:

قد يظن البعض أن العوامل الشخصية للممارسين للرياضة كسماتهم الشخصية أو حاجاتهم أو ميولهم أو أهدافهم هي المحددات الأساسية للسلوك الدافعي نحو الممارسة الرياضية، وقد يظن البعض أن العوامل الموقفية كمواقف الممارسة الرياضية التنافسية أو الترويجية أو مدى جاذبية الإمكانيات المادية كحالة الأجهزة والأدوات الرياضية أو أساليب التعليم والتدريب التي يستخدمها المعلم أو المدرب أو مواقف الفوز والهزيمة وغيرها من المواقف التي تحدد بالدرجة الأولى السلوك الدافعي للممارسين للرياضة.

وفي حقيقة الأمر فإن نتائج الدراسات والبحوث والخبرات التطبيقية أشارت إلى أن السلوك الدافعي للرياضيين لا ينجم عن العوامل الشخصية بمفردها أو العوامل الموقفية بمفردها ولكنه ينجم عن التفاعل ما بين هذين المتغيرين وفي ضوء هذا فإن أفضل طريقة لفهم الدافعية لدى الممارسين للرياضة هي النظر بعين الإعتبار لكل من العوامل الشخصية والعوامل الموقفية معا وكيفية تفاعلها معا حتى يمكن بناء الدافعية وتطويرها على أسس صحيحة.

3-2-7-2-2- التعرف على الأسباب الدافعية للممارسة الرياضية :

أظهرت نتائج بعض الدراسات والبحوث إلى أن دوافع الممارسة الرياضية التنافسية تكاد تنحصر في الأسباب التالية: المكاسب الشخصية، التمثيل الدولي، تحسين المستوى، تحقيق الفوز، التشجيع الخارجي، اكتساب النواحي الإجتماعية.

من جانب آخر تنحصر دوافع الممارسة الرياضية الترويجية في الأسباب التالية: اكتساب الصحة واللياقة البدنية، المرح والسرور وقضاء وقت ممتع، الترويج عن النفس، انقاص الوزن، اكتساب النواحي الإجتماعية. كما يجب مراعاة ان الممارسة الرياضية على اختلاف مجالاتها ومستوياتها لا يكون نتيجة لنوع واحد أو حالة واحدة من أنواع حالات الدافعية، بل قد تكون نتيجة لعدة أنواع أو حالات من الدافعية متداخلة مع بعضها

3-2-7-2-3- الدافعية ليست ثابتة بل متطورة:

في غضون تطوير الفرد في سلم النمو فإن دافعيته يمكن أن تتعدل وتتطور، إذ من الممكن أن يكتسب الفرد بعض أنواع أو حالات جديدة من الدافعية، فكأن الدافعية المرتبطة بالممارسة الرياضية لا تستمر وليست ثابتة بل يعترضها التغيير والتبديل خلال الفترة الطويلة التي يمارس فيها الفرد النشاط الرياضي.

3-2-7-2-3-4- مراعاة صراع الدوافع :

في بعض الأحيان يلاحظ وجود العقبات التي تعترض رغبة الفرد في الممارسة الرياضية فعلى سبيل المثال: قد يحاول اللاعب المواظبة على الإشتراك في التدريب لرياضي والمنافسات الرياضية وفي نفس الوقت يحاول أن يجد المزيد من من الوقت للإنتظام في مدرسته أو كليته أو عمله وعندئذ يحدث صراع بين الدافع لممارسة الرياضة والدافع لممارسة العمل ومحاولة التوفيق بينهما.

لذا يجب على المدرب الرياضي مراعاة العوامل التي قد تؤدي إلى صراع نفسي لدى الممارسين للرياضة والعمل على اتخاذ الحلول المناسبة لمواجهة مثل هذه الصراعات.

3-2-7-2-3-5- مراعاة تشكيل البيئة لتطوير الدافعية:

ينبغي على المدرب الرياضي النظر بعين الاعتبار إلى إتاحة المزيد من الوقت وتوثيق العلاقات الأخوية مع الزملاء وبذلك يستطيع تطوير العوامل الدافعية للممارسين بصورة إيجابية.

3-2-7-2-3-6- محاولة تغيير الدوافع غير المرغوبة:

إن المدرب الرياضي مضطر لإستخدام الوسائل الفاعلة لتغيير أو تعديل الدوافع غير المرغوبة أو الدافع السلبية لدى الممارسين للرياضة كأن يوجه المدرب الرغبة في السلوك العدواني لدى بعض اللاعبين بكل حزم وتوضيح مضار ومخاطر مثل هذه الأنواع من السلوك العدواني وفي نفس الوقت يدعم السلوك الذي يهدف إلى اللعب النظيف العادل والسلوك الحازم فيطار قواعد وقوانين المنافسات الرياضية. (الخرزاعلة، 2013)

3-3- دافعية المستويات الرياضية العالية :

تتميز دافعية الممارسة الرياضية بالإتجاهات الإجتماعية الواضحة، كما ترتبط أيضا بالدافعية الفردية الشخصية ومن

أهداف الدافعية في هذه المرحلة ما يلي:

3-3-1- محاولة تحسين المستوى:

إن مواظبة اللاعب على التدريب وبذل الجهد ومحاوّل تشكيل أسلوب حياته بطريقة معينة تتناسب مع المجهود البدني المبذول في التدريب الرياضي مما يتأسس عليه محاولة تحسين مستواه لإحراز الفوز في المنافسات أو تسجيل الأرقام القياسية.

فكثير من اللاعبين لا يكتفون بالوصول الى مستوى الدرجة الأولى فقط بل يسعون جاهدين الى تحسين مستواهم حتى يمكن اختيارهم ضمن الفريق القومي لتمثيل فريق الوطن في المنافسات الدولية المختلفة.

3-3-2- المكاسب الشخصية :

يسعى اللاعب الرياضي الى تحقيق النجاح الشخصي والحاجة الى إثبات الذات والتفوق، والوصول الى مركز مرموق بين الجماعة والتميز والشهرة.

ومن ناحية أخرى قد يسعى الى محاولة تحقيق بعض الفوائد المادية والمكاسب الشخصية كمحاولة رفع مستواه الإجتماعي أو الإقتصادي أو الثقافي عن طريق رعاية الأندية و المؤسسات أو الدولة للأبطال الرياضيين.

3-3-3- الإرتقاء بمستوى النشاط التخصصي:

إذ يسعى اللاعب الى محاولة الإرتقاء بمختلف النواحي المهارة والخططية والتدريبية للنشاط الرياضي الذي يمارسه.

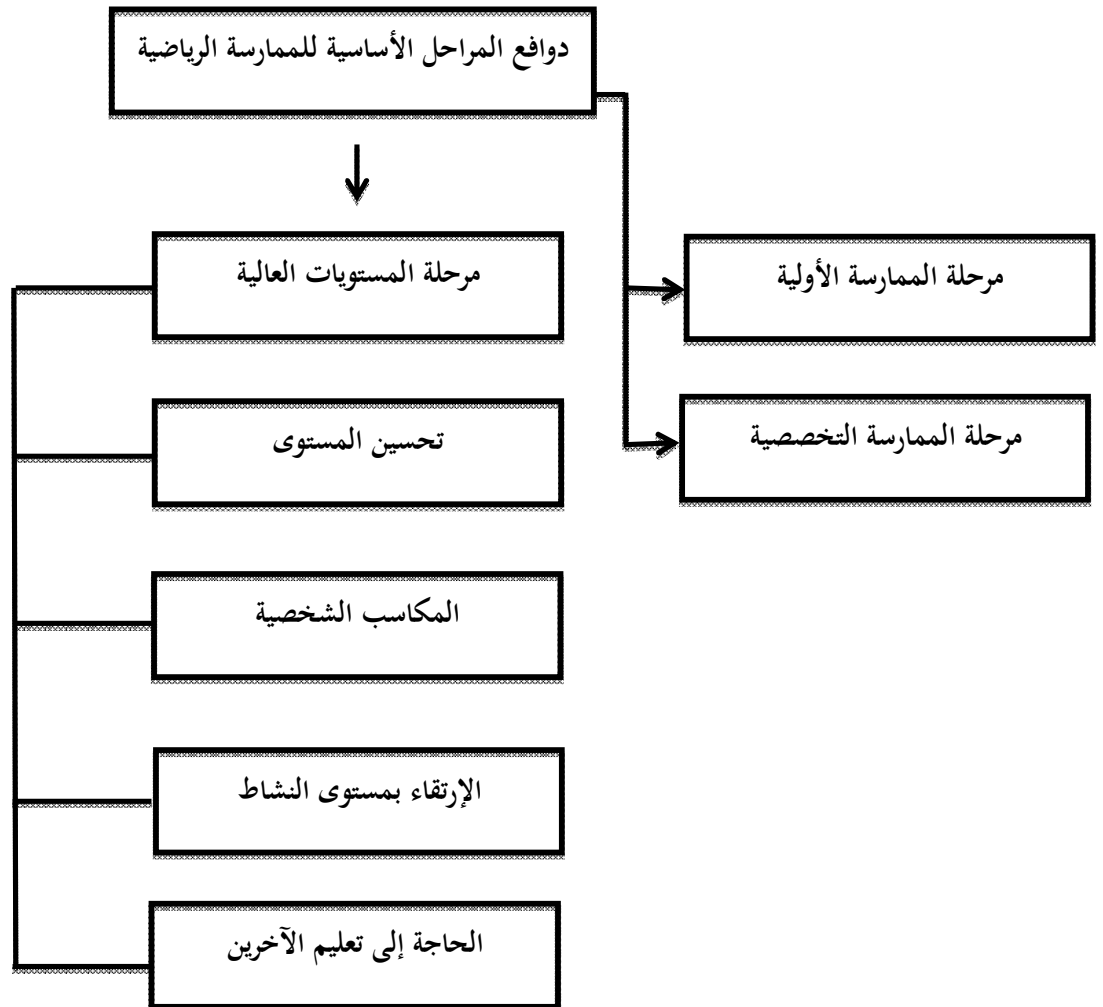
وكثيرا ما نسمع عن طريقة (أوبراين) في دفع الجلة أو طريقة (فوسبري) في الوثب العالي و طريقة (التدريب الفترّي) التي ارتبطت بطريقة التدريب للقاهرة البشرية للبطل التشيكوسلوفاكي (إميل زاتوييك).

إن قيام هؤلاء الأبطال بإضافات خلاقة الى مختلف النواحي الرياضية التي تخصصوا فيها من أهم العوامل التي ساعدت على ارتقاء مستوى النشاط الرياضي التخصصي واقتبس عنهم أبطال العالم هذه النواحي.

3-3-7- الحاجة إلى تعليم الآخرين:

غالباً ما يسعى البطل الرياضي إلى إعطاء خبراته الشخصية للناشئين، إذ نجد معظم الأبطال يحتضنون بعض الأطفال الناشئين ويوجهونهم لكي يحتلوا مكانهم عندما يعتزلون المنافسة، كما نجد أن بعض هؤلاء الأبطال يساهمون في توجيه ورعاية الناشئين الموهوبين. (علاوي م.، 2009، الصفحات 226 - 228)

والشكل الموالي يوضح جانب من أهم نتائج دراسة (بوني) في مجال دوافع المراحل الأساسية للممارسة الرياضية.



الشكل رقم (06) : يوضح أهم دوافع المراحل الأساسية للممارسة الرياضية

خلاصة:

من خلال ما تطرقنا إليه في هذا الفصل نجد أن المدرب هو العمود الفقري للفريق فعلى عاتقه تقع مسؤولية قيادة الفريق ، فالمدرب هو القادر على حماية أعضاء الفريق من التيارات الفاسدة والأهواء الشخصية وإعدادهم للحياة عن طريق ممارسة النشاط الرياضي من خلال عملية التدريب التي يتحدد بها أداء فريقه، ويرتبط ذلك بمدى قدرة المدرب على إدارة وتنفيذ عملية التدريب ونجاحه بالارتقاء وبقدرات لاعبيه وغالبا ما يحتل هذا النوع من المدربين مكانة عالية في نفوس أفراد الفريق والجمهور والمسؤولين .

الفصل الرابع

النوادي الرياضية في الجزائر

تمهيد:

إن النظريات العلمية وتطورها أصبحت تلعب دوراً أساسياً في منهجية الحياة في مختلف المجالات وأصبح تطور تلك النظريات يفرض على المجتمع مسايرة هذا التطور ولا شك أن إدارة الهيئات الرياضية التي تهتم بالنشء والشباب وتعتبر إحدى المؤسسات المسؤولة عن تربية وإعداد المواطن وتنمية قدراته وإمكانياته ولا بد أن تنتهج الأسلوب العلمي في إدارتها لتلك الهيئات أو المؤسسات الشبابية وذلك وفقاً لما تفرضه المتغيرات الحادثة والواقعة بالمجتمع.

1-4 - الهيئات الرياضية :

يحتاج كل عمل منظم تؤدبه جماعة من الناس إلى مجال يمكن أن تعبر فيه الجماعة عن نفسها و عن طموحها و هذا ما قد نجده في الهيئات الرياضية و هي بدورها تنقسم إلى قسمين أساسين هما الحكومية و الأهلية .

1-1-4 - الهيئات الحكومية :

" وهي الهيئات التي تفوضها الدولة في تسيير و إدارة و متابعة أنشطة التربية الرياضية مثل وزارة الشباب و الرياضة، المجلس الأعلى للشباب و الرياضة، الهيئة العامة للشباب، مؤسسة الشباب و الرياضة إلى جانب وزارة التعليم التي تقوم بحكم مسؤوليتها الرئيسية في تربية النشء و الشباب في قطاعات التعليم التي تقوم بإتاحة الفرص للطلاب لممارسة الأنشطة الأخرى لتحقيق النمو المتكامل للطلاب بدنيا و عقليا و روحيا و هناك الجامعات بما تقدمه للطلاب من الأنشطة الرياضية أيضا.

2-1-4 - الهيئات الأهلية :

و تتمثل الهيئات الأهلية في كل جماعة ذات تنظيم مستمر تتألف من عدة أشخاص طبيعيين أو إعتباريين و لا تستهدف الكسب المادي و يكون الغرض منها الرعاية للشباب و إتاحة الظروف المناسبة لتنمية ملكاتهم و ذلك بتوفير الخدمات الرياضية و الإجتماعية و الثقافية و الروحية و الصحية و الترويجية كل ذلك في إطار السياسة العامة للدولة و هذه الهيئات تتمثل في اللجان الأولمبية الوطنية - الإتحادات الرياضية - الأندية و مراكز الشباب (الشافعي، 2002)

2-4 - العلاقة بين الأجهزة الحكومية و الأجهزة الأهلية :

هناك علاقة بين الأجهزة الحكومية و الأهلية منها " ما هو إيجابي و منها ما هو سلبي :

1-2-4 - العلاقات الإيجابية :

- الإتصالات المتكررة بين المسؤولين من الجانب الحكومي و الجانب الأهلي .
- الإحترام المتبادل بين الطرفين و تقدير وجهات النظر .
- تحديد الأدوار و المسؤوليات لكل منها بهدف التقدم الرياضي .
- العون المادي من الحكومة.
- الخدمات الفنية و المتابعة الدورية للتغلب على الصعوبات

2-2-4 - العلاقات السلبية :

- عدم وجود إتصالات و إستشارات من الجانبين.
- عمل كل جانب بمعزل عن الآخر.
- ضعف و إنعدام العون المادي من الحكومة .
- حساسية كل جانب من الآخر
- طلب الهيئات الأهلية للإعانات المالية و عدم رضاها بتدخل أحد في شؤون متابعة صرفها. (بدوي، استثمار الوقت في ادارة الهيئات الرياضية، 1998)

3-4 - الهيئة الحكومية العليا المختصة :

كنتيجة طبيعية لتشعب و تداخل مجالات التربية الرياضية توجب وضع سياسة مرسومة تشمل الشباب في نادية و التلميذ في مدرسته و الطالب في جامعته مما يتوجب ضرورة تعاون جميع المسؤولين في هذه الأجهزة في وضع و تنفيذ

هذه السياسة على أساس الترابط و التعاون ووحدة الهدف حيث لا يوجد أكثر قدرا على تولي مهام المشروعات العامة لخدمة مهام المشروعات العامة لخدمة الشباب من الدولة فهي صاحبة الكفاءة و القدرة و الإمكانيات التي تساعد على الإستعانة بالكفاءات العلمية المؤهلة علميا من المتخصصين في مجال الرياضة و العارفين بأسسها و فنونها ليكونوا ركيزة علمية تساعد على تنظيم و إدارة الرياضة في البلاد عن علم و معرفة بصفة شاملة لها الإستقرار و التقدم و تخلصها من المظاهرات و السطحيات .

" هذه الهيئة قد تكون وزارة الشباب و الرياضة و قد تكون هيئة أو مجلس أعلى أو غير ذلك و لضمان تنفيذ السياسة التي ترسمها هذه الهيئة الحكومية العليا وفق ما تسيير عليه دراساتها و أبحاثها و عدم ضياع جهودها وسط تنازع السلطات و تضارب الإختصاصات يجب أن تكون قرارات الهيئة في كل ما يتعلق بشؤون الرياضة و الشباب لجميع القطاعات ملزمة وواجبة التنفيذ . (أميري، 1992)

بهذا تتكون كافة الأجهزة الرياضية ملزمة بالسير ضمن السياسة العامة الموحدة برسم خطاها .

الهيئة الحكومية العليا التي من أهم مسؤولياتها إداريا و تنظيميا حصر الأجهزة المعنية بالشباب و الرياضة و تحديد إختصاصاتها و طريقة تمويلها و وضع حدود مقننة لعلاقة هذه الأجهزة ببعضها البعض و علاقتها بالهيئة الحكومية المختصة .

أما الأندية الرياضية و إتحادات الألعاب و اللجنة الأولمبية الأهلية في الدولة فهي الأجهزة الرياضية الأساسية في القطاع الأهلي للرياضة و هي بمثابة عناصر مكملة لبعضها البعض و مرتبطة كل منها بالأخرى ، و بالرغم من هذا الإرتباط فإن كل جهاز يسعى إلى تحقيقها داخل الإطار العام . (أميري، 1992)

كل هذه المسؤوليات الفنية و العلمية تجعلنا نفكر جيدا قبل أن نسند وظيفة مدير النادي أو عمله أو حبه للرياضة طالما أنه لم يحصل على التأهيل العلمي الذي يؤهله لتحقيق التخصص، فالرياضة بمختلف شروطها مهنة و تخصص

. 4-4- العمل بالهيئات الرياضية :

إن العمل بالهيئات الرياضية سواء كانت حكومية أو أهلية تعتمد إلى ما يعتمد على كفاءة العاملين في إدارتها إذا كانت الهيئة الحكومية فإنها تخضع للتنظيم الرسمي للدولة من حيث الوظائف ابتداء من الوزير المسؤول و مروراً بالقيادات الإشرافية العليا و المتوسطة و التنفيذية .

أما إذا كانت أهلية أو خاصة فإنها تخضع من ناحية القرارات لجمعيتها العمومية و الإدارة و اللجان التي تقرر تشكيلها و تخضع من ناحية أخرى إلى الإدارة التنفيذية لهذه الهيئات الرياضية مثل المدير السكرتير المتفرغ و التقسيمات الوظيفية التي تتبعه. " أي أن العمل في الهيئات الرياضية الحكومية أو الأهلية تخضع لكفاءة الذين يقومون بالإشراف عليه و الذين يطلق عليهم المديرون أو المسيرون فإن أحسن هؤلاء المديرون تنفيذ ما هو محدد لهم من مسؤوليات تحققت النتائج المرجوة و إذا أخفقوا لن تحققت النتائج . (بدوي، 1998)

إن إختيار المسيرين يجب أن يخضع لمواصفات دقيقة خاصة في المجال الرياضي الذي يعتقد البعض أنه المجال الخصب لتعيين الأصدقاء و المعارف لأنه عمل سهل و بسيط و الهيئات الرياضية يجب إدارتها من طرف قيادات لها سلطات و عليها مسؤوليات و لذلك فإن على القائد أن يفهم العلاقة بين السلطة و المسؤولية لكي يستطيع تأدية عمله بإتقان و نجاح .

" إن الهيئات الرياضية هي أغنى الهيئات بالقيادات التطوعية و الطبيعية و هذا ما ينتج لنا عدم وضوح السلطات و المسؤوليات في بعض المواقف التي تحول دون تحقيق الأهداف المحددة فهناك الكثير من القيادات المتطوعة يدفعها النجاح الذي يتحقق على أيديها . إذ تتأثر بكافة السلطات و تكتفي فقط بإعطاء التوجيهات لبقية العاملين و لذلك كان على جميع القيادات العاملة بالهيئات الرياضية سواء كانت متطوعة أو مهنية أو طبيعية . فمسؤوليتها و إختصاصاتها و

سلطاتها تعمل في حدودها و لا تخرج عنها حتى تستقيم العملية الإدارية و تتحقق الأهداف و يجب أن تتمتع هذه القيادات ببعض المهارات

4-5- الأندية الرياضية :

الأندية الرياضية هي العمود الفقري الذي يقوم عليه التكوين الرياضي الأهلي في أي دولة من دول العالم و أي تنظيم رياضي لا يمكن أن تجنى ثماره إلا إذا نظمت الأندية الرياضية بصورة سليمة تمكنها من أن تؤدي رسالتها الرياضية و التربوية على أكمل وجه .

فالنادي الرياضي قد حدد بالقانون الخاص بالشباب و الرياضة مفهومه بأنه " هو هيئة تكونها جماعة من الأفراد تهدف إلى تكوين شخصية الشباب بصورة متكاملة من النواحي الإجتماعية و الصحية و النفسية و الفكرية و الروحية عن طريق نشر التربية الرياضية و الإجتماعية و بث روح القومية بين الأعضاء من الشباب و إتاحة الظروف المناسبة لتنمية مواهبهم و كذلك تهيئة الوسائل و تسيير السبل لشغل أوقات الفراغ للأعضاء و ذلك للتخطيط الذي تضعه الإدارة المركزية. (الشافعي ا، 1992)

فقد أصبح للنادي في عصرنا الحديث الذي نعيش فيه رسالة أعمق عليه تحقيقها و هدف أكبر يجب أن يصل إليه فهو بمثابة مدرسة لها برامجها و نظمها تشترك إشتراك فعلي مع مختلف أجهزة الدولة في تعليم النشء و رعاية الشباب فالأندية الرياضية الحققة هي الوسيلة العملية لتطبيق الفلسفة الرياضية الحديثة المبنية على مبادئ إجتماعية سليمة وفق أصول و نظريات تربوية و هذا لا يتحقق إلا إذا رسمت سياسته و خططت برامجه.

و بإتباع الطرق العلمية و المنهاج السليم يستطيع النادي أن يجعل من شبابه شخصيات متزنة متكاملة متفاعلة مع المجتمع الذي نعيش فيه عن طريق النشاط الرياضي الحر المنظم الذي تحكمه شروط و قواعد تساعد أعضائه على إبراز الكفاءة و لذلك فإنه من حق العضو على قاداته توفير كل الوسائل لممارسة أنشطة مختلفة .

4-5-1- أندية اللعبة الواحدة :

إن الأندية تهتم بألعاب محددة بالذات أو أندية اللعبة الواحدة كأندية كرة القدم في أوروبا و أمريكا اللاتينية و أندية السلة و البيزبول في أمريكا الشمالية فهذه الأندية بعيدة كل البعد عن المفهوم الرياضي السليم يطلق عليها لفظ الأندية و هي في حقيقة الأمر مؤسسات تجارية تدفع مقابل حصولها على اللاعبين البارزين مبالغ طائلة و كل همها هو تعويض هذه المبالغ بصرف النظر عن أي إعتبار آخر فهي لا تقبل أن يمارس أفرادها لعبة أخرى و لا يعينها إلا مصلحتها الخاصة متجاهلة المعنى الحقيقي للرياضة .

و هي تستعمل الألعاب الشائعة المحببة المملوءة بالإثارة للكسب و جمع المال و يشرف على هذه الأندية مثل المؤسسات التي يديرها و يمتلكها سماسة اللاعبين و تجار الرياضة .

"من المؤكد أن نظام اللعبة الواحدة لا يتفق إطلاقاً مع الهدف الذي ترمي إليه التربية الرياضية بمعناها السليم بحيث تتخذ هذه الأندية من الرياضة غاية في حد ذاتها وليست وسيلة تربية و بذلك لا تخدم هذه الأندية الغرض الحقيقي و هو غرس مفاهيم الرياضة الصحيحة في نفوس الشعب و أي جهد يبذل من أجلها لن يكون له جدوى ، و نحن أشد ما نخشاه أن تنشأ تجارة الرياضة و يعود إلى الإحتراف الأول المؤسف (عصر الرومان). (أميري، التطور العلمي لمفهوم الرياضة، 1992)

فالرياضة سلاح ذو حدين إذا نخر في عظمها سوس الإحتراف تسيطر على عقول مديريها و ممارسيها فكرة التجارة و بذلك تبتعد تماماً عن أهدافها لتصبح معول هدم لكيان الأمة .

" فالأندية المبنية على مبادئ إجتماعية سليمة وفق أصول و نظريات تربوية و نفسية لتحقيق الفلسفة الرياضية الحديثة و هي منشأة أو مؤسسات للنشء و الشباب تتجمع و تتلاقى للألفة و الترابط و إستقلال الميول الطبيعية للنشاط الحركي و إدارته و وضع برامج ليكسب الفرد عن طريق الإشتراك فيه كل حسب ميوله و حاجاته و سنه و جنسه و قدراته و القيم التربوية التي توفرها الرياضة..(الشافعي ، 2002)

4-6- العلاقة التي تربط الأندية بالأجهزة الرياضية :

في ضوء هذا المفهوم لرسالة الأندية الرياضية وتنظيمها وأهدافها ولضمان حسن قيامها بدورها تجاه الأمة فلا بد لها من رعاية خاصة وإهتمام زائد وتوجيه سليم ومن هنا كانت العلاقة التي تربط الأندية الرياضية بالدولة عن طريق الهيئة الحكومية المختصة بإعتبارها الجهاز الذي يضم المؤهلات والخبرات العلمية والعملية التي تمكنه من التوجيه السليم والإرشاد الواعي الذي يساعد على تطوير وإيجاد قاعدة رياضية سليمة من الأندية الخالية من الشوائب والمعوقات والبعيدة عن الصراعات والخلافات التي تفرضها الحساسية ويحركها التعصب الأعمى "ويمكن تحديد هذه العلاقة في النقاط التالية:

1. إعتبار النادي منشأة أهلية تشرف عليها الدولة له وظيفة إجتماعية واضحة تؤدي دورا طليعيا لخدمة الشباب رياضيا وإجتماعيا وثقافيا ليكون مركز إشعاع تربوي في البيئة المحيطة به.

2. إشراف الدولة على الأندية بحيث عليها تحمل أعباء تطويرها بما يتفق مع سياسة الدولة.

3. للنادي مطلق الحرية في تسيير نشاطه وما يتخذه من أسلوب فني في حدود السياسة العامة التي ترسمها الدولة وبما لا يتعارض مع القوانين واللوائح الدولية أو المحلية لإتحادات الألعاب.

4. المساعدات المالية والمادية لتدعيم الأندية بقدر ما تسمح به ميزانية الدولة.

5. موافات الأندية بالنشرات والمطبوعات والتوجيهات التي تساعد على حسن الأداء ورفع المستوى. (بدوي، ثمار الوقت في إدارة الهيئات الرياضية، 1996)

هذه هي العلاقة التي تربط الأندية بجهاز الدولة المختص الذي من خلاله تمد الدولة يد العون والمساعدة والتوجيه تاركا للنادي حرية التصرف بما يحقق لأعضائه التربية الرياضية المتزنة التي تشمل كل مكوناتها من عقل بدن وخلق.

4-7- الهيكل التنظيمي للنادي:

"يتكون هيكل النادي إداريا من الجمعية العمومية، مجلس الإدارة، المكتب التنفيذي. وتتكون الجمعية العمومية من أعضاء النادي العاملين ولكي يكون إجتماع الجمعية العمومية العادية صحيحا إذا حضرته الأغلبية المطلقة

لأعضاء النادي الذين لهم الحق في الحضور، فإذا لم يكتمل هذا العدد يُؤجل الإجتماع إلى جلسة أخرى. تعقد خلال أسبوعين على الأكثر من التاريخ الأول ويكون الإجتماع صحيحا بحضور عشرة في المائة (10%) أو بحضور مائة عضو عامل أيهما أقل من أعضاء الجمعية العمومية فإذا لم تتوفر هذه الأغلبية تقوم جهة إدارية مختصة بتكليف مجلس إدارة في ممارسة سلطات الجمعية العمومية حين عقد الجمعية العامة.

4-7-1. مجلس الإدارة:

يتكون مجلس إدارة النادي من أعضاء النادي المنتخبين ويتولى مجلس إدارة النادي إصدار القرارات المؤدية إلى حسن سير النادي وتحقيق أهدافه، حيث يتكون المجلس من رئيس ووكيلين أمين صندوق سكرتير عام والباقي أعضاء عاديين، ومدة المجلس أربعة سنوات ومجلس الإدارة إختصاصات عديدة منها تكوين اللجان المختلفة لتساعد على تسيير نشاط النادي.

4-7-2. المكتب التنفيذي:

يتكون من الرئيس أو أحد الوكيلين والسكرتير العام أو المدير المتفرغ، أمين الصندوق، ثلاثة من أعضاء مجلس الإدارة يختارهم المجلس في أول إجتماع له.

4-8- النوادي الرياضية في الجزائر:

تمارس النوادي الرياضية مهمة تربية وتكوين الشباب عن طريق تطوير برامج رياضية وبمشاركتها في ترقية الروح الرياضية والوقاية من العنف ومحارته وهي تخضع لمراقبة الرابطة والإتحادية الرياضية الوطنية المنظمة إليها وتكون النوادي الرياضية متعددة الرياضات أو أحادية الرياضة وتصنف إلى ثلاثة أصناف:

■ النوادي الرياضية الهاوية.

■ النوادي الرياضية شبه المحترفة.

▪ النوادي الرياضية المحترفة.

يخضع إعتقاد النوادي الرياضية الهاوية وشبه المحترفة إلى الرأي التقني المسبق للإتحادية الرياضية الوطنية المعنية

حيث يمنح الإعتقاد طبقاً للتشريع المتعلق بالجمعيات (المادة 42).

1-8-4 - النادي الرياضي الهاوي:

هو جمعية رياضية ذات نشاط غير مريح تسيير وفق القانون الخاص بالجمعيات وكذا القانون الأساسي بحيث

يحدد مهامه وتنظيمه وفق القانون الأساسي النموذجي الذي تضعه الإتحادية ويوافق عليه الوزير (المادة 43).

2-8-4 - النادي الرياضي شبه المحترف:

هو جمعية رياضية يكون جزء من نشاطها ذا طابع تجاري بما فيها تنظيم التظاهرات الرياضية المدفوعة الأجر

بحيث يعتمد قانون أساسي يحدد تنظيمه وشروط تعيين أعضائه والأجهزة المسيرة ومسؤولياتها وكيفية مراقبتهم تحدد كفاءات

التطبيق والقانون الأساسي عن طريق التنظيم (المادة 44) .

تخصص أرباح النادي لصندوق الإحتياجات وتكون مسؤولية أعضاء الأجهزة المسيرة هي المسؤولية المحددة وله

الحق في الإستفادة ضمن شروط إمتياز من إستغلال المنشآت الرياضية العمومية (المادة 45). (والرياضة)

3-8-4 - النادي الرياضي المحترف:

حيث يتولى على الخصوص تنظيم التظاهرات والمنافسات الرياضية المدفوعة الأجر وتشغيل مؤطرين ورياضيين

مقابل أجر وكذا كل النشاطات التجارية المرتبطة بمهدفه ويمكنه إتخاذ إحدى الأشكال التجارية التالية:

▪ المؤسسة الوحيدة الشخصية الرياضية ذات المسؤولية المحدودة .

▪ الشركة الرياضية ذات المسؤولية المحدودة.

▪ الشركة الرياضية ذات الأسهم. (المادة 46).

4-9-9- الإتحادات الرياضية:

إذا كانت الإتحادات الرياضية من إتحادات الألعاب وليست إتحادات النوادي فإن مهمتها أصلاً هي العناية و الإهتمام بالألعاب الرياضية كل إتحاد فيما يخصه، بغرض الإرتفاع بالمستوى البطولي للعبة عن طريق المنافسة الحرة الشريفة حسب القوانين التي يضعها الإتحاد للعبة بما يتفق و القوانين الدولية.

لا بد أن نمر على نشأة الإتحادات والحاجة التي دعت إلى وجودها وكيف تطورت إلى ما هي عليه الآن لتصبح من الركائز التي تخدم الرياضة في العالم.

4-9-1- نشأة الإتحادات:

"إن الحركة أو اللعب تعتبر بالنسبة للطفل الطريق لإكتساب الخبرة والتعلم، بالنسبة للنشء والشباب هي طبيعية للإستفادة من الطاقة الزائدة وبالنسبة للكبار بالرغم من كونها ثانوية لحاجة الترويح وشغل أوقات الفراغ وقد إستغل علماء التربية وأساتذة علم النفس وقادة الشباب هذه الحقائق لتطوير اللعب إلى ألعاب رياضية منظمة تحكمها نظم وقواعد وتعاليم تهتم بدرجة كبيرة في تحقيق أهداف تربوية عظيمة جعلت لهذه الألعاب أهمية في حياة الفرد والمجتمع والأمة.

"ومنذ القرن التاسع عشر بدأت تظهر بعض الألعاب البدائية وأخذ الإهتمام بها يتضاعف بعد تطورها في القرن العشرين حيث بدأ يظهر إتجاه جديد لهذه الألعاب لتطويرها وإدراجها في برامج التربية البدنية وإستمرار هذا التطور ولازال حتى وصل إلى حد الإعجاز وإن دراسة تاريخ الدول مثل السويد ألمانيا والدانمارك وإنجلترا والولايات المتحدة وغيرها من دول أوروبا يبين مدى إسهاماتها في الحركات الرياضية ونظرياتها.

ومنذ بداية القرن العشرين تضاعف الإهتمام بالألعاب الرياضية المنظمة وبدأت تقام لها منافسات ومسابقات بين مختلف الفرق حيث كان لكل بلد قوانين وشروط تتناسب ظروفها ولاعبها وكان لكل دولة ما يخصها من قوانين

وشروط وعلى أثر ظهور الإتصال بين الدول إنتقضاء عهد العزلة فقد إتجهت كل الجهود إلى تكوين هيئات وجمعيات رياضية لكل لعبة لتوحيد قوانينها وشروطها التي تمارس على أساسها أنحاء العالم. (أميري ع.، 1992)

وبذلك كانت الإتحدات الدولية كهيئات حارسة على المنافسات الرياضية في أنحاء العالم لتظهر بعد ذلك الإتحدات الأهلية التي ترتبط في إرتباطا وثيقا مع هذه الأخيرة وكل هذا يسمح ببعث الرياضة من جديد على أسس علمية جديدة جعلت منها وسيلة هادفة ذات مغزى هام لممارستها وليس مجرد عمل مسلي ومرتب كما كان عليه من قبل.

4-9-2- مسؤوليات الإتحدات:

تشكل الأندية الأعضاء في الإتحدات القاعدة العريضة التي تشكل الجمعية العمومية صاحبة السلطة العليا في الإتحدات حيث ينتخب مجلس الإدارة من بين الشخصيات التي ترشحها الأندية بحيث "يكون له السلطة والمسؤولية في إدارة الإتحاد فنيا إداريا ماليا وتحدد مدته بالنظام الأساسي ويتولى الإتحاد تشكيل اللجان الفنية الدائمة من فنيين يختصون بالتعاون مع مجلس الإدارة ولجان المناطق مثل لجنة الحكام لجنة المدربين ولجنة المنتخب الوطنية حيث كل لجنة من هذه اللجان تنظمها لوائح خاصة

"إن الإتحاد بمفهومه العام يشمل ثلاث عناصر أساسية هي مجلس إدارة الإتحاد ولجان المناطق الفنية الدائمة والأندية الأعضاء في الإتحاد. والإتحدات بإعتبارها إتحدات ألعاب فكل إتحد مسؤول عن لعبته ويقع على عاتقه تنظيم بطولتها المحلية والإقليمية والدولية وهو مسؤول عن التخطيط والبرمجة لكافة نشاطات اللعبة. (أميري ع.، التطور العلمي لمفهوم الرياضة، 1992)

إن من أهم مسؤوليات هذه الإتحدات إعداد الكوادر الفنية للعبة والحكام والمدربين والقادة والإداريين بعقد دراسات صقل وتأهيل هذه الكوادر الفنية يعتبر من أهم عناصر تطوير أي لعبة رياضية.

4-10- الإتحادية الرياضية الوطنية:

الإتحادية الوطنية جمعية ذات صبغة تسييرها أحكام القانون المتعلق بالجمعيات أحكام هذا القانون وكذا قوانينها الأساسية الخاصة بها والمصادق عليها من طرف الوزير المكلف بالرياضة وتمارس نشاطاتها بكل إستقلالية.

لا يمكن أن تأسس وتعتمد أكثر من إتحادية رياضية وطنية واحدة على المستوى الوطني لكل إختصاص رياضي أو قطاع نشاط كما يمكنها أن تكون حسب طبيعتها متعددة الرياضات أو متخصصة وهي تمارس نشاطاتها وسلطتها على الرابطات و الأندية الرياضية. (المادة 50)

تمارس الإتحادية الرياضية جميع الصلاحيات وتشارك في تنفيذ المهمة خدمة عمومية بمساهمتها من خلال أنشطتها وبرامجها في تربية الشباب وترقية الروح الرياضية وحماية الأخلاق الرياضية والتضامن الإجتماعيين.

تحقق الإتحادية الرياضية الوطنية مداخيل متصلة بأنشطتها حيث يخضع الإنخراط في كل إتحادية إلى دفع إشتراك سنوي وهناك كفاءات تنظمها وتسييرها عن طريق التنظيم. (المادة 52)

تمارس الإتحادية نشاطاتها عن طريق التفويض عند حصولها على الإعتراف من الوزير المكلف بالرياضة بالمنفعة العمومية والصالح العام.

تستفيد الإتحادية الرياضية الوطنية المعترف لها بالمنفعة العمومية والصالح العام من إعانات مالية ومساعدات ومساهمات الدولة الجماعات المحلية وفق أسس تعاقدية محددة الأهداف التقنية السنوية والمتعددة السنوات الواجب بلوغها وشروط إستعمال المساعدات الممنوحة ومراقبتها. (المادة 54)

خلاصة:

إن الدول المتقدمة تعطي للهيئات الرياضية أهمية كبيرة وذلك للدور الهام الذي تلعبه في نجاح النوادي الرياضية وتحقيقها لإنجازات ومستويات عالية. والقرار الإداري لا يجب أن يصدر عشوائيا ولكن لابد أن يتبع الأساليب العلمية حتى يحقق الإنجازات والنتائج المرجوة ولا يمكن أن تصدر تلك القرارات إلا إذا كان التنظيم الإداري له واقع المعاشة لصدور مثل تلك القرارات.

خاتمة الباب الأول:

في ضوء ملاحظة الباحث والإطلاع على عمل المدربين في هذا المستوى من التنافس والعلاقة القائمة بينه وبين اللاعبين ومن خلال نتائج الدراسات السابقة حول وجود علاقة بين الإحترق النفسي والدافعية لدى اللاعبين إرتأينا الى الكشف عن أهم السمات المميزة للاعب كرة القدم ومدى ارتباطها بظاهرة الإحترق النفسي للمدرب الرياضي من خلال العملية التدريبية، وفي هذا السياق عمل الباحث على إعداد الباب الأول والذي خصص للدراسة النظرية حيث جاء في اربعة فصول الأول حول الإحترق النفسي ، الفصل الثاني حول الدافعية الرياضية، والفصل الثالث حول عملية التدريب الرياضي والمدرب الرياضي والفصل الرابع حول النوادي الرياضية في الجزائر.

الباب الثاني

الجانب التطبيقي

مقدمة الباب الثاني:

لقد شمل هذا الباب على فصلين حيث خصص الباحث الفصل الأول إلى عرض منهج البحث والإجراءات الميدانية ويبين من خلال دراسته الإستطلاعية والمنهج المستخدم الذي يناسب مشكلة البحث، مجتمع عينة البحث، مجالات البحث، متغيرات البحث والضبط الإجرائي لمتغيرات البحث، أدوات البحث والوسائل الإحصائية وفي الأخير صعوبات البحث، أما الفصل الثاني شمل على عرض، تحليل ومناقشة النتائج الخاصة باختبارات الدراسة لدى عينات البحث ثم استخلاص مجموعة من الإستنتاجات والإستعانة بها في مناقشة الفرضيات ثم الخروج بمجموعة من الإقتراحات وصولاً إلى الخلاصة العامة.

الفصل الاول تطبيقي

منهج البحث واجراءاته
الميدانية

تمهيد :

بعد دراستنا للجانب النظري الذي تناول الرصيد المعرفي والذي ضم ثلاثة فصول لهذه الدراسة، سنحاول الانتقال الى الجانب الميداني قصد دراسة الموضوع دراسة ميدانية من أجل تحقيق المعلومات النظرية التي تناولناها في الفصول السابقة الذكر وعليه لابد من عملية تنظيم وإعداد الخطوات الإجرائية الميدانية للخوض في تجربة البحث الرئيسية من أجل تحقيق الأهداف المسطرة سبقا والمنشودة من هذا البحث العلمي وهذا ما سوف يتطرق اليه الطالب الباحث في هذا الفصل.

1-1- المنهج المتبع :

يعتبر المنهج المستخدم في أي دراسة علمية من الأساسيات التي يعتمد عليها الباحث في بحثه عن الحقيقة، فاختيار المنهج المناسب للدراسة مرتبط بطبيعة الموضوع الذي يتناوله الباحث .

ونظرا لطبيعة موضوعنا ومن أجل تشخيص الظاهرة وكشف جوانبها، وتحديد العلاقة بين عناصرها **(لاحتراق النفسي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر)**، تبين أنه من المناسب استخدام **المنهج الوصفي الارتباطي** وذلك لتماشيه مع هدف الدراسة، فالدراسة الوصفية تهدف إلى تقرير خصائص ظاهرة معينة أو موقف معين بالاعتماد على جمع الحقائق و تفسيرها وتحليلها إيجاد العلاقات بين متغيراتها، واستخلاص دلالاتها، فهي إذا كما يعرفها **" مصطفى حسن باهي "** يعتبر المنهج الوصفي من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية و النفسية والإجتماعية والرياضية، حيث يهتم بجمع أوصاف دقيقة وعلمية للظاهرة المدروسة، ووصف الوضع الراهن وتفسيره، كما يهدف إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة، ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات وتبويبها، وإنما يمتد إلى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدرا من التفسير لهذه البيانات، لذا يجب على الباحث تصنيف البيانات والحقائق، وتحليلها تحليلا دقيقا وكافيا للوصول إلى تعميمات بشأن موضوع الدراسة.... " (باهي، 2000)

1-2- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية بمثابة الأساس الجوهري لبناء البحث كله، وهي خطوة أساسية ومهمة في البحث العلمي، إذ من خلالها يمكن للباحث تجربة وسائل بحثه للتأكد من سلامتها ودقتها و وضوحها. (مختار، 1995)

فالدراسة الإستطلاعية إذا هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل بحثه لمعرفة صلاحيتها، و صدقها لضمان دقة و موضوعية النتائج المحصل عليها في النهاية وتسبق هذه الدراسة الإستطلاعية العمل الميداني، وتهدف لقياس مستوى الصدق والثبات الذي تتمتع به الأداة المستخدمة في الدراسة الميدانية (مقياسي الاحتراق النفسي للمدربين وتقدير الدافعية الرياضية)، كما تساعد الباحث على معرفة مختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق.

وبناء على هذا قمنا قبل المباشرة بإجراء الدراسة الميدانية بدراسة استطلاعية كان الغرض منها ما يلي:

■ معرفة حجم المجتمع الأصلي (مدربي ولاعبي كرة القدم لبطولة ما بين الرابطات وسط، غرب) و مميزاته وخصائصه .

■ التأكد من صلاحية أداة البحث (مقياسي الاحتراق النفسي للمدربين و مقياس تقدير الدافعية الرياضية للاعب) وذلك من خلال التعرض للجوانب التالية :

أ - وضوح البنود و ملائمتها لمستوى العينة و خصائصها .

ب - التأكد من الخصائص السيكمومترية للمقياس المستخدم (الصدق و الثبات) .

ج - التأكد من وضوح التعليمات .

■ المعرفة المسبقة لظروف إجراء الدراسة الميدانية الأساسية، و بالتالي تفادي الصعوبات والعراقيل التي من شأنها أن تواجهنا .

و لهذا قمنا بزيارة عينة بحثنا، إذ قمنا بالخطوات التالية:

أولا :

- زيارة إستطلاعية لبعض اندية كرة القدم والموجودة بالولايات (معسكر، تيارت، تيسمسيلت، الشلف، البلدية)، لتحديد العينة الناشطة في قسم ما بين الرابطات (غرب ، وسط)

ثانيا :

ونظرا للحجم الكبير لمجتمع البحث قمنا بالاعتماد على الاحصائيات الصادرة من الاتحادية الجزائرية لكرة القدم عن طريق الموقع الرسمي لها حسب تقديرات الموسم الرياضي 2015-2016 من اجل ضبط حجم مجتمع البحث ، وقصد التعرف على الخصائص العلمية للبحث قمنا بزيارة بعض الاندية بغية اختبار ادوات البحث ومدى صلاحيتها بحيث تم اختيار ثلاث اندية عشوائية واختيار عينة مكونة من 15 لاعب و 5 مدربين من اجل تطبيق ادوات البحث المستعملة في الدراسة

1-3- المجتمع الأصلي وعينة البحث :

يواجه الباحث عند شروعه القيام ببحثه مشكلة تحديد نطاق العمل، أي إختيار مجتمع البحث و العينة، ومن المعروف أن أحد أهداف البحث العلمي هو إمكانية إقامة تعميمات على الظاهرة موضوع الدراسة إلى غيرها من الظواهر، و الذي يعتمد على درجة كفاية العينة المستخدمة في البحث .

فالعينة إذا هي ذلك الجزء من المجتمع، يتم اختيارها وفق قواعد و طرق علمية، بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا. (المغربي، 2002)

وعلى هذا الأساس يتكون مجتمع بحثنا من مدربي ولاعبي كرة القدم لقسم ما بين الرابطات ، تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية المنتظمة ، يقدر عددهم فيما يخص اللاعبين بـ **100 لاعب** ، نظرا للحجم الكبير للمجتمع والمقدر بـ **(1100) (FAF، 2016)** وتم استعمال **معادلة ريتشارد جيجر** لحساب حجم العينة عند مستوى الدلالة **0.05**

يتوزع أفراد العينة و البالغ عددهم **100** لاعب و **20** مدرب على كل من النوادي التالية :

* و الجدول التالي يوضح التوزيع المكاني لعينة الدراسة:

جدول رقم (01) : يوضح توزيع العينة في المجال المكاني للدراسة :

عدد اللاعبين	عدد المدربين	الأندية	
05 لاعبين من كل نادي	مدرب واحد من كل نادي	وداد تيسمسيلت - اتحاد تيسمسيلت -- وفاق الدحموني - اتحاد السوقر - فوز فرندة - شباب بوقادير - أولمبي واد الفضة - جيل عين الدفلى - اتحاد بومدفع - أمل غريس.	فرق ما بين الرباطات وسط
05 لاعبين من كل نادي	مدرب واحد من كل نادي	شبيبة تيارت - شبيبة سيق - هلال سيق - ميثالية تيغنيف - هلال البرج - اتحاد الكرمة - شبيبة الامير عبد القادر - مولودية الحساسنة - هلال البرج - شباب المشرية.	فرق ما بين الرباطات وسط - غرب
100 لاعب	20 مدرب	المجموع	

4-1- مجالات البحث:

1-4-1- المجال البشري :

شملت عينة البحث الذين طبقت عليهم الدراسة المدربين واللاعبين الناشطين ضمن أندية كرة القدم لقسم ما بين الاربطات وسط - غرب و غرب حيث بلغ عدد المدربين 20 و اللاعبين 100 لاعب.

1-4-3- المجال المكاني :

أجري البحث بتوزيع الإستمارات للمدربين واللاعبين بنفس الملاعب التي تجرى بها التدريبات.

1-4-4- المجال الزمني :

لقد تمثلت مدة العمل في مرحلتين هما :

- المرحلة الأولى :

وتمت فيها التجربة الإستطلاعية والتي امتدت من 12-12-2015 إلى غاية 15 - 01 - 2016 حيث قام

الباحث في هذه المرحلة بما يلي :

- جمع المعطيات من خلال توزيع استمارات المقياسين على المدربين واللاعبين وإعادة استلامها منهم.

- التأكد من صلاحية أدوات البحث من خلال معرفة الخصائص السيكومترية لأدوات البحث.

- المرحلة الثانية :

تمثلت في الدراسة الأساسية والتي أجريت ابتداء من 20 - 01 - 2016 الى غاية 30 - 06 - 2016

1-5- متغيرات البحث:

استنادا الى فرضيات البحث تبين لنا أن هناك متغيرين اثنان أحدهما مستقل والآخر تابع وهما كالتالي:

1-5-1- المتغير المستقل:

هو عبارة عن المتغير الي يفترض الطالب الباحث أنه السبب أو أحد الأسباب لنتيجة معينة ودراسته قد تؤدي إلى معرفة تأثيره على متغير آخر.

وفي دراستنا هذه فإن المتغير المستقل هو " الإحترق النفسي "

1-5-2- المتغير التابع:

متغير يؤثر فيه المتغير المستقل وهو الي تتوقف قيمته على مفعول تأثير قيم المتغيرات الأخرى حيث أنه كلما أحدثت تعديلات على قيم المتغير المستقل ستظهر على المتغير التابع. (علاوي، 1999، 219)

في دراستنا هذه فإن المتغير التابع هو " السمات الدافعية الرياضية "

1-6- أدوات جمع البيانات:

لغرض جمع المعطيات من الميدان عن موضوع الدراسة، على الباحث انتقاء الأداة المناسبة

لذلك، ومن المتفق عليه أن أداة البحث تساعد الباحث على تحقيق هدفين هما:

- تساعد على جمع المعلومات و الحقائق المتعلقة بموضوع البحث.

- تجعل الباحث يتقيد بموضوع بحثه، و عدم الخروج عن أطره العريضة. (حسن، 1982)

ومنه فأداة البحث هي الوسيلة الوحيدة التي يمكن بواسطتها للباحث حل المشكلة، و قد

إستخدمنا في بحثنا هذا ما يلي :

1-6-1- مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي:

1-1-6-1- الإطار المرجعي مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي:

مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي صممه الدكتور محمد حسن علاوي للتعرف على مجموعة الأعراض المتزامنة التي قد تظهر في وقت واحد والتي قد تؤدي إلى الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي، ويتضمن المقياس 30 عبارة موزعة على 5 أبعاد بواقع 6 عبارات لكل بعد، والأبعاد هي: الإتهاك البدني، الإتهاك العقلي، الإتهاك الإنفعالي، التغيير الشخصي نحو الأسوأ، نقص الإنجاز الشخصي. والإجابة على المقياس تكون وفق خمسة بدائل هي: درجة كبيرة جدا، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جدا. وتعطى الأوزان من 5 إلى 1 وعليه تمثل الدرجة 150 الحد الأعلى للمقياس في حين تمثل الدرجة 30 الحد الأدنى له.

1-6-1-2- إبراز الخصائص السيكومترية لأداة البحث:

لقد تم التأكد من ثبات و صدق مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي من طرف العديد من الباحثين الذين طبقوه في الدراسات السابقة في البيئة العربية، و كنموذج لذلك نأخذ الدراسة التي أجريت في البيئة المصرية حيث تم إيجاد معاملات ثبات أبعاد الصورة العربية للمقياس بطريقة إعادة التطبيق بعد 4 أسابيع على 30مدرب من مختلف الاندية المصرية حيث اشارت النتائج إلى تميز أبعاد المقياس بمعاملات ثبات عالية نسبيا وتراوحت ما بين (0.75، إلى 0.89) .

وبهدف التعرف على الخصائص السيكومترية للأداة المطبقة في بحثنا، و حساب معامل الثبات و

معامل الصدق ، قمنا بتطبيقه على (05) مدربين من أفراد العينة الإجمالية.

بحيث طبقنا عليهم المقياس مرة واحدة وذلك باستعمال طريقة التجزئة النصفية.

وكان هدف ذلك تحقيق جملة من الغايات هي :

- معرفة مدى تناسب مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي لعينة البحث

- إبراز الأسس العلمية للمقياس (الصدق والثبات ، الموضوعية) .

- معرفة الصعوبات التي يمكن مواجهتها ميدانيا لتفاديها.

1-6-1-2-1- الثبات :

يعتبر ثبات الاختبار صفة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختبار الجيد، إذ يعرفه مقدم عبد الحفيظ (

1993) بأنه مدى الدقة و الإتساق، و إستقرار النتائج عند تطبيق أدوات جمع المعلومات على عينة من

الأفراد في مناسبتين مختلفتين . (عبدالحفيظ، 1993)

أما في الدراسة الحالية فقد أعيد حساب ثبات مقياس الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي الذي أعد

صورته العربية محمد حسن علاوي، و المطبق في بحثنا للتأكد من سلامته وملائمته لموضوع الدراسة، وكان

ذلك عن طريق معامل الارتباط بيرسون.

وقد دلت النتائج أن الاختبار يتمتع بدرجات ثبات عالية وهذا ما يبينه الجدول رقم (02)

1-6-1-2-2- الصدق:

لغرض التأكد من صدق اختبار الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي استخدم معامل الصدق الذاتي

باعتباره صدق الدرجات التجريبية بالنسبة لدرجات الحقيقة ، والتي خلصت من شوائبها (أخطاء القياس)

والذي يقاس بحساب الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وتبين أن اختبار الإحتراق النفسي للمدرب الرياضي يمتاز

بصدق ذاتي عالي لأبعاده الخمسة كما يبينه الجدول رقم (02)

1-6-1-2-3- الموضوعية :

يتمتع اختبار الإحترق النفسي للمدرب الرياضي بالسهولة والوضوح كما انه غير قابل لتخمين أو التقويم الذاتي ، كما استخدم هذا الاختبار في كثير من الدول العربية ، مصر - الأردن ، فلسطين ، الجزائر في دراسات من نفس الاتجاه وأعطى موضوعية أكثر للدراسة .
و لتوضيح الخطوات السابقة أكثر هناك الجدول التالي

جدول رقم (02) يبين ثبات وصدق مقياس الاحترق النفسي للمدرب الرياضي

الأبعاد	حجم العينة	معامل الثبات	معامل الصدق
الانهك الانفعالي	20	0.83	0.91
الانهك البدني	20	0.77	0.87
الانهك العقلي	20	0.88	0.93
التغير الشخصي نحو الاسوأ	20	0.91	0.95
نقص الانجاز الشخصي	20	0.90	0.94

ثانيا- حساب معامل الصدق :

لقد تم إستنتاج معامل صدق المقياس إنطلاقا من النتيجة النهائية لمعامل الثبات المحسوب للعينة الكلية وفق المعادلة التالية

: معامل الصدق تساوي جذر معامل الثبات

أي : معامل الصدق = معامل $\sqrt{\text{الثبات}}$

1-6-1-3- طريقة تصحيح أداة البحث :

التصحيح :

لقد تم تصحيح المقياس من خلال ملاحظة مكان العلامة (X) الموافقة لرأي المجيب مع الدرجة الموضوعية و المقابلة لذلك، و في الأخير وبعد الإنتهاء من عملية تقدير كل عبارة نقوم بحساب درجة المقياس ككل، ودرجة كل بعد من أبعاد المقياس الموافق لإحدى الفرضيات الموضوعية، و هذا لكل فرد في العينة كما يبينه الجدول التالي:

الجدول رقم (03) يبين درجات العبارات الموجبة والسالبة.

الآراء	العبارات الموجبة	العبارات السالبة
بدرجة كبيرة جدا	05	01
بدرجة كبيرة	04	02
بدرجة متوسطة	03	03
بدرجة قليلة	02	04
بدرجة قليلة جدا	01	05

1-6-2- - مقياس تقدير الدافعية الرياضية:

1-2-6-1- - وصف مقياس تقدير الدافعية الرياضية:

يهدف مقياس تقدير الدافعية الرياضية والذي وضعه "تيتكو وريتشارد" إلى تحديد بعض السمات المختارة التي ترتبط بالأداء الرياضي الذي يتميز بالمستوى العالي وقد قام بإعدادها "الدكتور محمد حسن علاوي" والتي تتضمن 11 بعدا تحتوي قائمة على 55 عبارة.

و يتناول كل بعد 5 عبارات منها الإيجابية والسلبية تحدد وتقيس الدافعية الرياضية وهي (الحافز، العدوان ، التصميم ، المسؤولية ، القيادة ، الثقة في النفس ، الضبط الإنفعالي ، واقعية التفكير، التدريبية الضمير الحي ، الثقة)..

1-2-6-2- - كيفية تطبيق و تصحيح أداة البحث :

قبل إجراء التطبيق الميداني النهائي لأداة البحث، و المتمثل في توزيع مقياس تقدير الدافعية الرياضية على نفس أفراد العينة والمتمثلة في لاعبي كرة القدم .

1-2-6-3- - إبراز الخصائص السيكومترية لأداة البحث :

لقد تم التأكد من ثبات و صدق مقياس الاتجاهات من طرف العديد من الباحثين الذين طبقوه في الدراسات السابقة في البيئة العربية، و كنموذج لذلك نأخذ الدراسة التي أجريت في البيئة الجزائرية حيث قام العديد من الباحثين بتطبيق هذا الاختبار على عينة من اللاعبين أثناء إعداد رسائل الماجستير والدكتوراه وحصل على معدلات الثبات التالية :

- من 0.866 إلى 0,913

و بهدف التعرف على الخصائص السيكومترية للأداة المطبقة في بحثنا، و حساب معامل الثبات و معامل الصدق ،

قمنا بتطبيقه على (20) لاعب من أفراد العينة الإجمالية،

بحيث طبقنا عليهم المقياس مرة واحدة باستعمال طريقة التجزئة النصفية.

1-6-2-3-1- الثبات :

يعتبر ثبات الاختبار صفة أساسية يجب أن يتمتع بها الاختبار الجيد، إذ يعرفه مقدم عبد الحفيظ (1993) بأنه مدى الدقة و الاتساق، واستقرار النتائج عند تطبيق أدوات جمع المعلومات على عينة من الأفراد في مناسبتين مختلفتين . (عبدالحفيظ، 1993)

أما في الدراسة الحالية فقد أعيد حساب ثبات مقياس تقدير الدافعية الرياضية الذي أعد صورته العربية الدكتور محمد حسن علاوي ، و المطبق في بحثنا للتأكد من سلامته، و ملائمته لموضوع الدراسة، و كان ذلك عن طريق معامل الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها الأفراد باستعمال طريقة التجزئة النصفية، فإذا أثبتت الدرجات في النصفين وتطابقت قيل أن درجة ثبات الاختبار كبيرة.

وقد دلت النتائج أن الاختبار يتمتع بدرجات ثبات عالية وهذا مايبينه الجدول رقم (04)

الجدول رقم (04) يبين معاملات الثبات لاختبار تقدير الدافعية الرياضية

معاملات الثبات	تقدير الدافعية الرياضية
0.811	الحافز
0.914	لعدوان
0.798	التصميم
0.786	المسؤولية
0.683	القيادة
0.712	الثقة في النفس
0.758	الضبط الإنفعالي
0.771	واقعية التفكير
0.698	التدريبية
0.818	الضمير الحي
0.832	الثقة

1-6-2-3-2- الصدق:

إن صدق الاختبار هو مقدرته على قياس ما وضع من اجل السلم المراد قياسها ، ويعتمد معدوا الاختبارات النفسية على العديد من الطرق لمعرفة مدى صلاحية الاختبار وعدم صلاحيته ، كارتباط نتائجه بنتائج محاكاة واختبارات خارجية أو الجذر التربيعي لمعاملات ثباته وغيرها .

أما بالنسبة لصدق هذا الاختبار لم يذكر مؤلفوه شيئاً عن ذلك ، وقد استدلووا عليه من الانتقاء الدقيق لعناصره ، وهذا المعيار في نظرهم من أكبر الضمانات للصدق ، وبهذا فقد أشاروا إلى ما يشبه الصدق المنطقي أو ما يطلق عليه " روبرت ثور ندايك" الصدق عن طريق تحليل محتويات الاختبار والصدق التكويني وقد ذكروا أن معاملات الارتباط التي وجدت بين أجزاء الاختبار تشير إلى أنماط سلوكية متميزة ، ولكنها في الوقت نفسه تشير إلى كلية الشخصية ، لذا فإن هذه الألفاظ ليست منعزلة عن بعضها البعض ، وعلاوة على دلالات الصدق التي ذكرها مؤلف الاختبار ، فقد قام مقرب الاختبار بحساب معامل صدق الإختبار على البيئة في النواحي المقابلة لهذه الأجزاء ، والجدول التالي يبين معاملات الصدق الذاتي للاختبار:

الجدول رقم (05) يبين معاملات الصدق الذاتي للاختبار

معاملات الصدق الذاتي	تقدير الدافعية الرياضية
0.90	الحافز
0.95	لعدوان
0.98	التصميم
0.886	المسؤولية
0.826	القيادة
0.843	الثقة في النفس
0.870	الضبط الإنفعالي
0.878	واقعية التفكير
0.835	التدريبية
0.904	الضمير الحي
0.912	الثقة

1-6-2-4- تحديد الخط السيكلوجي للمقياس المطبق :

يتبع هذا المقياس طريقة تدرج الدرجات تبعا لإيجابية و سلبية العبارات، أي أنه تعطى الدرجات (1/2/3)

حسب اتجاه العبارة بحيث تجمع كل العلامات المتحصل عليها من خلال إجاباته على عبارات المقياس وتسجل .

و طبقا لهذا النظام فإن أقصى و أدنى درجة يمكن أن يحصل عليها المفحوص في المقياس تتراوح قيمه بين

(55 و 165) و بالتالي فإن :

01- أقل درجة يمكن أن يحصل عليها اللاعب في مقياس الدافعية الرياضية:

$$55 = 55 \times 1$$

02 - أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها اللاعب في مقياس الدافعية الرياضية:

$$165 = 55 \times 3$$

التصحيح :

لقد تم تصحيح المقياس من خلال ملاحظة مكان العلامة (X) الموافقة لرأي المجيب مع الدرجة الموضوعية و

المقابلة لذلك، و في الأخير و بعد الإنتهاء من عملية تقدير كل عبارة نقوم بحساب درجة المقياس ككل . وهذا عن طريق

التحليل الاحصائي الذي يمكننا من التعامل مع النتائج بطريقة موضوعية ، و الخروج بنتائج علمية ودقيقة لها أهمية كبيرة

بالنسبة لهذا البحث ، و عليه فحسب موضوع الدراسة او البحث استعملنا قوانين إحصائية نراها مناسبة و الموضوع

وتتلاءم مع تحليل النتائج وهي اختبار تحليل التباين الاحادي **ANOVA** إذ يعتبر الطريقة التحليلية الاحصائية المثلى

لدراسة الفروق بين المتوسطات كما لديه خواص وقواعد تخدم موضوع بحثنا .

وكذا استخدمنا "معامل الارتباط " للتعرف على طبيعة وقوة العلاقة بين متغيرين او أكثر ، ويشير الارتباط إلى

التباين المشترك بين المتغيرين فمعامل الارتباط هو شبه التباين ، فإذا كان التباين الموجود في المتغير " هو نفسه الموجود في

المتغير "" فهذا يعني أن العلاقة بينهما علاقة قوية ، وبالتالي كلما كانت نسبة التباين تامة ، فكلما اقترب معامل الارتباط من (+1) كانت العلاقة بين المتغيرين موجبة وقوية في أن واحد ، وكلما اقترب معامل الارتباط من (-1) كانت العلاقة بين المتغيرين سالبة .

1-7-1- الأساليب الإحصائية المستعملة :

إن طبيعة الموضوع والهدف منه يفرض أساليب إحصائية خاصة، تساعد الباحث في الوصول إلى نتائج ومعطيات، يفسر ويحلل من خلالها الظاهرة موضوع الدراسة ،وقد تم الإعتماد في هذه الدراسة على جملة من الأساليب الإحصائية المناسبة لطبيعة تصميم الدراسة وهي كما يلي :

1-7-1-1- الإحصاء الوصفي:

ويتضمن الأساليب التالية:

1-7-1-1-1- المتوسط الحسابي:

يعتبر من أكثر الأساليب الإحصائية شيوعا، وهو أحد مقاييس النزعة المركزية ويعني إبراز مدى انتشار الدرجات في

الوسط. (أبوالنيل، 1987، صفحة 101)

1-7-1-1-2- الانحراف المعياري:

يعتبر من أهم مقاييس التشتت، ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي،

ويفيدنا في معرفة طبيعة توزيع الأفراد، أي مدى انسجام العينة . (عبدالحفيظ، 1993، صفحة 71)

يحسب المتوسط الحسابي و الانحراف المعياري على الترتيب وفق المعادلتين :

$$\bar{X} = \frac{\sum F_i X_i}{N}$$

N

$$S = \frac{\sum F_i (X_i - \bar{X})^2}{N}$$

$$\sqrt{\quad}$$

1-2-7-1- الإحصاء الاستدلالي:

ويتضمن الأساليب التالية :

1-2-7-1- معامل الارتباط بيرسون :

ويستعمل للكشف عن دلالة العلاقات والارتباطات، وتمت الاستعانة بهذا الأسلوب لمعرفة العلاقة بين أبعاد

الإحتراق النفسي وسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في قسم ما بين الرابطات في الجزائر.

يحسب معامل الارتباط بيرسون وفق المعادلة :

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[n \sum X^2 - (\sum X)^2][n \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

1-2-7-1- ANOVA - اختيار تحليل التباين:

ويستخدم هذا الأسلوب، في حساب دلالة الفروق ما بين متوسطات العينة.

$$\sigma^2 = \sum_{i=1}^k \frac{1}{k} \text{--- المعادلة: ANOVA} \text{ تحليل التباين}$$

1-7-2-3- معامالت الثبات (α كرومباخ) :

- تم استعمال معامالت الارتباط لقياس الثبات لمختلف الأبعاد في المقياسين من خلال توظيف القيم في المعادلة

$$\alpha = \frac{2R}{1+R} \text{ : التالية}$$

حيث: α : معامالت الثبات كرومباخ
 R : معامالت الارتباط بين قيم نصفى البعد
 1 و 2 : ثوابت

1-7-2-4- معادلة جيجررتشارد لحساب حجم العينة :

$$n = \frac{\left(\frac{z}{d}\right)^2 \times (0.50)^2}{1 + \frac{1}{N} \left[\left(\frac{z}{d}\right)^2 \times (0.50)^2 - 1\right]}$$

ويحسب حجم العينة وفق المعادلة التالية :

ملاحظة: تمت المعالجة الإحصائية بالاستعانة بنظام (SPSS :ibm 20 ,00) الإحصائي

خلاصة:

لقد تم التطرق في هذا الفصل الى منهج البحث والإجراءات الميدانية التي أنجزها الطالب خلال التجربة الإستطلاعية والأساسية حيث تطرق في البداية الى التجربة الإستطلاعية وما تضمنتها من اختيار منهج البحث ومجتمع عينة البحث قياس الأدوات الخاصة بالحث وكل الوسائل المستخدمة في عرض وتحليل النتائج من أجل إعدادها للمناقشة والإستنتاجات فيما تبقى من الفصل الثاني.

الفصل الثاني

تطبيقي

عرض، تحليل ومناقشة النتائج

2- عرض ، تحليل ومناقشة نتائج البحث:

1-2- عرض ، تحليل ومناقشة نتائج الفرضية الاولى:

الفرضية تنص على ان مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم مرتفع.

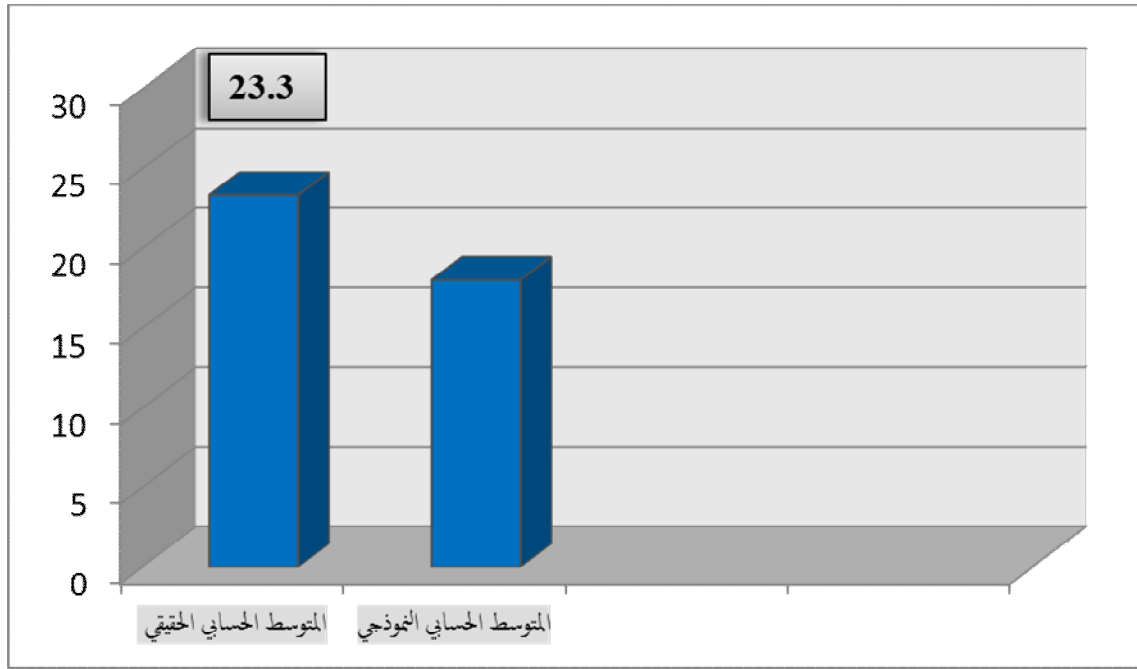
1-1-2- تحليل نتائج الاحتراق النفسي حسب كل بعد لدى عينة البحث.

1-1-1-2- تحليل نتائج البعد الأول المتعلق بالإرهاك العقلي .

الجدول رقم (06): يبين المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي الحقيقي والمتوسط الحسابي

النموذجي لمستوى بعد الانهاك العقلي لعينة البحث .

الدالة	المتوسط الحسابي الحقيقي X1	المتوسط الحسابي النموذجي 2X	الخط السيكولوجي للبعد	عدد العينة N	
دال	23.30	18	30 — 06	20	بعد الإنهاك العقلي



المخطط رقم (07) يبين قيم المتوسطات المحسوبة والنموذجية لمستوى الإنهاك العقلي

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مستوى بعد الإنهاك العقلي بلغ (23.30) بحيث تقع درجاتهم فوق المتوسط الحسابي النموذجي (18)، و هي المجموعة التي تنحصر درجاتهم وفق المجال التالي [06 - 30]، مما يوضح أن الإنهاك العقلي لعينة البحث كان مرتفعاً على سلم تقدير درجات كل بعد على حدا .

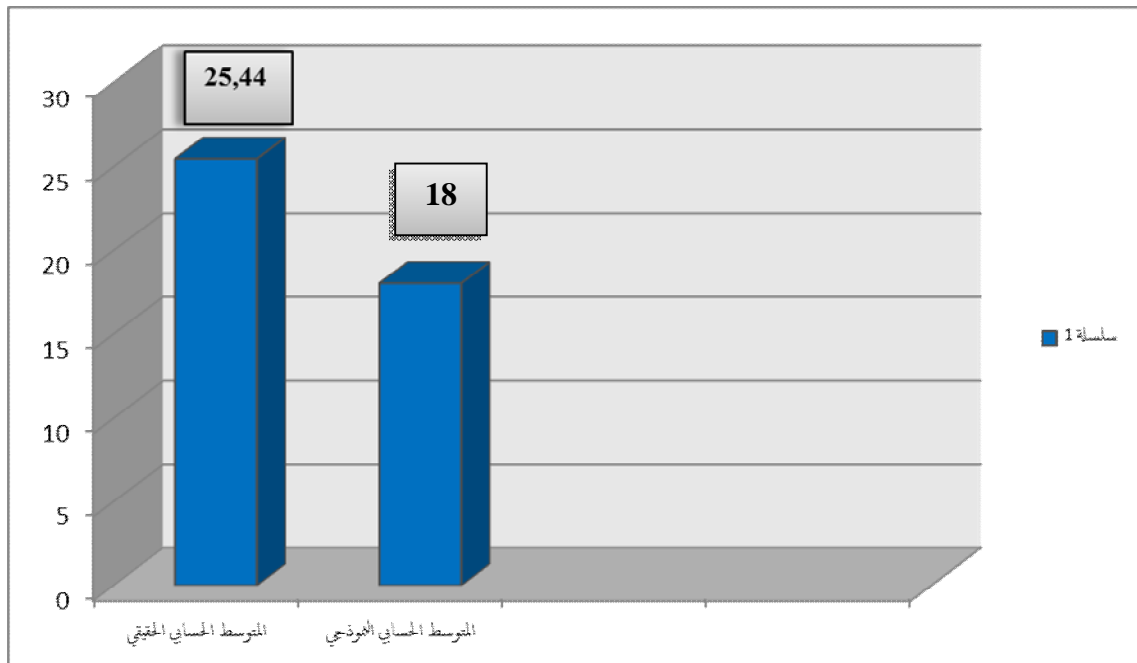
و للتدقيق أكثر في المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي المحسوب من خلال الدرجات التي تحصل عليها كل فرد من أفراد العينة مع المتوسط الحسابي النموذجي بينت لنا الحسابات أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات الإنهاك العقلي كانت أكبر من المتوسط الحسابي النموذجي للمقياس المطبق ($x_1 < x_2$) أي ($18 < 23.30$) و بقسمة المتوسط الحسابي الحقيقي على عدد فقرات البعد أي (23.30 تقسيم 06) نحصل على المتوسط الحسابي للفقرات و الذي نجده 3.88 ، و هذا ما يؤكد أنه أكبر من درجة الفقرة النموذجية أي ($03 < 3.88$).

2-1-1-2- عرض وتحليل نتائج البعد الثاني المتعلق بالإرهاك الإنفعالي :

الجدول رقم (07): يبين المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي المحسوب والمتوسط الحسابي

النموذجي لمستوى بعد الإرهاك الإنفعالي لعينة البحث .

المجالات	عدد العينة N	الخط السيكولوجي للبعد	المتوسط الحسابي النموذجي 2X	المتوسط الحسابي الحقيقي X1	الدلالة
بعد الإرهاك الإنفعالي	20	30 — 06	18	25.44	دال



المخطط رقم (08) يبين قيم المتوسطات المحسوبة والنموزجية لمستوى الإنهاك الإنفعالي

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مستوى بعد الإنهاك الإنفعالي بلغ (25.44) بحيث تقع درجاتهم فوق المتوسط الحسابي النموزجي (18)، و هي المجموعة التي تنحصر درجاتهم وفق المجال التالي [06 - 30]، مما يوضح أن الإنهاك الإنفعالي لعينة البحث كان مرتفعا على سلم تقدير درجات كل بعد على حدا .

و للتدقيق أكثر في المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي المحسوب من خلال الدرجات التي تحصل عليها كل فرد من أفراد العينة مع المتوسط الحسابي النموزجي بينت لنا الحسابات أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات الإنهاك الإنفعالي كانت أكبر من المتوسط الحسابي النموزجي للمقياس المطبق ($x_2 < x_1$) أي ($18 < 25.44$) و بقسمة المتوسط الحسابي الحقيقي على عدد فقرات البعد أي (25.44 تقسيم 06) نحصل على المتوسط الحسابي للفقرات و الذي نجده 4.24 ، و هذا ما يؤكد أنه أكبر من درجة الفقرة النموزجية أي ($03 < 4.24$).

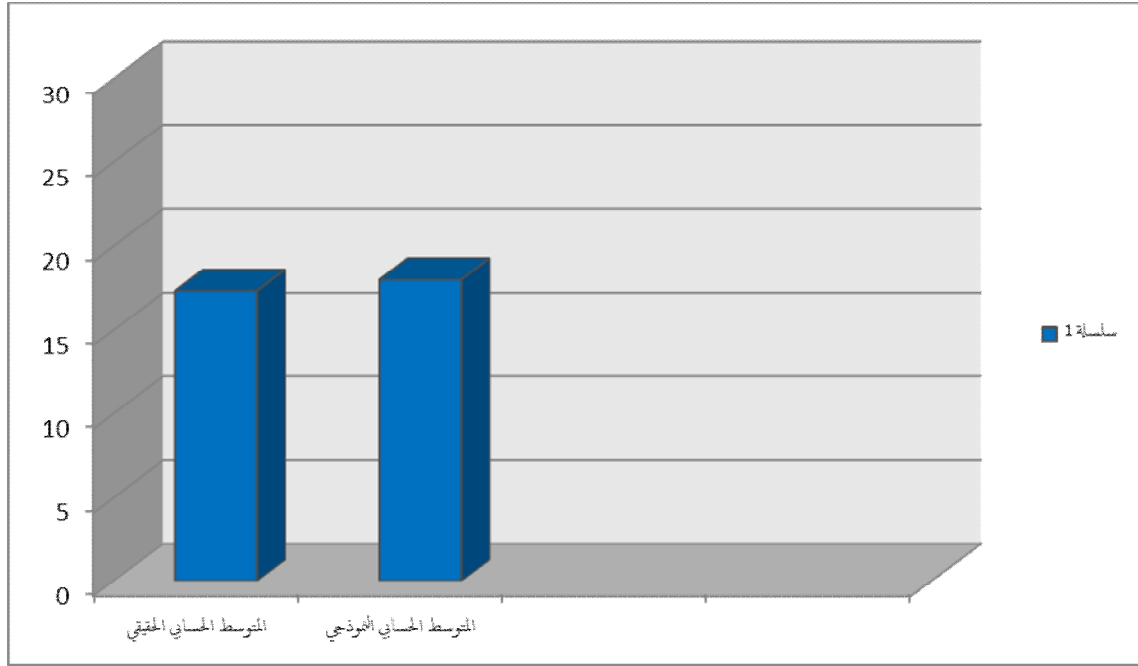
2-1-1-3- عرض وتحليل نتائج البعد الثالث المتعلق بالإنهاك البدني :

الجدول رقم (08): يبين المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي المحسوب والمتوسط الحسابي

النموزجي لمستوى بعد الإنهاك البدني لعينة البحث .

المجالات	عدد العينة N	الخط السيكولوجي للبعد	المتوسط الحسابي النموزجي 2X	المتوسط الحسابي الحقيقي X1	الدلالة

غيردال	17.33	18	30 — 06	20	بعد الإنهاك البدني
--------	-------	----	---------	----	-----------------------



المخطط رقم (09) يبين قيم المتوسطات المحسوبة والنموذجية ومستوى الإنهاك البدني

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مستوى بعد الإنهاك البدني بلغ (17.33) بحيث تقع درجاتهم تحت المتوسط الحسابي النموذجي (18)، وهي المجموعة التي تنحصر درجاتهم وفق المجال التالي [30 - 06]، مما يوضح أن الإنهاك البدني لعينة البحث كان منخفضاً على سلم تقدير درجات كل بعد على حدا .

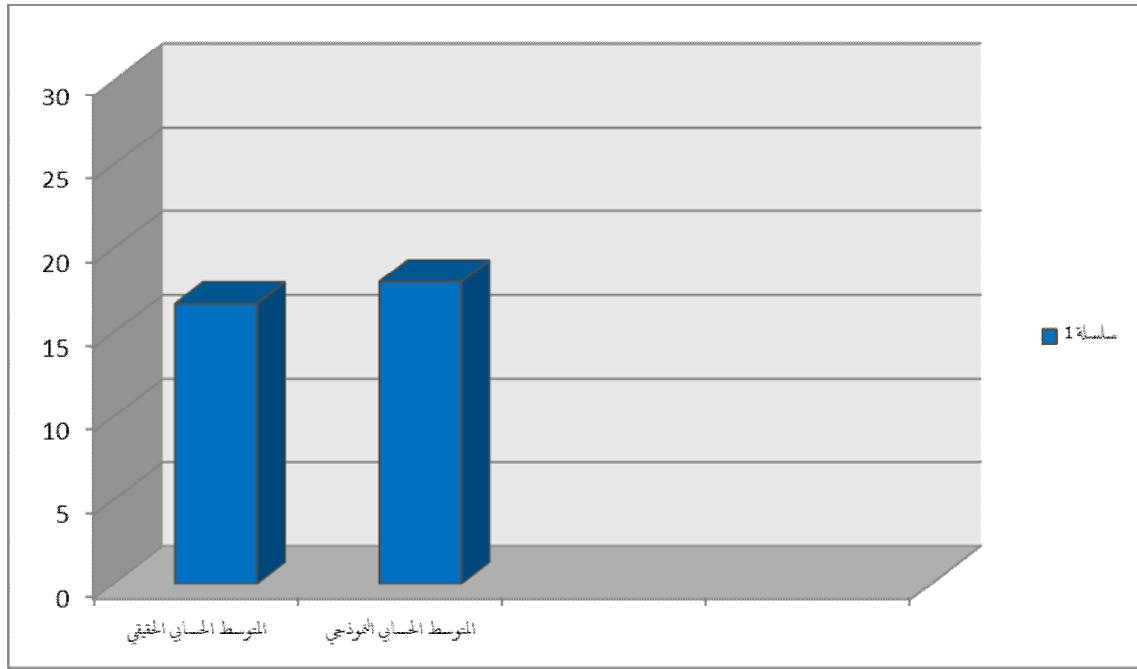
و للتدقيق أكثر في المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي المحسوب من خلال الدرجات التي تحصل عليها كل فرد من أفراد العينة مع المتوسط الحسابي النموذجي بينت لنا الحسابات أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات التصور السمعي كانت اصغر من المتوسط الحسابي النموذجي للمقياس المطبق ($x_2 > x_1$) أي (18 > 17.33) و بقسمة المتوسط الحسابي الحقيقي على عدد فقرات البعد أي (17.33 تقسيم 06) نحصل على المتوسط الحسابي للفقرات و الذي نجده **2.88**، و هذا ما يؤكد أنه أصغر من درجة الفقرة النموذجية أي ($03 > 2.88$). وهو ما يدل على ان مستوى الإنهاك البدني لدى المدربين منخفض .

2-1-1-4- عرض وتحليل نتائج البعد الرابع المتعلق بالتغيير الشخصي نحو الأسوأ :

الجدول رقم (09):يبين المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي المحسوب والمتوسط الحسابي

النموذجي لمستوى بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ لعينة البحث .

المجالات	عدد العينة N	الخط السيكولوجي للبعد	المتوسط الحسابي النموذجي 2X	المتوسط الحسابي الحقيقي X1	الدلالة
بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ	20	06 — 30	18	16.70	غيردال



المخطط رقم (10) يبين قيم المتوسطات المحسوبة والنموذجية ومستوى التغيير الشخصي نحو الأسوأ

يتبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مستوى بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ بلغ (16.70) بحيث تقع درجاتهم تحت المتوسط الحسابي النموذجي (18)، وهي المجموعة التي تنحصر درجاتهم وفق المجال التالي [06 – 30]، مما يوضح أن بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ العينة البحث كان منخفضاً على سلم تقدير درجات كل بعد على حدا .

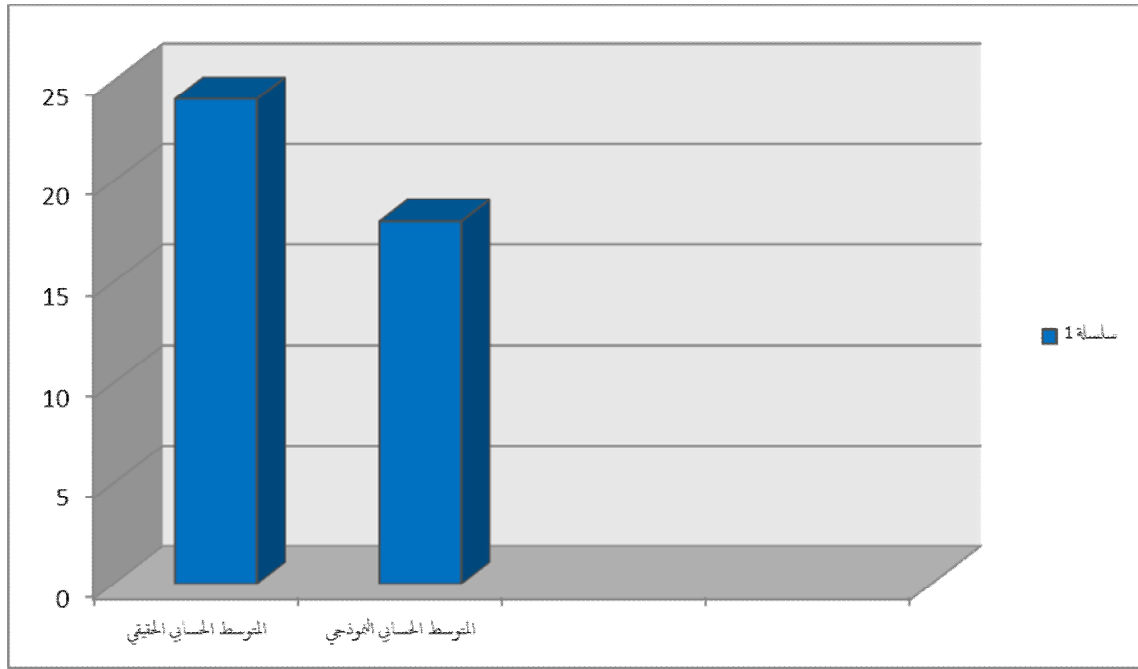
و للتدقيق أكثر في المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي المحسوب من خلال الدرجات التي تحصل عليها كل فرد من أفراد العينة مع المتوسط الحسابي النموذجي بينت لنا الحسابات أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات التغيير الشخصي نحو الأسوأ كانت اصغر من المتوسط الحسابي النموذجي للمقياس المطبق ($x_2 > x_1$) أي ($18 > 16.70$) و بقسمة المتوسط الحسابي الحقيقي على عدد فقرات البعد أي (16.70 تقسيم 06) نحصل على المتوسط الحسابي للفقرات و الذي نجده 2.78 و هذا ما يؤكد أنه أصغر من درجة الفقرة النموذجية أي ($03 > 2.78$). وهو ما يدل على ان مستوى التغيير الشخصي نحو الأسوأ لدى المدرسين كان منخفض .

2-1-1-5- عرض وتحليل نتائج البعد الخامس المتعلق بنقص الإنجاز الشخصي:

الجدول رقم (10): يبين المقارنة بين نتائج المتوسط الحسابي المحسوب والمتوسط الحسابي

النموذجي لمستوى بعد نقص الإنجاز الشخصي لعينة البحث .

الدلالة	المتوسط الحسابي الحقيقي X1	المتوسط الحسابي النموذجي 2X	الخط السيكولوجي للبعد	عدد العينة N	المجالات
دال	24.09	18	30 — 06	20	بعد نقص الإنجاز الشخصي



المخطط رقم (11) يبين قيم المتوسطات المحسوبة والنموذجية ومستوى نقص الإنجاز الشخصي
 تبين من خلال نتائج الجدول أعلاه أن المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مستوى بعد نقص الإنجاز الشخصي

بلغ (24.09) بحيث تقع درجاتهم تحت المتوسط الحسابي النموذجي (12)، و هي المجموعة التي تنحصر درجاتهم وفق المجال التالي: [06 - 30]، مما يوضح أن بعد نقص الإنجاز الشخصي لعينة البحث كان ضعيفا على سلم تقدير درجات كل بعد على حدا .

و للتدقيق أكثر في المقارنة بين المتوسط الحسابي الحقيقي المحسوب من خلال الدرجات التي تحصل عليها كل فرد من أفراد العينة مع المتوسط الحسابي النموذجي بينت لنا الحسابات أن المتوسط الحسابي الحقيقي لدرجات نقص الإنجاز الشخصي كانت اصغر من المتوسط الحسابي النموذجي للمقياس المطبق ($x_2 < x_1$) أي ($18 < 24.09$) و بقسمة المتوسط الحسابي الحقيقي على عدد فقرات البعد أي (24.09 تقسيم 06) نحصل على المتوسط الحسابي للفقرات و الذي نجده 4.01، و هذا ما يؤكد أنه أصغر من درجة الفقرة النموذجية أي ($03 < 4.01$). وهو ما يدل على ان مستوى نقص الإنجاز الشخصي لدى المدرسين مرتفع.

2-1-2- مناقشة نتائج الفرضية الاولى :

2-1-2-1- مناقشة نتائج البعد الاول الانهك العقلي .

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالبعد الاول والمتعلق بالإنهك العقلي ان نتائج المتوسط الحسابي المحسوب كانت أكبر من المتوسط الحسابي النموذجي والذي يعد الخط الفاصل بين تقدير درجات المقياس اي ($18 < 23.30$) وهو ما يبين ان المدربين يتميزون نوعا ما بإنهك عقلي مرتفع حسب سلم مستويات الاحتراق النفسي وهذا ما يفسر نظريا في مجال علم النفس الرياضي إلى أن الاحتراق النفسي لدى المدرب الرياضي، يولد لديه الإنهك العقلي كنتيجة للإحساس بالضغط ، وعدم الرضا ، وإدراك الفشل في تحقيقه القيم والأهداف التي وضعها المدرب الرياضي لنفسه ، بالإضافة إلى أن مدرب كرة القدم في هذا المستوى يعاني من جملة من الظروف الإقتصادية والإجتماعية الصعبة التي يتخبط فيها .

ويشير محمد حسن علاوي إلى أن الإنهك العقلي هو الشعور بالإستنفاد العقلي أو التعب العقلي أو الذهني الشديد وعدم القدرة على التفكير أو التخطيط بصورة جيدة .وهذه ما يفسر وجود مستوى من الإنهك العقلي يكون مرتفعا عن المتوسط دوما .

وتتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة رمزي جابر 2007 بعنوان " دراسة تقويمية لظاهرة الإحتراق النفسي

للمدرب

2-2-1-2- مناقشة نتائج البعد الثاني الانهك الانفعالي .

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالبعد الثاني والمتعلق بالإنهك الانفعالي ان نتائج المتوسط الحسابي المحسوب كانت أكبر من المتوسط الحسابي النموذجي والذي يعد الخط الفاصل بين تقدير درجات المقياس اي ($18 < 25.44$) وهو ما يبين ان المدربين يتميزون بإنهك انفعالي مرتفع وهذا ما يفسر نظريا بان المدرب الرياضي يتميز دوما بإنهك انفعالي مرتفع نتيجة ما يتعرض اليه من ضغوطات المنافسات وحتى التدريبات وعدم التفاعل الشخصي مع الناس الآخرين وحتى اللاعبين ، كما أن سوء تنظيم المنافسات يترتب عنه زيادة التوتر الإنفعالي وانخفاض القدرة على التحكم في

الإنفعالات في مباريات البطولة وهذا ما تؤكدته العديد من الدراسات ومن بينها دراسة "محمد عبد العاطي" (1998) نقلا عن "سميث" تعريفا للاحتراق النفسي بأنه استجابة تتميز بالإرهاك الذهني والانفعالي يظهر نتيجة تكرار جهد كبير غير فعال لمواجهة متطلبات التدريب والمنافسة ، كما يضيف "سميث" أن السمة الأساسية للاحتراق هي انسحاب نفسي وعاطفي من نشاط ممتعا في الماضي.

2-1-2-3- مناقشة نتائج البعد الثالث الانهك البدني .

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالبعد الثاني والمتعلق بالإنهك البدني ان نتائج المتوسط الحسابي المحسوب كانت اقل من المتوسط الحسابي النموذجي والذي يعد الخط الفاصل بين تقدير درجات المقياس اي ($18 > 17.33$) وهو ما يبين ان المدربين يتميزون بالإنهك البدني منخفض ادنى من المتوسط وهذا ما يفسر نظريا بان المدربين ليس لديهم أتهاك بدني عالي وهذا راجع الى حجم المنافسة المنخفض والذي لا يتطلب اجهاد بدني عالي مقارنة بمستويات المنافسة الاخرى او الاعلى درجة منها وبالتالي لا يعاني المدربين من انخفاض في اللياقة البدنية والطاقة البدنية بصفة عامة يعرف محمد حسن علاوي الإتهاك البدني " هو الإحساس بالإرهاق البدني، ضعف الحيوية والنشاط والطاقة البدنية بصفة عامة ، والشعور بانخفاض في اللياقة البدنية ". وهذا ما تؤكدته العديد من الدراسات ومن بينها دراسة هارون ومغربي 2003 الذي توصل الى أن الإتهاك البدني كان أقل الأبعاد تأثيرا في مستوى الإتهاق النفسي.

2-1-2-4- مناقشة نتائج البعد الرابع بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ .

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالبعد الرابع والمتعلق التغيير الشخصي نحو الأسوأ ان نتائج المتوسط الحسابي المحسوب كانت اكبر من المتوسط الحسابي النموذجي والذي يعد الخط الفاصل بين تقدير درجات المقياس اي ($18 > 16.70$) وهو ما يبين ان المدربين يتميزون بتغيير شخصي نحو الأسوأ منخفض ادنى من المتوسط وهذا ما يفسر على اساس انه يرتبط ذلك بحدوث تغيرات سلبية في الشخصية كالتعامل مع الاخرين بصورة أكثر قسوة من المعتاد،

وانخفاض مستوى الاهتمام بمشاكل اللاعبين، وهبوط الحماس نحو العمل التدريبي، والاتجاه نحو تبرير الاخطاء الذاتية وهذا ما تؤكده العديد من الدراسات ومن بينها دراسة رمزي جابر.

2-1-2-5- مناقشة نتائج البعد الخامس نقص الانجاز الشخصي .

لاحظنا من خلال النتائج المتعلقة بالبعد الخامس والمتعلق القدرة على التصور العقليان نتائج المتوسط الحسابي المحسوب كانت أكبر من المتوسط الحسابي النموذجي والذي يعد الخط الفاصل بين تقدير درجات المقياس اي (18<24.09) وهو ما يبين ان المدربين يتميزون بنقص الانجاز الشخصي عالي مقارنة بما هو مرجو اي أكبر من المتوسط وهذا ما يفسر نظريا بان المدربين في قسم ما بين الرابطات لديهم دافعية نحو الانجاز ضعيفة ترجع الى طبيعة وحجم المنافسة وحتى مستوى اللاعبين الذي لا يرقى الى طموحات المدربين واستعداداتهم في بداية الموسم وحتى الى عدم اعطاء أهمية للمنافسة في مثل هذه المستويات ويرجع كذلك الى قيمة الحوافز المادية والمعنوية التي قد تعتبر من أهم العوامل والمؤشرات الأساسية في الرفع من مستوى الإنجاز الشخصي للمدرب، وهذا ما يتفق مع العديد من الدراسات في مثل هذه المواضيع التي تعالج الجوانب النفسية للمدرب ومن بينها دراسة دانيال ولايث وتابلور وبروك.

في ختام مناقشة هاته الفرضية تبين لنا ان مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم مرتفع بدرجات مختلفة حسب الابعاد المكونة للاحتراق النفسي بصفة عامة وهو ما يتطابق مع دراسة نجوي 1999 الذي توصل كذلك لوجود مستويات عالية للاحتراق النفسي لدى المدربين، كما أنه في دراستنا هذه كان الإحترق النفسي مرتفعا في كل الأبعاد باستثناء بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ وبعد الانهاك البدني والذي فسر على أساس حجم وطبيعة المنافسة مقارنة بما يقابلها من مستوى في الأقسام الأعلى درجة منها والذي يعطي تغييرا في مستويات الإحترق النفسي للمدرب. ومنه نستطيع القول ان الفرضية الاولى قد تحققت.

2-2- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الثانية :

2-2-1- تحليل نتائج الفرضية الأساسية الثانية: والتي تنص على ان هناك تباين بين سمات

الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم .

2-2-1-1- نتائج تحليل التباين الأحادي لدلالة الفروق في سمات الدافعية لدى لاعبي كرة

القدم حسب السمة المميزة.

الجدول رقم (11) : يبين قيم f لدلالة الفروق بين عينة البحث في سمات الدافعية

المجالات	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع مربعات	متوسط	(ف)	(ف)	الدلالة
----------	--------------	--------------	--------------	-------	-----	-----	---------

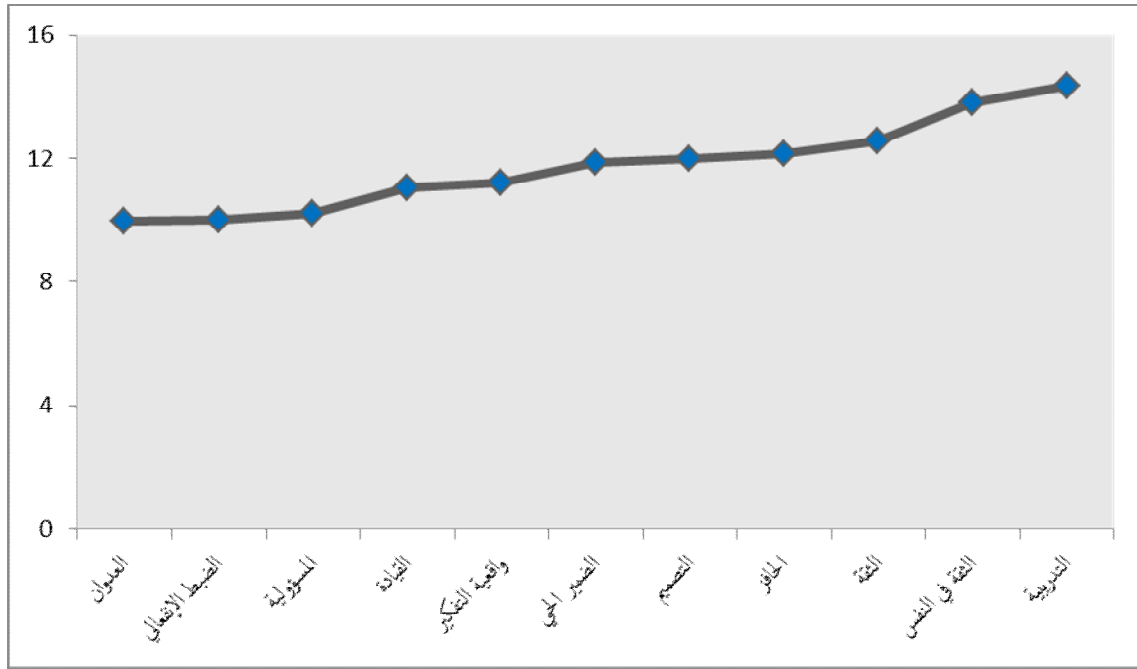
	الجدولية	المحسوبة	المربعات	الانحراف			
دال	2,040	6.231	11.880	12.351	10	بين المجموعات	نوع العينة
			35.255	82.225	89	داخل المجموعات	
				94.576	99	المجموع	

من خلال الجدول رقم (11) يتبين أن مجموع المربعات بين المجموعات بلغ (12.351) و داخل المجموعات بلغ (82.225)، أما متوسط المربعات بين المجموعات بلغ (11.880) و داخل المجموعات بلغ (35.255) عند درجة الحرية (99)، فكانت قيمة F المحسوبة (6.231) أكبر من F الجدولة المقدره بـ (2.04) عند مستوى الدلالة (0.05)، مما يعني وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعات و داخلها حسب سمات الدافعية الرياضية، حيث أن لاعبي كرة القدم يتميزون بتباين في مستوى الدافعية الرياضية و هذا من خلال المقارنة بين المتوسطات الحسابية والتي يبينه الجدول رقم (12) والمقدرة بـ 12.18 لسمة الحافز، 9.98 لسمة العدوان، 12.01 لسمة التصميم، 10.23 لسمة المسؤولية، 11.03 لسمة القيادة، 13.82 لسمة الثقة في النفس، 10.02 لسمة الضبط الإنفعالي، 11.20 لسمة واقعية التفكير، 14.37 لسمة التدريبية، 11.88 لسمة الضمير الحي، 12.58 لسمة الثقة.

الجدول رقم (12) : يبين قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لعينة البحث
حسب سمات الدافعية الرياضية

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	سمات الدافعية الرياضية
1.17	09.98	100	العدوان
1.41	10.02	100	الضبط الإنفعالي
1.59	10.23	100	المسؤولية

1.92	11.03	100	القيادة
2.01	11.20	100	واقعية التفكير
2.11	11.88	100	الضمير الحي
2.31	12.01	100	التصميم
2.13	12.18	100	الحافز
2.21	12.58	100	الثقة
2.28	13.82	100	الثقة في النفس
2.81	14.37	100	التدريبية



المخطط رقم (12) يبين قيم المتوسطات الحسابية لسمات الدافعية الرياضية

2-2-2- مناقشة نتائج الفرضية الاساسية الثانية:

من خلال نتائج الدراسة المتوصل إليها أثبتت وجود فروق في سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم بين المجموعات و داخلها بمقدار $f(6.231)$. و قد وضحت النتائج في الجدول رقم (...). أن هناك فروق بين سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم بحيث تميزوا بسمة التدريبية بصورة أكبر مقارنة بالسمات المقاسة الأخرى و بالتالي نقول أن الفرضية الاساسية الثانية أكدت وجود تباين في سمات الدافعية وبالتالي تكون قد تحققت.

و تتفق هذه النتائج مع دراسة "م.د. محسن محمد حسن وسامر مهدي محمد صالح (2015) تضمنت السمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم، و المقارنة بين سمات الدافعية لدى لاعبي كرة القدم والممثلين لعينة الدراسة، حيث توصلنا فيها ان السمة المميزة للاعبين هي سمة التدريبية. ويشير - محمد

حسن علاوي في موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين - بقوله أن اللاعب الرياضي الذي يتسم بسمة التدريبية ينفذ بدقة تعليمات المدرب ويحترم كل من قام بتدريبه ويستشير مدربه عندما يواجه بعض المشكلات كما يشعر بان مدربه يفهمه جيدا ولا يتحيز للاعبين معينين، وهذا بدوره يؤدي الى الحفاظ على اللياقة البدنية وهي السمة او العامل المميز للاعب مقارنة بأشخاص اخرين وهي مبدا من مبادئ العوامل البدنية في مجال التدريب الرياضي، وهذا ما تشير اليه العديد من النظريات المفسرة لسيمات الدافعية، في حين نجد ان الثقة في النفس لدى لاعبي كرة القدم جاءت ثانيا بعد سمة التدريبية وهذا ما نفسره من الناحية النظرية ان عامل الثقة بالنفس مهم بالنسبة للرياضي حتى يتسنى له الولوج في المنافسات الرياضية وهذا ما يتولد عن طريق الاستمرارية في التدريب مثلما تؤكد نظرية السمات والتي تؤكد على ان عامل الثقة بالنفس يعتبر عامل اساسي في دافعية الفرد نحو ما يحيط به من مؤثرات خارجية وتولد نتيجة الحوية والنشاط المستمر لإنجاز جملة من المعطيات والنجاح فيها ، في حين نجد ان سمة الثقة العامة تليهم وهذا يعني ان اللاعب لديه ثقة عامة نوعا ما مرتفعة نتيجة المؤشرات السالفة الذكر ،بعدها تأتي سمة الحافز والتي يولي لها اللاعب اهتماما نتيجة ما يتلاقاه من جملة من الحوافز المادية والمعنوية والمقدمة من طرف المسير او حتى المدرب في حد ذاته ، في حين كانت كل من سمات التصميم والضمير الحي وواقعية التفكير والقيادة والمسؤولية ذات مستوى متوسط تتفاوت فيما بينها حسب درجة الاهمية لكل سمة وهذا راجع الى مدى ارتباطها ببعضها البعض لتشكيل السمات الدافعية الرياضية ، الا ان هناك انخفاض في سمتي الضبط الانفعالي والعدوان من حيث المتوسط وهذا ما قد يميز اللاعبين في اغلب هاته المستويات من اللعب نتيجة الضغوطات التي يتعرض لها بالرغم من وجود سمات اخرى عالية ، بحيث تعزو الى عدة عوامل خارجية مثل البيئة المحيطة ، وهذا ما اشارت اليه نظرية التحليل النفسي في تفسير مثل هاته العوامل المتعلقة بالعدوان والانفعال ، قد تتولد لدى الافراد نتيجة ظهور عوامل او مؤشرات انية قد تغير في السلوك كـبعض الكلمات او التصرفات المنافية للسلوك السوي او زلات اللسان الى غيرها ، لذا نجد ان بعض الدراسات اشارت الى درجة الارتباط بين سمات الدافعية او الاتساق الداخلي

لمكونات ومؤشرات ابعاد الدافعية تشير الى ارتباط ضعيف بين سمات الدافعية فيما بينها خاصة سمتي ضبط الانفعال والعدوان لان هاتين السمتين من سمات المميّزة للفرد الا ان ارتباطها بالدرجة الكلية للمقياس ضعيف

2-3-3- عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الاساسية الثالثة :

تنص الفرضية على ان هناك علاقة ارتباطية بين ابعاد الاحتراق النفسي لدى المدربين وسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين .

2-3-3-1- تحليل نتائج بعد الانهاك العقلي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية :

الجدول رقم(13): يبين قيم المتوسط الحسابي و قيم **R** بين بعد الانهاك العقلي وعلاقته بسمات

الدافعية الرياضية

الأبعاد	المتوسط الحسابي	R	R	درجة حرية	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
بعد الانهاك العقلي	23.30	0.79	0.433	19	0.05	دال
سمات الدافعية الرياضية	117.40					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (13) الذي يبين قيمة **R** أن المتوسط الحسابي لبعد الانهاك العقلي

"23.30" و المتوسط الحسابي لسمات الدافعية الرياضية فقد قدر ب"117.40"، أما في ما يخص قيمة **R**

المحسوبة فقد بلغ "0.79" وهي أكبر من قيمة **R** الجدولية "0.433" أي ($0.433 < 0.79$) عند

مستوى الدلالة " $\alpha = 0.05$ "، وهي قيمة تبين ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائية بين قيمة بعد الإنهاك العقلي و سمات الدافعية الرياضية، و التمثيل البياني رقم (06) والذي يوضح الارتباط الحاصل بين المتغيرين عند المتوسطات الحسابية للعينه في كل متغير وذلك عند درجة الحرية 19.

2-3-2- تحليل نتائج بعد الانهاك الإنفعالي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية :

الجدول رقم(14): يبين قيم المتوسط الحسابي و قيم R بين بعد الانهاك الإنفعالي وعلاقته

بسمات الدافعية الرياضية

الأبعاد	المتوسط الحسابي	R المحسوبة	R الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
بعد الانهاك الإنفعالي	25.44	0.72	0.433	19	0.05	دال
سمات الدافعية الرياضية	117.40					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (14) الذي يبين قيمة R أن المتوسط الحسابي لبعء الانهاك الإنفعالي "16.70" و المتوسط الحسابي لسمات الدافعية الرياضية فقد قدر ب"117.40"، أما في ما يخص قيمة R المحسوبة فقد بلغ "0.76" وهي أكبر من قيمة R الجدولية "0.433" أي ($0.433 < 0.76$) عند مستوى الدلالة " $\alpha = 0.05$ "، وهي قيمة تبين ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائية بين قيمة بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ و سمات الدافعية الرياضية، و التمثيل البياني رقم (06) والذي يوضح الارتباط الحاصل بين المتغيرين عند المتوسطات الحسابية للعينه في كل متغير وذلك عند درجة الحرية 19.

2-3-3-تحليل نتائج بعد الانهك البدني وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية :

الجدول رقم(15): يبين قيم المتوسط الحسابي و قيم **R** بين بعد الانهك البدني وعلاقته بسمات

الدافعية الرياضية

الأبعاد	المتوسط الحسابي	R	R	درجة حرية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الإحصائية
بعد الانهك البدني	17.33	0.63	0.433	19	0.05	دال
سمات الدافعية الرياضية	117.40					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (15) الذي يبين قيمة **R** أن المتوسط الحسابي لبعء الانهك البدني "17.33" و المتوسط الحسابي لسمات الدافعية الرياضية فقد قدر ب"117.40"، أما في ما يخص قيمة **R** المحسوبة فقد بلغ "0.63" وهي أكبر من قيمة **R** الجدولية "0.433" أي ($0.433 < 0.63$) عند مستوى الدلالة " $0.05 = \infty$ "، وهي قيمة تبين ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائية بين قيمة بعد الإنهك البدني و سمات الدافعية الرياضية، و التمثيل البياني رقم (06) والذي يوضح الارتباط الحاصل بين المتغيرين عند المتوسطات الحسابية للعينة في كل متغير وذلك عند درجة الحرية 19.

2-3-4- تحليل نتائج بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية

:

الجدول رقم (16): يبين قيم المتوسط الحسابي و قيم R بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ

وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية

الأبعاد	المتوسط الحسابي	R المحسوبة	R الجدولية	درجة حرية	مستوى الدلالة الإحصائية	الدلالة الكلية
بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ	16.70	0.76	0.433	19	0.05	دال
سمات الدافعية الرياضية	117.4					

نلاحظ من خلال الجدول رقم (16) الذي يبين قيمة R أن المتوسط الحسابي لبعء التغيير الشخصي نحو الأسوأ "24.45" و المتوسط الحسابي لسمات الدافعية الرياضية فقد قدر بـ "117.40"، أما في ما يخص قيمة R المحسوبة فقد بلغ "0.79" وهي أكبر من قيمة R الجدولية "0.433" أي ($0.433 < 0.79$) عند مستوى الدلالة " $0.05 = \infty$ "، وهي قيمة تبين ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائية بين قيمة بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ و سمات الدافعية الرياضية، و التمثيل البياني رقم

(06) والذي يوضح الارتباط الحاصل بين المتغيرين عند المتوسطات الحسابية للعينة في كل متغير وذلك عند درجة الحرية 19.

2-3-5- تحليل نتائج بعد نقص الإنجاز الشخصي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية :

الجدول رقم (17): يبين قيم المتوسط الحسابي و قيم R بين بعد نقص الإنجاز الشخصي

وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية

الدلالة الإحصائية	مستوى الدلالة	درجة حرية	R الجدولية	R المحسوبة	المتوسط الحسابي	الأبعاد / الدرجة الكلية
دال	0.05	19	0.433	0.75	24.09	بعد نقص الإنجاز الشخصي
					117.40	سمات الدافعية الرياضية

نلاحظ من خلال الجدول رقم (17) الذي يبين قيمة R أن المتوسط الحسابي لبعده التغيير الشخصي نحو الأسوأ "24.09" و المتوسط الحسابي لسمات الدافعية الرياضية فقد قدر بـ "117.40"، أما في ما يخص قيمة R المحسوبة فقد بلغ "0.75" وهي أكبر من قيمة R الجدولية "0.433" أي ($0.433 < 0.75$) عند مستوى الدلالة "0.05 = ∞ "، وهي قيمة تبين ان هناك علاقة ارتباطية دالة

احصائية بين قيمة بعد نقص الإنجاز الشخصي و سمات الدافعية الرياضية، و التمثيل البياني رقم (06) والذي يوضح الارتباط الحاصل بين المتغيرين عند المتوسطات الحسابية للعينة في كل متغير وذلك عند درجة الحرية 19.

2-3-6- تحليل نتائج الدرجة الكلية للاحتراق النفسي لدى المدرب وعلاقتها بالدرجة

الكلية لسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعب:

• الجدول رقم (18): يبين قيم R للارتباط عند مستوى الدلالة 0,05 بين الاحتراق النفسي

وسمات الدافعية⁽¹⁾.

سمات الدافعية الرياضية	الاحتراق النفسي	مج الأبعاد
**0,89	1	الاحتراق النفسي
0,178	0,178	مستوى الدلالة
20	20	العينة
1	**0,89	سمات الدافعية الرياضية

** دال عند مستوى الدلالة 0,05¹

0,178	0,178	مستوى الدلالة
20	20	العينة

نلاحظ من خلال الجدول رقم (18) الذي يبين قيمة R للارتباط بين الاحتراق النفسي وسمات الدافعية الرياضية عند الدرجة الكلية لمجموع العينة كانت ذات علاقة قوية حيث قدرت بـ **0,89** وهي درجة دالة احصائيا عند مستوى الدلالة **0,178** وهي درجة تدل على وجود علاقة ارتباطية قوية عند سلم الارتباط والذي تصل اعلى درجة فيه الى **1+** وبالتالي نقبل الفرضية التي تنص على وجود علاقة ارتباطية بين الاحتراق النفسي وسمات الدافعية الرياضية .

2-3-7 - مناقشة نتائج الفرضية الاساسية الثالثة:

انطلاقا من الخلفية النظرية لهذه الدراسة تم اختيار الفرضية الاساسية الثالثة للبحث و التي جاءت حول العلاقة الارتباطية بين ابعاد الاحتراق النفسي للمدرب و سمات الدافعية الرياضية للاعب.

من خلال الدراسة المتوصل إليها أثبتت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين ابعاد الاحتراق النفسي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية للاعب و قدرت بـ **0,89**

تعود العلاقة الارتباطية بين ابعاد الاحتراق النفسي للمدرب و سمات الدافعية الرياضية للاعب لتأثر هذه السمات بالاحتراق النفسي للمدرب.

2-3-7-1 - الإرتباط بين بعد الانهك العقلي وسمات الدافعية الرياضية :

يشير معامل الارتباط بيرسون بين درجة سمات الدافعية و بعد الانهك العقلي إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ($R=0.79$) و دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وهنا نقول أنه يوجد تناسب طردي بين سمات الدافعية

و البعد المذكور للاحتراق و هذا ما أشار إليه صاحب مقياس الاحتراق أن أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد هم أفراد يؤثرون في الأشخاص المقابلون من حيث ميزة السمات الدافعية .

2-7-3-2- الإرتباط بين بعد الانهك الانفعالي وسمات الدافعية الرياضية:

يشير معامل الارتباط بيرسون بين درجة الانهك الانفعالي وسمات الدافعية الرياضية إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ($R=0.72$) و دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وهنا نقول أنه يوجد تناسب طردي بين الانهك الانفعالي وسمات الدافعية الرياضية، و هذا ما يدل على أن أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد هم أفراد يتميزون بالانهك الانفعالي باعتبار ان سمات الدافعية ودرجة حدتها تصاحبها دائماً تأثيراً في احدى العوامل المرتبطة بها وهذا ما تؤكدته نظرية التعرض للمثير، وتتفق هذه النتيجة مع العديد من الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي أن تعرض الفرد للمثيرات بصورة متكررة قد يجعله عادة ، يكون استجابة أكثر إيجابية إزاء ذلك المثير او العكس اذا كان سلبياً .

2-7-3-3- الإرتباط بين بعد الانهك البدني وسمات الدافعية الرياضية

يشير معامل الارتباط بيرسون بين بعد الانهك البدني و الدرجة الكلية لسمات الدافعية الرياضية إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ($R=0.63$) و دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وهنا نقول أنه يوجد تناسب طردي قوي اذ يتجاوز $0,70$ وهي درجة عالية على سلم الارتباط لبيرسون حيث تقارب $1+$ (الصحيح بين بعد الانهك البدني وسمات الدافعية الرياضية و هذا ما أشار إليه صاحب المقياس الاحتراق النفسي أن أصحاب الدرجة العالية لهذا البعد (الانهك البدني) يتأثرون بعوامل محيطة بهم نتيجة العلاقة المباشرة والمستمرة بين اشخاص يتعامل معهم ، ويشير سيلبي **Selye,1983** ان الاجهاد والانهك يحدث للمدرب الرياضي كنتيجة للعديد من العوامل المتشابهة والمتفاعلة ومن بين اهم هذه العوامل ضغوط عملية التدريب الواقعة على اللاعبين وضغوط المنافسة الى غير ذلك ، وهو الشيء الذي يدعم اعتماد هذه

الفرضية الجزئية في بداية الدراسة بوجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين كل من هذا البعد و سمات الدافعية الرياضية

2-3-7-4- الإرتباط بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ وسمات الدافعية الرياضية

يشير معامل الارتباط R لبيرسون بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ وسمات الدافعية الرياضية إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ($R=0.76$) و دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$) وهنا نقول أنه يوجد تناسب طردي بينهما و هذا ما أشار إليه صاحب المقياس ، بأن التغيير الشخصي نحو الأسوأ في نظر البعض انه يرتبط ذلك 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 وبالتالي فالعلاقة بين هذا البعد وسمات الدافعية لدى اللاعبين علاقة قوية .

2-3-7-5- الارتباط بين بعد نقص الإنجاز الشخصي وسمات الدافعية الرياضية:

يشير معامل الارتباط بيرسون بين بعد نقص الإنجاز الشخصي وسمات الدافعية الرياضية إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ($R=0.75$) و دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha=0.05$)، وهنا نقول أنه يوجد تناسب طردي بين المتغيرين، و هذا ما أشار إليه اصحاب النظرية الإنسانية ومن بينهم ماسلو الذي يفسر وجود علاقة بين الدافعية وشخصية الفرد أكثر من وجود علاقة بين الدافعية والتعلم أو التدريب ، ونجد ذلك أكثر من خلال تسلسل هرم الحاجات بحيث نجد منها شعور الفرد أو المدرب بنقص ومعاناة في تحقيق إمكاناته المتنوعة على نحو فعلي وأن إشباع حاجاته من عملية التدريب بما يتوافق مع أهدافه يجعلها ترتبط ارتباطاً وثيقاً بدافعية لاعبيه وبهذا يمكن الحكم على أن العلاقة الارتباطية القائمة بين بعد نقص الانجاز الشخصي للمدرب وسمات الدافعية الرياضية موجبة طردية أي انه كلما زاد شعور المدرب بنقص إنجازاته الشخصية وتراجع مردوده اتجاه الآخرين سواء أثناء التدريب او المنافسة زاد ذلك من انخفاض الدافعية لدى لاعبيه وهو التفسير الذي تبناه اصحاب النظرية الانسانية.

2-4- الاستنتاج العام:

بعد عرض و تحليل و مناقشة النتائج المتحصل عليها من خلال الدراسة الميدانية يتبين لنا من خلال المحور الأول الخاص بالفرضية الأساسية الأولى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر اتسم بمستوى مرتفع في ابعاده الخمسة بدرجات متفاوتة بحيث ظهر هذا الارتفاع بشكل واضح في كل من الانهك العقلي والانفعالي ونقص الانجاز الشخصي وهذا حسب سلم تقدير درجات المقياس ، مما يؤكد أن للاحتراق النفسي مستوى عالي وهو ما اعتمد في بداية الدراسة كفرضية بحثية اساسية اولى مما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الأولى، والتي اثبتت وجود مستوى عالي للإنهك العقلي لدى المدربين ، في المقابل هناك مستوى عالي للإنهك الانفعالي وهو ما يثبت صحة الفرضية الجزئية الثانية، في حين كانت نتائج الانهك البدني تشير الى انخفاض مستواها عن ما هو مرجح و هذا ما يؤكد نفي الفرضية الجزئية الثالثة، وقبول الفرض البديل والذي ينص على ان هناك مستوى منخفض للإنهك البدني لدى المدربين أما نتائج البعد الرابع الخاص التغيير الشخصي نحو الأسوأ فإننا نجد ان هناك مستوى منخفض ، و هذا ما ينفي صحة الفرضية الجزئية الرابعة وقبول الفرض البديل والذي ينص على ان هناك مستوى منخفض لمستوى التغيير الشخصي نحو الأسوأ. وفيما يخص البعد الخامس الخاص بنقص الانجاز الشخصي فقد تميز المدربون بمستوى مرتفع في هذا البعد مما يؤكد صحة الفرضية الجزئية الخامسة.

و من خلال التأكد من صحة الفرضيات الجزئية يمكن الحكم على أن الفرضية الأساسية الأولى التي تقول " هناك مستوى مرتفع لأبعاد الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر " قد تحققت .

أما فيما يخص نتائج الفرضية الأساسية الثانية الخاصة بوجود تباين في سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم ، فإننا نجد تحقق الفرضية من خلال وجود فروق دالة احصائيا بين ابعاد المقياس بنسب متفاوتة .

و منه يمكن القول بأن الفرضية الأساسية الثانية قد تحققت في تأكيد وجود تباين دال احصائيا بين سمات الدافعية الرياضية وهذا ما أثبتته اختبار فا لدلالة الفروق من خلال إجراء المقارنة في المتوسطات الحسابية لسمات الدافعية لدى عينة الدراسة.

أما بالنسبة لنتائج الفرضية الأساسية الثالثة الخاصة بوجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الإحترق النفسي والدرجة الكلية لسمات الدافعية الرياضية ، فإننا نجد تحقق الفرضية من خلال المحاور الخاصة بكل بعد بحيث تراوحت معاملات الارتباط بيرسون من **0.63** إلى **0.76** وهي معاملات تدل على قوة العلاقة الارتباطية بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس السمات الدافعية الرياضية. وهذا ما يؤكد صحة الفرضية الأساسية الثالثة.

2-5- الخلاصة العامة:

إنطلاقا من الجانب التمهيدي الذي يحتوي على الإشكالية المطروحة للدراسة و الفرضيات المصاغة كمشروع للبحث و الدراسات السابقة التي وضعت كخلفية نظرية و مروراً بالجانب النظري الذي حاولنا فيه تناول كل ما له علاقة بالموضوع (الإحترق النفسي وعلاقته ببعض سمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر) من خلال تقسيمه إلى اربعة فصول تناولنا في الفصل الأول كل ما له علاقة بالإحترق النفسي و أبعاده و مستوياته و نظرياته ... إلخ ، كما تطرقنا في الفصل الثاني إلى سمات الدافعية الرياضية ونظرياتها ... إلخ ، لنصل إلى الفصل الثالث الذي تناولنا فيه المدرب الرياضي والعملية التدريبية والعلاقة القائمة ما بين المدرب واللاعب و الفصل الرابع الذي احتوى على النوادي الرياضية في الجزائر و ذلك لتكوين سند و خلفية نظرية نعتمد عليها لتدعيم نتائج الدراسة الميدانية المتوصل إليها، وصولاً للجانب الميداني في ختام هذه الدراسة و الذي كان الهدف منه إختبار الفرضيات الموضوعية كمشروع للبحث قصد إثبات أو نفي صحتها و كانت على الشكل التالي :

أ - الفرضية الأساسية الأولى :

■ هناك مستوى مرتفع لأبعاد الإحترق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر.

✓ هناك مستوى مرتفع لبعء الإنهك العقلي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر

✓ هناك مستوى مرتفع لبعء الإنهك الإنفعالي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر

✓ هناك مستوى مرتفع لبعء الإنهك البدني لدى مدربي كرة القدم في الجزائر

✓ هناك مستوى مرتفع لبعء التغير الشخصي نحو الأسوأ لدى مدربي كرة القدم في الجزائر

✓ هناك مستوى مرتفع لبعء نقص الإنجاز الشخصي لدى مدربي كرة القدم في الجزائر

ب - الفرضية الأساسية الثانية :

■ هناك تباين بين أبعاد سمات الدافعية الرياضية لدى لاعبي كرة القدم

ج. الفرضية الأساسية الثالثة :

■ هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين أبعاد الإحترق النفسي لدى المدربين والدرجة

الكلية للسمات الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.

✓ توجد علاقة دالة احصائية بين بعء الإنهك العقلي والدرجة الكلية للسمات الدافعية الرياضية لدى

اللاعبين.

✓ توجد علاقة دالة احصائية بين بعء الإنهك الإنفعالي والدرجة الكلية للسمات الدافعية الرياضية لدى

اللاعبين.

✓ توجد علاقة دالة احصائيا بين بعد الإنهاك البدني والدرجة الكلية للسماة الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.

✓ توجد علاقة دالة احصائيا بين بعد التغيير الشخصي نحو الأسوأ والدرجة الكلية للسماة الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.

✓ توجد علاقة دالة احصائيا بين بعد نقص الإنجاز الشخصي والدرجة الكلية للسماة الدافعية الرياضية لدى اللاعبين.

2-6- التوصيات:

على ضوء البيانات والمعلومات التي توصل إليها الباحث وفي حدود البحث وأهدافه وفي ضوء نتائج البحث

يوصي الباحث بما يلي :

- 1- توسيع صلاحيات المدرب من دون تدخل جهات أخرى في عمله حتى لا يفقد ثقته بنفسه.
- 2- توفير كل الوسائل المادية والمعنوية والتي من شأنها مساعدة المدرب في الوصول الى أهدافه كي لا يشكل عامل نقص الموارد ضغطا زائدا عليه .
- 3- العمل على اجراء دراسات وبحوث أخرى للمقارنة بين مدربي البطولة الهاوية والبطولة المحترفة وللكشف عن المزيد من أسباب حدوث الظاهرة .

4- تكفل الإتحادية الجزائرية لكرة القدم بإقامة ورشات وتربصات لفائدة المدربين بهدف تحضيرهم نفسيا وتوعيتهم بمخاطر ظاهرة الإحتراق النفسي.

5- إمكانية استخدام المدرب لمقياس تقدير دافعية لاعبيه من أجل رسم الخطة التدريبية الملائمة لدافعتهم في الموسم الرياضي.

6- إثراء برامج الإعداد النفسي في التدريب الرياضي بمقاييس و استبيانات للتعرف على الحالة النفسية للمدرب واللاعب والعمل على احداث التوافق بينهما.

المصادر والمراجع

- القرآن الكريم.

المراجع باللغة العربية:

1. ابراهيم حماد مفتي. (1998). التدريب الرياضي الحديث: تخطيط-تطبيق-قيادة (المجلد الأول). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
2. ابراهيم عبد المقصود - حسن الشافعي. (1992). الموسوعة العلمية للإدارة والتخطيط في المجال الرياضي. الإسكندرية، مصر: دار الوفاء للطباعة والنشر.
3. احسان محمد حسن. (1982). سيكولوجيا المجازاة والضغط الاجتماعي وتغير القيم (المجلد بدون طبعة). القاهرة، مصر: دار غريب للطباعة والنشر.
4. أحمد أمين فوزي. (2006). مبادئ علم النفس الرياضي (المجلد الثانية). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
5. أحمد بسطوسي. (1999). أسس ونظريات التدريب الرياضي.
6. أحمد عزة رابع. (1986). أصول علم النفس (المجلد الثانية). مصر: دار المعارف.
7. أحمد عودة عريبي. (2007). المدرب وعملية الإعداد النفسي (المجلد الأول). بغداد، العراق: المكتبة الوطنية.
8. أحمد ماهر. (1999). السلوك التنظيمي، مدخل بناء المهارات. الإسكندرية، مصر: الدار الجامعية.
9. أحمد محمد عبد الخالق. (1998). الصدمة النفسية. الكويت، الكويت: مجلس النشر العلمي.

10. أرنوف ويتيج. (1994). نظريات ومسائل في مقدمته علم النفس - ترجمة عادل عزالدين الأشول وآخرون. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
11. أسامة كامل راتب. (1990). دوافع التفوق في النشاط الرياضي. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
12. أسامة كامل راتب. (1997). احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الإنفعالي. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي .
13. أسامة كامل راتب. (1997). علم النفس الرياضي، المفاهيم، التطبيقات. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
14. أسامة كامل راتب. (2000). تدريب المهارات النفسية - تطبيقات في المجال الرياضي (المجلد الأول). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
15. الحرتاوي، هند عبد الله. (1991). مستويات الإحترق النفسي لدى المرشدين التربويين في المدارس الحكومية في الأردن. إربد، الأردن: جامعة اليرموك.
16. الرفاعي، يحيى عبد الله، والقضاة ، محمد، فرحان. (2010). مستويات الإحترق النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس في كلية المعلمين بأبها في ضوء بعض المتغيرات. أم القرى: مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية.
17. السمدوني. (1995). الإنهاك النفسي لمعلمي التربية الخاصة وتبعاته. مجلة التربية المعاصرة.
18. أمر الله أحمد البساطي. (1998). أسس وقواعد التدريب الرياضي. الإسكندرية، مصر: منشأة المعارف.
19. ايهاب محمد عبدالفتاح. (2006). السمات الدافعية وعلاقتها بمستوى الإنجاز الرياضي للاعبين كرة الطائرة (المجلد 24). حلوان: مجلة علوم وفنون الرياضة.

20. جميل صليب. (1986). علم النفس (المجلد الثالثة). بيروت: دار النهضة.
21. حسن السيد أبو عبده. (2001). الإجهادات الحديثة في التخطيط وتدريب كرة القدم (المجلد الأولى). الإسكندرية، مصر: مكتبة ومطبعة الإشعاع الفنية.
22. حلمي المليحي. (1984). عم النفس المعاصر (المجلد السادسة). بيروت، لبنان: دار المعرفة العربية.
23. دواني وآخرون. (1989). مستويات الإحترق النفسي لدى لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن. الكويت: المجلة التربوية.
24. راتب، أسامة كامل. (1990). دوافع التفوق الرياضي (المجلد بدون طبعة). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
25. رمضان ياسين. (2008). علم النفس الرياضي . عمان : دار أسامة للنشر والتوزيع.
26. رنا نجيب، حامد. (1991). الإحترق النفسي لدى معلمي الطلبة المعوقين عقليا في اليمن. عمان، الأردن.
27. سعيد حسني العزة و جودت عبد الهادي العزة. (1999). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي (المجلد الأولى). عمان، الأردن.
28. طلال حيدر، البدوي. (2000). درجة الإحترق النفسي ومصادره لدى الممرضين العاملين في مستشفيات محافظة عمان وأثر بعض المتغيرات في ذلك. مؤتة، الأردن: جامعة النجاح الوطنية.
29. طه عبد العظيم حسين. (2006). إدارة الضغوط النفسية والتربوية. عمان، الأردن: دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.

30. عامر سعيد الحيكاني. (2011). سيكولوجية كرة القدم (المجلد الأول). عمان: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.
31. عبد الرحمان بن أحمد هيجان. (1998). ضغوط العمل مصادرها ونتائجها وكيفية إدارتها. الرياض، السعودية: معهد الإدارة العامة.
32. عبد الرحمان محمد عيساوي. (1990). علم النفس الفيزيولوجي. القاهرة، مصر: دار المعرفة الجامعية.
33. عبد السلام عبدالغفار. (1998). مقدمة في علم النفس العام. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية.
34. عبد محمد، عساف. (1994). دور التربية في تعزيز الديمقراطية. نابلس، فلسطين: وقائع المؤتمر السنوي الثالث.
35. عبداللطيف محمد خليفة. (2000). الدافعية للإنجاز. القاهرة، مصر: دار غريب للطباعة والنشر.
36. عصام بدوي - كمال أميري. (1992). التطور العلمي لمفهوم الرياضة. القاهرة، مصر: دار الشباب للطباعة والنشر.
37. عصام بدوي. (1996). استثمار الوقت في ادارة الهيئات الرياضية. مطبعة النهضة العربية.
38. عصام بدوي. (1998). استثمار الوقت في ادارة الهيئات الرياضية. مطبعة النهضة العربية .
39. علي بن شويل القرني. (2000). الإعلام والإحتراف النفسي. الرياض، السعودية: جامعة الملك سعود.
40. علي عسكر. (2000). ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها (المجلد 2). القاهرة، مصر: دار الكتاب الحديث.

41. علي فهمي البيك و عماد الدين عباس أبوزيد. (2003). المدرب الرياضي (المجلد الأولى). مصر: الناشر للمعارف.

42. علي مقدادي، يوسف موسى، العميرة. (2003). علم النفس الرياضي. عمان، الأردن: المكتبة الوطنية.

43. عماد الدين عباس أبوزيد. (1996).

44. عمر الفريجات، وائل الرضي. (2010). مستويات الإحترق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة عجلون. عمان، الأردن: جامعة البلقاء التطبيقية.

45. عمرو بدران. (2003). الدافعية في المجال الرياضي. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي .

46. غازي صالح محمود. (2011). علم النفس الرياضي: سيكولوجية التدريب والمنافسات في كرة القدم (المجلد 1). عمان ، الأردن: مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع.

47. فاروق السيد عثمان. (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية (المجلد الأولى). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

48. فوزية عبد الباقي الجمالي. (2003). مستويات الإحترق النفسي لدى معلمي ذوي الإحتياجات الخاصة (الإصدار الأول). دراسات عربية في علم النفس .

49. قطامي يوسف ، عبد الرحمان عدس. (2002). علم النفس العام. عمان، الأردن: دار الفكر.

50. كامل محمد المغربي. (2002). أساليب البحث العلمي في العلوم الإنسانية والإجتماعية (المجلد الأولى). دار الثقافة للنشر والتوزيع.

51. كمال جميل الرضي. (2001). التدريب الرياضي للقرن الحادي والعشرين (المجلد الأولى). عمان، الأردن: الجامعة الأردنية.

52. مالك أحمد، الرشدان. (1995). الإقتران النفسي لدى أعضاء هيئة التدريس بالجامعات الأردنية الحكومية وعلاقته ببعض المتغيرات. إربد، الأردن: جامعة اليرموك.
53. ماهر يوسف المجدلوي. (2014). مصادر الإحتراق النفسي وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية لدى عينة من السائقين. غزة، فلسطين: مجلة جامعة الأقصى.
54. محمد حسن علاوي. (2009). مدخل في علم النفس الرياضي (المجلد السابع). القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر.
55. محسن محمد حسن. (2012). الدافعية الرياضية. بابل: كلية التربية الرياضية.
56. محمد الحسن محمد الحسين. (2004). طرق التدريب (المجلد الثانية). عمان، الأردن: دار مجدلوي.
57. محمد حسام عرب وحسين علي كاظم. (2009). علم النفس الرياضي (المجلد الأولى). النجف، العراق: دار الضياء للطباعة والتصميم.
58. محمد حسن المأمون شريط. (2012). دراسة مقارنة لمستويات الإحتراق النفسي عند مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة. الجزائر، الجزائر: معهد التربية البدنية والرياضية سيدي عبد الله.
59. محمد حسن علاوي. (1987). الإختبارات النفسية والمهارية في المجال الرياضي (المجلد الأولى). دار الفكر العربي.
60. محمد حسن علاوي. (1992). علم النفس الرياضي (المجلد الثامنة). القاهرة، مصر: دار المعارف.
61. محمد حسن علاوي. (1998). سيكولوجية الإحتراق للاعب والمدرب الرياضي (المجلد الأولى). القاهرة، مصر: دار الكتاب والنشر.
62. محمد حسن علاوي. (1998). مدخل في علم النفس الرياضي (المجلد الثانية). القاهرة، مصر: مركز الكتاب للنشر والتوزيع.

63. محمد حسن علاوي. (2002). علم النفس الرياضي في التدريب الرياضي والمنافسات. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي .

64. محمد حسن علاوي. (2004). مدخل في علم النفس الرياضي (المجلد الرابعة). مصر: مركز الكتاب للنشر.

65. محمد حسن علاوي. (بلا تاريخ). سيكولوجية المدرب الرياضي. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

66. محمد صبحي حسنين، حسني أنور الخولي. (2001). برامج الصقل والتدريب أثناء الخدمة للعاملين في التربية البدنية والرياضية. القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.

67. محمود السيد أبو النيل. (1987). الإحصاء النفسي والإجتماعي والتربوي. بيروت، لبنان: دار النهضة العربية.

68. محمود عابد الجابري. (بلا تاريخ). الفكر الإسلامي والفلسفة. المغرب: كتاب تربوي.

69. محمود عبد الفتاح عنان. (1995). سيكولوجية التربية الرياضية النظرية والتطبيق والتجريب (المجلد الأولى). نصر: دار الفكر.

70. محمود علي عطية، حسين عبد الرحمان السخني، تسي علي المومني، محمد سلمان الخزاعلة. (2013). الرياضة وعلم النفس (المجلد الأولى). عمان، الأردن: دار صفاء للنشر والتوزيع.

71. محي الدين مختار. (1995). بعض تقنيات البحث وكتابة التقرير في المنهجية. الجزائر، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.

72. مصطفى حسن باهي. (2000). الإحصاء وقياس العقل البشري (المجلد بدون طبعة). مصر: مركز الكتاب للنشر.

73. مصطفى عشوي. (1994). مدخل الى علم النفس المعاصر. الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
74. مصطفى وجاد، سمير ، باهي. (2004). المدخل الى الإتجاهات الحديثة في علم النفس الرياضي. رام الله، فلسطين: الدار العالمية للنشر والتوزيع.
75. معروف محمد. (2013). استراتيجيات التعامل مع الإحتراق النفسي عند أساتذة التعليم الثانوي. وهران، الجزائر: جامعة وهران.
76. مفتي ابراهيم حماد. (1998). التدريب الرياضي الحديث (المجلد الأولى). القاهرة، مصر: دار الفكر العربي.
77. مقدم عبدالحفيظ. (1993). الإحصاء والقياس النفسي والتربوي (المجلد بدون طبعة). الجزائر، الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية.
78. مهند حسين الشناوي، ابراهيم الخوجا. (2005). مبادئ التدريب (المجلد الأولى). عمان، الأردن: دار وائل للنشر.
79. مهند عبد سليم عبد العلي. (2003). مفهوم الذات وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية وعلاقته بظاهرة الإحتراق النفسي لدى معلمي المرحلة الثانوية الحكومية في محافظتي نابلس وجنين. جامعة النجاح الوطنية.
80. ناهد رسن سكر. (2002). علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسات الرياضية. عمان، الأردن: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
81. نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني. (2008). الإحتراق النفسي وعلاقته بعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الإحتياجات الخاصة. جامعة أم القرى.

82. وجددي مصطفى الفاتح و محمد لطفي السيد. (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي (المجلد الأول). الميناء، مصر: دار الهدى للنشر.

83. وجددي مصطفى الفاتح، محمد لطفي السيد. (2002). الأسس العلمية للتدريب الرياضي للمدرب واللاعب (المجلد الأول). الميناء، مصر: دار الهدى للنشر.

84. وردة. (2011). علاقة الإلتزام التنظيمي بالإحتراق النفسي عند عمال الدوريات. القاهرة.

85. يحي السيد الحاوي. (2002). المدرب الرياضي. مصر: المركز العربي للنشر.

86. يوسف حرشاوي. (1995). دور التربية البدنية والرياضية في تنمية القدرة على تركيز الإنتباه وعلاقته بالميل والدوافع.

87. يوسف محمد عودة حرب. (1998). ظاهرة الإحتراق النفسي وعلاقتها بظروف العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية. فلسطين: جامعة النجاح الوطنية.

88. FAF. (سبتمبر، 2016). www.faf.dz.

89. وزارة الشباب والرياضة. (بلا تاريخ). قانون 10.04 يتعلق بالتربية البدنية والرياضية. بئر مراد رايس، الجزائر: المطبعة الرسمية البساتين.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. brown, J. (1990). Motivation of behavior.

2. Maslach, C. (2003). job burnout : New directions in research and and intervention .current directions in psychological science 12(5).

3. Richard, G Marion, G Marich .(2006) .begining teacher burnout in queenstand schools associations with surious intensions to leave . the australian educational researcher.

4. vallerand. (2001). pour un modele hierarchique de la motivation intrinséque extrinséque dans les pratiques set activités physiques portives. paris: Ed, PUF.

الملاحق

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة مقياس موجهة الى :

مدربي كرة القدم

عزيزي المدرب، يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الإستمارة والتي تندرج ضمن بحث علمي لتحضير أطروحة الدكتوراه في نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية راجين منكم الإجابة على كل الأسئلة بصدق وموضوعية لتكونوا بذلك قد أسهمتم بقسط كبير في سبيل إنجاز هذا البحث والذي يندرج تحت عنوان:

" الإحترق النفسي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر "

ملاحظات :

- الرجاء منكم قراءة كل عبارة من العبارات ووضع علامة ... في الخانة التي تراها مناسبة.
- ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، لكن حاول أن تصف شعورك لكل عبارة بكل صدق وموضوعية.

تحت إشراف:

أ.د. واضح أحمد الأمين

إعداد الطالب الباحث:

بوسيف اسماعيل

مقياس أعراض الإحترق النفسي للمدرب الرياضي

رقم العبارة	العبارة	بدرجة كبيرة جدا	بدرجة كبيرة	بدرجة متوسطة	بدرجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
01	أشعر بأنني أقل ميلا إلى التخطيط والتفكير بدرجة أقل كثيرا بالمقارنة ببداية عملي كمدرب رياضي.					
02	أصبحت أكثر قسوة تجاه الآخرين بدرجة أكبر بالمقارنة ببداية عملي كمدرب رياضي.					
03	أشعر بأن انجازاتي أصبحت قليلة.					
04	أشعر بالإرهاق البدني عقب قيامي بالإشراف على التدريب اليومي للاعبين.					
05	أجد نفسي أنفعل بسرعة لأي خطأ يرتكبه اللاعب وهو الأمر الذي لم يكن يحدث من قبل .					
06	أشعر بالمزيد من التعب العقلي بعد أي منافسة رياضية هامة لدرجة أنني أنسى ما حدث خلال هذه المنافسة .					
07	أصبحت لا أهتم كثيرا بما يحدث بين اللاعبين من صراعات ومشاكل.					

					08	عندما بدأت عملي كمدرّب رياضي كنت أعتقد أنني أستطيع أن أنجز الكثير من بدرجة كبيرة مما يحدث الآن .
					09	أحس بالإنهاك البدني عقب نهاية أي منافسة رياضية .
					10	أصبحت أتضايق بسهولة من اللاعبين .
					11	أحس بأنني متعب ذهنيا قبل البدء في قيامي بالإشراف على تدريب اللاعبين .
					12	أعتقد أن عملي كمدرّب رياضي هو السبب في أنني أصبحت أكثر قسوة مع الآخرين .
					13	أشعر حاليا بأنه لا يوجد لدي الدافع لكي أحاول تحقيق إنجازات أخرى مع اللاعبين .
					14	في كثير من الأيام أحس بالتعب والإرهاق في بعض عضلاتي كنتيجة لعملي التدريبي .
					15	أشعر بأنني مرهق انفعاليا كنتيجة لعملي كمدرّب رياضي .
					16	أحس بأن طاقتي الذهنية مستنفذة بعد نهاية كل تدريب أشرف عليه .
					17	أصبحت الآن أقل حماسا في عملي كمدرّب رياضي .

					18	أشعر بأنني لم أعد أنجز أشياء ذات قيمة في عملي كمدرب رياضي.
					19	أصبحت أحس بالكسل وضعف حيويتي قبل المنافسات الرياضية.
					20	أعتقد أن عملي كمدرب رياضي هو السبب في عدم قدرتي على التحكم في انفعالاتي.
					21	أنا مرهق ذهنيا كنتيجة لعملي كمدرب رياضي.
					22	عندما تسوء الأمور في المنافسة الرياضية أجد أنني أميل إلى لوم الآخرين بدرجة أكبر مما اعتدت عليه.
					23	أشعر بأننا لا نحقق الإنجازات التي حققتها من قبل.
					24	أصبحت أشعر بانخفاض في لياقتي البدنية.
					25	أشعر بأنني أصبحت الآن أكثر عصبية.
					26	مهنة التدريب عبء ذهني ثقيل يصعب تحمله.
					27	أتمنى لو أستريح من عملي كمدرب رياضي.
					28	أشعر بأنني لا أجد التقدير الكافي من الآخرين مثلما كان يحدث من قبل.

					مهنة التدريب عبء بدني ثقيل.	29
					أجد بعض الأخطاء البسيطة من الآخرين تجعلني أنفعل بسرعة.	30

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة عبد الحميد بن باديس مستغانم

معهد التربية البدنية والرياضية

استمارة مقياس موجهة إلى :

لاعبي كرة القدم

عزيزي اللاعب، يشرفني أن أضع بين أيديكم هذه الإستمارة والتي تندرج ضمن بحث علمي لتحضير أطروحة الدكتوراه في نظريات ومنهجية التربية البدنية والرياضية راجين منكم الإجابة على كل الأسئلة بصدق وموضوعية لتكونوا بذلك قد أسهمتم بقسط كبير في سبيل إنجاز هذا البحث الذي يندرج تحت عنوان :

" الإحترق النفسي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر "

ملاحظات :

- الرجاء منكم قراءة كل عبارة من العبارات ووضع علامة ... في الخانة التي تراها مناسبة.
- ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، لكن حاول أن تصف شعورك لكل عبارة بكل صدق وموضوعية.

تحت إشراف:

أ. د. واضح أحمد الأمين

إعداد الطالب الباحث:

بوسيف اسماعيل

مقياس تقدير سمات الدافعية للرياضيين

الرقم	العبارات	بدرجة قليلة جدا	بدرجة قليلة	بدرجة متوسطة	بدرجة كبيرة	بدرجة كبيرة جدا
01	أنا لاعب عنيف في لعي					
02	فترات التدريب اعتبرها فترات ممتعة و مشوقة					
03	أشعر بضيق عندما يكون أدائي ضعيفا					
04	أشعر بحساسية عندما ينتقدني مدربي					
05	يكون أدائي أفضل في المباراة الأكثر صعوبة عن المباراة السهلة					
06	لدي ثقة كبيرة في مهاراتي و في لياقتي البدنية					
07	عندما تسوء الأمور في المباراة فإنني أستسلم بسهولة					
08	لدي جميع المواصفات لقيادة أي فريق					
09	زملائي يصفونني بأني شخص يستطيع تحمل المسؤولية لدرجة كبيرة					
10	أثق في الآخرين بسهولة					

					أحاول إظهار الود لمدربي حتى يرضى عني	11
					أحشى المنافس الذي يتميز بالعنف	12
					التدريب بالنسبة لي متعة حقيقية	13
					ينتابني القلق ويصعب علي العودة لحالتي الطبيعية عند حدوث أشياء غير متوقعة في المباراة	14
					في استطاعتي أداء التدريب العنيف لعدة فترات أسبوعيا	15
					أريد عمل أي شيء يحقق الفوز على المنافس	16
					يقلقني ما يعتقده الآخريين عني	17
					في المباراة أعتقد أنني أبذل جهدا أكثر من أغلب زملائي في الفريق	18
					أفضل أن يتولى الآخريين مسؤولية قيادة الفريق	19
					ألقى اللوم على الآخريين عند فشلي في الأداء في المنافسة	20
					أشك في الآخريين بسهولة	21
					أشعر غالبا بالتقصير عند هزيمتي في المباراة	22

					أعتقد أنني أميل إلى الخشونة أثناء اللعب	23
					التدريب المتكرر يبعث في نفسي الملل	24
					أستطيع أن أحتفظ بهدوئي رغم مضايقة الآخرين لي	25
					من الصعب علي الاستمرار في التدريب العنيف لعدة مرات أسبوعيا	26
					أجتنب تحدي المنافسين الأقوياء	27
					أنا غير متأكد في نفسي	28
					أمارس التدريب لفترات اضافية خارج أوقات التدريب الرسمية	29
					اخبر زملائي عندما يكون أدائهم أقل من مستواهم	30
					أعتذر عن الاشتراك في المنافسات مع المنافسين الاقوياء	31
					يصعب علي الاخرين لن يثقوا بي لسبب لا اعرفه	32
					أحترم نظم وقواعد الفريق حتى ولو تعارض ذلك مع مصلحتي	33
					لكي اكسب المباراة لا بد ان العب بعنف و خشونة	34

					لا اتقبل التدريب الذي يستمر لفترات طويلة	35
					لا استطيع التحكم في انفعالاتي عندما يرتكب البعض خطأ ضدي	36
					أسترد حالتي الطبيعية سريعا بعد المباراة أو بعد انتقاد المدرب لي	37
					أبذل جهدي في المباراة بالقدر الذي يجنبني الإنتقاد من مدربي	38
					أتمتع بقدر كبير من الثقة في نفسي	39
					يبدو انني لا أبذل أقصى جهدي في التدريب أو في المنافسات	40
					أجتنب تولب المناصب القيادية في الفريق لأنها تسبب الضغط العصبي	41
					أجتنب توجيه اللوم لزملائي في حالة ارتكابهم لبعض الأخطاء	42
					يسهل على الآخرين أن يثقوا في شخصي	43
					أجهل قواعد ونظم الفريق اذا كانت في غير صالحني	44
					أحب أن العب بخشونة حتى يخاف مني المنافس	45
					أعتبر نفسي من الرياضيين الذين يساعدون المدرب أثناء التدريب	46

					أستطيع التحكم في انفعالاتي في الأوقات الحرجة في المباراة	47
					أنا شخص معروف عني أنني عنيد أثناء المباراة	48
					أحيانا لا أبذل كل جهدي في الداء أثناء المباراة	49
					أعتقد في قدرتي على هزيمة أي منافس	50
					أحيانا أعتذر عن عدم ممارسة التدريب أو الإشتراك في بعض المباريات لأسباب مختلفة	51
					أبذل كل جهدي نحو توجيه زملائي في الفريق	52
					إذا كنت سببا في هزيمة فريقي فإنني أتحمل هذه المسؤولية بصدر رحب	53
					لا أستطيع التفاعل مع الآخرين بدرجة كبيرة	54
					أشعر بالسعادة عندما يتفوق زملائي في الأداء أثناء المباراة	55

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

(وثيقة رقم 01) :

جدول بأسماء فريق العمل المساعد في إجراءات الدراسة الميدانية حول موضوع :
" الإحترق النفسي وعلاقته بسمات الدافعية الرياضية لدى مدربي كرة القدم في الجزائر "

الرقم	الإسم واللقب	المهنة	المكان
01	داشير محمد	أستاذ التربية البدنية	تيسمسيات
02	بغدالي سيدعلي	لاعب كرة قدم وأستاذ التربية البدنية	الجزائر
03	داودي كريم	أستاذ التربية البدنية	عين الدفلى
04	بارودي أمين	أستاذ جامعي	تيارت
05	نغال محمد	أستاذ جامعي	تيسمسيات

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة عبد الحميد ابن باديس مستغانم
معهد التربية البدنية والرياضية

(وثيقة رقم 02) :

قائمة الأساتذة والدكاترة لترشيح أدوات البحث المستخدمة

الرقم	الإسم واللقب	الدرجة العلمية	التخصص	المؤسسة الجامعية
01	بن نعجة محمد	أستاذ محاضر أ	نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية	المركز الجامعي تيسمسيلت
02	واضح أحمد الأمين	أستاذ التعليم العالي	نظرية ومنهجية التربية البدنية والرياضية	المركز الجامعي تيسمسيلت
03	خروبي فيصل	أستاذ محاضر أ	نظرية ومنهجية التدريب الرياضي	جامعة الجزائر 3
04	بن رابح خيرالدين	أستاذ محاضر أ	نظرية ومنهجية التدريب الرياضي	المركز الجامعي تيسمسيلت

Résumé :

L'entraîneur de football dans le domaine de l'entraînement sportif à un certain nombre de pressions et d'effets qui affecteraient négativement leur performance et cela est connu comme le phénomène de stress. Le stress conduit à l'augmentation des charges et des exigences qui conduisent à un état d'épuisement mental, émotionnel et physique, cela était prouvé par plusieurs chercheurs dans le domaine de la psychologie du sport, où ils affirment qu'il y a beaucoup de symptômes qui peuvent apparaître sur l'entraîneur sportif comme des signes d'un avertissement de l'existence de stress. Puisque le champ de travail de l'entraîneur nécessite sa présence dans une équipe composée de joueurs, nous voulions relier ce qui est affecté par l'entraîneur avec ce qui est de la motivation du joueur. Sur cette base, le chercheur dans cette étude visait à identifier la relation entre le stress de l'entraîneur et la motivation sportive du joueur de football. L'échantillon de recherche se composait de quelques entraîneurs et joueurs de football actifs dans la Division Inter ligue, pôle centre et centre ouest, où il a été choisi de manière délibérée et était composé de 20 entraîneurs et 100 joueurs. Le chercheur a utilisé le questionnaire (Test psychologique) de stress pour les entraîneurs de **Hassan Allaoui 1987** et de questionnaire (Test psychologique) de motivation pour les joueurs de **Hassan Allaoui 1987** pour la collecte de données. L'étude a trouvé une relation entre le niveau élevé de stress des entraîneurs et certains traits de la motivation sportive pour les joueurs. L'étude recommandait d'encourager les étudiants et les chercheurs à enrichir de plus en plus le sujet et de fournir tous les moyens permettant à l'entraîneur d'effectuer son travail dans de bonnes conditions, en fonction de la motivation de ses joueurs.

Mots-clés: Stress - Motivation sportive - Entraîneur de football

Summary :

The football coach in the field of sports training with some pressures and effects which would affect their performance negatively and it is known as the phenomenon of stress.

Stress drives to the increase of expenses and of requirements which drive to a state of mental, emotional and physical exhaustion, it was proved by several researchers in the field of the psychology of sports, where they maintain that there are many symptoms which can appear on the sports coach as signs of warning of the existence of stress. Since the working field of the coach requires its presence in a team composed of players, we wanted to link up what is affected by the coach with that is the motivation of the player. On this base, the researcher in this study aimed to identifying relation between the stress of coach and the sports motivation of the football player. The research sample was made up of some coaches and active football players in division inter league center-west and west, where it was chosen in a deliberate way and composed of 20 coaches and 100 players. The researcher used the questionnaire of stress for coaches of **Hassan Allaoui 1987**, and questionnaire of motivation for the players of **Hassan Allaoui 1987**, for collection of data.

Study found a relation between the high level of stress of the coaches and some sports motivation for the players. Study recommended to encourage the students and the researchers to enrich subject more and to give all means allowing to the coach to do its work in good conditions according to the motivation of his players.

Keywords : stress – sports motivation - football coach

ملخص البحث :

يتعرض مدرب كرة القدم في مجال التدريب الرياضي الى جملة من الضغوط والتأثيرات التي من شأنها أن تؤثر سلبا في أدائهم وهذا ما يعرف بظاهرة الإحترق النفسي التي تؤدي إلى ظهور العديد من الأعباء والمتطلبات المتزايدة التي قد تؤدي إلى حالة من الإنهاك العقلي والإنفعالي والعقلي والبدني وهو ما أكدته العديد من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي إذ يؤكدون أن هناك العديد من الأعراض التي يمكن أن تظهر على المدرب الرياضي كعلامات أو اشارات إنذار بوجود إحترق نفسي، وبما أن مجال عمل المدرب يقتضي وجوده ضمن فريق يتكون من اللاعبين أردنا ربط ما يتأثر به المدرب مع ما يمكن أن يكسبه اللاعب من دافعية للممارسة الرياضية ، وعلى هذا الأساس يلجأ الباحث في هذه الدراسة إلى معرفة «العلاقة القائمة بين الإحترق النفسي للمدرب و بعض سمات الدافعية الرياضية للاعب في كرة القدم».

استهدفت هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الإحترق النفسي للمدرب و بعض سمات الدافعية الرياضية للاعب كرة القدم، وتمثلت عينة الدراسة في مدربي كرة القدم واللاعبين الناشطين في قسم ما بين الرباطات مجموعة وسط - غرب حيث تم اختيارها بطريقة عمدية قوامها 20 مدريا و 100 لاعب ولقد استخدم الباحث مقياس الإحترق النفسي للمدرب الرياضي و مقياس تقدير الدافعية الرياضية من أجل جمع البيانات و توصلت الدراسة الى أن هناك علاقة بين المستوى المرتفع للإحترق النفسي للمدرب وبعض سمات الدافعية الرياضية للاعبين منها سمة التدريبية بشكل أكبر.

أوصت الدراسة بتشجيع الطلبة والباحثين للقيام بإثراء هذا الموضوع بصورة أكبر وأكثر دقة و بضرورة توفير كل الوسائل التي من شأنها إتاحة الفرصة للمدرب أن يؤدي عمله في ظروف جيدة حتى تتلائم مع دافعية لاعبيه وبالتالي تحقيق أهدافه التدريبية.

الكلمات المفتاحية: الإحترق النفسي - سمات الدافعية الرياضية - مدرب كرة القدم.

