

أسباب الضغوط النفسية ومدى تأثيرها على مدربي المصارعة وعلاقتها بنتائج المباريات

** أ.م.د. / أحمد محمد عبد القادر

** أ.م.د. / سامي عبد السلام عكر

* أ.م.د. / أحمد السيد ابراهيم

المقدمة ومشكلة البحث:

لا شك أن الضغوط النفسية تعتبر أحد الظواهر النفسية المؤثرة على الصحة النفسية للفرد، حيث تؤدي شدة الضغوط النفسية والتعرض المتكرر لها إلى تأثيرات سلبية في شخصية الفرد وإلى خلل في الصحة النفسية مما قد يؤثر على صحته المتكاملة وليس ذلك فقط بل فقد يصل الأمر إلى الإثماك البدني والنفسي والذهني، بالإضافة إلى بعض المشكلات والمشاعر النفسية السلبية التي لا يستطيع الفرد تجاهلها أو التكيف معها.

والمواقف الضاغطة قادرة على تفجير اضطراب سلوكي قد يكون حاداً أو يدوم فترة طويلة، حيث يرى عبد العزيز فهمي (٢٠٠١م) في ذلك الصدد ان الضغوط النفسية لها أشكال متباينة، فمنها ما يتعلق بالحالة الصحية للفرد ومنها ما يتعلق بالأسرة والسكن والعمل وكذلك منها ما يرتبط بالمحيط الاجتماعي للفرد. (٨: ١٤٣)

ويشير كل من إبراهيم خليفة (٢٠٠٠م)، وأسامة راتب (٢٠٠٠م)، ومحمد علاوي (١٩٩٨م) إلى أن الضغوط النفسية المتكررة أو المزمنة تؤدي إلى بعض الامراض مثل أمراض الشرايين وارتفاع ضغط الدم والسكتة الدماغية، واضطرابات كإيقاع ضربات القلب وغيرها من الأمراض الأخرى. (١: ١٦١)، (٤: ٢١٢)، (١٢: ٤٨، ٤٩)

كما يرى أسامة راتب (٢٠٠٤م) أن الضغوط النفسية بمثابة العبيء أو الحمل الذي يقع على أجهزة الجسم، وما يتبعها من استجابات بغرض التكيف ومواجهة إحفاظ الفرد بحالة

** أستاذ مساعد بقسم مناهج وطرق تدريس التربية الرياضية بكلية التربية الرياضية ببورسعيد- جامعة قناة السويس.

** أستاذ مساعد بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية ببورسعيد- جامعة قناة السويس.

* مدرس دكتور بقسم علم النفس الرياضي بكلية التربية الرياضية ببورسعيد- جامعة قناة السويس.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

التوازن العضوي والانفعالي. (٧: ١٣٤)، وللضغوط نتائج يعاني منها بعض العاملين في الوظائف المهنية المختلفة والتي تتميز بأنها ضاغطة، حيث يشير محمد علاوي (١٩٩٨م)، إلى انتشار استخدام مصطلح "الاحتراق النفسي" للمدرب وكذلك الإشارة إلى المدرب الذي أصابه الملل والضيق واليأس وانتابته العلل والأوجاع والأمراض من جراء ممارسته لمهنة التدريب، الأمر الذي يؤدي به إلى الابتعاد النهائي عن التدريب (٣: ٣)، وفي ذلك يعبر المدرب الأمريكي الشهير ديك فيرميل **Dick Vermeil** عندما أوضح أن سبب اعتزاله هو الاحتراق الناتج عن العمل لفترات طويلة والضغط الشديدة من أجل الفوز وفي الحقيقة فإن كثير من المدربي يشاركون هذا المدرب تلك المشاعر. (١٢: ٤٥)

ويؤكد أسامة راتب (٢٠٠٠م) أن الاحتراق مرحلة يسبقها العديد من مراحل الضغوط النفسية التي يتعرض لها المدرب وبالرغم من ذلك يستمر في العمل لمدة اسابيع أو شهور أو حتى سنوات وعندما يصل إلى الاحتراق النفسي فإنه يتميز بسرعة القابلية للاستشارة والغضب والنقد المستمر ورفض الاقتراحات (٦: ٢٢، ٢٣)، كما يشير محمد علاوي (١٩٩٨م) نقلاً عن سيلبي **Selye** إلى أن الضغوط النفسية تعتبر من العوامل الهامة في حدوث الإجهاد والانفعال الزائد لدى الفرد ومن ناحية أخرى فإن الضغوط موجودة لدى كل فرد بدرجة معينة، كما أن التعرض المستمر للضغوط الحادة يؤثر بصورة سلبية على حياة الفرد ويؤدي إلى ظهور الأعراض الجسمية والنفسية. (١٢: ١٣)

وتسبب الضغوط النفسية مجموعة من الأعراض منها ما هو سلبي ومنها هو إيجابي إلا أن معظم الدراسات قد ركزت على المظاهر السلبية للضغوط كما أشار ترندل **Trendell** (١٩٩٥م) إلى أن هناك ضغوط نفسية تؤثر بالإيجاب على المدرب وتدفعه إلى المزيد من بذل الجهد والنجاح في العمل للوصول إلى الراحة البدنية، وليس كل الضغوط النفسية التي يتعرض لها المدرب الرياضي تكون سبباً في وقوعه فريسة للاحتراق الذي ينشأ عن فترات طويلة من الضغوط المستمرة والمزمنة. (٢٦: ٥٢)

وفي ذلك الصدد يوضح كل من مارشال وكوبر **Marshale & Cooper** (١٩٨٧م)، ولازاروس وكوهين **Laizarous & Cohen** (١٩٩١م)، ومحمد علاوي

(١٩٩٨م) أنه يوجد نوعين من مصادر الضغوط أولهما المصادر الخارجية للضغوط وتمثل في البيئة المحيطة بالفرد، والعمل ومتطلباته وعلاقتها بالآخرين والمناخ الاجتماعي، وثانيهما الضغوط الداخلية وتظهر في التغيرات التي تحدث داخل الفرد نتيجة لمكوناته الشخصية وكذلك اتجاهه نحو العالم الخارجي. (٢٤: ٥١ - ٥٤)، (٢: ٦١)، (١١: ١١٩)

ويضيف محمد علاوي (١٩٩٨م) أن هناك العديد من الضغوط التي قد تسهم في حدوث الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي ومنها ضغوط مرتبطة باللاعبين أو الفريق الرياضي، ضغوط مرتبطة بخصائص المدرب الرياضي الشخصية، ضغوط مرتبطة بالإدارة العليا للفريق، ضغوط مرتبطة بوسائل الإعلام، ضغوط مرتبطة بالمشجعين، كما يوضح أيضاً أن هناك العديد من الاعراض المترابطة التي تظهر معاً وفي وقت واحد وتسهم في حدوث الإحترق لدى المدرب الرياضي ومن أهم هذه الاعراض (الإرهاك العقلي، الإرهاك البدني، الإرهاك الانفعالي، التغير الشخصي نحو الأسوأ، نقص الانجاز الشخصي). (١٢: ٤٩ - ٥٤)

إن نجاح عملية التدريب في رياضة المصارعة تستلزم وجود طاقم تدريب متكامل، حيث يؤكد مسعد علي (٢٠٠٣م) في ذلك الصدد على أن نجاح عملية التدريب في رياضة المصارعة تستلزم وجود طاقم تدريب يتكون من رئيس أو كبير مدربين وثلاثة من المدربين المساعدين، وطبيب الفريق بالإضافة إلي اخصائي العلاج الطبيعي، ويتوقف عدد المدربين على حجم وعدد الفريق والامكانيات المتاحة ومستوى المؤسسات التعليمية والأندية وطبيعة النشاط الممارس. (١٥: ٣٢٦)

وبدراسة الواقع لمدربي المصارعة من قبل الباحثون كونهم يعملون في مجال تعليم وتدريب رياضة المصارعة وكذلك علم النفس، نجد أن مدربي المصارعة بمجمهورية مصر العربية يسند إليهم تدريب فرق المصارعة المختلفة ولجميع المراحل السنوية تحت (١٢، ١٥، ١٧، ٢٠) سنة والدرجة الاولى وفي نوعي المصارعة الحرة والرومانية في نفس الوقت، بالإضافة إلي ضعف موارد وأغلب الأندية ومن ثم يصبح المدرب مسئول عن تدريب عدد كبير من اللاعبين وفي مراحل سنوية مختلفة، الأمر الذي يتطلب ضرورة عمل المدرب لفترات طويلة يومياً وطوال أيام الأسبوع في ظل قلة وندرة وعدم كفاءة أدوات وأجهزة التدريب.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

هذا بجانب قيام مدرب المصارعة بدور الإداري ومدرب اللياقة البدنية والأخصائي النفسي والاجتماعي والتغذية والعلاج الطبيعي ويطلب منه مع كل ذلك تحقيق الانجازات والفوز بالبطولات، ولا يقتصر الأمر على ذلك فقط فمقابل تلك الأعباء الجمة والكثيرة التي تقع على عاتقه يكون المقابل المادي ضئيل جداً، بالإضافة إلى كونه لا يحظى بالتقدير والتكريم الكافي من وسائل الإعلام والجمهور وأولياء الامور.

هذا بالإضافة إلى كون الجهد الكبير المبذول من قبل مدربي المصارعة في إنتقاء وتدريب المصارعين والوصول بهم للمستويات العليا، فإن اللاعبين عند وصولهم للمستويات العليا ينتقلون للعب في نوادي أخرى وهذه النوادي لا تعدى نادي أو اثنين على الاكثر في جمهورية مصر العربية، الأمر الذي يؤدي إلى فقد المدرب لغرض الترقى حيث يتم تقييم المدرب وفقاً للانحة المعتمدة لمدرسي المنتخبات الوطنية المعتمدة بموجب قرار وزير الشباب والرياضة (٨٦ / ٢٠٠١م) والتي من أهم بنودها أفضل النتائج والانجازات التي حققها مع لاعبيه في التدريب. (١٨ : ٢٠ ، ٢١)

ومن خلال ما تم عرضه يتضح لنا أن مدربي المصارعة يتعرضون للكثير من الأعباء والضغوط الشديدة أثناء قيامهم بالمهام المسندة إليهم، وهذا ما دعي الباحثون لدراسة أهم عوامل أو أسباب الضغوط النفسية ومدى تأثيرها عليهم وكذلك علاقتها بنتائج المباريات.

هدف البحث:

- التعرف على أسباب الضغوط ومدى تأثيرها على مدربي المصارعة وعلاقتها بنتائج المباريات.

فروض البحث:

- ١- ما هي أسباب الضغوط النفسية لدى مدربي المصارعة.
- ٢- ما مدى تأثير الضغوط النفسية على مدربي المصارعة.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المدربين الفائزين والخاسرين في العوامل المسببة للضغوط النفسية لدى مدربي المصارعة.

٤- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين المدربين الفائزين والخاسرين في الأعراض المتزامنة للاحتراق لدى مدربي المصارعة.

الدراسات السابقة:

- قام كورول **Koroll** (١٩٨٢م) بدراسة بعنوان عوامل الإحترق النفسي للمدرب الرياضي بهدف التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي قد تؤدي إلى احتراق المدرب، واستخدم المنهج الوصفي، ووجه الباحث سؤالاً للمدربين عن أهم الأسباب التي تسهم في الضغط النفسي عليهم والذين بلغ عددهم (٩٣) مدرباً رياضياً في بعض الأنشطة الرياضية، وأشارت أهم النتائج إلى حصول العوامل المرتبطة بالاعيين وكذلك الإنجاز الشخصي للمدربين على نسبة عالية من التكرارات. (٢١)

- قام كابل **Capel** (١٩٨٦م) بدراسة بعنوان العوامل التنظيمية والنفسية المرتبطة بالاحتراق النفسي للمدربين الرياضيين، بهدف التعرف على العوامل النفسية والتنظيمية التي تساعد على الوقوع في الاحتراق النفسي للمدربين الرياضيين واستخدام المنهج الوصفي، مطبقاً مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي **Maslach Burnout Scale**، على عينة بلغ قوامها ٣٢٢ مدرباً رياضياً يعملون (١٢) ساعة يومياً ولقد أشارت النتائج إلى انخفاض درجات المدربين في عامل الإتهاك الانفعالي والتغير الشخصي نحو الأسوأ، ويعزي هذا إلى أن أفراد العينة من كبار السن الأمر الذي تزداد معه خبرة المدرب وثقته بنفسه، واحترام الآخرين له مما يقلل احتمال وقوعه في الاحتراق النفسي، بينما ارتفع معدل صراع الدور وعموضه، وتأثرهم بالعوامل الخارجية. (١٩)

- قام تايلور ودانيل **Taylor and Danial** (١٩٨٨م) بدراسة بعنوان الإجهاد والتغيرات التنظيمية المرتبطة بالاحتراق النفسي عند العاملين في كرة القدم بهدف التعرف على الضغوط المحتملة والتغيرات التنظيمية المتعلقة بالاحتراق عند العاملين في مجال كرة القدم، واستخدام المنهج الوصفي، وطبقا مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي على عينة من العاملين في

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

مجال كرة من مقاطعة أتنايو بكندا، ولقد أشارت أهم النتائج إلي ان عامل الانجاز الشخصي، وصراع الدور من أهم العوامل التي قد تؤدي إلي الاحتراق النفسي. (٢٥)

- وقام مصطفى حسين باهي، وأشرف مسعد ابراهيم (١٩٩٥م) بدراسة بعنوان الضغوط النفسية لدى مدربي رياضة المبارزة، بهدف التعرف على الضغوط التي يتعرض لها مدربي رياضة المبارزة، واستخدام المنهج الوصفي، وطبقا مقياس الضغوط النفسية للمدربين على مجموعة من مدربي رياضة المبارزة، ولقد أشارت النتائج إلي أن العبء المهني ونقص الدافعية وصعوبات إدارة الوقت هي أكثر العوامل التي تمثل أكبر قدر من الضغوط النفسية، وأن المظاهر الفسيولوجية والسلوكية يمثلان أقل قدر من الضغط والمظاهر الانفعالية والضيق من المهنة يمثلان القدر المتوسط من الضغوط. (١٦)

- كما قام محمد علاوي (١٩٩٦م) بدراسة بعنوان "التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي قد تسهم في الاحتراق النفسي للمدربين في كرة القدم"، واستخدم المنهج الوصفي، مطبقاً مقياس عوامل الضغوط على المدرب الرياضي من إعدادة على عينة بلغ عددها ٧٥ مدرب كرة قدم تتراوح خبراتهم من ٣ - ١٠ سنوات، وأشارت اهم النتائج إلي حصول العامل المرتبط بالإدارة العليا للفريق أكبر درجة من درجات الاحتراق يليه العامل المرتبط باللاعبين والفريق، ثم العامل المرتبط بالجمهور والمتعصبين ثم العامل المرتبط بوسائل الإعلام وأخيراً العامل المرتب بالمنطق الرياضي. (١٠)

- وقام وائل رضوان (١٩٩٨م) بدراسة بعنوان "الفروق في الاحتراق النفسي لدى بعض مدربي الأنشطة الرياضية المختارة"، بهدف محاولة التعرف على الفروق في مستويات أسباب وأعراض الاحتراق النفسي لدى بعض مدربي بعض الأنشطة الرياضية المختارة، مستخدماً المنهج الوصفي ومطبقاً لمقاييس أسباب الاحتراق النفسي وأعراض الاحتراق النفسي من إعداد محمد علاوي، وأشارت أهم النتائج إلي أنه توجد فروق دالة احصائياً بين المدربين قيد البحث في محور اللاعبين والإدارة العليا للفريق والإمناك العقلي والتغير الشخصي نحو الأسوأ ونقص الانجاز الشخصي والإمناك الانفعالي والبدني لصالح مدربي الكاراتيه، كما توجد فروق دالة احصائياً بين المدربين في محور المشجعين لصالح مدربي كرة القدم لا توجد فروق دالة احصائياً

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

بين مدربي الأنشطة الرياضية العشرة قيد البحث في عامل وسائل الإعلام وعامل خصائص المدرب الرياضي. (١٧)

- قام أحمد فاروق (٢٠٠١م) بدراسة بعنوان "الاختلافات في الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في ج.م.ع" تهدف إلى محاولة التعرف على الفروق في عوامل وأعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في أندية درجات المنافسة الثلاث (الأولى - الثانية - الثالثة) واستخدام الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي، واشتملت عينة البحث على (١٠٥) مدرب كرة قدم ومن أندية درجات المنافسة الثلاث، مستخدماً مقياسي أسباب الاحتراق النفسي وأعراض الاحتراق النفسي لمحمد حسن علاوي، وأشارت أهم النتائج إلى أنه توجد فروق دالة احصائياً في عوامل الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محورين وسائل الإعلام والمشجعين ولا توجد فروق دالة احصائياً بين المدربين في محاور الإدارة العليا، اللاعبين، خصائص المدرب، كذلك توجد فروق دالة احصائياً في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محاور الإنهاك الانفعالي، التغير الشخصية نحو الأسوأ، نقص الإنجاز الرياضي، في حين لا توجد فروق دالة احصائياً في محور الإنهاك البدني. (١)

- قام عمرو عبد العال (٢٠٠٧م) بدراسة بعنوان "النشاط البدني أسلوب للحياة وعلاقته بالدوافع والضغوط النفسية لدى المتقدمين في السن"، تهدف إلى التعرف على النشاط البدني أسلوب للحياة وعلاقته بالدوافع والضغوط النفسية لدى المتقدمين في السن، وقد استخدم المنهج الوصفي بأسلوب السبي المقارن، واشتملت العينة على (٣٠٠) فرد يتراوح منهم ما بين ٣٠ - ٦٠ سنة، وأشارت أهم النتائج إلى وجود فروق دالة احصائياً بين الرجال والسيدات في دوافع النشاط الرياضي والضغوط النفسية لصالح السيدات. (٩)

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

طرق وإجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي وذلك ملائمة لطبيعة البحث.

عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مدربي المصارعة المشاركين في بطولة الجمهورية في المرحلة الثالثة (تحت ٢٠ سنة) والمقامة بمجمع الصالات باستاد القاهرة في الفترة من ٢٥/٢/٢٠٠٨ إلى ٢٧/٢/٢٠٠٨.

التجانس:

تم إجراء التجانس على عينة البحث الأساسية في كل متغيرات من السن والخبرة التدريسية، وأبعاد مقياس أسباب الضغوط على المدرب الرياضي وكذلك أبعاد مقياس الاحتراق للمدرب الرياضي بين المدربين الفائزين والخاسرين لكلا المقياسين والجدول رقم (١)، (٢) يوضح ذلك.

جدول رقم (١)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء في كل من متغيرات السن والخبرة التدريسية بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين قيد البحث

$$N = N_1 = N_2 = 20$$

م	الإحصاء المتغيرات	وحدة القياس	مدربي المصارعة الفائزين			مدربي المصارعة الخاسرين		
			س	ع	معامل الالتواء	س	ع	معامل الالتواء
١	السن	سنة	٣٧.٣٠	٦.٣٧	-٠.٧٢	٣٧.١٠٠	٤.١٠	-٠.٠٧
٢	الخبرة التدريبية	سنة	١٢.٥٥	٣.٦٤	٠.٦٠	١٠.٦	٢.٣٩	-٠.٠٨

يتضح من الجدول رقم (١) أن قيم معامل الالتواء قد انحصر ما بين (± 3) ، حيث بلغت قيمة معامل الالتواء (-0.72) إلى (-0.07) لمدربي المصارعة الفائزين، في حين بلغت قيم معامل الالتواء لمدربي المصارعة الخاسرين (0.60) ، (-0.08) .

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

جدول رقم (٢)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الإلتواء لأبعاد مقياس أسباب الضغوط

على المدربي الرياضي وأبعاد مقياس الاحتراق للمدرب الرياضي

بين مدربي المصارعين الفائزين والخاسرين قيد البحث

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	متغيرات الجوانب العقلية	الإحصاء	الدرجة	المدربين الفائزين		المدربين الخاسرين	
				معامل الإلتواء	س	ع	معامل الإلتواء
١	أسباب مرتبطة باللاعبين	أسباب الضغوط على المدرب الرياضي	درجة	٢١.٧٥	٤.٢٢	١٤.٨٠	٤.٣٨
٢	أسباب مرتبطة بشخصية المدرب		درجة	٢٢.٣٥	٤.٩٨	١٦.٨٥	٤.٧٢
٣	أسباب مرتبطة بالإدارة		درجة	٢٥.١٠	٣.٠٢	١٤.٦٥	٥.٣٦
٤	أسباب مرتبطة بالإعلان		درجة	٢٠.٣٥	٣.٨٦	١٣.٩٠	٥.٥٧
٥	أسباب مرتبطة		درجة	١٩.٧٥	٤.٩٦	١٢.٧٥	٣.٨٤
٦	المقياس ككل		درجة	١٠.٨٧	١٩.٦٨	٧٣.٦٠	٢٠.٤٢
٧	الانهك العقلي	الاحتراق للمدرب الرياضي	درجة	٢٤.٤٠	٣.٢٦	١٢.١٠	٣.٨٧
٨	الانهك البدني		درجة	٢٢.٢٠	٥.٥٨	١٦.١٠	٥.٣٦
٩	الانهك الانفعالي		درجة	٢٢.١٥	٤.٧٥	١٣.٧٠	٣.٠٣
١٠	التغير الشخصي نحو الأسوأ		درجة	٢٣.١٥	٥.١٣	١١.٦٥	٢.٧٦
١١	نقص الإنجاز الرياضي		درجة	٢٢.٢٥	٥.٨١	١٢.١٥	٥.٢٠
١٢	المقياس ككل		درجة	١١٤.٥	٢٣.٤٢	٦٧.٤٠	١٦.١٧

يتضح من الجدول رقم (٢) أن مقياس الإلتواء قد انحصر ما بين (± 3) ، حيث

تراوحت قيمة قيمة معامل الإلتواء للمدربين الفائزين في أسباب الضغوط ما بين -

٠.٠٧ إلى (-0.03) في حين أن قيم معامل الإلتواء للمدربين الخاسرين في أسباب الضغوط مابين (-0.80) إلى (0.41) ، بينما انحصر قيم معامل الإلتواء للمدربين الفائزين فيالاحتراق للمدرب الرياضي ما بين (-0.81) إلى (0.06) ، في حين أن قيم معامل الإلتواءللمدربين الخاسرين في الاحتراق ما بين (-0.19) إلى (0.93) .

أدوات جمع البيانات:

استخدم الباحثون أداة قياس تتمتع بمعامل صدق وثبات مقبولين وهو مقياس أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي وكذلك مقياس أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي، كما قام الباحثون بعمل المقابلات الشخصية مع أساتذة وخبراء علم النفس الرياضي ورياضة المصارعة. ولقد قام بتصميم المقياسين محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) حيث صمم مقياس أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي للتعرف على الأسباب أو العوامل التي تسهم في زيادة الضغط على المدرب الرياضي والتي قد تؤدي بالتالي الاحتراق للمدرب الرياضي ويتضمن المقياس ٣٠ عبارة موزعة على خمسة أبعاد: مرفق (١).

- ١- أسباب أو عوامل مرتبطة باللاعبين أو الفريق الرياضي.
- ٢- أسباب أو عوامل مرتبطة بخصائص المدرب الرياضي شخصية.
- ٣- أسباب أو عوامل مرتبطة مرتبطة بالإدارة العليا للاعبين أو الفريق.
- ٤- أسباب أو عوامل مرتبطة بوسائل الإعلام.
- ٥- أسباب أو عوامل مرتبطة بالمشجعين.

ويراعي عند استخدام المقياس أن يكون عنوانه كما يلي (مقياس أسباب الضغوط على المدرب الرياضي).

تصحيح المقياس:

يتم تصحيح كل بعد من الأبعاد الخمسة على حدة وذلك بجمع حاصل الدرجات للعبارات الست التي يتكون منها كل بعد، وكلما اقتربت درجة اللاعب من الدرجة (٣٠) في كل بعد كلما دل ذلك على المزيد من الضغط المرتبط بهذا البعد.

وعبارات البعد الأول أرقامها هي: ١ / ٦ / ١١ / ١٦ / ٢١ / ٢٦.

عبارات البعد الثاني أرقامها هي: ٢ / ٧ / ١٢ / ١٧ / ٢٢ / ٢٧.

عبارات البعد الثالث أرقامها هي: ٣ / ٨ / ١٣ / ١٨ / ٢٣ / ٢٨.

عبارات البعد الرابع أرقامها هي: ٤ / ٩ / ١٤ / ١٩ / ٢٤ / ٢٩.

عبارات البعد الخامس أرقامها هي: ٥ / ١٠ / ١٥ / ٢٠ / ٢٥ / ٣٠.

كما يمكن جمع درجات الأبعاد الخمسة للتعرف على المجموع الكلي للمقياس.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

مقياس أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي:

وصمم هذا المقياس للتعرف على مجموعة الأعراض أو "الأعراض المترامنة" التي قد تظهر في وقت واحد والتي قد تؤدي إلى الاحتراق للمدرب، وكذلك التعرف على درجة اقتراب المدرب الرياضي من الاحتراق مرفق (٢) ، ويتضمن المقياس (٣٠) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هي:

- ١- الإتهاك العقلي.
- ٢- الإتهاك البدني.
- ٣- الإتهاك الإنفعالي.
- ٤- التغير الشخصي نحو الأسوأ.
- ٥- نقص الإنجاز الشخصي.

ويتضمن كل بعد من الأبعاد الخمسة (٦) عبارات ويراعي عند إستخدام المقياس أن يكون عنوان كما يلي "مقياس الرضا عن العمل في مهنة التدريب الرياضي".
تصحيح المقياس:

يتم تصحيح كل بعد من الأبعاد الخمسة على حدة وذلك بمنح (٥) درجات عند الإجابة = درجة كبيرة جداً، (٤) درجات = درجة كبيرة، (٣) درجات = درجة متوسطة، درجتان = درجة قليلة، درجة واحدة = درجة قليلة جداً، حتى يمكن التعرف على شدته كأحد أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي.

وعبارات البعد الأول أرقامها هي: ١ / ٦ / ١١ / ١٦ / ٢١ / ٢٦ .

عبارات البعد الثاني أرقامها هي: ٤ / ٩ / ١٤ / ١٩ / ٢٤ / ٢٩ .

عبارات البعد الثالث أرقامها هي: ٥ / ١٠ / ١٥ / ٢٠ / ٢٥ / ٣٠ .

عبارات البعد الرابع أرقامها هي: ٢ / ٧ / ١٢ / ١٧ / ٢٢ / ٢٧ .

عبارات البعد الخامس أرقامها هي: ٣ / ٨ / ١٣ / ١٨ / ٢٣ / ٢٨ .

ويمكن جمع درجات الأبعاد الخمسة معاً للتعرف على شدة الأعراض المترامنة

للإحتراق للمدرب الرياضي. (١١ : ٥٧ - ٦٦)

المعاملات العلمية لأداة البحث:

قام الباحثون بتقنين أداة البحث وذلك بتطبيق صوريّ المقياسين على عينة ممثلة لمتجمع البحث ومن خارج عينة البحث الأساسية من مدربي المصارعة المشاركين في بطولة الجمهورية بأندية الجمهورية المختلفة تتراوح خبراتهم التدريسية ما بين (٥ إلى ٢٠) وكان عددهم (٢٠) من مدربي المصارعة في الفترة من ٢ / ٢ / ٢٠٠٨ م إلى ١٥ / ٢ / ٢٠٠٨ م

أ- الصدق:

تم حساب الاتساق الداخلي لأبعاد ومقياس أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي وكذلك مقياس أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي من خلال حساب معامل الارتباط بين درجة العبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه ولقد اتضح وجود معامل ارتباط دال ومقبول تراوح ما بين (٠.٧٨ إلى ٠.٩١) لكل من عبارات مقياس أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي، وكذلك وجود معامل ارتباط دال ومقبول تراوح ما بين (٠.٤٨ إلى ٠.٨١) لكل من عبارات مقياس أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي، وكذلك وجود معامل ارتباط دال ومقبول تراوح ما بين (٠.٨٣ إلى ٠.٩٦) لكل من عبارات مقياس أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي، كذلك وقد قام الباحثون بحساب الاتساق الداخلي لأبعاد المقياسين والجدول رقم (٣) يوضح ذلك.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

جدول رقم (٣)

معامل الارتباط للأبعاد للمقياسين قيد البحث

ن = ٢٠

م	الأبعاد	أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي			الأبعاد	أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي		قيمة الارتباط*
		س	ع	قيمة الارتباط*		س	ع	
١	أسباب أو عوامل مرتبطة باللاعبين	٢٣.٧٥	٤.٠٤	*٠.٧٨	الإرهاك العقلي	١٤.٦٠	٤.٧٣	*٠.٩٦
٢	أسباب أو عوامل مرتبطة بخصائص المدرب الرياضي وشخصيته	٢٢.٩٠	٥.١٧	*٠.٨٦	الإرهاك البدني	١٦.٨٠	٥.٠٢	*٠.٨٣
٣	أسباب أو عوامل مرتبطة بالإدارة العليا للاعبين أو الفريق	٢٤.٠٥	٤.٩٨	*٠.٩١	الإرهاك الانفعالي	١٤.٧٥	٥.٥٣	*٠.٨٨
٤	أسباب أو عوامل مرتبطة بوسائل الإعلام	٢١.٧٥	٤.٢٩	*٠.٨٥	التغير الشخصي نحو الأسوأ	١٣.٥٠	٥.١٩	*٠.٨٩
٥	أسباب أو عوامل مرتبطة بالمشجعين	٢١.٢٥	٥.٣٥	*٠.٨١	نقص الانجاز الشخصي	١٣.٦٥	٥.٣٥	*٠.٨٩

قيمة (ر) الجدولية = ٠.٤٤٤ عند مستوى دلالة (٠.٠٥) العلامة * تعني دالة

يتضح من الجدول رقم (٣) أن جميع قيم الارتباط للأبعاد لمقياس أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي ومقياس أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي دالة احصائياً عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥).

ب- الثبات:

بعد انقضاء أسبوع من التطبيق الاول أعاد الباحثون تطبيق أداة البحث على نفس العينة وبحساب قيمة (ر) بعد التطبيق الأول والتطبيق الثاني فقد جاءت دالة عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) في كل من الأبعاد للمقياسين قيد البحث وكذلك المجموع الكلي للمقياسين قيد البحث، مما يشير إلى أن المقياسين يتمتعان بمعامل استقرار ثابت (جيد) والجدول رقم (٤)، (٥) توضح ذلك.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

كما تم استخراج الثبات باستخدام معامل ألفا (مكرونباخ) لكل من الأبعاد والمجموع الكلي للقياسين قيد البحث والجدول (٦)، (٧) توضح ذلك.

جدول (٤)

معامل ثبات الاختبار لأبعاد المقياسين قيد البحث

ن = ٢٠

م	الابعاد	الإحصاء		التطبيق الأول		التطبيق الثانى		معامل الثبات (r)
		ع	س	ع	س	ع	س	
١	أسباب أو عوامل مرتبطة باللاعبين	٢٣.٧٥	٤.٠٤	٢٣.٠٠	٢.٥٨	٢٣.٠٠	٢.٥٨	٠.٧٠
٢	أسباب أو عوامل مرتبطة بخصائص المدرب الرياضى وشخصيته	٢٢.٩٠	٥.٠٧	٢٢.٦٠	٤.٩٢	٢٢.٦٠	٤.٩٢	٠.٩٦
٣	أسباب أو عوامل مرتبطة بالإدارة العليا للاعبين أو الفريق	٢٤.٠٥	٤.٩٧	٢٢.٩٠	٢.٥١	٢٢.٩٠	٢.٥١	٠.٦٧
٤	أسباب أو عوامل مرتبطة بوسائل الإعلام	٢١.٧٥	٤.٢٩	٢١.٩٠	٢.٧٥	٢١.٩٠	٢.٧٥	٠.٨٣
٥	أسباب أو عوامل مرتبطة بالمشجعين	٢١.٢٥	٥.٣٤	٢٠.٩٠	٣.٢٧	٢٠.٩٠	٣.٢٧	٠.٧٣
٦	الإرهاك العقلى	١٤.٦٠	٤.٧٣	١٤.٥٠	٣.٤٧	١٤.٥٠	٣.٤٧	٠.٩٢
٧	الإرهاك البدنى	١٦.٨٠	٥.٠٢	١٥.٨٥	٣.٤٥	١٥.٨٥	٣.٤٥	٠.٨٩
٨	الإرهاك الإنفعالى	١٤.٧٥	٥.٥٣	١٤.٤٠	٤.٥٠	١٤.٤٠	٤.٥٠	٠.٩٠
٩	التغير الشخصى نحو الأسوأ	١٣.٥٠	٥.١٩	١٣.٤٠	٣.٩٥	١٣.٤٠	٣.٩٥	٠.٩١
١٠	نقص الإنجاز الشخصى	١٣.٦٥	٥.٥٣	١٣.٢٥	٤.٤٥	١٣.٢٥	٤.٤٥	٠.٩٥

قيمة (r) الجدولية = 0.444 عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥).

يتضح من الجدول رقم (٤) أن معامل الثبات فيما بين التطبيق (الأول والثانى) ذات

دلالة احصائية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥)، لجميع أبعاد المقياسين قيد البحث مما يعنى

ثبات أبعاد القياسين.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

جدول (٥)

معامل ثبات الاختبار للمقياسين قيد البحث

ن = ٢٠

م	الأبعاد	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الثبات (ر)
		س	ع	س	ع	
١	أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي	١١٣.٧١	٢٠.٠٤	١١١.٠٥	١١.٥٢	*٠.٩٤
	أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي	٧٣.٣٠	٢٣.٠٢	٧١.٤٠	١٦.٩٠	*٠.٩٧

يتضح من جدول رقم (٥) أن معامل الثبات فيما بين التطبيق (الأول والثاني) ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) مما يعني ثبات المقياسين قيد البحث.

جدول (٦)

معامل الثبات لقا الأبعاد المقياسين قيد البحث

ن = ٢٠

م	الأبعاد	الإحصاء		معامل القا لكرونباخ
		س	ع	
١	أسباب أو عوامل مرتبطة باللاعبين	٢٣.٧٥	٤.٠٤	*٠.٧٩
٢	أسباب أو عوامل مرتبطة بخصائص المدرب الرياضي وشخصيته	٢٢.٩٠	٥.٠٧	*٠.٧٧
٣	أسباب أو عوامل مرتبطة بالإدارة العليا للاعبين أو الفريق	٢٤.٠٥	٤.٩٧	*٠.٧٦
٤	أسباب أو عوامل مرتبطة بوسائل الإعلام	٢١.٧٥	٤.٢٩	*٠.٧٨
٥	أسباب أو عوامل مرتبطة بالمشجعين	٢١.٧٥	٥.٣٤	*٠.٧٧
٦	الإتهاك العقلي	١٤.٦٠	٤.٧٣	*٠.٧٨
٧	الإتهاك البدني	١٦.٨٠	٥.٠٢	*٠.٨٠
٨	الإتهاك الانفعالي	١٤.٧٥	٥.٥٣	*٠.٧٩
٩	التغير الشخصي نحو الأسوأ	١٣.٥٠	٥.١٩	*٠.٧٨
١٠	نقص الانجاز الشخصي	١٣.٦٥	٥.٥٣	*٠.٧٨

تضح من الجدول رقم (٦) أن معامل الثبات ألفا لكرونباخ قد أعطى درجة جيد لثبات الأبعاد للمقياسين قيد البحث.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

جدول (٧)

معامل الثبات ألفا للمقياسين قيد البحث

ن = ٢٠

م	الإحصاء	س	ع	معامل ألفا للكروناخ
١	أسباب الاحتراق للمدرب الرياضي	١١٣.٧٠	٢٠.٠٤	*٠.٨٢
٢	أعراض الاحتراق للمدرب الرياضي	٧٣.٧٠	٢٣.٠٢	*٠.٨٣

يتضح من الجدول رقم (٧) أن معامل الثبات ألفا بكروناخ قد أعطى درجة جيد

لثبات المقاييس قيد البحث.

الدراسة الأساسية:

قام الباحثون بتطبيق أداة البحث على مدربي رياضة المصارعة في بطولة الجمهورية في المرحلة الثالثة (تحت ٢٠ سنة) والمقامة بمجمع الصالات باستاد القاهرة في الفترة من ٢٠٠٨/٢/٢٥ إلى ٢٠٠٨/٥/٢٧ على جميع المدربين المشاركين في تلك اوبلغ عددهم (٨٠) مدرباً ولم يحصل الباحثون سوى على (٦١) استمارة وتم تقسيمهم إلى مدربين فائزين من المراكز الأول حتى الثالث وبلغ عددهم (٢٠) مدرباً، ومدربين حاسرين وبلغ عددهم (٢٠) مدرباً، وتم استبعاد (٢١) استمارة وذلك لعدم جديتهم في الإجابة على الاستمارة، ولقد راعي الباحثون عند تطبيقهم لأداة البحث توضيح وشرح شروط تطبيق المقياس على أفراد عينة البحث.

المعالجات الإحصائية:

قام الباحثون باستخدام حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية SPSS

باستخدام الحاسب الآلي في المعالجات الإحصائية.

عرض ومناقشة النتائج:

عرض ومناقشة نتائج الفرض الأول:

أ- عرض نتائج الفرض الأول:

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

جدول رقم (٨)

معامل الارتباط للأسباب الضغوط النفسية لمدربي المصارعة

ن = ٤٠

م	المتغيرات	الإحصاء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الاحصائية
١	الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعين	٢١.٥٠	٥.٦٢	*٠.٨٢	دال	
٢	الأسباب أو العوامل المرتبطة بخصائص المدرب وشخصيته	٢٢.٢٨	٥.٢٢	*٠.٨٧	دال	
٣	الأسباب أو العوامل المرتبطة بالأداة العليا للاعبين	٢١.٧	٤.٦٩	*٠.٨١	دال	
٤	الأسباب أو العوامل المرتبطة بوسائل الإعلام	٢٢.٦	٣.٩٦	*٠.٥٨	دال	
٥	الأسباب أو العوامل المرتبطة بالمشجعين	٢٣.٦٣	٤.٢٠	*٠.٦٨	دال	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) = ٠.٣٠٤

تضح من الجدول رقم (٨) أن قيمة معاملات الارتباط للمتغيرات أسباب الضغوط النفسية لمدربي المصارعة قد بلغ على التوالي (٠.٨٢، ٠.٨٧، ٠.٨١، ٠.٥٨، ٠.٦٨) وجميعها دالة احصائية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥).

ب- مناقشة نتائج الفرض الأول:

يتضح من الجدول رقم (٨) أن جميع الأبعاد لمقياس أسباب وعوامل الاحتراق للمدرب الرياضي دال إحصائياً حيث جاء بعد الأسباب أو العوامل المرتبطة بخصائص المدرب وشخصيته في الترتيب الأول، في حين جاء بعد الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعين في الترتيب الثاني، كما جاء بعد الأسباب أو العوامل المرتبطة بالمشجعين في المرتبة الرابعة، في حين جاء بعد الأسباب أو العوامل المرتبطة بوسائل الإعلام في المرتبة الخامسة.

ويعزي الباحثون وجود ارتباط دال احصائياً لبعدها الأسباب أو العوامل المرتبطة بشخصية المدرب إلى الاتجاه الداخلي للمدرب الذي يحدد بشكل كبير مدى تأثيره بالمواقف التي تقابله في عمله كمدرب أو في حياته العامة والشخصية، وفي هذا الصدد يشير كل من مارشال وكوبر Marshall and Cooper (١٩٨٧م) ولزاروس وكوهين Lazarus and Cohen (١٩٩١م) ومحمد علاوي (١٩٩٨م) إلى أن أحد أنواع العوامل المسببة

للضغوط تكون مصادرها داخلية وتظهر في التغيرات التي تحدث داخل الفرد نتيجة لمكوناته الشخصية مما يؤثر على اتجاهه نحو العالم المحيط به. (٢٤، ٦١)، (٢٢: ١١٩)، (١٢: ٥٢) هذا بالإضافة إلى أن معظم مدربي المصارعة يستخدمون الأسلوب المسيطر مع اللاعبين، مما يؤدي إلى عدم قدرتهم على الإتصال الجيد باللاعبين، وكذلك قلة المرونة التي يتمتع بها مدربي المصارعة في التعامل مع العديد من المواقف التي تقابلهم في عملهم وعدم محاولتهم مواجهتها والسيطرة عليها، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه محمد علاوي (١٩٩٨م) إلى أن عدم قدرة المدرب على الإتصال الجيد سواء باللاعبين أو الإداريين، والتكيف والمرونة تجاه العديد من العقبات والصعاب التي قد تصادفه في عمله وعدم محاولته مواجهتها والسيطرة عليها. (١٢: ٥٣)

كما يرجع الباحثون وجود ارتباط دال احصائياً لبعده الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعبين أو الفريق إلى أن اللاعبين بعد بذل المدرب معهم جهداً كبيراً أدى نتاجه إلى وصولهم للمستويات العالية والتحاقهم بالمنتخبات القومية يتجاهلون هذا الجهد الأمر الذي يسبب ضغطاً نفسياً على المدرب، هذا بالإضافة إلى أن اللاعبين حين تحين لهم فرصة الالتحاق بنادي آخر في موسم الاستقالات بعد الدورة الأولمبية لا يرجعون إلى المدرب في ذلك الأمر كما يعزي الباحثون ذلك أيضاً إلى بذل المدرب لجهد كبير مع اللاعبين دون تحقيق النتيجة المرجوة من المستوى الذي يطمح إليه المدرب وبالتالي يكون ذلك سبباً أو عاملاً للضغط النفسي على المدربين.

وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) إلى أن من أسباب أو عوامل الضغوط على المدرب الرياضي عدم احترام اللاعبين للمدرب الرياضي بصورة مناسبة: وعدم تقدير اللاعبين للجهد الذي يبذله المدرب لمحاولة الارتقاء بمستوياتهم الرياضية، وعدم تماسك اللاعبين بعضهم مع بعض. (٢: ٥٢)

كما يتفق مع دراسة كورول **Koroll** (١٩٨٢م) التي أشارت نتائجها إلى حصول العوامل المرتبطة باللاعبين على نسبة عالية من التكرارات (٢٥) ودراسة محمد علاوي (١٩٩٦م) التي أشارت إلى أن الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعبين أو الفريق جاءت في

الترتيب الثاني لأهم الأسباب أو العوامل التي تسهم في زيادة الضغوط على مدربي كرة القدم في ج.م.ع. (٢١)، (١٠)

ويعزي الباحثون ظهور دلالة لبعده الأسباب أو العوامل بالإدارة العليا باللاعبين إلى ان لعبة المصارعة من الرياضات التي لا تحظى بشعبية كبيرة الأمر الذي يجعل معظم مجالس الإدارة بالأندية لا يهتمون بتلبية احتياجات مدربي المصارعة من أدوات وأجهزة مما يعرقل أدائهم لعملية التدريب، هذا وبالرغم من اهتمام بعض القطاعات في الدولة (الشرطة، القوات المسلحة) في الآونة الاخيرة بالألعاب الفردية الأولمبية والتي منها المصارعة، بإقامة أندية ومراكز تدريب في المحافظات المختلفة وتزويدها بالأجهزة والأدوات اللازمة لعملية التدريب، ورصد ميزانيات ضخمة لهذه الأندية، إلا أن الإداريين في تلك الأندية غير قادرين على تقدير المدرب بصورة مناسبة مادياً ومعنوياً ويقومون بالتدخل في العمل الفني للمدرب وذلك من خلال بعض القرارات التي تعوق سير العملية التدريبية، وتحد من اختصاصات المدرب وسلطته بالإضافة إلى تلميحهم أو إجحافهم المتكرر للمدربين بإمكانية الاستغناء عنهم، ويتفق هذا مع ما أشار إليه محمد علاوي (١٩٩٨م) إلى ان الضغوط المرتبطة بالإدارة العليا للفريق تشمل على عدم الاقتناع بكفاءة المدرب أو عدم تقديرهم المادي والمعنوي له، والتدخل في صميم العمل الفني للمدرب ومحاولة السيطرة عليه والتأثير في قراراته أو اتخاذ قرارات سيادية تعوق أدائه لعمله، وعدم تلبية الاحتياجات الفنية للمدرب، بالإضافة إلى شعور المدرب بأنه مهدد بالاستغناء عنه. (١٢ : ٥٣)

ويرجع الباحثون ظهور تلك الدلالة الاحصائية لأسباب أو العوامل المرتبطة بالمشجعين إلى ان معظم مشجعي المصارعة من اللاعبين القدامى أو من أولياء أمور أو أقارب اللاعبين، وبعض من هؤلاء يقومون بتوجيه اللوم أو التأنيب إلى المدرب عند اخفاق ذويهم في تحقيق الفوز أو المكسب، الأمر الذي قد يتطور في بعض الاحيان القليلة إلى الاعتداء البدني أو اللفظي على مدرب المصارعة وهذا ما يتفق مع ما أشار إليه محمد علاوي (١٩٩٨م) أن الضغوط المرتبطة بالمشجعين تشمل على الهتافات العدائية أو التهجم والاعتداء البدني أو اللفظي على المدرب الرياضي. (١٢ : ٥٤)، كما يتفق مع دراسة محمد علاوي (١٩٩٦م) التي أشارت إلى

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

أن العامل المرتبط بالجمهور حصل على الترتيب الثالث لأهم الأسباب أو العوامل المسببة للضغوط لدى مدربي كرة القدم بـ ج. م. ع. (١٠).

كما يرجع الباحثون ظهور دلالة احصائية لأسباب والعوامل المرتبطة بوسائل الإعلام إلى أنه بالرغم من أن رياضة المصارعة لا تحظى باهتمام وسائل الإعلام الكبرى في ج.م.ع، إلا أن هناك بعض وسائل الإعلام البسيطة ظهرت في الأونة الأخيرة نتيجة للتقدم التكنولوجي ومنها تصوير بطولات المصارعة بكاميرات الفيديو أو التليفون المحمول، وتصوير نتائج البطولات، أو إصدار مجلات صغيرة متخصصة، بالإضافة إلى تناقل أخبار البطولات وتحليلها من قبل المدربين والحكام، وإداريين المنطقة، واللاعبين القدامى مما يشكل رأي عام على مستوى المهتمين برياضة المصارعة على مستوى الجمهورية، وهذا قد يسبب ضغوط نفسه على مدرب المصارعة بشكل قليل عن باقي الأسباب نظراً لأن تلك الوسائل قد لا تعرض الرؤية الكاملة لمدرّب المصارعة، بالإضافة إلى عدم إتاحة فرصة للمدرّب لتقديم إيضاحات أو وجهة نظره أو الإدلاء برأيه، وهذا يتفق مع ما أشار إليه محمد علاوي (١٩٩٨م) إلى أن الضغوط المرتبطة بوسائل الإعلام تشتمل على النقد الحاد للمدرّب، أو محاولة تضخيم أخطائه في خطط الأداء أو طرق اللعب وغير ذلك من النواحي التي ترتبط بالرؤية المتكاملة للمدرّب، بالإضافة إلى عدم استجابتها لإيضاحات المدرّب أو وجهة نظره، أو عدم الاقتناع بوجه نظر المدرّب (١٢: ٥٣ - ٥٤)، كما يتفق مع دراسة محمد علاوي (١٩٩٦م) حيث أشارت إلى أن العامل المرتبط بوسائل الإعلام حصل على الترتيب الرابع لأهم الأسباب أو العوامل المسببة للضغوط لدى مدربي كرة القدم بـ ج. م. ع. (١٠).

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثانى:

أ- مناقشة نتائج الفرض الثانى :

جدول رقم (٩)

معامل الارتباط لأعراض الاحتراق النفسى لمدربي المصارعة

ن = ٤٠

م	المتغيرات	الإحصاء	المتوسط الحسابى	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	الدلالة الاحصائية
١	الإرهاك العقلى	١٤.٢٣	٣.٣٢	٠.٦٣	دال	
٢	الإرهاك البدنى	١٦.٨٣	٤.٤١	٠.٦٨	دال	
٣	الإرهاك الإنفعالى	١٤.٣٥	٣.٦٦	٠.٧١	دال	
٤	التغير الشخصى نحو الأسوء	١٢.٨٣	٤.٣٦	٠.٦٢	دال	
٥	نقص الإنجاز الشخصى	١١.٤	٣.٠٤	٠.٥٣	دال	

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) = ٠.٣٠٤

يتضح من الجدول رقم (٩) أن قيمة معاملات الارتباط لأعراض الاحتراق النفسى

لمدربي المصارعة قد بلغ على التوالي (٠.٦٣، ٠.٦٨، ٠.٧١، ٠.٦٢، ٠.٥٣) وجميعها دالة احصائية عند مستوى دلالة احصائية (٥٪).

ب- مناقشة نتائج الفرض الثانى:

يتضح من الجدول رقم (٩) أن معاملات الارتباط لجميع أعراض الاحتراق النفسى

لدى مدربي المصارعة دال احصائياً، وجاء ترتيبها على النحو التالى:

١- الإنهاك الإنفعالى بمعامل ارتباط بلغ ٠.٧١.

٢- الإنهاك البدنى بمعامل ارتباط بلغ ٠.٦٨.

٣- الإنهاك العقلى بمعامل ارتباط بلغ ٠.٦٣.

٤- التغير الشخصى نحو الأسوء بمعامل ارتباط بلغ ٠.٦٢.

٥- نقص الإنجاز الشخصى بمعامل ارتباط بلغ ٠.٥٣.

ويرجع الباحثون ذلك إلى ان مدربي المصارعة يعانون من أعراض الإنهاك

البدنى، والإنفعالى والعقلي كنتيجة للإحساس بالضغط، وعدم الرضا عن مهنة

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

التدريب، او إدراكهم للفشل في تحقيق القيم والأهداف التي يضعها كل مدرب لنفسه، او عدم قدرتهم على التغلب على الصعوبات والعقبات في سبيل تحقيق الاهداف التي يسعى إليها، بالرغم من بذل الجهد والمشاركة في الكفاح لمواجهة الأعباء والمتطلبات الزائدة والمستمرة الواقعة على كاهل المدرب كنتيجة لعمله كمدرّب مصارعة، الأمر الذي يصبح المدرب معه أكثر قوة، وحده وجموداً وعدوانية في علاقاته بالآخرين (اللاعبين، الإداريين، الحكام....) وكذلك يغلب على المدرب شعوره بعدم القدرة على تحقيق الانجازات والبطولات، ويكون عرضه لكثير من الأمراض، ويتفق هذا مع ما أشر إليه كل من إبراهيم عبد ربه (٢٠٠٠م) ومحمد علاوي (١٩٩٨م)، وفيندر **Fender** (١٩٨٩م) نقلاً عن هيمان **Heman** ومارتر **Martins** (١٩٨٧م) إلى أن تأثير الضغوط النفسية على بعض المدربين قد يسبب الإصابة بأمراض جسمية وإضطرابات انفعالية وسلوكية أيضاً إلى تغيرات فيولوجية سلبية (١: ٦١)، (١٢: ٤٩)، (٢٠: ٦٢، ٧٢)، (٢: ١١٢) كما يتفق مع ما أشار إليه أسامة راتب (٢٠٠٠م) أن مهنة التدريب من أكثر المهن المرتبطة بالضغوط مع اختلاف أنواعها وشدها، وعندما تزداد تلك الضغوط في عددها وشدها فإنها تسبب عندئذ نوعاً من الإجهاد أو الإتهاك الذي قد يوصله إلى الاحتراق النفسي فيصح سريع القابلية للاستتارة والترفزة والغضب، والنقد المستمر ورفض الاقتراحات وغير سعيد وراضي بما يحيط به. (٦: ٤٢٢ - ٤٢٣)

بالإضافة إلى ما أشار إليه محمد علاوي (١٩٩٨م) إلى أن هناك العديد من الاعراض المتزامنة التي تظهر معاً وفي نفس الوقت وتشير إلى حدوث الاحتراق لدى المدرب الرياضي ومنها الإتهاك العقلي والبدني والانفعالي، والتغير الشخصي نحو الأسوأ ونقص الانجاز الشخصي. (١٢: ٤٩، ٥٠)

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

عرض ومناقشة نتائج الفرض الثالث:

أ- عرض نتائج الفرض الثالث:

جدول رقم (١٠)

دلالة الفروق الإحصائية في أسباب الضغوط النفسية بين مدربي المصارعة
الفائزين والخاسرين

$$N_1 = N_2 = 20$$

م	المتغيرات	الإحصاء		فائزين		خاسرين		فرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
		ع	س	ع	س	ع	س			
١	أسباب مرتبطة باللاعبين	٢١.٧٦	٤.٢٢	٢٤.٤٠	٣.٢٥	-٢.٦٥	٢.٢٥	دال		
٢	أسباب مرتبطة بخصائص المدرب وشخصيته	٢٢.٣٥	٤.٩٨	٢٢.٢٠	٥.٥٨	٠.١٥	٠.٩٠	غير دال		
٣	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للاعبين أو الفريق	٢٥.١٠	٣.٠٢	٢٢.١٥	٤.٧٥	٢.٩٥	٢.٣٤	دال		
٤	أسباب مرتبطة بوسائل الإعلام	٢٠.٣٥	٣.٨٦	٢٣.٠٥	٥.١٢	٢.٧٠	١.٨٨	غير دال		
٥	أسباب مرتبطة بالمشجعين	١٩.٧٥	٤.٩٦	٢٣.٢٥	٥.٨١	٣.٥٠	٢.٠٥	دال		

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) = (٢.٠٢)

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن قيمة (ت) المحسوبة لكل من الأسباب المرتبطة باللاعبين والأسباب المرتبطة بالمشجعين قد بلغت (٢.٢٥، ٢.٠٥) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٠٢) عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) ولصالح المدربين الخاسرين، في حين بلغت قيمة (ت) المحسوبة للأسباب المرتبطة بالإدارة (٢.٣٤) وهي دالة احصائياً ولصالح المدربين الفائزين، بينما يتضح من نفس الجدول أنه لا توجد فروق دالة احصائية لكل من الأسباب المرتبطة بخصائص المدرب وشخصيته والأسباب المرتبطة بوسائل الإعلام بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين.

ب- مناقشة نتائج الفرض الثالث:

يتضح من الجدول رقم (١٠) وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين في بعدي الأسباب المرتبطة باللاعبين، والأسباب المرتبطة بالمشجعين لصالح مدربي المصارعة الخاسرين، ويرجع الباحثون ذلك إلى أن فشل المدربين في تحقيق نجاحات مع اللاعبين يعزي غالباً إلى عدم قدرة المدربين على تطوير المستويات الرياضية للاعبين ومن ثمة عدم تحقيقهم النتائج المرجوة من اللاعبين، وتكرار ذلك يؤدي إلى عدم احترام اللاعبين للمدرب

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

وعدم تقديرهم للجهد الذي يبذله لتطوير مهاراتهم وقدراتهم، وكذلك ظهور مشاكل بين اللاعبين ومحاولتهم التكتل في مواجهة المدرب، بالإضافة إلى خسارة اللاعبين تثير المشجعين تجاه المدرب فيلقون اللوم والتأنيب على المدرب والذي يصل في بعض الاحيان إلى الاعتداء البدني أو اللفظي على المدرب، ويتفق هذا مع ما أشار إليه محمد علاوي (١٩٩٨م) إلى أن الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعبين أو الفريق الرياضي عدم قدرة المدرب على تحقيق نجاحات مع اللاعبين أو محاولة اللاعبين التكتل في مواجهة المدرب، بينما الأسباب والعوامل المرتبطة بالمشجعين تشمل على الهتافات العدائية والتهجم البدني أو اللفظي على المدرب الرياضي. (١٢: ٥٣، ٥٤) كما يتفق مع دراسة أحمد فاروق التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق دالة احصائياً في محور المشجعين (٢)، وكذلك مع دراسة وائل رضوان (١٩٩٨م) التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق دالة احصائياً بين المدربين قيد البحث في محور اللاعبين لصالح مدربي الكاراتيه، كما توجد فروق دالة احصائياً بين المدربين في محور المشجعين لصالح مدربي كرة القدم. (١٧)

ويتضح من نفس الجدول وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين في بعد الأسباب المرتبطة بالإدارة العليا للاعبين أو الفريق لصالح مدربي المصارعة الفائزين، ويرجع الباحثون هذا إلى أن معظم مدربي المصارعة الفائزين يعملون لصالح الأندية الكبيرة (الشرطة، القوات المسلحة، الشركات) والتي تهدف إلى تحقيق الانجازات والبطولات على المستوى الدولي والعالمي والأولمبي، ولذا تقوم إدارتها باختيار المدربين المميزين للعمل بها ويتم تقييم خطط وبرامج المدربين وسير العملية التدريبية ونتائج اللاعبين في البطولات التي يشتركون فيها بصفة مستمرة وربط ذلك بأجر المدرب ومكافأته، واستمراره في عمله من عدمه، الأمر الذي يتطلب عمل المدرب لساعات طويلة وبذل مجهود كبير للارتقاء بمستوى اللاعبين وتحقيق البطولات مما يشكل عبء كبير على المدرب، ويشعره بأنه مهتد بالاستغناء عنه إن لم يحقق النتائج المرجوة فضلاً عن تدخل هذه الإدارات في العمل الفني للمدرب وعدم تقدير المدرب بصورة مناسبة مادياً ومعنوياً، ويتفق هذا مع دراسة

وانل رضوان (١٩٩٨م) حيث أشارت نتائجها إلى وجود فروق دالة احصائياً بين المدربين قيد البحث في محور الإدارة العليا للفريق لصالح لاعبي الكاراتيه (١٧)، وتختلف مع ما أشارت إليه نتائج دراسة أحمد فاروق (٢٠٠١م) حيث توصلت إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً بين المدربين في محور الإدارة العليا بين مدربي أندية الدرجة الأولى، والثانية، والثالثة. (٢)

كما يتضح من نفس الجدول عدم وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي المصارعة الفانزين والخاصين في بعدي الأسباب المرتبطة بخصائص المدرب وشخصيته، والأسباب المرتبطة بوسائل الإعلام ويعزي الباحثون ذلك إلى أن جميع مدربي المصارعة مارسوا المصارعة لسنوات طويلة كلاعبين، وكذلك كمدربين مما أكسبهم العديد من الصفات والخصائص المشتركة، حيث يتطلب العمل في مهنة تدريب المصارعة خصائص معينة كما أن بيئة المصارعة تتشابه إلى حد كبير في مختلف الفسوع والمناطق والأندية والمهينات، أما وسائل الإعلام فإنه رياضة المصارعة لا تحظى بالاهتمام الكافي، ويقوم بدورها أولياء الامور أو اللاعبين القدامى أو الحكام وإداريون المناطق، وتأثيرها على مدربي المصارعة قليل جداً، ويتفق هذا مع دراسة وانل رضوان (١٩٩٨م) حيث أشارت إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي الأنشطة الرياضية العشرة قيد الدراسة في عاملي وسائل الإعلام وخصائص المدرب الرياضي وشخصيته. (١١) كما يتفق مع دراسة أحمد فاروق أحمد (٢٠٠١م) حيث أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محور خصائص المدرب وشخصيته.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بنورسعيد

عرض ومناقشة نتائج الفرض الرابع:

أ- عرض نتائج الفرض الرابع:

جدول رقم (١١)

دلالة الفروق الاحصائية في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي المصارعة

الفائزين والخاسرين

$$n_1 = n_2 = 20$$

م	المتغيرات	الإحصاء	فائزين		خاسرين		فرق بين المتوسطين	قيمة (ت) المحسوبة	الدلالة الاحصائية
			ع	س	ع	س			
١	الإتهاك العقلي		٣.١٥	١٤.٩٠	٢.٥٧	١٤.٩٠	١.٩٥-	٢.١٤	دال
٢	الإتهاك البدني		٤.٧٢	١٦.١٠	٥.٣٦	١٦.١٠	٠.٧٥	٠.٤٧	غير دال
٣	الإتهاك الانفعالي		٣.٥٩	١٥.١٠	٢.٤٣	١٥.١٠	٢.٠٥	٢.١٢	غير دال
٤	التغير الشخصي نحو الأسوأ		٥.٥٧	١١.٦٥	٢.٧٦	١١.٦٥	٢.٢٥	١.٦٢	غير دال
٥	نقص الانجاز الشخصي		٣.٣٤	١٤.٣٠	٤.٠٣	١٤.٣٠	٢.٤٠	٢.٠٥	دال

قيمة (ت) الجدولية عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) = (٢.٠٢)

يتضح من الجدول رقم (١١) أن قيمة (ت) المحسوبة لكل من الإتهاك العقلي والإتهاك الانفعالي ونقص الانجاز الشخصي في أعراض الاحتراق النفسي بين مدربي المصارعين الفائزين والخاسرين كانت دالة حيث بلغت قيمة كل منها على التوالي (٢.١٤، ٢.١٢، ٢.٠٥) وهي أكبر من قيمة (ت) الجدولية البالغة (٢.٠٢) عند مستوى دلالة احصائية (٠.٠٥) حيث كانت لصالح المدربين الخاسرين في كل من الإتهاك العقلي ونقص الانجاز الشخصي، بينما كانت لصالح المدربين الفائزين في الإتهاك الانفعالي، في حين لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لكل من الإتهاك البدني والتغير الشخصي نحو الأسوأ بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين.

ب- مناقشة نتائج الفرض الرابع:

يتضح من الجدول رقم (١١) وجود فروق دالة احصائية بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين في بعدي الإتهاك العقلي، ونقص الانجاز الشخصي لصالح المدربين الخاسرين ويعزي الباحثون ذلك إلى ان فشل المدربين في تحقيق النتائج المرجوه منهم يعرضهم إلى ضغوط نفسية شديدة تؤدي إلى شعور المدربين بالإرهاق العقلي والذهني الشديد، وانخفاض مستوى التفكير الخططي بصورة واضحة، وانخفاض الإدراك والتصور والانتباه والتذكر، كما يؤدي إلى إدراك

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

مدرب المصارعة لعدم قدرته على تحقيق الانجازات وضعف الدافعية نحو الإنجاز، ويتفق هذا مع دراسة وائل رضوان (١٩٩٨م) حيث أشارت أهم نتائجها إلى وجود فروق دالة احصائياً بين المدربين قيد البحث في بعدي الإنهاك العقلي وتقص الإنجاز الشخصي لصالح مدربي الكاراتيه. (١٧)

ومع دراسة احمد فاروق (٢٠٠١) حيث أشارت نتائجها إلى وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي كرة القدم في أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محاور الإنهاك العقلي، وتقص الإنجاز الرياضي لصالح أندية الدرجة الثالثة. (٢)

ويتضح من نفس الجدول أنه لا توجد فروق دالة احصائياً بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين في أبعاد الإنهاك البدني والإنهاك الانفعالي، والتغير الشخصي نحو الأسوأ ويرجع الباحثون ذلك إلى ان الأعباء والمتطلبات التي تقع على كاهل مدرب المصارعة والتي تستلزم العمل لفترات طويلة طوال أيام الأسبوع على مدار السنة تؤدي إلى انخفاض اللياقة البدنية والشعور بضعف الحيوية والنشاط بصفة عامة، والتعب البدني لأقل مجهود والإحساس بالحمول البدني، كما يتعرض مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين على حد سواء لنفس الضغوط مما يسبب الاحساس بزيادة التوتر والانفعال والقلق الدائم وسرعة الإنفعال لأقل مثير والشعور بالإرهاق الإنفعالي، ويرتبط ذلك بحدوث تغيرات في شخصية المدرب التي تظهر في تعاملاته مع الآخرين بصورة أكثر قوة من المعتاد وانخفاض مستوى الحماس نحو العمل التدريبي والإلتجاه نحو تبرير الأخطاء، وهذا يتفق مع دراسة أحمد فاروق (٢٠٠١م) حيث أشارت نتائجها إلى عدم وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي أندية الدرجة الأولى والثانية والثالثة في محور الإنهاك البدني، وتختلف مع نتائج نفس الدراسة التي أشارت إلى وجود فروق دالة احصائياً بين مدربي كرة القدم لأندية الدرجة الأولى والثانية في محوري الإنهاك الانفعالي، والتغير الشخصي نحو الأسوأ. (٢) وتختلف مع دراسة وائل رضوان (١٩٩٨م) التي أشارت نتائجها إلى وجود فروق دالة احصائياً بين المدربين

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

قيد البحث في محور الإنمآك البدني والانفعالي والتغير الشخصي نحو الأسوء لصالح
مدربي الكاراتيه. (١٧)

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وما قد تحقق من الفروض يستخلص الباحث ما يلي:

- ١- أن هناك معاملات ارتباط دالة احصائياً لأبعاد مقياس أسباب أو عوامل الاحتراق لدى مدربي المصارعة وكان ترتيبها كآآي:
- الأسباب أو العوامل المرتبطة بمخائص المدرب الشخصية.
- الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعبين.
- الأسباب أو العوامل المرتبطة بالإدارة العليا باللاعبين.
- الأسباب أو العوامل المرتبطة بالمشجعين.
- الأسباب أو العوامل المرتبطة بوسائل الإعلام.
- ٢- أن هناك معاملات ارتباط دالة احصائياً لأبعاد ومقياس أعراض الإحترق لدى مدربي المصارعة وكان ترتيبها كآآي:
- الإنمآك الإنفعالي.
- الإنمآك البدني.
- الإنمآك العقلي.
- التغير الشخصي نحو الأسوأ.
- نقص الانجاز الشخصي.
- ٣- توجد فروق ذات دلالة احصائية لكل من الأسباب المرتبطة باللاعبين والأسباب المرتبطة بالمشجعين لصالح مدربي المصارعة الخاسرين.
- ٤- توجد فروق ذات دلالة احصائية للأسباب المرتبطة بالإدارة العليا لصالح مدربي المصارعة الفائزين.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

- ٥- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية لكل من الأسباب المرتبطة بخصائص المدرب الشخصية والأسباب المرتبطة بوسائل الإعلام بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين.
- ٦- توجد فروق ذات دلالة احصائية في أعراض الاحتراق الرياضي لمدربي المصارعة في الالهك العقلي والانهك الشخصي لصالح مدربي المصارعة للخاسرين.
- ٧- توجد فروق ذات دلالة احصائية في أعراض الاحتراق الرياضي لمدربي المصارعة في الالهك الانفعالي لصالح مدربي المصارعة الفائزين.
- ٨- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في أعراض الاحتراق الرياضي لمدربي المصارعة في الالهك البدني والتغير الشخصي نحو الأسوأ بين مدربي المصارعة الفائزين والخاسرين.

التوصيات:

- أمكن للباحثون من حيث طبيعة المشكلة وما أسفر عنه تطبيق أداة البحث، وفي ضوء نتائج البحث وعيئته يجب أن تتجه التوصيات إلى:
- ١- أن يكون هناك كبير مدربين لرياضة المصارعة على رأس كل طاقم تدريب.
- ٢- أن يقتصر المدرب على تدريب مرحلة سنية واحدة فقط وفي نوع رياضة مصارعة واحد سواء أكانت حرة أو رومانية.
- ٣- لا بد وأن يعيد الاتحاد المصري لرياضة المصري النظر في كيفية ترقية المدربين وأن لا تقتصر على نتائجهم فقط.
- ٤- زيادة الاتصال بوسائل الإعلام المسموعة والمرئية والمقروءة لإظهار نتائج المدربين والعمل على نشر اللعبة.
- ٥- ضرورة وجود أخصائي نفسي رياضي مؤهل مع مدرب المصارعة.
- ٦- مراعاة أن من يقوم بعملية التدريب وخاصة للناشئين يكون مؤهل علمياً.
- ٧- الاخذ بعين الاعتبار الرواتب التي يتقاضها مدربي المصارعة.
- ٨- مراعاة أن لا ينتقل لاعب من ناديه إلى نادي آخر بدون الرجوع إلى المدرب.
- ٩- العدالة في توفير إمكانيات وأجهزة التدريب بين النوادي المختلفة.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية ببورسعيد

١٠- إعداد دورات تأهيلية للمدرسين القائمين على عملية التدريب في كافة الأوجه المختلفة.

قائمة المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

- ١- إبراهيم عبد ربه خليفة : (٢٠٠٠م)، الرياضة والصحة النفسية، التطبيقات الحديثة في علم النفس الرياضي، الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي، الإصدار الثاني، القاهرة.
- ٢- أحمد فاروق عبد العزيز : (٢٠٠١م)، الاختلافات في الاحتراق النفسي لسدى مدربي كرة القدم في ج.م.ع، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الرياضية ببورسعيد، جامعة قناة السويس.
- ٣- أسامة كامل راتب : (١٩٩٧م)، الاحتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الإنفعالي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٤- أسامة كامل راتب : (١٩٩٧م)، قلق المنافسة (ضغوط التدريب - احتراق الرياضي) دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥- أسامة كامل راتب : (٢٠٠٠م)، الأعداد النفسية لتدريب الناشئين، دليل المدربين وأولياء الأمور، دار الفكر العربي، القاهرة
- ٦- أسامة كامل راتب : (٢٠٠٠م)، تدريب المهارات النفسية، تطبيقات في المجال الرياضي: ط١، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٧- أسامة كامل راتب : (٢٠٠٤م)، النشاط البدني والاسترخاء، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٨- عبد العزيز فهمي النوحى : (٢٠٠١م)، الممارسة العامة في الخدمة الاجتماعية عملية حل المشكلة ضمن إطار نسقي أيكولوجي، سلسلة نحو رعاية اجتماعية متطورة، الكتاب الثالث، كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة حلوان، القاهرة.

جامعة قناة السويس - كلية التربية الرياضية بورسعيد

- ٩- عمرو أحمد السيد عبد العال : (٢٠٠٧م)، النشاط البدني أسلوب للحياة وعلاقته بالدوافع والضغوط النفسية لدى المتقدمين في السن، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.
- ١٠- محمد حسن علاوي : (١٩٩٦م)، التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي تسهم في الاحتراق النفسي للمدربين في كرة القدم المصرية، دراسة منشورة.
- ١١- محمد حسن علاوي : (١٩٩٨م)، موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٢- محمد حسن علاوي : (١٩٩٨م)، سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ١٣- محمد حسن علاوي : (٢٠٠٢م)، علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ١٤- محمد لطفى طه : (٢٠٠٢م)، الأسس النفسية لانتقاء الرياضيين، الهيئة العامة لشئون المطابع الاميرية.
- ١٥- مسعد على محمود : (٢٠٠٣م)، موسوعة المصارعة الرومانية والحرّة للهواة تعليم- تدريب- إدارة- تحكيم، دار الطباعة للنشر والتوزيع بجامعة المنصورة.
- ١٦- مصطفى حسين باهي، أشرف مسعد إبراهيم : (١٩٩٥م)، الضغوط النفسية لدى مدربي المصارعة، المؤتمر العلمي، كلية التربية الرياضية، جامعة المنيا.
- ١٧- وائل دفاعي إبراهيم رضوان : (١٩٩٨م)، الفروق في الاحتراق النفسي لدى بعض مدربي الأنشطة الرياضية المختارة، رسالة ماجستير، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

- ١٨ - الاتحاد المصري للمصارعة : (٢٠٠٢م). اللائحة الداخلية المنظمة لأعمال الاتحاد المصري للمصارعة. (١٠ / ٢٠٠١م)

ثانياً: المراجع الأجنبية:

- 19- Capel, S.A. : (1986), Psychological and organizational factors related to burnout in athletic trainers, research avarty for exercise . And sport, vil. 57, No 4.
- 20- Fender, L.K. : (1989), Athletic burnour, potential for research and intervention, strategies the sport psychology, 5,.
- 21- Koroll, W. : (1982), stress factors in coaching, ASP .
- 22- Lazarus, K.S. and Cohen, T.B : (1991), Environment stress in y- altmvne J.F. wohe wills (EDS) Human behavior and environment, N.4, plenvmpress.
- 23- Martens Rainer : (1987), coaches guide to sport psychology, human kinetics publisher, jnc, Canada.
- 24- Marchall, J and Copper, C.L. : (1987), Understanding executives stress, New York, plioks, PHG.
- 25- Taylor, A.H. : (1988), Souress of stress in soccer officiating And Danial, J.V. an empirical study, London, F.F.N.
- 26- Trendall, G., : (1995), Stress in theaching and tracher effectiveness, a study of teacher acrossna in stram, col (31) no, (1), p (520 58)