

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً : الاستخلاصات
ثانياً : التوصيات

الفصل الخامس

الاستخلاصات والتوصيات

أولاً : الاستخلاصات

- من خلال نتائج البحث السابق عرضها استخلصت الباحثة مايلي:
- ١ - تم تحديد ترتيب أهمية مصادر الاحتراق النفسي وهي (الأسباب أو العوامل المرتبطة باللاعبين أو الفريق يليها الأسباب أو العوامل المرتبطة بوسائل الإعلام والأسباب أو العوامل المرتبطة بالمشجعين).
 - ٢ - تم تصميم معادلة خاصة بالعامل الثاني "أسباب أو عوامل مرتبطة باللاعبين أو الفريق الرياضي" وعلاقة هذا العامل بالسمات الانفعالية ووجد أن الضبط الذاتي هو أكثر الأبعاد ارتباطاً.
الاحتراق النفسي = $27,07 - 0,620 \times$ الضبط الذاتي
 - ٣ - تم تصميم معادلة خاصة بالعامل الأول " الأسباب أو العوامل المرتبطة بالمدرّب وشخصيته" وعلاقة هذا العامل بالسمات الانفعالية ووجد أن بعد الحساسية هو أكثر الأبعاد ارتباطاً.
الاحتراق النفسي = $29,92 - 0,746 \times$ الحساسية
 - ٤ - تم تصميم معادلة خاصة بالعامل الرابع "الأسباب أو العوامل المرتبطة بوسائل الإعلام" وعلاقة هذا العامل بالسمات الانفعالية ووجد أن بعد الحساسية هي أكثر الأبعاد ارتباطاً.
الاحتراق النفسي = $21,99 - 0,38 \times$ الحساسية
 - ٥ - تم تصميم معادلة خاصة بالعامل الخامس "الأسباب أو العوامل المرتبطة بالمشجعين" وعلاقة هذا العامل بالسمات الانفعالية ووجد أن بعد التوتر هي أكثر الأبعاد ارتباطاً.
الاحتراق النفسي = $29,38 - 0,71 \times$ التوتر

٦ - تم تصميم معدلة يتم من خلالها التعرف علي نسبة الاحتراق النفسي لدي المدرب من خلال علاقته بالسمات الانفعالية ووجد أن بعدي الحساسية - الضبط الذاتي هما أكثر الأبعاد ارتباطاً.
الاحتراق النفسي = ١٣٨,٨١ - ١,٧٦ × الحساسية - ١,٤١ × الضبط الذاتي

ثانياً : التوصيات

- في حدود هذه الدراسة وانطلاقاً من نتائجها توصي الباحثة بما يلي:
- القيام بدراسات مختلفة للتعرف علي الأسباب الأخرى التي تؤدي إلي الوصول بالمدرب إلي مرحلة الاحتراق النفسي.
 - المقارنة بين لاعبي الأنشطة المختلفة وفقاً لنوع النشاط الرياضي في مصادر الاحتراق النفسي وعلاقتها بالسمات الانفعالية.
 - ضرورة الاهتمام بالمدرين من الناحية النفسية.
 - ضرورة اهتمام المسؤولين عن تعيين المدرين بشخصية المدرب وخصائصها وذلك عن طريق إجراء الاختبار الخاص بقياس مستوى الاحتراق النفسي.