

الفصل الرابع

٤/ عرض النتائج ومناقشتها

١/٤ عرض نتائج البحث

٢/٤ مناقشة نتائج البحث

٤ / عرض النتائج ومناقشتها

١ / ٤ عرض نتائج البحث :

في ضوء أهداف البحث وتساؤلاته يعرض الباحث نتائج البحث :

الهدف الأول:

فيما يتعلق بالهدف الأول للبحث " بناء مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا " بعد إجراء خطوات تقنين المقياس تم تناولها في الفصل الرابع ، ولمزيد من التأكد على المعاملات العلمية وإضافة إلى الخطوات التي تم استخدامها على عينة التقنين تم استخدام ما يلي:

أولاً : البيانات الإحصائية الأساسية للعبارات والأبعاد والمقياس ككل ، وذلك بحساب كل من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء .

جدول (٤-١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعبارات المقياس لدى عينة البحث

(ن = ١٨٠)

م	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	م	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	م	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	٠,٩٦٦	٠,٣٩٠	١,٠٨٩	١٨	٢,١٦٦	٠,٩٨٨	- ٠,٨٣٢	٣٥	١,٨٤٤	٠,٧٤٤	- ٠,١٦٦
٢	٠,٩٦١	٠,٤٣٢٢	٠,٨٤٩	١٩	٢,٤٣٣	٠,٨٦٥	- ١,٢٨	٣٦	١,١١١	٠,٥٦٤	٠,٥١٧
٣	١,٦٣٨	٠,٥١٢	- ٠,٠٧٥	٢٠	٢,٢٥٠	٠,٩٧٣	- ٠,٩٦	٣٧	١,٩٦٦	٠,٧٢٠	- ٠,٤٩٨
٤	١,٢٢٧	٠,٤٢١	٠,٢٨٤	٢١	١,٨١٦	٠,٧٦٠	- ٠,٤٣٩	٣٨	٢,١٥٠	٠,٧٢١	- ٠,٣٢٣
٥	١,٣٠٥	٠,٦١٤	٠,٢٩٨	٢٢	٠,٧٦٦	٠,٣٨٥	٠,٧٥٧	٣٩	١,٩٣٨	٠,٧٣٩	- ٠,٥٦٩
٦	١,٣١٦	٠,٦٤٥	٠,٢٩٧	٢٣	١,٣٢٧	٠,٧٦٧	٠,٣٢٦	٤٠	١,٥٣٣	٠,٦١٠٤	٠,٢٠٤
٧	١,٣٥٥	٠,٧٨١	٠,٢١٣	٢٤	١,٤٩٤	٠,٨٩٤	٠,٤٦٤	٤١	١,٧٢٢	٠,٧٥٢	- ٠,٣٢٥
٨	١,٣٦١	٠,٧٧٨	٠,٣٠٧	٢٥	١,٦٨٨	٠,٨٩٨	٠,٤٠٢	٤٢	١,٧٣٣	٠,٩٣١	٠,٠٥٣
٩	٢,٠٣٨	٠,٩٤١	- ٠,٤٠٢	٢٦	١,٧٣٣	٠,٥٨٠	- ٠,٤٧٨	٤٣	٢,٤٦٦	٠,٧٧٦	- ١,٥٤
١٠	١,٦٣٨	٠,٧٨٩	٠,٠٥٦	٢٧	١,٣٥٦	٠,٨٣٨	٠,٣٧٤	٤٤	٢,٤٥٠	٠,٧٧٨	- ١,٤١
١١	١,٧٤٤	٠,٥٢٦	٠,٣٦٧	٢٨	٢,٥٢٧	٠,٨٦١	- ١,٨٨	٤٥	٢,٢٧٧	٠,٩١٥	- ٠,٩٣٤
١٢	٢,٥٥٠	٠,٧٣٤	- ١,٨٠	٢٩	١,٨٧٢	٠,٥٠٣	- ٠,٤٨٠	٤٦	٢,٠٠٥	٠,٩٨٥	٠,٤٧٨
١٣	١,٧٤٤	٠,٩٤٨	- ٠,٢٠١	٣٠	٢,١٦٦	٠,٩٤٩	- ٠,٨٧٢	٤٧	١,٦٤٤	٠,٨١٧	٠,٤٠٠
١٤	٢,٧٧٢٢	٠,٤٩٣	- ٢,١١	٣١	١,١٦٦	٠,٦٣٣	٠,٤٣٢	٤٨	١,٥٠٠	٠,٦٤٣	٠,٢٢٤
١٥	١,٥٦٦	٠,٧٦٩	٠,٠٠٤	٣٢	١,٧٧٢	٠,٧٣٨	- ١,٣٩	٤٩	١,١٩٤	٠,٨١٢	٠,٦٣٩
١٦	١,٨٦١	٠,٥٩٢٢	- ٠,٣٤٥	٣٣	١,٧٦٦	٠,٩٩٣	- ٠,١٦١	٥٠	١,٧١١	٠,٧٣١	- ٠,٢٣١
١٧	٢,٢٦١	٠,٩٤٣	- ١,١٩	٣٤	٢,٦٣٣	٠,٧١٨	- ٢,٢٩				

من جدول (٤-١) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعبارات المقياس لدى عينة البحث يتضح أن معاملات الالتواء لجميع عبارات المقياس تتراوح ما بين ± ٣ ، كما أن جميع قيم الانحرافات المعيارية تقل بشكل واضح عن قيم المتوسطات الحسابية لجميع عبارات المقياس مما يشير إلى اعتدالية البيانات .

جدول (٤-٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء للمحاور والدرجة الكلية للمقياس لدى عينة البحث

(ن = ١٨٠)

المحاور	المتوسطات الحسابية	الانحرافات المعيارية	معاملات الالتواء
البعد الأول	٧,٨١٦٧	١,٣٩٦٢	٠,٦٦٨
البعد الثاني	٨,٩٦٦٧	١,٨٨١٧	٠,٥٩٨
البعد الثالث	٩,٩٣٣	٢,٠٤٣١	- ٠,١٣١
البعد الرابع	١٠,٥٤٤	١,٨٠٧٣	- ٠,٧٤٥
البعد الخامس	٨,٥٩٤٤	١,٦٣٩٩	٠,٣٧٢
البعد السادس	٨,٦٨٨٩	١,٨١٣٣	٠,٤٣٣
البعد السابع	٩,١١٦٧	٢,٢٩٩٦	٠,١١٢
البعد الثامن	٧,٢١١١	١,٢٩٨٩	٠,٢٩٧
البعد التاسع	١٠,٣١١١	١,٩٠٩٤	- ٠,٢٣٤
البعد العاشر	٧,٢٥٠٠	١,٩٢٥٦	١,٣٨٦
الدرجة الكلية للمقياس	٨٨,٣٥٠٠	٦,١٨٣٨	٠,٠٧٦

من جدول (١٥) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعاملات الالتواء لعبارات للأبعاد والدرجة الكلية للمقياس لدى عينة البحث يتضح أن جميع معاملات الالتواء لجميع محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس يتراوح ما بين ± ٣ ، كما أن جميع قيم الانحرافات المعيارية تقل بشكل واضح عن قيم المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد المقياس والمقياس ككل مما يشير إلى اعتدالية البيانات .

ثانياً : الأتساق الداخلي لعبارات المقياس ، وذلك بحساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (٣-٤)

معاملات الارتباط بين عبارات المقياس ودرجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس

(ن = ١٨٠)

م	رقم العبارات	الأبعاد	العبارات	الارتباط بالبعد	الارتباط بالمقياس
١	١	البعد الأول	أشعر بعدم تكيف مع زملائي خارج التدريب	**٠,٢٥٥	**٠,٣١٢
٢	١١		ينتقدني زملائي دائماً في الفريق في مختلف تصرفاتي	**٠,٤٣٣	**٠,٥١٨
٣	٢١		دائماً ينتقد زملائي للجهد الذي أبذله أثناء المباراة	**٠,٣٤٤	**٠,٣٤٠
٤	٣١		تهتز تقني بنفسي عندما أواجه منافس قوي	**٠,٤٣٣	**٠,٤٠٨
٥	٤١		أفتقد حماسي لمواصلة الكفاح عند تفوق الفريق المنافس	**٠,٣٣١	**٠,٥٠٥
٦	٢	البعد الثاني	انشغالي المستمر في التدريب أضعف علاقتي بأسرتي	**٠,٢٣١	**٠,٦٢٧
٧	٢١		انشغالي في التدريب جعلني لا أستطيع أن أقوم بواجباتي (العمل، الدراسة)	**٠,٤٧٤	**٠,٢٢٨
٨	٢٢		تفكيري المستمر في نتائج المباريات أفقدني التركيز في (العمل، الدراسة)	**٠,٤٤٢	**٠,٣٢٤
٩	٣٢		يقيد نظام وقواعد التدريب حريتي الشخصية	**٠,٤٩٧	**٠,٤٧٦
١٠	٤٢		تمعني الرياضة من الاستمتاع بوقت الفراغ مع أصدقائي	**٠,٤٩٩	**٠,٢٢١
١١	٣	البعد الثالث	يمتلك المدرب أسلوب تدريبي قديم وممل	**٠,٣٤٥	**٠,٤٧٧
١٢	١٣		أشع بضيق من النادي الذي ألعب له بسبب نقص الإمكانيات	**٠,٥١٧	**٠,٣٨٦
١٣	٢٣		أشعر بالضيق لارتداء منافس ملابس أحسن مني	**٠,٤٥٦	**٠,٥٢٦
١٤	٣٣		الراتب الشهري لا يتناسب مع تفرغي للرياضة	**٠,٥٠٧	**٠,٣٤٣
١٥	٤٣		أرى أن المدرب لا يستطيع التقدم بمستواي	**٠,٤٣٩	**٠,٣٧٢
١٦	٤	البعد الرابع	تعال رياضتي أقل اهتمام من جانب الإدارة العليا للفريق	**٠,٤٢٦	**٠,٤٥٨
١٧	١٤		تتجاهل الإدارة العليا للفريق تقديم العون لحل مشكلاتي	**٠,٤٥٠	**٠,٥٠٩
١٨	٢٤		تفتقد الإدارة العليا للفريق تحفيزي للفوز في المباريات	**٠,٢٥١	**٠,٣٨٧

تابع جدول (٣-٤)

م	رقم العبارات	الأبعاد	العبارات	الارتباط بالبعد	الارتباط بالمقياس
١٩	٣٤		تتأخر الإدارة العليا للفريق في صرف مستحقاتي	**٠,٢٧٩	**٠,٣٠٥
٢٠	٤٤		تتحيز الإدارة العليا للفريق في معاملاتها لبعض اللاعبين	**٠,٣٦٢	**٠,٥٨١
٢١	٥	البعد الخامس	نقل عزيمتي في التدريب لعدم اتسامه بالتغيير والتجديد	*٠,٥٨٦	**٠,٢٧٠
٢٢	١٥		أشعر بأن حمل التدريب يفوق تحملي	**٠,٤٣٣	**٠,٥٢٩
٢٣	٢٥		أشعر بأن نظام المنافسة يسبب لي الإجهاد	**٠,٤٢٨	**٠,٧١٣
٢٤	٣٥		نظام المنافسة لا يعطي الفرصة لإصلاح أخطائي	**٠,٥٣٩	**٠,٦٤٨
٢٥	٤٥		اعتقد بأن المطلوب مني في المنافسة يفوق قدراتي وأمكاناتي	**٠,٥٠٨	**٠,٢٧٦
٢٦	٦	البعد السادس	يضايقني عدم تحقيق ذاتي وإنجاز طموحاتي أثناء ممارسة الرياضة	**٠,٤٣٣	**٠,١٦٨
٢٧	١٦		تمثل المنافسة عبء كبير لإثبات شخصيتي	**٠,٢٢٨	**٠,٢٥٤
٢٨	٢٦		أفكر في الفوز أولاً	**٠,٣٣٩	**٠,٣٥٨
٢٩	٣٦		أضع أهداف كبيرة ولا أستطيع تحقيقها	**٠,٣٠٨	**٠,٣٨٦
٣٠	٤٦		أشعر بالإحباط قبل صافرة نهاية المباراة عند هزيمتي	**٠,٣٠٠	**٠,٤٣٤
٣١	٧	البعد السابع	يعاملني المدرب بغلظة عند قول رأيي حول المنافسة	**٠,٤٤٦	**٠,٥٦٨
٣٢	١٧		يتعمد المدرب لومي بطريقة جارحة أمام زملائي	**٠,٤٩٧	**٠,٣١١
٣٣	٢٧		يتجاهل المدرب حل مشاكلي الخاصة	**٠,٣٤٥	**٠,٥١٢
٣٤	٣٧		يضايقني تبديلي أثناء المنافسة بلاعب أقل مني في المستوى	**٠,٢٢٥	**٠,٥٣١
٣٥	٤٧		يصر المدرب على اشتراك بعض اللاعبين في المباريات بالرغم من عدم انتظامهم في التدريب	**٠,٣٨٦	**٠,٢٤٤
٣٦	٨	البعد الثامن	يتجاهل الجمهور تشجيعي عند القيام بلعبة مؤثرة	**٠,٢٢٦	**٠,٣٣٣
٣٧	١٨		أشعر باليأس عند ترك الجمهور المباراة عند تفوق الفريق المنافس	**٠,٢٩٢	**٠,١٩٧

تابع جدول (٤-٣)

م	رقم العبارات	الأبعاد	العبارات	الارتباط بالبعد	الارتباط بالمقياس
٣٨	٢٨		يضايقني عدم تشجيع الجمهور لي عند تسجيل (هدف ، نقطة)	**٠,٣٨٥	**٠,٢٥٧
٣٩	٣٨		يضايقني الجمهور عند الصياح بتغيير من الملعب	**٠,٥٤٨	**٠,٣٨٨
٤٠	٤٨		يزداد شعوري بالخوف عندما يزداد عدد الجمهور	**٠,٢١٦	**٠,٣٤٥
٤١	٩	التأثير الإيجابي	أعود بصعوبة لحالتي الطبيعية بعد الإصابة	**٠,٣٥٨	**٠,٣٣٩
٤٢	١٩		تقتني محدودة بالجهاز الطبي المعالج	**٠,٤٣٠	**٠,٥٩٨
٤٣	٢٩		ينتابني شعور بالملل طوال مدة الإصابة	**٠,٤٨٢	**٠,٤٢٣
٤٤	٣٩		ينتابني الخوف قبل المنافسة من حدوث الإصابة	**٠,٣١٨	**٠,٢٥٧
٤٥	٤٩		أجد أن الوقت غير كافٍ لاستجماع قواي بعد الإصابة	**٠,٢٩٧	**٠,٤٧٦
٤٦	١٠	التأثير السلبي	تنتقدني وسائل الإعلام بدون وجه حق	**٠,٤٩٨	**٠,٢٢٥
٤٧	٢٠		أفتقد تشجيع وسائل الإعلام عندما أحسن القيام بواجبي	*٠,١٥٥	**٠,٢٧٧
٤٨	٣٠		أشعر بأن وسائل الإعلام تعمل على تضخيم أخطائي	**٠,٣٢١	**٠,٤٣٣
٤٩	٤٠		دائماً ما تتدخل وسائل الإعلام في حياتي الخاصة	**٠,٤٧٧	**٠,٢٤٢
٥٠	٥٠		يصعب علي مواجهة وسائل الإعلام بعد الهزيمة	**٠,٢٥٥	**٠,٢٨٧

* القيمة دالة عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,١٤٩

** القيمة دالة عند مستوى ٠,٠١ = ٠,١٩٤

من جدول رقم (٤-٣) والخاص بمعاملات الارتباط بين عبارات المقياس ودرجة كل محور والدرجة الكلية للمقياس يتضح وجود ارتباط عالٍ عند مستوى ٠,٠١ = ٠,١٩٤ بين جميع عبارات المقياس ودرجة كل بعد ما عدا العبارة رقم (٢٠) بالبعد العاشر ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,١٤٩ ، وبلغ أقصى معامل ارتباط ٠,٥٨٦ عند العبارة الخامسة (نقل عزيمتي في التدريب لعدم اتسامه بالتغيير والتجديد) وبلغ أدنى معامل ارتباط ٠,١٥٥ عند العبارة العشرون (أفتقد تشجيع وسائل الإعلام عندما أحسن القيام بواجبي) وكذا وجود ارتباط عالٍ عند مستوى ٠,٠١ بين جميع عبارات المقياس مما يدل على أن هناك اتساق بين كل عبارة وبعدها وبين كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس .

ثالثاً : الأتساق الداخلي بين درجات أبعاد المقياس فيما بينها والدرجة الكلية للمقياس جدول (٤-٤) .

جدول (٤-٤) مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس فيما بينها والدرجة الكلية للمقياس

(ن = ١٨٠)

الدرجة الكلية للمقياس	العاشر	التاسع	الثامن	السابع	السادس	الخامس	الرابع	الثالث	الثاني	الأول	الأبعاد	م
٠,٦٣٦	٠,٠٦٧	٠,٠٢٧	٠,١٢٦	٠,١٠١	٠,١٢٧	٠,١٣	٠,٠٤	٠,٠٢٣	٠,١٠٢	١,٠٠	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	١
٠,٦٦٢	٠,١٢٧	٠,١٠٨	٠,١١٦	٠,٠٨١	٠,٠١٢	٠,٠٠٩	٠,٠٠٨	٠,٠٦٢	١,٠٠		أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٢
٠,٦١٩	٠,٠٦٨	٠,٠١٣	٠,١٢٣	٠,٢٧٣	٠,١٩٨	٠,١١	٠,١٢	١,٠٠			أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والقنية للفريق	٣
٠,٦٠٩	٠,٠٨١	٠,١٢٤	٠,١٤٢	٠,٠٤٠	٠,١٤٣	٠,٠٠	١,٠٠				أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	٤
٠,٦٠٠	٠,٠٢١	٠,١٢٤	٠,٠٢٠	٠,٠٧٥	٠,١٦٨	١,٠٠					أسباب مرتبطة بضغوط التدريب الزائد والمنافسة	٥
٠,٥٦١	٠,١٢٥	٠,٠٥٦	٠,١٢٣	٠,٠٠٢	١,٠٠						أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٦
٠,٧٠١	٠,١١٩	٠,٠٤٥	٠,٠٨٧	١,٠٠							أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	٧
٠,٦٢٥	٠,٠٤٨	٠,٠٢٠	١,٠٠								أسباب تتعلق بالمشجعين	٨
٠,٦٠٤	٠,١٣٤	١,٠٠									أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	٩
٠,٦٧٧	١,٠٠										أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	١٠

من جدول (٤-٤) والخاص بمصفوفة معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس فيما بينها والدرجة الكلية للمقياس يتضح أن معاملات الارتباط بين درجات أبعاد المقياس فيما بينها قد تراوحت فيما بين (٠,١٩٨ ، ٠,٠٠٢) مما يؤكد استقلالية أبعاد المقياس ، كما تراوحت قيم معاملات الارتباط بين أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس فيما بين (٠,٥٣٦ ، ٠,٧٠١) وهي قيم ارتباط متوسطة تؤكد المفهوم النظري لبناء مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا من حيث الاتساق في الاتجاه الإيجابي لدرجة أبعاد المقياس والمقياس ككل .

رابعاً : معامل ثبات ألفا كرونباخ (ALPHA) ، وكذلك بطريقة التجزئة النصفية للمقياس :

تم حساب ثبات أبعاد مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا والمقياس ككل باستخدام معامل ألفا كرونباخ على العينة الأساسية كما في الجدول (٤-٥) .

جدول (٤-٥)

الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا

(ن = ١٨٠)

المقياس	معامل ألفا كرونباخ
الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا	٠,٧٤٥

من جدول (٤-٥) والخاص باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا قد بلغ ٠,٧٤٥ وهو معامل ثبات مرتفع مما يدل على أن المقياس يتميز بدرجة عالية من الاستقرار والثبات .

ب _ التجزئة النصفية .

تم حساب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية Split - Half وإيجاد معامل الارتباط بين الجزئين . جدول (٤-٦)

جدول (٤-٦)

الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا

(ن = ١٨٠)

عبارات المقياس	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط
العبارات الفردية	٢٥	٨٨,٤٤٩	٥,٤٦٦	٠,٦٨٨
العبارات الزوجية	٢٥	٨٧,٣٥٧	٦,٨٤٣	

من جدول (٤-٦) والخاص بقياس الثبات بطريقة التجزئة النصفية يتضح أن معامل الارتباط قد بلغ ٠,٦٨٨ مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بمعامل ثبات دال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١ مما يفسر إمكانية الاعتماد عليه كمقياس للاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا

ثانياً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الثاني :

فيما يتعلق بالهدف الثاني للبحث " التعرف على أهم الأسباب أو العوامل التي تسهم في زيادة الضغط على الرياضيين ذو المستويات العليا " والتي قد تؤدي بالتالي إلى الاحتراق النفسي للاعب الرياضي . تم استخدام ما يلي :

□ البيانات الإحصائية الأساسية لأبعاد المقياس ، وذلك بحساب كل من المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف .

جدول (٧-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٨١٦	١,٣٩٦
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٨,٩٦٦	١,٨٨١
٣	أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق	٩,٩٣٣	٢,٠٤٣
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٥٤٤	١,٨٠٧
٥	أسباب مرتبطة بظغوط التدريب الزائد والمنافسة	٨,٥٩٤	١,٦٣٩
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٦٨٨	١,٨١٣
٧	أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	٩,١١٦	٢,٢٩٩
٨	أسباب تتعلق بالمشجعين	٧,٢١١	١,٢٩٨
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	١٠,٣١١	١,٩٠٩
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٧,٢٥٠	١,٩٢٥

من جدول (٧-٤) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الاختلاف لأبعاد مقياس الاحتراق النفسي يتضح أن الإجابة بالنسبة لكل بعد من أبعاد المقياس يتم طبقاً لمقياس مندرج من أربعة تدريجات من أقصى شدة توجه للاحتراق النفسي أي أقصى درجات المعارضة لمضمون البعد . والرتب الأربع : أوافق بشدة ، أوافق ، لا أوافق ، لا أوافق على الإطلاق) . ولتصحيح كل بعد من الأبعاد العشرة على حدة تعطي الدرجات ٣ ، ٢ ، ١ ، صفر للرتب الأربع على التوالي على أن تجمع جميع مفردات البعد لتمثل استجابة اللاعب الكلية للبعد ، ويتراوح مدى البعد نظرياً بين صفر درجة كحد أدنى ، ١٥ درجة كحد أعلى وكلما ارتفعت درجة اللاعب على البعد ومن ثم على المقياس دل ذلك على شدة مشاعر الاحتراق .

ويمكن ترتيب أبعاد المقياس العشر على حسب درجة الشدة وذلك من خلال المتوسط الحسابي لتكرار اللاعبين على أبعاد المقياس كما يلي :

١. البعد الرابع أسباب وعوامل مرتبطة بالإدارة العليا للفريق .
٢. البعد التاسع أسباب وعوامل مرتبطة بشدة الإصابة البدنية .
٣. البعد الثالث أسباب وعوامل مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق .
٤. البعد السابع أسباب وعوامل مرتبطة بالمدرّب الرياضي .
٥. البعد الثاني أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب .
٦. البعد السادس أسباب وعوامل مرتبطة بطموحات اللاعب .
٧. البعد الخامس أسباب وعوامل مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة .
٨. البعد الأول أسباب وعوامل مرتبطة بشخصية اللاعب .
٩. البعد العاشر أسباب وعوامل تتعلق بوسائل الإعلام .
١٠. البعد الثامن أسباب وعوامل تتعلق بالمشجعين .

ثالثاً : عرض النتائج المرتبطة بالهدف الثالث :

فيما يتعلق بالهدف الثالث للبحث التعرف على الفروق في الاحتراق النفسي بين رياضي المستويات العليا في الاحتراق النفسي وتم استخدام الخطوات التالية :

أولاً : البيانات الإحصائية الأساسية لدرجات عينة البحث في أبعاد المقياس والمقياس ككل وفقاً لخصائص النشاط الرياضي المختار (فردي ، جماعي) ، (احتكاكي ، متوازي) - وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات ، أقل من عشر سنوات) - وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة ، أقل من ٢٠ سنة) .
جداول (٨-٤ ، ٩-٤ ، ١٠-٤ ، ١١-٤)

جدول (٨-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لأبعاد والمقياس ككل وفقاً لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة جماعية ، أنشطة فردية)

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	الأنشطة الجماعية ن = ١٠٠			الأنشطة الفردية ن = ٨٠		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٩٧٠	٠,٦٣١	٠,٦٢٣	٧,٦٢٥	٠,٦٣٣	٠,٧٢٤
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٨,٦٣٠	٠,٨٠٧	٠,٦٠٢	٩,٣٨٧٥	٠,٨٩٩	٠,٦١٦
٣	أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق	١٠,٢٣٠	١,٥٩١	- ٠,٢٧٩	٩,٥٦٢	١,٠٠١	٠,١٤٤
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٣٥٠	١,٦١٦	٠,٠١٢	١٠,٧٨٧	١,١٠٧	- ١,٣٩٣
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٨,٣٩٠	٠,٧٤٩	٠,٣١٨	٨,٨٥٠	٠,٧٢١	٠,٣٦٠
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٦٦٠	٠,٨٤٨	٠,٦٨٠	٨,٧٢٥	٠,٧٧٨	٠,٠٩٧
٧	أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	٩,٠٦٠	٠,٩٧٣	٠,٢٤٠	٩,١٨٧	٠,٩٥١	٠,٠١٢
٨	أسباب تتعلق بالمشجعين	٧,٣٠٠	٠,٦٠٣	٠,٧٥٤	٧,١٠٠	٠,٦٨٨	- ٠,٣٠٠
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	١٠,٥٤٠	١,٧٩٤	- ٠,٢٥٤	١٠,٠٢٥	١,٠١٨	- ٠,١٣٩
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٧,٧٧٠	٠,٨٠١	١,٢٥٠	٦,٦٠٠	٠,٥٤٨	- ٠,٢٧٤
١١	الدرجة الكلية للمقياس	٨٨,٦٠٠	٥,٢٩٣	- ٠,٢٨٧	٨٨,٠٣٧	٧,١٦٦	٠,٣١٨

من جدول (٨-٤) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمحاور والمقياس ككل وفقاً لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة جماعية ، أنشطة فردية) يتضح أن

معاملات الالتواء لجميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين (± 3) ، كما أن جميع قيم الانحرافات المعيارية نقل بشكل واضح عن قيم المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد المقياس والمقياس ككل مما يشير إلى اعتدالية البيانات .

جدول (٩-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لأبعاد المقياس ككل وفقاً لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة احتكاكية ، أنشطة متوازية)

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	الأنشطة الاحتكاكية ن = ١٠٠			الأنشطة المتوازية ن = ٨٠		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٦٨٠	٠,٦٥٧	٠,٦٦٢	٧,٩٨٧	٠,٦٥٦	٠,٦٤٥
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٩,٦٩٠	٠,٩٨٠	٠,٣٤٩	٨,٠٦٢	٠,٧٨٥	٠,٦٨١
٣	أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق	٩,٨٦٦	٠,٩٩٨	- ٠,١٥٣	١٠,٠٢٥	١,٠٩٥	- ٠,٠٤٨
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٧٠٠	١,٠٨٧	- ١,٢٧٣	١٠,٣٥٠	١,١٠٧	٠,٠٢٨
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٨,٨٣٠	٠,٦١٤	٠,٣٧٠	٨,٣٠٠	٠,٧٥٣	٠,٤٢٩
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٨٨٠	٠,٨٢١	٠,١٨١	٨,٤٥٠	٠,٧٨٥	٠,٧٨٢
٧	أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	٩,١٠٠	٠,٩٨٩	٠,٠٩٣	٩,١٣٧	٠,٩٧٨	٠,١٧٩
٨	أسباب تتعلق بالمشجعين	٧,١٣٠	٠,٦٢٥	- ٠,٢٨٦	٧,٣١٢	٠,٧٨٣	٠,٧٦٩
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	٩,٩٢٠	٠,٨١٨	- ٠,١٠٧	١٠,٨٠٠	١,٠٤٩	- ٠,١٤٠
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٦,٥٧٠	٠,٧٦٦	- ٠,١٨٦	٨,١٠٠	٠,٧٨٩	١,٠٦٢
١١	الدرجة الكلية للمقياس	٨٨,٥١٠	٦,٦٤١	٠,١٥٨	٨٨,١٥٠	٥,٥٩٤	- ٠,١٤٣

من جدول (٩-٤) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمحاور والمقياس ككل وفقاً لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة احتكاكية ، أنشطة متوازية) يتضح أن معاملات الالتواء لجميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين (± 3) ، كما أن جميع قيم الانحرافات المعيارية نقل بشكل واضح عن قيم المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد المقياس والمقياس ككل مما يشير إلى اعتدالية البيانات .

جدول (٤-١٠)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء لأبعاد والمقياس ككل وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات ، أقل من عشر سنوات)

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	أكثر من عشر سنوات ن = ٥٥			أقل من عشر سنوات ن = ١٢٥		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٧٦٣	٠,٦٢٢	١,١٣٤	٧,٨٤٠	٠,٧٤٠	٠,٥٠٦
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٨,٨١٨	٠,٨٠١	٠,٨٣٩	٩,٠٣٢	٠,٧٩٩	٠,٥٠٥
٣	أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق	٩,٤٧٢	٠,٨٥٠	٠,٢٤٧	١٠,١٣٦	١,٤٧٩	- ٠,٢٤٤
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٦٥٤	١,٦٩١	٠,٠٤٥	١٠,٤٩٦	١,٨٦٠	- ٠,٩٩٠
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٩,٠٣٦	٠,٨٠١	٠,٦٤٥	٨,٤٠٠	٠,٧٩٠	٠,٣٠٢
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٩٦٣	٠,٨٩٨	٠,١٥٣	٨,٥٦٨	٠,٨٥٥	٠,٥٦٩
٧	أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	٨,٢٩٠	٠,٨٥٧	٠,٠٨٤	٩,٤٨٠	٠,٨٣١	٠,٣٧١
٨	أسباب تتعلق بالمشجعين	٧,٠٧٢	٠,٦٣١	- ٠,٤٨٠	٧,٢٧٢	٠,٦٨٥	٠,٦٨١
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	٩,٥٢٧	٠,٩٣٢	- ٠,١٠٧	١٠,٦٥٦	١,٦٩٣	- ٠,٢٣٧
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٦,٧٦٣	٠,٥٧٠	٠,٠٥٠	٧,٤٦٤	٠,٦٩٠	١,٢٣٩
١١	الدرجة الكلية للمقياس	٨٦,٠٠٠	٦,٦٩٨	٠,٣٨٠	٨٩,٢٠٨	٥,٧٦٤	٠,٠٤٨

من جدول (٤-١٠) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمحاور والمقياس ككل وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات ، أقل من عشر سنوات) يتضح أن معاملات الالتواء لجميع أبعاد المقياس والدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين (± 3) ، كما أن جميع قيم الانحرافات المعيارية نقل بشكل واضح عن قيم المتوسطات الحسابية لجميع أبعاد المقياس والمقياس ككل مما يشير إلى اعتدالية البيانات .

جدول (٤-١١)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمحاور والمقياس ككل وفقاً للعمر الزمني وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة ، أقل من ٢٠ سنة)

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	أكثر من ٢٠ سنة ن = ١٠٧			أقل من ٢٠ سنة ن = ٧٣		
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٩١٥	٠,٨٣٤	٠,٥٨٠	٧,٦٧١	٠,٦٣٣	٠,٨١٢
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٨,٨٤١	٠,٩٤٨	٠,٥٦٣	٩,١٥٠	٠,٨٧٦	٠,٧٥٨
٣	أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق	١٠,١٠٢	١,٠١٦	- ٠,١٨٤	٩,٦٨٤	٠,٨٢٦	٠,٠٣٤
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٤٣٩	١,٦٠٨	- ٠,٠٨٢	١٠,٦٩٨	١,٢٦٦	- ١,٢٩٢
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٨,٢٧١	٠,٧٨١	٠,٣٢٩	٩,٠٦٨	٠,٩١٨	٠,٤٧٢
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٥٦٠	٠,٧٨٤	٠,٦٧٦	٨,٨٧٦	٠,٧٤٧	٠,٠٥٦
٧	أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	٩,٢٢٤	٠,٩٨٥	٠,٢٤٧	٨,٩٥٨	٠,٧٣٠	٠,١٢٠
٨	أسباب تتعلق بالمشجعين	٧,٣٤٥	٠,٦٠٣	٠,٧١٠	٧,٠١٣	٠,٦١٠	- ٠,٣٥٧
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	١٠,٤٨٦	١,٧٥٥	- ٠,١٧٠	١٠,٠٥٤	١,١٠٠	- ٠,١٧٦
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٧,٦٩١	٠,٦٥٦	١,٣٢٩	٦,٦٠٢	٠,٥٨٨	- ٠,٢٩٤
١١	الدرجة الكلية للمقياس	٨٨,٥٩٨	٥,١٥٠	- ٠,٢٩٤	٨٧,٩٨٦	٧,٤٦٩	٠,٣٣٠

من جدول (٤-١١) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومعامل الالتواء للمحاور والمقياس ككل وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة ، أقل من ٢٠ سنة) يتضح أن معاملات الالتواء لجميع محاور المقياس والدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين ± ٣ ، كما أن جميع قيم الانحرافات المعيارية نقل بشكل واضح عن قيم المتوسطات الحسابية لجميع محاور المقياس والمقياس ككل مما يشير إلى اعتدالية البيانات .

ثانياً : حساب قيمة " ت " بين درجات عينة البحث على محاور مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لخصائص النشاط الرياضي المختار (أنشطة جماعية ، أنشطة فردية) ، (أنشطة احتكاكية ، أنشطة متوازية) - وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات ، أقل من عشر سنوات) - وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة ، أقل من ٢٠ سنة) جداول (٤-١٢ ، ٤-١٣ ، ٤-١٤ ، ٤-١٥) .

جدول (١٢-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة جماعية، أنشطة فردية)

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	الأنشطة الفردية ن = ٨٠		الأنشطة الجماعية ن = ١٠٠		فرق المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٩٨٧	١,٤٦٢	٧,٦٢٠	١,٣٣٤	٠,٣٦٢٥	١,٧٥٢
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٩,٣٨٧٥	١,٤١٧	٨,٠٦٢٥	١,٨٩٩	١,٣٢٥	** ٤,٨٦١
٣	أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق	١٠,٠٢٥	١,٨٩٥	٩,٥٦٢	٢,٢٧٧	٠,٤٦٢٥	١,٣٠٣
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٧٨٧	١,٧٠٧	١٠,٣٥٠	٢,٠٠٤	٠,٤٣٧	١,٥٤٤
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٨,٨٥٠	١,٦٣٣	٨,٣٠٠	١,١٧٢	٠,٥٥٠	** ٢,١٨١
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٧٢٥	١,٧٨٥	٨,٤٥٠	١,٧٧٨	٠,٢٧٥٠	٠,٩٢٩
٧	أسباب مرتبطة بالمشجعين	٩,٤٩٧	١,٩٧٢	٩,١٨٧	٢,٧٥١	٠,٣١٠	٠,١٥٨
٨	أسباب تتعلق بالمدرّب	٧,٣١٢	١,٣٨٣	٧,١٠٠	١,٢٨٨	٠,٢١٢٥	٠,٩٠٤
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	١٠,٨٠٠	١,٤٦٨	١٠,٠٢٥	٢,٠١٨	٠,٧٧٥٠	** ٢,٤٧٠
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٨,١٠٠	٢,٢٩٨	٦,٦٠٠	١,٢٤٨	١,٥٠٠٠	** ٥,٨٨٩
	الدرجة الكلية	٨٨,١٥	٥,٥٩٤	٨٨,٠٣	٧,١٦٦	٠,١٢٥	٠,١٠٢

*قيمة " ت " دالة عند مستوى ٠,٠٥ = ١,٩٩

** قيمة " ت " دالة عند مستوى ٠,٠١ = ٢,٦٣

من جدول (١٢-٤) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة جماعية ، أنشطة فردية) يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قيمة ت المحسوبة لصالح لاعبي الأنشطة الجماعية عن الأنشطة الفردية في كل من البعد الثاني (أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب) و البعد الخامس (أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة) والمحور التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام وهو المحور العاشر) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على باقي الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (١٣-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على
أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لخصائص النشاط الرياضي
(أنشطة احتكاكية ، أنشطة متوازية)

(ن = ١٨٠)

م	الأبعاد	الأنشطة الاحتكاكية ن = ١٠٠		الأنشطة المتوازية ن = ٨٠		فرق المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٩١٢	١,٤٥٨	٧,٧٠٠	١,٣٢٥	٠,٢١٢٥	١,٠١٤
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٩,٠٥٠	١,٧٧٦	٨,٤٠٠	١,٧٧١	٠,٦٥٠٠	١,٩٨١
٣	أسباب مرتبطة بالامكانات المادية والفنية للفريق	١٠,٣٨٧	٢,٠٥٩	٩,٢٠٠	١,٩٨٣	١,١٨٧	** ٣,٣٦٣
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١٠,٨٨٧	١,٨٩٤	١٠,٥٥٠	١,٨٥٤	٠,٣٣٧	٠,١١٦
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٩,١٥٠	١,٧٤٣	٨,٠٠٠	١,٤٤٠	١,١٥٠	** ٤,٢٨٠
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٧٦٢	١,٨٣٩	٨,٤١٢	١,٧١٥	٠,٣٥٠٠	١,١٤١
٧	أسباب مرتبطة بالمشجعين	٩,٤٧٥	١,٨٥٥	٨,٨٥٠	٢,٧٩٧	٠,٦٢٥٠	١,٦٩٩
٨	أسباب تتعلق بالمدرّب	٧,٤٠٠	١,٤١٧	٧,٢١٢	١,٢٥٩	٠,٢٨٨	٠,٠٦٢
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	٨,٨٠٠	١,٠٢٣	٧,٩٠٠	٢,٥١٣	٠,٩٠٠	** ٣,٣٦٠
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٧,٤٠٠	١,٤١٧	٧,٢١٢	١,٢٥٩	٠,٢٨٨	٠,٠٦٢
الدرجة الكلية		٨٨,٦٣	٦,١١٩	٨٧,٥٥	٦,٦٧٨	١,٠٨٧٥	١,٠٣٦

من جدول (١٣-٤) والخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لخصائص النشاط الرياضي (أنشطة احتكاكية ، أنشطة متوازية) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قيمة ت المحسوبة لصالح لاعبي الأنشطة الاحتكاكية عن الأنشطة المتوازية في كل من البعد الثالث (أسباب مرتبطة بالامكانات المادية والفنية للفريق) والبعد الخامس (أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة) والبعد التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على باقي الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (١٤-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات ، أقل من عشر سنوات)

(ن = ١٨٠)

م	أبعاد	أكثر من عشر سنوات ن = ١٢٥		أقل من عشر سنوات ن = ٥٥		فرق المتوسطين	قيمة ت المحسوبة
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	٧,٨٠٠	١,٣٥٢	٧,٧٦٣	١,٣٣٢	٠,٠٣٧	٠,١٣٨
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	٨,١٦٣	١,٦٠٧	٧,٨١٨	١,٥٥٢	٠,٣٤٥	٠,١٩٤
٣	أسباب مرتبطة بالامكانيات المادية والفنية للفريق	١٠,٢٠٠	١,٩١٨	٩,٤٧٢	٢,٥٠٠	٠,٧٢٧	١,٧٧١
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	١١,٢٩٣	١,٦٥٨	١٠,٦٥٤	١,٦٩١	٠,٦٣٩	٠,٩٥٣
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	٩,١٠٩	١,٦١٧	٩,٠٣٦	١,٥٩٨	٠,٠٧٣	٠,٠٥٥٥
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	٨,٩٦٣	١,٨٦٤	٨,٣٠٩	١,٦٩٩	٠,٥٥٤	٠,٧٨٧
٧	أسباب مرتبطة بالمشجعين	٨,٧٢٧	١,٧٦٨	٨,٢٩٠	٢,٤٩٩	٠,٤٣٦	٠,٩٩٦
٨	أسباب تتعلق بالمدرّب	٧,٤٧٢	١,٥٠١	٧,٠٧٢	١,٣٣١	٠,٤٠٠	**٢,٥٣٧
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	١٠,٦٧٢	١,٦٦٧	٩,٥٢٧	١,٩٣٢	١,١٤٥	**٣,٦٣٦
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	٨,١٠٩	٢,٣٣٨	٦,٧٦٣	١,١٧٠	١,٣٤٥	**٤,٠٢٢
	الدرجة الكلية	٨٧,٧٠٩	٥,٣٢١	٨٦,٤٠٠	٦,٦٩٨	١,٣٠٩	١,٢٢٣

من جدول (١٤-٤) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات ، أقل من عشر سنوات) يتضح فروق ذات دلالة إحصائية في قيمة ت المحسوبة لصالح لاعبين ذو سنوات الممارسة الأكثر من عشر سنوات عن لاعبين ذو سنوات الممارسة الأقل من عشر سنوات في كل من البعد الثامن (أسباب تتعلق بالمدرّب الرياضي) والبعد التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على باقي الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (١٥-٤)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة ، أقل من ٢٠ سنة)

(ن = ١٨٠)

م	المحاور	أقل من ٢٠ سنة ن = ٧٣		أكثر من ٢٠ سنة ن = ١٠٧		قيمة ت المحسوبة
		الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	
١	أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب	١,٣٣٣	٧,٦٧١	١,٤٨٠	٨,٠٥٤	**٢,٠٢١
٢	أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب	١,٧٧٦	٨,١٠٩	١,٤٥٨	٩,١٥٠	٠,٢١٤
٣	أسباب مرتبطة بالامكانات المادية والفنية للفريق	٢,٣٢٦	٩,٦٨٤	١,٩١٤	٩,٩٧٢	٠,٧٣٢
٤	أسباب مرتبطة بالإدارة العليا للفريق	٢,٠٦٦	١٠,٤٢٤	١,٦٩٩	١٠,٦٩٨	٠,٨٥٣
٥	أسباب مرتبطة بضغط التدريب الزائد والمنافسة	١,٦١٨	٨,٢٤٦	١,٦٥٦	٩,٠٦٨	٠,٧١٩
٦	أسباب مرتبطة بطموحات اللاعب	١,٧٤٧	٨,٤٢٤	١,٨٤٠	٨,٨٧٦	١,٤٢٩
٧	أسباب مرتبطة بالمشجعين	٢,٧٣٠	٨,٩٥٨	١,٨٥٥	٩,٩٤٥	٠,٠٤٢
٨	أسباب مرتبطة بالمدرّب الرياضي	١,٢٧٤	٧,٠١٣	١,٣٦٤	٧,٤٣٨	**٢,١١٥
٩	أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية	٢,١٠٠	١٠,٠٥٤	١,٦٩٤	١٠,٨٢١	**٢,٥٥٢
١٠	أسباب تتعلق بوسائل الإعلام	١,٢٨٨	٦,٦٠٢	٢,٣٤٥	٨,٢٣٢	**٦,٠٥٥
	الدرجة الكلية	٧,٤٦٩	٨٨,٢٦٠	٥,٨١٦	٨٧,٩٨٦	٠,٢٦٢

من جدول (١٥-٤) الخاص بالمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة " ت " بين درجات عينة البحث على أبعاد مقياس الاحتراق النفسي وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة ، أقل من ٢٠ سنة) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قيمة ت المحسوبة لصالح لاعبي ذو العمر الزمني الأكثر من ٢٠ سنة عن لاعبي ذو العمر الزمني الأقل من ٢٠ سنة في كل من البعد الأول (أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب) والبعد الثامن (أسباب تتعلق بالمدرّب الرياضي) والبعد التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على باقي الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس.

٢/٤ مناقشة نتائج البحث :

باستعراض نتائج الهدف الأول يتضح أن مقياس الاحتراق النفسي للرياضيين ذو المستويات العليا المقترح يتمتع بدرجة مرتفعة من المعاملات العلمية كالصدق (صدق المحكمين - صدق الاتساق الداخلي) ، والثبات (معامل ألفا كرونباخ - التجزئة النصفية) ، وأن إجراء المعاملات العلمية على مرحلتين أولهما الدراسة الاستطلاعية (ن = ٣٠) وثانيهما الدراسة الأساسية (ن = ١٨٠) يزيد من درجة الثقة في المقياس والنتائج المستخلصة ويبدو أن ذلك أمراً متوقفاً خاصة أن المقياس في أبعاده العشرة المستخلصة (أسباب وعوامل مرتبطة بالإدارة العليا للفريق ، أسباب وعوامل مرتبطة بشدة الإصابة البدنية ، أسباب وعوامل مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق ، أسباب وعوامل مرتبطة بالمدرّب الرياضي ، أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب ، أسباب وعوامل مرتبطة بطموحات اللاعب ، أسباب وعوامل مرتبطة بضغوط التدريب الزائد والمنافسة ، أسباب وعوامل مرتبطة بشخصية اللاعب ، أسباب وعوامل تتعلق بوسائل الإعلام ، أسباب وعوامل تتعلق بالمشجعين) . تمثل الأسباب والعوامل التي تسهم في زيادة الضغط على اللاعب الرياضي والتي قد تؤدي بالتالي إلى الاحتراق للاعب الرياضي .

ومن ناحية أخرى فإن استعراض نتائج الهدف الثاني " التعرف على الأسباب أو العوامل والتي تسهم في زيادة الضغط على الرياضيين ذو المستويات العليا " يمكن تقدير مدى شدة مشاعر الاحتراق لدى اللاعبين من خلال ما تم عرضه بجداول (٢٠) حيث أمكن ترتيب أبعاد المقياس العشر على حسب درجة الشدة وذلك من خلال المتوسطات الحسابية لدرجات اللاعبين على أبعاد المقياس كما يلي :

١. البعد الرابع أسباب وعوامل مرتبطة بالإدارة العليا للفريق .
٢. البعد التاسع أسباب وعوامل مرتبطة بشدة الإصابة البدنية .
٣. البعد الثالث أسباب وعوامل مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق .
٤. البعد السابع أسباب وعوامل مرتبطة بالمدرّب الرياضي .
٥. البعد الثاني أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب .
٦. البعد السادس أسباب وعوامل مرتبطة بطموحات اللاعب .
٧. البعد الخامس أسباب وعوامل مرتبطة بضغوط التدريب الزائد والمنافسة .
٨. البعد الأول أسباب وعوامل مرتبطة بشخصية اللاعب .
٩. البعد العاشر أسباب وعوامل تتعلق بوسائل الإعلام .
١٠. البعد الثامن أسباب وعوامل تتعلق بالمشجعين .

وأن البعد الرابع (أسباب وعوامل مرتبطة بالإدارة العليا للفريق) والذي يهتم بالأسباب والعوامل التي ترتبط بالإدارة العليا للفريق كمجلس إدارة النادي أو الاتحاد الرياضي أو اللجنة الإدارية العليا المشرفة على اللاعبين أو الفريق الرياضي التي ينتمي إليها اللاعب ، والتي قد ترتبط بعدم اقتناعها بكفاءة اللاعب ورفضها الاستجابة لطلباته الضرورية وإحساس اللاعب بعدم تقديرها له بصورة كافية أو محاولتها الاستغناء عنه أو إحساس اللاعب بأنه مهدد بالرحيل من الفريق، يمثل أكثر الأبعاد العشر شدة نحو أعراض الاحتراق النفسي ، حيث بلغ متوسط درجات البعد ١٠,٥٤٤ درجة .

وهنا يشير " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) أن الإدارة العليا للفريق تمثل أهم الأسباب والعوامل التي تسهم في زيادة الضغط على اللاعب الرياضي والتي تتمثل في مجلس الإدارة للنادي أو الاتحاد الرياضي أو اللجنة الإدارية المشرفة على اللاعبين أو الفريق الرياضي والتي يخضع لها اللاعب ، والتي ترتبط بعدم اقتناعها بكفاءة اللاعب ورفضها الاستجابة لطلباته الضرورية وإحساس اللاعب بعدم تقديرها له بصورة كافية ، أو محاولتها التقليل من قدراته ، أو إحساس اللاعب بأنه مهدد الاستغناء عنه في أي وقت . (١٤ : ٥٣ ، ٥٧)

وينفق مع هذا المعنى " أسامة كامل راتب " (١٩٩٧ م) فيذكر أن من أهم أولويات الإدارة التركيز الزائد على المكافأة وضرورة المكسب والفوز وهما من العوامل التي تزيد الضغوط النفسية على الرياضي وتتزايد هذه المشكلة حدة عندما نتعامل مع الرياضي كوسيلة لتحقيق المكسب ولا تهتم بحاجاته ، وأنه من الأهمية أن يوجه الاهتمام للرياضي أولاً ويأتي المكسب في الرتبة التالية حتى يتحقق المكسب الحقيقي وكذلك من الأهمية أن يؤخذ في الاعتبار أن المكسب ليس هو الشيء الوحيد الهام ولكن الكفاح من أجل المكسب وتقدير الجهد هو الأكثر أهمية . (٣ : ٢٧ ، ٢٩)

كما بلغ متوسط درجات البعد التاسع (أسباب وعوامل مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) ١٠,٣١١ درجة وهو يمثل ثاني أكثر الأبعاد شدة نحو أعراض الاحتراق النفسي .

وهذا ويؤكد ما أشارت إليه نتائج كل من دراسة " حسناء محمد عبد الدايم محمد علي " (٢٠٠٤ م) (٧) ، " سيلفا Silva " (١٩٩٠ م) (٢٩) ، " واينبرج ، جولد ، Wienberg ، Gould " (١٩٩٥ م) (٣٣) ، " رايدك ، سميث Readek , Smith " (٢٠٠١ م) (٢٧) والتي توصلت إلى أن الإصابة البدنية تعتبر من المعوقات الأساسية التي تعوق ممارسة اللاعب لرياضته واختلفت في حين أنها معرفة الفرق بين الإصابة الناتجة عن المجهود البدني الزائد أو الإجهاد والتعب الشديدين وطول مدة الإصابة التي تؤدي باللاعب إلى حالة من الملل والاكتئاب .

ويضيف " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) أن اللاعب الرياضي الذي قد حدثت له إصابة قد تكون بدنية أو نفسية قد تمنعه من العودة لمستوياته السابقة حتى بعد تأهيله من الإصابة الرياضية ومن ناحية أخرى قد تتكرر إصابة اللاعب في أجزاء مختلفة من جسمه أو قد تعاوده الإصابة القديمة وذلك في ضوء طبيعة النشاط الرياضي الممارس وهو الأمر الذي يلقي بالمزيد من الضغوط على الناحية البدنية والنفسية للاعب الرياضي .

وقد تظهر على اللاعب الرياضي المصاب بعض المظاهر الدالة على سوء التكيف مع الإصابة الرياضية والتي يمكن تلخيص أعراضها كما يلي :

- الشعور بالغضب والارتباك والحزن العميق وأحيانا عدم المبالاة .
- الانشغال الدائم بالسؤال عن موعد شفائه وموعد عودته إلى التدريب والمنافسات .
- التفكير في أن يصاب مرة أخرى في حالة شفائه من الإصابة الحالية .
- دائم التذمر من أي ألم بدني ومحاولة تضخيمه .
- محاولة الهروب من بعض الشخصيات الهامة في مجال رياضته أو في مجال فريقه الرياضي . (١٦ : ٣٢)

ويرجع الباحث أهمية هذا البعد وهو (أسباب وعوامل مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) إلى صعوبة عودة اللاعب إلى ممارسة الرياضة بعد الإصابات التي تطول فيها فترة الشفاء فتتراكم عند اللاعب مجموعة من المشاعر السلبية نحو ممارسته للرياضة وعند شفائه من الإصابة وعودته لممارسة الرياضة بشكل متواصل فإنه لا يلعب بنفس الأداء السابق قبل الإصابة خوفاً من الإصابة .

في حين بلغ متوسط درجات البعد الثالث (أسباب وعوامل مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق) ٩,٩٣٣ درجة وهو يمثل ثالث أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي حيث يهتم هذا البعد ببقاوت في الإمكانات المادية والفنية بين الأندية حيث توجد فروق في (أسلوب التدريب ، كفاءة المدرب نفسه ، الراتب الشهري للاعب) كما توجد فروق بين الأدوات والتجهيزات بين الفرق وبعضها البعض عندئذ يمثل هذا العامل عبء على اللاعبين في التمثيل للمنتخبات القومية في البطولات الدولية والعالمية .

ويرى الباحث أن احتلال هذا البعد المرتبة الثالثة قد يرجع إلى أهميته في تكوين السبب المعرفي للاحتراق النفسي وعزو نتائج المنافسات الهزيلة إلى ضعف المستوى الفني والمادي للفريق ويعتبره اللاعب سبباً من أسباب الاحتراق النفسي وترك الرياضة عامة .

ويشير " أسامة راتب " (١٩٩٧ م) إلى أن تكرار خبرات الفشل قد تفسر لدى الرياضيين على أساس سلبي قد تزيد من الاستجابات السلبية لأعراض الإجهاد أو الاحتراق ، بينما تفسر من قبل بعض الرياضيين الآخرين على أنها دافعاً للتحدي والإصرار على بذل المزيد من الجهد وتطوير الأداء في المستقبل . (٣ : ٢٣)

بينما احتل البعد السابع (أسباب وعوامل مرتبطة بالمدرّب الرياضي للفريق) المرتبة الرابعة حيث بلغ المتوسط الحسابي ٩,١١٦ درجة والذي يهتم بأسباب عدم تقدير المدرّب للجهد الذي يبذله اللاعبون لمحاولة الارتقاء بمستوياتهم الرياضية أو عدم اعتراف المدرّب بالدور الرئيسي الذي يلعبه اللاعبون في عملية التدريب والمنافسة الرياضية وكذلك شعور اللاعبين بعدم وجود علاقات متفاعلة أو عدم وجود وسائل اتصال كافية ومستمرة مع المدرّب الرياضي الأمر الذي قد يؤدي إلى عدم تماسك أو عدم تفاعل اللاعبين مع بعضهم البعض وبالتالي تصدع الفريق الرياضي أو احتراق اللاعبين الرياضيين ، وهو يمثل رابع أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي ، مما يشير أيضاً إلى ارتفاع الشعور لدى اللاعبين عينة البحث .

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه " أسامة راتب " (٢٠٠١ م) إلى أن التدريب الرياضي في جوهره نوع من الاتصال ، حيث أن كل فعل يقوم به المدرّب يتطلب الاتصال مع الآخرين حيث أن المدرّب الناجح له مقدرة جيدة في الاتصال (التعامل) مع اللاعبين ، وربما يتضح ذلك عندما نلاحظ فشل الكثير من المدرّبين حيث يرجع إلى ضعف مهاراتهم في الاتصال مع اللاعبين أكثر من أنه نتيجة الإخفاق في تسجيل النتائج . (٤ : ٨٧)

هذا ويرى " سيلفا Silva " (١٩٩٠ م) أن من أهم مصادر الضغوط النفسية المؤدية إلى الاحتراق النفسي لدى الرياضيين هو الإحباط الناتج عن الفشل في إرضاء المدرّب وكذلك أسلوب التعامل المدرّب مع اللاعبين . (٢٩ : ٥ ، ٦)

ويرى " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) أن من أهم مصادر الضغوط التي تقع على اللاعب هو أسلوب تعامل المدرب مع اللاعب ومطالبة المدرب للاعب بتحقيق متطلبات تفوق قدراته واستطاعته . (١٤ : ٢٦)

كما يشير " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) إلى أن الضغوط في المجال الرياضي بين اللاعب وكل من المدرب الرياضي والإداري الرياضي في المنافسات الرياضية وخاصة ممن تربطهم مع اللاعبين العديد من العلاقات في المحيط الرياضي وما يرتبط بنوعية هذه العلاقات من انتقاد أو ديكتاتورية أو عدم التقدير الكافي أو عدم التحفيز أو التشجيع أو محاولة المطالبة بتحقيق مستوى طموحات مغالى فيها . (١٤ : ٣٩)

كما تتفق هذه النتائج مع نتائج دراسات كلاً من " سيلفا Silva " (١٩٩٠ م) (٢٩) ، " محمد عبد العاطي عباس " (١٩٩٨ م) (١٢) ، " بنجامين، وديفيد Benjamin & David " (١٩٩٧ م) (١٨) ، " بريس ، ويس Price & Weiss " (٢٠٠٠ م) (٢٤) ، " رايديك ، لاتي ، كيرك Readeke & Lunny & Kirck " (٢٠٠٢ م) (٢٦) ، " هاريس Harris " (٢٠٠٥ م) (٢١) والتي أشارت إلى أن من أهم أسباب وعوامل الاحتراق النفسي لدى اللاعبين هي الضغوط المرتبطة بالآخرين والمدرب ، وكذلك أسلوب تعامل المدرب مع اللاعب من أهم مصادر الاحتراق النفسي .

كما بلغ متوسط درجات المحور الثاني (أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب) ٨,٩٦٦ درجة وهو يمثل خامس أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي ، ويتفق ذلك مع ما أشار إليه " أسامة راتب " (١٩٩٧ م) إلى أن اللاعبين يقعون تحت ضغوط نفسية ناتجة عن اتجاهات أفراد الأسرة نحو الرياضة ومنها على سبيل المثال أن هناك آباء غير مهتمين بمشاركة أبنائهم ولا يحضرون ممارسة أبنائهم للرياضة إلى درجة التي تؤدي إلى ضغط الاضطرابات النفسية لأبنائهم كما أن هناك آباء لديهم تعصب زائد نحو المكسب وآخرين يكتفون من استخدام أسلوب النقد والتدخل في أمر التدريب وبذلك تصبح الممارسة خبرة سلبية ومصدراً للتوتر وليس للسعادة والمتعة ، وذلك بجانب نظرة المجتمع للرياضة عموماً فإن المجتمع ينظر إلى الرياضة على أنها إهداراً للوقت ولأن اللاعب جزءاً من هذا المجتمع فإن اللاعب يتضرر ضرراً بالغاً من كثرة هذه الأعباء وأصبحت من أهم أسباب وعوامل الاحتراق النفسي . (٤ : ٣٩٢)

ويتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسة " رايديك وتوماس Readeke & Tomas " (١٩٩٧ م) التي أجريت على السباحين وأكدت أن السباحين يكونون أكثر تأثراً بالضغوط وأكثر عرضة للاحتراق النفسي إذا كانت ممارستهم للرياضة لأسباب ترتبط بالإجبار من جانب أفراد الأسرة . (٢٥)

وتشير " جيفلا بونتا Gevla Bonta " (١٩٩١ م) إلى أن الاحتراق النفسي يتحدد من خلال استجابات متعددة من النواحي النفسية والاجتماعية وكذلك الخبرات الشخصية إضافة إلى مدى وقيمة المشاركة الرياضية بالنسبة لأفراد الأسرة . (٢٠)

ويتفق " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) مع نتائج الدراسات السابقة في أن حياة اللاعب العامة أو الاجتماعية هي التي ترتبط باللاعب بحياة اللاعب خارج المجال الرياضي سواء في المجال العائلي أو الدراسي أو مجال العمل أو الأصدقاء والأقارب وغير ذلك من المجالات وما قد يرتبط بكل منها من صراعات أو تنافس أو مشكلات أو أعباء يصعب تحملها . (١٤ : ٣٩)

كما بلغ متوسط درجات البعد السادس (أسباب وعوامل مرتبطة بطموحات اللاعب) ٨,٦٨٨ درجة وهو يمثل سادس أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي .

وتتفق هذه الدراسة مع رأي " أسامة كامل راتب " (١٩٩٧ م) من حيث الاهتمام الزائد بالمكسب والفوز فإنه ما يقترح أهداف من قبل الرياضي والمدرّب تزيد عن قدرات اللاعب، ومن ثم يصعب تحقيقها بالرغم من جدية التدريب وبذل الجهد الأمر الذي يجعل اللاعب عرضة لظاهرة التدريب الزائد أملاً في تحقيق هذه الأهداف ، وعندما يفشل يصبح أكثر عرضة للضغوط السلبية التي تؤدي إلى الاحتراق . أنه من الأهمية ألا يخلط المدرّب و الرياضي بين ما هي قدرات اللاعب ، وما يريد أن يكون عليه حتى يتم وضع أهداف واقعية . (٣ : ٣٠ ، ٣١)

كما بلغ متوسط درجات البعد الخامس (أسباب وعوامل مرتبطة بضغوط التدريب والمنافسة) ٨,٥٤٩ درجة وهو يمثل سابع أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي ، ويرى الباحث أن الضغوط النفسية عن المشاركة المكثفة والتدريب الشاق والمنافسة الرياضية والضغوط النفسية تؤدي إلى زيادة القلق والتوتر مقابل نقص فائدة وقيمة الاشتراك في برنامج المنافسة الرياضية باعتباره مصدراً للاستمتاع والشعور بالرضا والسعادة ، وكذلك فإن استمرار تعرض اللاعب لمثل هذه الضغوط النفسية لفترات طويلة قد يؤدي إلى الشعور بالملل ونقص الرغبة في الدافعية لبذل المزيد من الجهد ، وربما يصل إلى مرحلة الانسحاب من الرياضة أو التحول إلى رياضة أخرى ، وربما الانسحاب الكلي من الرياضة غير نادم أو أسف على ذلك .

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه " أسامة راتب " (١٩٩٧ م) إلى أن تعرض اللاعب للضغوط المرتبطة بالتدريب ونتيجة لتكيفه السلبي لهذه الضغوط بحيث أن يكون لدى اللاعب الرغبة في مزاوله التدريب والدافعية والحماس نحو الاستمرار وتظهر أعراض التدريب الزائد ويستمر هبوط مستوى اللاعب نتيجة لتفسيره السلبي لنتائج التدريب الزائد ويحدث نتيجة لذلك الإجهاد النفسي وكثرة الضغوط وتراكمها مما يؤدي في النهاية إلى حدوث الاحتراق النفسي ثم الانسحاب من الرياضة . (٣ : ١٨ ، ٢١)

وتتفق الدراسة إلى ما أشار إليه " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) بضرورة الاهتمام بالحمل التدريبي ومما ينتج عنه هبوط في مستوى اللاعب مصحوب بعدد من الأعراض النفسية والفسولوجية ناتجة عن سوء تخطيط البرنامج التدريبي الذي يتعدى حدود ونطاق قدرات واستطاعات اللاعب وكذلك المغالاة في الاشتراك في المنافسات الرياضية وفي مواجهة منافسين ذوي مستويات عالية وكذلك كثرة السفر والتنقل والترحال للاشتراك في المنافسات الرياضية . (١٤ : ٣٨)

وأكدت دراسة " محمد عبد العاطي عباس " (١٩٩٨ م) أن التدريب الزائد من أهم أسباب الاحتراق النفسي للاعبين ، وأن ارتفاع شدة حمل التدريب يؤثر سلباً على اضطرابات الحالة المزاجية وعدم التكيف النفسي للاعبين وأن انخفاض معدل الفوز والاستمتاع في ممارسة الرياضة والمنافسة من أهم مصادر الاحتراق النفسي الواقعة على كاهله وتعتبر من أهم أسباب الاحتراق النفسي . (١٢)

كما بلغ متوسط درجات البعد الأول (أسباب وعوامل مرتبطة بشخصية اللاعب) ٧,٨١٦ درجة وهو يمثل ثامن أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي ، وتتفق الدراسة مع كل من أسامة كامل راتب ١٩٩٧ م ، محمد حسن علاوي ١٩٩٨ م إلى أن توجد هناك فروق بين شخصية كل لاعب وآخر واللاعب الرياضي الذي يمكن أن يقترب من حافة الاحتراق بدرجة أكبر من اللاعب

الأخر الذي يتسم بنقص الدافعية نحو الإنجاز والتفوق والافتقار إلى الثقة بالنفس ودرجات عالية في سمة القلق كما يتسم بالنزعة التساؤمية بدرجة أكبر من اتسامه بالنزعة التفاؤلية عند النظر إلى المواقف والأحداث المختلفة ونقص تقدير الذات ويفتقر إلى عامل الصلابة وبالتالي لا يتسم بسمة الالتزام أو التحكم في الذات أو التحدي ويميل إلى تعليل وعزو الأسباب والمواقف والأحداث على أنها خارج نطاق تحكمه . (٣ : ٣٣ ، ٣٤) ، (١٤ : ٣٧)

ويرى الباحث أن اللاعب يجب أن يعبر عن مشاعره للآخرين وذلك يقلل من حدة الإجهاد النفسي ويحول دون حدوث الاحتراق النفسي للاعب لذلك فمن الأهمية أن يساعد جهاز التدريب بشكل عام والمدرّب الرياضي بشكل خاص على أن يعبر اللاعب عن مشاعر الإحباط ، القلق ، والإخفاق في تحقيق طموحاته ، وأن يجد المساندة الاجتماعية والتدعيم والعون من المدرّب وجهاز التدريب وزملائه في التدريب والفريق فذلك سبب أدعى لاكتشاف المشكلات مبكراً وعدم تراكم الخبرات النفسية والسلبية ، ويجب أن يتيح المدرّب للاعب بعض مواقف اتخاذ القرار وذلك لاستماع إلى اقتراحاته واستخدام المفيد منها ، حيث أن ذلك يزيد من درجة التزام اللاعب نحو التدريب ويصبح لديه إحساس أكبر بالمسؤولية نحو تحقيق النجاح .

كما بلغ متوسط درجات البعد العاشر (أسباب وعوامل مرتبطة بوسائل الإعلام) ٧,٢٥٠ درجة وهو يمثل تاسع أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي ، وجاءت نتائج الدراسة متفقة مع " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) نقلاً عن ما أصدره اليونسكو على أنه ينبغي لكل من يعمل في مجال وسائل إعلام الجماهير دون أي مساس بالحقوق في حرية الإعلام أن يكون على إدراك تام لمسئوليته إزاء الأهمية الاجتماعية والتربوية والغاية الإنسانية والقيم الأخلاقية التي تنطوي عليها التربية البدنية والرياضة كما يؤكد الميثاق أيضاً على العلاقات بين المسؤولين عن وسائل الإعلام الجماهيري والعاملين في الحقل الرياضي وهي علاقات ينبغي أن تكون وطيدة مبنية على الثقة والاحترام المتبادلين وذلك لضمان توفير معلومات موضوعية معززة بالوثائق .

كما ينبغي على النقاد والمعلقين الرياضيين إبراز الجوانب السلبية لمظاهر العنف والعدوان والشغب في الرياضة والتخلي بروح المسؤولية وعدم التحيز كما يمكن للبرامج التليفزيونية أن تكون ذات عون هام في مجال ترويح وتوضيح أخلاقيات الرياضة والتعريف بالجهود المبذولة للنهوض بها . (١٧ : ٨٣ ، ٨٤)

كما بلغ متوسط درجات البعد الثامن (أسباب وعوامل مرتبطة بالمشجعين) ٧,٢١١ درجة وهو يمثل عاشر أكثر الأبعاد شدة نحو أسباب وعوامل الاحتراق النفسي ، هذا ويرى الباحث أن من أكبر الحالات الشائكة التي تواجه اللاعبين هو الشغب والتعصب الجماهيري وتوجد هذه الحالة عند الجمهور سواء أكان (ذكور ، إناث) ويوجد لدى الجمهور بصرف النظر عن نوع ومستوى الرياضة التي يتحمسون لها ولكن النمط الغالب هو حرص الجمهور أن يجدوا لاعبيهم أبطالاً رياضيين ويفرحون كثيراً عند فوز فريقهم في أي منافسة حتى ولو كانت ودية ويواجهون هزيمة لاعبيهم بالنقض الشديد والحاد للاعبين وينعكس ذلك على سلوك اللاعبين داخل المنافسة والتدريب ، حيث يكون اللاعب كثير الكلام مع الحكام أو الإداري نظراً للنتيجة المتوقعة أو رد فعل الجمهور عليه إذا رأى الجمهور أن اللاعب يعد مقصراً في هذا الخطأ .

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج بعض الدراسات التي تصدت لعنف وشغب الجماهير في الملاعب الرياضية حيث يشير " محمد حسن علاوي " (١٩٩٨ م) إلى أن أهم أسباب وعوامل عنف وشغب الجماهير في الرياضة يمكن أن تنحصر في (المنافسة الشديدة بين أندية معينة ، طبيعة النشاط الرياضي ، الوقت المتبقي من المنافسة ، النتيجة النهائية للمنافسة ، سلوك اللاعبين أثناء اللعب ، مدى أهمية المنافسة ، مكان إقامة المنافسة) . (١٧ : ٧٦ ، ٧٧)

وباستعراض نتائج الهدف الثالث الخاص بالفروق بين درجات عينة البحث على محاور مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لخصائص النشاط الرياضي (جماعي ، فردي) ، (احتكاكي ، متوازي) لوحظ أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي الأنشطة الجماعية ولاعبي الأنشطة الفردية لصالح الأنشطة الجماعية في كل من البعد الثاني (أسباب وعوامل مرتبطة بالحياة الاجتماعية لدى اللاعب) ، والبعد الخامس (أسباب مرتبطة بضغوط التدريب الزائد والنافسة) ، والبعد التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) ، والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في باقي الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس .

وكذا بين لاعبي الأنشطة الاحتكاكية ولاعبي الأنشطة المتوازية لصالح لاعبي الأنشطة الاحتكاكية في كل من البعد الثالث (أسباب مرتبطة بالإمكانات المادية والفنية للفريق) ، والبعد الخامس (أسباب مرتبطة بضغوط التدريب الزائد والنافسة) ، والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث في باقي المحاور والدرجة الكلية للمقياس .

هذا ويرى الباحث أن عدم وجود العائد سواء أكان هذا العائد مادي أو معنوي وتجاهل المجتمع لهذه الرياضات واصطفاف المجتمع حول لعبة شعبية واحدة قد يجعل لاعبي الأنشطة الأخرى لا يأخذون حقهم في الدعم الاجتماعي .

كما أن طبيعة الأنشطة الجماعية تختلف عن مثيلاتها من الألعاب الفردية الأخرى نظراً لما تتميز به هذه الألعاب من سرعة في الأداء وسرعة الارتداد من الهجوم إلى الدفاع نتيجة لكثرة عدد النقاط المسجلة أو الأهداف في المباريات ، وطرق اللعب الدفاعية وغيرها واشتراك المدرب أثناء المنافسة بصورة إيجابية وقيامه بتصحيح الأخطاء الفنية المساهمة في الأداء عند التدريب على هذه المهارات .

كما اتفقت دراسات " محمد عبد العاطي عباس " (١٩٩٨ م) (١٢) ، " صفاء مصطفى درويش " (١٩٩٩ م) (٨) ، " وحسنا عبد الدايم محمد علي " (٢٠٠٤ م) (٧) أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين لاعبي الأنشطة الجماعية (كرة القدم ، كرة اليد ، كرة السلة ، كرة الطائرة ، الهوكي) ولاعبي الأنشطة الفردية (السباحة ، ألعاب القوى ، المصارعة ، الجودو ، الملاكمة) لصالح الأنشطة الفردية ، و فروق ذات دلالة إحصائية بين الأنشطة الاحتكاكية (كرة القدم ، كرة اليد ، كرة السلة ، المصارعة ، الجودو ، الملاكمة) و الأنشطة المتوازية (السباحة ، ألعاب القوى ، كرة الطائرة) في أسباب وعوامل الاحتراق النفسي لصالح الأنشطة المتوازية .

كما يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على محاور مقياس الاحتراق النفسي وفقاً لسنوات الممارسة (أكثر من عشر سنوات - أقل من عشر سنوات) لصالح اللاعبين الأكثر ممارسة من عشر سنوات في كل من البعد الثامن (أسباب تتعلق بالمدرّب الرياضي)

والبعد التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على باقي الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس .

ويتفق مع هذه النتائج " أسامة راتب " (١٩٩٧ م) حيث يشير إلى أن الاحتراق النفسي هو فقدان دافع المنافسة نتيجة للضغوط والأعباء والدافع هو الجهد الذي يبذله الرياضي من أجل النجاح في إنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها في التدريب والمنافسة وكذلك المثابرة عند مواجهة الفشل والشعور بالفخر عند إنجاز تلك الواجبات والمهام وذلك مع اختلاف سنوات الممارسة فكل سباح أياً كانت سنوات خبريه فهو يحاول بذل الجهد لإنجاز الواجبات والمهام التي يكلف بها . (٤ : ١٥٧)

ويرجح الباحث تلك النتائج إلى أن جميع اللاعبين باختلاف سنوات ممارستهم للرياضة لديهم دافع ولو قليل في الرغبة للتفوق الرياضي ، والثقة بالنفس في الأداء الرياضي والالتزام نحو الإنجاز ، ومحاولة إظهار أفضل أداء ممكن لنيل رضاء وتشجيع الآخرين الذين يمثلون أهمية بالنسبة لهم ، والمثابرة في الداء ، والاستقلالية في اتخاذ القرار .

ولكن نلاحظ أن اللاعبين ذوي سنوات الخبرة الأكبر يقبلون على التدريب وخوض البطولات بدافع الرغبة والحب كما أن استمتاعهم برياضاتهم التخصصية يفوق حصولهم على أي مكافآت خارجية لأن ممارسة رياضاتهم أصبحت هدف وقيمة في حد ذاتها وبينما اللاعبين ذوي سنوات الخبرة الأقل يسعون جاهدين في الحصول على الميداليات لإشباع دافع تحقيق الذات وإذا لم يتحقق تزداد الضغوط النفسية الناتجة عن فرق المستوى والخبرة بينهم وبين اللاعبين ذوي سنوات الخبرة الأكبر وقد يؤدي ذلك إلى الانسحاب من ممارسة الرياضة بصفة عامة .

كما يتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على محاور مقياس الاحتراق النفسي وفقاً للعمر الزمني (أكثر من ٢٠ سنة - أقل من ٢٠ سنة) لصالح اللاعبين الأكثر في ٢٠ سنة في كل من البعد الأول (أسباب مرتبطة بشخصية اللاعب) ، والبعد الثامن (أسباب تتعلق بالمدرّب الرياضي) والبعد التاسع (أسباب مرتبطة بشدة الإصابة البدنية) والبعد العاشر (أسباب تتعلق بوسائل الإعلام) بينما لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات عينة البحث على باقي المحاور والدرجة الكلية للمقياس .

جاءت دراسة " سيلفا Silva " (١٩٩٠ م) قد أشارت النتائج إلى أن حوالي ٥٠% من الرياضيين تعرضوا لخبرة الاحتراق النفسي بواقع مرة أو مرتين خلال العمر التدريبي ، وأن هذه الخبرة السلبية من وجهة نظرهم وهي التي يتعرض لها اللاعب لأول مرة مثل الضغوط النفسية والاحتراق النفسي للرياضيين هي (التعب البدني الشديد عدم كفاية الوقت لاستعادة الشفاء واستجماع القوى المناسبة ، عدم القدرة على مواجهة تلك الضغوط ، الإحباط الناتج على محاولة إرضاء الآخرين مثل الأباء ، المدرب ، الزملاء ، الجمهور) . (٢٩)

وأكدت دراسة " جيفلا بونتا Gevla Bonita " (١٩٩١ م) أن الاحتراق يتحدد من خلال عوامل متعددة نفسية واجتماعية من اللاعبين بالإضافة إلى الخبرات الشخصية السابقة ومدى أهمية وقيمة المشاركة الرياضية بالنسبة لهم وأوصت الدراسة بأن اللاعبين الذين يتعرضون إلى خبرات سابقة من الاحتراق يستطيعون التصدي لظاهرة الاحتراق النفسي وعلى العكس مع اللاعبين الناشئين لا يستطيعون التصدي لظاهرة الاحتراق النفسي لقلة خبراتهم الرياضية . (٢٠)

وأكدت دراسة كل من " تاييلور ، دانيال ، لايت ، بورك ، Taylor , Daniel , Laith , Burke " (١٩٩١ م) أن الرياضيين الأصغر سناً يعانون من الاحتراق النفسي أكثر من الأكبر سناً ، كما أن هناك مصدرين هامين للاحتراق النفسي والانسحاب من الرياضة نتيجة خبرات الخوف من الفشل ، عدم الشعور بتقدير الآخرين . (٣١)

ويرجع الباحث تلك النتائج إلى أن تقسيم اللاعبين إلى (أكثر من عشرين سنة أو أقل من عشرين سنة) واللاعبين ذو أكثر من عشرين سنة يمتلكون خبرات ضد الاحتراق النفسي على العكس من اللاعبين الأقل سناً فإنهم لا يمتلكون خبرات تؤهلهم للتصدى لظاهرة الاحتراق النفسي ، ولكن من الملاحظ أن الوالدين يطالبون أبنائهم اللاعبين ذي العمر الزمني الأقل بالظهور بنفس المستوى الأداء وتحقيق نفس نتائج ومهارات اللاعبين كبار السن فيمثل ذلك عبئاً وضغطاً على اللاعبين ، كما أن اللاعبين ذي العمر الزمني الأكبر لديهم الخبرة في التعامل مع الضغوط التي تواجههم أثناء التدريب والمنافسة .