



## معلومات البحث

أستلم: 20 تشرين أول 2014  
المراجعة: 23 تشرين ثاني 2014  
النشر: 1 كانون الثاني 2015

## الميل المهني والاحترق النفسي وعلاقتهما بواقع الازمات التي تواجه مدربي بعض

### الألعاب الفرقية في محافظات الفرات الأوسط

حيدر عبد الرضا طراد الحفاجي

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، العراق

hyiderk@yahoo.com

## الملخص

تعد مهنة التدريب في المجال الرياضي من المهن الصعبة التي لا بد لأفرادها من التحمل والعناء وبذل أقصى الجهود لتحقيق الأهداف المطلوبة. إذ ان اغلب المدربين يحرصون على تقديم أفضل ما لديهم من خبرات وطاقات لخدمة لاعبيهم او فرقهم الرياضية على الرغم من قلة الامكانيات المادية والمستلزمات الأساسية والضرورية لإنجاح العملية التدريبية ، بسبب الظروف الصعبة التي يمر بها العراق اليوم وما أفرزته تلك الظروف من وضع اميني واقتصادي وسياسي واجتماعي سيء والذي ينعكس بدوره سلبا على الحركة الرياضية بكل مفاصلها ومنها المدربون. فالضغوط النفسية والازمات المختلفة التي يتعرض لها المدربون ومنهم مدربي الألعاب الفرقية في محافظات الفرات الاوسط الناجمة عن ضغوط التدريب فضلا عن ضغوط الحياة الأخرى ومشاكلها، حيث الأعباء الوظيفية وقلة التحفيز والدعم الاجتماعي ونقص الامكانيات المادية وطبيعة التفاعل السلبي للمجتمع مع هذه المهنة مقارنة بالمهن الأخرى والوضع الأميني غير المستقر، تعد من الأسباب المهمة لضعف الميل المهني وظهور حالة الاحترق النفسي عند المدربين. لذا هدف البحث الى التعرف على العلاقة بين الميل المهني والاحترق النفسي من جهة وواقع الازمات من جهة أخرى لدى الهربين ، وكذلك التعرف على الفروق في الميل المهني والاحترق النفسي وواقع الازمات بين الهربين حسب متغير اللعبة والمحافظة. تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والمقارنة نظرا لملائمته وطبيعة الدراسة الحالية. تكونت عينة البحث من مدربي بعض الألعاب الفرقية في محافظات الفرات الأوسط البالغ عددهم (50) مدربا ، بواقع (12) مدربا لكرة سلة ، و(12) مدربا لكرة يد ، و(12) مدربا للكرة الطائرة ، و(14) مدربا لكرة قدم ، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية. وقد استنتج الباحث ان مدربي الألعاب الفرقية في محافظات الفرات الأوسط يتمتعون بميل مهني دون المتوسط ، واحترق نفسي وواقع أزمات فوق المتوسط. كذلك توجد علاقة ارتباط قوية بين (الميل المهني والاحترق النفسي) والأزمات التي يمر بها المدربين. ولا توجد فروق واضحة في الميل المهني والاحترق النفسي وواقع الازمات بين المدربين حسب متغيري اللعبة والمحافظة.

الكلمات المفتاحية: الميل المهني ، الاحترق النفسي ، الأزمات ، المدربين.

**ABSTRACT**

The coaching career considered to be the most professional job in the sport field, which needs long-suffering, endurance, efforts exertion for those working to achieve the required aims. The majority of coaches are keen to provide their best knowledge and expertise to serve their teams players, despite of the lacking of materials sources and working requirements, which considered to be the essential factor in accomplishment in training process. And because of the difficult circumstances that surround the Iraq country now a days, as well as, the lack of security, fluctuated economy, un-balanced political and social situation, have a negative reflects on all sports activities, including the coaches. As it obvious, the psychological pressure, the different crises as specified profession, lack of social encouragement and motivation, deficient of funds, the social negative interaction with sport field, all have its effect on sport team coaches in the middle Euphrates provinces, compared with other professions and other Iraqi provinces that have good security situation. The aims of this study was acknowledge the reasons that lead to tendency weakness and psychological burning of coaches in the provinces mentioned above. Also, to acknowledge the differences between the coaches in the variables mentioned above, according to played activities and provinces. The researcher used the descriptive method in survey manner and correlation study which appropriates to nature of the study. 50 coaches were the sample of the study, 12 basketball coaches, 12 handball coaches, 12 volleyball coaches, and 14 football coaches, which were selected randomly. The researcher concluded that coaches in middle Euphrates provinces have an agreement under average degree in professional tendency and above average in the psychological burning and crises situation, also there was a high correlation between the mentioned variables and crises which faced coaches, there was no clear differences in the professional tendency and psychological burning and crises situation between coaches them selfless and kind of sports and professions they work with.

**Keywords:**the tendency of vocational, burnout, crises, coaches.

**1. المقدمة**

تعد مهنة التدريب في المجال الرياضي من المهن الصعبة التي لا يبد لأفرادها من التحمل والعناء وبذل أقصى الجهود لتحقيق الأهداف المطلوبة. إذ ان اغلب المدربين يحرصون على تقديم أفضل ما لديهم من خبرات وطاقات لخدمة لاعبيهم او فرقهم الرياضية على الرغم من قلة الامكانيات المادية والمستلزمات الأساسية والضرورية لإنجاح العملية التدريبية ، بسبب الظروف الصعبة التي يمر بها العراق اليوم وما أفرزته تلك الظروف من وضع امني واقتصادي واجتماعي سيء والذي ينعكس بدوره سلبا على الحركة الرياضية بكل مفاصلها ومنها المدربون. اننا اليوم نعيش في عالم الازمات ولأسباب تتعلق بالتغيرات الكثيرة التي حدثت في مجالات الحيات المختلفة، التي اثرت في حيات الانسان داخل المجتمعات بصورة عامة والمجتمع العراقي بصورة خاصة التي لم يفتأ يوم من أيام الازمة ينتهي حتى تبدأ ازمة جديدة في اليوم اللاحق وعلى مختلف الأصعدة.

فالضغوط النفسية والأزمات المختلفة التي يتعرض لها المدربون ومنهم مدربي الألعاب الفرعية في محافظات الفرات الاوسط الناجمة عن ضغوط التدريب فضلا عن ضغوط الحياة الأخرى ومشاكلها، حيث الأعباء الوظيفية وقلة التحفيز والدعم الاجتماعي ونقص الامكانيات المادية وطبيعة التفاعل السلبي للمجتمع مع هذه المهنة مقارنة بالمهن الأخرى والوضع الأمني غير المستقر، تعد من الأسباب المهمة لضعف الميل المهني وظهور حالة الاحتراق النفسي عند المدربين. ان ظاهرة الاحتراق النفسي تحتاج الى جهد غير اعتيادي لكي يتم تأشيرها، اذ لها تبدأ بتغيرات صعبة الملاحظة وردود فعل بسيطة تأخذ أنماط مختلفة ومستويات عدة من التوتر سرعان ما تزداد وتتفاقم وتتحول الى أزمة عامة يعيشها المدرب في مجال عمله وأينما يحل ويرحل. ولعل خطورة هذه الظاهرة تكمن في وصول المدرب المحترق نفسيا الى نقطة التدهور واللاعودة حيث يفقد توازنه مع غيره ويفقد أيضا حالة الطمأنينة والإحساس بالسعادة والتمتع بالحياة. لذلك فان ضعف الرغبة والميل نحو مهنة التدريب لدى المدرب واصابته بالاحتراق النفسي وتعرضه لازمات كثيرة قد يؤدي الى عدم قيام المدرب بدوره كاملا الأمر الذي يسهم في إحساسه بالعجز وعدم القدرة على العطاء والى حالة من الإنهاك البدني والعقلي والاستنزاف النفسي وضعف في الأداء.

من هنا تبرز مشكلة البحث الحالي كون المدربين يعيشون الآن في مجتمع متغير واقع تحت تأثيرات أزمات وضغوط متعددة ، وإنهم يواجهون صعوبات وتحديات تتمثل بالمشاكل الاقتصادية والاجتماعية والأمنية والتكيف الوظيفي والتفكير بالمستقبل والتي تنعكس سلبا على حالتهم النفسية والبدنية . لذا فان دراسة الميل المهني و الاحتراق النفسي والتعرف على علاقته ما بواقع الازمات التي تواجه المدربين يعد أمرا في غاية الأهمية من اجل النهوض بالواقع النفسي لدى هذه الشريحة المهمة من المجتمع الرياضي. والذي من شأنه ان يسهم في تحسين السبل والوسائل للانتقال بواقع العمل التدريبي نحو الأفضل والأخذ بالمستلزمات والمبادئ التي تساعد في تقوية الميل المهني والوقاية من الاحتراق النفسي او علاجه والتخطيط العلمي السليم لإدارة الازمات والتقليل من تأثيرها على المدربين.

## 2. اجراءات البحث

### 1.2 منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والدراسات الارتباطية والمقارنة نظرا لملائمته وطبيعة الدراسة الحالية.

### 2.2 عينة البحث

تكونت عينة البحث من مدربي بعض الألعاب الفرعية في محافظات الفرات الأوسط البالغ عددهم (50) مدربا ، بواقع ( 12) مدربا بكرة السلة ، و(12) مدربا بكرة اليد ، و(12) مدربا بالكرة الطائرة ، و(14) مدربا بكرة القدم ، وقد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية.

## 2.2 أدوات البحث

أولاً : مقياس الميل المهني : (علي مطير، 2012)

اعتمد الباحث مقياس (علي مطير، 2012) لقياس الميل المهني للمدربين (ملحق 1). يتكون المقياس من (30) فقرة، ويوجد أمام كل فقرة بديلين للإجابة (نعم، كلا) عبر عنها بالدرجات (1-0)، وتقيم إجابات المدرب بعد ان تجمع درجاته وتقارن في ضوء التقييم المحدد في المقياس . الدرجة العليا للمقياس (30) والدرجة الدنيا (صفر) ، والمتوسط الفرضي للمقياس (15) درجة ، وكلما اقتربت درجة المفحوص من الحد الاعلى دلت على وجود ميل مهني لديه

ثانياً : مقياس الاحتراق النفسي : (محمد حسن علاوي، 2002)

اعتمد الباحث مقياس (راينر مارترز) لقياس الاحتراق النفسي للمدربين المعرب من قبل أسامة كامل راتب ومحمد حسن علاوي (ملحق 2). يتكون المقياس من (10) فقرات تضمنت الصفات الشخصية التي تكشف عن مدى مرور المدرب بفترة الاحتراق. ويوجد أمام كل فقرة خمسة بدائل للإجابة عبر عنها بالدرجات من (1-5)، وتقيم إجابات المدرب بعد ان تجمع درجاته وتقارن في ضوء التقييم المحدد في المقياس . الدرجة العليا للمقياس (50) والدرجة الدنيا (10)، والمتوسط الفرضي للمقياس (30) درجة، وكلما اقتربت درجة المفحوص من الحد الاعلى دلت على وجود حالة الاحتراق النفسي لديه.

ثالثاً : مقياس واقع الازمات : (احمد حسين، 2013)

اعتمد الباحث مقياس واقع الازمات ل احمد حسين (2013) (ملحق 3)، يتكون المقياس من (57) فقرة وتكون الاجابة عليها وفق خمسة بدائل هي (دائماً ، غالباً ، احيانا ، نادراً ، ابداً) ، ودرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي، الدرجة العليا للمقياس (285) والدرجة الدنيا (57)، والمتوسط الفرضي للمقياس (171) درجة، وكلما اقتربت درجة المفحوص من الحد الاعلى دلت على وجود ازمة لديه .

### 3.2 اجراءات اعداد المقاييس:

نظر لكون المقاييس الثلاثة بنيت لتطبق على عينات غير العينة الحالية، مما تطلب تكييف او اعداد بعض فقرات هذه المقاييس لتلائم مع عينة البحث الحالي وطبيعة الألعاب المعنية بالبحث، ولأجل ذلك قام الباحث بالخطوات التالية:

- 1- تعديل في صياغة بعض الفقرات لتلائم مع طبيعة العينة واللعبة .
- 2- عرض المقاييس بعد التعديل على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي، لأبداء آرائهم حول صلاحية المقاييس المعدلة.
- 3- اجراء تجربة استطلاعية على عينة من المدربين.
- 4- ايجاد الاسس العلمية للمقاييس (الصدق والثبات) .

### 1.3.2 صدق المقاييس:

يعد الصدق من المؤشرات والمفاهيم الأساسية المهمة في تقويم أدوات القياس، وقد تحقق الباحث من صدق المقاييس باستخدام الصدق الظاهري من خلال عرض المقاييس المعدلة بقرائنها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس التربوي وعلم النفس الرياضي . اذ حصلت على موافقة جميع الخبراء بعد اجراء التعديلات على بعض فقراتها.

### 2.3.2 ثبات المقاييس :

للتحقق من ثبات المقاييس تم استخدام طريقة الفا كرونباخ ، ولاستخراج الثبات بهذه الطريقة، تم تطبيق معادلة الفا كرونباخ على نتائج عينة التجربة الاستطلاعية البالغة (15) مدربا باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) ، وكانت قيم معامل الثبات بهذه الطريقة لمقياس الميل المهني (0.85) ، ولمقياس الاحتراق النفسي (0,83) ، ولمقياس واقع الازمات (0.82) ، وهي معاملات ثبات عالية.

### 4.2 التجربة الرئيسية:

طبقت المقاييس على عينة البحث البالغ عددها (50) مدربا والمتمثلة بمدربي فرق أندية المقدمة (المتأززة والأولى) بكرة القدم وكرة السلة والكرة الطائرة وكرة اليد في محافظات الفرات الأوسط في المدة من 2 / 10 ولغاية 2014 / 3 / 15.

### 5.2 الوسائل الإحصائية:

استخدمت الوسائل الإحصائية الاتية في استخراج نتائج البحث من خلال استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) :  
الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الاختبار التائي لعينة واحدة ، الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، معامل ارتباط بيرسون ، معادلة الفا كرونباخ ، تحليل التباين.

### 3. عرض ومناقشة النتائج:

بعد تطبيق المقاييس على عينة البحث وبعد معالجة البيانات إحصائيا، أظهرت النتائج متوسطات درجات العينة وانحرافاتها المعيارية لمتغيرات البحث الثلاثة وكذلك متوسطاتها الفرضية، وكما مبين في الجدول (1).

#### الجدول (1)

يبين الأوساط الحسابية والفرضية والانحرافات المعيارية ودلالة الفروق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدى أفراد العينة في متغيرات البحث

الدالة	القيمة التائية		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد أفراد العينة	المتغيرات
	الجدولية	الحسوبة					
دالة لصالح المتوسط الفرضي	2.01	2.82	15	3.12	12.74	50	الميل المهني
دالة لصالح متوسط العينة	2.01	5.23	30	2.76	37.04	50	الاحتراق النفسي
دالة لصالح متوسط العينة	2.01	7.51	171	3.04	192.2	50	الازمات

درجة الحرية = 49 مستوى الدلالة = 0.05

وباستخدام اختبار (T) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين الوسطين (الوسط الحسابي للعينة والوسط الفرضي للمقاييس) ظهر وجود فروق دالة إحصائية بين الوسط الفرضي ومتوسط أفراد العينة ولصالح المتوسط الفرضي لمتغير الميل المهني ، ووجود فروق دالة إحصائية بين الوسط الفرضي ومتوسط أفراد العينة ولصالح متوسط العينة لمتغيري الاحتراق النفسي والأزمات ، اذ ان قيم (T) المحسوبة كانت اكبر من القيمة الجدولية البالغة (2.01) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (48) مما يعني ان عينة البحث لديها ميل مهني ضعيف واحتراق نفسي فوق المتوسط ، وتمر بأزمات .

وللتعرف على العلاقة بين الميل المهني والأزمات تم استخدام معامل ارتباط بيرسون حيث تبين من خلال النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائية بين الميل المهني والأزمات إذ كانت قيمة معامل الارتباط المحسوبة أكبر من قيمته الجدولية البالغة (0.27) عند درجة حرية (48) ومستوى دلالة (0.05). والجدول (2) يبين النتائج.

### الجدول (2)

يبين دلالة الارتباط بين الميل المهني والازمات

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	قيمة (ر) الجدولية	الدلالة الإحصائية
الميل المهني	50	-0.61	0.27	دالة
الأزمات				

درجة الحرية = 48 مستوى الدلالة = 0.05

وللتعرف على العلاقة بين الاحتراق النفسي والأزمات تم أيضا استخدام معامل ارتباط بيرسون حيث تبين من خلال النتائج وجود علاقة ارتباط دالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والأزمات إذ كانت قيمة معامل الارتباط المحسوبة أكبر من قيمته الجدولية البالغة (0.27) عند درجة حرية (48) ومستوى دلالة (0.05). والجدول (3) يبين النتائج.

### الجدول (3)

يبين دلالة الارتباط بين الاحتراق النفسي والازمات

المتغيرات	العدد	معامل الارتباط	قيمة (ر) الجدولية	الدلالة الإحصائية
الاحتراق النفسي	50	0.53	0.27	دالة
الأزمات				

درجة الحرية = 48 مستوى الدلالة = 0.05

وللتعرف على الفروق في الميل المهني والاحتراق النفسي وواقع الازمات بين مدربي بعض الألعاب الفرعية في محافظات الفرات الأوسط حسب متغير اللعبة والمحافظة تم استخدام تحليل التباين الأحادي (ANOVA) وذلك باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS)، والجدول (4-5-6) يبين النتائج.

#### الجدول (4)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق بين المدربين في المهبل المهني حسب اللعبة والمحافظة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		مستوى الدلالة	الدلالة
					الجدولية	المحسوبة		
اللعبة	بين المجموعات	295.05	3	98.35	2.83	1.813	0,05	غير دالة
	داخل المجموعات	2494.12	46	54.22				
المحافظة	بين المجموعات	336.15	3	112.05	2.83	2.139	0,05	غير دالة
	داخل المجموعات	2409.48	46	52.38				

#### الجدول (5)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق بين المدربين في الاحتراق النفسي حسب اللعبة والمحافظة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		مستوى الدلالة	الدلالة
					الجدولية	المحسوبة		
اللعبة	بين المجموعات	459	3	153	2.83	1.471	0,05	غير دالة
	داخل المجموعات	4784	46	104				
المحافظة	بين المجموعات	558	3	186	2.83	1.398	0,05	غير دالة
	داخل المجموعات	6118	46	133				

#### الجدول (6)

يبين نتائج تحليل التباين الأحادي للفروق بين المدربين في واقع الازمات في اللعبة والمحافظة

المتغيرات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	القيمة الفائية		مستوى الدلالة	الدلالة
					الجدولية	المحسوبة		
اللعبة	بين المجموعات	13144.17	3	4381.39	2.83	1.659	0,05	غير دالة
	داخل المجموعات	121442.76	46	2640.06				
المحافظة	بين المجموعات	14415.09	3	4805.03	2.83	2.012	0,05	غير دالة
	داخل المجموعات	109808.9	46	2387.15				

وقد تبين من خلال النتائج المبينة في الجداول السابقة عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في المهبل المهني والاحتراق النفسي وواقع الازمات بين المدربين في متغيري اللعبة والمحافظة التي يدرجون فيها.

ويعزو الباحث النتائج السابقة الى ان المدربين نتيجة للظروف القاهرة التي يعيشونها أدى الى ارتفاع مستوى الازمات التي يمرون بها وتنوعها لديهم بسبب تنوع الضغوط النفسية التي يتعرضون اليها يوميا مما انعكس تأثيره سلبا بصورة مباشرة او غير مباشرة على المتغيرين الاخرين ، حيث أدى ارتفاع واقع الازمات الى ضعف الميل المهني وارتفاع مستوى الاحتراق النفسي لدى المدربين . كما ان المدربين في هذه المحافظات يمرون بظروف وضغوط نفسية متشابهة تقريبا وان كانوا يدرجون في العاب مختلفة ، اذ ان هذه المحافظات

متشابهة تقريبا من ناحية الظروف الأمنية والسياسية والاجتماعية والاقتصادية والدينية والتي انعكست بدوره سلبا على واقع الازمات وعلى الجانب النفسي المتمثل في الميل نحو مهنة التدريب والاحترق النفسي الذي يعيشه المدربون ، والذي كان بدرجات او مستويات متقاربة .

#### 4. الخاتمة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها استنتج الباحث ان مدربي الألعاب الفرقة في محافظات الفرات الأوسط يتمتعون بميل مهني دون المتوسط ، واحترق نفسي وواقع أزمات فوق المتوسط. كذلك توجد علاقة ارتباط قوية بين (الميل المهني والاحترق النفسي) والأزمات التي يمر بها المدربين. ولا توجد فروق واضحة في الميل المهني والاحترق النفسي وواقع الازمات بين المدربين حسب متغيري اللعبة والمحافظه.

#### المصادر والمراجع:

- احمد حسين . الاستقرار النفسي وعلاقته بواقع الازمات التي تواجه مدربي العاب القوى، أطروحة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة البصرة، 2013.
- علي مطير . المحددات التدريبية النفسية وعلاقتها بالميل والكفاية المهنية لدى مدربي كرة السلة في العراق ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل ، 2012 .
- محمد حسن علاوي . سيكولوجية الاحترق للاعب والمدرب الرياضي . ط1 ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، 1998 .

#### الملاحق:

#### ملحق (1)

#### مقياس الميل المهني

ت	العبارة	نعم	كلا
1	أميل الى انهاء الوحدات التدريبية حسب تسلسلها الزمني		
2	استمتع بالأعمال التي تتطلب العمل اليدوي		
3	أفضل مساعدة الكادر التدريبي عندما يحتاجونني أثناء التدريب		
4	أفضل ان أكون قائدا للكادر التدريبي في النادي		
5	أضع معايير لتقييم العملية التدريبية باستمرار		
6	استمتع بلعب الشطرنج او الألعاب الأخرى للابتعاد عن المشاكل		
7	أقدم النصح لزملائي من الكادر التدريبي أثناء التدريب		
8	أفضل العمل التدريبي في مكان ثابت طوال اليوم		
9	أفضل العمل التدريبي في المكان الذي تتواجد فيه الجماهير		



10	أراجع المشاريع التي تسمح في اكتشاف حقائق وأفكار تدريبية جديدة
11	أوجه اللاعبين اثناء التدريب الرياضي
12	استخدم القواعد والمبادئ في التدريب الرياضي
13	اهتم في مشاهدة التلفاز للاطلاع على كل ما هو جديد في العملية التدريبية
14	أحب ان أكون القائد في اتخاذ القرارات وتنفيذها
15	ارغب في العمل التدريبي لوقت طويل مع اللاعبين
16	اراعي اراء الاخرين في مجال التدريب الرياضي للعبة
17	أشارك الجميع في حل مشكلات التدريب وخارجه
18	ارغب في تلبية طلبات وحاجات اللاعبين
19	استخدم الأساليب السهلة في التعامل مع اللاعبين
20	اتابع البحوث والدراسات في مجال التدريب الرياضي
21	اطالع الصحف والكتب للحصول على معلومات جديدة في التدريب الرياضي
22	أفضل ان اضع اكثر من حل لأي مشكلة اثناء التدريب
23	أحب الأسلوب التنافسي في التدريب الرياضي للعبة
24	احضر جميع المستلزمات التدريبية تحسبا لأي موقف طارئ
25	أفضل ان يشترك الجميع في متابعة اللاعبين
26	اعتمد على مراقبة اللاعبين اثناء الوحدات التدريبية
27	أفضل وضع تعليمات واضحة للاعبين اثناء التدريب الرياضي
28	اتفاعل مع الكادر التدريبي والإدارة والنادي واللاعبين والجماهير والصحافة وكل من يهمهم امر الفريق
29	اضع خطة تسمح بتقييم التدريب واللاعبين
30	اهتم بالمساهمة في تحسين أداء اللاعبين

ملحق (2)

مقياس الاحترق النفسي

عزيزي المدرب

بين يديك قائمة من العبارات يرجى الإجابة عنها بكل صراحة ودقة من خلال وضع علامة (/) في الحقل الذي ينطبق عليك أمام كل عبارة علما ان إجابتك ستحظى بسرية تامة وهي لأغراض البحث العلمي فقط ولا داعي لذكر الاسم. مع الشكر والتقدير أنت كمدرب رياضي هل ؟

ت	الفقرات	درجة كبيرة جدا	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	بدرجة قليلة جدا
1	لديك إحباط متزايد يرتبط بمسئولياتك؟					
2	تشعر بان هناك المزيد والمزيد من الأعمال التي تشعر بأنك لا تستطيع ان تؤديها ؟					
3	تشعر بانخفاض في قدراتك البدنية كنتيجة لعملك كمدرب رياضي ؟					
4	تتضايق بسهولة من الناس الذين تعمل معهم او تقوم بتدريبتهم ؟					
5	تدور في ذهنك أفكار عما اذا كانت مهنة التدريب مناسبة لك ؟					
6	تشعر بانخفاض في طاقاتك النفسية الايجابية وارتفاع في طاقاتك النفسية السلبية ؟					
7	تشعر بزيادة الضغوط عليك لكي تفوز بالمنافسات ؟					
8	تفكر كثيرا بان الآخرين لا يفهمونك ، ولا يفهموا ما تحاول القيام به كمدرب رياضي؟					
9	أنت مشغول جدا لدرجة انك لا تستطيع ان تقوم بأعباء الحياة اليومية او مسئولياتك الأسرية بصورة مقبولة ؟					
10	تشعر بعدم وجود أصدقاء ، او أقارب لديك تستطيع ان تحدثهم عن مشاكلك ؟					

ملحق (3)

مقياس الازمات

ت	الفقرات	دائما	غالبا	نادرا	احيانا	ابدا
1	عدم وجود استراتيجية متبعه لتنظيم البطولات كما في الاتحادات الدولية					
2	لا يوجد تصنيف علمي متبع لمستوى اللاعبين والمدربين على حد سواء					
3	عدم وجود هيكل تدريبي واضح في تدريب اللاعبين					
4	لا يوجد تنسيق واضح و ملموس بين الاتحادات الفرعية والاتحاد المركزي					
5	ضعف الاتصال بالمحيط الرياضي الخارجي					
6	عدم المعرفة الدقيقة بوقت اقامة البطولات الدولية					
7	عدم وجود رؤية واضحة لمواقيت البطولات والمهرجانات الرياضية الداخلية					
8	عدم تسلسل منظم للوقت لبرنامج البطولات الرياضية					
9	عدم التوافق مع اتجاهات واهداف الاتحاد المركزي					
10	ليس هناك تحديد دقيق للمهام المطلوبة لإنجاز الأهداف					
11	لا يتم تشكيل فريق للعمل على أساس التخصص					
12	لا يتم الاخذ بنظر الاعتبار المناسبات الدينية عند اقامة البطولات الرياضية					
13	لا يتم الاخذ بنظر الاعتبار الظروف الأمنية السيئة التي تتزامن مع المباريات					
14	عدم صياغة خطة عمل واضحة لإقامة البطولات على وفق تقدير واضح ودقيق					
15	قلة عدد المنافسات خلال السنة الواحدة					
16	عدم الاهتمام بالمعسكرات التدريبية					
17	لا يوجد توزيع لمواعيد البطولات على فترات زمنية مناسبة					
18	لا يقوم الاتحاد بتغيير مواعيد مسابقات الموسم الفنية					
19	عدم توفر الأدوات والمستلزمات الضرورية للمدرب					
20	لا يوجد تخطيط متبع حسب التسلسل الذي يصل الى مستوى الاتحاد الدولي					
21	تدخل عوامل المحسوبة في الأمور الفنية مما يحرم البعض من المدربين واللاعبين على حد سواء					
22	عدم وضوح البرنامج التدريبي المعد وكيفية وضعه					
23	لا يتم توفير المستلزمات والأدوات الضرورية لعمل الكادر التدريبي					
24	عدم توفر الملاعب المناسبة مقارنة بالدول المجاورة					
25	عدم احضار المدربين بالاختصاص الدقيق					

					ضعف الجانب الأكاديمي للمدربين	26
					البحث عن إنجاز سريع دون التخطيط للمستقبل	27
					عدم توفر التجهيزات الرياضية المناسبة للرياضيين	28
					عدم توفر المناخ المناسب لاستقرار الرياضي في الملعب خلال التدريب فضلاً عن المنافسات	29
					لا يقوم الاتحاد بزيارات ميدانية للنادي	30
					عدم تفريغ اللاعبين للتدريب	31
					التجهيزات الرياضية لا تفي بالغرض	32
					قله الدعم المادي بصوره عامه للرياضة	33
					الرواتب لا تتناسب مع مستوى القدرات والكفاءات	34
					ليس هناك نظام حوافز للمدربين ذوي الإنجازات	35
					هناك اخلال من الاتحاد في توفير وسائل النقل للرياضيين في أوقات التدريب	36
					قله الدعم المادي لإقامة المعسكرات الخارجية	37
					غياب دعم المشاريع الإنتاجية	38
					عدم الانتظام في دفع الرواتب للمدربين	39
					لا توجد هناك بنية تحتية اقتصادية	40
					عدم توافر الامن والحماية الخاصة لأصحاب الأموال لتشجيعهم على الاستثمار	41
					الرواتب التي تدفع للمدربين غير كافية	42
					ادارة الاتحاد لا توفر الدعم المالي المناسب للفريق	43
					لا توجد متابعة من الهيئة الادارية على تدريبات الفريق	44
					ليس هناك اجتماعات دورية مع الهيئة الإدارية للنادي	45
					لا تقوم الهيئة الادارية في النادي بحل مشاكل الرياضيين	46
					لا تسعى الهيئة الإدارية الى توفير جو افضل للفريق	47
					لا يقوم الاتحاد باشتراك المدربين بدورات تدريبية داخلية وخارجية كافية	48
					يقوم الاتحاد بضغط الموسم الرياضي في فترة اقل من المعلنة	49
					توزيع المسابقات وأماكن توزيعها في فترات زمنية غير مناسبة	50
					غياب العمل المؤسسي في المؤسسات الرياضية	51
					ضعف الرقابة الإدارية في المؤسسات الرياضية	52
					قله الاهتمام في استقطاب الرياضيين الموهوبين وتوفير الوسائل والمستلزمات	53

					المناسبة لهم	
					ضعف العلاقات العامة بين المؤسسات الرياضية	54
					غياب الهيكلية التنظيمية في المؤسسات الرياضية	55
					انتشار المحسوبة في المؤسسات الرياضية	56
					عدم إعطاء الفرصة لأصحاب الكفاءات العلمية للعمل في المؤسسات الرياضية	57