مصادر الضغوط النفسية عند حكام كرة القدم في الجزائر
" دراسة ميدانية حول حكام الرابطة الوطنية المحترفة"

الأستاذ : بلقاسم شاربي
جامعة زيان عاشور الجلفة

1. إشكاليـــــــــــة :

يعد التحكيم الرياضي أحد الأنشطة الرياضية ذات الارتباط الدائم بالضغوط النفسية ، فالحكم غالبا ما يكون عرضة للتشكيك في نزاهته أو تعرض أمانته للمسائلة من قبل الرياضيين بشكل عام (مدربين, ولاعبين، و إداريين، و جمهور, و إعلام) ففي الوسط الرياضي غالبا ما تكون النظرة للحكم سلبية, حيث يحمل أفراد الفريق الخاسر أخطاءهم على الحكم ، و نادرا ما يذكر الحكم من قبل الفريق الفائز ، ناهيك عن النقد و الهجوم غير المبرر أحيانا الذي يتعرض له الحكم في وسائل الإعلام المختلفة من قبل المدربين و اللاعبين و الإداريين (Constbal ,1996) ، و يرتبط أداء الحكم الرياضي بالعديد من عوامل الضغط النفسي تتفاوت من حيث شدتها وأنواعها, و التي قد تؤدي إلى الإنهاك البدني و الذهني, و بشكل يؤثر على مستوى قدراته البدنية و النفسية بشكل عام, و قدرته على التحكم في انفعالاته أو القدرة على اتخاذ القرار الصحيح بشكل خاص (هارون 1998 م ، مصطفى 2001 ، Constbal ,1996) .و يشير تيبل (Teipel ,2001) إلى أن الأدوار و المهام الفريدة التي يقوم بها الحكم قد تكون مصدرا رئيسيا للضغوط التي يتعرض لها الحكم، حيث هناك ثلاثة أدوار يقوم بها الحكم و هي : العمل كمفاوض لمناقشة و حل التوتر لدى المتنافسين، و كقاضي يعمل على تطبيق القواعد و القوانين الخاصة باللعبة و اتخاذ القرارات المناسبة, و أخيرا يعمل كموجة و مشرف على كل المشاركين لإدارة كل ما يحدث في المنافسة الرياضية. في المقابل يختلف إدراك المتنافسين لهذه الأدوار مما قد يؤدي إلى استمرار

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

الخلاف و التضارب بين المشاركين في معظم المنافسات و بشكل يحتم على الحكم حل هذه الخلافات .

و يؤكد وينبرج و رشاردسون (Weinberg , & Richardson , 1990) على أن مثل هذه الأدوار و المهمات الفريدة غالبا ما تكون سببا رئيسيا في تعرض الحكام إلى القلق و التوتر و زيادة الضغوط النفسية، خاصة و انه غالبا ما تكون أخطاء الحكام عرضة للتدقيق والنقد و المناقشة من قبل العامة و بشكل علني , في المقابل لا يلحظ أو يقيم نجاح الحكم إلا من قلة . و بما أن نجاح الحكم أثناء إدارته للمنافسات يعتمد على قدرته في اتخاذ القرار السريع خلال جزء من الثانية , والذي يؤثر في تعامله مع الضغوط المصاحبة له متى ما حاول في الوصول بالمنافسة إلى بر الأمان , خاصة و أن الدراسات تشير إلى أن الضغوط النفسية التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية بشكل عام و كرة القدم خاصة , من المعوقات الرئيسية لعدم ثبات و تطور مستوى أدائهم خلال إدارتهم للمنافسات .

ولقد تفشت أخيرا في ملاعبنا ، مناظر مؤذية بدأت تنتشر بشكل متسارع ، حيث ترى الشتم و البصق تارة و الضرب والعنف تارة أخرى ، سواء كان ذلك بين اللاعبين أو على الحكام الذين ينالون القسط الأكبر من ذلك ، نتيجة قرار ما قد يتخذه الحكم داخل الملعب ،وأصبحت ظاهرة التعدي على الحكم ملحوظة للعيان فتجد التعدي عليه في الكثير من المواقف لفظي أو جسدي و لعله يخطئ في بعض المواقف ليس لأنه يريد الفوز لفريق معين لكنه خطأ من إنسان مثله مثل أي إنسان يتعرض للخطأ ،والحكم هو الرجل الذي يجسد القانون وهو سيد المباراة والاعتداء عليه يعد خطأ فادحا ،فضرب الحكم في ملعبه أكثر مرارة من ضرب القاضي في قاعة حكمه .

و قد تكثر أسباب هذه الظاهرة عندما يتعرض اللاعب لقرار خاطئ من قبل حكم المباراة بسبب صعوبة رؤية الموقف ، أو سوء تقدير بسيط فترى الجميع يشتم الحكم وتنسب إليه الهزائم والعثرات ، معظم من يتعرضون للحكام هم لاعبون أو أعضاء النادي أو الجماهير أيضا مثلما حدث في الكثير من المباريات أو حتى وسائل الإعلام، مما يشكل عبئا كبير من الضغوط التي تضاف إلى ضغوط المباراة في حد ذاتها

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

وإزاء النتائج السلبية التي قد تترتب عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها حكم كرة القدم ، فأنه ينبغي عدم إغفال أو غض الطرف عن مصادر ومسببات هذه الضغوط، لذا كان من الواجب دراسة هذه الظاهرة وتحديد أهم أسبابها ومصادرها ليتسنى لنا الحد من أثارها ومقاومة مضاعفاتها، وبالتالي محاولة الوصول بحكم كرة القدم إلى التكيف الإيجابي مع هذه الضغوط النفسية، وخاصة إذا ما لاحظنا أن دور الحكم كبير جدا في ممارسة اللعبة ونجاحها .

ولأجل فهم أعمق لظاهرة الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم حاولت هذه الدراسة التعرف على مصادر الضغوط النفسية و درجة شدتها من وجهة نظر حكام كرة القدم في بلادنا ، للمساهمة في تطوير تحكيم كرة القدم عن طريق وضع البرامج النفسية التي تساعد على الوقاية و مواجهة الضغوط النفسية عند حدوثها .

وذالك من خلال الإجابة عن التساؤلات التالية:

*- هل يتعرض حكام كرة القدم لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية؟
*- هل تتباين مستويات الضغوط باختلاف الخصائص الفردية لحكام كرة القدم (الخبرة، السن ،المستوى التعليمي ،الدور التحكيمي ، رتبة الحكم ، الحالة الاجتماعية، طبيعة المهنة .) ؟
*- ما هي أهم المصادر الضغوط النفسية الأكثر تأثيرا على حكام كرة القدم ؟

2. فرضيات البحث:

1-يتعرض حكام كرة القدم لمستوى مرتفع من الضغوط النفسية.
2-هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم تعزى لمتغير المستوى الدراسي .
3-هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لحكام كرة القدم تعزى لمتغير السن.
4-هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم تعزى لمتغير الخبرة المهنية.
5-هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم تعزى لمتغير الحالة المدنية

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

6- هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم تعزى لمتغير الدور التحكيمي (حكم ميدان – حكم مساعد)

7- هناك فروق في مستويات الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم تعزى لمتغير الصفة (حكم وطني – حكم دولي)

3. أهمية البحث:

يستمد موضوع الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم أهميته من جهة أنه لم يحظى بالاهتمام في الدراسات العربية بشكل عام وفي البيئة الجزائرية بشكل خاص، ومن جهة أخرى ونظرا للانعكاسات السلبية الخطيرة التي قد تخلفها الضغوط النفسية المستمرة على صحة الحكام وأدائهم، جاءت هذه الدراسة لتتناول موضوع هذه الضغوط من أجل معرفة مستوياتها عند الحكام والتي تفيد في الحكم عما إذا كان مستوى الضغط معتدل، أم أنه بلغ مستويات قد تشكل خطرا على صحة الحكام ، مما يستدعي اهتمام الباحثين والجهات الوصية من اجل العمل على وضع إستراتيجيات من شأنها إدارة الضغوط النفسية لجعلها في مستويات صحية، وتقدم هذه الدراسة قائمة تتضمن مصادر ومسببات الضغوط النفسية من وجهة نظر أفراد مجتمع الدراسة، مما يسهل على المسئولين والجهات الوصية وضع آلية لمعالجة هذه الضغوط حسب أهميتها أو بالأحرى درجة خطورتها، وبالتالي تحقيق الرضا في العمل، تحسين الأداء، وتجنب المشاكل التي قد تنجم عن الضغوط النفسية.

4. المصطلحات المستخدمة في البحث:

1/4- الضغوط النفسية :

يعرف ميلز، Mills (1982)، الضغوط بأنها رد فعل داخلي ينتج عن عدم قدرة الفرد على الوفاء بالمتطلبات البيئية الواقعة عليه

كما تعرف على أنها الإحساس الناتج عن فقدان الاتزان بين المطالب والإمكانات ويصاحبه عادة مواقف فشل، حيث يصبح هذا الفشل في مواجهة المطالب والإمكانات مؤثرا قويا في إحداث الضغوط النفسية.

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

المتطلبات؛ ولعدم مساعدة الأشخاص المحيطين به لتخطي هذه الضغوط يصل الفرد إلى حالة من الإحباط والاكتئاب قد تصل به إلى حالة من الانفعالات النفسية تؤدي إلى ضغط شديد قد يؤدي به إلى الابتعاد عن مهنته.

2/4. الضغوط النفسية للحكم : شعور الحكم بعدم قدرته على مواجهة أحداث أو متطلبات مهنة التحكيم, والتي تشكل تهديدا لذاته, وتُحّدِث معدلا عاليا من الانفعالات السلبية, والتي يصاحبها تغيرات فسيولوجية وسلوكية كرد فعل تنبيهي لتلك لضغوط.

3/4 التحكيم في كرة القدم :

التحكيم إحدى الأمور الأساسية التي تسهم في رفع مستوى اللعبة بشكل عام لكون سلطة الحكم مستمدة من قانون اللعبة الذي ينشد العدالة أثناء قيادته للعبة ، ومن المعروف أن الحكم الجيد والصائب في قراراته سيزيد من حماس اللاعبين ويشجعهم على بذل المزيد مما يساهم في متعة الجمهور.

05- المنهج المتبع_: تم إتباع المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الموضوع .

5-1 مجتمع الدراسة : تكون مجتمع الدراسة من حكام الرابطة الوطنية المحترفة لكرة القدم

5-2 عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من 78 حكما (28 حكم رئيسي +50حكم مساعد)

الجدول رقم (01) يبين توزيع أفراد العينة حسب متغيرات (الدور التحكيمي، العمر، الخبرة المهنية،الصفة، الحالة المدنية، المستوى التعليمي، طبيعة المهنة)

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

جدول رقم(01): توزيع أفراد العينة حسب الخصائص الفردية

المتغير	الفئة	التكرار	النسبة المئوية %
المستوي العلمي	دون الجامعي	29	37.2
	جامعي	49	62.8
الحالة العائلية	متزوج	24	30.8
	اعزب	54	69.2
الدور التحكيمي	رئيسي	28	35.9
	مساعد حكم	50	64.1
صفة الحكم	وطني	68	87.2
	دولي	10	12.8
مهنة الحكم	موظف	54	69.2
	أعمال حرة	24	30.8
العمر	اقل من 25	17	21.49
	25-34	42	53.84
	35فما فوق	19	24.35
الخبرة	اقل من 4سنوات	20	25.64
	من5 الى9سنوات	35	44.87
	كثر من 10سنوات	23	29.48

3-5 أداة الدراسة : بعد أن حددت مشكلة الدراسة، وأهدافها، وأسئلتها ،و بعد الاستفادة من بعض المراجع والدراسات السابقة، خاصة مقياس الضغوط النفسية لحكام كرة القدم التي أعدها تيلور ودانييال 1987 ((Soccer Officials Stress Survey) (SOSS).

4-5 الوسائل الاحصائية : تم استعمال نظام (spss) وذالك من أجل:

- حساب معامل ارتباط سبيرمان لدراسة العلاقات بين الضغوط النفسية ومصادرها.
- حساب معادلة ألفا كرونباخ ؛ ومعاملات الارتباط (الصدق ، الثبات).
- اختبار "ت" T-test للتعرف على دلالة الفروق.
- تحليل التباين Anova وذلك لتحديد الفروق.
- المتوسط الحسابي والانحراف المعياري.
- حساب النسب المئوية لتكرار الإجابات.

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

المحور	اسم المحور المقترح	عدد عبارات المحور
المحور الأول	الخوف من الإيذاء البدني	08
المحور الثاني	التعارض مع الزملاء	07
المحور الثالث	المكافآت و الحوافز	08
المحور الرابع	تعارض البعد الاجتماعي	07
المحورالخامس	وسائل الإعلام	09
المحور السادس	الحالة البدنية و الوقت	08
المحور السابع	الخوف من الفشل	11
المحور الثامن	التعارض الشخصي	05

الجدول رقم (02): يبين المحاور و عدد عباراتها :

5-5 الصدق والثبات:

وبهدف التحقق من ثبات الأداة تم إتباع طريقة الاختبار و إعادة الاختبار على عينة من مجتمع الدراسة قوامها 06 حكام و بعد توزيع الاستمارة على العينة الاستطلاعية ،ثم جمعها و بعد مضي 20يوما جرى إعادة تطبيق الأداة على أفراد العينة أنفسهم مرة ثانية .

و قد تم حساب معامل الثبات بين الاختبارين ، كما تم حساب معامل كرونباخ ألفا للاتساق الداخلي بين فقرات الدراسة ، حيث تم استخراج الثبات و الاتساق الداخلي لكل مصدر من مصادر الضغوط النفسية.

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

6- نتائج تعرض الحكام لمصادر الضغوط

جدول رقم (03) : مستويات تعرض الحكام لمصادر الضغط النفسي

المحـــــــــــــــاور		مستوى الضغط		$كا^2$	الدلالة الإحصائية
		منخفض	مرتفع		
الخوف من الإيذاء البدني	التكرار	29	49	5.12	0.024
	النسبة المئوية	37.17	62.82		
التعارض مع الزملاء	التكرار	54	24	11.53	0.001
	النسبة المئوية	69.2	30.8		
المكافآت و الحوافز	التكرار	20	58	18.51	0.00
	النسبة المئوية	25.6	74.6		
تعارض البعد الاجتماعي	التكرار	22	56	14.82	0.00
	النسبة المئوية	28.2	71.8		
وسائل الإعلام	التكرار	8	70	49.28	0.001
	النسبة المئوية	10.3	89.7		
الحالة البدنية و الوقت	التكرار	45	33	1.84	0.174
	النسبة المئوية	57.7	42.3		
الخوف من الفشل	التكرار	26	52	8.66	0.003
	النسبة المئوية	33.33	66.66		
التعارض الشخصي	التكرار	31	47	3.28	0.07
	النسبة المئوية	39.74	60.25		
الدرجة الكلية لقائمة مصادر الضغوط النفسية	التكرار	26	53	8.66	0.003
	النسبة المئوية	33.3	66.7		

يتضح من الجدول رقم (03) أن الحكام يتعرضون إلى مستوى كبير من الضغط المرتفع بلغ 66.7% وجاءت نتائج المحاور بالترتيب التالي :

*- محور وسائل الإعلام بلغ نسبته 89.7 %

*- محور المكآفات والحوافز بنسبة 74.6%

*- محور البعد الاجتماعي بنسبة 71.8%

*- حور الخوف من الفشل بنسبة 66.66%

*- محور الخوف من الإيذاء البدني بنسبة 62.82%

*- محور التعارض الشخصي بنسبة 60.25%

بينما كان الضغط منخفض على محور

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

*- محور الحالة البدنية والوقت بنسبة57.7 %

*- محور التعارض مع الزملاء بنسبة 69.2%

ومن هذه النتائج نستخلص أن الحكام يتعرضون إلى مستوى مرتفع من الضغوط النفسية حسب نتائج اغلب المحاور وهذا يدعم الفرضية المصاغة في هاته الدراسة التي تشير إلى تعرض الحكام لمستوى كبير من الضغوط .

7- ترتيب مصادر الضغوط النفسية الأكثر تأثيرا على الحكام:

من أجل معرفة أهم عوامل الضغط النفسي الأكثر تأثيرا على الحكام قمنا بحساب متوسط الرتب لمحاور قائمة مصادر الضغوط النفسية، ثم متوسط الرتب لكل عبارة من عبارات المحور وجاء ترتيبه كالتالي : **جدول رقم (04)** : ترتيب محاور المقياس

الرقم	المحـــــــــــــــاور	الرتبة	م الرتب	كا2
01	الخوف من الإيذاء البدني	07	3.94	207.83
02	التعارض مع الزملاء	06	4.12	
03	المكافآت و الحوافز	03	6.10	
04	تعارض البعد الاجتماعي	05	5.25	مستوى الدلالة
05	وسائل الإعلام	01	8.63	0.001
06	الحالة البدنية و الوقت	04	5.98	
07	الخوف من الفشل	02	8.06	
08	التعارض الشخصي	08	2.20	

8. مستويات الضغوط النفسية لحكام كرة القدم :

كشفت الدراسة الحالية عن وجود درجات مرتفعة من المعاناة لحكام كرة القدم من الضغوط النفسية، حيث وصلت مستويات الضغط لديهم إلى(67.7%)واقعة في المجال المرتفع وهذا على الدرجة الكلية للمقياس. وتتفق نتائج الدراسة الحالية في ذلك نسبيًا مع نتائج الدراسات التي أجريت في المجتمعات العربية والغربية ، حيث توصلت دراسة إبراهيم (2000) إلى ذكر حكام كرة القدم بدرجاتهم المختلفة (أولى ، وثانية ، وثالثة) يتعرضون لنسبة عالية من الاحتراق النفسي كنتاج

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

طبيعي للضغوط النفسية التي يواجهونها أثناء إدارتهم للمباريات، ودراسة ولفسون ونيافا

(Wolfson & Neave 2000) حيث يؤكد أن 71 % من أفراد عينة الدراسة عبروا على شعورهم بالإنهاك البدني بعد الانتهاء من المنافسة.

ومما يدعم هذا ما توصل له وينبرج و رشاردسون 1990 من تأكيد 45 % من حكام كرة السلة عبروا على أن التحكيم الرياضي كمهنة يشكل ضغطًا نفسيًا بطبيعته، وإشارة أفراد عينة الدراسة الذين ذكروا تميز التحكيم بالضغوط إلى تعرضهم لبعض الأعراض البدنية مثل التوتر العضلي وارتفاع ضغط الدم.

هذا وبالرغم من تفاوت درجة شدة الضغوط النفسية التي يتعرض لها الحكام أثناء إدارتهم للمباريات المختلفة ، باختلاف اللعبة والثقافة الاجتماعية ،تؤكد الدراسات على أن أداء الحكم الرياضي يرتبط بالعديد من عوامل الضغط النفسي تتفاوت من حيث شدتها وأنواعها، والتي قد تؤدي إلى الإنهاك البدني والذهني، وبشكل يؤثر على مستوى قدراته البدنية والنفسية بشكل عام، وقدرته على التحكم في انفعالاته أو القدرة على اتخاذ القرار الصحيح بشكل خاص (هارون، 1997 م و مصطفى، 2001 م و Constbal,1996) ، أن ما تحصلنا عليه من نتائج تدل على وجود ضغط مرتفع عند الحكام تعتبر شيئا منطقيا نظرا لما يعانيه التحكيم من نقد لاذع في مختلف وسائل الإعلام وتحميله مسؤولية الهزائم من قبل المدربين واللاعبين وحتى الجمهور لديه استعداد مسبق لاتهام الحكم بالتحيز ، وما ينجر عنه من اعتداءات لفظية وجسدية تطال الحكام كل أسبوع .

9. مستويات الضغوط النفسية حسب المتغيرات قيد الدراسة :

9-1- الحالة الاجتماعية : بينت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" دالة إحصائيا على محاور : وسائل الإعلام ، الحالة البدنية والوقت ، تعارض البعد الاجتماعي ، المكافآت والحوافز ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح العزاب بمتوسط حسابي يقدر بـــ 204.75، أي أن العزاب أكثر استجابة لمصادر

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

الضغوط النفسية مقارنة بالمتزوجين ؛وقد يرجع هذا إلى المساندة الاجتماعية التي يحصل عليها المتزوجون أكثر من العزاب حيث يشير ("Lepore"(1994) إلى أن المساندة الاجتماعية هي الإمكانيات الفعلية أو المدركة للمصادر المتاحة في البيئة الاجتماعية للفرد التي يمكن استخدامها للمساعدة في أوقات الضيق. ويتزود الفرد بالدعم الاجتماعي من خلال شبكة علاقاته الاجتماعية التي تضم كل الأشخاص الذين لهم اتصال اجتماعي بشكل أو بآخر مع الفرد وتضم في الغالب الأسرة وزملاء العمل، في هذا السياق يرى بعض الباحثين"Haley" (1996) أن الدعم الاجتماعي هو شكل من أشكال المواجهة، تلك المواجهة الهادفة إلى تنظيم الاستجابات العاطفية، بل هو الجهد الذي يقوم به الناس للحصول على المساندة الاجتماعية للتخفيف من الوضع الضاغط ومن آثاره، فالبحث عن دعم اجتماعي يلعب دورا في التخفيف من الضغط النفسي عن طريق التواصل الاجتماعي الجيد والعلاقات الاجتماعية المرنة و الحميمية، ويضيف"Cohen" (1997) أن الفرد لن يرى الحدث ضارا أو ضاغطا إذا اعتقد أن شبكته الاجتماعية سوف تساعده لمواجهة هذا الحدث، ويتم الدعم والمساندة الاجتماعية عن طريق إعطاء الآخرين نتائج خبراتهم في المواقف المتشابهة لموقف الفرد، أو تزويد الفرد بالمعلومات الهامة التي يتوقع أن تساعده على التعامل مع المشكلة ، ودعم عاطفي ، ويقصد به التعاطف الذي يحصل عليه الفرد تجاه مشكلته من أفراد أسرته أو أصدقائه أو زملاء العمل. حيث يسهم هذا التعاطف ومشاركة الألم في التخفيف من الإحساس بالقلق أو الحزن. وقد كشفت الدراسات أن الدعم الوجداني أو التعاطف من الآخرين يلطف بشكل هام درجة رد فعل الفرد تجاه الضغط النفسي،لذا يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية بين الحكام تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية.

9-2- متغير المهنة : بينت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المهنة للدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" غير دالة إحصائيا حيث بلغت 0.332 وما يمكن الإشارة إليه أن قيمة "ت"

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

دالة إحصائيا عند محور واحد والمتعلق بالخوف من الإيذاء البدني ، وهذا ما يتفق ما دراسة راينى (Rainey1999)والتي تؤكد أن من احد أسباب رغبة الحكام في الاعتزال يأتي الخوف من الإيذاء البدني ونستطيع من هذه النتائج أن نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة التي تشير إلى وجود فروق تعزى لمتغير المستوى المهنة.

9-3- متغير الدور التحكيمي (حكم ميدان –مساعد) :

بينت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الدور التحكيمي (حكم ميدان- حكم مساعد) على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" دالة إحصائيا على محاور: وسائل الإعلام ، المكافآت والحوافز ، التعارض مع الزملاء ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح حكام الميدان بمتوسط حسابي يقدر بـــ 202.88، أي أن حكام الميدان أكثر استجابة لمصادر الضغوط النفسية مقارنة بالحكام المساعدين،ويرجع هذا حسب المقابلة مع الحكام أن الحكم الرئيسي هو المسئول الأول عن إدارة المباراة أي هو من يكون في الصورة بصفته القاضي الأول إضافة إلى كثرة احتكاكه باللاعبين وإصدار القرارات والعقوبات والحمل البدني الناتج عن تنقلاته في كل أرجاء الملعب ،وتتوافق هذه النتائج مع دراسة بسام هارون عام (1997) بعنوان " السمات الانفعالية لحكام كرة القدم العرب" أظهرت النتائج أن هناك تمايزا بين حكام الساحة والحكام المعاونين في السمات الانفعالية لصالح حكام الساحة .

أن النتائج المحصل عليها تقتضي انه يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية بين الحكام الرئيسين والحكام المساعدين .

9-4- متغير الصفة التحكيمية (دولي – وطني) :

بينت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الصفة التحكيمية للدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" غير دالة إحصائيا حيث بلغت 0.86 ، وجاءت هذه النتائج مخالفة لنتائج دراسة سوزان كناني عام 1994)

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

(وأظهرت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمات البعد الاجتماعي ، الحالة النفسية والاستشارة لصالح الحكام الدوليين ، و دراسة كامل زغلول عام(1986) ، التي أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة بين الحكام الدوليين وحكام الدرجة الأولى في الصفات الشخصية ولصالح الحكام الدوليين ، كما بينت النتائج أن هناك فروقًا دالة بين الحكام الدوليين وحكام الدرجة الأولى في النواحي الإدارية والتنظيمية ولصالح الحكام الدوليين.

ومن هذه النتائج نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة التي تشير إلى وجود فروق تعزى لمتغير المستوى الصفة التحكيمية.

9-5- متغير الصفة الخبرة :بينت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الخبرة على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" دالة إحصائيا على محاور: وسائل الإعلام ، المكافآت والحوافز ، الخوف من الإيذاء، تعرض البعد الاجتماعي ،الحالة البدنية والوقت ، الخوف من الفشل ،التعارض الشخصي ،ولم تكن دالة إحصائيا في محور واحد وهو المتعلق بالتعارض مع الزملاء ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح حكام الأقل خبرة أي اقل من خمس سنوات بمتوسط حسابي يقدر بـــ 219.44، أي أن حكام الأقل خبرة أكثر استجابة لمصادر الضغوط النفسية ثم يأتي الحكام الذين لديهم أكثر من 10 سنوات خبرة بمتوسط حسابي قدره178.66وهي نتيجة مقاربة للحكام ذوي الخبرة بين 5 و10سنوات بـــ:187.9 وتتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة محمد سيد ششتاوي (2000)، محمد بخيت (1994)، الذين وجدوا بأن الفروق التابعة لمتغير الخبرة المهنية كانت لصالح الأقل خبرة و دراسة زياد الطحاينة عام (2007) بعنوان " مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى الحكام تعزى لمتغير العمر والخبرة. ذا يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية

في مصادر الضغوط النفسية بين الحكام تعزى لمتغير الخبرة .

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

9-6- متغير المستوى التعليمي :بينت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي للدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" غير دالة إحصائيا حيث بلغت 0.296 وما يمكن الإشارة إليه أن قيمة "ت" دالة إحصائيا عند محور واحد والمتعلق بالمكافآت والحوافز وجاءت هذه الدراسة مطابقة لدراسة (م.م. وليد ذنون- يونس م.م. يحيى محمد محمد علي : (2004) " دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم." حيث لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية في ظاهرة الاحتراق النفسي بين حكام كرة القدم على وفق متغير التحصيل الدراسي.

ونستطيع من هذه النتائج أن نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة التي تشير إلى وجود فروق تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

9-7- متغير العمر :بينت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ ونجد أن قيمة "ت" دالة إحصائيا على محاور: وسائل الإعلام ، المكافآت والحوافز ، الخوف من الإيذاء، تعرض البعد الاجتماعي ،الحالة البدنية والوقت ، الخوف من الفشل ،التعارض الشخصي ،ولم تكن دالة إحصائيا في محور واحد وهو المتعلق بالتعارض مع الزملاء ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح حكام الأقل سنا أي اقل من خمس وعشرين سنة بمتوسط حسابي يقدر بـــ 218.92، أي أن حكام الأقل خبرة أكثر استجابة لمصادر الضغوط النفسية ثم يأتي باقي الحكام الذين لديهم أكثر من 05 سنوات خبرة بمتوسط حسابي قدره 187.05و186.93هي نتيجة متقاربة جدا ، وتتفق مع دراسة زياد الطحاينة 2007 بعنوان " مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى الحكام تعزى لمتغير العمر والخبرة. لذا يتم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بوجود فروق ذات دلالة إحصائية في مصادر الضغوط النفسية بين الحكام تعزى لمتغير العمر .

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

10- أهم مصادر الضغوط النفسية عند الحكام :

أثبتت النتائج المتحصل عليها تعرض الحكام إلى مستوى مرتفع من الضغوط ، تعددت مصادرها واختلفت شدتها من مصدر إلى آخر ، حيث جاءت بالترتيب

التالي :

1- وسائل الإعلام .

2- الخوف من الفشل .

3- المكافآت والحوافز .

4- الحالة البدنية والوقت .

5- تعارض البعد الاجتماعي .

6- التعارض مع الزملاء .

7- الخوف من الإيذاء البدني .

8- التعارض الشخصي .

وفيما يلي نحاول شرح ومناقشة كل مصدر من مصادر الضغوط النفسية ، بالاعتماد على المقابلة التي أجريت مع الحكام ،وبالاعتماد على وجهات النظر وأراء المختصين المختلفة حول موضوع الضغوط النفسية، وكذلك على ضوء ما توفر من دراسات سابقة أو مشابهة .

11- خاتمة البحث:

إن النتائج التي آلت إليها هذه الدراسة من خلال محاولة الكشف عن مستويات الضغوط النفسية لدى حكام كرة القدم والذين ينشطون في الربطة الوطنية المحترفة الجزائرية بشقيها الأول والثاني ، ومن خلال اعتماد الخصائص الفردية و الشخصية لأفراد العينة (الدور التحكيمي، العمر، الخبرة المهنية، الصفة، الحالة المدنية، المستوى التعليمي، طبيعة المهنة) ولمعرفة تأثيرها على مستويات الضغط النفسي لديهم؛ وكذلك حاولت الدراسة الإجابة عن التساؤلات المتعلقة

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

بأهم العوامل والمصادر الأكثر تسببا في إحداث الضغط النفسي لدى الحكام .

بعد تحليل وإثراء متغيرات البحث نظريا، وإعداد أداة لجمع البيانات وتطبيقها على عينة مكونة من 78 حكم منهم 28 حكم ميدان و50 حكم مساعد وبعدما تم جمع البيانات ومعالجتها إحصائيا وعرضها وتحليلها وتفسيرها ومناقشتها ،توصلت نتائج الدراسة إلى ما يلي:

1- دلت النتائج أن حكام كرة القدم يتعرضون إلى مستوى مرتفع من الضغوط بلغت نسبته 60.7 على أغلب مصادر الضغوط النفسية للمقياس الخاص بالضغوط النفسية وهذا يثبت الفرض القائل أن الحكام يتعرضون إلى مستويات مرتفعة من الضغوط.

2- حازت مصادر الضغوط النفسية المتعلقة بوسائل الإعلام على المرتبة الأولى مقارنة بالمصادر الأخرى، بينما جاءت مصادر التعارض الشخصي في المرتبة الأخيرة .

3- أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05 على محاور: وسائل الإعلام ، الحالة البدنية والوقت ، تعارض البعد الاجتماعي ، المكافآت والحوافز ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح العزاب ،أي أن العزاب أكثر استجابة لمصادر الضغوط النفسية مقارنة بالمتزوجين .

4- أظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المهنة للدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ وما يمكن الإشارة إليه أن قيمة "ت" دالة إحصائيا عند محور المتعلق بالخوف من الإيذاء البدني .

5- أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الدور التحكيمي (حكم ميدان- حكم مساعد) على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ على محاور: وسائل الإعلام ، المكافآت والحوافز ، التعارض مع الزملاء ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح حكام الميدان أي أن حكام الميدان أكثر استجابة لمصادر الضغوط النفسية مقارنة بالحكام المساعدين.

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

6- أظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الصفة التحكيمية (دولي – وطني) للدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05 .

7 – أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الخبرة على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ على محاور: وسائل الإعلام ، المكافآت والحوافز ، الخوف من الإيذاء، تعارض البعد الاجتماعي ،الحالة البدنية والوقت ، الخوف من الفشل ،التعارض الشخصي ،ولم تكن دالة إحصائيا في محور واحد وهو المتعلق بالتعارض مع الزملاء ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح الحكام الأقل خبرة أي اقل من خمس سنوات .

8 – أظهرت نتائج الدراسة الحالية عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير المستوى التعليمي للدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ وما يمكن الإشارة إليه أن الفروق تحقق عند محور واحد والمتعلق بالمكافآت والحوافز.

9- أظهرت نتائج الدراسة الحالية وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير العمر على الدرجة الكلية للمقياس، عند مستوى دلالة 0.05؛ على محاور: وسائل الإعلام ، المكافآت والحوافز ، الخوف من الإيذاء، تعرض البعد الاجتماعي ،الحالة البدنية والوقت ، الخوف من الفشل ،التعارض الشخصي ،ولم تكن دالة إحصائيا في محور واحد وهو المتعلق بالتعارض مع الزملاء ،كما يتبين من نتائج الجدول أن الفروق تميل لصالح حكام الأقل سنا أي اقل من خمس وعشرين سنة .

12- الاقتراحات والتوصيات :

إن نجاح المنظومة الرياضية في بلادنا يقترن بمدى استعداد المعنيين بالأمر و العاملين في القطاع الرياضي لاتخاذ خطوات شجاعة مبنية على دراية و تخطيط علمي دقيق و هادف للتحسين و الإصلاح كلما ظهر خلل في التطبيق و الطريقة المثلى لذلك مراقبة كل خطوات التطبيق لقراراتهم و تأثيراتهم على السلوك الايجابي للممارسين أو استعداداتهم النفسية والبدنية. وخاصة أن كرة القدم تأتي في مقدمة الألعاب الأكثر اهتمام واستقطابا من قبل الجماهير ولذالك وجب العناية بكامل عناصر نجاحها ومن بين أهم عناصر

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

النجاح التحكيم ، فالدور الكبير الذي يلعبه الحكام في نجاح اللعبة والمعاناة التي يتكبدونها لا يدركها ولا يفهم خصوصيتها كل الناس ، ولذالك وجب رعاية خاصة للحكام من خلال :

*- معرفة أهم الضغوط النفسية التي تؤثر على أداء الحكام ولا يتأتى ذالك إلا من خلال الاستعانة بخبراء أكاديميين لهم درية علمية بكيفية اكتشاف الضغوط النفسية للحكام ومعرفة الإستراتجية المناسبة لمعالجتها وتعنى هذه الإستراتيجية مساعدة الحكام في التغلب على ضغوط العمل عن طريق توفير خدمات طبية وعلاجية لهم وتقديم النصح والمشورة والإجراءات الوقائية المناسبة عن طريق فريق متكامل من الأطباء والأخصائيين النفسيين .

*- تنبيه الحكام إلى ضرورة معرفة تأثير كثرة الضغوط على أدائهم وضرورة إدراك مسبباتها للحد منها .

*- الاهتمام بالجانب المادي للحكام من خلال زيادة المنح ونحن نعلم مدى المسافات الكبيرة إلى يقطعها الحكام وما يترتب عنها من مصاريف النقل والاضطرار في أحيان إلى المبيت بيوم قبل المباراة ، دون إن ننسى التعب البدني

*- عقد لقاءات دورية بين الحكام والصحفيين لشرح قوانين اللعبة والصعوبات التي تعترض أداء الحكام ، ومنها بالخصوص تأثير ما تتناوله الصحافة من انتقادات للحكام وانعكاس ذالك على تصرفات اللاعبين والجماهير اتجاه الحكام .

*- الإكثار من التربصات القصيرة التي تسمح للحكام تبادل وجهات النظر وتحليل بعض المباريات للاستفادة من الأخطاء التي يركبها غيرهم .

*- على المسئولين عن هيئة التحكيم الابتعاد على الأساليب التسلطية في تعاملهم مع الحكام وترك مجال الحوار و إبداء الرأي دون خوف من العقوبات .

*- شفافية التقييم الأسبوعي واطلاع الحكام على نقاطهم وأسباب إخفاقهم وحثهم على بذل المجهودات و هذا التقييم يترجم في شكل نظم مناسبة للثواب والعقاب ، لأنها جانباً لا يستهان به من المصادر المسببة لضغوط العمل في كثير من الأحيان ، ومن ثم فإن إعادة

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

فحص نظم الحوافز وتقييم الأداء على فترات دورية مناسبة للتأكد من تحقيق هذه النظم ما تقدم يعتبر إستراتيجية مناسبة ، مع تكريم أفضل حكم في الأسبوع أو على الأقل في الشهر .

*- وضع سلم تقييم واضح وشفاف يتم مناقشته مع الحكام لإعطاء اقتراحاتهم المناسبة .

*- إن إقامة الحفلات التكريمية والرحلات من طرف الهيئة المشرفة من حين إلى آخر تكون بمثابة فرصة طيبة لزيادة روابط الصلة والتعارف والتفاهم بين الحكام ، وإزالة ما قد تولده ظروف العمل الخاصة بالحكام من ضغوط تتولد من خلال التنافس بين الحكام في البحث عن الشهرة والاستفادة من تحكيم أهم المباريات وكثرتها في جو من الألفة بعيداً عن رسميات جو العمل .

قـــائمـــة المـــــراجع:

1. إبراهيم لطفي عبد الباسط :**عمليات تحمل الضغوط و علاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى المعلمين** . مجلة البحوث التربوية بجامعة قطر ، العدد الخامس ، 1994 .
2. أحمد محمد عبد الخالق: **الصدمة النفسية**. مطبوعات جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، الكويت،1998 .
3. إخلاص محمد عبد الحفيظ ،مصطفى حسين باهي :**طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربية النفسية و الرياضية** . مركز الكتاب للنشر،القاهرة، 2000 .
4. جابر عبد الحميد إبراهيم:**مناهج البحث في التربية وعلم النفس**. دار النهضة العربية القاهرة ،1984.
5. حسان هشام : **منهجية البحث العلمي**. ط2 ، بدون مطبعة 2007.
6. حسين طه عبد العظيم ، حسين سلامة عبد العظيم : **إستراتيجيات إدارة الضغوط التربوية و النفسية** . دار الفكر للنشر و التوزيع عمان ، 2006 .
7. دافيدوف ليندال :**مدخل علم النفس ترجمة**.تر:سيد الطواب محمود عمر،نجيب ضرام ط3 الدار الدولية للنشر والتوزيع ، 1992.

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)

8. زهران حامد : **الصحة النفسية والعلاج النفسي** . ط3 عالم الكتب القاهرة ، 1997 .
9. سمير مهنا : **بعض مظاهر الانتباه وعلاقتها بمستوى أداء حكام كرة القدم** . رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية – جامعة بابل 2000 .
10. عبد العزيز عبد المجيد محمد:**سيكولوجية مواجهة الضغوط في المجال الرياضي**. دار الفكر العربي،القاهرة، 2005.
11. عثمان فاروق السيد: **القلق وإدارة الضغوط النفسية**، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة ، 2001.
12. مصطفى كامل راتب ومحمد حسام الدين: **الحكم العربي وقوانين كرة القدم والكرة الخماسية**. مركز الكتاب للنشر، القاهرة. الطبعة الثانية. 1998.
13. عبد الله ، منى محمود: **أساليب موجهة الضغوط لدى طلاب المرحلتين الإعدادية والثانوية دراسة مقارنة بين الريف والحضر** . رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ،عين شمس ، القاهرة ، 2002.
14. قطب ، أحمد محمد : **الضغوط النفسية وعلاقتها ببعض الجوانب الدافعية والانفعالية لدى لاعبي المنتخبات الرياضية بجامعة المنيا** . رسالة دكتوراه غير منشورة . جامعة المنيا . القاهرة ،2005
15. طايبي، فريدة : **المميزات النفسية للشباب متعاطي المخدرات** .رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس العيادي، جامعة الجزائر ،1998 .

Create PDF files without this message by purchasing novaPDF printer (http://www.novapdf.com)