

مستويات الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم دراسة ميدانية لرابطة الولائية لكرة القدم

د. عبد العزيز ساسي *

أ. نبيل منصوري *

الملخص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم ، ولتحقيق ذلك استخدم الباحثان استخدم الباحثان المنهج الوصفي المنهج الوصفي التحليلي على عينة من 20 حكما 14 حكما للساحة و 06 حكام رئيسيين اختيروا بطريقة عشوائية من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم ، وطبق عليهم مقياس الصلابة النفسية المعد من طرف الباحثان ، وتوصلت النتائج إلى أن مستوى الصلابة النفسية كان عال في كل أبعاده ما عدا بعد التحكم وفي ضوء ذلك أوصى الباحثان بما يلي:

1 - التركيز على الجوانب النفسية للحكام مع الجوانب البدنية عند اختبارات الترقية أو خلال الندوات التحسيسية والتصحيحية.

2 - تنمية السمات الايجابية للشخصية لدى الحكام واتجاههم نحو مهنة التحكم.

3 - تنمية الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم و مساعدتهم على الالتزام. نحو الأنشطة التي يمارسونها والتحكم بظروف المنافسات وتنمية قدرتهم ودافعيتهم على التحدي.

. مقدمة وأهمية البحث :

يعيش الإنسان المعاصر زمناً كثرت فيه وتعددت روافد الضغوط النفسية ، وامتاز هذا العصر بالتغير السريع والمتلاحق مما جعل الفرد يواجه الكثير من التحديات في طريق تحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته وصولاً للتوافق الشخصي والاجتماعي ، ومن خلال تفاعل الإنسان مع البيئة نجده في حاجة دائمة إلى عملية موائمة مستمرة بين مكوناته الذاتية والظروف الخاصة.

ومع التطور المتزايد الذي شهده العصر الحالي في جميع مجالات الحياة مما أدى إلى المزيد من الحاجات الناشئة عن هذا التطور ، وقد انعكس ذلك على الحياة الإنسانية في حد ذاتها فأصبحنا نعيش عصراً مليئاً بالضغوطات الكبيرة العائدة إلى التطور السريع سواء في المجال العلمي أو التكنولوجي أو الاجتماعي المتسارع كل هذه الأمور ساهمت وساعدت في تعقيد أمور الحياة مما ولدت توترات نفسية لدى الأفراد ، مما اعتبر الضغوط احد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة ، وهذه الضغوط ما هي إلا انعكاس للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة. (Marks,2000 p 66)

والتحكم يعتبر ركناً أساسياً من أركان العمل التي تستند إليها كرة القدم مثلما يشكل قطاعاً متميزاً له خصوصية تتصف بالأهمية نظراً لما يعكسه مستوى التحكم على مستوى المنافسات بحيث ارتبط ذلك معاً طردياً ، ومن هنا أخذ التحكم يحظى برعاية واهتمام كبيرين ليس على صعيد الاتحادات الأهلية فحسب وإنما من الاتحادات القارية والدولية خاصة مع تطور الكبير لمستوى المنافسات ، وتعدد بطولاتها والدور الكبير الذي يلعبه التحكم في إنجاحها باعتبار أن الحكم هو القاضي الذي يدير المباراة في حدود السلطات التي منحها له القانون فهو يفصل في أي نزاع داخل الملعب ويوقع العقوبات ضد المخالفات التي يرتكبها اللاعبون أو الإداريون على حد سواء ، ويرمز وجوده إلى إشاعة الطمأنينة بين الجمهور واللاعبين كلما جاء نزيهاً محاذياً وقيامه بواجبه بكفاءة واقتدار. (هارون ، 1997 ، ص 04)

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة أكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني : Email

aziz_saci2610@yahoo.fr

* معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية - جامعة أكلي محند أولحاج - بالبويرة - البريد الإلكتروني : mansourisport@live.fr

ومن هنا أصبح التحكيم أحد الأمور الأساسية التي تسهم في رفع مستوى اللعبة بشكل عام لكون سلطة الحكم مستمدة من قانون اللعبة الذي ينشد العدالة أثناء قيادته للمباراة ، والحكم الجيد والصائب في قراراته سيزيد من حماس اللاعبين ويشجعهم على بذل المزيد من الجهد لتطوير مستواهم والحصول على نتائج أفضل مما يسهم بشكل فاعل في متعة الجمهور المتابع (الخيكاني ، 2005 ، ص03).

ويرتبط أداء الحكم الرياضي بالعديد من عوامل الضغط النفسي الداخلية والخارجية تتفاوت من حيث شدتها وأنواعها وتأثيراتها ، والتي في تراكمها 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 ، مصطفى ، 2001 ، Constbal,1996).

إذ يشير تبيل (Teipel,2001) إلى أن الأدوار الكبيرة والمهام الفريدة التي يقوم بها الحكم قد تكون مصدر رئيسي للضغوط التي يتعرض لها الحكم ، حيث يرى أن هناك ثلاثة أدوار يقوم بها الحكم وهي: العمل كمفاوض لمناقشة وحل التوتر الذي ينشأ خلال المنافسة بين المتنافسين ، وكقاضي يعمل على تطبيق القواعد والقوانين الخاصة باللعبة واتخاذ القرارات المناسبة ، وأخيراً يعمل كموجه ومشرف على كل المشاركين لإدارة كل ما يحدث في المنافسة الرياضية. في المقابل يختلف إدراك المتنافسين لهذه الأدوار ، مما قد يؤدي إلى استمرار الخلاف والتضارب بين المشاركين في معظم المنافسات وبشكل يحتم على الحكم حل هذه الخلافات. ويؤكد وينبرج وشاردسون (Weinberg, & Richardson,1990) على أن مثل هذه الأدوار والمهام الفريدة غالباً ما تكون سبب رئيسي في تعرض الحكام إلى القلق والتوتر وزيادة الضغوط النفسية ، خاصة وأنه غالباً ما تكون أخطاء الحكام عرضة للتدقيق والنقد والمناقشة من قبل العامة وبشكل علني ، في المقابل لا يلحظ أو يقيم نجاح الحكم إلا من قلة.

1. الإشكالية:

تعتبر الصلابة النفسية أحد أهم عوامل وسمات الشخصية الايجابية المؤثرة في الارتقاء بمستوى الأداء وتحقيق الانتصارات الرياضية ، لذا كلما استطعنا الارتقاء بمستويات الصلابة النفسية لدى الرياضيين في ظروف المنافسة والتدريب ، استطعنا الانتصار على العوائق الشخصية الداخلية والخارجية وتحقيق الانجازات.

فقد أوكدت كوبازا (Kopasa, 1984) أن الأفراد الأكثر صلابة نفسية ، هم أكثر صموداً ومقاومة وانجازاً.

كما يرى مادي (Maddi, 2002) أن الصلابة تساعد الفرد على مواجهة الأوضاع الصعبة والتوتر والمواقف الضاغطة وتزوده بحماية أو حصانة من الآثار الضارة المحتملة وتصون صحته النفسية وتساعد على التكيف مع مصاعب الحياة.

وبما أن الحكام هو أحد أهم المكونات الرئيسية للرياضة إذا لم يكونوا عمودها الفقري وأهم أضلاعها ، ولأنهم كذلك لما يمثلونه من أهمية فهم بمثابة الرياضي المحايد الذي يحرص على إدارة المباراة في نطاق احترام قانون الرياضة نصاً وروحاً ، وهم بهذا الاعتبار مهينون أكثر من غيرهم للقيام بذلك الدور بديناً ، وفتياً ، وذهنياً. ولكونهم يفصلون بين الفرق المتنافسة داخل الملعب فقد أصبحوا محط أنظار الجميع من لاعبين ، ومدربين ، وإداريين ، و جماهير ، الأمر الذي يولد ضغط نفسياً رهيباً لدى الحكم لا يستطيع الكل تحمله ما لم تكن لديه صلابة نفسية شديدة يستطيع من خلالها التكيف مع الضغط ومتطلباته وكذا مواجهته ولأجل ذلك نطرح التساؤل التالي : ما مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم.

2. أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة إلى :

- 1 - معرفة حكام كرة القدم لمفهوم الصلابة النفسية لديهم.
- 2 - معرفة مستوى الصلابة النفسية المميز لدى حكام كرة القدم.

3. فرضية البحث :

مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم عالي.

4. مجالات الدراسة:

1. المجال البشري: حكام كرة القدم المسجلين على مستوى الرابطة الولائية لولاية البويرة التي تقع على عاتقهم إدارة مباريات الدور ما قبل الشرفي - الشرفي - الولائي - الجهوي.
2. المجال المكاني: تم تطبيق الدراسة على مستوى مقر الرابطة.
3. المجال الزمني: تم تطبيق الدراسة مع الموسم الرياضي 2014/2015.

5. تحديد المصطلحات والمفاهيم:

1. **الصلابة النفسية:** اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة (الحجار ودخان ، 2005 ، ص 373).
- كما تعرف على أنها : اعتقاد عام لدى الفرد في فاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة ، كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة.
- التعريف الإجرائي** هي الاعتقاد النفسي والمعرفي للحكم على مواجهة كل الظروف المحيطة بإدارة مباراة كرة القدم.
- ب. الحكام :** لغة: هو الحكم المكلف رسمياً لتسيير وقيادة مقابلة رياضية وسهر على احترام القانون (Robert du sport , 1990).

التعريف الاصطلاحي : أصل كلمة حكم هو إنسان يعود إليه ليتخذ قرار معين ، فالحكم هو الشخص المسئول الوحيد أثناء إدارته للمباريات على دعم روح اللعب السليم ويقوم بتنفيذ قواعد وقوانين اللعبة في جميع الظروف ، كذلك يعمل لحسم المواقف التي تنص عليها القانون ويقوم بممارسة سلطته بطريقة لبقة دون أن يخل بالقوانين والأسس الرياضية الصحيح(مختار سالم ، 1987 ، ص 215).

6. الدراسات النظرية والدراسات السابقة:

6 - 1 - الصلابة النفسية: لم يعد التعرض للضغوط النفسية أو البيئية هو المتغير الرئيسي المؤثر في نشاط الفرد وارتقائه ، بل هناك متغيرات أخرى أكثر تأثيراً وهي أهداف الفرد وغاياته التي يسعى إلى تحقيقها والتي تجعله يقيم مصدر الضغوط تقييماً معرفياً يجعله يسلك بطريقة معينة في مواجهة هذه الضغوط ما بين المرونة والفعالية وبين الجمود والسلبية والمرض. ومن هذا المنطلق بدأ الباحثون يركزون على المتغيرات التي تقي الفرد من الآثار الضارة للمواقف الضاغطة ، وتدعم قدرته على مواجهة هذه الضغوط.

فقد قام كل من كوباسا ومادي (Kobasa and Maddi) 1979, بمجموعة من الدراسات ، التي استهدفت معرفة المتغيرات النفسية التي تكمن وراء احتفاظ بعض الأشخاص بصحتهم النفسية والجسمية عند تعرضهم للضغوط ، بينما يتعرض آخرون للمرض والإجهاد عند تعرضهم للضغوط نفسها. وتوصلا من خلالها إلى أن الصلابة النفسية إحدى المتغيرات الشخصية الايجابية التي من شأنها مساعدة الفرد في الوقاية من الأثر النفسي والجسمي الذي ينتج عن التعرض للضغوط ، حيث أن غياب الصلابة النفسية يقلل من قدرة الفرد على مواجهة الضغوط وتزيد الشكاوى البدنية.

ويعبر مفهوم الصلابة النفسية عن قدرة التحمل التي تعكس نمطاً معرفياً وانفعالياً وسلوكياً من المقاومة للإرهاق ، فهي سمة شخصية يمتلكها الفرد تساعده على مواجهة ضغوط الحياة والعمل بإيجابية ، وباستخدام أساليب المواجهة الفعالة التي تحمي الفرد وتقيه من الوقوع في برائن الأمراض النفسية والجسدية الناتجة عن

التعرض لتلك الضغوط والمشكلات والعراقل.

ويرى لانج Lang أن الصلابة النفسية سمة شخصية فيقول بأن كل فرد يظهر بعض المستويات على الصلابة ، ويعتمد ارتفاع ذلك أو انخفاضه على الموقف والوقت الذي يمر به الفرد ، ويمكن أن يكون ذلك الاختلاف راجع إلى الطريقة والممارسة التي تعلمها الفرد ، والتي تؤثر على كل شكل خبراتهم وما ينعكس في النهاية على صحتهم وبذلك فإن الصلابة قدرة متعلمة يمكن أن تتغير أي أن الصلابة مصدر شخصي وليس سمة شخصية لدى الفرد (عباس ، 2010 ، ص184).

وتؤكد كوبازا أن الصلابة النفسية مفيدة لمقاومة الضغوط والإنهاك النفسي حيث إنها تعدل من إدراك الفرد للأحداث وتجعلها أقل أثراً ، فتكسب الفرد قدراً من المرونة ، ولهذا فالصلابة النفسية تزيد من قدرات الفرد لمواجهة الضغوط المختلفة ، وكذلك الوقاية من الإنهاك النفسي (عباس ، 2010 ، ص186).

6- 2- تعريف الصلابة النفسية : عرفها مخيمر: بأنها « نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه وأهدافه وقيمه والآخرين من حوله ، واعتقاد الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها ، وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير وضروري للنمو أكثر من كونه شديداً أو إعاقة له » (مخيمر ، 1996 ، ص 284).

ويعرف مجدي (2008 ، ص85) الصلابة النفسية بأنها " القدرة العالية على المواجهة الإيجابية للضغوط وحلها ومنع الصعوبات المستقبلية ، والتي تعكس مدى اعتقاده في فعاليته والقدرة على الاستخدام الأمثل لكل المصادر الشخصية والبيئة النفسية والاجتماعية المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفعالية أحداث الحياة الضاغطة وتحقيق الإنجاز والتفوق.

6- 3- أبعاد الصلابة النفسية: تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها كوبازا والتي أشارت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير من مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها وهذه الأبعاد هي (الالتزام ، التحكم ، التحدي).

وترى كوبازا أن هذه المكونات الثلاث ترتبط بارتفاع قدرة الفرد على تحدي ضغوط البيئة وأحداث الحياة ، وتحويل أحداث الحياة الضاغطة لفرص النمو لشخصي. كما أن نقص هذه الأبعاد الثلاثة يوصف بأنه احتراق نفسي. ولا يكفي مكون واحد من مكونات الصلابة الثلاثة لتمدنا بالشجاعة والدافعية لتحويل الضغوط والقلق لأمر أكثر إيجابية ، فالصلابة النفسية مركب يتكون من ثلاثة أبعاد مستقلة قابلة للقياس.

أولاً : الالتزام يعتبر مكون الالتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية ارتباطاً بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدراً لمقاومة مثيرات المشقة.

ثانياً:التحكم ترى كوبازا التحكم بأنه اعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجهه من أحداث ، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له فإدراك التحكم يمثل توجه الفرد نحو إحساس بالفعالية والتأثير في ظروف الحياة المتنوعة فالتحكم يمثل التوجه للشعور والتصرف كما لو كان للفرد القدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الاستسلام والشعور بالعجز عند مواجهة كوارث وطوارئ الحياة (Kobasa ,1979).

ثالثاً :التحدي تعرفه كوبازا بأنه " :اعتقاد الفرد بأن التغيير المتجدد في أحداث الحياة ، هو أمر طبيعي بل حتمي لا بد منه لارتقائه ، أكثر من كونه تهديداً لأنه وثقته بنفسه وسلامته النفسية (Kobasa, 1979p70).

7. أهمية الصلابة النفسية:

تعتبر الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية ، التي تقي الإنسان من آثار الضغوط الحياتية المختلفة ، وتجعل الفرد أكثر مرونة وتفاؤلاً وقابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة ، كما وتعمل

الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية والاضطرابات النفسية.

وقد أعطت كوبازا عدة تفسيرات توضح السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدة الضغوط التي تواجه الفرد ويمكن فهم تلك العلاقة من خلال فحص أثر الضغوط على الفرد وفي هذا الخصوص ترى كل من مادي وكوبازا أن الأحداث الضاغطة تقود إلى سلسلة من الإرجاع تؤدي إلى استثارة الجهاز العصبي الذاتي والضغط المزمن يؤدي فيما بعد إلى الإرهاق وما يصاحبه من أمراض جسدية واضطرابات نفسية وهنا تأتي دور الصلابة النفسية في تعديل العملية الدائرية والتي تبدأ بالضغط وتنتهي بالإرهاق ويتم ذلك من خلال طرق متعددة فالصلابة:

أولاً: تعدل من إدراك الأحداث وتجعلها تبدو أقل وطأة.

ثانياً: تؤدي إلى أساليب مواجهة نشطة أو تنقله من حال إلى حال.

ثالثاً: تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.

رابعاً: تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي وممارسة لرياضة ، وهذه بالطبع تقلل من الإصابة بالأمراض الجسمية (حمادة وعبد اللطيف ، 2002).

8 . الدراسات السابقة:

8 - 1 - دراسة (جيرسون 1998, Gerson) هدفت الدراسة إلى بيان العلاقة بين الصلابة النفسية ومهارات المواجهة والضغوط بين طلبة الدراسات العليا ، حيث بلغت عينة الدراسة (101) طالباً من الدراسات العليا من قسم علم النفس / مدرسة مدوسترن للخرينجين. وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يستخدمون مهارات مواجهة أكثر فاعلية وتأثيراً من الذين حصلوا على درجات صلابة منخفضة ، وان الضغوط ترتبط ايجابياً بمهارات المواجهة التالية: التحليل المنطقي ، التجنب المعرفي ، التفريغ الانفعالي ، الاستسلام كما توصلت الدراسة أيضاً إلى أن الصلابة الكلية والتجنب المعرفي والتحليل المنطقي منبئات هامة للضغوط ، وأخيراً توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سالبة بين الصلابة والضغوط حيث وجد أن الطلاب الذين حصلوا على درجات عالية في الصلابة كانوا يدركون مسببات الضغوط على أنها أقل ضغطاً من الطلاب الذين لم يحصلوا على درجات عالية في الصلابة.

8 - 2 - دراسة دخان نبيل كامل ، بشير إبراهيم الحجار 2005 هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الضغوط النفسية ومصادرها لدى طلبة الجامعة الإسلامية وعلاقته بمستوى الصلابة النفسية لديهم إضافة إلى تأثير بعض المتغيرات على الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة والصلابة النفسية لديهم وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي التحليلي ، وبلغت عينة الدراسة (541) طالباً وطالبة ، وهي تمثل حوالي (4%) من مجتمع الدراسة البالغ (15441) طالباً وطالبة من كليات الجامعة التسعة بأقسامها المختلفة. واستخدم الباحثان استبانتين ، الأولى لقياس الضغوط النفسية لدى الطلبة ، و الثانية لقياس مدى الصلابة النفسية لديهم. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج وكان من أهمها: أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلبة كان (62.05%) وأن معدل الصلابة النفسية لديهم (77.33%). كما بينت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا ضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور أي أن مستوى الضغوط النفسية لدى الطلاب أعلى منه لدى الطالبات ، وبينت وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الأسرية والمالية - تعزى لمتغير التخصص لصالح طلبة العلمي ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا الدراسية وضغوط بيئة الجامعة - تعزى لمتغير المستوى الجامعي لصالح المستوى الرابع ، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية - عدا المالية والدرجة الكلية - تعزى لمتغير الدخل الشهري ، وبينت الدراسة وجود علاقة ارتباطية سالبة

ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في مستوى الضغوط النفسية والصلابة النفسية وأوصت الدراسة بضرورة قيام مسئولى الجامعة والمرشدين خاصة بعمل برامج إرشادية لزيادة وعي طلبة الجامعة بمفهوم الضغوط النفسية والعوامل المؤثرة فيها وتحسين شروط الدراسة في الجامعة.

8-3 - دراسة (مخيمر ، 1997): هدفت الدراسة إلى التعرف على أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرين من متغيرات المقاومة والوقاية من آثار الأحداث الضاغطة خاصة الاكتئاب. وقد طبقت على عينة من طلبة الفرقتين الثالثة والرابعة لكليات الآداب والعلوم والتربية بجامعة الزقازيق ، وبلغ عدد الذكور (75) طالباً ، والإناث (96) طالبة ، وأشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور والإناث في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والضغوط ، فكانت لصالح الذكور في الصلابة النفسية وإدراك الضغوط ، ولصالح الإناث في المساندة الاجتماعية ، أما الاكتئاب فلا توجد فروق بين الجنسين.

9. الإجراءات المنهجية للدراسة:

سوف نتناول في هذا الجانب المتعلق بمنهجية الدراسة الميدانية من حيث المنهج المناسب وشرح الأدوات والوسائل المستعملة لجمع المعلومات وتحليل ذلك ، مع إبراز علاقتها في الفرضيات والجانب النظري وكذا شرح التقنيات الإحصائية وتحليل ومناقشة النتائج المتوصل إليها بشيء من التفصيل.

9-1 - مجتمع الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة على جميع أفراد حكام كرة القدم للرابطة الولائية لولاية البويرة ، للموسم الرياضي(2013/2014).

9-2 - عينة البحث : العينة في معناها هي مجتمع الدراسة الذي يجمع منه البيانات الميدانية وهي جزء من الكل ، وتعني بذلك عدد الأفراد المستخرج من المجتمع المراد دراسته ، وتستخدم للدلالة على جزء من مفردات المجتمع التي تم اختيارها في الدراسة في أغلب الأحيان و تطبق نتائجها على المجتمع ، وفي عينة دراستنا تكونت من 20 حكماً من بين 14 حكماً تماس و 06 حكماً ساحة.

9-3 - أداة الدراسة : تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات الصلابة النفسية عند الحكام كرة القدم عند إدارته للمباريات بصفة عامة أو المباريات التي تجمع الجمهور الكبير أو التي تكون نتيجتها تحدد الصاعد بالدوري أو النازل منه. وتماشيا مع أهداف الدراسة المسطرة ولأجل التحقق من فرضياتها المسطرة في الجانب النظري وما تتطلبه بيانات ونتائج يستند إليها الباحث في تحقيق أهداف الدراسة فقد اختار الباحث الأدوات التالية :

بعد الإطلاع على الأدبيات التربوية والنفسية والدراسات السابقة المتعلقة بموضوع الدراسة واستطلاع رأي عينة من حكام كرة القدم قام الباحثان بتصميم المقياس الحالي من مقياس الصلابة النفسية الذي صممه سابقاً كل من (مخيمر ، 2002) و(نبيل كامل دخان ، بشير إرهيم الحجار ، 2006) مع إجراء بعض التعديلات:

❖ تحديد فقرات المقياس.

❖ تحديد أبعاد الفقرات وبالتالي المقياس.

وفي ضوء ذلك تم تحديد عدد فقرات المقياس 40 فقرة و 03 أبعاد وتم عرض المقياس على 05 أساتذة محكمين الذين قاموا بتعديل بعض الفقرات حيث أعطى لكل فقرة وزن مدرج وفق سلم متدرج ثلاثي (تنطبق دائماً ، تنطبق أحياناً ، تنطبق نادراً) لقياس مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم وبذلك تنحصر درجات أفراد بين (40 و 120).

10. صدق المحكمين:

أولاً - الصدق الظاهري : من الطرائق التي يلجأ إليها الباحث للحصول على صدق المحتوى اللجوء إلى عدد من المحكمين ليقوموا بالحكم على ما إذا كان كل بند يمثل تمثيلاً صادقاً ما وضع له وما إذا كان يقبسه

بكل موضوعية أو ما يعرف بالصدق الظاهري ، إذ بعد رجوع الباحث إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي تتمحور حول موضوع الصلابة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات الأخرى تم اختيار مقياس الصلابة النفسية وقد تم عرض المحاور على عينة من الأساتذة المختصين في التربية البدنية والرياضية والذي بلغ عددهم (05) أساتذة من معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، وقام الباحث بمناقشة المحكمين في تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس وطلب من المختصين المحكمين استبعاد العبارات التي لا تخدم المحور من المقياس ، وفق الجدول التالي:الجدول رقم 01 يمثل أبعاد وعبارات مقياس الصلابة النفسية.

الرقم	البعد	عدد الفقرات
01	التحدي	12
02	الالتزام	15
03	التحكم	13
	مقياس الصلابة النفسية	40

ثانياً : صدق الاتساق الداخلي: جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للمقياس بتطبيق المقياس المعد على عينة استطلاعية من 15 حكماً رئيسياً وحكماً مسعداً استبعدوا من عينة الدراسة الأساسية.

وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات كل مجال من مجالات المقياس والدرجة الكلية للمقياس وكذلك تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي (SPSS) وتراوحت معاملات الارتباط بين فقرات المقياس ما بين (0.346) و(0.883) وهي دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.01 - 0.05) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي وللتحقق من الصدق البنائي للمجالات قام الباحثان بحساب معاملات الارتباط بين درجة كل مجال من مجالات المقياس والمجالات الأخرى ، وكذلك كل مجال بالدرجة الكلية للمقياس.

والجدول رقم (02) : معاملات ارتباط كل مجال من مجالات المقياس مع الدرجة الكلية

الصلابة	الالتزام	التحدي	التحكم
الصلابة	1.000		
الالتزام	0.851	0.000	
التحدي	0.831	1.000	
التحكم	0.883	0.346	1.000

ثبات المقياس: تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة الاستطلاعية وذلك باستخدام طريقتي معامل ألفا كرونباخ : الجدول رقم 03 يوضح معاملات ألفا كرونباخ لكل مجال من مجالات المقياس وكذلك المقياس ككل.

الأبعاد	عدد الفقرات	معامل ألفا كرونباخ
الالتزام	15	0.72
التحدي	12	0.75
التحكم	13	0.65
مقياس الصلابة النفسية	40	0.79

يتضح من الجدول السابق أن معاملات ألفا كرونباخ جميعها جيدة وأن معامل الثبات الكلي بلغ 0.79 مما يدل على أن المقياس يدل على درجة عالية من الثبات.

11 . تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها:

تضمن هذا الجانب من البحث عرض لنتائج الدراسة التي توصل إليها الباحثان ، وبعد نتائج التحليل الإحصائي ارتأى الباحثان اعتماد النسب المئوية المبيّنة والمتوسّطات الحسابية أدناه لتحديد متوسطات استجابة

الأفراد على مقياس الصلابة النفسية ، وذلك بناء على دراسة سليمان وعبد الوهاب 2005 ، دراسة دخان نبيل كامل بشير إبراهيم الحجار 2005 والنسب المئوية الخاصة لتحديد مستوى الصلابة النفسية هي:
80% وأكثر صلابة نفسية عالية جدا.
60% - 79.9% صلابة نفسية متوسطة.

اقل من 60% صلابة نفسية منخفضة. وتحليل ومناقشة نتائج المتوصل إليها للمقياس ككل يجب تحليل ومناقشة كل بعد ثم المقياس ككل: الجدول رقم 04 يمثل بعد الالتزام.

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
01	المبادئ والقيم التي أتمسك بها تعطي لمهني في التحكيم قيمة	2.51	84.66	عالي
02	اعمل أي شيء حتى يمكنني التحكم في المباراة	2.84	94.00	عالي
03	استسلم عندما تسوء مواقف إدارتي للمباراة	1.63	52.66	منخفض
04	احزن عندما أوزع بطاقات حمراء أو صفراء على لاعبين لا يستحقونها	1.84	63.47	متوسط
05	أقبل قرارات اللاعبين والمدربين دون اعتراض	2.84	94.00	عالي
06	ما من شيء يمكنه إعاقتي عن تحقيق أهدافي	1.94	69.74	متوسط
07	التزم بحضور المنتقيات والندوات في وقتها	2.56	87.50	عالي
08	معظم أوقات حياتي تضيق في أنشطة لا معنى لها	1.65	54.66	منخفض
09	أبادر إلى تقديم المساعدة للزميل حتى لو كان منافسالي في ادارتي للمباراة	2.64	89.76	عالي
10	دائم الاطلاع على كل القضايا والأحداث الرياضية من حولي	1.86	64.66	متوسط
11	اشعر بان الحياة مليئة بالاشياء التي تجعلها ذات قيمة	2.60	87.37	عالي
12	أعتقد أن لحياتي هدفا ومعنى التزم من أجل تحقيقه	2.51	84.66	عالي
13	لا يوجد لدي من الأهداف ما يدعو للتمسك بها أو الدفاع عنها	1.82	62.41	متوسط
14	اعمل أي شيء حتى يمكنني الفوز وتحقيق الهدف	2.82	93.87	عالي
15	اهتمامي بتحقيق ذاتي لا يمكنني من التفكير في أي شيء اخر	2.56	85.79	عالي
	المستوى الكلي لبعء الالتزام	2.41	81.69	عالي

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسطات الحسابية وكذا النسبة المئوية للاستجابة جاءت بمستوى عال على العبارات (01 - 02 - 05 - 07 - 09 - 11 - 12 - 14 - 15) وكانت بمتوسط حسابي يتراوح ما بين (2.51 و 2.84) وبنسبة مئوية ما بين (84.66% و 94.00%) أما في العبارات (04 - 06 - 10 - 13) فكانت الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم متوسطة بمتوسط حسابي يتراوح (1.82 و 1.94) وبنسب مئوية تتراوح (62.41% و 69.74%) أما من كانت بمستوى متدني فكانت في العبارتين (03 - 08) بمتوسط حسابي ما بين (1.63 و 1.65) بنسبة مئوية ما بين (54.66% و 52.66%) أما في الدرجة الكلية للبعء الالتزام فكانت عالية بمتوسط حسابي 2.41 و 81.69% لدى عينة البحث من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

الجدول رقم 05 يمثل : التحدي

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
28	أستطيع التحكم في مجرى أمور حياتي	2.58	86.79	عالي
29	الحياة الثابتة والساكنة هي الحياة الممتعة بالنسبة لي	1.62	54.32	منخفض
30	اعتقد أن تأثيري ضعيف على الأحداث التي تقع لي	1.87	63.41	متوسط
31	اعتقد لأن سوء حظي التحكيمي يعود إلى سوء التحكم في التخطيط	1.86	64.67	متوسط
32	ارجع أسباب الفشل في إدارة المباريات لقدراتي وإمكاناتي الذاتية	1.85	64.59	متوسط
33	تحقيق أهدافي ينتج من تخطيطي لهذه الأهداف	2.80	93.74	عالي
34	أنحكر في كل الأمور المتعلقة بالتدريب والمنافسة التحكيمية	2.40	83.00	عالي
35	اعتقد أن النظرة السلبية للآخرين لها تأثير ضعيف على الأحداث التي تقع علي بعد المباراة	2.10	74.00	متوسط
36	اعتقد أن تحكيمي في أعصابي سر نجاح إدارتي للمباراة	2.58	86.12	عالي
37	زملائي يساندونني في تحقيق أهدافي	2.62	88.16	عالي
38	التغير هو سنة الحياة والمهم هو القدرة على التحكم في مواجهته بنجاح	1.85	64.59	متوسط
39	إحراز الماديات هو هدفي من التحكيم	1.59	52.84	منخفض
40	اعتقد أن قدراتي لها تأثير واضح في إحراز التفوق	2.56	85.79	عالي
	البعد الكلي للتحكم	2.16	72.45	متوسط

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	التقييم
16	أفتحم المشكلات لحلها ولا أنتظر حتى حدودها	2.12	74.48	متوسط
17	لدي حب استطلاع كل الجديد في مجال التحكيم	2.58	86.12	عالي
18	النجاح في التحكيم فرصة وحظ وليست عمل و كفاح	1.84	63.08	متوسط
19	أشعر بالتقلق إذا طرأ تغيير على ظروف المباراة	2.59	85.94	عالي
20	أتمتع بحب المغامرة والمجازفة في التنافس في التحكيم	2.85	94.36	عالي
21	أجنب الاحتكاك بالمحيط الخارجي (أصدقاء - زملاء) إذا كتبت عني الصحافة أشياء لا تعجبني	2.46	83.33	عالي
22	اعتقد أن المباراة مثل الحياة تنطوي على مشكلات أستطيع أن أواجهها	2.85	94.36	عالي
23	اعتقد أن الفشل يعود إلى أسباب تكمن في الشخص نفسه	2.62	88.16	عالي
24	المشكلات تستنفر هواي وقدراتي على التحدي	1.86	64.67	متوسط
25	عندما أحل مشكلة أجد متعة في التحرك لحل مشكلة أخرى	2.45	83.04	عالي
26	اعتقد أن مواجهة المشكلات استبانة لقوة تحملي وقدراتي على المثابرة	2.44	82.81	عالي
27	حدوث تغيير في حياتي غير مهم لكن المهم هو القدرة على مواجهته والتغلب عليه	2.40	80.06	عالي
	المستوى الكلي لبعد التحدي	2.59	86.46	عالي

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسطات الحسابية وكذا النسبة المئوية للاستجابة جاءت بمستوى عال على العبارات (17 - 19 - 20 - 21 - 22 - 23 - 25 - 26 - 27) وكانت بمتوسط حسابي يتراوح ما بين (2.2) و (2.85) ونسبة مئوية ما بين (80.80% و 94.36%) أما في العبارات (16 - 18 - 24) فكانت الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم متوسطة بمتوسط حسابي يتراوح (1.84 و 2.12) و بنسب مئوية تتراوح (63.08% و 85.94%). أما في الدرجة الكلية للبعد الكلي للتحدي فكانت عالية بمتوسط حسابي 2.59 و 86.46% لدى عينة البحث من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

الجدول رقم 06 يمثل بعد التحكم

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسطات الحسابية وكذا النسبة المئوية للاستجابة جاءت بمستوى عال على العبارات (28 - 33 - 34 - 36 - 37 - 40) وكانت بمتوسط حسابي يتراوح ما بين (2.40 و 2.85) ونسبة مئوية ما بين (83.00% و 93.74%) أما في العبارات (30 - 31 - 32 - 35 - 38) فكانت الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم متوسطة بمتوسط حسابي يتراوح (1.85 و 2.10) و بنسب مئوية تتراوح (64.69% و 74.00%) أما في الدرجة الكلية للبعد الكلي للتحكم فكانت متوسطة بمتوسط حسابي 2.16 و 72.45% لدى عينة البحث من حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

الجدول رقم 07 يمثل المقياس ككل

الابعاد	الفقرات	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الترتيب	التقييم
الالتزام	15	2.41	81.69	02	عالي
التحدي	12	2.59	86.46	01	عالي
التحكم	13	2.16	72.46	03	متوسط
مقياس الصلابة	40	2.42	80.20		عالي

من خلال الجدول رقم 07 يتبين لنا أن ترتيب أبعاد مقياس الصلابة النفسية كان التحدي بمتوسط حسابي 2.59 وبنسبة مئوية 86.46% وفي المرتبة الثانية كان بعد الالتزام بمتوسط حسابي 2.41 وبنسبة مئوية 81.69 وفي المرتبة الثالثة بعد التحكم بنسبة 72.46 وكان مقياس الصلابة بدرجة عالية بمتوسط حسابي بلغ 2.42 وبنسبة مئوية 80.20.

مناقشة النتيجة المتحصل عليها :

يفسر الباحثان ارتفاع مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم أن طبيعة مهنة التحكيم وإدارة المباريات تحتم على الحكام التمتع بدرجة عالية من الصلابة النفسية وذلك من اجل التحكم في المباراة والقدرة على التعامل مع الأطراف الضاغطة عليه من لاعبين ومدربين وإداريين وجمهور.

كما يرى الباحثان أن الصلابة النفسية تكون موجودة عند الرياضيين لارتباطهم بالانجاز الرياضي وتحقيق النتائج الرياضية التي يريد الوصول إليها وكذلك حكم كرة القدم الذي يدير مقابلات كرة القدم خاصة تلك المباريات المصيرية الأمر الذي يجعله أكثر التزاما اتجاه نفسه وذاته وتأكيد قيمته ، وأكثر من ذلك تكون له القدرة على التحكم بمجريات المباراة وتحكمه في ما حولها من إداريين وجمهور ، الأمر الذي يولد له تحديا كبيرا لمواجهة التحديات والضغوط النفسية وتحملها للمسؤولية الملقاة على عاتقه.

وتتفق نتائج هذه الدراسة دراسة سليمان وعبد الوهاب (2005) التي أشارت إلى أن الأفراد الذين يعانون ضغطا خارجيا لديهم أكثر دافع للصلابة النفسية في دراسة للأفراد ذوي الإعاقة الحركية والذين يمارسون النشاط الرياضي لديهم أكثر صلابة نفسية الأمر الذي يساعدهم على التدريب ودراسة (جيرسون 1998 Gerson, في دراسته حول الضغوط النفسية وعلاقته بالصلابة النفسية لدى الطلبة والتي أشارت أن للطلبة صلابة نفسية كبيرة تجعلهم يواجهون الضغوط النفسية والحياتية.

الاستنتاجات :

- 1 - مستوى الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم عالي.
- 2 - يمثل بعد التحدي أول بعد في مقياس الصلابة النفسية حسب رأي الحكام فهم يرون أن وظيفة التحكيم هي مجال لبيّن الحكم الرياضي عن قدراته ومهارته.
- 3 - كما يمثل بعد الالتزام ثاني أبعاد مقياس الصلابة وهو بالنسبة لحكام كرة القدم الالتزام النفسي للحكم اتجاه المهنة والعناصر المكونة لها.
- 4 - يمثل بعد التحكم ثالث أبعاد مقياس الصلابة وكان بدرجة متوسطة.

التوصيات :

لعل خير أثر يتركه الباحث عند إجرائه لموضوع بحثه هو ترك المجال مفتوح للبحث واقتراح بعض النقاط التي تسهم في خدمة البحث العلمي وتدعمه ، من خلال تقديم بعض الاقتراحات وفرضيات مستقبلية تضمني على البحث قيمة علمية وكذا فتح المجال لاستمرارية البحث من طرف باحثين آخرين لمعالجة الموضوع من زاوية مختلفة من أجل الوصول إلى معالجة الموضوع من كل أبعاده ومن هذه التوصيات والفرضيات المستقبلية نقتراح :

- 1 - التركيز على الجوانب النفسية للحكام مع الجوانب البدنية عند اختبارات الترقية أو خلال الندوات

التحسيسية والتصحيحية.

- 2 - العمل على تدريب الحكام من خلال الممارسة الكثيرة للتحكيم والإرشاد ولخفض حالة فقدان الثقة بالذات إلى درجة أدنى وذلك للارتباط العكسي بين الصلابة والضعف ومستوى الأداء.
- 3 - تنمية السمات الايجابية للشخصية لدى الحكام واتجاههم نحو مهنة التحكيم.
- 4 - تنمية الصلابة النفسية لدى حكام كرة القدم و مساعدتهم على الالتزام. نحو الأنشطة التي يمارسونها والتحكم بظروف المنافسات وتنمية قدرتهم ودافعيتهم على التحدي.
- 5 - تصميم برامج تدريبية تتضمن تطبيقات نظرية للصلابة النفسية للمساهمة في رفع درجة دافعية للانجاز وتجنب دافع الفشل مهما كانت الظروف.

المراجع:

1. عباس ، مدحت (2010) الصلابة النفسية كمنبئ بخصف الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي المرحلة الإعدادية. مجلة كلية التربية ، مجلد 26
2. الرفاعي ، عزة (2003). الصلابة النفسية كمتغير وسيط بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس ، كلية الآداب ، جامعة حلوان القاهرة.
3. ياغي ، شاهر (2006). الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقتها بالصلابة النفسية. رسالة ماجستير غير منشورة ، قسم علم النفس ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية : غزة
4. مخيمر ، عماد. (1996). إدراك القبول للرفض الوالدي وعلاقته بالصلابة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة دراسات نفسية ، مجلد 6 (02) 285 - 299.
5. خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي (2012) الصلابة النفسية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة ، كلية التربية جامعة القرى جامعة السعودية.

1. Kobasa S.C.(1979).Stressful life events , Journal personality and Social Psychology.37.111
2. Kobasa, s.c.,maddi ,s.r.kahn, s.(1982).Hardiness and health.A prospective syudy.Journal of personalty
3. and social psychology,vol 42,168.177
4. Maddi.S.R.(2004).Hardiness: An operatinalization of Existential Courage, Journal of Humanistic Psychology 44(3) 279298.