جامعة اكلي محند اولحاج

– البويرة –

معهد علـوم و تقنيـات النشـاطات البدنية و الرياضية

مذكـرة تخـرج ضمن متطلبات نيل شهـادة ليسانس في التربية البدنية و الرياضية

التخصص:التدريب الرياضي التنافسي.

الموضـوع:

مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم.

دراسة ميدانية اجريت على مستوى حكام الرابطة الولائية لكرة القدم

إعداد الطالب :

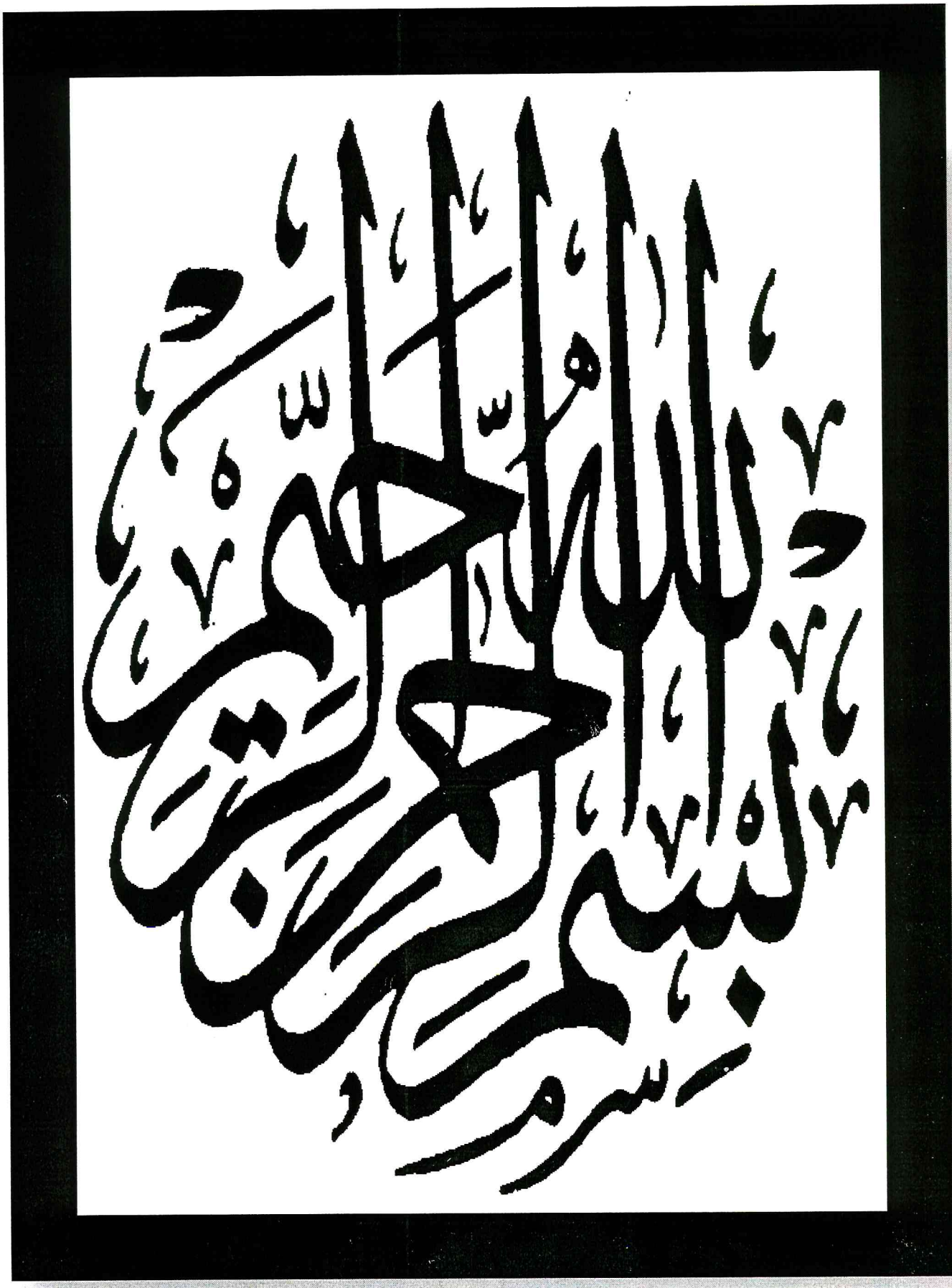
❖ بن سعاد لطيف

إشـــــراف:

- الدكتور منصوري نبيل

السنة الجامعية:

2017 - 2016


بسم الله الرحمن الرحيم

تشكرات

الحمد لله ونشكره ونستعينه ونتوكل عليه، نسأله التوفيق والسداد لما فيه الخير والرشاد.

تحية شكر وعرفان إلى الأستاذ المشرف منصوري نبيل، رغم إنشغالاته الكثيرة كان دائما في الموعد بالمتابعة والتوجيه ونصائحه التي حفزتني على انجاز هذا البحث دون ضجر أو ملل.

وكان حريصا على أن يتم إعداد هذه المذكرة في الظروف والشروط التي يقتضيها مثل هذا العمل.

إلى كل من ساعدني في إعداد هذه المذكرة.

إهداء

أهدي عملي هذا

إلى والدي....الذي يرى في طلب العلم مسيرة حياة

إلى والدتي....سندي في مسيرتي وصاحبة النفس الطويل والقلب الكبير في كل مراحل دراستي.

كما أهديه أيضا لكل اخوتي وأخواتي وكذا أعز الناس والأصدقاء في حياتي.

دون نسيان جميع المعلمين وأساتذة الذين أشرفوا على تدريسي عبر مختلف الأطوار التعليمية.

فهرس المحتويات

العنوان الصفحة

- كلمة شكر
- الإهداء
- فهرس المحتويات
- المقدمة

الفصل التمهيدي: التعريف بالبحث

إشكالية الدراسة	03
الفرضيات	05
أسباب اختيار الموضوع	05
أهداف الدراسة	05
أهمية الدراسة	05
تحديد المفاهيم والمصطلحات	06
الدراسات السابقة	08
التعليق على الدراسات السابقة	12
الباب الأول : الجانب النظري	
الفصل الأول : الاحتراق النفسي	
تمهيد	15
1- مفهوم الاحتراق النفسي	16
2- تطور مفهوم الاحتراق النفسي	17
3- تعريف الاحتراق النفسي	18
4- علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات	19
5- أبعاد الاحتراق النفسي	20
5-1- الاستنزاف الانفعالي	20

5-2- فقدان الآنية	20
5-3 - نقص الإنجاز الشخصي	21
6- مستويات الاحتراق النفسي	21
6-1 - احتراق نفسي متعادل	21
6-2 - احتراق نفسي متوسط	21
6-3 - احتراق نفسي شديد	21
7- أسباب الاحتراق النفسي	22
7-1- البعد الفردي أو الشخصي	22
7-2- العوامل المتعلقة بالبعد الاجتماعي	22
7-3- العوامل المتعلقة بالبعد الوظيفي	23
8- مراحل الاحتراق النفسي	24
8-1 - المرحلة الأولى : مرحلة الاستغراق	24
8-2-المرحلة الثانية: مرحلة التبلد	24
8-3-المرحلة الثالثة : مرحلة الانفصال	24
8-4- المرحلة الرابعة : المرحلة الحرجة	25
09- مصادر الاحتراق النفسي	25
14- علاج الاحتراق النفسي	26
15- قياس الاحتراق النفسي	26
16- الاحتراق النفسي للحكام	27
خلاصة	28
الفصل الثاني : التحكيم في كرة القدم	
تمهيد	30
1- تاريخ ونشأة التحكيم في العالم	31
2- المراحل الهامة في نشأة وتطور الحكام	33
3- مواد القانون الدولي لكرة القدم.....	34
3-1 تحليل مواد المتعلقة بسلك التحكيم.....	34
3-1-1 صلاحيات وواجبات الحكم الرئيسي.....	34

3-1-2 صلاحيات وواجبات الحكم المساعد	35
3-1-3 الحكم الرابع	36
4 - أهمية الحكم في إدارة مباريات كرة القدم	36
5- التحكيم في الجزائر	37
5-1 التحكيم إبان فترة الاستعمار	37
5-2 مرحلة الاستقلال	38
5-3 مرحلة الهيكلة والتنظيم	39
6- صفات الحكم	39
6-1 سلطة القرار	39
6-2 الشخصية	40
7- متطلبات إعداد الحكام	40
7-1 متطلبات بدنية	41
7-2 متطلبات معرفية	41
7-3 متطلبات نفسية	41
8- الهيئات المشرفة على التحكيم الجزائري	42
8-1 لجنة الحكام الدولية للفيفا	42
8-2 لجنة الحكام الإفريقية	42
8-3 لجنة الحكام للاتحاد العربي لكرة القدم	42
8-4 المديرية الوطنية للتحكيم	42
8-5 اللجان الجهوية للتحكيم	42
8-6 اللجان الولائية للتحكيم	43
9- أنواع الحكم	43
ا- من حيث الدرجة التحكيمية	43
ا-1- الحكم المتربص	43
ا-2 الحكم الولائي	43
ا-3 الحكم الجهوي	43
ا-4 الحكم الفيدرالي	44

ا-5 الحكم الدولي	44
ب- من حيث إدارتهم للمباريات	44
ب-1 الحكم	44
ب-2 الحكام المساعدون	44
ب-3 الحكم الرابع	44
10- سياسة تكوين الحكام في الجزائر	44
11- واقع التحكيم في الجزائر	45
12- التخطيط الاستراتيجي للرفع من المستوى التحكيم في الجزائر	46
13 - العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي للحكام	47
خلاصـــة	48
الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته الميدانية	
تمهيد	51
1- المنهج المستعمل	52
3- مجتمع الدراسة	53
3-1 كيفية اختيار العينة	53
3-2 خصائص ومواصفات عينة البحث	54
ا- الاختصاص	54
ب- السن	54
ت- المستوى العلمي	55
ح- الحالة العائلية	57
ج- الخبرة المهنية	58
4-2 اختبار الاحتراق النفسي " مقياس ماسلاش	59
4-2-1 صدق المقياس	60
4-2-2 ثبات المقياس	61
5- مجالات الدراسة	63
5-1 المجال الزماني	63

2-5 المجال المكاني	64
6- صعوبات البحث (الدراسة الميدانية)	64
7- الوسائل الإحصائية	64
خلاصة	64
الفصل الرابع : عرض وتحليل النتائج	
تمهيد	66
1- عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى.....	67
2- عرض وتحليل النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية.....	69
خلاصة	71
الفصل الخامس : مناقشة النتائج	
تمهيد.....	73
1 - مناقشة نتائج الفرضية العامة	74
2- مناقشة الفرضية الاولى	75
خلاصة	77
الاستنتاج العام	78
الخاتمة	

مقدمة:

يواجه الفرد في الحياة الحديثة والمعاصرة المليئة بالتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية ، زيادة وتنوعا في مصادر التوتر والضغط النفسي التي يتعرض لها الأفراد من مختلف الأعمار(جبريل موسى 1995)، وهذه الضغوط تكثر في المجالات التي تستدعي التكيف مع المشكلات المعقدة ، وفي وقت أجمع المفكرون والباحثون أن كرة القدم ومنذ نشأتها وتطورها عبر الزمن كانت وسيلة لتنشيط الجسم وتزيده صحة وتخدم البعد الأخلاقي للفرد وتربيه في وسطه الاجتماعي، لما لها من أدوار مسلية و ترفيهية في قضاء أوقات الفراغ ، مما جعل الأفراد الممارسين بعدين على مظاهر التوتر والضغط النفسي ، أضحت مع التطور البشري والتغير على مستوى التفكير تجاه اللعبة التي تخلت عن التسلية والترفيه لأجل الألقاب والجوائز ونتيجة لذلك أخذت منحنى آخر تجلى في مظاهر الغش والخداع ومختلف أشكال العنف والعدوان و التوترات فتعدت الجانب الرياضي لتصل إلى جوانب سياسية واقتصادية وثقافية وحتى أمنية.... ولأجل ذلك كان لابد من وضع قواعد وقوانين تسير وتنظم اللعبة وجعلها على قدر كبير من تلك السلبيات والتقليل من تلك الضغوطات ، فوجدت هيئات رسمية وأشخاص يسهرون على الحفاظ على سلامة وحماية اللاعبين المشاركين من مخاطر المنافسة والخصوم وتعددت هذه الهيئات وتخصصت حسب المهام المنوط لها فنذكر مثلا المؤطرون وتدرج مهامهم ورجال الأمن والحماية والصحة كل حسب الدور الخاص به إلى ذلك الهيئة التحكيمية (قطاع التحكيم) ، ورجاله الذين يسهرون بمختلف تخصصاتهم وأدوارهم على تطبيق القوانين بكل نزاهة ومعالجة الخلافات بكل حزم وموضوعية ، فميدان التحكيم من المحاور الرئيسية التي تهافت ورائها الدول المتقدمة مستحدثة طرقا ووسائل متطورة في محاولة لتوفير ظروف عمل إيجابية للدفع بالحكام إلى مستويات متقدمة وتحقيق أحسن التمثيليات الدولية و المحلية ولأجل ذلك أصبحت تنفق أموال طائلة في لتطوير وتحسين الأداء التحكيمي خاصة في المباريات العالمية أو التي يجمعها الحس السياسي والاقتصادي والتاريخي .

ومن هذا المنظور جاءت دراستنا هذه ضمن البحوث النفسية الرياضية التي تهتم بالجوانب النفسية للحكم ، وانعكاسات إدارته للمباريات الهامة على جوانب شخصيته فكما هو معلوم أن محيط كرة القدم يفرز بشكل خاص كثرة الضغوطات النفسية التي يعاني منها الحكام كونه يجد نفسه في مواجهة الخصمين والجمهور والإداريين والمحيطين بالمنافسة مما يخلف أعباءا مؤثرة تقع على عاتقه ما يمكننا اعتبار الحكم واحدا من أكثر الناس عرضة لهذه الضغوط التي تتطلب البحث في

القدرات الشخصية التي يتمتع بها والممكن توظيفها بطرق صحيحة و مدروسة لرفع مستواه كونه المحور المهم و الرئيسي في اللعبة فشخصية الحكم تظهر بصورة كبيرة عند إدارته للمباريات وتحكمه فيها وتسييرها إلى بر الأمان ولا يتجلى ذلك بضبط النفس وفهمه جيدا لذاته وتقديره لها حتى يتغلب على مجمل الضغوط التي يتعرض لها ، والتي تسبب مع تجمعها وتعاظمها ما أصبح يطلق عليه حديثا بظاهرة الاحتراق النفسي ، فقد أشار الكثير من الباحثين والدارسين لها أمثال (عساف 1996 و رمضان1999 وكاين 2000) ، وغيرهم مما قاموا بدراسة هذه الظاهرة والبحث عن أسبابها ومظاهرها وعلاقتها بغيرها من الظواهر والأساليب اللازمة لوضع حد لهذه الظاهرة أو التقليل من خطرها ، وأثارها السلبية لأقل قدر ممكن كما أن هناك العديد من العوامل والأسباب المؤدية إلى الاحتراق النفسي والتي تختلف من فرد إلى آخر حيث يذهب معظم علماء النفس أن من أهم الأسباب المؤدية إلى هذه الظاهرة هو صعوبات العمل الفيزيقية والإدارية والإنسانية .

إذ أن طبيعة الضغوط النفسية التي يواجهها الحكم الرياضي ، سواءً كانت من قبل الجمهور أو الصحافة ووسائل الإعلام الفرق المتبارية أو لجنة التحكيم التي يعمل معها تعطي أهمية كبيرة لدراستها، كونها تعطي للحكم مفهومه لذاته واتجاهه لها في ضوء بناء شخصيته وقدرته على التعامل مع طبيعة الضغوط النفسية دون الاستجابة لها .

فالهدف من هذه الدراسة القصد منه رفع مستوى مهنة التحكيم وتطويرها والارتقاء بها إلى المستوى المطلوب مما يجعل ممارسة هذه المهنة الرياضية ممارسة سليمة خالية من المشاكل والتخلص من سلبياتها بما هو يؤمن أعطاء قيمة ومكانة محترمة للحكم الرياضي في المجتمع الجزائري .

الفصل التمهيدي

التعريف بالبحث

الاشكالية:

لقد كانت كرة القدم وفي وقت ليس ببعيد هواية للكثيرين من الممارسين للرياضة وحتى في مجال التحكيم أيضا كان هواية الممارسة فيه ، نجد مع التطور السريع لجميع مجالات الحياة عموما وكرة القدم خصوصا ، التي أصبحت اللعبة الأولى من حيث الاهتمام والأهمية على المستويين الشعبي والرسمي ، هذا التطور السريع والملفت للنظر استوجب ثورات هامة من القوانين والنظم في جميع الأمور المرتبطة بهذه اللعبة من ناحية التدريب والإعلام والجمهور والتحكيم ....وأمور أخرى لا يسع المجال لذكرها الهدف من كل هذا زيادة متعة الجمهور فضلا عن سلامة اللاعبين و المساواة بين الفريقين "حيث تم التأكيد على حكام الكرة بأن تلافي الأخطاء والمحافظة على سلامة اللاعبين والمتعة بمشاهدة مباراة جميلة تم تطبيق القانون فيها بحكمة ودراية.

وتعد عملية التحكيم مهنة صعبة يتحمل فيها الحكم أعباء ثقيلة ومتاعب كثيرة ولكنه يسعد بمزاولتها لأن أساس مزاولته لها هو هواية خالصة لذلك يسعى دائماً إلى نجاح فيها عن طريق العمل المتواصل بما فيه من التزامات بدنية وفنية واجتماعية وهذا هو قيمة التطور والنجاح للوصول إلى أعلى المستويات وأكبر الدرجات [1]

فالتحكيم يعتبر ركنا أساسيا من أركان العمل التي تسند إليها كرة القدم مثلما يشكل قطاعا مميزا له خصوصية تتصف بالأهمية ، نظرا لما يعكسه مستوى التحكيم على كل المنافسات وهذا ما جعله يأخذ برعاية واهتمام كبيرين ليس على الصعيد الاتحادات الأهلية فحسب ، وإنما من الاتحادات القارية والدولية خاصة مع تطور مستوى المنافسات وتعدد بطولاتها و الدور الذي يلعبه التحكيم في إنجاحها باعتبار إن الحكم هو القاضي الذي يدير المباراة في حدود السلطة التي يمنحها له القانون ، فهو يفصل في أي نزاع عند المقابلة ويوقع العقوبات ضد المخالفات التي يرتكبها اللاعبون أو الإداريون ويرمز وجوده إلى الطمأنينة بين الجمهور واللاعبين كلما جاء نزيها محايدا وقيامه بواجبه بكفاءة واقتدار، فلم تصبح لعبة فيها فائز وخاسر فقط ، بل أضحت ذات صدى سياسي واجتماعي واقتصادي وإعلامي ، هذا التطور إستوجب ثورة كبيرة في مجال تطوير اللعبة من ناحية التحكيم الذي تقع على عاتقه تسيير المقابلة مع أهميتها والقدرة على التواصل الايجابي مع كل أطراف اللعبة من الفريقين المتبارين والإداريين والجمهور والإعلام فالممارسات التي يفرضها الحكم من أجل التحكم

---

[1]- **محمود مصطفى كامل ،حسام الدين محمد (1999):** الحكم العربي في قوانين كرة القدم ، مركز الكتاب للنشر – مصر ص62

في المقابلة يقابلها رفض احد الأطراف أو كل الأطراف ينتج عنها مجمل من الضغوط الكبيرة على الحكم قد لا تنتهي بسرعة ينتج عنها عدم التحكم في المقابلة وارتكاب بعض الأخطاء .

وفي حدود إطلاع الباحث لم تتناول الدراسات السابقة المتناولة للتحكيم تلك العلاقة النفسية الكبيرة والعميقة في الضغوط النفسية خاصة تلك التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي ، فجاءت هذه الدراسة لتحدد على نوع العلاقة ومستوياتها ، فقد أشار (هارون بسام ،1997) ، نقلا عن" فيشر "إلى أن الرياضة والانفعالات مفهومان متلازمان لا يمكن ذكر أحدهما دون الآخر، وإن الحياة التي يعيشها الحكم مليئة بالانفعالات حافلة بالتوتر والقلق لأنه يواجه أعدادًا كبيرة من الجماهير على اختلاف ثقافاتها وبيئتها الاجتماعية والتي تفرز سلوكيات انفعالية متباينة قد تنعكس على قدرات الحكم وتؤثر في قراراته ، وما يصاحب هذا من تأثيرات وخيمة على جوانب النفسية للحكم وما يصاحبها من ضغوط كبيرة جدا قد تؤدي إلى استنزاف جسمي وانفعالي وتبلد الشعور ونقص الدافعية و مقاومة التغيير ونقص الابتكار مما لا يؤثر فقط على إنتاجيته بل يمتد إلى نظرته إلى ذاته ومفهومها ودورها في مجتمع الضغط الخارجي من(المنافسين ، والإداريين ، والإعلام) قد ينتج عنها استجابات الجسمية والانفعالية لهذه الضغوط دون القدرة على تغييرها وهذا ما يطلق عليه بالاحتراق النفسي ، فقد حددت الكثير من الأسباب المؤدية إلى التوتر والاحتراق النفسي وتختلف هذه الأسباب من فرد إلى آخر من حيث وقعها النفسي عليه ، بسبب اختلاف قدرة التحمل النفسي وطريقة تعامل الأفراد مع مسببات ومصادر الاحتراق النفسي ، وكذلك بسبب الفروق الفردية بين الأفراد وخبرات الفرد السابقة ، وطبيعة شخصيته ومفهومه لذاته ، والقدرات والدعم الاجتماعي من البيئة المحيطة بالفرد ، لكن معظم علماء النفس يرون أن من أهم أسباب هذه الظاهرة هو صعوبات العمل الفيزيقية والإدارية والإنسانية أبو عيشة زاهدة ، 1997)

ولأجل ذلك طرحنا الإشكالية التالية : **ما هي مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم ؟** ومنه نطرح التساؤلات التالية :

1) هل هناك فروق في درجة الاحتراق النفسي عند حكام كرة القدم الدرجة الأولى والثانية الاحترافية وفق الخبرة ؟

2) هل هناك فروق في درجة الاحتراق النفسي عند حكام كرة القدم الدرجة الأولى والثانية الاحترافية وفق المستوى العلمي ؟

2- الفرضيات

2-1 الفرضية العامة :

مستوى الاحتراق النفسي معتدل عند حكام النخبة كرة القدم .

2-2 الفرضيات الجزئية :

1) لا توجد فروق في مستويات الاحتراق النفسي عند الحكام وفق الخبرة.

2) لا توجد فروق في مستويات الاحتراق النفسي عند الحكام حسب المستوى العلمي .

3- أسباب اختيار الموضوع:

من طبع الباحث النظر إلى القضايا التي تستوجب البحث من أجل تحديد مواقع الخلل والبحث عن البدائل والحلول ولعل من أسباب التي من خلالها أدت إلى اختيار الموضوع:

1 – قلة الدراسات التي تناولت الموضوع رغم الأهمية التي يمثلها الحكم في منظومة الرياضية عامة و كرة القدم خاصة

2 – السعي للفت الانتباه المسؤولين على الاهتمام بالجوانب النفسية والغير المادية للحكام.

3 – السعي من خلال نتائج الدراسة إلى فهم جوانب الذات والشخصية للحكام وطرق التعامل الايجابي مع الضغط وهو من أسباب الرفع من مستوى التحكيم.

4- أهداف الدراسة : تسعى الدراسة إلى تحقيق مايلي :

1- التركيز على قدرات النفسية عند الحكام في إدارة المباريات وعدم الاستجابة للضغوط التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي .

3- محاولة إثارة هذا الموضوع لدى الباحثين قصد التطرق إليه والبحث أكثر ومن عدة جوانب.

5- أهمية الدراسة: تتبلور أهمية العلم في إقحامه قضايا المجتمع رصدا وتفسيرا كما تتجلي أهمية علم النفس الرياضي في التصدي للمشكلات النفسية للرياضيين ،فأهمية دراستنا فتظهر في النقاط التالية:

1 – الدراسة هي تكملة للدراسات السابقة التي تناولت موضوع والاحتراق النفسي وبالتالي تساهم في تدعيمها من زاوي أخرى .

3– الدراسة هي مساهمة لمعرفة وفهم النقائص التي يتخبط فيها الحكام كرة القدم في الجزائر ومعالجتها من اجل تحسين أداء الحكام وذلك من خلال النتائج المتحصل عليها في هذه الدراسة والدراسات السابقة التي تناولت الموضوع.

4– الدراسة هي على فئة التي تتعرض للكثير من الانتقادات والضغوطات دون مراعاة الجوانب الشخصية لهم وهي فئة الحكام فهي تمثل نداء ودعوة لكل المسئولين من اجل الاهتمام بالحكام من جوانبهم بغية الرفع من أداءهم في الميدان وبالتالي الرفع من مستوى كرة القدم الجزائرية .

6– تحديد وشرح المصطلحات:

الاحتراق النفسي :

يشير إلى حالة من الاستنزاف الانفعالي والبدني، بسبب ما يتعرض له الفرد من ضغوط؛ أي أنه يشير إلى التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات من جانب الفرد نحو الآخرين ، بسبب المتطلبات الانفعالية والنفسية الزائدة .[2]

وذكر أسامة راتب كامل عنه بأنه الاستجابة للضغوط تتميز بالإنهاك الذهني والانفعالي ويصبح غير قادر على تحمل ضغوط المنافسة .[3]

---

[2]- **السماد ونى، السيد إبراهيم (1990):** إدراك المتفوقين عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية أبحاث المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر من 22–24 جانفي الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الجزء الثاني – القاهرة–ص773

[3]- **أسامة راتب كامل (1997)** : احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي ، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر – ص13

التعريف الإجرائي للاحتراق النفسي :

هو عبارة عن استنزاف انفعالي وعقلي يحدث نتيجة تراكم مجموعة من الضغوط يعجز الحكم عن تحملها وتظهر على شكل مجموعة من الأفعال الانعكاسية السلبية كرد فعل طبيعي لمجموعة مواقف نفسية يواجهها خلال المباراة تؤثر على مستوى أداءه البدني والذهني

الحكام:

لغة:هو الحكم المكلف رسميا لتسيير وقيادة مقابلة رياضية وسهر على احترام القانون[4]
والحكم اشتق من فعل حكم : يحكم – حكما –الحكم : هو مرحلة من مراحل التقويم البيداغوجي المبني على إصدار قرار أو رأي حول أداء حركة مثلا ، وهناك أنواع من الحكم فند:حكم انطباعي، حكم تقويمي ،حكم إحصائي(مجموعة من المؤلفين).

التعريف الاصطلاحي :

أصل كلمة حكم هو إنسان نعود إليه ليتخذ قرار معين ، فالحكم هو الشخص المسئوول الوحيد أثناء إدارته للمباريات على دعم روح اللعب السليم ويقوم بتنفيذ قواعد وقوانين اللعبة في جميع الظروف ، كذلك يعمل لحسم المواقف التي ينص عليها القانون ويقوم بممارسة سلطته بطريقة لبقة دون أن يخل بالقوانين ، والأسس الرياضية الصحيح . [5]

فالحكم يجب عليه إدارة المباراة دون محاباة وعليه إن يضمن الروح الرياضية الكاملة بين الرياضيين داخل الميدان .

وفي ضوء ذلك يمكن تعريف الحكام على أنهم " مجموعة من الأشخاص الرياضيين منحهم قانون اللعبة سلطة تنفيذية لقانون كرة القدم أثناء المباراة وقبلها وبعدها عند تكليفهم بإدارة المباراة ، وهم نوعان حكم ساحة الذي يؤدي واجباته في وسط الملعب ، وحكم مساعد الذي يؤدي واجباته من على الخط الجانبي

---

[4] **Le Robert des sport (1990)** Dictionnaire de la langue des sports , dictionnaire de Robert . paris 07–

[5]- **بلعيد لكارن (2001)** : مرتكز الحكام ، اللجنة الوطنية للتحكيم – الفاف

7- الدراسات السابقة :

يعد مصطلح مفهوم الذات من المفاهيم الأساسية المرتبطة بعلم النفس ، وكونه وسيلة مهمة في فهم شخصية الفرد والتنبؤ بسلوكه بل حتى اعتباره مؤشر من مؤشرات السواء النفسي ، ورغم هذه الأهمية غير أن معظم بحوث التربية البدنية والرياضية لم تستعمل هذا المصطلح بصورة واسعة ما عدا بعض البحوث التي عالجته كمتغير وحيد .

أما الاحتراق النفسي ونظرا لحداثة المصطلح في علم النفس كان التطرق إليه في صورة متعددة خاصة في الميادين المعروفة بكثرة مصادر الضغط .

1-دراسة د/ وليد ذنون يونس،د/ يحيى محمد محمد علي: كلية التربية الرياضية جامعة الموصل حول دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم(2004)

تمحورت الدراسة الباحثان دراسة مقارنة في الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم وكان هدف الدراسة التعرف على مستويات الاحتراق النفسي عند حكام الدوري العراقي لكرة القدم وفق :

- الفروق في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم وفق متغير الدرجة التحكيمية (الأولى والثانية)

- الفروق في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم وفق متغير التحصيل الدراسي ولأجل ذلك اخذ عينة البحث من (14) حكماً تم اختيارهم بطريقة عمدية وبواقع (7) حكام درجة أولى و (7) حكام درجة ثانية من المسجلين فعلياً في لائحة الاتحاد الفرعي

لكرة القدم في محافظة نينوى ، ولدراسة هذه العينة استخدم الباحثان مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي والمتكون من (15) عبارة كأداة للبحث وبعد التأكد من صدق أداة البحث وثباتها تمت معالجة البيانات إحصائيا باستخدام (الوسط الحسابي، والانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، الاختبار التائي) وتوصلت نتيجة هذه الدراسة إلى :

- لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية في ظاهرة الاحتراق النفسي بين حكام كرة القدم على

وفق متغير الدرجة التحكيمية

- لم تظهر فروق ذات دلالة معنوية في ظاهرة الاحتراق النفسي بين حكام كرة القدم على

وفق متغير التحصيل الدراسي ، وقد أوصى الباحثان في ضوء تلك النتائج على :

- التأكيد على إعداد الحكام إعدادا نفسياً وبدنياً من اجل التمكن من قيادة المباريات بشكل جيد.
- إقامة دورات إرشادية ونفسية لصقل الحكام من اجل تطوير شعورهم بتحقيق الانجاز

الشخصي في مهنة التحكيم.

2 – دراسة سيلفا Silva 1990 الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للرياضيين

هدف الدراسة التعرف على مصادر الضغط النفسي المؤدية إلى الاحتراق النفسي ، وستخدم المنهج الوصفي ، تكونت عينة الدراسة من مجموعة من الرياضيين الممارسين لأنشطة رياضية مختلفة ، وأوضحت النتائج أن أهم الضغوط النفسية والاحتراق النفسي للرياضيين هي :

- التعب البدني الشديد
- عدم كفاية الوقت لاستعادة الشفاء و استجماع القوى للمنافسة
- الإحباط الناتج عن محاولة إرضاء الآخرين (المدرب ، الزملاء ، الآباء ، الجمهور الإدارة).

3 – دراسة تايلورTaylor دانيال Daniel ولايت Laith وبروث Bru the 1990 حول إدراك الرياضي للضغوط والاحتراق وعلاقته بالانسحاب الرياضي : وهدف الدراسة كان إدراك الرياضي للضغوط والاحتراق النفسي ،وعلاقته من الرياضة وللتحقق من ذلك تم استخدام أداة القياس ، الإجهاد النفسي ، والثاني صورة معدلة من مقياس ماس لاش للاحتراق النفسي أظهرت النتائج التالية :

- أن الرياضيين الأصغر سنا يعانون من الاحتراق النفسي أكثر من الرياضيين الأكبر سنا .
- إن خبرات الخوف من الفشل وعدم الشعور بتقدير الآخرين يعتبران مصدرين هامين للاحتراق النفسي والانسحاب من الرياضة

- وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاحتراق النفسي والضغوط النفسية .
- وجود علاقة دالة إحصائيا بين الخوف من الفشل كمصدر للاحتراق والانسحاب من الرياضة .

4 – دراسة جابر حول مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية (2008):

هدف الدراسة كان التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين ، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة عشوائية من (68) حكما في الألعاب الجماعية ، وطبق عليهم مقياس الاحتراق للحكم الرياضي الذي صممه كل من *روبرت* ووينبورج* بيجي* و*ريتشارد سون* لقياس شعور الحكم الرياضي بالاحتراق النفسي ، وهو مقياس مقتبس ومعدل من قائمة* ماسلاش* ، وأظهرت نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام الألعاب الجماعية ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم حتى : 63.3% ويؤكد الباحث أن الحكم الرياضي يعاني من كثرة الضغوط النفسية التي تؤثر على شخصيته ومن أسباب ذلك :

- ضعف الأجر التحكيمي .
- عدم وجود نظام لحماية الحكام من قبل الاتحادات الرياضية
- النظرة السلبية المسبقة للحكم الرياضي
- الاهانات اللفظية من قبل الجمهور واللاعبين وكل من هو موجود في الملعب .
- الاعتداءات البدنية على الحكم الرياضي.

5 – دراسة الطحاينة حول مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية وعلاقتها ببعض المتغيرات (2007):

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، وتكونت عينة الدراسة من (120) حكما باستخدام المنهج الوصفي ، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي و أظهرت النتائج أن حكام الألعاب الرياضي يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة ، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لمتغير العمر والخبرة ، في حين لم توجد فروق ذات دلالة في مستوى الاحتراق النفسي لمتغير حكام اللعاب الفردية وحكام الألعاب الجماعية .

7– دراسة محمد عبد العاطي : 1998 حول الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى الرياضيين:
كان هدف الدراسة التعرف مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى الرياضيين ، واستخدم الباحث في هذه الدراسة مقياس الضغوط النفسية و الاحتراق النفسي قام بإعداده وتصميمه على عينة بحث تشمل (216) لاعبا يمارسون أنواعا مختلفة من الأنشطة الرياضية ، وأظهرت نتائج البحث عن وجود سبعة عوامل رئيسية للضغوط النفسية والاحتراق النفسي تواجه الرياضيين تتلخص في :

*الضغوط المرتبطة بأسلوب تعمل المدرب مع رياضييه (لاعبيه)

*الضغوط المرتبطة بنقص تقدير الذات والمساندة الاجتماعية .

*الضغوط المرتبطة بالمظاهر الفسيولوجية والانفعالية .

*الضغوط المرتبطة بقلق المنافسة .

*الضغوط المرتبطة بحمل التدريب .

*الضغوط المرتبطة بتنظيم الوقت .

7 – دراسة سميرة عرابي وآخرون عام (2007) بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن"

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوي الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن وكذلك التعرف على الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن تبعا لمتغير الدرجة . ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (81) مدربا ، وطبق عليهم مقياس ماسلاش المعرب والخاص بالاحتراق النفسي ، والمعدل من قبل الباحثين .وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن كان ضمن المستوى المتوسط، كما خلصت الدراسة إلى أن درجة المدرب (دولي :ا ، ب ، س) لها تأثير على مستوى الاحتراق، فقد دلت نتائج الدراسة أنه كلما ارتفعت درجة المدرب انخفضت درجة الاحتراق النفسي لديه.

9 – دراسة والتر كرول (1982) بعنوان " الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى إحداث الضغوط على المدربين

" أجريت الدراسة على 93 مدربا من مختلف الأنشطة الرياضية لمحاولة التعرف على أهم الأسباب والعوامل التي قد تؤدي إلى أحداث الضغوط على المدربين وبالتالي الاحتراق النفسي لديهم، في ضوء سؤال المدربين عن أهم الأسباب التي تسهم في الضغط النفسي عليهم كمدربين رياضيين . وأشارت نتائج الدراسة إلى أن عامل " : عدم احترام اللاعبين للمدرب " كان هو السبب الرئيسي بنسبة مئوية حوالي % 48 في حين أن عامل عدم قدرة المدرب على :الارتقاء بمستوى اللاعبين " كان هو السبب الثاني بنسبة مئوية بلغت % 21

- التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال استعراض الدراسات السابقة يمكن الإشارة إلى عدة نقاط منها :

* الدراسات كانت متنوعة بين المجال الرياضي أو بالتدقيق المجال النفسي رياضي . كتناول مفهوم الذات للممارسين الرياضيين وغير الرياضيين .

* الدراسات تناولت مستويات الاحتراق النفسي للحكام وفق الدرجة التحكيمية أو وفق الألعاب الفردية أو الجماعية .

* بعض الدراسات تناولت الضغوط النفسية المؤدية إلى الاحتراق النفسي لدى الأفراد الرياضيين من لاعبين ومدربين وحكام وكانت مختلف النتائج تجمع على التعب البدني والإنهاك العقلي والنفسي والخوف من الفشل ، ومحاولة إرضاء الآخرين فوق الجهد المطلوب ، وكذا ضعف التقدير المادي والمعنوي .

* بينت الدراسات التي تناولت الاحتراق النفسي لدى الحكام أن نوع الرياضة وخصائصها تؤثران على درجة الاحتراق النفسي ولأجل ذلك أردنا معرفة مستوى مفهوم الذات ودرجة الاحتراق النفسي لدى حكام النخبة.

* استخدمت معظم هذه الدراسات السابقة المقاييس النفسية كأداة في جمع البيانات بالإضافة إلى الاستبيان والمقابلات الشخصية ، بالإضافة إلى المنهج الوصفي .

الباب الأول

الجانب النظري

الفصل الأول

الاحتراق النفسي

تمهيـد :

ظهرت في الآونة الأخيرة الكثير من المصطلحات والمفاهيم التي تشير أو تدل على ظواهر نفسية واجتماعية مختلفة تحتاج إلى بعض التفسير والتوضيح لكي نتمكن أن نحقق الفائدة العلمية المرجوة من دراسة هذه الظاهرة أو تلك. فقد أنتشر استخدام مصطلح " الاحتراق" في المجال الرياضي وأصحبنا نسمع أو نقرأ أن لاعبا يعانى من الاحتراق النفسي أي أن مستواه الرياضي قد أنخفض إلى أدني درجة مما يسبب إلى الانسحاب الجزئي أو الكلى من الممارسة الرياضية أوحكما أصبح لايثيقون فيه بالرغم من إمكانياته. ولقد جذبت هذه المظاهر اهتمام الباحثين في علم النفس الرياضي خاصة في السنوات الأخيرة واهتموا بدراسة تلك الظاهرة في مختلف المجالات وكذلك الممارسة في المنافسة الرياضية والتي ينظر إليها على أنها مهن ضاغطة على الفرد تؤدى إلى انخفاض مستوى انجازاته وعدم الرضا عن عمله أو مهنته أو نشاطه وتؤدى في النهاية إلى تقاعده أو تركه لمهنته ، وقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام العديد من الباحثين في المجال الرياضي والمجالات الأخرى نظرا لأثارها السلبية في مجال العمل وارتبطت هذه الظاهرة بمفهوم أمراض الحضارة الحديثة التي تصيب الكثيرين منا من خلال الأزمات النفسية العديدة التي تنجم بالدرجة الأولى عن الضغوط النفسية التي يواجهها إنسان اليوم ومنها ضغوط العمل و التي تؤدي إلى حالة من الإنهاك البدني والعقلي والانفعالي والدافعي نتيجة للزيادة المستمرة في الأعباء والمتطلبات الواقعة على كاهل الفرد وعدم مقدرته على تحملها ولاسيما عندما لا تتطابق الطموحات مع الواقع الفعلي الذي يستطيع تحقيقه بالفعل .

1 – مفهوم الاحتراق النفسي :

يعتبر مفهوم الاحتراق النفسي(Psychological Burnout) من المفاهيم الحديثة نسبياً ويعتبر *هيربارت فرويدنبرجر *(H.freudenberger) أول من استخدام هذا المصطلح في أوائل السبعينات للإشارة إلى الاستجابات الجسمية والانفعالية لضغوط العمل لدى العاملين في المهن الإنسانية الذين يرهقون أنفسهم في السعي لتحقيق أهداف صعبه.فقد قال "أدركت من خلال ممارستي العيادية أن الأفراد قد يكونون أحيانا ضحايا حرائق مثلهم مثل البنايات ، فتحت تأثير الضغط الناجم عن الحياة في عالم معقد تلتهم طاقاتهم ومواردهم الداخلية وكأنها تحت فعل النيران ولا يبقى إلا فراغا شاسعا يحتل دوخل أنفسهم حتى لو بقيت هيأتهم الخارجية سليمة نوعا ما"

ويشير* أرنولد وآخرون* إلى أن الفرد عندما يمر بمرحلة ضغوط شديدة, تنهار لديه وسائل التكيف, يصل عندها إلى مرحلة الاستنزاف, أو ما تسمى بمرحلة الاحتراق النفسي

ويظهر مما سبق إن ضغوط العمل هي البداية المنطقية للاحتراق النفسي، حيث تبدأ مراحل ضغوط العمل بالمصادر والمسببات التي تؤدي إليها مما يسبب الإجهاد للأفراد من النواحي المعرفية والجسمية والسلوكية ولو استمر هذا الإجهاد لفترة أطول فإنه يؤدي إلى الاحتراق النفسي .[1] .

ويرى عسكر وزملاءه 1976 أن ضغوط العمل تلعب الدور الأكبر في حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي ، ويتوقف ذلك على مجموعة من العوامل التي تتداخل مع بعضها البعض والتي تتمثل في ثلاثة جوانب هي:

1- العوامل الذاتية :

والتي تتمثل في مدى واقعية الفرد في توقعاته وطموحاته ومدى التزامه المهني الذي يجعله أكثر عرضة للإحتراق النفسي ، خاصة حينما يواجه عقبات تحول دون تحقيق أهدافه بأعلى درجة من النجاح ، مثل كثرة عدد التلاميذ أو قلة الإمكانيات المتاحة له وأيضاً مستوى الطموح لدى الفرد المهني في إحداث تغيرات اجتماعية في بيئة العمل قد يجعله أكثر عرضة للاحتراق بسبب العقبات التي تقف أمام تحقيق أهدافه.

---

[1]- **الجمالي عبد الباقي (2003)** : مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة " دراسات عربية في علم النفس ، المجلد الثاني ، العدد الاول . ص151

2- العوامل الاجتماعية:

الواقع الاجتماعي و في ظل المؤسسات البيروقراطية والتي تحول دون تحقيق التوقعات الاجتماعية من جانب الفرد ، وهذا من شأنه توليد ضغط عصبي عليه مما يجعله أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

3- العوامل الوظيفية :

وهي الأكثر وزناً في إيجابية أو سلبية الفرد المهني ، نظراً لما يمثله العمل من دور هام في حياة الفرد . فالعمل يحقق للفرد حاجات تتراوح بين حاجات أساسية كالسكن والصحة إلى حاجات نسبية لها أهميتها في تكوين الشخصية السوية مثل التقدير والاستقلالية والنمو واحترام الذات. [2]

(علي عسكر وآخرون ، 1976 ص 13-16)

2 - تطور مفهوم الاحتراق النفسي :

إن مفهوم الاحتراق النفسي كمصطلح علمي لم يستعمل إلا حديثا بينما أعراضه أشير أليها في العديد من الأبحاث و الدراسات كون أعراض الاحتراق النفسي تنشئ بمجرد التحاق الفرد بعمله .فقد أشير مثلا خلال الحرب العلمية الأولى والثانية مصطلح" تعب المعارك " للدلالة على أعراض الاحتراق النفسي المتعارف عليها حاليا.

*يعتبر جراهم سين (Grahem Ceen) أول من تطرق إلى المعنى العام للاحتراق في قصته سنة 1960 م التي عرض فيها حالة مهندس معماري يعاني من الاحتراق النفسي[3]

(Peter bugel , 2005. N/32. p33)

*أول بحث علمي تطرق إلى الاحتراق قام به برادلي(Bradley) في سنة 1960 م باعتباره ناتج من نواتج ضغط العمل .

*وبحلول سنة 1974 أخذ موضوع الاحتراق النفسي يتخذ قيمته العلمية على وجه التحديد في الدراسات الطبية بفضل الطبيب هيربارت فرويدنبرجر(H.freudenberger وفريقه في عيادته بالولايات المتحدة الأمريكية

---

[2]- علي عسكر (ب س) : ضغوط الحياة واساليب مواجهتها * الصحة النفسية في عصر التوتر و القلق * دار الكتاب الحديث .ص13

[3] - **Axel Hoffman (2005)** Burnout Biographie. Sante conjuguee. averil. N/32

*وبعد ذلك أخذت البحوث في التنوع في تشخيص وقياس الأعراض المشكلة للاحتراق النفسي فتوصلت مثلا " كريستينا مسلاش " (C.maslach ,1976) إلى وضع مقياس للاحتراق النفسي يرمز له ب(BMI) أي " Maslach Burnout Inventory "

* وفي سنة 1980 قدم " شرينس "(Cherniss) مقاربة متعددة الأبعاد(نفسية علائقية،بيئية وتنظيمية) لتشكل الاحتراق النفسي

وأخيرا يمكن القول أن ظاهرة الاحتراق النفسي لقي اهتماما بارزا في الدراسات السيكولوجية على مدى السنوات الأخيرة، وذلك نظرا لما تسببه من آثار سلبية تؤدى إلى سوء التوافق، حيث يتعرض العاملون لأسباب متعددة إلى بعض الظروف التي لا يستطيعون التحكم فيها، مما يحول دون قيامهم بدورهم بشكل فعال، الأمر الذي يساهم في إحساسهم بالعجز عن القيام بالمهام المطلوبة منهم.

3 – تعريف الاحتراق النفسي:

هناك اختلاف ملحوظ في التعريفات من ناحية الباحثين والكتاب الذين تناولوا هذا المفهوم، ويصبح التعبير أكثر وضوحا عندما يستند الشخص على التعريف الوارد في القاموس وتفصيلاته في البحوث، فالقاموس يعرف الفعل (يحترق) ب (يفشل و ينهار) أو يصبح منهمكا نتيجة العمل الزائد على الطاقة المقدرة، ويشير التعبير أيضا إلى التغيرات السلبية في العلاقات، والاتجاهات السلوكية كرد فعل لضغط العمل [4]

3-1- تعريف فرويدنبرجر(freudenberger) الاحتراق النفسي :

بأنه ظاهرة نفسية تصيب المهنيين، وتجعلهم بشكل تدريجي أقل إنتاجية وحيوية، وأكثر كآبة وتجعلهم أقل اهتمامًا ورغبة في العمل.

---

[4]- **نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2008) :** الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سيمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة ، مذكرة ماجيستر منشورة – جامعة أم القرى – المملكة العربية السعودية–ص13

4 – علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات :

أ- الاحتراق النفسي والضغط :

هناك تشابه بين الضغط والاحتراق* stress & Burnout *ولكنهما ليس نفس الشيء فالاحتراق يحدث عندما يشعر الرياضي أو المدرب أو الحكم أو إداري الفريق بالتعب أو الإحباط نظرا للجهد الذي يبذله في التدريب أو التسيير أو إدارة وعلاقاته مع اللاعبين والمحيطين بالمجال الرياضي ،وأنها لم تحقق العائد من الجهد المبذول وبالرغم من أن هذه المشاعر في حقيقتها نوع من الضغوط فان الاحتراق يحدث عندما يشعر هؤلاء بعدم وجود مسانده أو تدعيم أو عون من الآخرين

فالضغط النفسي من الظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان في مواقف وأوقات مختلفة

أي أن مفهوم الضغوط النفسية يشير إلى وجود عوامل خارجية ضاغطة على الفرد سواء بكليته أو على جزء منه وبدرجة تحدث لديه إحساسا بالتوتر أو تشويها في تكامل شخصيته، وحينما تزداد شدة هذه الضغوط فإن ذلك قد يفقد الفرد قدرته على التوازن ويغير نمط سلوكه عما هو عليه. [5]

فتراكم هذه الضغوط يصل إلى الاحتراق ففيه يمر بالإنهاك البدني والانفعالي والذهني وينشأ الإحساس بالاحتراق نتيجة لعدم الرضا وإدراك الفشل في تحقيق الأهداف التي يسعى الشخص في تحقيقها وبعد تكرار الجهد لتحقيق تلك الأهداف وبعد بذل العمل الشاق بقدر ما في استطاعته دون تحقيق النجاح فأنه يشعر بعدم المساعدة وفقدان الأمل ويتطور ذلك إلى تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل في الحياة ونحو الأخريين ونحو نفسه وظاهرة الاحتراق قد تكون أكثر انتشارا لدى المهن التي تعتمد على تقديم المساعدة للأخريين والتي منها مهنة التدريب ، والتحكيم ، والتسيير الإداري.

إن الأشخاص الأكثر عرضة للاحتراق يتميز بدرجة عالية من الحساسية والالتزام والمثالية ، فضلا المبالغة في تقدير أنفسهم فئ لانطوائية ، الحماس الزائد ، وتشير الدلائل إلى أن الأشخاص الذين هم ضحايا الاحتراق يتميزون بالبروفيل الشخصي التالي (العدوانية – المنافسة – حدة الانفعال – الجمود)، فالسبب الرئيسي في الاحتراق النفسي كما ذكرنا هو الرغبة الشديدة والملحة عند الفرد لتحقيق أهداف مثالية وغير واقعية وهذه الأهداف قد يفرضها المجتمع على الفرد وعندما

---

[5]- **شاكر القنديل (1995)** : سيكولوجية الطفل الاصم ومتطلبات إرشاده ، المؤتمر الدولي الثاني لمركز الارشاد النفسي ،الارشاد النفسي احتجاجات الخاصة –جامعة عين شمس–ص445

يفشل الفرد في تحقيق هذه الأهداف فانه وقبل كل شيء يقع تحت وطأة الضغط النفسي ومن ثم ينتقل بشكل تراكمي إلى الاحتراق النفسي الذي يظهر على شكل إحساس بالعجز والقصور عن تأدية العمل، ويتجلى في الانسحاب او تدمير أو فقدان دافع المنافسة للرياضي قبل أن يصل إلى أفضل مستوى أداء متوقع . [6]

ب- الاحتراق النفسي والإجهاد النفسي :

الاجهاد النفسي عبارة عن عبئ انفعالي زائد ناتج عن تعرض الفرد لمطالب زائدة فتؤدي إلى الإنهاك النفسي والبدني

ت- الاحتراق النفسي والقلق النفسي :

القلق عبارة عن شعور بالوحدة وقلة الحيلة وعدوان مضاد للبيئة يدركها الفرد على أنها عدائية

5- أبعاد الاحتراق النفسي :

حسب ماسلاش وزملائها فإن صدام المهن الضاغطة يسبب مشاعر التوتر الشديد والدائم مع الناس، والذي يقود إلى فقدان الاهتمام، وعدم الالتزام، وهما عكس اتجاهات العامل الأصلية، وتظهر هذه المشاعر في صورة ثلاثة أبعاد هي:

5-1- الاستنزاف الانفعالي :

بما أن المشاعر الانفعالية قد استنزفت فإن العاملين لا يستطيعون أو ليس لديهم القدرة على العطاء كما كانوا من قبل، وتتمثل هذه المشاعر في شدة التوتر والإجهاد، وشعور العامل بأنه ليس لديه شيء متبق ليعطيه للآخرين على المستوى النفسي.

5-2- فقدان الآنية :

ويوضح الاتجاهات السلبية تجاه من يعمل معهم العامل المحترق نفسياً، وهذه الاتجاهات السلبية والتي تكون أحيانا تهكمية(ساخرة) لا تمثل الخصائص المميزة للعامل، وتعرف كل من ماسلاش

---

[6]- **أسامة راتب كامل (1997)** : قلق المنافسة ، (ضغوط التدريب-احتراق الرياضي) ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر ص19

وبينس (1988) Maslach & Pines هذا البعد من الاحتراق النفسي بأنه " :إحساس بالإنسانية والسخرية من العملاء، و الذي يظهر في صورة تحقير أثناء المعاملة.

3-5 - نقص الإنجاز الشخصي :

وهذا البعد يحدث حينما يبدأ الأفراد في تقييم أنفسهم تقييماً سالباً، وحينما يفقدون الحماس للإنجاز، وعندما يشعر العامل بأنه لم يعد كفء في العمل مع عملائه وبعدم قدرته على الوفاء بمسؤولياته الأخرى. [7]

6- مستويات الاحتراق النفسي:

أشار سبانيول (1989) Spaniol إلى أن الاحتراق النفسي مشاعر ارتبطت بروتين العمل، وقد حدد له ثلاثة مستويات هي:

1-6 - إحتراق نفسي متعادل:

وينتج عن نوبات قصيرة من التعب، والقلق، والإحباط، والتهيج.

2-6 - إحتراق نفسي متوسط:

وينتج عن نفس الأعراض السابقة، ولكنها تستمر لمدة أسبوعين على الأقل.

3-6 - إحتراق نفسي شديد:

وينتج عن أعراض جسمية، مثل القرحة، وآلام الظهر المزمنة، ونوبات الصداع الشديدة، وليس غريبا أن يشعر العاملون بمشاعر احتراق نفسي معتدلة ومتوسطة من حين لآخر، ولكن عندما تلح هذه المشاعر وتظهر في شكل أمراض جسمية ونفسية مزمنة عندئذ يصبح الاحتراق مشكلة خطيرة .

---

[7] **Michel Vont rot (1995)** L'arbitrage face la violonce . E.P.S N 252 , Mars , Avril , Ed . Bois de Vincemes , Paris -

7- أسباب الاحتراق النفسي :

لقد اعتبر علماء النفس الضغوط النفسية والمهنية سببًا مباشرًا يقف وراء حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي، نظرًا لوجود العلاقة بين الضغوط النفسية وضغوط العمل من جهة وبين الاحتراق النفسي من جهة أخرى .وقد أشارت الدراسات الميدانية التي أجريت في بيئات مختلفة إلى عدد كبير من العوامل التي تلعب دورًا بارزًا في حدوث هذه الظاهرة واتفقت معظم النظريات أن تركز أسباب الاحتراق النفسي إلى ثلاث عوامل :

7-1- البعد الفردي أو الشخصي :

حيث اتفقت معظم الدراسات على أن الإنسان الأكثر انتماءً والتزامًا بعمله وإخلاصًا له هو الأكثر تعرضًا للاحتراق النفسي من غيره من العاملين، وذلك لأن هذا الفرد يقع تحت تأثير ضغوط العمل الذي يعمل فيه والحقيقة أن هناك الكثير من الصدق في هذه الادعاءات؛ حيث إن الجماعة المهنية الأكثر عرضة للاحتراق النفسي هي الأكثر مثاليةً والتزاماً بمهنتها، ومن أسباب ذلك بعض الأسباب الشخصية والفردية وهي كالأتي :

- مدى واقعية الفرد في توقعاته وآماله، فزيادة عدم الواقعية تتضمن في طياتها مخاطر الوهم والاحتراق.

- مدى الإشباع الفردي خارج نطاق العمل، فزيادة حصر الاهتمام بالعمل يزيد من الاحتراق.

- الأهداف المهنية، حيث وجد أن المصلحين الاجتماعيين هم أكثر عرضة لهذه الظاهرة.

- مهارات التكيف العامة.

-النجاح السابق في مهن ذات تحد لقدرات الفرد.

- درجة تقييم الفرد لنفسه.

- الوعي والتبصر بمشكلة الاحتراق النفسي.

7-2- العوامل المتعلقة بالبعد الاجتماعي : وتتمثل في

ا- تزايد الاعتماد من طرف أفراد المجتمع على المؤسسات الاجتماعية، الأمر الذي يسهم في زيادة العبء الوظيفي الذي يكون سببًا في تقديم خدمات أقل من المستوى المطلوب وهذا من شأنه أن يؤدي إلى شعور الموظف بالإحباط وبالتالي زيادة الضغط.

ب- التغيرات الاجتماعية الاقتصادية التي حدثت في المجتمع، وما ترتب عليها من مشكلات قد تؤدى إلى هذه الظاهرة.

ت- طبيعة التطور الاجتماعي والثقافي والحضاري في المجتمع؛ التي تساعد على إيجاد بعض المؤسسات الهامشية التي لا تلقى دعماً جيداً من المجتمع، فيصبح العاملون بها أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

7-3- **العوامل المتعلقة بالبعد الوظيفي :**

على عكس المستويين الشخصي والاجتماعي فإن الأسباب المرتبطة بالمستوى التنظيمي الإداري لها علاقة مباشرة بظهور هذه المشكلة، وقد تم التوصل إلى ثلاثة افتراضات هي:

أ - مفهوم العجز:

وهو يعبر عن الحالة التي يصل إليها الموظف، الذي يفقد فيها القدرة على التحم في بيئة العمل، الأمر الذي يؤدي إلى شعوره بالقلق والكآبة والضغوط العصيبة، وتزداد الحالة سوءًا عندما ينتابه اليأس نتيجة لاستمرار هذه الحالة، وبناءً على ذلك فإنه يمكن اعتبار أية بيئة عمل يفقد فيها المهني القدرة على التحكم في قراراته الخاصة بعمله، وعلى حل المشكلات المتعلقة به من العوامل المساهمة في الضغط الذي يصاب به.

ب - مفهوم قلة الإثارة:

يستند هذا المفهوم إلى نتائج الدراسات التي تشير إلى أن حرمان الحواس من مثيراتها يؤدي إلى القلق والمشكلات النفسية الأخرى، واستنادًا لذلك فإن الأعمال التي تفقد التحدي والتنويع في الأعمال الرتيبة والمتكررة، تؤدي إلى الضغط وبالتالي إلى الاحتراق.

ج- للمناخ الوظيفي:

يلعب المناخ الوظيفي في المؤسسة والتركيبة الوظيفية دخل في عملية الاحتراق، وهنا تبرز أهمية دور القيادة والإشراف وطبقاً لكتابات جولدنبرج Goldenberg

يميل الإداريون في مؤسسات الخدمات الإنسانية إلى افتراض أن المؤسسة أيا كان نوعها يجب أن تركز على حاجات المستفيدين من خدماتها، وإهمال حاجات القائمين بالمسئولية فيها، كما أنها تخلق تركيبة إدارية وظيفية وأسلوب تحكم من أجل محاسبة هؤلاء العاملين إذا ما خرجوا عن الخط المرسوم؛ الأمر الذي يؤدى إلى خلق أنظمة إشرافية استبدالية وصراعات بين العاملين والإدارة، وتزايد المسافة بينهم، يضاف إلى هذا أن ظاهرة الاحتراق النفسي ظاهرة معدية، ففي أي موقع عمل يكون فيه الأغلبية في حالة الاحتراق النفسي فإن نسبة .(بدران منى محمد علي ، 1997 ، ص 63-65)

8- مراحل الاحتراق النفسي : يرى ماتيسون وانفاسيفيش (Matteson & Ivancevich) أن ظاهرة الاحتراق النفسي لا تحدث فجأة وإنما تتضمن المراحل الآتية :

8-1 - المرحلة الأولى : مرحلة الاستغراق (الشمول) Involvement:

وفيها يكون مستوى الرضا عن العمل مرتفعاً، ولكن إذا حدث عدم اتساق بين ما هو متوقع من العمل وما يحدث في الواقع يبدأ مستوى الرضا في الانخفاض.

8-2-المرحلة الثانية: مرحلة التبلد (الكساد) Stagnation:

هذه المرحلة تنمو ببطء ، وينخفض فيها مستوى الرضا عن العمل تدريجياً ، وتقل الكفاءة وينخفض مستوى الأداء في العمل، ويشعر الفرد باعتلال صحته البدنية، وينقل اهتمامه إلى مظاهر أخرى في الحياة؛ كالهوايات والاتصالات الاجتماعية وذلك لشغل أوقات فراغه.

8-3-المرحلة الثالثة : مرحلة الانفصال Detachment:

وفيها يدرك الفرد ما حدث، ويبدأ في الانسحاب النفسي، واعتلال الصحة البدنية، والنفسية مع ارتفاع مستوى الإجهاد النفسي.

8-4- المرحلة الرابعة : المرحلة الحرجة Juncture :

وهى أقصى مرحلة في سلسلة الاحتراق النفسي، وفيها تزداد الأعراض البدنية ، والنفسية والسلوكية ، سوء وخطراً ، ويختل تفكير الفرد ، نتيجة شكوك الذات، Self- Doubts ويصل الفرد إلى مرحلة الاجتياح (الانفجار) ويفكر الفرد في ترك العمل وقد يفكر في الانتحار.

09- مصادر الاحتراق النفسي :

تشير البحوث والدراسات النفسية لمصادر الاحتراق النفسي تظهر بوضوح خاصة لدى العاملين في مجال الخدمات الإنسانية من جهة أو مهن ذات الضاغطة ذات المر دودية القليلة مقابل جهد كبير أو التي تعرض للضغط الخارجي دون القدرة على المواجهة ويمكن في ضوء ذلك تصنيف مصادر الضغط إلى مجموعتين :

المجموعة الأولى : وتتعلق بالمصادر المهنية أو الخارجية التي تتعلق بطبيعة العمل وبيئته وتسلسل وترتيب العاملين فيها .

المجموعة الثانية : وهي المصادر الشخصية أو الداخلية والتي تتعلق بالخصائص الشخصية والنفسية للقائمين بالدور (البر وفيل الشخصي).[8]

إن ظاهرة الاحتراق النفسي في ميدان التحكيم محتومة بعدة عوامل استعداديه من معرفة وإدراك إلى قوة شخصية وخبرات مكتسبة . فيركز أسامة راتب كامل أن عوامل مثل بداية التدريب المبكر وزيادة حمل التدريب الاهتمام الزائد بالمكسب من المسببات الاحتراق النفسي عند الرياضي.[9]

فمصادر الاحتراق النفسي عند الحكم يأتي بداية من الخوف من الفشل وكذا القلق وتوقع السلبي للمباراة ، وضعف الأداء أثناء إدارته للمباريات .

---

[8]- **السماد وني سيد إبراهيم (1995)** : الإنهاك النفسي وتبعاته دراسة تنبؤية في ضوء بعض التغيرات الشخصية والمهنية ، مجلة التربية المعاصرة – القاهرة- ص171

[9]- **أسامة راتب كامل (1997)** : احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي ، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر – ص26

و يحدث الخوف من عدم الكفاءة عندما يدرك الرياضي – الحكم – أن هناك نقصا معينا في استعداداته سواء في الجانب البدني أو الذهني في مواجهة المنافس – الفريقين الجمهور – أو طبيعة المنافسة ويتركز هذا النوع من المخاوف على أن الرياضي يشعر بوجود قصور أو خطا محدد يؤدي إلى عدم رضاه عن نفسه .

والواقع أن كلا من الخوف من الفشل أو الخوف من عدم الكفاءة يمثلان نوعا من الضغط النفسي حيث أنهم يعكسان عدم شعور الرياضي بالأمان لمفهومه لذاته Self-conceptأو تقديره لذاته Self-Esteem، وتبدو مظاهر ذلك في سيطرة التفكير السلبي على الرياضي

14- علاج الاحتراق النفسي :

مع أن استعراض الظروف المحيطة بهذه الظاهرة يوحي بالكآبة ومحدودية فرص للتعامل معها ، إلا أنه في الواقع هناك ما يمكن عمله لتقليل هذه الظروف وبالطبع تتفاوت مواقع العمل في مدى نجاحها تبعا للظروف المحيطة بها . ويمكن اعتبار الخطوات التالية كجهود رامية لتقليل أو من ظهور الاحتراق النفسي بين العاملين في مجال الخدمات المهنية:

1- عدم المبالغة في التوقعات الوظيفية.

2- المساندة المالية للمؤسسات الاجتماعية بالمجتمع.

3- وجود وصف تفصيلي للمهام المطلوب أداؤها من قبل المهني.

4- تغيير الأدوار والمسئوليات.

5- الاستعانة باختصاصي نفسي للتغلب على المشكلة.

6- زيادة المسئولية والاستقلالية للمهني.

7- المعرفة بنتائج الجهود المبذولة سواء على المستوى الفردي أو المستوى الإداري

8- وجود روح التآزر والاستعداد للدعم النفسي للزميل في مواجهة مشاكل العمل اليومية الأمر الذي يتطلب الحوار المفتوح وطرح المشاكل بطريقة دورية.

15- قياس الاحتراق النفسي :

تشكل الاستجابات السلوكية والمظاهر الدالة على الاحتراق النفسي القاعدة الأساسية التي يعتمد عليها الباحثون في تصميم أدوات تساعدهم على الإجابة على التساؤل فيما إذا كان الفرد بخير أو محترق نفسياً وفي العادة يقوم المستجيب بالإجابة على عبارات تقديرية بالموافقة أو عدم الموافقة عليها ، أو الإجابة نفسها من بعد أن منظور تدريجي على مقياس يتفاوت من ثلاثة إلى إحدى عشر خياراً. وفيما يلي أمثلة لمضمون العبارات التي تتضمنها هذه الأدوات:

- مدى الشعور بالتعب والإرهاق.
- أسلوب المعاملة مع الآخرين.
- مدى الشعور بالألم رغم غياب الأمراض البدنية.
- مدى العزلة أو القرب من الآخرين.
- أسلوب الاتصال مع الآخرين.
- غياب أو غموض الأهداف في حياة الفرد.[10]

16- الاحتراق النفسي للحكام :

يشير تيبل (Teipel، 2001) إلى أن الأدوار 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 و رشاردسون (Weinberg, & Richardson،1990) على أن مثل هذه الأدوار والمهمات 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 ، باختصار تشير الدلائل إلى أن الدور الذي يقوم به الحكم حافل بالقلق والضغوط ، فالحكم غالباً ما يكون هدف لغضب الجمهور وانفعالاتهم, ويضاف إلى هذا العبء الصراع الدائم بين الحكام من جهة واللاعبين والمدربين من جهة أخرى –خاصة فيما يتعلق بتقبل القرارات الصادرة

---

[10]– علي عسكر (ب س) : ضغوط الحياة واساليب مواجهتها * الصحة النفسية في عصر التوتر و القلق * دار الكتاب الحديث .127

من قبل الحكم- والذي بدوره يؤثر على قدرة الحكم في اتخاذ القرار السريع والصحيح والذي يجب اتخاذه في ظل وجود أعداد كبيرة من الجماهير تختلف ثقافاتهم وبيئتهم الاجتماعية والتي تفرز سلوكيات انفعالية متباينة التي تؤدي إلى إنهاك بدني ونفسي وذهني كبيرين .

فقد أشارت دراسات (د/ رمزي جابر ،2008 و/ زياد الطاحنة 2007) إلى وجود مستوى متوسط في الاحتراق النفسي عند الحكام تظهر على شكل الخوف من الفشل وصراع الدور الاجتماعي والصراع الشخصي على نوايا الاعتزال ، وبينما تشير النتائج إلى نقص الشعور بالاحتراق النفسي مع التقدم في العمر، فقد أظهرت النتائج أيضاً علاقة بين الخبرة ومستوى الاحتراق النفسي حيث أشار الحكام الأكثر خبرة إلى تعرضهم للظاهرة نسبياً بشكل أكبر من الحكام الأقل خبرة.

خلاصة :

يعد التحكيم الرياضي أحد الأنشطة ذات الارتباط الدائم بالضغوط النفسية ، فالحكم غالباً ما يكون عرضة للتشكيك في نزاهته أو تعرض أمانته للمسائلة من قبل الرياضيين بشكل عام (مدربين, ولاعبين, وإداريين, وجمهور, وإعلام) . ففي الوسط الرياضي غالباً ما تكون النظرة للحكم سلبية ، حيث يعلق أفراد الفريق الخاسر أخطائهم على الحكم حيث يرتبط أداءه الرياضي 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 .

الفصل الثاني:

التحكـــيم في كـــرة القـــدم

تمهيد:

إن المتتبع لرياضة كرة القدم على الصعيد المحلي أو الإقليمي أو القاري أو الدولي يجد أنها تلقى اهتماماً كبيراً على صعيد المسؤولين وعلى كافة درجات الهرم السياسي ، وكذلك على صعيد المواطن من جميع طبقاته ، حيث أنه ومنذ أزمنة بعيدة لم تكن كرة القدم مجرد لعبة يتابعها الأفراد وينتهي الحال بفريق فائز وآخر خاسر ، بل إن كرة القدم كانت وما زالت تلقى صدىً سياسياً واجتماعياً واقتصادياً وإعلامياً كبيراً ، فهي في نظر الناس لعبة جماعية تجمع نخبة اللاعبين ، ليلعبوا ضد نخبة لاعبين في نادي آخر ، أو بلد آخر في ملعب مستطيل وكبير ويتابع المباراة عدد كبير من المتفرجين عدا المشاهدين في جميع أنحاء العالم ، وكذلك المتابعين عبر وسائل الإعلام الأخرى المكتوبة أو المسموعة.

ويعد التحكيم زاوية رئيسية في هذه اللعبة ، حيث تقع على عاتقه مهمة إدارة وتسيير المباراة من بدايتها إلى نهايتها في جو من الكفاءة العالية والنزاهة الكبيرة وفوق ذلك ملم بقواعد وقوانين كرة القدم ولأجل ذلك أصبحت تنفق أموال طائلة تصل إلى ملايين الدولارات في سبيل تطوير وتحسين أداء الحكام في مباريات ، خاصة العالمية أو التي يجمعها الحس السياسي والاقتصادي والاجتماعي والإعلامي الكبير .

1- تاريخ ونشأة التحكيم في العالم :

تاريخ التحكيم في كرة القدم قديم قدم نشأة اللعبة التي مورست في النصف الثاني من القرن الخامس (05) ق.م وكانت تمارس بدون حكام ، مع اختلاف المكان الأصلي للعبة فقيل أن قدماء المصريين والبابليين هم الأوائل من مارسوا اللعبة ، كما ادعى عدد كبير من الدول كصين وروما والإغريق ...إلا أن اللعبة، في شكلها الممارس اليوم، ظهرت بإنجلترا. ففي سنة (1016) ، وخلال احتفالهم بإجلاء الدانماركيين عن بلادهم، لعب الإنجليز الكرة فيما بينهم ببقايا جثث الدانماركيين، فمنعت ممارستها بعد ذلك مباشرة . وكانت هذه اللعبة تظهر وتنتشر، ثم تمنع بمراسيم ملكية لأسباب متعددة، ووصل الأمر إلى حد المعاقبة على ممارستها بالسجن لمدة أسبوع إلا أن هذا الأمر لم يعترض طريق هذه اللعبة والتي سبق وذكرت أنها تجمع الناس ويحبها كل كبير وصغير .

وفي عام(1314) أصدر الملك "ادورد الثاني " قانونا يحرم مزاولة كرة القدم لأن المدينة أصبحت ذات ضوضاء مزعجة . و في(1349) قرر" إدورد الثالث " الشيء نفسه لأن اللعبة تصرف الشباب عن الرماية بالقوس والسهم التي ترتكز عليها القوة الحربية للدولة.

واستمرت هذه المحاربة إلى أن جاء الملك " شارل الثاني" فسمح بممارستها بعد أن قننت ونظمت ومن ثم انتشرت في معظم أنحاء أوروبا .

وقد ساعد على انتشار كرة القدم كونها لعبة سهلة، يمكن ممارستها أينما كان ودون حاجة إلى أية وسائل (إلا في المباريات الرسمية)، يكفي فقط أن تعرف مع من أنت وضد من تلعب ، فهي تلعب في الأزقة وعلى الشاطئ وفي أشباه الملاعب العشبية وغير العشبية أما وسيلة اللعب الأساسية، التي هي الكرة، فيتم اللعب بما توفر مما هو مكور سهل التدحرج.

ونجد حديثا أن كرة القدم أصبحت مجالا واسعا في العالم الاقتصادي و الاستثماري كما يطلق عليه عالم(البز نس) وإن كان ذلك يرجع إلي ارتباط ظهور كرة القدم الحديثة كلعبة شعبية في انجلترا بالثورة الصناعية، حيث أصبحت من العلامات التي ترمز إلى العمال. وقد استثمرت عدة مؤسسات صناعية وتجارية كبرى في هذه اللعبة، لتستفيد صورتها من القيم التي تمثلها كرة القدم (الحيوية، التحمل، النهوض، التفوق...)، كما وظفتها كعنصر للسلم الاجتماعي والاندماج. وانتقلت الكرة، على مر السنين، من مجرد لعبة محبوبة ورياضة شعبية إلى نشاط اقتصادي بكل معنى الكلمة. وقد ساهم في هذا التحول أنظمة الاحتراف والاحتضان، وتسويق المباريات، وتحول الأندية من جمعيات إلى

شركات بدأت تقتحم بورصات القيم. ومع الأهمية البالغة التي يكتسبها الفوز بالمباريات ولتجنب كل أشكال الغش والخداع كان من الضروري البحث عن الأشخاص القادرين على اتخاذ قرارات هامة تساعد على السير الحسن للمباريات مع الالتزام بالحياد هؤلاء أطلق عليهم في البداية اسم " السلاطين " " Les empies الاسم المستخدم من المصطلح الفرنسي القديم "nomper" والذي يعني بالعبارة " الشخص الوحيد " .

وفي سنة (1963) وبعد تأسيس جمعية التحكيم قاموا بإعطاء صلاحيات لهؤلاء الحكام نظرا للأخطاء الذين كانوا يرتكبونها " السلاطين " كونهم كانوا يقفون على جوانب الميدان ويعلنوا الأخطاء . وبقي التحكيم يشهد تطورات كثيرة شانه في ذلك شان الميادين الرياضية الأخرى .

ففي سنة (1989) عدلت إدارة اللعب وجددت القانون فأصبح الحكم له الصلاحية في مراقبة الوقت وله الصلاحية في طرد اللاعبين ونقل إسمه إلى الفيدرالية وهذا بدون طلب أو إذن من الحكمان المساعدان ، بعد ذلك تدخلت اللجنة العالمية بإسناد مهمة القيادة إلى حكم وحيد في وسط الميدان والحكمان الآخران على التماس محتفظين برايتهما محددين بذلك تجاوز الكرة عن خط التماس ، وكان للحكم الرئيسي السلطة في الطرد والإنذار والإعلان عن المخالفات، ضربات الجزاء وهذا القانون الجديد المادة 12. ولكن بعد هذا وبالضبط في موسم (1906 و 1907) أعطت لجنة الحكام في قانونها رقم 12 أوامر ونصائح للاعبين والتغيير المتكرر للقوانين حيث تم المصادقة على مقياس الميدان المعروفة الآن وهذا من خطوط المكونة للملعب [1]

ولتطوير وضعية الحكام في الملعب قام " فريدريك وايل " و فورد" Frederik Wall "Ford "بإنشاء جمعية في لندن سنة(1893) وذلك بهدف تكوين الحكام بمعاهد خاصة وتحضيرهم لنيل مكانة هامة في كرة القدم ، فهم خدام اللعب وكانوا يعوضون ماليا عند تنقلاتهم .

وفي سنة (1935) تم تجريب حكمين في مقابلة واحدة وهما الدكتوران "W.Barton "و" E.Wood "وتموقع كل واحد في منتصف اللعب ، حيث تم الإسناد إدارة اللعب لهذين الحكمين ، لكن التجربة لم تكن ناجحة بسبب المصاريف المالية الكبيرة .

[1]-تاريخ التحكيم ويكيبيديا.

2- المراحل الهامة في نشأة وتطور الحكام :

1710: ظهرت اللعبة في المدارس الإنجليزية

1863: تأسيس أول جمعية تسهر على قطاع التحكيم في انكلترا.

1863:أول مرة يطلق اسم الحكم بعد أن كان يلقب ب: السلاطين LES EMPIRES

1870: وضع قانون التسلل.

1886: تأسيس الإدارة الدولية التي اعتمدت 14 قانونا للعبة .

1878: استعمال الحكم للصفارة.

1881-1882: إعطاء صلاحية للحكم في احتساب الهدف أو رفضه.

1883: تحديد مسؤولية الحكم.

1889: تعديل صلاحيات الحكم في ضبط الوقت ، الطرد.

1891:توزيع مهام الحكام : حكم فوق الميدان والحكمان الآخرين على خط التماس.

1893:تأسيس جمعية لتكوين الحكام في لندن.

1895: أصبحت سلطة الحكم على اللاعبين تمتد سواء كانت الكرة في الملعب أو خارجه.
1908: أول مقابلة دولية بثلاث حكام.

1930:أول بطولة عالمية لكرة القدم أقيمت بالأورغواي بالإدارة حكام يحملون الشارة الدولية لأول مرة.

1968:اعتماد استعمال البطاقة الصفراء والحمراء من طرف الفيفا.

1990:تطوير تقنية التسلل.

1994: التدخل المباشر من الخلف يساوي بطاقة حمراء مباشرة

1995:السماح بإجراء ثلاث تبديلات فقط.

3- مواد القانون الدولي لكرة القدم :

الجدول رقم : (01) تصنيف مواد القانون الدولي لكرة القدم

المواد المادية: Les loi matérielle	المواد العاملة Les loi fonctionnelles	المواد التقنية Les loi Technique	المواد التربوية Les loi fondamentales
1.ميدان اللعب 2.الكرة 3.عدد اللاعبين 4.ملابس اللاعبين	5.الحكم 6.الحكام المساعدون 7.مدة اللقاء 8.ضربة الانطلاقة واستئناف اللعب 9.الكرة في اللعب وخارج اللعب 10.تسجيل الهدف	11.التسلل 12.الأخطاء والتدخلات الغير الرياضية 13.المخالفات 14.ضربة الجزاء.	15.ضربة التماس 16.ضربة المرمى 05.50م 17.ضربة الزاوية.

3-1 تحليل مواد المتعلقة بسلك التحكيم :المادتين 05و06(الحكام،الحكمان المساعدان):

فضمن القانون الدولي لكرة القدم هناك مادتين أساسيتان أصحابها يسهران على تطبيق القوانين المتبقية فوق الميدان – في المباراة التي يديرها ، فهم السلطة والهيئة التنفيذية لتطبيق القانون .

3-1-1 صلاحيات وواجبات الحكم الرئيسي : (المادة الخامسة)

هو المسؤول الأول والأخير على إدارة مباريات كرة القدم إذ بمجرد دخوله تبدأ سلطته سارية المفعول.(الاتحاد السعودي لكرة القدم ،-FIFA- قانون كرة القدم1993)

وتتلخص صلاحياته وواجباته في النقاط التالية:

1- السهر على تنفيذ مواد وقوانين اللعبة

2-إدارة المباراة بالتعاون مع الحكمين المساعدين ومع الحكم الرابع إذا تتطلب الأمر ذلك.

3-أن يتأكد من أن الكرة المستعملة في المباراة تعني بشروط المادة الثانية.

4-يوقف اللعب ، يعلق المباراة أو ينهيها بسبب أي مخالفة لمواد القانون.

5-الأخذ بنصيحة مساعديه فيما يتعلق بالإحداث التي لم يشاهدها

6-يتخذ الإجراءات التأديبية ضد اللاعبين المدانين بمخالفات إنذار أو الطرد حسب الموقف التقديري للحكم.

7-يقدم تقريرا مفصلا عن سير المباراة إلى الجيهات المختصة ، يتضمن المعلومات عن أي إجراءات تأديبية ضد اللاعبين .أو المدربين و الإداريين إذا عرقلوا سير المباراة.

8-تعتبر قرارات الحكم المتعلقة بالوقائع والحقائق المتصلة باللعب نهائية.

9- يمكن للحكم تغيير قراراه إذا تحقق أنه غير صحيح ، كما يجوز له تغيير قراره بموجب نصيحة الحكم المساعد ما لم يستأنف اللعب. (مواد قانون اللعب -فيفا- 2008،)

3-1-2 صلاحيات وواجبات الحكم المساعد : (المادة السادسة)

هناك حكمان مساعدان يقفان على خطوط التماس مهمتهما مساعدة الحكم الرئيسي في إدارة المباراة وتتلخص أدوارهما في النقاط التالية:

1- إشارة عند خروج الكرة خارج ميدان اللعب .

2- إشارة إلى أي فريق له الحق في الركنية أو ركلة مرمى أو رمية التماس .

3- إشارة إلى وقوع اللاعب في التسلل

4- طلب إجراء التبديل.

5- إشارة للحكم الرئيسي عند حدوث سلوك سيئ أو أي حادثة أخرى دون أن يتمكن الحكم من رؤيتها . (مواد قانون اللعب -فيفا - 2008)

3-1-3 الحكم الرابع :

يجوز تعيين حكم رابع طبقا للوائح السابقة فهو يدخل ضمن الحكام المساعدون ودروه يتلخص فيما يلي :

1- قبل بداية المباراة يتبن بوضوح في عدم قدرة أي من الطاقم التحكيمي على إدارة المباريات .

2-يقوم الحكم الرابع بمساعدة الحكم عند الطلب بالواجبات والمسؤوليات الإدارية قبل وأثناء وبعد المباراة.

3-الحكم الرابع مطالب بمساعدة الحكم في إجراء التبديل أثناء سير المباراة .

4-يشرف على تبديل الكرة وتأمينها ما يقلل من إضاعة الوقت.

4 - أهمية الحكم في إدارة مباريات كرة القدم :

إن كل منافسة رياضية فردية كانت أو جماعية لا بد من وجود أشخاص يفصلون بين هؤلاء المتنافسين بكل حزم ونزاهة حتى تجري المنافسات في إطار عادل مليء بالمحبة والمودة والتآخي . فهو تقييم الرياضي للمستوى المتقدم ، والقدرات المبذولة ، دون اللجوء إلى أشياء ووسائل أخرى ، خاصة في الرياضات التي فيها احتكاك بين المتنافسين ، أين تكثر النرفزة والغضب وعدم ضبط في النفس ، وعليه فلا يوجد رياضة بدون حكم رغم إن الرياضة لم تخترع من أجل الحكام فلما كل هذه البديهية .

يذهب (CUY CARON و PIERRE SOHWINTE) أنه في الميدان القضائي التحكيم له موضع وهدف واحد وهو جعل حد للخصام وذلك بقرار يرتكز على العدالة ، أما في ميدان كرة القدم فالتحكيم له هدفين :

* الأول : ملاحظة قوانين اللعب ومراقبتها لتسوية الخلافات والصدمات التي تحدث في المباراة والمساهمة في تطوير اللعبة وتشجيع الإبداع في اللعب .

* الثاني في الجانب القضائي فالتحكيم في كرة القدم هو وسيلة بحيث يؤثر في مسار تطور صفاته وتطور صفات اللاعبين ، سواء التقنية أو التكتيكية وجعلهم يتصفون بالروح المثالية وهذا ما يجعل المباراة ناجحة في المجال الإبداعي . [2]

ومن أجل كل هذا كانت تطلب الاتحادية الدولية لكرة القدم –الفيفا– وتلح على الحكام القضاء على العنف ومظاهره كالانفعالات السلبية الزائدة أو العدوان بأشكاله .حيث أصبح من واجب الحكام حماية اللعب الإبداعي أو نجوم اللعب من أشكال اللعب السلبي والتدخلات الخشنة والغير الرياضية وأن يكون صارما وغير متسامح على كل اللاعبين الذين يؤثرون على السير الحسن للمباراة ، يقول بلعيد لكارن "حاليا ، للحكم مسؤولية كبيرة في تطبيق قانون اللعب ، حيث إن جهل القوانين والتأويل الخاطئ لها ، يؤدي إلى إجهاض كل محاولة لتطوير اللعب ومع التطور الحاصل في كل الميادين ومع العولمة الجارفة للأمم والمجتمعات أصبحت كرة القدم أهمية كبيرة ليس لطبيعتها التنافسية فحسب بل لسيطرة الجانب المادي عليها وكان من الضروري الاحتكاك بالحكام الذين يجب عليهم مواكبة هكذا تطور لحظه بلحظه من اجل الوصول إلى مستويات أعلى وأفضل وأن يكونون على أتم الاستعداد للسيطرة على كل ما يدور في ميدان اللعب أو خارجه وضمن حدود صلاحيتهم من إحداث ترافق المباريات..

5- التحكيم في الجزائر :

يعتبر نشأة التحكيم في كرة القدم في الجزائر من نشأة كرة القدم نفسها في البلاد والتي كانت تكتسب شهرة كبيرة إبان الاحتلال الفرنسي واتخذوها مصدرا من مصادر الدفاع عن الهوية الوطنية و الإسلامية من شبح الزوال حيث كانت فرق هاوية فقط تمثل الجزائر في ميدان الرياضة ، من هذه الفرق نجد : مولودية الجزائر (1921) ، طليعة الحياة في الهواء الطلق (1985) .

ويمكن تقسيم مرحلة التحكيم في الجزائر إلى ثلاث مراحل هي :

5-1 التحكيم إبان فترة الاستعمار :

تمتد هذه المرحلة من انتشار اللعبة في شمال إفريقيا حتى زوال الاستعمار حيث كان التحكيم مهيكل ومنظم من طرف مجموعة من المختصين المتمكنين من المعارف القانونية والتقنية وحتى النفسية ،

[2] - **Gold & Roth (1992)** Stress reduction programs to prevent teachers burnout. Education, 107 (3), -Pines

هذا القطاع كان محل احترام من طرف الجميع ، ولم تقتصر هذه الفترة على الحكام الفرنسيين بل كان من الحكام الجزائريين –رغم الاستعمار – من فرض أنفسهم من أمثال " بن ذهبية ، بن شداد " في هذه الفترة كانت تتواجد ثلاث رابطات جهوية وهي " رابطة وهران، رابطة الجزائر رابطة قسنطينة " وعلى رأس كل رابطة مهندس تقني فرنسي وتنظيم الفرنسيين وكان الحكام الجزائريين المسلمون محرومون من إدارة مباريات المستوى العالي التي كانت مقتصرة عليهم .

في 04 أفريل 1956 صدر قرار من جبهة التحرير الوطني المتضمن مقاطعة جميع الأنشطة الرياضية والانسحاب الكلي من النشاطات الرياضية تحت المستعمر ، كان الحكام الجزائريين وكغيرهم من الرياضيين في طليعة المستجيبين لنداء الواجب ، وعلى هذا فبطولة الشمال الإفريقي والكأس عرفت اضطرابا كبيرا وحتى التوقف لغياب الحكام الجزائيين عن الميادين وانضمامهم لصفوف جيش التحرير الوطني .

2-5 مرحلة الاستقلال :

وتحضيرا للاحتفال بعيد الاستقلال خمسة جويلية 1962 تم تكليف الحكم الدولي " الحاج خليفي " بتنظيم دورة رياضية احتفالا بهذا النصر ، لتدخل كرة القدم البلاد مرحلة جديدة ونظمت أول دورة كروية دولية في 31 أكتوبر 1962 بمناسبة تأسيس مجلس الرياضة تحت إشراف الدكتور " معوش محمد " بمشاركة أندية : الوداد البيضاوي الترجي التونسي ، اتحاد الطرابلسي الليبي وبمشاركة الحكم الدولي الجزائري الحاج خليفي . (FAF NEWS ,2004)

وبعد ذلك نظمت بطولة ما بين الرابطات – وهران – الجزائر –قسنطينة من طرف بعض المتطوعين من الشباب والحكام .ثم أنشأت الاتحادية الجزائرية لكرة القدم واعتمدت في نفس السنة (1963) ونظمت أول بطولة وطنية نالها اتحاد العاصمة وأول كاس نالها وفاق سطيف وذلك في موسم 1963/1962 بإدارة وإشراف حكام جزائريين.

ونظرا لأهمية التحكيم الذي يلعبه في تسيير المقابلات وتطوير كرة القدم ، سورع في إنشاء اللجنة المركزية للتحكيم C.C.A برآسة الدكتور" معوش محمد " لأجل تطوير سلك التحكيم ، حيث اعتمد سياسة التكوين عن طريق التربصات والملتقيات وكان أول تربص للحكام من 07 إلى 13 جوان 1964 ببن عكنون والثاني من 23 إلى 25 أكتوبر 1965 حسب الجريدة الرسمية للاتحادية الجزائرية لكرة القدم .

3-5 مرحلة الهيكلة والتنظيم :

في سنة (1975) بعد ألعاب البحر الأبيض أصبح للحكام خبرة كبيرة في إدارة المباريات وشهدت السنة نفسها اعتزال الحكم" خليفي الحاج " بعد إدارته للمباراة النهائية لكأس الجزائر بين مولودية وهران ومولودية قسنطينة وتوليه إدارة شؤون اللجنة المركزية للتحكيم مع السيد عويسي وبدءوا في عملية البنية التكوينية على مستوى التراب الوطني سنة 1975 بالمركز الرياضي .
(الحاج خليفي ، 1990 ، ص 08)

منذ ذلك التاريخ تكون تكوينا سريعا العديد من الحكام لملأ الفراغ وضمان سير البطولة بشتى أقسامها الأول ، الثاني ، الجهوي ، والولائي وذلك بإسناد هذه العملية للجان الولائية للتحكيم ، وبرغم ذلك و حسب إحصائيات الاتحادية لسنة 2000 فان هناك نقص بحوالي 35 ثلاثي أي ما يعادل 105 حكم على المستوى المركزي. (FAF .C.C.A.élément d'analyse)

ويجدر بنا أن نذكر الدور الذي لعبه بلعيد لكارن الذي شارك في نهائيات كأس العالم 1982 في بروز حكام شباب في نهائيات كأس إفريقيا : " دحوا كريم و حراز ميلود " في جنوب إفريقيا 1998" بنوزة محمد و حيمودي جمال " بغانا سنة 2008 م و أنغولا 2010.

6- صفات الحكم : يتصف الحكم الحديث بمجموعة من الصفات التي تجعله يتحكم في عناصر المباراة (لاعبين ، إداريين ، جمهور) منها :

6-1 سلطة القرار: الحكم في كرة القدم له سلطة مخفية كبيرة وهذا لتطبيقه قوانين كرة القدم وتتضمن تطبيقاته للقوانين حسب المواد المشار إليها في قانون الاتحاد الدولي لكرة القدم ، ونلاحظ من خلال هذا القانون انه يتضمن فرعين أساسين في تطبيق هذه القوانين:

الأول : يتضمن المواد 01 إلى 12 للحكم كل الصلاحيات للتدخل عندما يرى أي مادة منافية وناقصة ومضمون القانون .

الثاني : يتضمن المواد 13 إلى 17 حيث يتم تطبيق هذه القوانين حسب تصوراته في المباراة لكن دون الإفراط في السلطة فكل القرارات المتخذة لابد أن تكون مطابقة لقوانين اللعب ولا تأخذ حسب تصور شخصي ، لان الإفراط في السلطة تستطيع تغيير النتيجة .

2-6 **الشخصية** : إن الحديث عن شخصية الحكم تسبقه الحديث عن الثقافة التي يحملها لأنهما مرتبطان جدا ، فالحكم الجيد هو الذي يكسب احترام الناس ، ضف إلى ذلك فان الشخصية هي ثمار الاستعداد والتربية ، كل هذا يعطي للحكم نقطة انطلاق لغرض تطبيق قانون اللعب ، واحترام الخصوم . ومن مظاهر هذه الشخصية نجد :

ا- **اللباس** : إن منطق " صاحب البذلة السوداء " التي صاحبت الحكام لفترة طويلة قد افلت وانتهت حيث أصبح يستعمل عدة ألوان في لباسه ، وهذا ضمن القانون ، فاللباس المتجانس واللائق يجنب احتقار الحكام ويعطي للحكم بعض الثقة في المباراة .

ب- **المظهر** : إن الهيئة اللائقة والمظهر الحسن لثلاثي التحكيم مهم جدا عند إدارتهم للمباراة ، وذلك من خلال حلاقة الذقن و الشعر ، بالإضافة إلى المظهر الخارجي قد يؤثر سلبا على عمله مثل السمنة والنحافة .

ت- **الاتصال مع الآخرين** : فالحكم الجيد هو الذي يملك سهولة الاتصال واللطف مع الآخرين من لاعبين ومدربين ، واستعمال إشارات واضحة للعيان عند الإشارة للأخطاء في الميدان .

ث- **الحضور في الميدان** : ونقصد به التموقع الصحيح في الملعب وقريب من الكرة واتجاهاتها ، وحتى عند دخوله إلى الميدان يجري جريا خفيفا وأنيقا.

ح- **روح القرار** : إن أغلب حالات العنف والمشاكل تأتي من ردود المتأخرة للحكام إذ يجب عليه الدقة في اتخاذ القرار وتنفيذه في بضعة ثواني .

ج- **الضمير المهني** : التحضير الجيد للمقابلة وتجسيد روح القانون في الميدان بكل نزاهة وإخلاص مما يمكن له راحة بال مهما كانت نتيجة المباراة عند نهايتها .

7- متطلبات إعداد الحكام :

مع التطورات الحاصلة التي شهدتها كرة القدم والمتابعة الكبيرة التي أصبحت تشهدها مختلف البطولات القارية والعالمية - كاس العالم خاصة - لزم على الهيئات المسيرة لها على وضع القوانين وقواعد من أجل تنظيم اللعبة والحد من ظاهرة الغش والخداع وكذا سلامة اللاعبين وزيادة المتعة والفرجة .

فمنذ كأس العالم لعام 1990 عملت الفيفا على تطبيق نظام الاحتراف للحكام من أجل تفادي مواقف مبهمة ، أين نجد حكاما هواة يتحكمون في لاعبين محترفين ذوي مؤهلات عالية ، التجارب التي أجريت في هذا الميدان أعطت نتائج مرضية ومشجعة ، حيث مكنت الحكام ذوي المستوى العالي من التركيز كلية في مهنتهم ، وأيضا في ظهور الحكام المساعدين المختصين والذي يعتبر إبداعا هائلا في مجال ظل مهملا لمدة طويلة من الزمن . [3] وفي الكرة العصرية والحديثة صعبت من نجاح مهمة التحكيم في إدارة المباريات ما لم يكن يتصف بمواصفات حديثة ونجد منها :

7-1 متطلبات بدنية :

تعد اللياقة البدنية من المتطلبات الأساسية لإعداد الحكم ومن أهم أساسيات النجاح في المهنة وحن إدارته للمباريات ، بل بعض الحكام من يعتمدون على وضع برنامج خاص للمحافظة على لياقتهم البدنية ، فهناك فرق بين حكم الذي يصفر خطا على مسافة 30 متر وبين حكم الذي يصفر على خطا وهو قريب من مكان الخطأ . [4]

7-2 متطلبات معرفية :

من خلال إدراكه وإلمامه قوانين اللعب حيث أن قوانين اللعب يجب أن تكون معروفة من طرف الحكم وروح القانون يشكل عنصر إضافي في قوانين اللعب .

7-3 متطلبات نفسية :

يعد التحكيم مهنة يتحمل فيها الحكم كامل المسؤوليات والصعوبات ، لكن رغم كل هذه الصعوبات والضغوطات والمشاكل نجد الحكم يمارس مهنته النبيلة بسعادة ودون أن يشتكي من هذه العراقيل ، فالحكم يعطي كل ما لديه من مجهودات بدنية وفكرية لإدراج المقابلة في أحسن الأحوال .(الاتحاد العربي السعودي لكرة القدم ، 1994).

ولأجل ذلك دخل الإعداد النفسي إلى كل مجالات الرياضة فأصبح يستفيد منه المدرب واللاعب والمسير وحتى ميدان التحكيم من أجل الوصول إلى مستويات أعلى لأنه يؤثر على النواحي الفسيولوجية لأجهزة الجسم المختلفة والتي يقوم بدور فعال في الأداء .

---

[3]- **بلعيد لكارن (2001)** : مرتكز الحكام ، اللجنة الوطنية للتحكيم – الفاف ص02

[4]- **محمود مصطفى كامل ،حسام الدين محمد (1999)**: الحكم العربي في قوانين كرةالقدم ، مركز الكتاب للنشر – مصر – ص58

8- الهيئات المشرفة على التحكيم الجزائري :

سلك التحكيم قطاع ككل القطاعات الأخرى له هيئات وإدارات ومؤ طرين يسهرون عليه وترتيب هذه الهيئات مرتبة كما يلي :

8-1 لجنة الحكام الدولية للفيفا :

تخضع مجموعة النخبة من الحكامُ ُ الحكام الدوليونُ ُ إلى سلطة الاتحاد الدولي لكرة القدم . مهمة اللجنة ترتكز على السهر على تطبيق القانون وتقترح تعديلات عليها تقدم إلى اللجنة التنفيذية الدولية ، وأيضا تعيين الحكام والحكام المساعدين لإدارة المنافسات المنظمة تحت راية الفيفا .

8-2 لجنة الحكام الإفريقية :

تسهر على تطبيق القوانين المنظمة للعبة وتقدم الاقتراحات والتعديلات للاتحاد الدولي لكرة القدم ، وكذا تعيين الحكام والحكام المساعدين لإدارة المباريات المنظمة تحت مظلة الاتحاد الإفريقي لكرة القدم .(القوانين الأساسية للكاف المادة 34، 2008)

8-3 لجنة الحكام للاتحاد العربي لكرة القدم :

تسهر على تنظيم القوانين اللعبة وكذا تعيين الحكام الإدارة المباريات التي تقام تحت راية الاتحاد .

8-4 المديرية الوطنية للتحكيم :

تخضع لسلطة الاتحادية الجزائرية لكرة القدم وتضم الهيئات الجهوية والمحلية للتحكيم (قانون الحكم والتحكيم F.A.F المادة 02 ، 2003).وتحتوي هذه علة ثلاث مصالح :

- الإدارة
- التسيير التقني
- التكوين والتنمية .(قانون الحكم والتحكيم ،F.A.F، المادة 11،2003)

8-5 اللجان الجهوية للتحكيم :

وهي متواجدة عبر جميع الرابطات الجهوية لكرة القدم والتي هي منتشرة عبر جيهات معينة من التراب الوطني فنجد :

1- الرابطة الجهوية الوسطى –الجزائر-

2- رابطة باتنة الجهوية.

3- رابطة قسنطينة الجهوية

4- رابطة ورقلة الجهوية

5- رابطة بشار الجهوية.

6- رابطة وهران الجهوية.

7-رابطة سعيدة الجهوية

8- رابطة البليدة الجهوية

8-6 اللجان الولائية للتحكيم :

والتي كذلك متواجدة عبر كامل الرابطات الولائية لكرة القدم عبر 48 ولاية وهي مسؤولة بدورها عن المباريات وتعيين الحكام في نطاق صلاحياتها. وتجهيز وتحضير الحكم للمستقبل .

9- أنواع الحكم :

أ- من حيث الدرجة التحكيمية :

ما يجب الملاحظة إليه أن تسمية الحكم وانتقاله من درجة إلى درجة أعلى يختلف من بلد إلى أخر حسب القانون الداخلي للاتحادية الدولة التابعة لها ففي الجزائر تعمد الاتحادية الجزائرية إجراءات محددة للوصول بالحكم إلى الشارة الدولية . وتسلسل الحكم عبر الدرجات التالية :

أ-1- الحكم المتربص :

بعد اجتيازه لمسابقة تضعها الرابطة الولائية وتحصله على تكوين في القطاع يتم إدماجه كحكم متربص يدير بعض اللقاءات للفئات الصغرى يتم تقييمه بعدها مع إجراء امتحان نظري وتطبيقي لتم إدماجه رسميا في سلك التحكيم .

أ-2 الحكم الولائي :

هي أولى درجات التحكيم بعد النجاح في الامتحانات السابقة و يعتبر كحكم مرسم.

أ-3 الحكم الجهوي :

بعد مرور 02 إلى 03 سنوات لإدارته في المستوى الولائي وإدارته لـ: 10 مباريات على الأقل و سنه لا يتجاوز 27 سنة يقترح للرابطة ويتم بعد ذلك امتحانه نظريا وبدنيا .

أ-4 الحكم الفيدرالي :

بعد اقتراحه من طرف الرابطة الجهوية وبعد نتائج الامتحانات يقبل كحكم فيدرالي حسب الدرجة 01 أو 02 حسب قواعد الاتحادية.

أ-5 الحكم الدولي :

من خلال النتائج التي تحصل عليها الحكم عند إدارته للمباريات البطولة الأولى والثانية ومن خلال تقييمه تقترح الفاف 10 أحسن حكام للفيفا حتى يكونوا حكاما دوليون يديرون المباريات الخارجية.

ب- من حيث إدارتهم للمباريات نجد :

ب-1 الحكم :

ويسمى حكم الساحة إلى الحكم الرئيسي كون المباراة تدار بواسطته وله السلطة المطلقة لتطبيق مواد القانون اللعبة في المباراة التي يديرها .

ب-2 الحكام المساعدون :

في كل مباراة هناك حكمان مهمتها إدارة المباراة المسندة لهما مع الحكم الرئيسي وهما خاضعين تحت سلطته . (مواد قانون اللعب -فيفا-، 2008)

ب-3 الحكم الرابع :

يعين الحكم الرابع في كل مباراة مهمته تظهر القيام بواجبات أي من الحكام الثلاثة الذي يصبح غير قادر على إدارة المباراة مهمته ، ويقوم بإعلان التغيرات اللاعبين وإشارة الوقت الضائع الذي يعلن عنه الحكم الرئيسي . (مواد قانون اللعب -فيفا-، 2008)

10- سياسة تكوين الحكام في الجزائر :

قطاع التحكيم من الركائز الأساسية التي أولاها الاتحاد الجزائري لكرة القدم جل اهتمامه على اعتبار أن الاهتمام بالحكم والمدرب واللاعب من الأساسات لتطوير اللعبة إلى أن التحكيم مازال مثار شكوى العديد من الأندية والمتابعين لكرة القدم .. وارتكزت سياسة تكوين الحكام في الجزائر

على وجود رؤية واضحة تصف الحالة المستقبلية المرغوبة حيث يتصف بالتكوين المنهج وتوفير الدعم المادي والمعنوي ، والتركيز على التربصات والحرص على تكوين الحكام وفق أحدث القوانين والتعرف عليها .

ويرتكز التكوين على الأساسيات التالية :

- التعريفات الأساسية بالنسبة للحكام الولائيين .
- تكوين متواصل بالنسبة للحكام الجهوين .
- الإتقان بالنسبة للحكام الفيدرالية . (قانون الحكم والتحكيم ، المادة 44)

11- واقع التحكيم في الجزائر :

التحكيم في كل دوريات العالم يقع في فم المدفع إذ ليس هناك دوري في العالم لا تشكو فيه الأندية من أخطاء التحكيم- وليس هناك حكم في العالم لا يخطئ- لأن الحكام بشر وواحد من عناصر كرة القدم التي تخطيء وتصيب.. بدليل أننا نرصد كل يوم حالات وحالات في كل مكان تجري فيه مباريات كرة قدم حول التحكيم وأخطاء الحكام.. لكن الفارق بيننا وبين ما يجري في أوروبا مثلا أن الأوروبيين يتعاملون مع التحكيم كجزء لا يتجزأ من منظومة اللعبة.. أما عندنا فلا نقتنع بأن الحكم الذي يتخذ قراره في جزء من الثانية هو معرض في بعض الأوقات إلي الخطأ لأنه بشر طالما أن هذه الأخطاء غير مقصودة . وقال محمد رياض في مقال نشر بجريدة الشروق اليومي بشأن البطولة الوطنية والتحكيم فيها " تتواصل مباريات البطولة الوطنية وتتشابه.. وتتكرر معها مهازل التحكيم الجزائري في الوقت الذي يتبجح فيه الجميع بدخول الاحتراف...لقد بينت المباريات الأخيرة في البطولة والكأس الحالة المزرية التي بلغها التحكيم الجزائري هذا الموسم بالذات ، والكل يعرف أن سلك التحكيم يعاني من التجاوزات والكيل بمكيالين .

عندنا في الدوري الجزائري تظهر السلوكات السلبية من سب وإساءة وتهديد حتى في صيحات التشجيع يسب الحكم ويهان في مبادئه ويطعن في شرفه وتداس كرامته . فأول تبرير من اللاعب والمدرب أو الإداري إلى أداء الحكم فيقلون تحيز إلى الخصم ثم سرقت من المباراة من طرف الحكم . دون النظر إلى أداء الفريق وتحليل منطقي لأسباب الهزيمة ، إنني لا أدافع عن الحكم ولكنه يخطئ ويصيب إذ يجب علينا إذا أردنا تطوير اللعبة أن نؤمن أن الطاقم ألتحكيمي هو عنصر محايد قد تكون لديه اتجاهات أو ميولات للنادي ولكنه يحيدها لأنه يبحث عن نجاح التحكيم الجزائري

أولاَ والنجاح الشخصي له ثانياً ، كما أن الجماهير الكبيرة التي نعتز ونفتخر بها يجب أن تكرس اهتمامها بتشجيع فرقها ضمن الأغاني والصيحات الوطنية الجميلة ، دون الإساءة للآخرين ومنهم التحكيم كذلك على اللاعبين أن يكونوا أكثر ثقافة في قانون اللعبة وأن يحرصوا على تطبيق القانون دون مكر وخداع أو تحريض الجماهير بأساليب عدوانية .

12- التخطيط الاستراتيجي للرفع من المستوى التحكيم في الجزائر :

التحكيم من الركائز الأساسية التي أولاها الاتحاد الجزائري لكرة القدم جل اهتمامه على اعتبار أن الاهتمام بالحكم والمدرب واللاعب من الأساسات لتطوير اللعبة إلى أن التحكيم مازال مثار شكوى العديد من الأندية والمتابعين لكرة القدم .. وأقول بأنه لا يخفى على من يعمل في المجال الرياضي أهمية التخطيط المسبق لأي عمل إذا ما أريد له النجاح ومن أهم ما يواجه نجاح أي مؤسسة أو هيئة أو شركة وجود إستراتيجية واضحة للعمل فالتخطيط الاستراتيجي عامل مشترك لنجاح العمل واستمراره ودائما ما يتردد في المجالس الرياضية غياب رؤية واضحة للنهوض بالقطاع التحكيمي في الجزائر وجعله يتمتع بقدر كبير من الاستقلالية والاحترام .

إن دخول الجزائر في موسم(2011/2010) الاحتراف في كرة القدم وما يتطلبه من ثورة هائلة في إعداد القوانين والتشريعات المنظمة وفق أطر واضحة ومواكبة لكل أندية العالم كان لابد من تطبيق ذلك في مسألة التحكيم .

مسألة الاحتراف في التحكيم ليست بالأمر السهل ولكنها ليست بالمستحيلة ، وهي مسألة تكاملية تشترك فيها عدة عوامل متداخلة فيما بينها أما بصورة مباشره أو غير مباشرة ويمكن تلخيص ذلك في

المجال الأول : و يتضمن حفظ و فهم مفردات مواد قانون اللعبة بشكل دقيق والقراءة المستمرة والمتابعة لكل المستجدات والتطورات في قوانين اللعبة والتعديلات التي تطرأ بين الحين والأخر

المجال الثاني : يجب أن يكون الحكم على أعلى مستوى من الجاهزية البدنية والصحية من خلال التمارين الجدية والمستمرة وتحت إشراف مختصين في مجال التدريب واللياقة البدنية وبشكل يضمن الجاهزية البدنية في جميع الأوقات ، توفر هكذا مؤهلات إضافة إلى مستوى فني عالي داخل ميدان اللعب مصحوب بتفسير صحيح ودقيق لمواد قانون اللعبة و تطبيق قوي وشجاع لمفردات القانون

من خلال التمركز الصحيح وزاوية الرؤية الأفضل والقرب الذي يمكنه من اتخاذ قرار دقيق وسريع و قوي ولا مجال للشك فيه.. ..

المجال الثالث : يجب على الحكم أن تكون له معرفة – ولو سطحية – باللغات الأجنبية – خاصة الانجليزية كونها اللغة الرسمية للعبة من جهة وحتى تكون له دراية ببعض تصرفات وألفاظ اللاعبين والجمهور التي قد تكون عنصرية مما يحتم على الحكم اتخاذ الإجراءات الردعية اللازمة للعبة

13 – العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي للحكام :

لقد تناولنا في الجانب النظري من خلال الفصول السابقة إلى إعطاء مفاهيم عامة عن تأثير كل المتغيرات فيما بينها فمفهوم الذات يلعب دورًا أساسيًا وهامًا في خبرة الفرد الذاتية ، ويؤثر في كافة جوانبه السلوكية ، ويؤثر ويتأثر في الآخرين الذين يتعامل معهم كما أنه يتأثر بالتنشئة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد ويؤثر فيها ، كما هو نتيجة التفاعل مع الآخرين، كما أن مفهوم الذات الإيجابي يعتبر من مظاهر الصحة النفسية متمثل في تكيف الحكم مع نفسه ومع البيئة المحيطة به (لاعبين ، مدربين ، إداريين و إعلام) بصورة طبيعية فتظهر صورة الاحترام المتبادل بين كل الأطراف .

أما الاحتراق النفسي يتضح أنه ناتج عن ظروف الموقف الذي تكون فيه متطلبات البيئة أو ما يطلب من الفرد القيام به على درجة أكبر من إمكانات الفرد الذاتية ، وهذا يعني أن هذه المواقف تشكل الضغط في المجال المهني أو غيره ، ويشكل الآخرون في تعاملهم مع الفرد مصدرًا أساسيًا في وجود ظاهرة الاحتراق النفسي، بالإضافة إلى المصادر الأخرى كما أن وجود هذه الظاهرة عند الحكم تؤثر سلبًا في سلوكه وأدائه قد لا تنتهي بنهاية المباراة أو الدوري إذ أن الاحتراق النفسي يعبر عن إنهاك النفسي الكبير للحكم دون وجود حوافز أو تدعيمات يتلقاها إلا نادرا عكس الأطراف الأخرى في اللعبة .

خلاصة :

التحكيم في الوقت الحالي أخذ حيزا هاما عند الدول المتقدمة كونه أصبح السفير الرياضي للدول بلا إعتمادات وثائقية ، ولأجل ذلك جعل الاتحادات الدولية للدول المتقدمة تهتم بتكوين الحكام في الميدان وتشجيع الحكام الشباب من أجل الحصول على قطاع تحكيمي متمكن وقوي، ولأجل ذلك لابد في الجزائر المضي قدما في الإصلاحات الرامية إلى النهوض بكرة القدم من خلال تطبيق نظام الاحتراف في البطولة وتعميمه تدرجيا على الحكام من أجل النهوض بالقطاع والسير على درب الدول المتقدمة ولم لا الوصول إليهم ومنافستهم ، ما يهم هو الاهتمام بالحكم وتكوينه جيدا من جميع النواحي البدنية والمعرفية والنفسية ، من أجل النجاح في أداء للمباريات في مختلف المنافسات التي يديرها.

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث:

منهجـــية البحث وإجراءاته

الميـــــــدانية

تمهيد:

يعتبر الإطار الميداني للدراسة أحد الجوانب الهامة في عملية البحث العلمي على افتراض أن هذا الأخير لا يتم بصورة عشوائية بل وفق جهد قصدي ونوعي منظم، وإن قيمة النتائج التي يتحصل عليها الباحث في أي دراسة ما يتوقف على المنهج العلمي المستخدم والإجراءات التي يتبعها والأساليب التي يستخدمها في معالجة موضوع دراسته، حيث تساعده على جمع المعلومات وتفريغها وتحويلها عن طريق تحليلها ومعالجتها إلى نتائج علمية، وقد جاء هذا الفصل لتوضيح ذلك كله، حيث يحتوي على مجالات الدراسة والمتمثلة في المجال المكاني، الزمني والبشري، إضافة إلى العينة، والمنهج المعتمد في الدراسة، والأدوات التقنية الخاصة بجمع المعلومات والبيانات ومختلف الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة ككل.

الدراسة الاستطلاعية: البحوث الاستطلاعية في معناها العام أنها البحوث جديدة التناول لم يتطرق إليها من قبل ولا تتوفر عليها بيانات أو معلومات علمية مسبقة تجعل الباحث يجهل كثيرا من أبعادها وجوانبها.[1]

ويشير إبراهيم أبو زيد أن هدف الدراسة الاستطلاعية في أي بحث إلى التحقق من سلامة الاختبارات المستخدمة والتحقق من سلامة العينات وأسلوب اختيارها وتقدير الوقت اللازم والمناسب لتطبيق هذه الاختبارات عليها ، بما في ذلك طريقة تطبيق وشروطها وذلك كله لان الدراسة الموضوعة للشخصية تتطلب استخدام أدوات مقننة حتى لا تكون الدراسة تحكمها العوامل الذاتية .

وبعد أن استعرض الباحث الإطار النظري للدراسة والذي تم من خلال تحديد المفاهيم الأساسية لها و المتمثلة أساسا في موضوع مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم، فالباحث يركز على ضبط الإشكالية والفرضيات عند الانطلاق في البحث العلمي ومنها يحتم عليه اختيار أدوات البحث الضرورية والمناسبة لانجاز الدراسة الميدانية الذي يعطي مصداقية كبيرة للإشكالية المطروحة من جهة ومن جهة أخرى تأكيد أو نفي الفرضيات الموضوعة مسبقا كحل نظري للموضوع . ومما لاشك فيه أن الاختبارات والمقاييس النفسية تعد المقياس الموضوعي المقنن لعينة من السلوك المراد اختياره تمثيلا دقيقا.[2]

---

[1] ناصر ثابت ،أضواء على الدراسة الميدانية ط1 ،مكتبة الفلاح الكويتية الكويت،1984 ص 74.

[2] د/ فيصل عباس (1996) : الاختبارات النفسية ط1، دار الفكر العربي – بيروت،ص11

ولأجل ذلك استخدمنا مقياس الاختبار النفسي على عينة محددة م حكام كرة القدم لدى الرابطة الولائية لكرة القدن لولاية البويرة وتتبعنا لأجل ذلك الخطوات التالية:

-معرفة مجتمع الاساسي للدراسة وهم جميع حكام كرة القدم للرابطة الولائية لولاية البويرة خلال الموسم الرياضي2016-2017

- التنقل إلى مقر الرابطة من أجل توضيح الغرض من الدراسة الاستطلاعية والنتائج المتوقعة في الدراسة و تحديد قنوات الاتصال مع الحكام .

- تسليم الحكام استمارة المقياس من أجل الاطلاع عليها جيدا والإجابة عليها بعد التأكد من عدم وجود صعوبة لديهم في استيعاب وفهم مضمون عباراته.

المنهج المتبع:

في حقيقة الأمر ليس الباحث هو من يختار المنهج الذي يراه مناسبا للدراسة، بقدر ما طبيعة الموضوع المتناول هي التي تحدد نوع المنهج وبما أن الدراسة التي بين أيدينا هي تحليل مستويات الاحتراق النفسي ، فنحن بصدد وصف واقع وهذا من خلال جمع المعلومات المتعلقة به لتقييم ، مما يحتم علنا استعمال المنهج الوصفي التحليلي لمناسبته لطبيعة الإشكال المطروح حيث يعتبر من أكثر مناهج البحث استخداما وخاصة في مجال البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية والرياضية، ويهتم بجمع أوصاف دقيقة علمية للظواهر المدروسة ، ووصف الوضع الراهن وتفسيره ، وكذلك تحديد الممارسات الشائعة والتعرف على الآراء والمعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات ، وطرائقها في النمو والتطور، كما يهدف أيضا إلى دراسة العلاقة القائمة بين الظواهر المختلفة [3] والمنهج الوصفي يقوم بدراسة الظاهرة كما توجد في الواقع ، يهتم بوصفها وصفا دقيقا يعبر عنها تعبيرا كيفيا أو تعبيرا كميا ، فالتعبير الكيفي يصف لنا الظاهرة ويوضح خصائصها ، أما التعبير الكمي فيعطينا وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها مع الظواهر المختلفة الأخرى .

فالمنهج الوصفي لا يتوقف عند وصف الحالة فقط بل يتعدى ذلك ليصل إلى تحليل و استنتاج النتائج إذ يرى محمد شفيق أن الدراسة الوصفية لا تقف عند مجرد جمع المعلومات والحقائق بل

---

[3] إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، مرآز الكتاب للنشر،القاهرة، سنة 2000 ،،ص 83

تتجه إلى تصنيف هذه الحقائق وتلك البيانات وتحليها وتفسيرها لاستخلاص دلالاتها وتحديدها بالصورة التي هي عليها كما وكيفا بهدف الوصول إلى نتائج نهائية يمكن تعميمها.[4]

- **متغيرات البحث:** يمكن أن نقسم موضوع بحثنا حسب المتغيرين التاليين:

3-1- المتغير المستقل: يعرف أنه ذو طبعة استقلالية، حيث يؤثر في المتغير التابع والدخيل دون أن يتأثر بهما، وهذا المتغير المستقل هو الاحتراق النفسي

3-2- المتغير التابع: وهو الذي تتوقف قيمته على قيم متغيرات أخرى، ومعنى ذلك أن الباحث حين يحدث تعديلات على قيم المتغير المستقل تظهر نتائج تلك التعديلات على قيم المتغير التابع وهذا المتغير هو المستوى العام والمستويات الخاصة بابعاد المقياس.

المجتمع : ان القصد من مجتمع البحث في هذه النقطة هو كما عرفه الباحثون : مجموع محدود أو غير محدود من المفردات (عناصر الوحدات) ويعرفه الآخرون على انه جميع مفردات الظاهرة التي يدرسها الباحث .[5]

ومجتمع الدراسة الحالية هم حكام كرة القدم للرابطة الولائية لكرة القدم.

3- 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 .

كيفية اختيار العينة :

في دراستنا هذه أردنا معرفة العلاقة في مفهوم الذات و ظاهرة الاحتراق النفسي للحكام وفي ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة ولأجل اختبار فرضيات الدراسة استعملنا عينة من حكام النخبة الوطنية لرياضة كرة القدم وراعينا في ضوء العينة التنوع في الاختصاص المهني بين حكام الساحة والحكام المساعدون وتنوع في المتغيرات المضبوطة الأخرى .

3-2 خصائص ومواصفات عينة البحث :

---

[4] محمد شفيق، البحث العلمي'الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية، المكتب الجامعي الحديث، ألإسكندرية سنة 1998،ص108.

[5] أحمد بن مرسلي ، مناهج البحث في علوم الاتصال ،ط2، 2005 ، ص 166.

تحتوي العينة البحث على (30) من الحكام المسؤولين (الرئيسيين و المساعدين) على إدارة المباريات الدرجة الأولى والثانية الاحترافية لموسم 2011/2010.

أ- الاختصاص :

الجدول (02) : توزيع الحكام حسب الاختصاص .

اختصاص الحكم	الحكام الرئيسيون	الحكام المساعدون	المجموع
العدد	10	20	30
النسبة	%30	%70	%100

أن عدد الحكام من أفراد العينة المختارة للبحث بلغت (30%) بالنسبة للحكام الرئيسيون أو المسؤولين مباشرة في الميدان على إدارة المباريات وعددهم (10) حكام . في حين أن نسبة الحكام المساعدون (حكمي التماس) بنسبة (70%) وعددهم (20) حكما .

ب- السن

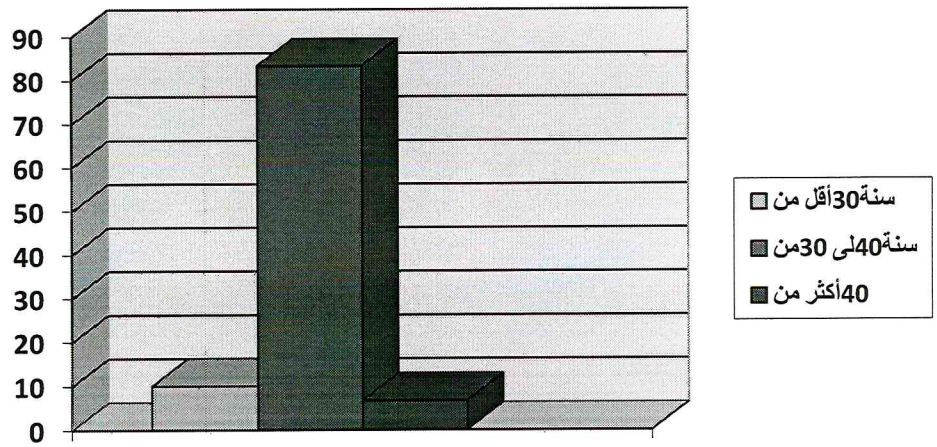
الجدول (03) : توزيع الحكام حسب السن .

سن الحكام	اقل من 30 سنة	من 30الى 40سنة	أكثر من 40 سنة	المجموع
العدد	03	25	02	**30**
النسبة المئوية	%10	%83.33	%6.66	%100

نلاحظ من خلال هذا الجدول التوضيحي لعمر الحكام كرة القدم أن الحكام تتراوح أعمارهم أقل من (30سنة) كان عددهم (03) بنسبة (10%) ، في حين الحكام من (30 سنة إلى 40 سنة) عددهم (25) بنسبة (83.33%) و الحكام من سنهم يفوق (40) سنة عددهم (02) بنسبة (6.66%)

والشكل التالي يوضح المعلومات الجدولية السابقة :

الشكل رقم (02) توزيع أفراد العينة حسب السن



يمثل معل السن (02)الشكل رقم

أي عينة الحكام شباب في مقتبل العمر وبذلك يساهم حسب الإمكانيات النشطة والحيوية المفعمة في تطوير اللعبة والتحكيم بصورة جيدة بمعدل (83.33%) من هم في سن 30 إلى 40 سنة .

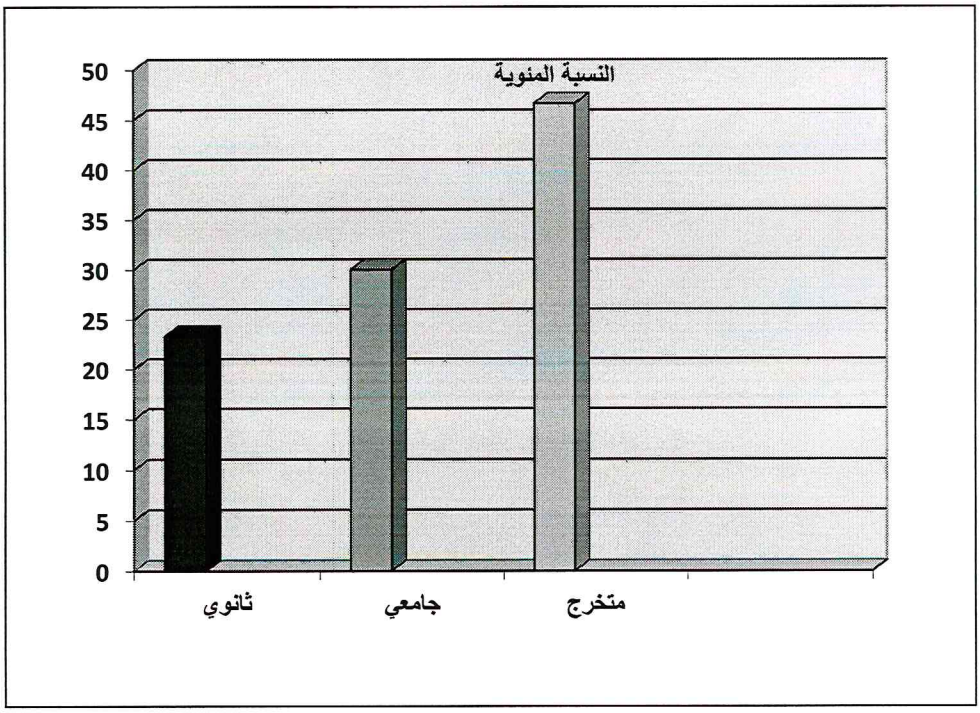
ت- المستوى العلمي

الجدول (04) : توزيع الحكام حسب المؤهل العلمي

مستوى الحكام	ثانوي	جامعي	شهادة "ديبلوم"	المجموع
العدد	07	09	14	30
النسبة المئوية	%23.33	%30	%46.66	%100

من خلال الجدول نلاحظ أن المستوى التعليمي للحكام المختارين لعينة البحث من ليهم المستوى الثانوي (07) حكام بنسبة (23.33%) ، ومن لديهم المستوى الجامعي (09) حكام وبنسبة (30%) ، ومن يمتلكون شهادة التخرج (14) بنسبة (46.66%).

الشكل التالي رقم (03) يوضح ذلك :



الشكل رقم 03 يمثل مستوى العلمي للحكام

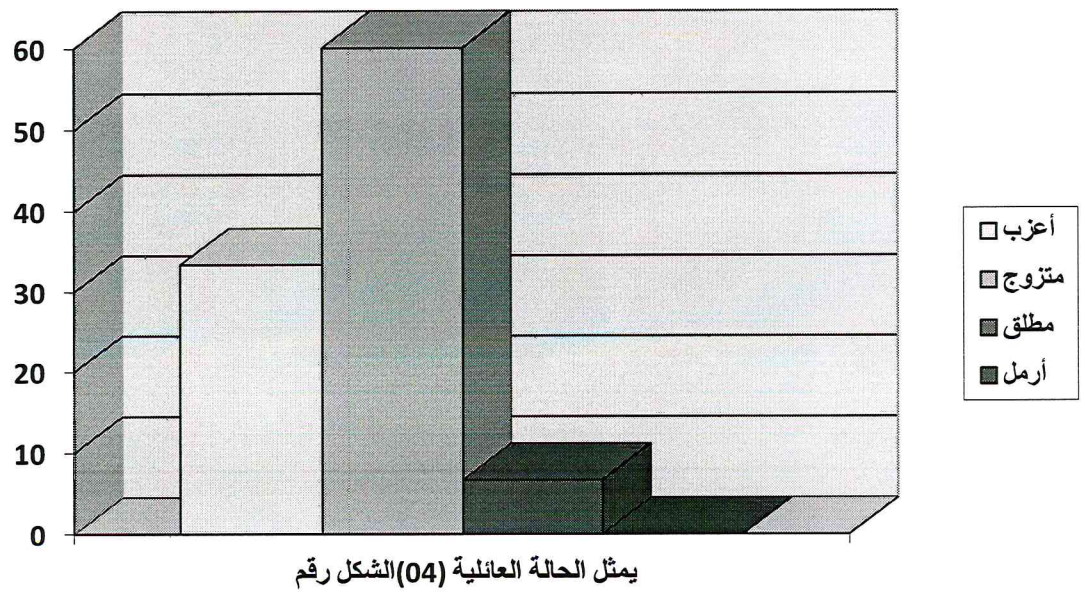
ويتضح من خلال الرسم التوضيحي أن إلى أن غالبية أفراد العينة كان مستواهن التعليمي مرتفعاً حيث بلغ (46.66%) من يمتلكون مؤهل علمي عالي .

ح- الحالة العائلية

الجدول (05) : توزيع الحكام حسب الحالة العائلية :

الحالة العائلية للحكام	أعزب	متزوج	مطلق	أرمل	المجموع
العدد	10	18	02	00	30
النسبة المئوية	%33.33	%60	%6.66	%00	%100

الجدول التوضيحي رقم 05 يشير أن عدد الحكام العزاب بلغ (10) بنسبة (33.33%) وعدد المتزوجين (18) بنسبة (60%) ومن هم مطلقون عددهم (02) بنسبة (06.66%) والشكل التالي يبين ذلك :



يمثل الحالة العائلية (04)الشكل رقم

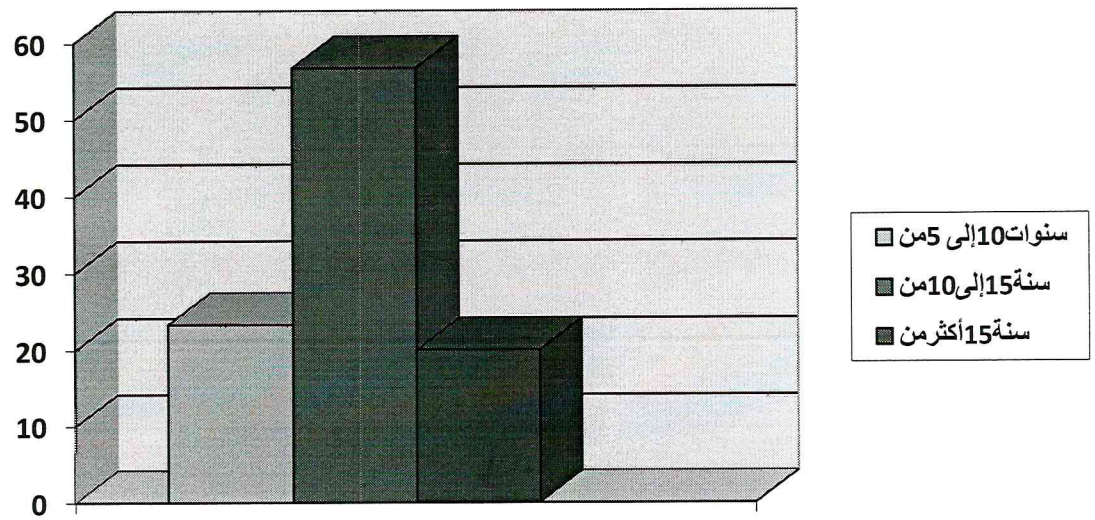
من خلال الرسم التوضيحي يظهر أن عدد الحكام في عينة البحث أغلبهم متزوجون ويكونون عائلة عليهم مراعاتها بالإضافة إلى مهنتهم فكانت النسبة (60%)

ج- الخبرة المهنية

الجدول (06) : يمثل الخبرة المهنية في سلك التحكيم .

الخبرة المهنية	من5الى10 سنوات	من10الى 15 سنة	أكثر من 15 سنة	المجموع
العدد	07	17	06	30
النسبة المئوية	%23.33	%56.66	%20	%100

يتضح من الجدول السابق أن نسبة (23.33%) من أفراد العينة من خبراتهم تتراوح من (05 إلى 10سنوات) ، في حين أن نسبة (56.66 %) من تتراوح نسبة خبراتهم من (10 إلى 15 سنة) ، وأن نسبة (20%) من تتراوح مدة خبرتهم المهنية ما يفوق 15 سنة.



يمثل معدل الخبرة (05)الشكل رقم

من خلال الرسم التوضيحي يتبين لنا أن معظم الحكام يتمتعون بدرجة كبيرة من الخبرة المكتسبة من خلال المشوار التحكيمي الذي تدرجوا فيه وأن جل الحكام من خبرتهم تتراوح ما بين (10- 15 سنة) كاملة

أداة الدراسة :

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستويات مفهوم الذات عند الحكام وعلاقة ذلك بظاهرة الاحتراق النفسي عند إدارته للمباريات بصفة عامة أو المباريات التي تجمع الجمهور الكبير أو التي تكون نتيجتها تحدد الفائز 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:

اختبار الاحتراق النفسي " مقياس ماسلاش الاحتراق النفسي ":

استخدم الباحث مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي، الذي تم وضعه من قبل ماسلاش جاكسون (1971) ،(**Maslach & Jackson**) ليقيس الاحتراق النفسي لدي العاملين في مجال الخدمات الإنسانية والاجتماعية ، وقام عدد من الباحثين بتعريب المقياس ليتلاءم مع البيئة العربية منهم (دواني وزملاؤه ، 1979 ومقابلة وسلامة 1990 م والوابلي، 1995) يتكون المقياس من (22) فقرة تتعلق بشعور الفرد نحو مهنته، حيث يطلب من المفحوص الاستجابة لكل فقرة متدرجة بشكل سباعي (كل يوم ، مرات قليلة في الأسبوع ، مرة في الأسبوع ، مرات قليلة في الشهر ، مرة أو أقل في الشهر ، مرات قليلة في اللسنة ، لا أعاني مطلقًا) وقد تدرج من 0 إلى 6 ، ويتكون هذا المقياس من ثلاثة أبعاد رئيسة للاحتراق النفسي هي :

1- الإجهاد الانفعالي :

ويقيس مستوى الإجهاد والتوتر الانفعالي الذي يشعر به الشخص نتيجة للعمل مع فئة معينة أو في مجال معين، وتقيس هذا البعد (تسع فقرات)

2 - تبلد المشاعر :

ويقيس مستوى الاهتمام أو اللامبالاة نتيجة للعمل مع فئة معينة أو مجال معين، وتقيس هذا البعد (خمس فقرات).

3 - نقص الشعور بالإنجاز :

ويقيس طريقة تقييم الفرد لنفسه ومستوى شعوره بالكفاءة و الرضا في عمله، وتقيس هذا البعد (ثمان فقرات) .

أما توزيع فقرات المقياس على هذه الأبعاد الثلاثة فيمكن توضيحها من خلال الجدول التالي:

الجدول الرقم (09) : توزيع فقرات المقياس على أبعاد الاحتراق النفسي

البعد	توزيع الفقرات	المجموع
الإجهاد الانفعالي	20-16-14-13-8-6-3-2-1	09 فقرات
تبلد المشاعر	22-15-11-10 - 5	05 فقرات
نقص الشعور بالانجاز	21-19-18-17-12-9-7-4	08 فقرات
المجموع		22 فقرة

4-2-1 صدق المقياس :

يتمتع المقياس الأصلي بمستوى جيد من الصدق، حيث ظهرت دلالات صدق المقياس من خلال قدرته على التمييز بين فئات مختلفة من العاملين الذين يعانون من احتراق نفسي متدن؛ وذلك من خلال دراسات مختلفة مثل (Iwanicki&Schwab،(1971) (1971,Maslsch&Jackson) (Kyriacou,1987,)(1985) (Gold)

وكذلك بالنسبة للدراسات العربية ، حيث قام العديد من الباحثين باستخراج دلالات جيدة من الصدق للنسخة العربية ، فقد قام دواني وزملائه المحكمين ، وأبو هلال وسلامة (1912) بعرض المقياس على المختصين للحكم عليه ، بالإضافة إلى ذلك قام الوابلي (1995) بالتحقق من صدق المقياس وعرضه على (10) من المحكمين ، للتأكد من صحة تعريبه ومناسبته لهدف الدراسة .

وبهدف التحقق من صدق المقياس لاستخدامه في الدراسة الحالية تم استخدام الصدق الظاهري (المنطقي) وذلك بعرض المقياس وتصحيح عباراته على (03) محكمين من اساتذة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية. وذلك بهدف التحقق من مناسبة المقياس لهدف الدراسة ، وسلامة الصياغة اللغوية للفقرات المعدلة ، ومدى انتمائها للأبعاد التي وضعت لقياسها .

وفي ضوء مقترحات وملاحظات المحكمين ، تم إجراء التعديلات اللازمة التي أجمع المحكمين عليها وتجدر الإشارة إلى أن المقياس الحالي لا يختلف في جوره عن المقياس الأصلي .

4-2-2 ثبات المقياس :

تعد الأداة ثابتة إذا أعطت النتائج نفسها في قياسها للظاهرة لمرات عديدة (العبيدي وآخرون ،1990، ص :143) ، إذ يعد أسلوب ثبات المقياس عن طريق إعادة الاختبار – (Testability retestyliأكثر الطرق استخداما في إيجاد معامل الثبات وأكثرها شيوعاً.

(حسنين ، محمد صبحي ،1995، ص: 197)

أما ثبات المقياس المستعمل قامت ماسلاش وجاكسون (Mslach & Jackson 1971)

بحساب معامل الاتساق الداخلي، باستخدام معادلة كرونباخ ألفا (Cronbach Alfa) وذلك لحساب تكرار و شدة الأبعاد الثلاث للمقياس؛ حيث كانت على النحو التالي كما هي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (10) يوضح دلالات ثبات المقياس الأصلي .

البعد	ثبات التكرار	ثبات الشدة
الإجهاد الانفعالي	0.90	0.87
تبلد المشاعر	0.79	0.76
نقص الشعور بالانجاز	0.71	0.73

و قام دواني وآخرون (1989) باستخراج معاملات الاتساق الداخلي لكل بعد من أبعاد المقياس وللمقياس ككل ، حيث بلغت القيمة للإجهاد الانفعالي(0.80) وتبلد المشاعر (0.60) ، ونقص الشعور بالانجاز (0.76) ، في حين بلغت نسبة ثبات المقياس ككل (0.85) وباستخدام نفس الطريقة قام أبو هلال وسلامة (1992) باستخراج معاملات الثبات لأبعاد المقياس حيث كانت (0.84) لبعد الإجهاد الانفعالي ، و (0.76) لتبلد المشاعر و(.71) لبعد نقص الشعور بالانجاز وبهدف التأكد من ثبات المقياس في الدراسة الحالية قام الباحث باستعمال طريقة إعادة التطبيق Test & Retest وبفارق زمني قدره أسبوعان و قد بلغت معاملات الارتباط بين التطبيق الأول و الثاني لأبعاد المقياس على النحو التالي كما يوضحها الجدول رقم

الجدول رقم (11) معامل الارتباط لأبعاد المقياس .

البعد	معامل الارتباط
الإجهاد الانفعالي	0.81
تبلد الشعور	0.78
نقص الشعور بالانجاز	0.90

ومن خلال الجدول نستطيع أن نلاحظ أن قيم معاملات الارتباط عالية وهذا يعنى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات .

كما تم حساب ثبات المقياس عن طريق استخراج معاملات الاتساق الداخلي بمعادلة كرونباخ ألفا لكل بعد من أبعاد المقياس على حده ، بالإضافة إلى الثبات الكلي للمقياس ككل

الجدول رقم (12) يبين قيم الاتساق الداخلي لمقياس ماسلاش :

البعد	الثبات
الإجهاد الانفعالي	0.90
تبلد الشعور	0.78
نقص الشعور بالانجاز	0.73
المجموع الكلي	0.70

فمن خلال الجدول نلاحظ أن معامل الثبات للمقياس تراوحت ما بين (0.73 و 0.90) وأن ثبات المقياس الكلي كان (0.70) وهي معاملات مرتفعة تشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات .

مجالات الدراسة :

1-5 المجال الزماني :

يمثل المجال الزماني الفترة الزمنية التي تم خلالها إنجاز أي عمل أو بحث انطلقنا في بحثنا مع بداية الموسم الجامعي 2017/2016 . وفق الخطوات التالية :

- موافقة المشرف على موضوع الدراسة بالإضافة إلى الإدارة الوصية وذلك في نهاية شهر نوفمبر 2016 .

-انطلقنا مباشرة في بداية البحث وذلك بجمع المراجع والمصادر المتعلقة بالدراسة من إجراء الخلفية النظرية إلى غاية شهر مارس2017 .

-قمنا بتحديد الاختبار المناسب بالتشاور وتصديق من الأستاذ المشرف على صورته النهائية تم تطبيقه على الحكام المذكورين في العينة ابتداء من النصف الثاني من شهر مارس إلى النصف الثاني من شهر أفريل وهذه المدة تم التطبيق الميداني ، وتحليل النتائج المتحصل باستعمال الوسائل الإحصائية .

2-5 المجال المكاني :

يمثل المجال المكاني الإطار المكاني الذي تم إنجاز عمل أو بحث ، إذ يقوم الباحث في هذه الخطوة بتحديد المكان الذي تم إنجاز هذا العمل فيه واعتمد الباحث على ملاعب ادارتهم للمباريات

- الوسائل الإحصائية :

هدف الدراسة الإحصائية هو محاولة التوصل على مؤشرات ذات دلالة ، تمكننا من التحليل والتفسير والحكم على مدى صحة الفرضيات واستخدم الباحث الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) لتحليل بيانات الدراسة بعد قيام الباحث بتفريغ البيانات وترميزها ، واستخدم الباحث المعالجات الإحصائية التالية :

- النسبة المئوية
- المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية

صعوبات البحث :

تعتبر قلة المراجع أكبر مشكلة عارضتنا خلال قيامنا بإعداد المذكرة ودون هذا فإن كل المشكلات كانت ثانوية منها :

- صعوبة جمع الاستمارات الملاحظة خاصة عدم ممارسة لحصة التربية البدنية والرياضية
- قلة الأبحاث التي تتعرض إلى هذا الموضوع بشكل مباشر ودقيق .

خلاصة:

إن تحديد المعايير والوسائل والتقنيات التي يعتمد عليها من أجل الوصول إلى تحقيق الدراسة له أهمية كبرى مثل تطبيقها وهذا لأنه يحدد معالم البحث من أجل ضمان تطبيقه بالشكل العلمي المناسب، واستبعاد الفوضوية والعشوائية في العمل التي تقود إلى عشوائية التطبيق والخروج بنتائج قد تكون مبنية على أسس خاطئة وقد لا يمكن التنبؤ ب أو اعتماد مصداقيتها.

وبما أن البحث العلمي هو ذلك البحث المبني على الأسس الصحيحة والقويمة والمحددة مسبقا، فإننا من خلال هذا الفصل قمنا بتحديد مجموعة من المعايير والمناهج، والمجالات والأدوات المستعملة في الدراسة، والوسائل الإحصائية وهذا من أجل أن نطبق دراستنا في أحسن الظروف وبالتالي الخروج بنتائج واقعية ومنطقية، وقابلة للتفسير والتحليل والنقاش، كما أننا قمنا بتقديم عرض للاختبارات والوسائل الإحصائية وبالتالي تمهيد الطريق لتطبيقات الدراسة الميدانية.

الفصـــل الرابـــع:

عـــرض وتحـــليل

النتـــــــائج

تمهيد :

تعد عملية جمع النتائج وعرضها من الخطوات التي تلزم الباحث على القيام بها من أجل التحقق من صحة الفرضيات المقدمة أو عدم صحتها ، غير أن العرض وحده غير كافي للخروج بنتيجة علمية (ذات دلالة علمية) ما لم يكملها الباحث بعملية تحليل ومناقشة هذه النتائج ، حتى تصبح لها قيمة علمية وتعود بالفائدة على البحث بصفة عامة ومن خلال هذا الفصل سنقوم بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تم جمعها والتحصل عليها من الدراسة الميدانية ، وسنحاول من خلاله أيضا إعطاء بعض التفاسير لإزالة الإشكال المطروح في الدراسة مع الحرص على أن تكون مصاغة بطريقة منظم تمكن من توضيح مختلف الأمور المبهمة ، وحرصنا عند تقديم عملية الشرح والتحليل على أن تتم العملية بطريقة علمية ومنظمة والهدف الرئيسي من هذا الفصل هو تحويل النتائج الميدانية إلى نتائج ذات قيمة علمية وعملية يمكن الاعتماد عليها في إتمام هذه الدراسة وبلوغ أهدافها .

ب- معايير مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي الواردة في دراسة حرب (1998) :

لقد حدد يوسف حرب في دراسته التي تناولت ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية ، مستويات و أبعاد الاحتراق النفسي (الإجهاد الانفعالي ، تبلد الشعور ، نقص الشعور بالانجاز) إلى المستويات التالية الموضحة في الجدول التالي وهي على ثلاثة أبعاد وثلاث مستويات :

الجدول رقم (14) يوضح مستويات الاحتراق النفسي :

الأبعاد / المستوى	متدن	معتدل	مرتفع
الإجهاد الانفعالي	0- 17	18 – 29	30 ما فوق
تبلد الشعور	0- 05	06- 11	12 ما فوق
نقص الشعور بالإنجاز	0- 33	34 – 39	40 ما فوق

إذن يفهم من الجدول رقم (14) أن الإجهاد الانفعالي المتدني + تبلد الشعور المنخفض + نقص الشعور بالإنجاز = مستوى الاحتراق النفسي منخفض

أما الشدة المتوسطة في الأبعاد الثلاثة = مستوى الاحتراق النفسي معتدل

أما إجهاد انفعالي مرتفع + تبلد الشعور المرتفع + ارتفاع الشعور بالإنجاز = مستوى الاحتراق النفسي مرتفع

عرض وتحليل الفرضية العامة:

"مستوى الاحتراق النفسي عند الحكام معتدل"

وللتحقق من صدق الفرضية من عدمه تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لكل بعد من أبعاد الاحتراق النفسي وفق الجدول رقم (17) التالي :

الأبعاد	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	الانحراف المعياري	مستوى الاحتراق النفسي
نقص الشعور بالإنجاز	17.66	33.66	2.69	متدني
تبلد المشاعر	8.33	51.34	1.44	معتدل
الإجهاد الانفعالي	37.76	62.16	3.28	مرتفع

يتضح من الجدول (17) أن مستوى الاحتراق النفسي كان معتدل على بعد تبلد الشعور حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة عليه (51.34%) وقيم متوسطه الحسابي (17.66) بينما كان متدني على بعد نقص الشعور بالإنجاز الذي بلغت النسبة المئوية للاستجابة عليه (33.66%) وبلغت قيم متوسطه الحسابي (17.66) ، وكان مرتفع على بعد الإجهاد الانفعالي الذي بلغت النسبة المئوية للاستجابة عليه (62.16%) وبلغ متوسطه الحسابي (37.76) .

عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الاولى :

" لا توجد فروق في مستويات الاحتراق النفسي عند الحكام وفق الخبرة المكتسبة "

ولتحقق من صدق هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وفق الجدول رقم التالي :

الأبعاد	الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إجهاد انفعالي	من5إلى10سنوات	07	33.85	2.11
	من10إلى15سنة	17	38.00	2.15
	أكثرمن15سنة	06	41.66	1.63
تبلد الشعور	من5إلى10سنوات	07	8.16	0.69
	من10إلى15سنة	17	8.52	1.77
	أكثرمن15سنة	06	8.00	1.09
نقص الشعور بالانجاز	من5إلى10سنوات	07	15.85	1.21
	من10إلى15سنة	17	18.70	2.46
	أكثرمن15سنة	06	14.83	1.94
المجموع	من5إلى10سنوات	07	20.03	1.93
	من10إلى15سنة	17	27.66	2.11
	أكثرمن15سنة	06	24.10	1.98

يلاحظ من الجدول رقم (20) أن قيم المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لأبعاد الاحتراق النفسي كانت متفاوتة وكان متوسط مجاميع هذه المقاييس على (20.03و 1.93) للحالة الأولى و(27,66 و2,11) للحالة الثانية و (24,10 و 1,98) للحالة الثالثة

ولفحص الفرضية السابقة تم استخدام اختبار تحليل التباين الأحادي One-Way ANOVA وفق النتائج الظاهرة في الجدول رقم

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	"ف"	الدلالة
إجهاد انفعالي	بين المجموعات	199.17	2	99.58	23.54	0.00
	داخل المجموعات	114.19	27	4.22		
	المجموع	313.36	29			
تبلد الشعور	بين المجموعات	1.57	2	0.87	0.36	0.70

	داخل المجموعات	59.09	27	2.18		
	المجموع	60.66	29			
نقص	بين المجموعات	84.64	2	42.32	9.12	0.11
الشعور	داخل المجموعات	125.22	27	4.63		
بالانجاز	المجموع	209.80	29			
العلامة	بين المجموعات	237.15	3	50.35	8.26	0.43
الكلية لتباين	داخل المجموعات	307.69	26	13.22		
المقياس	المجموع	2004.84	29			

نلاحظ من الجدول رقم (20) أن قيم " ف " تراوحت في محاور مقياس ماسلاش للعينة المختارة ما بين (0,36 و 23.54) وكانت العلامة الكلية للحالات (8.26) حيث كانت عند مستوى الدلالة مابين (0.11 و 0.70) ما عدا الإجهاد الانفعالي فلم يصل إلى مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) و كانت العلامة الكلية لتباين المقياس (0.43) وهي على من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) ، لذا نقبل الفرضية الصفرية الموضوعة سابقا .

7-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

"لا توجد فروق في مستويات الاحتراق النفسي عند الحكام حسب المستوى العلمي "

ولتحقق من صدق هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وفق الجدول رقم (23) التالي :

الأبعاد	المستوى العلمي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
إجهاد انفعالي	ثانوي	07	33.85	2.11
	جامعي	09	37.66	2.82
	متخرج	14	39.78	2.11
تبلد الشعور	ثانوي	07	8.16	0.69
	جامعي	09	8.55	2.24
	متخرج	14	8.28	1.13

نقص الشعور بالانجاز	ثانوي	07	15.85	1.21
	جامعي	09	18.00	2.17
	متخرج	14	14.83	1.94
المجموع	ثانوي	07	11.20	1.28
	جامعي	09	12.03	2.16
	متخرج	14	19.78	2.64

الجدول رقم :24 اختبار ANOVA لمقياس مسلاش لعينة من الحكام :

البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط مجموع المربعات	"ف"	الدلالة
إجهاد انفعالي	بين المجموعات	164.15	2	82.07	14.35	0.00
	داخل المجموعات	149.21	27	5.52		
	المجموع	313.36	29			
تبلد الشعور	بين المجموعات	0.73	2	0.36	0.16	0.84
	داخل المجموعات	59.93	27	2.22		
	المجموع	60.66	29			
نقص الشعور بالانجاز	بين المجموعات	19.51	2	9.75	1.38	0.26
	داخل المجموعات	190.35	27	7.05		
	المجموع	209.86	29			
المجموع	بين المجموعات	534.67	3	24.83	3.54	0.54
	داخل المجموعات	4008.59	26	11.03		
	المجموع	4542.27	29			

من خلال الجدول رقم (24) يظهر لنا أن الفروق بين المتوسطات لم تبلغ مستوى الدلالة الإحصائية ، في بعدي تبلد الشعور و نقص الشعور بالانجاز حيث تراوح مستوى الدلالة على البعدين بين (0.84 و 0.26) ، في حين بلغ مستوى الدلالة عند بعد الإجهاد الانفعالي (0.00) وهي أقل من مستوى الدلالة (α = 0.05) وكذلك العلامة الكلية للمقياس (0.54) ، وهي أعلى من مستوى الدلالة (α = 0.05) مما يحقق الفرضية الصفرية على مجموع العلامة الكلية .

خلاصـة :

لقد قمنا في هذا الفصل بتحليل النتائج الخاصة بالدراسة الميدانية و حتى تكون للنتائج المحصل عليها ذات منهجية علمية قمنا بتحليل نتائج المتحصل عليها و تحليل نتائج الإستمارة الخاصة بخصائص العينة ، و كان الغرض من ذلك وضع تمهيد لما سوف يتم التطرق إليه لاحقا حيث يمدنا تحليل بعض خصائص العينة بمعطيات تساعدنا على فهم أعمق لتلك النتائج المحصل عليها بعد تصحيح مقياس الدراسة و تفريغ نتائجه، وذلك بمساعدة الحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS 9.0)

الفصـــل الخامس:

منـــاقشة النتـــــائج

تمهيد :

بعد تفريغ البيانات من عينة البحث التي تم اختيارها ، ومناقشتها في ضوء النتائج المتحصل عليها ، ومن خلال ذلك نستطيع الحكم على الفرضيات المصاغة والتي تشكلت حسب طبيعة الموضوع المحدد ، ولتحديد طبيعة العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي عند حكام الدرجة الأولى والثانية الاحترافية استخدم الباحث مقياسي تنسي لمفهوم الذات ومقياس ماسلاش للاحتراق النفسي كونهما أكثر ملائمة لطبيعة البحث . وسنحاول في هذا الفصل إعطاء الصبغة العلمية للنتائج المتحصل عليها من خلال مناقشتها وتحليلها ومقارنتها مع نتائج بعض البحوث الأخرى .

مناقشة الفرضية العامة:

لقد أظهرت النتائج أن مستوى الاحتراق النفسي عند حكام كرة القدم معتدل على العموم وإن أختلف في أبعاده ، حيث كان معتدلا على بعد تبلد الشعور ، حيث بلغت النسبة المئوية للاستجابة عليه (51.34%) ، بينما كان متدن على بعد نقص الشعور بالانجاز بنسبة مئوية للاستجابة (33.66%) ، وكان مرتفعا على بعد الإجهاد الانفعالي بنسبة مئوية (62.16%) .

ويفسر الباحث هذه النتيجة بالنسبة لبعد تبلد الشعور أن من أكثر مصادر الاحتراق النفسي هو مصدر العلاقة مع الآخرين ، مثل العلاقة مع الهيئة المشرفة ، أو الرئيس ، أو الزملاء في المهنة ، أو جماعة الرفاق ، والمحيط الذي يعيش فيها الفرد ،

وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة(البدوي ، 2000) التي أشارت إلى أن العاملين في المستشفيات يعانون من تكرار وشدة الشعور بتبلد المشاعر بدرجة متوسطة .

أما بالنسبة لمستوى بعد نقص الشعور بالإنجاز فيبرر الباحث هذه النتيجة بأن الواجبات الثقيلة والكبيرة التي على تقع على الحكم وعليه القيام بها قد تشكل عبئًا ثقيلا أثناء ممارسته لمسؤولياته إلى الدرجة التي يشعر معها بالتعب الشديد الذي يثنيه عن العطاء خاصة أمام العقبات التي تقع أمام أداء واجباته ، وعليه فإن تقييمه لقدراته وإمكاناته قد تكون سلبية فيما يتعلق بواجبه في الميدان (اللاعبين ، الجمهور ، المسيرون) والقدرة على تسيير كل ذلك من البداية إلى النهاية .

وفيما يخص بعد الإجهاد الانفعالي يبرر الباحث هذه النتيجة بأن ذلك قد يعود إلى الظروف التي تمتاز بها البطولة في بلادنا وتصرفات كل المشاركين فيها وتبدأ من المسؤولين في الرابطة الوطنية ورؤساء النوادي إلى الجماهير العريضة ، التي تشكل أهم العقبات التي يواجهها الحكم في عمله خاصة مع بدايته المهنية ، و يشكل بحد ذاته ضغطًا جديدًا يقع على عاتقه ويضعف من دافعيته وحيويته ونشاطه ، أما في المستوى العام للاحتراق فكان معتدل وهي نتاج الميول والرغبة والحب لممارسة المهنة وما يقابله من عراقيل و عقبات التي يواجهها الحكم دون تحقيق الطموحات التي يريدها . وتتفق هذه الدراسة مع نتائج الدراسات (رمزي جابر ، 2008) حول مستويات الاحتراق

النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين ، ودراسة (زياد الطحاينة ، 2007) بعنوان مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات) ودراسة (د/ محمد جواد الخطيب ، 2007) حول الاحتراق النفسي وعلاقته بمرونة الأنا عند فئة المعلمين والتي أشارت في نتائجها أن مستوى الاحتراق النفسي عند المعلمين في محافظات غزة بفلسطين متوسط في العلامة الكلية له ونتائج دراسة (يوسف حرب محمد عودة ، 1998) حول ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية والتي أشارت إلى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين كان معتدلا وتتفق مع دراسة (الطحاينة زياد ، 2007) حول الاحتراق النفسي عند حكام الألعاب الجماعية التي أشارت إلى أن الحكام يعانون من مستوى متوسط للاحتراق النفسي .

مناقشة الفرضية الجزئية الاولى :

يتضح من خلال الجدول أنه لا توجد أية فروق ذات دلالة إحصائية تعزى إلى مستويات الخبرة التحكيمية المكتسبة في بعدي تبلد الشعور ونقص الشعور بالانجاز، ولكن ظهرت في بعد الإجهاد الانفعالي (0.00) ، وهي أقل من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$)

و أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى الكلي لأبعاد الاحتراق النفسي لدى حكام النخبة لا يتأثروا بسنوات الخبرة المكتسبة لديهم، إذ تبين أن الحكام الدرجة الأولى والثانية الاحترافية قد اكتسبوا من الخبرة الطويلة ما تجعلهم يتحكمون في ضبط النفس والتحكم في المباراة تحت أي تأثير خارجي وأي ضغوط نفسية شديدة ، أما عن أبعاده وإن لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في بعدين تبلد الشعور ونقص الشعور بالانجاز فقط ظهر عند الإجهاد الانفعالي إذ تبين أن الحكام من أصحاب الخبرة القليلة يتعرضون لمستويات أعلى من الإجهاد الانفعالي فقد يعود السبب في زيادة مستوى الإجهاد الانفعالي لدى أصحاب الخبرات القليلة إلى عدم تحمل الضغوط الخارجية الشديدة التي تؤثر على تفكير الحكم والخوف من الفشل أو عدم القدرة على التحكم في زمام المباريات مقارنة من ذوي الخبرة الطويلة الذين تعلموا من فترات عملهم السابقة ، ويعود أيضا إلى قلة الدورات التدريبية التي تعقد للحكام أصحاب الخبرات القليلة وعدم قدرتهم على تطوير الاستراتيجيات الدفاعية

والهجومية والتي يمكن أن تساعدهم على التخفيف الإجهاد الانفعالي وتختلف نتائج هذه الدراسة في العلامة الكلية مع نتائج (دراسة جابر رمزي ، 2008) حول مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية ، التي أشارت على أن الحكام يعانون في العلامة الكلية من مستويات عالية من الاحتراق النفسي وتتفق مع دراسة (الطحاينة زياد ، 2007) حول الاحتراق النفسي عند حكام الألعاب الجماعية التي أشارت إلى أن الحكام يعانون من مستوى متوسط للاحتراق النفسي ونتائج دراسة (يوسف حرب محمد عودة ، 1998) حول ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية والتي أشارت إلى انتشار ظاهرة الاحتراق النفسي لدى المعلمين لا تتأثر بعامل الخبرة .

مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

ولمناقشة الفرضية والتي تنص أنه لا توجد فروق فردية في أبعاد الاحتراق النفسي وفق المستوى العلمي أظهرت نتائج اختبارالتباين الأحادي ANOVA وفق العلامة الكلية التي كانت (0.54) وهي أعلى من مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) ، أي أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي تعزي إلى المستوى التعليمي في العمل بمعنى أن حكام الدرجة الأولى والثانية الاحترافية من ذوي سنوات عمل كبيرة والمتوسطة تدرجوا فيها في الأقسام السفلى قبل الوصول إلى هذا المستوى العالي ، وهذا ما يجعلهم يعايشون مختلف المواقف الضاغطة وتعاملهم معها سمحت في عدم وجود فروق دالة عند الحكام في مدى معاناتهم من الاحتراق النفسي ، وهذا يفسره الباحث أنه قد تتوقف شدة الضغوط النفسية والاحتراق النفسي إلى حد كبير على طبيعة شخصية الحكم وكيفية إدراكه للمواقف الضاغطة التي يتعرض لها في ظل الأعباء الكثيرة لمهنة التحكيم ، التي تعتبر من المهن المولد للاحتراق النفسي ، وكذا درجة تحمله لها وتقييمه الذاتي لها وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة(محمد بن سعد الدوسري ، 2006) حول مصادر الضغوط النفسية ودرجة شدتها على حكام كرة القدم من وجهة نظرهم في المملكة العربية السعودية والتي أشارت إلى أن المستوى العلمي لا يؤثر في درجة الاستجابة أو الرفض لشدة الضغوط النفسية

خلاصـة :

من خلال هذا الفصل تمكنا من إعطاء القيمة العلمية لنتائج الحكام المسجلة في مقياسي تنسي لمفهوم الذات وماسلاش للاحتراق النفسي ، وكذا مناقشتها وتفسيرها لمعرفة أهم الجوانب المتعلقة بهذه العلاقة النفسية وتأثيرها على الحكم ، فمفهوم الذات عند الحكم هو جوهر النجاح في قدرته على التعامل مع محيط الضغط الخارجي في جو يسوده الطمأنينة والاحترام المتبادل بين كل متغيرات اللعبة والتغلب على مظاهر الضغط النفسي خاصة تلك التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي .

وبعدما تأكدنا من تحقق كل فرضية الذي يعني أنه تمت الإجابة عن التساؤلات التي أثارتها الدراسة مسبقا والمبني على الأطر النظرية ، وعليه يمكن أن نستخلص في الأخير أن الفرضية العامة التي مفادها توجد علاقة طردية بين مستويات مفهوم الذات ودرجة الاحتراق النفسي لقد تحققت .

الاستنتاج العام :

لقد تناول في هذا البحث بدراسة وتحليل ظاهرة نفسية مهمة جدا في جوانب الحياة والرياضة خاصة جوانب التحكيم والبحث في سبل التي تجعله أكثر فاعلية في الميدان وخارجه .

ولأجل ذلك افترض الباحث أن الابعاد النفسية ، تؤثر في شخصية الحكم وقدرته على التحكم في انفعالاته وسلوكاته وبالتالي الابتعاد عن أعراض ما أصبح يطلق عليه بالاحتراق النفسي . ولاستدلال أكثر ، قام الباحث بجمع المعطيات والنتائج لكي يتسنى اختبار الفروق الدالة في متغيرات البحث والتي تناولنا فيها العلاقة بين مفهوم الذات والاحتراق النفسي

إن الجهد المتواضع المقدم في هذا البحث يصب في جملة الاهتمامات المرتبطة بتحسين كفاءة حكم كرة القدم عند إدارته للمباريات خاصة تلك التي يصاحبها الاهتمام الجماهيري والإعلامي الكبير وهو ما ينشئ ضغطا رهيبا يعيشه الحكم قد لا ينتهي بنهاية المباراة هذا الضغط يؤثر في جوانب الشخصية ، وقد توصلنا من خلال نتائج بحثنا إلى الاستنتاجات التالية :

– نستنتج أن حكام كرة القدم يعانون من الاحتراق النفسي وإن كان بدرجة متوسطة في أبعاده وهو ما تحقق في الفرضية العامة .

– نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية حسب الخبرة في مستوى الاحتراق النفسي أوعزه الباحث إلى المراحل السابقة التي تدرج فيها الحكم والتي سمحت له بمسايرة مختلف الضغوط النفسية والتوترات خلال تدرجه في سلك التحكيم

– نستنتج أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي عند حكام النخبة فسره الباحث أن حكم الدرجة الأولى والثانية الاحترافية قد مروا في مراحلهم التحكيمية على مختلف أنواع الضغوط النفسية وشدتها مما يسمح لهم من تسيير المقابلات بتقنيات وبرودة أعصاب .

الخاتمة:

لقد انطلقنا من المجهول في هذا البحث للوصول إلى المعلوم وبدأناه مبهما وها نحن ننهيه واضحا جليا ، وانطلقنا بمجموعة من الإشكالات والفرضيات وتحققنا منها بالاختبارات لنختمه بمجموعة من النتائج والحلول ، فلكل بداية نهاية وخير منطلق من يكون مسطرا ومقصودا ولأجل ذلك سطرنا بحثنا المتواضع هذا الذي من خلاله أردنا إظهار فئة التي تتعرض للكثير من الانتقادات والضغوطات بدونه رحمة أو شفقة ليلقى عليها كل اللوم عند أي تعثر أو خسارة دون النظر إلى أداء الفريق أو تركيبته .....

يعد التحكيم في كرة القدم أحد الأنشطة ذات الارتباط الدائم بالضغوط النفسية الكبيرة فالحكم غالباً ما يكون عرضة للتشكيك في نزاهته أو تعرض أمانته للمسائلة من قبل الرياضيين بشكل عام (مدربين، ولاعبيه، وإداريين، وجمهور،وإعلام)، ففي الوسط الرياضي غالباً ما تكون النظرة للحكم سلبية ، حيث يعلق أفراد الفريق الخاسر أخطائهم على الحكم، ونادراً ما يذكر الحكم من قبل الفريق الفائز، ناهيك عن النقد والهجوم الغير مبرر أحياناً الذي يتعرض له الحكم في وسائل الإعلام المختلفة من قبل المدربين واللاعبين والإداريين ، كل هذه العوامل تجعل أداء الحكم الرياضي لا يرتبط بالعوامل البدنية فقط بل بالعوامل النفسية التي كما ذكرنا تتفاوت من حيث أنواعها وشدتها وبتراكمها قد يؤدي إلى الإنهاك البدني والنفسي الذي يؤثر على مستوى قدراته البدنية والنفسية بشكل عام ، خاصة إذا كان دون إدراك صحيح لمفهوم ذاته ، وقدرته على التحكم في انفعالاته أو القدرة على اتخاذ القرار وتحمل مسؤوليته ، ومن خلال النتائج المتوصل إليها والتي أثبتت العلاقة الطردية بين مستويات مفهوم الذات ودرجة الاحتراق النفسي كون كلما ارتفع مفهوم الذات عند الحكم قلت درجة الاستجابة للاحتراق النفسي والعكس .

وفي خصوص الفروق في درجة الاحتراق النفسي حسب المستوى العلمي فإنه لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية .ومما خلص إليها الباحث بخصوص عملية التحكيم أنها مهنة صعبة يتحمل فيها الحكم أعباء ثقيلة ومتاعب كثيرة لابد لها من وجود شخصية قوية ومتزنة ومرنة وهذا لا يتجلى إلا بتعزيز وتنمية أبعاد وجوانب مفهوم الذات التي تجعله يستطيع التعامل مع الضغوط النفسية الشديدة عند إدارته للمباريات وعدم الوقوع في فخ الاحتراق النفسي وما يميزه من آثار نفسية عميقة لا تنتهي بنهاية المباراة بل تمتد إلى حياته الخاصة وتعاملاته الحياتية .

ومن أجل ذلك يجب العمل المتواصل في كل النواحي بدنية وفنية واجتماعية والنفسية وهذا هو قيمة التطور والنجاح للوصول إلى أعلى المستويات .

وتفتح هذه النتائج المتوصل إليها أفاقا جديدة لبحوث مستقبلية قادمة في هذا المجال الخصب ، إذ تحتاج العلاقة الدالة بين مفهوم الذات عند الرياضي عموما والحكم خصوصا ودور ذلك في مواجهة الضغوط النفسية ، والابتعاد عن مظاهر وأعراض الاحتراق النفسي ، وتدعو النتائج التي وصلت إليها في هذا البحث إلى المزيد من الدراسة والبحث على العينة نفسها وفق متغيرات وتأثيرات أخرى ، الأمر الذي يساهم دون شك في التعرف على أبعاد ومستويات مفهوم الذات لدى الحكم وعلاقته بدرجة الاحتراق النفسي وأثر ذلك في تشكيل شخصية سوية ومتزنة وقوية لها القدرة على التعامل مع مواقف المتعددة للحكم عند إدارته للمباراة ، الأمر الذي يجنب الممارسات والسلوكات السلبية وردات الفعل العدوانية ، مما يحقق طموحات وأهداف الجميع المكونون للمنظومة الكروية من لاعبين و مدربين وإداريين وجمهور .....

البيبليوغرافيا

المراجع باللغة العربية:

1. أحمد بن مرسلي ، مناهج البحث في علوم الاتصال، ط2، 2005.
2. إخلاص محمد عبد الحفيظ ، مصطفى حسين باهي، طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي في المجالات التربوية والنفسية والرياضية، مرآز الكتاب للنشر،القاهرة، سنة 2000 .
3. **أسامة راتب كامل (1997)** : احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر.
4. **أسامة راتب كامل (1997)** : قلق المنافسة ، (ضغوط التدريب–احتراق الرياضي) ط1، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر.
5. **أسامة راتب كامل (1997)**: احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر.
6. **بلعيد لكارن (2001)** : مرتكز الحكام ، اللجنة الوطنية للتحكيم – الفاف.
7. **الجمالي عبد الباقي (2003)**: مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي التربية الخاصة " دراسات عربية في علم النفس، المجلد الثاني، العدد الاول.
8. د/ فيصل عباس (1996) : الاختبارات النفسية ط1، دار الفكر العربي– بيروت.
9. **السماد ونى، السيد إبراهيم (1990)**: إدراك المتفوقين عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية أبحاث المؤتمر السنوي السادس لعلم النفس في مصر من 22–24 جانفي الجمعية المصرية للدراسات النفسية، الجزء الثاني – القاهرة.
10. **السماد وني سيد إبراهيم (1995)** : الإنهاك النفسي وتبعاته دراسة تنبؤية في ضوء بعض التغيرات الشخصية والمهنية ، مجلة التربية المعاصرة – القاهرة.
11. **شاكر القنديل (1995)**: سيكولوجية الطفل الاصم ومتطلبات إرشاده ، المؤتمر الدولي الثاني لمركز الارشاد النفسي ،الارشاد النفسي احتجاجات الخاصة –جامعة عين شمس.

12. **علي عسكر (ب س):** ضغوط الحياة واساليب مواجهتها * الصحة النفسية في عصر التوتر و القلق * دار الكتاب الحديث.

13. **علي عسكر (ب س):** ضغوط الحياة واساليب مواجهتها * الصحة النفسية في عصر التوتر و القلق * دار الكتاب الحديث.

14. محمد شفيق، البحث العلمي'الخطوات المنهجية لإعداد البحوث الاجتماعية، المكتب الجامعي الحديث، ألإسكندرية، سنة 1998.

15. محمود مصطفى كامل ،حسام الدين محمد (1999): الحكم العربي في قوانين كرة القدم، مركز الكتاب للنشر – مصر.

16. ناصر ثابت ، أضواء على الدراسة الميدانية ط1 ،مكتبة الفلاح الكويتية الكويت،1984 .

17. نوال بنت عثمان بن أحمد الزهراني (2008): الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سيمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة، مذكرة ماجيستر منشورة – جامعة أم القرى – المملكة العربية السعودية.

المراجع باللغة الفرنسية:

1. **Axel Hoffman (2005)** Burnout Biographie. Sante conjuguee. averil. N/32
2. **Le Robert des sport (1990)** Dictionnaire de la langue des sports , dictionnaire de Robert . paris 07–
3. **Michel Vont rot (1995)** L'arbitrage face la violonce . E.P.S N 252, Mars, Avril, Ed. Bois de Vincemes, Paris.