وزارة التعليـم العـالـي والبحـث العلمـــي
MINISTERE DE L'ENSEIGEMENT SUPERIEUR ET DE RECHERCHE SCIENTIFIQUE
جـامعـة زيـان عـاشـور- الجلفـة –
UNIVERSITE ZIANE ACHOUR-DJELFA
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
INSTITUT DES SCIENCES ET TECHNOLOGIE DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : النشاط البدني الرياضي التربوي

العنوان :

الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم

دراسة ميدانية لحكام الرابطة الجهوية لكرة القدم - البليدة-

الطالـــــب:
- بخوش بن هـلال

الأستـــــــاذ:
- د. إبراهيمي طارق

الموسم الجامعي: 2017/2016

وزارة التعليـم العـالـي والبحـث العلمـــي
MINISTERE DE L'ENSEIGEMENT SUPERIEUR ET DE RECHERCHE SCIENTIFIQUE
جـامعـة زيـان عـاشـور- الجلفـة –
UNIVERSITE ZIANE ACHOUR-DJELFA
معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية
INSTITUT DES SCIENCES ET TECHNOLOGIE DES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES

مذكرة تخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم : النشاط البدني الرياضي التربوي

العنوان :

الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم

دراسة ميدانية لحكام الرابطة الجهوية لكرة القدم - البليدة-

أعضاء لجنة المناقشة :

الأستاذ:.....رئيسا.

الأستاذ:.....مشرفا.

الأستاذ:.....عضوا مناقشاً.

الموسم الجامعي: 2017/2016

كلمة شكر

"... رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي و على والدي و أن أعمل صالحا ترضاه ... ".

يا من ذكره شرف للذاكرين، ويا من شكره فوز للشاكرين، صل على محمد وآله، واشغل قلوبنا بذكرك عن كل ذكر، وألسنتنا بشكرك عن كل شكر وجوارحنا بطاعتك عن كل طاعة.

أحمد الله وأشكره على توفيقه لي في إتمام هذا العمل وأتقدم بجزيل الشكر والتقدير إلى من لم يبخل عليا بنصائحه و إرشاداته و توجيهاته الاستاذ: الدكتور إبراهيمي طارق.

والذي أقول له بشراك قول الرسول صلى الله عليه وسلم:

"إن الحوت في البحر والطير في السماء ليصلون على معلم الناس الخير"

و الحمد لله الذي تمت بنعمته الصالحات.

الإهداء

إلى من أحن وأشتاق لرؤيته ... إلى روح أبي الزكية الطاهرة

إلى أمي العزيزة الغالية ... نبع المحبة والحنان

إلى زوجتي الفاضلة ... نبض قلبي وقلمي

إلى قرة عيني أبنائي الاعزاء ... الحاج الأمين ... رهف تسنيم

أسأل الله تعالى أن يجعلهم ذرية صالحة وذخرا للإسلام والمسلمين

إلى آخر العنقود ... أختى الصغرى

إلى من هم عزوتي وسندي في الحياة ... إخوتي

إلى كل أحبائي وأصدقائي

إلى من علمونا ونمو فينا حب العلم والعلماء

إلى كل من له حق علينا

قائمة المحتويات

الفهـــــرس

العنوان	الصفحة
كلمة شكر	
الإهداء	
مقدمة	
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	
1-مدخل عام	**05**
2-إشكالية البحث.....	**08**
3-أهمية الدراسة.....	**09**
4-أهدف الدراسة.....	**10**
5-تساؤل الدراسة.....	**10**
6-مصطلحات الدراسة.....	**10**
7-حدود الدراسة.....	**12**
8-أسباب اختيار الموضوع.....	**12**
9-الدراسات السابقة.....	**13**
10-التعليق على الدراسات السابقة.....	**17**
الفصل الثاني: الإحتراق النفسي	
1-تمهيد.....	**19**
2-الاحتراق النفسي.....	**20**
3-تعريف الاحتراق النفسي.....	**20**
4-مفهوم الاحتراق النفسي.....	**22**
5-النظريات والنماذج المفسرة لظاهرة الاحتراق النفسي.....	**24**
6-علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات.....	**25**
7-مستويات الاحتراق النفسي.....	**27**

8-أسباب الاحتراق النفسي.....	29
9-قياس الاحتراق النفسي.....	30
10-الاحتراق النفسي للحكام.....	31
خلاصة.....	32
الفصل الثالث: الحكام في كرة القدم	
1-تمهيد.....	34
2-لمحة تاريخية حول نشأة التحكيم في العالم.....	35
3-أهم مراحل النشأة والتطور للحكام.....	37
4-أهم المواد والقوانين الدولية لكرة القدم.....	39
5-أهمية الحكم في إدارة مباريات كرة القدم.....	42
6-صفات الحكم.....	43
7-تصنيف الحكام.....	45
8-تكوين الحكام في الجزائر.....	46
9-واقع التحكيم في الجزائر.....	47
خلاصة.....	49
الفصل الرابع: عرض وتحليل ومناقشة النتائج	
1-تمهيد.....	50
2-الطريقة والإجراءات.....	50
3-ثبات الاستبانة.....	56
4-طريقة التجزئة النصفية.....	56
5-طريقة ألفا كرونباخ.....	57
6-الدراسة الاستطلاعية.....	57
7-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.....	58
8-دراسة نتائج.....	58
9-مناقشة نتائج الدراسة.....	62
10-نتائج الدراسة.....	63

التوصيات.....	63
الخاتمة	
قائمة المصادر المراجع	
الملاحق	

فهرس الأشكال

الرقم	العنـــــــوان	الصفحة
01	الشكل (1) نموذج تشيرنس المفسر لظاهرة الإحتراق النفسي.	24

فهرس الجداول

الرقم	العنـــــــوان	الصفحة
01	جدول رقم (01): تصنيف مواد القانون الدولي لكرة القدم.	39
02	جدول رقم (2): حساب معامل ارتباط بيرسون بين الفقرات والمقياس ككل.	52
03	جدول رقم (3): جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والترتيب لكل فقرة من فقرات المقياس.	58

مقدمـــــــة

مقدمة:

يعتبر مصطلح الاحتراق النفسي من المصطلحات النفسية الحديثة ، خاصة في مجال ضغوط العمل، و حاليا هو من المصطلحات الأكثر شيوعا في مجالات عديدة منها الرياضة.

ويشير "أسامة راتب" (1997) أن ظاهرة الاحتراق نشأت مبكرا منذ السبعينات في مجال ضغوط العمل فان انتشار هذه الظاهرة في مجالات مختلفة ومنها الرياضة يعتبر حديثا نسبيا ، وعلى ضوء ذلك يلاحظ أن عدد البحوث التي أجريت عن الاحتراق في الرياضة تعتبر محدودة وخاصة الاحتراق النفسي عند الحكم الرياضي .

ويرى " أسامة راتب " (2001) نقلا عن كل من "فرندنبرج" (1980) و"ماسلاش" (1982) أن الاحتراق بمثابة حالة إنهاك للنواحي البدنية والذهنية التي تؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه أو ذاته ، إضافة إلى تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل والحياة والناس والآخرين ، فضلا عن افتقاد المثالية والشعور بالغضب .

ويؤكد "محمد علاوي" (1998) إلى ظهور الكثير من المصطلحات والمفاهيم في الآونه الأخيرة التي تشير أو تدل على ظواهر نفسية واجتماعية مختلفة تحتاج في اغلبها إلى بعض التفسير والتوضيح لكي نتمكن أن نحقق الفائدة العلمية المرجوة من هذه الدراسة . وقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام العديد من الباحثين في المجال الرياضي . ومن هنا

تمثل ظاهرة احتراق الحكم الرياضي انتشارا واسعا في السنوات الحديثة ويتوقع زيادة حدوثها في السنوات القادمة نظرا لزيادة الضغوط المرتبطة بعملية التحكيم .

ويرتبط أداء الحكم 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 ويشعر الحكم في كرة القدم اليوم أن قيمته وتقديره من قبل الآخرين يتحدد في ضوء مدى نجاحه في المنافسة، وتحكمه في إدارة لقاءاته الكروية .ومما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالرابطة الجهوية بالبليدة

وأخيرا تعتبر البحوث التي تناولت ظاهرة الاحتراق لدى حكام الألعاب الجماعية قليلة جدا، لذا يوصي الباحث بضرورة إجراء دراسات لمعرفة ظاهرة الاحتراق لدى حكام كرة القدم بالرابطة الجهوية بالبليدة .

الفصـــل الأول

1- مدخل عام:

انعكس التطور الحالي في جميع المجالات على الحياة الإنسانية في حد ذاتها فأصبحنا نعيش عصرا مليئا بالضغوطات الكبيرة . وهو الأمر الذي ولد جملة من المتغيرات السريعة و المتلاحقة ، أدت إلى العديد من المشكلات والصراعات النفسية التي تواجه الفرد في تواصله مع الآخرين ، بحيث لم تعد الحياة سوى مباراة اجتماعية يتحتم فيها أن يكون الفرد على قدر عاليا من الكفاءة لمواجهه هذه الصراعات ، فطبيعة العمل اليوم يشكل بيئة ضاغطة بشكل كبير، حتى وإن كانت الضغوط النفسية كما يرى بعض الباحثين سمة من سمات الحياة ، فهي في بعض مستوياتها قد تكون مطلوبة إن لم تكن ضرورية وذلك لتحفيز الفرد ودفعه إلى الانجاز وتحقيق النجاح ، غير أن زيادتها عن الحد المناسب قد تفضي إلى مشاكل يصعب حلها لما لها من آثار سلبية على الصحة العقلية والبدنية لعدم الاهتمام بحالات الضغوط النفسية ، ومن هذا المنطلق فإن الاحتراق النفسي ينظر إليه باعتباره المحصل النهائي للضغوط النفسية .

في هذه الحالة تعتبر الضغوط إحدى الظواهر النفسية التي يتعرض لها الفرد في حياته العامة ، وتؤدي شدتها وتكرارها إلى تأثيرات سلبية على الصحة قد تصل إلى الإنهاك العقلي والإجهاد البدني ، وبعض المشكلات والمشاعر النفسية السلبية التي لا يستطيع الفرد تجاهلها أو التكيف معها بسهوله ، وتعد الضغوط النفسية أحد المظاهر الملازمة للأداء الرياضي أثناء المشاركة في المنافسات ، والتي غالبا ما يتعرض لها الرياضيون لاعبون، ومدربون ، وحكام كنتيجة طبيعية للتركيز على النجاح أو الخوف من الفشل أو التقييم السيئ أو عدم القدرة على السيطرة أو التحكم في الانفعالات أو فقدان الثقة بالنفس بسبب ارتكاب نفس الخطأ أو عدم ثبات الأداء، حيث تشير بعض الدراسات إلى أن أحد الأسباب الرئيسية المؤدية إلى إخفاق أداء معظم الرياضيين وعدم القدرة على الوصول لأقصى وأفضل أداء رياضي ممكن أو متوقع هو عدم القدرة على تركيز الانتباه أثناء تعرضهم للضغوط النفسية.

(محمد العربي، 1996 ، ص13)

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. (ألبدري ، محسن، 1987 ، ص09)

وتعد عملية التحكيم مهنة صعبة يتحمل فيها الحكم أعباء ثقيلة ومتاعب كثيرة ولكنه يسعد بمزاولتها لأن أساس مزاولته لها هو هواية خالصة لذلك يسعى دائمًا 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 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 والدور 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 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 التي تجمع مفهوم الذات والضغوط النفسية خاصة تلك التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي ، فجاءت هذه الدراسة لتحدد على نوع العلاقة ومستوياتها، فقد أشار (هارون بسام،1997 ، ص12)، 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 أعداد ا 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 ومقاومة 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 جسمية انفعالية 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 ص34)

2- إشكالية البحث:

يعد مصطلح الاحتراق النفسي من المصطلحات النفسية الحديثة والتي ظهرت مع التطور التكنولوجي الكبير وأصبح ملازما لبيئة العمل، ثم انتشر في جميع الميادين ومنها ميدان الرياضة، فذكر أسامة كامل (1997) أن ظاهرة الاحتراق النفسي نشأت مبكرا منذ السبعينيات في مجال ضغوط العمل، فإن انتشار هذه الظاهرة في مجالات مختلفة ومنها الرياضة يعتبر حديثا نسبيا ، وعلى ضوء ذلك يلاحظ أن عدد البحوث التي أجريت عن الاحتراق النفسي في المجال الرياضي الرياضة يعتبر محدودة وخاصة الاحتراق النفسي عند الحكم الرياضي .

ونشأ مصطلح الاحتراق النفسي في المراجع العلمية كان ارتباطا بضغوطات العمل وكان يعرف على أنه حالة من الإنهاك العقلي والانفعالي والبدني الناجم عن الحب الشديد والإخلاص والتفاني المستمرين في أداء العمل ولكن دون تحقيق الفائدة المرجوة أو دون تحقيق عائد يذكر .

ومن أهم التغيرات السلبية التي تظهر على الشخص المهني المحترق نفسيا، فقدان الاهتمام بالعملاء أو المستفيدين من الخدمة، حيث يعامل المستفيدين بطريقة آلية جافة وبغير اكتراث مع زيادة في التثبيط والتشاؤم واللامبالاة في العمل وتدني مستوى الدافعية والغضب السريع من العملاء وزملاء العمل والأنانية والميل لإيقاع اللوم على العملاء في حالة الفشل ومقاومة التغيير وفقدان القدرة على الابتكار.

ولقد 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. (ألبدري ، محسن، 1987 ، ص09)

وتعد عملية التحكيم مهنة صعبة يتحمل فيها الحكم أعباء ثقيلة ومتاعب كثيرة ولكنه يسعد بمزاولتها لأن أساس مزاولته لها هو هواية خالصة لذلك يسعى دائمًا 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.

(محمود وحسام الدين، 1999 ، ص62)

3-أهمية الدراسة :

تكمن أهمية البحث في كونه الأول – في حدود علم الباحث – الذي يتناول موضوع ظاهرة الاحتراق لدى حكام الألعاب الجماعية. وكذلك تكمن أهمية الدراسة في كونها تتعرض لموضوع ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم في الرابطة الجهوية بالبليدة ، بما قد يعمل على توفير بعض المعلومات ، لتكون في متناول المسئولين القائمين على الاتحادية الرياضية الجزائرية ، وربما يساهم في التعرف على أهم المشكلات التي يعاني منها حكام كرة القدم الجزائرية وأيضا التعرف على أسباب الاحتراق لدى الحكام مما يؤدي إلى زيادة

الـوعي بأنفسـهم وبحـالتهم ليحـاولوا أن يعرفـوا مـدى إحساسـهم بـالاحتراق النفسـي فـي الوقـت الحالي.

4- أهدف الدراسة:

- التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم للرابطة الجهوية بالبليدة .

5- تساؤل الدراسة:

س / ما مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم للرابطة الجهوية بالبليدة ؟

6-مصطلحات الدراسة:

الاحتراق النفسي:

يعرفه بيرلمان وهارتمان انه الاستجابة إلى استنفاذ عاطفي مزمن على ثلاثة أبعاد رئيسية وهي : الإجهاد النفسي العاطفي، وإنتاجية العمل متذبذبة، والتعامل الآلي والجاف مع المستفيدين. (محمد عادل عبد الله ، 94، ص01).

ويشير أيضا 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.

(السمادوني السيد إبراهيم، 1990 ، ص733).

1 - الاحتراق :- أنـه استجابة تتميز بالإنهاك الذهني والانفعالي تظهر كنتيجة تكرار جهد كبير غير فعال لمواجهة متطلبات المنافسة. (اسامة راتب ، 1997: 166ص).

2- الحَكَم :- 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 على نوعين حكم ساحة الذي يؤدي واجباته في وسط الملعب وحكم مساعد الذي يؤدي واجباته من على الخط الجانبي وحكم رابع يؤدي واجباته من خارج الملعب ويصنفون إلى حكام دوليين يعتمدون من قبل الاتحاد الدولي .

الحُكام:

لغة :هو الحكم المكلف رسميا لتسيير وقيادة مقابلة رياضية وسهر على احترام القانون. فالحكم مهمته تحكيم المباريات الرياضية بتطبيق القوانين والقاعد المنظمة فوق كل 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.

التعريف الاصطلاحي:

أصل كلمة حكم هو إنسان نعود إليه ليتخذ قرار معين ، فالحكم هو الشخص المسؤول 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.

(مختار سالم ، 1987 ، ص215)

7-حدود الدراسة :

7-1- المجـال الجغرافـي :- أجريـت الدراسـة علـى ملاعـب كـرة القـدم للرابطـة الجهويـة بالبليـدة.

7-2- المجـال البشـري :- أجريـت الدراسـة علـى عينـة مـن حكـام كـرة القـدم، الرئيسـيين والمساعدين.

7-3- المجال الزماني :- أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة ما بين 2017/01/09 إلى 03/09/ 2017 م.

8- 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 شخصية الحكام وطرق التعامل الايجابي مع الضغط وهو من أسباب الرفع من مستوى التحكيم.

09- الدراسات السابقة:

1- دراسة تايلور Taylor وبروث Bru the وولايت Laith ودنيال Daniel 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.

2- دراسة دانيال و لايث و تايلور و بروك Taylor , A., Daniel , Leith, Burke - (1990) **بعنوان** " **علاقة الاحتراق الرياضي بالضغوط النفسية والانسحاب من الرياضة** " هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الاحتراق كاستجابة انفعالية والضغوط النفسية والانسحاب من الرياضة عند العاملين في كرة القدم ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتكونت عينة الدراسة من مجموعة من الرياضيين العاملين في مجال كرة القدم ، وأوضحت النتائج عن وجود علاقة دالة إحصائيا بين الخوف من الفشل كمصدر للاحتراق والانسحاب من الرياضة – وجود علاقة دالة إحصائيا بين الاحتراق الرياضي والضغوط النفسية – وجود علاقة دالة إحصائيا بين عدم الشعور بتقدير الآخرين كمصدر للاحتراق والانسحاب من الرياضة .

3- دراسة سليفا Silva (1990) **بعنوان** " **مصادر الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للرياضيين**" هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية التي تؤدي إلى الاحتراق النفسي للرياضيين ، واستخدم الباحث المنهج الوصفي ، وتكونت عينة

الدراسة من مجموعة من الرياضيين الممارسين لأنشطة رياضية مختلفة ، وأوضحت النتائج أهم مصادر الضغوط النفسية و الاحتراق النفسي للرياضيين هي : التعب البدني الشديد – عدم كفاية الوقت لاستعادة الشفاء واستجماع القوى للمنافسة – عدم القدرة على مواجهة تلك الضغوط – الإحباط الناتج عن محاولة إرضاء الآخرين (المدرب–الآباء–الزملاء–الجمهور).

4–دراسة محمد عبد العاطي عباس (1998) بعنوان " الضغوط النفسية والاحتراق النفسي للرياضيين": هدفت الدراسة إلى التعرف على مصادر الضغوط النفسية والاحتراق النفسي لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت العينة من (216) لاعبا يمثلون أنشطة رياضية متنوعة، وقام الباحث بتصميم مقياس للضغوط النفسية والاحتراق النفسي، وأظهرت النتائج أن هناك سبع عوامل رئيسية للضغوط والاحتراق النفسي هي : الضغوط المرتبطة بكل من: أسلوب تعامل المدرب مع اللاعب – نتائج المنافسة – المظاهر الفسيولوجية والانفعالية .

5 – 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) حكمًا تم اختيارهم بطريقة عمدية وبواقع7 حكام درجة أولى و (7) حكام درجة ثانية من المسجلين فعليًا 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 نفسيًا وبدنيًا من اجل التمكن من قيادة المباريات بشكل جيد.

-إقامة دورات إرشادية ونفسية لصقل الحكام من اجل تطوير شعورهم بتحقيق الانجاز الشخصي في مهنة التحكيم.

6- دراسة زياد الطحاينة عام (2007) بعنوان " مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات " هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوي الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، وتكونت عينة الدراسة من (120) حكما ، وقام الباحث باستخدام المنهج الوصفي ، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي .وأظهرت نتائج الدراسة أن حكام الألعاب الرياضية يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة . كما أظهرت وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى الحكام تعزى لمتغير العمر والخبرة . في حين لم توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي بين حكام الألعاب الفردية وحكام الألعاب الجماعية

7- دراسة مويسي فريد (2009) حول سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات نحو أبعاده عند الرياضيين ، معهد التربية البدنية والرياضية – جامعة الجزائر

وكان هدف الدراسة بالإضافة إلى معرفة التطابق النموذج المتعدد الأبعاد الذي صممه على البيئة الجزائرية، ومعرفة العلاقة بين مفهوم الذات الكلي ومختلف March مارش أبعاده في نوع التخصص الرياضي الممارس وخاصية الجنس.

-و أهمية مفهوم الذات البدني عند الرياضيين الذي ترجمه وعدله الباحث وفق البيئة PSDQ وبعد تطبيق اختبار وصف الذات البدنية الجزائرية توصلت نتائج أن مفهوم الذات يتوزع وفق توزيع هرمي ، قمته مفهوم الذات وباقي أبعاده تتكون نتيجة الأهمية التي يوليها الفرد لها، وهذا نتيجة لتأثير البيئة التي يتواجد فيها

8- **دراسة نبيل منصوري (2011/2010) بعنوان** "مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم" **دراسة ماجستير جامعة الجزائر3.**

1-مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم كان متوسطا على العموم وان اختلفت درجاته في ابعاده عند حكام كرة القدم بين متوسط ومرتفع.

ووفقا للنتائج المتوصل إليها فإن الباحث يوصي بما يلي:

*العمل على تدريب الحكام من خلال الممارسة الكثيرة للتحكيم والإرشاد ولخفض درجة الاحتراق النفسي لديهم.

*تدريب الحكام على استخدام الاستراتيجيات المناسبة والملائمة لمقاومة الضغوط المهنية المسببة لظاهرة الاحتراق النفسي.

*استخدام برامج الإعداد النفسي عند مختلف الدورات التكوينية وجعلها من أساليب التقويم عند الترقية لدى حكام كرة القدم.

10- التعليق على الدراسات السابقة:

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

*معظم الدراسات تناولت أحد متغيرات بحثنا سواء مفهوم الذات أو الاحتراق النفسي.

*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.

*بعض الدراسات تناولت الضغوط النفسية المؤدية إلى الاحتراق النفسي لدى الأفراد الرياضيين 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.

*معظم الدراسات السابقة اتفقت نتائجها على أهمية تنمية وتعزيز مفهوم الذات لمواجهة الاحتراق النفسي عند الرياضيين والمدربين وخاصة الحكام.

الفصـــل الثاني

1- تمهيد:

برزت في الفترة الأخيرة كثيرا من المصطلحات والمفاهيم التي تشير إلى ظواهر نفسية واجتماعية مختلفة تحتاج إلى بعض التفاسير والتوضيحات لكي نتمكن من تحقيق الفائدة العلمية المرجوة من دراسة هذه الظاهرة أو تلك. فقد أنتشر استخدام مصطلح "الاحتراق النفسي" في المجال الرياضي وأصحبنا نسمع أو نقرأ أن الرياضي يعانى من الاحتراق النفسي أي أن مستواه الرياضي قد أنخفض إلى أدني درجة مما يسبب إلى الانسحاب الجزئي أو الكلى من الممارسة الرياضية أو حكما أصبح لا يثقون فيه بالرغم من إمكانياته.

حيث تولد اهتماما كبيرا للباحثين في علم النفس الرياضي خاصة في السنوات الأخيرة بدراسة تلك الظاهرة في مختلف المجالات وكذلك الممارسة في المنافسة الرياضية والتي ينظر إليها على أنها مهن ضاغطة على الفرد، وتؤدى 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 والتي 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.

2-تعريف الاحتراق النفسي:

يعتبر الاحتراق النفسي من المفاهيم الحديثة ويعتبر ***هربارت فروي دنبرجر** أول من استخدام نسبيا 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 العادية 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 دول أنفسهم حتى لو بقيت هي أتهم الخارجية سليمة نوعا ما.

إن طبيعة الحياة التي يحياها الفرد في عالم اليوم . بكل ما تكتظ به من مشكلات، ومتطلبات . تفرض عليه الكثير من الضغوط، التي يجب أن يصمد في مواجهتها بالطرق والأساليب إيجابية، التي تساعده على التخلص منها باستمرار؛ حتى لا تتراكم عليه تلك المشكلات، وتتزايد عليه الضغوط، والتي قد تؤدى به إلى حالة من الإنهاك أو الاحتراق النفسي.

ويعد الاحتراق النفسي من الظواهر التي جذبت اهتمام الباحثين على مدى الثلاثين عاماً لماضية؛ حيث تناولت أبحاثهم الاحتراق النفسي بوصفه ناتجًا عن الضغوط المهنية والحياتية والاجتماعية.

2-1/- المفهوم اللغوي:

بمعنى أن نقول إحْتَرَقَ ، احتِراقاً- أي بمعنى أن الشئ : هَلَكَ

2-2/- المفهوم الاصطلاحي:

يعتبر الاحتراق النفسي مفهوم حديث النشأة إذ يرجعه العديد من الباحثين إلى فترة السبعينيات . وهو مستمد من المصطلحات السكارترية للإشارة إلى مهنيين يحترقون جسديا وانفعاليا وعقليا إلى درجة الاحتراق . فهو يعكس فقدان تدريجي للمثالية والطاقة والتحفز وقد يعاني من أشخاص كثيرين. وأول من تطرق إلى المعنى العام للاحتراق النفسي هو"**جراهم سين GRAHE CEEN** " في قصته الصادرة سنة 1960 م التي عرض فيها حالة مهندس معماري يعاني من الاحتراق النفسي وأول بحث علمي تطرق إلى الاحتراق النفسي هو **برادلي** سنة 1960 م باعتباره ظاهرة ناتجة عن الضغوط. لكن تجدر الإشارة إلى أن الاحتراق النفسي ظاهرة قد أخذت بعين الاعتبار منذ 1959م في فرنسا من طرف "**جولد فيل CLAUD VEIL**" وهو طبيب عقلي لاحظ حالات مرضية مرتبطة بالمهنة ومحيرة لا تدخل في إطار التصنيف النوزوغرافي الكلاسيكي، وأمام هذه الحالات أصبح هذا المفهوم يظهر كمادة علمية جديدة .

وتعود التسميات المبكرة لمصطلح الاحتراق النفسي إلى الطبيب العقلي والمحلل النفسي "**هربرت فريدنبرجر HERBERT FREUDENBERGER" سنة 1974 م** والذي ادخله لوصف حالة مجموعة من المتطوعين العاملين معه في هياكل العناية الطبية والاجتماعية.

وقد فرق **نيوهاوسNIEHAUSE** بين تعريف **كريستيان ماسلاش و"هربرت فريدنبرجر** في ثلاثة خصائص.

- يحدث الاحتراق النفسي من الضغوط العمل نتيجة تضارب الأدوار وازدياد حجم العمل .
- يحدث الاحتراق النفسي لهؤلاء الذين عادة ما يتبنون رؤية مثالية وللأداء الأعمال والاضطلاع بالمسؤوليات المهنية .
- يرتبط الاحتراق النفسي عادة بالمهام التي يتعذرعلى الشخص تحقيقها

(علي القرفي ص- 75)

3- مفهوم الاحتراق النفسي:

فالاحتراق النفسي مجموعة من الأعراض المرضية النفسية والجسمية والعقلية الناتجة عن سلسلة من الأفعال وردودها التي يبديها العامل كمحاولات لتعمل مع الضغوط التي تواجهه في العمل، وتكون نتيجتها حالة من الإنهاك الجسدي والذهني والعاطفي والانفعالي كاستجابة لهذه الضغوط.

وردت تعاريف كثيرة لمصطلح الاحتراق النفسي في الأبحاث والدراسات التي تناولت هذه الظاهرة ولكن بالرغم ماهية الاختلاف بين هذه التعريفات إلا أن هناك نقاطاً أجمع عليها معظم الباحثين وهي أن الاحتراق النفسي عبارة عن خبرة نفسية سلبية داخلية تتضمن المشاعر والاتجاهات والدوافع وتشمل استجابات سلبية وغير ملائمة نحو الغير ونحو الذات ومفهومها وان الاحتراق يحدث على المستوى الفردي.

ومن التعاريف الشائعة للاحتراق النفسي:

ويعتبر(هربرت فرويدنبرجر) Freudenberger,1975 أول من أشار إلى مصطلح الاحتراق النفسي من خلال دراسته لمظاهر الاستجابة للضغوط التي يتعرض لها المشتغلون بقطاع الخدمات كالتدريس والطب وغيرها من المهن الاجتماعية حيث عرف الاحتراق النفسي بأنه "حالة من الإنهاك الناتج عن الاختلاف والتفاوت بين أعباء ومتطلبات العمل وبين قدراته وإمكاناته وتطلعاته" .(Freudenberger,1975) في حين عرف (ترش Truch,1980) الاحتراق النفسي على أنه "التغيرات السلبية في العلاقات والاتجاهات نحو العمل ونحو الآخرين بسبب ضغوط العمل الزائدة مما ينعكس بشكل رئيسي بفقدان الاهتمام بالأشخاص الذين يتلقون الخدمات والتعامل معهم بشكل آلي".

ويمكن تعريف الاحتراق النفسى بانه مرحلة يصل إليها الفرد عن زيادة الضغوط حتى تسبب الانهيار والإرهاق، بحيث يعاني الفرد بما يسمى بالاحتراق Burnout الذي يظهر على سلوكه

وتصرفاته. 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:

3-1- العوامل الذاتية:

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

3-2- العوامل الاجتماعية:

الواقع الاجتماعي وفي 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.

3-3- العوامل الوظيفية:

وهي الأكثر وزنًا في إيجابية أو سلبية الفرد المهني ، نظرًا 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 والمقصود بالاحتراق الدرجة العالية التي يتعرض لها الفرد نتيجة للضغوط التي تواجهه في عمله وحياته التي تعوقه عن أداء وظائفه بشكل طبيعي .

4-النظريات والنماذج المفسرة لظاهرة الاحتراق النفسي .

4-1-/ نموذج تشرينس:

هناك عدة نماذج ونظريات فسرت ظاهرة الاحتراق النفسي وباعتبار cherniss من الرواد الأوائل الذين فسروا ظاهرة الاحتراق النفسي وأعطوا تحليل لهذه العملية . فلقد قام cherniss في عام 1985 بإعطاء نموذج شامل لظاهرة الاحتراق النفسي وقد قابل مع معاونيه 28 مهنيا مبتدأ في أربع مجالات شملت مجال الصحة والقانون ومجال التمريض في المستشفيات ومجال التدريس في المدارس الثانوية ، وتم مقابلة كل المفحوصين عدة مرات خلال فترة تتراوح من سنة إلى سنتين ، الشكل التالي يلخص بوضح نموذج تشيرنس

الشكل (1) نموذج تشيرنس المفسر لظاهر الاحتراق النفسي

4-2- النظرية السلوكية

لقد اهتمت المدرسة السلوكية بالسلوك الإنساني : ورأت انه متعلم سواء كان ذلك السلوك سويا أم كان غير سوي . حيث ذكر **لويس مليكة** (1990) أن السلوكيين يرون أن معظم أفعالنا متعلمة سواء السوية أو غير السوية. ومن ثم يمكن تعديلها باستخدام قوانين التعلم إذا توفرت الظروف الملائمة مع التركيز على السلوك الحاضر وتوفير بيئة مناسبة .

وإذا كان هكذا فان الاحتراق النفسي burn out كسلوك ينتج عن عملية تعلم الفرد وتفاعله مع الظروف البيئية غير مناسبة . وبذلك فهو سلوك لا سوي حيث يرى لويس مليكة 1990 أن السلوك اللاسوي هو الفشل في تعلم مهارات مع البيئة وتعلم سلوك غير مناسب.

4-3- النظرية التحليلة

يعتبر "سيجموند فرويد "الطبيب النمساوي الشهير.هو مؤسس المدرسة التحليلية psychoanalysis school of pcychology واهتمت هذه المدرسة ببحث النواحي العقلية الشاذة وتعرف أسبابها مركزة على دراسة الماضي وتحليله لتفسير الحاضر. وقد صورت هذه الدراسة . إلى أن هناك دوافع أولية تحرك السلوك الإنساني ولا يمكن تحليلها إلى ابسط منها . وان هذه الدوافع عامة يشترك فيها أفراد النوع الإنساني جميعا ولها غاية تصبو إلى تحقيقها ويرى سيجموند فرويد " أن دافع الإنسان ورغباته يمكن أن ترد جميعا إلى غريزتين " الموت أو العدوان".

5-علاقة الاحتراق النفسي ببعض المصطلحات:

5-1 -الاحتراق النفسي والضغط:

هناك تشابه بين الضغط والاحتراق النفسي *stress & Burnout*ولكنهما ليس نفس الشيء ، فالاحتراق النفسي 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.

5-2 -الاحتراق النفسي والإجهاد النفسي:

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

5-3 -الاحتراق النفسي والقلق النفسي :

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

6- مستويات الاحتراق النفسي:

إذا كان الاحتراق النفسي يحدث عبر مراحل متعاقبة فان بعض المستويات المتدرجة تظهر درجة الاحتراق النفسي ومنها ما ذكرت ما أشار له سبانيول 1989 إلى أن الاحتراق النفسي مشاعر ارتبطت بروتين العمل ، وقد حدد بثلاثة مستويات هي:

6-1 إحتراق نفسي متعادل:

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

6-2 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، ومع أن الأسباب الفردية والاجتماعية لها دور هام، إلا أنها تساهم بقدر أقل من العوامل التنظيمية(بيئة العمل) في ظهور الاحتراق النفسي عند المهنيين.

ونتناول فيما يلي كل مستوى من المستويات السابقة بشيء من التفصيل على النحو التالي:

أ-المستوى الفردي أو الشخصي:

يعتبر فرودينبرجر أول من استخدم مصطلح الاحتراق النفسي مدعيا بأن المخلصين والملتزمين هم أكثر عرضة للاحتراق، وكذلك الذين لديهم الرغبة القوية للنجاح المهني والحقيقة أن هناك الكثير من الصدق في هذه الإدعاءات ، حيث تبين بأن الجماعة المهنية الأكثر عرضة للاحتراق النفسي هي الأكثر مثالية والتزاما بمهمتها، ومن أسباب ذلك بعض الأسباب الشخصية والفردية وهي كالتالي:

أ-مدى واقعية الفرد في توقعاته أو آماله فزيادة عدم الواقعية تحمل في طياتها مخاطر الوهم والاحتراق.

ب-مدى الإشباع الفردي خارج نطاق العمل فزيادة حصر الاهتمام بالعمل تزيد من احتمال الاحتراق.

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

ث-مهارات التكيف العامة

ج-النجاح السابق في مهن ذات تحد لقدرات الفرد

ح-درجة تقييم الفرد لنفسه

خ-الوعي والتبصر بمشكلة الاحتراق النفسي

ب-المستوى الاجتماعي:

هناك عددا من العوامل الاجتماعية التي تعتبر مصادرا للاحتراق النفسي منها:

أ-التغيرات الاجتماعية الاقتصادية التي حدثت بالمجتمع، وما ترتب عليها من مشكلات قد تؤدي إلى هذه الظاهرة.

ب-طبيعة التطور الاجتماعي والثقافي والحضاري في المجتمع، التي تساعد على إيجاد بعض المؤسسات الهامشية التي لا تلقى دعما جيدا من المجتمع، فيصبح العاملون بها أكثر عرضة للاحتراق النفسي.

ج-المستوى التنظيمي:

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

أ- تشير البحوث الخاصة بالضغط النفسي والقلق إلى أن فقدان الإمكانات والكفاءة من أهم أسباب الضغط والقلق، وأن استمرار ذلك يؤدي إلى مايسمى بالعجز المتعلم حيث يشعر الفرد بأنه عاجز عن عمل أي شيء يحسن وضعه، وهذه الظاهرة تشبه إلى حد كبير ظاهرة الاحتراق النفسي، حيث يفتقر الفرد إلى المصادر والنفوذ لحل المشاكل التي تواجهه، مما يسبب له الشعور بالضغط، وفي حالة استمراره يحدث الاحتراق.

ب-تشير البحوث الخاصة بالضغط أيضا إلى أن نقص الإثارة للفرد تؤدي إلى نفس الآثار السلبية التي تترتب على فرط الاستثارة، لذلك فإن العمل الرتيب الخالي من الإثارة والتنوع والتحدي يؤدي إلى الضغط والاحتراق النفسي ، فالكثير يأتون إلى عملهم متوقعين الكثير،فهم يريدون زملاء مساندين، وعملاء يعترفون بالجميل،ويقدرون جهودهم، وعملا مثيرا ومشوقا، وبنفس الوقت يريدون راتبا كافيا وفرصا للترقية والتطور النفسي، وهؤلاء غالبا ما يصابون بخيبة الأمل، ومع أن درجة الرضا النفسي المنخفضة ليست هي الاحتراق إلا أنها تمثل تحذيرا لما سيأتي.

ج- للمناخ النفسي دور هام، واستنادا لكتابات (كولدنبرج) يميل الإداريون في مؤسسات الخدمات الإنسانية كالمستشفيات، ومراكز الخدمة الاجتماعية، والمدارس إلى افتراض مفاده أن المؤسسة يجب أن تركز فقط على حاجات المستفيدين من خدماتها وإهمال حاجات القائمين بالمسؤولية فيها، كما أنها تخلق تركيبة إدارية وظيفية وأسلوب تحكم من أجل محاسبة العاملين إذا ما خرجوا عن الخط المرسوم، الأمر الذي يؤدي إلى خلق أنظمة إشرافية استبدادية وصراعات بين العاملين والإدارة وتزايد المسافة بينهم

7- أسباب الاحتراق النفسي:

لقد اعتبر علماء النفس الضغوط النفسية والمهنية سببا مباشرا يقف وراء حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي، نظرا 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 دورا بارزا 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 انتماء والتزاما بعمله وإخلاصا له هو الأكثر تعرضا 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 مثالية والتزامًا 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.

2-7 العوامل المتعلقة بالبعد الاجتماعي : وتتمثل في:

أ – تزايد الاعتماد من طرف أفراد المجتمع على المؤسسات الاجتماعية، الأمر الذي يسهم في زيادة العبء الوظيفي الذي يكون سببا 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.

8- 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 نفسيًا 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 خيارًا .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.
- درجة التفاؤل أو التشاؤم في النظرة الشخصيةفي الحياة و العمل.
- مدى المشاركة في الأنشطة الاجتماعية.ومدى الرغبة في مساعدة الآخرين.
- غياب أو غموض الأهداف في حياة الفرد.

و من أكثر الأدوات التي استخدمت لقياس الاحتراق النفسي شيوعا هو قائمة ماسلاش2008

والتي تقيس كل من التكرار والشدة لمشاعر الاحتراق ولقد توصل كل من **ماسلاتش** " **وجاكسون** " الى ثلاثة مكونات هامة للاحتراق النفسي:

-الإنهاك الانفعالي/ فقدان الإحساس / الانجازات الشخصية

9 – الاحتراق النفسي للحكام:

يشير تيبل 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 ، وأخيرًا 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.

خلاصة:

من الأنشطة ذات الارتباط الدائم بالضغوط النفسية نشاط التحكيم الرياضي،فالحكم غالبًا ما يكون عرضة للتشكيك في نزاهته أو تعرض أمانته للمسائلة من قبل الرياضيين بشكل عام (مدربين، ولاعبين، وإداريين، وجمهور، وإعلام) . ففي الوسط الرياضي غالبًا 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 الثالث

1- تمهيد:

إن المتتبع لرياضة كرة القدم على الصعيد المحلي أو الإقليمي أو القاري أو الدولي يجد أنها تلقى اهتمامًا كبيرًا 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 صدى سياسيًا واجتماعيًا واقتصاديًا وإعلاميًا كبيرًا، 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 و فوق 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.

2 – لمحة تاريخية حول نشأة 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 (بسام سعد ، 1988 ، ص208)

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 البزنس و إن 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 الاسم المستخدم من المصطلح الفرنسي " " Les empies في البداية اسم " السلاطين والذي يعني بالعبارة " الشخص الوحيد "nomper" . " القديم 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 (حسين عبد الجوار : (1984) ص 19)

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 ولتطوير وضعية الحكام في الملعب قام " فريدريك وايل " وفورد بإنشاء جمعية في لندن سنة (1893) وذلك بهدف تكوين الحكام"Ford" Wall " بمعاهد خاصة وتحضيرهم لنيل مكانة هامة في كرة القدم ، فهم خدام اللعب وكانوا يعوضون ماليا عند تنقلاتهم. (حسين عبد الجوار نفس المرجع ، ص 21)

وفي سنة (1935) "W.Barton تم تجريب حكمين في مقابلة واحدة وهما الدكتوران وتموقع كل واحد في منتصف اللعب، حيث تم الإسناد إدارة اللعب" " E.Wood " و لهذين الحكمين، لكن التجربة لم تكن ناجحة بسبب المصاريف المالية الكبيرة وفي كأس العالم (2010) بجنوب إفريقيا ورغم الإنفاق المالي الكبير واهتمام المسؤولين الكرويين العالميين في مجال التحكيم، لم يمنع من حدوث أخطاء تحكيمية كبيرة، الأمر الذي أدى إلى التشاور من اجل إصلاح عملية تحكيم مباريات كرة القدم وفق جانبين– الأول إدخال التكنولوجية الحديثة لمجال التحكيم.

–الثاني إضافة حكمين على جوانب المرمى بالإضافة إلى المساعدين من أجل التحكم في المباريات و التقليل قدر الإمكان من الأخطاء خاصة تلك التي تقع أمام المرمى.

3 – أهم المراحل النشأة والتطور الحكام:

1710 : ظهرت اللعبة في المدارس الإنجليزية

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

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

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.

4 -أهم المواد والقوانين الدولية لكرة القدم:

جاءت مواد القانون الدولي لكرة القدم متسلسلة من المادة الأولى إلى المادة السابعة عشر وهي موحدة تطبق في جميع أنحاء العالم ولتلخيص هذه المواد ومن أجل تبسيطها و للفهم أكثر قام مجموعة من المكونين عبر العالم بتصنيفها إلى مواد حسب عمل كل مادة ودورها وعملها وفق الجدول التاليFIFA : (1997) Les lois du jeu , Hitziweg , Zurich .Suisse

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.

4-1- تحليل مواد المتعلقة بسلك التحكيم: المادتين 05 و 06 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 .
(سامي الصفار : (1998) ، ص 63.)

4-1-1 - صلاحيات وواجبات الحكم الرئيسي : المادة الخامسة

هو المسؤول الأول والأخير على إدارة مباريات كرة القدم إذ بمجرد دخوله تبدأ سلطته قانون سارية المفعول 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 الجهات 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.

4-1-2 - 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.

FIFA : (1997) Les lois du jeu , Hitziweg , Zurich .Suisse

4-1-3 - 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.

5- 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.

أنه في الميدان القضائي التحكيم PIERRE SOHWINTE و CUY CARON يذهب 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 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..

(بلعيد لكارن : (2001) ، ص2)

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.

6-2 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:

أ – **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.

(علي بيك.1997ص246)

7 – تصنيف الحكام:

7-1 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 –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.

ب –الحكم الولائي:

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

ت –الحكم الجهوي:

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

ث –الحكم الفيدرالي:

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

ج -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.

7-2 -من حيث إدارتهم للمباريات نجد:

أ -الحكم:

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

ب -الحكام المساعدون:

في كل مباراة هناك حكمان مهمتها إدارة المباراة المسندة لهما مع الحكم خاضعين تحت سلطته.

ت -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.

8- 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 الجهويين .
- الإتقان بالنسبة للحكام الفيدرالية.

9- 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.

(محمد رياض، 2011، ص21)

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 التحكيمي هو عنصر محايد قد تكون لديه اتجاهات أو ميولات للنادي ولكنه يحيدها لأنه يبحث عن نجاح التحكيم الجزائري أولا والنجاح الشخصي له ثانيًا، كما أن الجماهر 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.

خلاصة

لقد أبدت الدول المتقدمة إهتماما كبيرا بالتحكيم الرياضي، 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.

الفصـــل الرابع

1-تمهيد

تعد الدراسة الميدانية وسيلة هامة من أجل الوصول إلى الحقائق الموجودة في مجتمع الدراسة، فإخضاع الظواهر في التربية البدنية والرياضية والرياضة عموما إلى القياس والتجريب واعتماد الأساليب الإحصائية سعيا إلى الوصول لقدر كبير من الدقة في النتائج المتوصل إليها في البحوث، وكذلك إضفاء الموضوعية العلمية من حيث طرح المواضيع وكذلك معالجتها، ولذلك يتم التركيز كثيرا على الجانب التطبيقي في البحوث العلمية وهذا قصد الإجابة على التساؤلات التي تطرح حول الموضوع المدروس وهذا بتوظيف التقنيات الإحصائية في التحليل والتفسير للتأكد من صحة الفرضيات المصاغة أو بطلانها، وهنا تتجلى أهمية اختيار الوسائل الصحيحة والمناسبة لجمع المعلومات والتقنيات المناسبة للترجمة المتعلقة بالبيانات.

2-الطريقة والإجراءات:

منهج الدراسة:

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج الوصفي الذي يحاول من خلاله وصف الظاهرة، موضوع الدراسة، وتحليل بياناتها، وبيان العلاقة بين مكوناتها والآراء التي تطرح حولها.

مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من مجموعة من حكام كرة القدم للرابطة الجهوية بالبليدة.

*** عينة الدراسة :**

اشتملت عينة الدراسة على (28) حكما، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من الحكام المسجلين بالرابطة الجهوية بالبليدة، موزعة كالأتي:

*** أداة الدراسة :**

مقياس الاحتراق للحكم الرياضي صممه كل من **روبرت واينبرج وبجي وريتشاردسون** لقياس شعور الحكم الرياضي بالاحتراق تحت عنوان الاحتراق في التحكيم وهو مقياس مقتبس ومعدل من قائمة "ماسلاش للاحتراق " ويتضمن المقياس 15 عبارة ويقوم الحكم بالإجابة على عبارات مقياس سباعي التدريج. (علاوي ، 1998 : 500 – 503)

*** وفي الدراسة الحالية حسبت الباحث صدق المقياس وثباته على النحو الآتي:**

أ- صدق المحكمين :

عرض المقياس على أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية، واتفق على صلاحية المقياس.

ب – صدق الاتساق الداخلي :

تحقق الباحث من تمتع المقياس من الاتساق الداخلي، وذلك بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل فقرة والمقياس ككل، وكانت معاملات الارتباط جميعها دالة عند مستوة (0.01).

جدول رقم (2)

حساب معامل ارتباط بيرسون بين الفقرات والمقياس ككل

الرقم	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
01	**أشعر بأنني أعاني من ضغوط انفعالية كنتيجة للتحكيم**	0.743	0.000	دالة عند0.01
02	أكاد أشعر بتعب عندما أستيقظ من النوم صباحا في الأيام التي سوف أقوم فيها بالتحكيم	0.863	0.000	دالة عند0.01
03	**أشعر بأنني أعامل المدربين واللاعبين بطريقة قاسية**	0.730	0.000	دالة عند0.01
04	أشعر بأنني أبذل المزيد من الجهد في بعض الأمور التي تحتاج إلى جهد بسيط أثناء قيامي بالتحكيم	0.648	0.002	دالة عند 0.01
05	**أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم الرياضي**	0.876	0.000	دالة عند0.01

06	أثناء قيامي بالتحكيم أجد أن التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي المزيد من التوتر	0.862	0.000	دالة عند0.01
07	**أشعر بدرجة عالية من النشاط أثناء قيامي بالتحكيم**	0.867	0.000	دالة عند0.01
08	يزعجني بأن التحكيم يسبب لي المزيد من الضغط العصبي	0.929	0.000	دالة عند0.01
09	**التعامل مع المدربين واللاعبين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لي قدرا كبيرا من التوتر**	0.505	0.023	دالة عند0.05
10	أشعر بالإحباط كنتيجة لعملي في التحكيم الرياضي	0.600	0.005	دالة عند0.01
11	**أشعر بأنني أساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال قيامي بالتحكيم**	0.864	0.000	دالة عند0.01

12	أشعر بأنني أكاد أحترق كنتيجة لعملي في مجال التحكيم الرياضي	0.944	0.000	دالة عند0.01

تابع جدول رقم (2)

الرقم	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
13	**أشعر بأنني قد أصبحت أكثر قسوة مع الناس منذ أن بدأت في العمل كحكم رياضي**	0.742	0.000	دالة عند0.01
14	أشعر بالإجهاد التام عقب انتهائي من تحكيم مباراة رياضية	0.863	0.000	دالة عند0.01
15	**أشعر بأن المدربين يعتبرونني السبب الرئيسي في هزيمتهم في المباراة التي أقوم بتحكيمها**	0.730	0.000	دالة عند0.01

يتضح من الجدول السابق أن جميع فقرات المقياس ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطا ذو دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.01) وهذا يؤكد أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

3-ثبات الاستبانة:

تم تقدير ثبات المقياس على أفراد العينة وذلك باستخدام طريقتي معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية.

4-طريقة التجزئة النصفية:

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية حيث احتسبت درجة النصف الأول لكل فقرات المقياس وكذلك درجة النصف الثاني من الدرجات، وذلك بحساب معامل الارتباط بين النصفين ثم جرى تعديل الطول باستخدام معادلة سبيرمان براون فأتضح أن معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية قبل التعديل (0.836) وأن معامل الثبات بعد التعديل (0.911) وهذا يدل على أن المقياس تتمتع بدرجة عالية جدا من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

5-طريقة ألفا كرونباخ :

استخدم الباحث طريقة أخرى من طرق حساب الثبات، وذلك لإيجاد معامل ثبات المقياس، حيث حصلت على قيمة معامل ألفا (0.945) وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات تطمئن الباحث إلى تطبيقها على عينة الدراسة.

6-الدراسة الاستطلاعية:

تم اختيار عينة استطلاعية من الحكام و قوامها (27) حكما ، تم اختيارهم من داخل العينة الأساسية وذلك تحقيقا للأهداف التالية :

- معرفة مدى ملائمة الاستمارة للمستوى الثقافي والتعليمي للعينة الحقيقية.

- التأكد من سهولة ووضوح عبارات الاستبيان.

- تذليل أي عقبات يمكن أن تواجه المفحوصين.

وكانت نتيجة الدراسة الاستطلاعية عما يأتي:

- ملائمة العبارات المستخدمة في الاستمارة للمستوى التعليمي والثقافي للمفحوصين. ولا توجد أي مشكلة في فهم عبارات الاستبانه.

- صلاحية الاستمارة وملائمتها للدراسة.

7-الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

1- التكرارات والنسب المئوية.

2- لإيجاد صدق الاتساق الداخلي للمقياس تم استخدام معامل ارتباط بيرسون.

3- لإيجاد معامل ثبات المقياس تم استخدام معامل ارتباط سبيرمان براون للتجزئة النصفية المتساوية، ومعامل ارتباط ألفا كرونباخ.

8-نتائج الدراسة ومناقشتها:

تهدف الدراسة الحالية لمعرفة ما مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الرابطة الجهوية بالبليدة ، وفيما يلي عرض لنتائج الدراسة.

*** ينص السؤال الرئيسي على:**

- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام الرابطة الجهوية بالبليدة.

وللإجابة عن هذا التساؤل قام الباحث بإيجاد المتوسطات والانحراف المعياري والوزن النسبي لكل فقرة من فقرات المقياس والجدول التالي توضح ذلك:

جدول رقم (3)

جدول يوضح المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والوزن النسبي والترتيب لكل فقرة من فقرات المقياس (ن=68).

م	الفقرة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوزن النسبي	ت
1	**أشعر بأنني أعاني من ضغوط انفعالية كنتيجة للتحكيم**	3.36	1.929	68.2	9
2	**أكاد أشعر بتعب عندما أستيقظ من النوم صباحا في الأيام التي سوف أقوم فيها بالتحكيم**	2.25	1.777	69.1	7
3	**أشعر بأنني أعامل المدربين واللاعبين بطريقة قاسية**	2.21	1.750	71.8	6
4	**أشعر بأنني أبذل المزيد من الجهد في بعض الأمور التي تحتاج إلى جهد بسيط أثناء قيامي بالتحكيم**	4.04	2.081	67.7	10
5	**أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم الرياضي**	5.71	1.213	73.1	2

6	**أثناء قيامي بالتحكيم أجد أن التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي المزيد من التوتر**	3.32	2.178	65.8	14
7	**أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قيامي بالتحكيم**	5.96	1.732	71.0	5
8	**يزعجني بأن التحكيم يسبب لي المزيد من الضغط العصبي**	3.32	1.847	70.1	8
9	**التعامل مع المدربين واللاعبين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لي قدرا كبيرا من التوتر**	4.64	2.147	66.0	13
10	**أشعر بالإحباط كنتيجة لعملي في التحكيم الرياضي**	2.00	1.610	71.5	4
11	**أشعر بأنني أساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال قيامي بالتحكيم**	5.71	1.478	72.2	3

12	**أشعر بأنني أكاد أحترق كنتيجة لعملي في مجال التحكيم الرياضي**	2.82	2.212	65.3	15
13	**أشعر بأنني قد أصبحت أكثر قسوة مع الناس منذ أن بدأت في العمل كحكم رياضي**	1.50	0.882	76.3	1
14	**أشعر بالإجهاد التام عقب انتهائي من تحكيم مباراة رياضية**	4.14	2.103	66.3	11
15	**أشعر بأن المدربين يعتبرونني السبب الرئيسي في هزيمتهم في المباراة التي أقوم بتحكيمها**	2.89	2.132	66.1	12

يتضح من الجدول (3) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المقياس وعلى متوسط فقراته ، وقد تبين أن متوسط الفقرات قد ترامح بين (1.50 – 2.82).

9-مناقشة نتائج الدراسة:

يتضح من نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي كانت **عالية** بين مستوى الحتراق النفسي المتوسط والشديد لدى حكام كرة القدم للرابطة الجهوية بالبليدة، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (**69.3%**). ويعزو ذلك الباحث إلى المعاناة والفوضى التي يعيشها الحكم، ولعدم وجود نظام لحماية الحكام. وكذلك دراسة ماسلاش (**Maslach 1981**) حينما ذكرت أن المهني يصاب بالاحتراق النفسي حينما يواجه مشكلات تحول دون قيامه بمهامه بشكل كامل مما يؤدي إلى إحساسه بالعجز والقصور عن تأدية العمل بالمستوى المطلوب مما يترتب عليه حدوث ضغط نفسي وتوتر عصبي يؤدي إلى تدني مستوى الدافعية والشعور بعدم الرضا .

ويؤكد الباحث من خلال خبراته العملية والأكاديمية في مجال علم النفس الرياضي أن الحكم الرياضي يعاني من ضغوط كثيرة في مجال التحكيم منها لا الحصر ضعف أجرة التحكيم ، النظرة السلبية للحكم الرياضي ، الاهانات اللفظية من قبل الجمهور واللاعبين والمدربين وكل من هو موجود في الملعب، والاعتداءات البدنية على الحكم الرياضي ، وهذه الظاهرة انتشرت بشكل واضح في الملاعب. ومواجهة الحكم الرياضي للعديد من المعوقات والضغوط النفسية بالعمل كمخاوف الأداء وضغوط الوقت ، وقلة التقدير والاحترام ، الاهانة اللفظية ، والخوف من الاعتداء البدني هي التي ساهمت في ظهور هذه الدرجة من الاحتراق النفسي.

10- نتائج الدراسة:

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يمكن استنتاج التالي:

يتضح من نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام كرة القدم في الرابطة الجهوية بالبليدة، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى **(69.3%)**.

11- التوصيات:

في ضوء ما توصل إليه البحث من نتائج فإن الباحث يوصي بالتالي:

1- يوصي الباحث بفصل مهنة التحكيم عن تعاملاتهم مع المجتمع المحلي الذين يعيشون به.

2- يوصي الباحث بتعزيز العلاقات الاجتماعية بين الحكام وبين محيطهم الرياضي من مدربين ولاعبين وجمهور والإعلام المقروء والمسموع.

3- التأكيد على إعداد الحكام نفسيا وبدنيا من أجل التمكن من أدارة المباريات بشكل جيد.

4- توفير الأمن والحماية داخل الملاعب.

5- إدراك أو تعرف الفرد على الأعراض التي تشير إلى قرب حدوث الاحتراق النفسي.

6- تطبيق الأساليب أو اتخاذ خطوات عملية لمواجهة الضغوط منها:

أ- فهم الشخص لعمله، وكذلك أساليبه في الاستجابة للضغوط، لان فهم الفرد لاستجاباته بشكل كامل يساعد على التعرف على الأنماط السلوكية غير فعالة، وبالتالي محاولة تغييرها.

ب -إعادة فحص الفرد لقيمه وأهدافه وأولوياته، فالأهداف الغير الواقعية ستعرض الفرد للإحباط والارتباك، إذ يجب التأكد من قابلية الأهداف للتنفيذ.

جـ- تقسيم الحياة إلى مجالات : العمل، المنزل، الحياة الاجتماعية، والتركيز على كل مجال نعيشه، وألا نسمح لضغوط مكان أن تؤثر في مكان آخر.

7- المساندة المالية للمؤسسات الاجتماعية بالمجتمع.

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

9- تغيير الأدوار والمسئوليات.

10- الاستعانة باختصاصي نفسي للتغلب على المشكلة.

11- زيادة المسئولية والاستقلالية للمهني.

12- المعرفة بنتائج الجهود المبذولة سواء على المستوى الفردي أو المستوى الإداري.

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

خاتمة

يعد التحكيم في كرة القدم أحد الأنشطة ذات الارتباط الدائم بالضغوط النفسية الكبيرة فالحكم غالبا ما يكون عرضة للتشكيك في نزاهته أو تعرض أمانته للمسائلة من قبل الرياضيين بشكل عام (المدربين ، اللاعبيين ، الإداريين، الجمهور، و الإعلام) ففي الوسط الرياضي غالبا ما تكون النظرة للحكم سلبية، حيث يعلق أفراد الفريق الخاسر أخطائهم وهزائمهم على الحكم، ونادرا ما يذكر الحكم من قبل الفريق الفائز، ناهيك عن النقد والهجوم الغير مبرر أحيانا 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.

الملاحـــــق

بطاقة معلومات عامة:

الاختصاص: حكم الساحة (رئيسي) ☐ حكم مساعد ☐

***السن:**

أقل من 30 سنة ☐ من 30 إلى 40 سنة ☐ أكثر من 40 سنة ☐

***المستوى الدراسي:**

- ثانوي ☐ - جامعي ☐ - متخرج ☐

***الحالة العائلية:**

-أعزب ☐ – مطلق ☐ -متزوج ☐ – أرمل ☐

***الخبرة في مجال التحكيم:**

من خمس سنوات إلى عشرة سنوات ☐

من 11 سنة إلى 11 سنة ☐

من 11 سنة فأكثر ☐

مقياس الاحتراق النفسي لمحكم الرياضي

رقم	الفقرة	لا تنطبق تماما	تنطبق بدرجة قليلة جدا	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جدا	تنطبق تماما
1	أشعر بأنني أعاني من ضغوط انفعالية كنتيجة للتحكيم							
2	أكاد أشعر بتعب عندما أستيقظ من النوم صباحا في الأيام التي سوف أقوم فيها بالتحكيم							
3	أشعر بأنني أعامل المدربين واللاعبين بطريقة قاسية							
4	أشعر بأنني أبذل المزيد من الجهد في بعض الأمور التي تحتاج إلى جهد بسيط أثناء قيامي بالتحكيم							
5	أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم الرياضي							
6	أثناء قيامي بالتحكيم أجد أن التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي المزيد من التوتر							

7	أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قيامي بالتحكيم							
8	يزعجني بأن التحكيم يسبب لي المزيد من الضغط العصبي							
9	التعامل مع المدربين واللاعبين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لي قدرا كبيرا من التوتر							
10	أشعر بالإحباط كنتيجة لعملي في التحكيم الرياضي							
11	أشعر بأنني أساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال قيامي بالتحكيم							
12	أشعر بأنني أكاد أحترق كنتيجة لعملي في مجال التحكيم الرياضي							
13	أشعر بأنني قد أصبحت أكثر قسوة مع الناس منذ أن بدأت في العمل كحكم رياضي							
14	أشعر بالإجهاد التام عقب انتهائي من تحكيم مباراة رياضية							

15	أشعر بأن المدربين يعتبرونني السبب الرئيسي في هزيمتهم في المباراة التي أقوم بتحكيمها							

قائمة المصادر والمراجع

قائمة المصادر والمراجع:

1) **أسامة راتب كامل : (1997)** احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي ، دار الفكر العربي ، القاهرة – مصر–

2) **بلعيد لكارن : (2001)** مرتكز الحكام ، اللجنة الوطنية للتحكيم – الفاف.

3) **حسين عبد الجوار : (1984)** كرة القدم ، ط 6 ، دار الملايين – بيروت– .

4) **حسين عبد الجوار : (1984)** كرة القدم ، ط 6 ، دار الملايين – بيروت– .

5) **سامي الصفار : (1998)** كرة القدم ، الجزء الأول ، دار الكتاب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل – العراق– .

6) **عبد الرحمن العيسوي (2001)**الجديد في الصحة النفسية ط 1 منشاة المعارف الإسكندرية مصر.

7) **محمد العربي شمعون (2002)**علم النفس الرياضي و القياس النفسي ، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

8) **السمادونى، السيد إبراهيم :(1990)** إدراك المتفوقين عقليا للضغوط والاحتراق النفسي في الفصل المدرسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والبيئية أبحاث المؤتمر 24جانفي الجمعية المصرية للدراسات – السنوي السادس لعلم النفس في مصر من22 النفسية، الجزء الثاني– القاهرة–.

9) **محمد العربي شمعون. د ماجدة محمد إسماعيل** (2001) الإرشاد والتوجيه في المجال الرياضي، دار الفكر العربي القاهرة.

10) **مصطفى كامل محمود ، محمد حسام الدين : (1998)** الحكم العربي وقوانين كرة القدم والكرة الخماسية ، مركز النشر للكتاب – القاهرة–

11) علي عسكر 2000 ، ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، دار الكتاب الحديث،

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

13) **د /فيصل عباس : (1996)** الاختبارات النفسية ط1 ، دار الفكر العربي – بيروت–

14) راتب ، أسامة ، (2001) ، الإعداد النفسي للناشئين "دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين والإداريين ، وأولياء الأمور " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .

15) **علي بيك** ، اسس وبرامج التدريب الرياضي للحكام،منشاة المعارف،الاسكندرية،1997

هارون توفيق الرشيدي 1999 ، الضغوط النفسية ، طبيعتها ، نظريتها برامج لمساعدة الذات، تربية كفر الشيخ.

مذكرات :

16- **بنبيل منصوري (2011)** مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم ، مذكرة ماجيتسر-جامعة الجزائر– 03 الجزائر

المراجع باللغة الفرنسية :

17 - FIFA : (1997) Les lois du jeu , Hitziweg , Zurich .Suisse.